

令和 6 年 5 月 28 日現在

機関番号：12102

研究種目：研究活動スタート支援

研究期間：2021～2023

課題番号：21K21104

研究課題名（和文）Developing an Activity-Based Intervention to Improve Ikigai for Individuals with Serious Mental Illnesses

研究課題名（英文）Developing an Activity-Based Intervention to Improve Ikigai for Individuals with Serious Mental Illnesses

研究代表者

永田 真一（Nagata, Shinichi）

筑波大学・体育系・助教

研究者番号：30905592

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 1,700,000円

研究成果の概要（和文）：当研究では、インタビュー調査により得たデータを基に、精神障がいのある方がどのように生きがいの源泉となるような活動を見つけることができるか検討した。その結果、当事者たちが主体的に自分の好む活動を探索し、試行錯誤することが生きがいの源泉となりうる活動を発見するための道筋であることが示唆された。そのためには自己決定が鍵であることが示され、支援者や家族の態度が自己決定を促進するか否かの要素になりうるということが示唆された。他方で、精神障がいがあることによる障壁について、スティグマが探索活動や試行錯誤のための大きな障壁となっており、それに対抗するための方策の必要性が明らかになった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

当研究において、特定の活動が生きがいをもたらすのではなく、当事者の自己決定が生きがいにつながっているということを示すことができた。精神障がい者リハビリテーションでは、生きがいをもたらすために就職に取り組むというアプローチをすることがあるが、それよりも、個人の興味関心から生きがいをもたらすための活動を特定し、その活動を生きがいの中心として据えたライフプランをするアプローチも考えられるということを示したということが学術的および社会的に意義深い。

研究成果の概要（英文）：This study examined how people with serious mental illnesses can identify an activity that can be a source of ikigai - a Japanese concept of life worth living. The results of thematic analysis found that exploring interests and engage in trial and errors was a pathway to identify a source of ikigai. Our data also suggested that self-determination was a key to the exploration, and the attitudes of psychiatric service providers and family members can facilitate or thwart the person's self-determination. On the other hand, our data also showed that social and internalized stigma of mental illness are major barriers to exploration. The importance of assisting individuals to resist stigma was demonstrated.

研究分野：余暇学

キーワード：生きがい 精神障がい 余暇 リハビリテーション

1. 研究開始当初の背景

2004年に日本政府は、精神障がい(統合失調症、双極性障害、大鬱病)を抱えた人への療養を病院施設から滞在コミュニティへ移すことを始めた。政策において、心理学的な側面で「人生を意味あるものにする」と称される「生きがい」を獲得することで、精神障がい者が生きることによって価値を見出す考えが認められている。しかし、実際に日本においては精神障がい者が生きがいを感じることに苦労していることが報告されている。生きがいの欠如は自殺のリスク要因であり、日本においては過去40年間で20,000人以上が自殺をしている。

欧米諸国以外の文化では「生きがい」とは、ウェルビーイングを形作るものであるとみなされている。また欧米諸国では、これまで余暇活動と「生きがい」の関係性について確かな根拠が報告されており、近年の学術的研究においても余暇活動と「生きがい」の関係性は注目されてきたが、これまでの研究において精神障がい者は対象とはされてこなかった。研究責任者はこれまで精神障がい者を対象とした余暇活動と「生きがい」の関係性について数少ない研究を実施してきた。その得られた知見の中で、精神障がい者の多くは、望んでいるほどの余暇活動に参加ができておらず、介入手法として余暇活動の可能性を示唆してきた。しかし、日本においてこれまで余暇活動と精神障害の専門的な研究はされておらず、余暇活動がどのようにして精神障がい者に「生きがい」を感じさせているのかについて明らかにした知見はない。

昨今、精神障がいのある人が地域で暮らすということが当たり前になった今、彼らが生きがいをもって生活していただくための支援方法が望まれる。

2. 研究の目的

本研究では、生きがいは余暇活動から生まれていることに着目し、余暇活動のどのような点が精神障がいのある人の生きがいに関わっているか明らかにし、生きがいを高めるための新たな介入方法を開発する一助とすることを目的とする。

3. 研究の方法

地域に住む精神障がいのある人を対象としてインタビュー調査を行った。就労継続支援事業所B型事業所や地域活動支援センター、クラブハウスなどと連携し、研究対象者を特定した。研究対象者に対し、インタビューの準備として、事前に、研究対象者が考える生きがいを表す写真を10枚集めてもらい、それぞれの写真についての説明文を記入する様式(説明シート)を課した。写真集めおよび説明シートが完了した者からインタビュー日程を調整し、それらを見ながらインタビューを行った。インタビューは録音され、録音データを基に逐語録を作成した。

逐語録を質的データ分析方法であるBraun & Clarke (2021)の、Thematic Analysis(主題分析)という方法を用いて分析し、突出する主題を見出した。当初の予定では余暇に着目することとしたが、インタビューのデータを収集する中で、自己決定の重要性が浮き彫りになった。自己決定した活動がより生きがいに結びついているということで、多くの人が当初の予測通り余暇から生きがいを見出していたが、少数ながら仕事が生きがいの中心であるとしていた人もいた。そのため、当初の予定であった余暇のみで生きがいについての理解をすることは難しいことが明らかになった。そのため、リサーチクエスチョンを二つ設定してThematic Analysisを行った。一つ目は、精神障がいのある人がどのように生きがいの源泉を特定するのかということ、二つ目は、精神障がいのある人が就労についてどのように生きがいに関連していると考えているか、である。

4. 研究成果

合計26名のインタビューを行った。データ収集時に最終的な研究対象者の属性内訳、例えば男女比、雇用状況、精神疾患種別がバランスよくなるように留意したため、あまり偏りのないデータ収集ができたと思われる。収集した26名のデータで、データの飽和が感じられたため、十分な数のデータが集まっていると考える。

第一回目のThematic Analysisの結果をまとめたものをFigure 1に示す。以下の三つの主題を生成した:(1)生きがいのためには自己決定が鍵になるということ、(2)生きがいの源泉となる

ような活動を見つけるには探索が必要であること、そして(3)探索するためには障壁を乗り越えていかなければならないこと、である。これらの主題により、当事者たちが主体的に自分の好む活動を探索し、試行錯誤することが生きがいの源泉となりうる活動を発見するための道筋であることが示唆され、そのためには自己決定が鍵であることが示された。また、支援者や家族の態度が自己決定を促進するか否かの要素になりうるということが示唆された一方で、精神障がいがあることによる障壁について、スティグマが探索活動や試行錯誤のための大きな障壁となっており、それに対抗するための方策の必要性が明らかになった。自己決定の尊重やスティグマへの対策は現在の精神障がいのある方への支援において大きな課題となっているが、個人の興味関心のあることの追求を支援することを中心としてそれらを推進することができる可能性を示したことが当研究の結果の意義であると思われる。

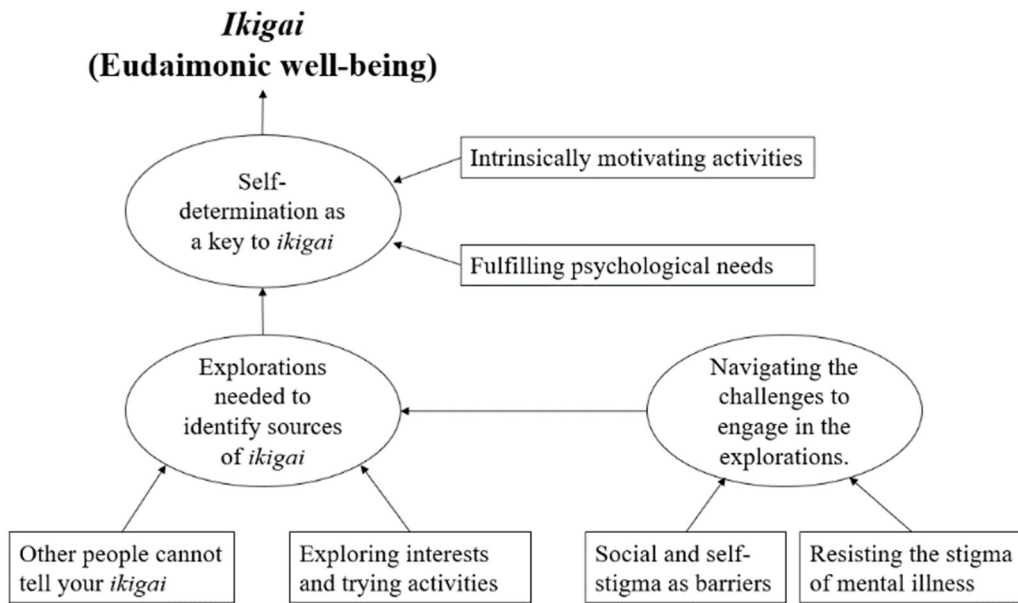
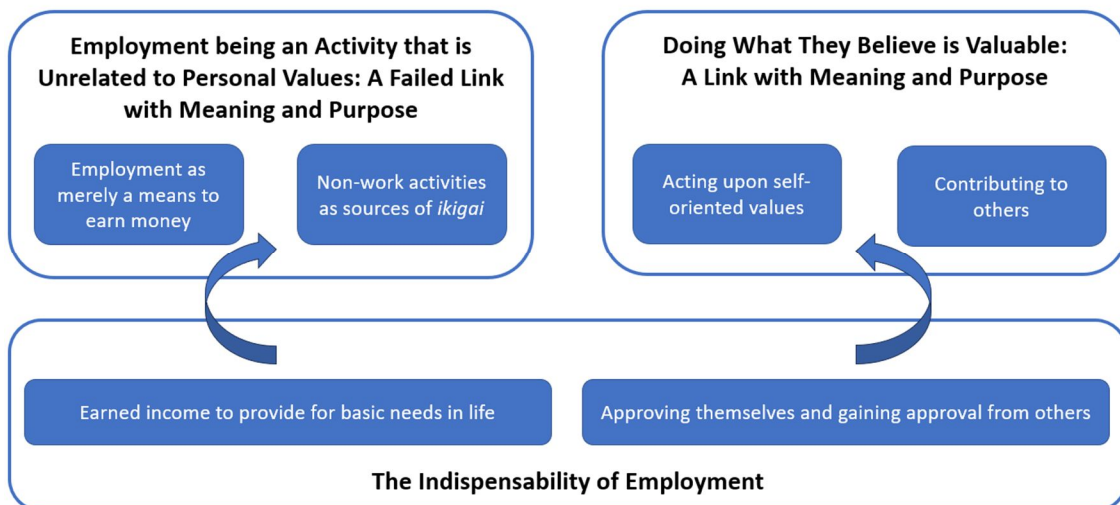


Figure 1. Main themes and subthemes

第二回目の Thematic Analysis の結果をまとめたものを Figure 2 に示す。以下の三つの主題を生成した：(1) 仕事が個人の価値観に合っている場合生きがいとなりうる、(2) 個人の価値観が就労に関する価値観と相いれない場合、生きがいになりにくい、(3) しかし、仕事が生きがいではないと答える人も含めて、基本的な収入を得ることや精神障がいのスティグマに打ち勝つための社会承認を得るためには、就労は欠かすことのできないことである。現在の精神障がいのある人のリハビリテーションにおいては就労は生きがいをもたらすものとして、特に注力して支援を行っている領域であるが、当研究は、当事者個人の価値観をよく理解した上で、生きがいを感じられる仕事もしくはそれ自体は生きがいではないけれども間接的に生きがいを支える仕事に導いていく必要性を示唆しており意義深い。

Different personal values on employment



Basic and interpersonal needs in human life

Figure 2. Summary of generated themes from the employment and ikigai study

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計3件（うち査読付論文 2件/うち国際共著 2件/うちオープンアクセス 1件）

1. 著者名 Shinichi Nagata; Shintaro Kono; Kimiko Tanaka; Koji Ota; Emi Hirasawa; Daisuke Kato	4. 巻 -
2. 論文標題 Exploring interests: A pathway to ikigai and eudaimonic well-being among people with serious mental illness.	5. 発行年 2024年
3. 雑誌名 Psychiatric Rehabilitation Journal	6. 最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1037/prj0000620	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 該当する

1. 著者名 Shinichi Nagata; Sosei Yamaguchi; Kimiko Tanaka; Shintaro Kono; Takafumi Tomura	4. 巻 -
2. 論文標題 I do not expect much ikigai from work: A failed link between employment and well-being among adults with serious mental illness.	5. 発行年 2024年
3. 雑誌名 Journal of Vocational Rehabilitation	6. 最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 該当する

1. 著者名 永田真一	4. 巻 39
2. 論文標題 精神疾患のある人に対するセラピューティック・レクリエーション	5. 発行年 2024年
3. 雑誌名 リハビリテーション・エンジニアリング	6. 最初と最後の頁 24-28
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.24691/resja.39.1_24	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計3件（うち招待講演 0件/うち国際学会 2件）

1. 発表者名 Shinichi Nagata; Shintaro Kono
2. 発表標題 Exploring the role of leisure for ikigai among people with psychiatric disabilities.
3. 学会等名 The First International Meeting of Leisure and Recreation Studies in Japan 2022（国際学会）
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 Shinichi Nagata; Shintaro Kono
2. 発表標題 What makes a life worth living? Exploring ikigai among people with serious mental illness
3. 学会等名 American Therapeutic Recreation Association 2022 Virtual Conference (国際学会)
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 Shinichi Nagata; Shintaro Kono
2. 発表標題 Pathways to Ikigai - Eudaimonic Well-Being Concept - among People with Psychiatric Disabilities
3. 学会等名 American Therapeutic Recreation Conference 2023
4. 発表年 2023年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------