【372】

氏　名（本籍）	谷口清弥（兵庫県）
学位の種類	博　士（ヒューマン・ケア科学）
学位記番号	博甲第 6247 号
学位授与年月日	平成 24 年 3 月 23 日
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当
審査研究科	人間総合科学研究科
学位論文題目	**看護師のメンタルヘルスとレジリエンス支援に関する介入研究**

主　査	筑波大学教授	保健学博士	宗像恒次
副　査	筑波大学准教授	保健学博士	武田　文
副　査	筑波大学講師	博士（保健学）	柏木聖代
副　査	筑波大学准教授	博士（保健学）	柴山大賀

論文の内容の要旨

（目的）

本研究は、厳しい医療環境と職務上の特性から強いストレスとメンタルヘルスの悪化に悩む看護師に対し、看護師のレジリエンス力（精神的回復力）の向上に着目し、そのレジリエンスに関連のある心理社会的要因を明らかにし、またその心理社会的要因の改善によって看護師のレジリエンス向上への心理的支援を行うことで、メンタルヘルスの改善を図る集団介入法を検討し、その有効性を検討することを目的とする。

（対象と方法）

本研究は、大きく 5 つの研究課題からなる。まず、一般病院に勤務する看護師 353 名に心理行動特性、メンタルヘルスおよびレジリエンス尺度を用いた質問紙調査を行い、レジリエンスに関する心理社会的要因を明らかにするため、共分散構造分析による因果モデルを構築する（研究課題Ⅰ）。次に、レジリエンスに関する要因を個人の経験から明らかにするため、看護師 10 名にインタビュー調査を行い、データを対象者の内的世界から意味を解釈し、理論構築するため、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ（M-GTA）を用いて分析する（研究課題Ⅱ）。研究課題Ⅰ・Ⅱは、ともにレジリエンスに関する要因を明らかにすることを目的としており、研究課題Ⅰは量的研究、研究課題Ⅱでは質的研究手法を用い、量的研究と質的研究の組み合わせるトライアンギュレーション手法を用いた。研究課題ⅠとⅡの結果から、看護師のレジリエンス力を高めるために、他者からの評価を求める外発的な報酬を求めるのではなく、看護行為の前向きさや愉しさや自己満足、他者への感謝や祈りにもとづく内発的な報酬を求める自己イメージの再構築を促す介入プログラムを作成する（研究課題Ⅲ）。さらに、研究課題Ⅲで作成した介入プログラムを用いて、19 名の看護師に介入し、レジリエンス力とメンタルヘルスの変化を調査するとともに、対照群として先行研究で自己価値感の向上効果が明らかにされているアサーションプログラムを看護師 15 名に研修し、前後における測定尺度値の統計的比較により、その有効性を検討する（研究課題Ⅳ）。最後に、研究課題Ⅳの縦断的調査として、プログラムに参加した看護師を対象に、介入 6 カ月後に郵送法による質問紙調査を行い、介入を行わない非介入群との比較試験により、行動特性とメンタルヘルスの変化に加えて、不安傾向が低下するかどうかというレジリエンス力の変化を検討したものである（研究課題Ⅴ）。

(結果と考察)

量的調査から得られた結果は、周りからの「良好な情緒的支援認知」と「ソーシャルスキル自己効力感」を糧に、他者評価のへの依存から脱し、自分を信じて行動する「自己報酬型自己認知」を高めることが、レジリエンス力の強化をもたらすということだった。また、質的調査から得られた結果は、「自己報酬型自己イメージ脚本を描く」こと、「ソーシャルスキルを高める」ことがレジリエンスの発揮につながるということだった。

そこで研究課題Ⅳにおいては、レジリエンス力を高める内発的な報酬を追及する自己イメージを高める介入プログラムを実施すると、研修前後でほぼすべての尺度が有意に改善したのに対し、アサーションプログラムでは自己価値感のみの改善であった。

次に介入プログラムの6カ月後の効果を検証するため、対照群として非介入群を設定し、研修前･研修後･6カ月後の3時点の測定尺度値を多重比較により検討した。非介入群の0時点から6カ月後は、尺度値の有意な変化は認められなかったのに対して、介入プログラムは受講前と受講後、6か月後の測定尺度の比較において、問題解決型行動特性を除くすべてのレジリエンス関連尺度や不安傾向が減少するというレジリエンス力の面で有意な改善が見られた。

介入プログラムでは、他者からの評価を求める外発的な報酬を求めるのは、周りへの恐れがあり、それは幼いころの養育者との関係が恐れの記憶を持つことがあるためと捉える。養育者は両親とは限らない。私たちの受精卵の80%以上は生まれてこないが、本人の望むきょうだいを想定し、本人の「あるがままの自己」に対する望むきょうだいの慈しみ笑顔のイメージ表象をもてることで、「あるがままの自己」で生きる内発的な報酬を追及することに恐れがなくなるというSAT療法の理論的仮説に基づいて構築されている。望むきょうだいの代理顔表象をもてることで、実際の養育者である両親への要求水準が低下し、両親の顔表情は自動的に笑顔や穏やかなものとなる。大脳にとっては、過去と現在の区別はない。過去につくられようが、現在つくられようが、神経細胞間のシナプス結合があるかどうかである。従って、養育者からの慈しむ笑顔がもてるようなイメージワーク（脳内体験）により作り出された自己イメージ脚本は、日が経過し、繰り返し思い出されることで、脳内の報酬系神経シナプス回路を作り、イメージは脳にとって現実認知となったと考えられる。

(結論)

本研究では、個別療法としてのSAT療法の理論に基づき自己報酬型の自己イメージ脚本への変容を目指す集団介入プログラムを開発し、実施し、介入後から6カ月後のレジリエンス力に関連する自己価値感の高さ、自己表現力の高さ、他に支援を求められる求援力が持てるという自己イメージ脚本が改善され、レジリエンス力としての不安傾向が有意に軽減される、6カ月後の効果が確認された。このことから介入プログラムがレジリエンス向上に寄与したと言える。

審査の結果の要旨

本研究は、深刻なメンタルヘルス問題を持ち、離職率の高い看護師に対し、レジリエンス力（精神的回復力）を高めることで、ストレス耐性の高い自己イメージ脚本を持たせることができるかに関する挑戦的な集団介入研究である。個別療法としてのSAT療法の理論に基づき自己報酬型の自己イメージ脚本への変容を目指す集団介入プログラムを開発し、実施した結果、介入直後や6カ月後においてレジリエンス力を示す不安傾向の有意な減少につながったというものである。

本研究の知見は、メンタルヘルスに関する専門雑誌の2つの原著論文に掲載され、専門分野での評価を得ているものであり、その社会貢献への可能性に富む研究とした評価した。

平成23年12月19日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行い、最終試験を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士（ヒューマン・ケア科学）の学位を受けるに十分な資格を有するものと認める。