

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 6 月 19 日現在

機関番号：31302

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2011～2014

課題番号：23530914

研究課題名(和文) 乳がん患者のポジティブリティを高めるグループ介入法の開発

研究課題名(英文) The development of positive psychology intervention program for breast cancer patients

研究代表者

堀毛 裕子(Horike, Hiroko)

東北学院大学・教養学部・教授

研究者番号：90209297

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,600,000円

研究成果の概要(和文)：日本人が生涯でがん罹患する確率はおよそ2人に1人である現在、がん患者に対する心理的支援の重要性が指摘されている。本研究は、ポジティブ心理学の視点から、個人のポジティブリティを高めるグループ介入プログラムを開発し、乳がん患者を対象として、入院および外来の現場における介入実践を通してその効果を確認することを目的とした。手術後の時期に行った、心理教育および「親切行動」「よいこと探し」などのポジティブ課題を中心とするポジティブ介入により、1年後の心理的健康状態が良好であることなどが確認されている。この介入は、退院時オリエンテーションを兼ねるなど、一般病院でスタッフが無理なく活用できるものとする。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study was to develop the positive psychology intervention program for breast cancer patients, and to evaluate the long-term effectiveness of the program for their mental health. After surgery, each patient who participated in the program chose one happiness activity to practice, such as "Acts of kindness" or "Counting blessings", and was requested to continue it for either four or six weeks. The evaluation a year after the surgery suggested that the mental health of the patients who participated in the program were kept better than patients who did not.

研究分野：社会科学・心理学・臨床心理学・健康心理学

キーワード：健康心理学 ポジティブ心理学的介入 乳がん患者 sense of coherence well-being

1. 研究開始当初の背景

(1) 筆者の従来の研究における知見

筆者はこれまでの乳がん患者における語りの調査から、Antonovskyがその健康生成論において提唱した困難な体験を乗り越えるポジティブな力としてのsense of coherence (SOC; 首尾一貫感覚)に着目し、SOCが高い患者では病気と前向きに関わりQOLも良好であること等、SOC概念の臨床的な有効性を確認している(堀毛, 2004, 2005等)。乳がん手術を受けた患者の心理状態に関する追跡調査の知見(佐藤・佐藤, 2002; 堀毛ほか, 2006)からは、手術を終えていったん落ち着くとはいえ、患者の不安は依然として強く存在することが示唆されている。一般的な乳がん治療は、手術前後の入院期間が短く、その後の外来通院による化学療法や経過観察が中心であることを考えると、退院後の外来通院中にも、病気に前向きに関わる態度を形成するための介入が必要と考えるにいたった。

(2) 乳がん患者に対する介入上の課題

ところで、乳がんに対する心理的援助としてはグループ介入の有効性が指摘されており、たとえばSpiegelほか(1989)は、グループセッションを受けた患者は介入を受けなかった患者より心理的苦痛が軽減し生存期間も長かったことを報告している。他方、病気体験の研究においては、病気体験に肯定的意味を見いだすことのできた乳がん患者は、心理的・身体的適応のよいことが示されている(Stanton & Snider, 1993)。しかし、この双方のアプローチをつなぐような、病気に積極的に関わるSOCを高めるためのグループ介入は、日本の健康・臨床心理学領域ではまだ見あたらない。また、マンパワーや交通環境が整っている都市部の専門病院であれば、数週間にわたるセッションも可能と思われるが、地方の一般病院などでは、スタッフにも参加する患者にも、継続的な介入はあまり現実的ではない。

そのため、本研究においては、一般病院で実施可能であり、また患者のSOCやポジティブティを高めるための介入方法を検討することとし、ポジティブ心理学における幸福感の研究で知られるLyubomirsky(2007)による介入方法を援用することとした。SOC概念は、単純な楽観主義などとは区別されるものであるが、幸福感・満足感を高める介入技法の中には、「病気の意味を再構築し、逆境にまげずに明るく前向きに生きてゆく」という、SOCを高めることに共通するものが見られる。現在のポジティブ心理学の知見を健康生成論と統合しながら、日本ではまだ例を見ない、乳がん患者のポジティブティを高める介入手法を開発することが本研究の課題である。

2. 研究の目的

乳がん患者を対象として、ポジティブ心理

学の視点から、患者のSOCや全体的なポジティブティを高めるグループ介入プログラムを開発し、入院及び外来の臨床場面における介入実践を行う。これらを通して、このような心理的援助の方法が患者の全体的なwell-beingに有効であることを確認する。

3. 研究の方法

(1) 研究の概要

本研究は当初、3年間の計画で、初年度には、協力病院の医師・看護師などの医療スタッフや患者との意見交換を行いつつ、時間や場所、人的資源等さまざまな制約のある臨床現場で実行可能な介入方法を検討・開発することとしていた。二年目以降は、手術後の入院患者や退院後の外来患者を対象として、ポジティブティを高めるための継続的なグループ介入を実施し、必要に応じて介入方法を改善しながら、質問紙等によりその効果を検討する予定であった。

しかし、初年度開始の1ヵ月前に発生した東日本大震災による甚大な被害のため、本務校における復旧作業や被災者支援等の活動に多くの時間を割かざるを得ず、また福島県にある協力病院もすぐに介入実践を開始できる状況にはなく、計画全体が約1年遅れて進行する事態となった。また実際の介入研究に着手した後も、これも震災の影響からか、本研究の立案・申請当時に比して協力病院の患者数・手術件数が減少しており、対象者となる患者数の蓄積が進まず、期間を1年延長して4年間の研究となった。現在もまだ1年後のフォローアップを終えていない対象者が数名いるものの、これまでの研究成果については、そのつど国内外の学会で報告してきた。

(2) 介入の時期に関する検討

結果の項に示した通り、研究初年度において、協力病院における乳がん患者会の会員を対象として、心理的サポートの必要性や、サポートの時期、カウンセラー等による個人面接と患者グループの話し合い等の選好などに関する質問紙調査を行った。

その結果、心理的なサポートを求める気持ちはきわめて強く、特に患者同士のグループの希望が多いことや、診断確定後・手術後・化学療法の前後などのさまざまな時期にサポートが求められていることを確認した。これらの調査結果および協力病院の現状(初診以後の入院・外来の治療の流れやスタッフの業務等)に基づいて、乳がん手術直後に実施するポジティブ介入を軸として、術後1ヶ月後(化学療法開始前頃)・半年後(化学療法終了後頃)・1年後の計4回の介入の時期を想定した。

しかし病院スタッフとの打ち合わせを重ねながら準備を進める中で、術後1ヵ月頃の時期は、種々の事情(治療法や対象者の日常生活状況・来院手段など)によって介入のた

めの来院が難しいこともあり、外来通院の際に心理尺度のみ記入を求めることとした。

また、術後半年および1年後のフォローアップ的な介入も、対象者ごとに外来通院の時期や頻度が異なることもあり、対象者の生活状況や交通手段などが可能な限りで参加を呼び掛けることとした。介入に参加できない場合には、外来通院の際に心理尺度のみ記入を求めた。

(3) ポジティブ介入の方法

平成24年度から、介入実践の場となる協力病院における治療や患者の現状などを学びつつ、スタッフとの意見交換・打ち合わせを繰り返しながら、グループ介入に関する実際的な検討を行った。ポジティブ介入の具体的な方法を選定してポジティブ課題の記録用ノートを作成し、また各介入段階における評価尺度の冊子等を作成した。これらを用いて、平成25年1月から現場での介入を開始し、現在に至るまでデータの蓄積を行っている。なお、当初予定していた介入の時期や対象者については、前項にも示した通り、協力病院における現実的な業務状況や患者の治療スケジュールなどについて、随時、担当スタッフと検討を行い必要に応じて修正しながら、病棟や外来の現場に即した介入を心がけた。

コアとなる介入は、手術から数日後の入院中に実施した。病気体験に関する自由な話し合い・退院後の生活に関する看護師からの情報提供・ポジティブ介入の3種類の内容を、全体の流れの中で自然に移行するよう、半構成的に実施した。ポジティブ感情を高める介入として、ポジティブ心理学的な心理教育に加えて、おもに Lyubomirsky (2007) の方法に準じて「親切行動」と「よいこと探し」のいずれかを選択させ、4~6週間実行することを課題として記録ノートを配布した。

手術から約半年および1年後の介入は、フォローアップとして、これらのポジティブ行動・感情を軸としながら、自由な話し合いと必要に応じた情報提供を含めて実施した。

1回の介入は90分~120分、対象者1~3名に報告者と看護師1~2名が参加した。本来は2名以上による実施を目指していたが、参加が1名のみとなる場合があり、対象者の了解のもとで1名でも実施することとした。

なお最初に同意を得る際の対象者への説明に際しては、研究の狙いをわかりやすく示すために、介入計画全体を「しあわせプロジェクト」と名づけた。国外の複数のポジティブ介入研究で、このような名称で目的を明確に提示することの効果が認められており、それに倣ったものである。

(4) 評価のための心理尺度

看護師による入院前オリエンテーションの際に心理尺度への記入を求め(術前)、その後介入ごとに尺度に記入を求めた。術前

および1年後では新版 STAI (状態; 特性は術前のみ)・POMS 短縮版・WHO/QOL・SOC 尺度短縮版の4種、術後は STAI (状態)・POMSの2種からなる冊子を作成して使用した。

(5) 倫理的配慮

研究計画については、研究代表者の本務校の大学院研究科における研究倫理審査委員会の承認を得た上で、協力病院の承諾を得た。

研究参加者は、協力病院において乳がんと診断され、手術が適用される患者のうち、介入の趣旨について担当看護師が文書を用いて説明を行い、文書による同意が得られた者とした。

また、データを扱う上で氏名等は一切用いず、個別データはコード番号で識別するなど、個人情報の保護には十分な配慮を行った。

4. 研究成果

1年後のフォローアップをまだ終えていない対象者もあり、またデータは多角的な分析が可能であるため、すべての分析を尽くしてはいない。以下には、すでに関連学会等で報告した成果などの一部を示した。

(1) 患者の求める心理的支援

介入計画の検討に先立って、どのような心理的サポートが望ましいと思うかなど、患者体験に基づく調査を行った。

2012年1月末に行われた当該病院の乳がん患者会に参加し、調査趣旨の説明を行って協力を呼びかけた。その場で質問紙と切手貼付済みの返信用封筒を配布し、2週間程度を返送期限とする留置調査を実施した。また、患者会のプログラムに参加しながら、患者同士の病気体験の話などにも学んだ。

質問紙では、心理的サポートの必要性の有無・有効と思うサポート(カウンセラーの個別相談・患者同士の話し合いなど)・個人面談や患者同士の話し合いなどが必要と思う時期(診断確定前・手術後など13の時期)などについて、選択式および自由記述による回答を求めた。有効回答は32名(返送率は患者会参加者全体の73%・すべて有効回答)であった。

その結果、「心理的サポートの必要性」(「とても必要=1」から「まったく必要ではない=5」の5段階評定)では平均値が1.63となり、心理的支援が強く求められていることが明らかになった。また、有効と思われるサポートの形(複数選択可)については、「カウンセラーによる個人面談」の選択率が72%、「患者さんのグループによる話し合いや学習」の選択率は88%と、専門家の個別支援よりも患者同士の支援のほうが有効と考えられていることが示された。

さらに、そのような支援を利用したいと思うかどうかを尋ねたところ(複数選択可)「カウンセラーによる個別面談」の選択率が

28%であるのに対し、「患者さんのグループによる話し合いや学習」の選択率は63%と、患者グループによる支援の利用希望が専門家による個別支援を大きく上回っていた。

また現在抱えている不安や心配について尋ねたところ(複数選択可)「体調等の不安」と「今後の治療等の不安」はいずれも選択率28%、「日常生活の不安」が25%、「震災の影響による不安」が22%、「その他の不安(再発等)」が19%と、手術やそれに続く一通りの治療終了後であっても、多くの人々がさまざまな不安を抱えていることがあらためて確認された。

さらに、個別面談と患者グループの2つの心理的支援ごとに、確定診断前や手術後などの13の時期について、必要と思うかどうか尋ねた(複数選択可)。その結果、個別面談では診断確定後や手術後の選択率が高く(ともに53%)、手術前や化学療法の前後も高かった。患者グループの希望は、手術後や化学療法前後が高いほか、個別面談とは異なり退院後半年(選択率25%)や退院後1年(28%)の選択率も高かった。

この調査から、グループ介入の必要性やその時期などについて患者自身の貴重な意見を得ることができた。それによると、心理的支援の必要性はほぼ全員が強く感じており、カウンセラーによる個別面接への希望は、がんの診断確定後や手術後、さらに化学療法の前後などの時期に高い。しかし個別面接以上に、患者グループによる話し合いや学習機会を持つ、といった形での心理支援が強く望まれていることが明らかとなった。

(2) パーソナリティ特性と心理尺度得点の経時的変化

(以下の内容は、2014年度の日本健康心理学会第27回大会における発表を基本としている。)

手術後のポジティブ介入に参加し、手術後1年間の追跡を終了した者のうち、術前・ポジティブ介入直後(術後)・手術後1年の3時点の心理尺度データが揃っている19名について、分析を行ったおもな結果は以下のとおりである。

特性不安およびSOCについて、手術前と1年後の得点を対応のあるt検定により比較したところ、特性不安($t=2.135, n.s.$)、SOC($t=-.519, n.s.$)はともに有意差がなく、特性不安とSOCは、1年後にも変化がなく安定していることが確認された。他方、特性不安とSOCの相関は、手術前と1年後のいずれの時点においても強い負の相関が見られた($r=-.787, p<.01$; $r=-.904, p<.01$)。

手術前のSTAI特性不安の得点を平均値から高低2群に分け、パーソナリティ特性としての術前の特性不安(高群・低群)と状態不安得点の経時的変化(術前・術後・1年後)に関する二要因分散分析を行った結果、状態不安の経時的変化の主効果のみが有意とな

り($F(2,28)=4.557, p<.05$)、特性不安の高低に関わらず、状態不安は手術前のものから減少していた。同様に、ある程度安定していると思われるSOC(高群・低群)と状態不安得点の経時的変化(術前・術後・1年後)について二要因分散分析を行った結果においても、状態不安の経時的変化の主効果のみが有意となり($F(2,28)=4.965, p<.05$)、SOCの高低に関わらず、状態不安は低下することが確認された。

またPOMSの各下位尺度について、特性不安(高群・低群)と経時的変化(術前・術後・1年後)に関する二要因分散分析を行ったところ、POMS-TA(緊張・不安)以外のすべてのPOMS下位尺度において特性不安の主効果のみが有意となった。すなわち、緊張・不安以外の気分状態には経時的変化が見られずに特性不安の影響を受け、特性不安が高いと、抑うつ($F(1,13)=10.423, p<.01$)、怒り・敵意($F(1,13)=11.994, p<.01$)、疲労($F(1,12)=5.816, p<.05$)、混乱($F(1,13)=7.260, p<.05$)が高く、活気($F(1,13)=8.870, p<.05$)が低いことが示された。

同様にPOMSの各下位尺度について、SOC(高群・低群)と経時的変化(術前・術後・1年後)に関する二要因分散分析を行った結果では、いずれの尺度においても経時的変化の主効果は有意ではなく、抑うつではSOCの主効果($F(1,13)=7.318, p<.05$)と交互作用($F(2,26)=3.426, p<.05$)、混乱ではSOCの主効果のみ($F(1,13)=8.370, p<.05$)、活気では交互作用のみ($F(2,26)=3.383, p<.05$)が有意となっていた。

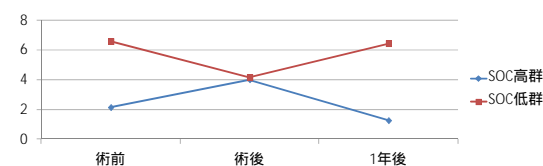


図1 POMS-D (抑うつ) 得点の経時的変化

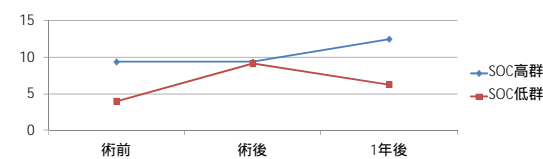


図2 POMS-V (活気) 得点の経時的変化

以上の結果から、特性不安とSOCは強い負の相関を示し、また特性不安とSOCはともに、手術やその後の治療を経ても大きな変化はないことが確認された。また、状態不安の経時的変化は特性不安やSOCとは無関係であり、術前に比べ、術後・1年後の状態不安は減少することが示された。しかしながら、術後と1年後にはあまり大きな差が見られない点も注目に値する。以前の筆者の研究(堀毛・奥山・君島, 2004)においても、術後に不安が低減するものの、時間経過とともに不安が直線的に減少していくことはない、とい

う類似した結果を見出している。乳がんにおいては、切除術後も様々な治療（化学療法・放射線治療・ホルモン剤服用等）が長く続き、他方、再発の不安も抱え続けることなどから、時間と共に不安が直線的に減少するのではなく、ある程度は残り続けるものと思われる。

また、SOCが高い者は抑うつや混乱の程度が低いが、SOCの高低との交互作用を考えると、SOCが低い者でも、ポジティブ介入により一時的に抑うつが減少し（図1）活気が増す（図2）という可能性も示唆された。

(3) ポジティブ介入の成果

（以下の内容は、2015年度の日本健康心理学会第28回大会における発表を基本としている。）

本研究では対照群の設定ができなかったが、実際の介入を進めるうちに、「しあわせプロジェクト」に同意しながらも、術後のポジティブ介入当日に面会や病棟の予定（シャワーなど）のために参加できなくなった対象者や、半年後・1年後のフォローアップに都合で参加できない対象者が出てきた。そのため、介入に参加できなかった場合は対照群と捉え、直近の外来受診日に心理尺度の質問紙のみ記入を求めることとした

ここでは、術前と1年後の心理尺度のデータがそろっている24名について、術後と1年後の介入の参加の有無に基づく群分けにより分析した結果を報告する。

コアとなる術後介入および1年後フォローアップへの参加の有無により対象者を3群に分けた（術後と1年後のどちらも介入に不参加・術後介入に参加し1年後不参加・術後と1年後のどちらも参加）。介入参加状況による3群について状態不安得点の変化（術前・1年後）の二要因分散分析を行ったところ、交互作用のみ有意であった（ $F(2,21)=7.924, p<.01$ ）。術後のコア介入に参加した者は、術前に不安が高くても1年後には不安が低減するのに対し、介入に参加しなかった者は1年後に不安が増大していた。

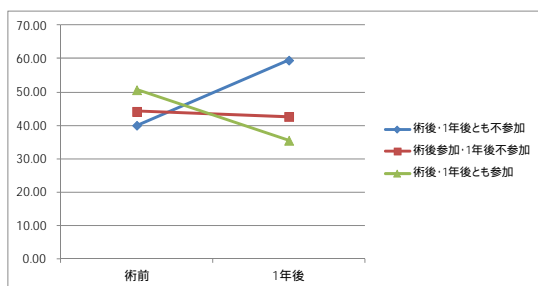


図3 介入参加状況と状態不安得点の変化

POMSの各下位尺度得点における変化（術前・1年後）について介入参加状況の3群による二要因分散分析を行った結果、POMS-AH（怒り・敵意）において、介入および変化の各主効果（ $F(2,22)=4.142, p<.05$; $F(1,22)=10.246, p<.01$ ）と交互作用

（ $F(2,22)=3.912, p<.05$ ）がすべて有意であった。2回の介入のいずれにも参加しなかった者は、1年後の怒り・敵意がきわめて高いことが示された。

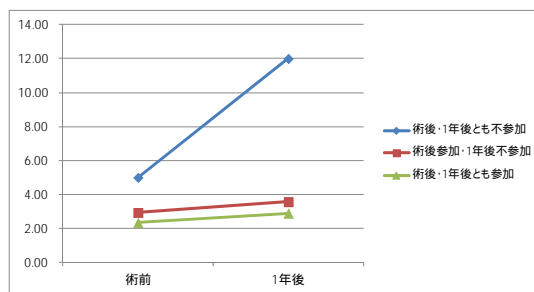


図4 介入参加状況とPOMS-AH(怒り・敵意)得点の変化

介入参加状況の3群およびSOC合計得点の変化（術前・1年後）について二要因分散分析を行った結果、時間的変化の主効果（ $F(1,18)=6.981, p<.05$ ）と交互作用（ $F(2,18)=4.135, p<.05$ ）が有意であった。2回の介入のいずれにも参加しなかった者は、1年後のSOCが低下していた。

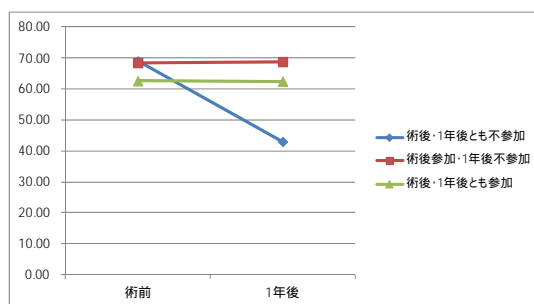


図5 介入参加状況とSOC得点の変化

以上のような結果から、術後のポジティブ介入に参加した者は、参加しなかった者に比べて、1年後に不安や怒り・敵意が増加することがなく、またSOCが増加することはなかったが低下せず保たれているなど、心理的健康が保たれていることが示された。すなわち、術後のポジティブ介入はその後の長期的な心理的健康につながると考えられる。

また今回、多忙な地方の一般病院の現場における実践の経験から、このポジティブ介入が看護師等医療現場のスタッフにも実施しやすく、退院時オリエンテーションの折などに組み込むことが可能であるなど、実施の容易さが確認された。また参加した対象者からの好意的な感想も多く得られており、実施のメリットがさまざまに考えられる。

ポジティブ介入による効果についてさらに分析を重ね、また実践的な介入方法を洗練させていくことが今後の課題である。

5. 主な発表論文等

（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔学会発表〕(計 5 件)

堀毛裕子・佐藤美華・松浦裕美・佐藤春奈・君島伊造 乳がん患者に対するポジティブ心理学的介入の試み(第3報)-介入の効果に関する量的検討 - 日本健康心理学会第28回大会 2015年9月5日・6日 桜美林大学

堀毛裕子・佐藤美華・松浦裕美・佐藤春奈・君島伊造 乳がん患者に対するポジティブ心理学的介入の試み(第2報)-一年間の継続的变化とパーソナリティ特性 - 日本健康心理学会第27回大会 2014年11月2日 沖縄科学技術大学院大学

Hiroko Horike The positive intervention for mental health and personality traits in breast cancer patients -Trait anxiety and sense of coherence-The 17th European Conference on Personality 2014年7月16日 The University of Lausanne, Switzerland

堀毛裕子・佐藤美華・松浦裕美・佐藤春奈・君島伊造 乳がん患者に対するポジティブ心理学的介入の試み-一般病院における実践研究 - 日本健康心理学会第26回大会 2013年9月7日 北星学園大学

Hiroko Horike Effects of positive interventions on mental health of breast cancer patients The 2013 World Congress on Positive Psychology 2013年6月28日 The Westin Bonaventure Hotel in Los Angeles, U.S.A.

6. 研究組織

(1)研究代表者

堀毛 裕子 (HORIKE Hiroko)
東北学院大学・教養学部・教授
研究者番号：90209297