

# 健康心理学における援助要請

心身のケアを届けるために

企画・司会者 飯田 敏晴 (山梨英和大学人間文化学部)  
 企画・司会者 中村菜々子 (兵庫教育大学発達心理臨床研究センター)  
 話題提供者 永井 智 (立正大学心理学部)  
 話題提供者 松井 智子 (大阪医療センター/公益財団法人エイズ予防財団)  
 話題提供者 中村菜々子 (兵庫教育大学発達心理臨床研究センター)  
 話題提供者 飯田 敏晴 (山梨英和大学人間文化学部)  
 指定討論者 大竹 恵子 (関西学院大学文学部)

## 企画趣旨

健康心理学は、人が健康的で自立した生活を送るために、多くのプログラムを開発しその有効性を実証してきた。しかしながら、有効なプログラムが存在したとしても、個人がそれを認知し、主体的に選択・活用しなければ、プログラムの恩恵を受けることができない。このような問題に対して健康心理学では、個人の動機付けレベル(例えば、変容ステージ)に応じて、健康行動への興味や関心を惹きつけ、そしてそれを持続できるような働きかけが検討されている。一方で、それらのプログラムの実際的な効果が生じるまでの時間的遅延や汎用性の担保の問題、あるいは、動機付けのきっかけとなるような環境要因を考慮することなどについては、検討の余地が残されていると思われる。

専門的サービスへのアクセスを促進することを目的として、主にメンタルヘルスの領域で行われてきたのが、援助要請(help-seeking)研究である。本邦では、2000年初頭から現在まで、多くの研究知見が報告されるようになってきた(水野他, 2017)。その最大の目的は、個人が独力では解決困難な問題に直面した際、助けを求められない人の理解と援助のあり方を検討することにある。援助要請に基づく研究や実践は、メンタルヘルスのみならず、身体の健康を考えていく上でも極めて有効と考えられる。そこで、本シンポジウムでは、援助要請について理解を深め、身体疾患患者の心身の健康においてこの概念がどのように適応しうるか考えていきたい。

シンポジウムでははじめに、援助要請研究の歴史と測定法について報告(永井)し、次に、がん(松井)、腎疾患(中村)、そしてHIV/AIDS(飯田)での研究や実践について報告する。これらの話題提供を受け、大竹恵子先生による指定討論を経た上で、登壇者と参加者間でのディスカッションを行い、健康心理学領域における援助要請の研究および実践活動の可能性について検討を行う。なお、シンポジウムの話題提供者はいずれも援助要請研究会(<https://sites.google.com/site/helpseekingjp/>)のメンバーである。

## 話題提供者 永井智「援助要請研究の歴史と測定法」

助けを求められない人の理解と援助を行う上では、そうした人々の実態を把握するとともに、彼らの援助要請の傾向を適切に測定することが不可欠である。現在のような健康・医療・臨床領域における援助要請研究が行われるようになった

のは、Fischer & Turner (1970)が援助要請態度測定の尺度である Attitudes Toward Seeking Professional Help Scale を発表したことが大きなきっかけの一つとなっている。以来、関連する心理学理論の発展に伴って様々な側面から援助要請を測定する手法が開発されてきた。わが国では、援助を受けることに対する認知の枠組である「被援助志向性(水野・石隈, 1999)」という概念が提唱されて以降、派生する様々な研究が行われており、適切な援助要請の促進に向けた模索が続いている。

こうした研究において特に問題となるのが、実際の援助要請行動を十分に予測するモデルや指標の必要性である。援助要請を説明する理論やモデル、それに伴う指標については、既に様々なものが提唱されており、それに基づく介入研究も多く実施されている。しかしながら、各々理論・モデルとも一定の課題が存在し、最適なモデルが存在している訳ではない。

本発表では、こうした測定や理論を巡る援助要請研究の歴史を概観するとともに、健康・医療面での適切な援助要請を促すための視点について紹介する。

## 話題提供者 松井智子「がん患者の援助要請行動の研究成果」

がん患者は不安などの心の問題、症状や副作用、対人関係といった様々な問題を抱えている。それらを解決するために有益な心理社会的サポートサービス(e.g., 精神腫瘍科)が用意されているが、問題を抱えるがん患者の多くが援助を求めていると言われていない(e.g., Matsui & Tanimukai, 2017)。このような状況を解消するために、援助要請行動の分野で多くの研究がなされ、欧米を中心にがん患者の心理社会的サポートサービスの利用や利用意図に対する関連要因が非常に多く報告されている。しかしながら、援助要請行動はその内容の違いや文化による影響が考えられるため(e.g., Matsui & Taku, 2016)、わが国におけるがん医療の現場に即した検討が必須であると考えた。また、がん患者の心理社会的サポートサービスに対する援助要請行動を促進する介入はほとんど報告されていないのが現状である。

本発表では、特に外来通院中のがん患者を対象とし、トランスセオレティカル・モデルを応用して行った研究を紹介する。1つ目の研究では、自身の問題の認識と心理社会的サポートサービスの利用への動機付けに基づいて分類した行動変

容ステージ(以下、「利用ステージ」)を用いた。各利用ステージの特徴を把握し、利用ステージごとで心理社会的サポートサービスの利用に対する援助要請行動の促進要因・阻害要因を検討した。2つ目の研究では、心理社会的サポートサービスの利用を促進するためのサービスとして、各利用ステージに対してテラード・メッセージを用いたチラシを作成し、チラシ提示後の心理社会的サポートサービス利用率と心理社会的サポートサービスの利用に対する態度の変容について検討した。(本発表における研究はJSPS 科研費 JP15J02668の助成を受けて実施した)

#### 話題提供者 中村菜々子「腎疾患患者の心理的ケアに対する援助要請の実態」

腎臓を構成する糸球体は損傷すると再生しないという特徴がある。また腎臓は機能が半分程度に低下するまで臨床的な症状がほとんど見られない。つまり、腎疾患は治癒しないにも関わらず、発見が遅れることの多い疾患である。腎機能が失われると(末期腎不全)、患者は腎代替療法(人工透析:患者数は現在約31万人、移植:同3万人)を受療する。人工透析は、経済的・身体的・心理社会的な負担が大きい治療であるため、慢性腎臓病(Chronic Kidney Disease: CKD、腎機能障害の程度でハイリスク群とステージ1~5に分類:患者数は推計1,330万人)の早期からの予防の重要性が強調されている。この領域で援助要請は、1) CKD早期ステージでの専門機関受診、2) セルフケア実施に関する専門家への援助要請、3) メンタルヘルス不調時の専門家への援助要請といったテーマで展開しようが、研究・実践は不足しているのが現状である。

本発表では、腎疾患領域における心理的ケアに対する援助要請の実態調査について報告し、この領域の課題を検討する。研究1として、CKD患者360名(平均57.6歳)および透析患者209名(平均52.0歳)にウェブ調査を行なった。心理的ケアの受療経験は、透析患者では心理的ケア専門家(精神科医・臨床心理士)からケアを受けた経験は1割未満であったが、約3割が透析に関わる医師・看護師から心理的ケアを受けたと回答した。一方CKD患者では、心理的ケアを受けたと感じた者は医療スタッフを含めても約1割に過ぎなかった。研究2では、透析部門に勤務する医療職者447名に心理的ケアに関する質問紙調査を実施した結果(平均39.7歳;職種は看護師、臨床工学技士、医師、その他)、約7割が透析患者の心理的ケアの必要性を認識していた一方で、心理的ケア専門家と実際に協働した経験率は低かった(精神科医17.9%、臨床心理士7.8%)。結果から、CKDでは医療者・患者への心理的問題やケアの認知度向上、透析ではゲートキーパーである医療スタッフへのアプローチが重要であることが示唆された。(研究実施にあたり日本心理臨床学会の助成を受けた)

#### 話題提供者 飯田敏晴「HIV/AIDS医療領域での援助要請促進を意図した介入実践」

ヒト免疫不全ウイルス(HIV)は、ヒトの体をさまざまな細菌や病原体から守る免疫細胞に感染し、その免疫細胞を破壊する。近年、医学の進歩によって、この破壊の機序を変える薬を内服し続けることで、重篤な免疫不全により発症する日

和見感染症や悪性腫瘍の発症(AIDS)を防ぐことができるようになった。一方で、平成28(2016)年の「エイズ発生動向」によれば、“HIV感染者”と“エイズ患者”の合計数は、1448名であって、この数は横ばいの傾向にある。また、日本でのHIVの主な感染経路は、人の性行動に由来する。いわゆる「性感染」である。性感染症は、HIVに限らない大きな特徴として、自覚症状が軽度であったり、無症候性であったり、といったことが挙げられる。以上から、HIV/AIDS予防を目的とした健康心理学的研究を実施する場合には、1) コンドーム使用に関わる意識変容を目指した予防教育、2) 保健所等でのエイズ検査・相談、電話相談、医療機関への援助要請促進、3) HIV陽性者の長期療養過程における心理社会的負担へのコーピング方略(周囲のサポート資源への援助要請を含む)の維持・獲得、という課題が挙げられよう。

報告者は、HIV/AIDS医療の分野において、電話相談施設、医療機関、あるいは保健所等が提供するエイズ検査・相談の利用促進に関わる調査研究(例として、飯田(2016))と、援助要請研究の知見を活かした援助実践に従事してきた。そこで、上記課題のうち、2)と3)に焦点を当てる。実践1として、ウェブ上において20歳代から60歳代の男女を対象とした、エイズ検査・相談利用促進を意図した介入研究の成果を、実践2として、首都圏総合病院におけるHIV陽性者を対象としたカウンセリング・サービス提供における工夫や、援助要請を間接的に促進する関係職種へのアプローチの実際を、実践3として、HIV陽性者やリスク層にある者を考慮した啓発活動や今後の展望について論じたい(実践1および実践3については、科研費若手研究17K13950の助成を受けた)。

#### 利益相反開示

本シンポジウムの発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業等はありません。

#### 引用文献

- Fischer, EH & Turner, JL (1970). Orientations to seeking professional help: Development and research utility of an attitude scale. *J Consult Clin Psychol*, **35**, 79-90.
- 飯田敏晴 (2016). エイズ相談利用促進に関わる規定要因の心理学的検討. 風間書房.
- Matsui, T & Tanimukai, H (2017). The use of psychosocial support services among Japanese breast cancer survivors. *Jpn J Clin Oncol*, **47**, 743-748.
- Matsui, T & Taku, K (2016). A review of posttraumatic growth and help-seeking behavior in cancer survivors: Effects of distal and proximate culture. *Jpn Psychol Res*, **58**, 142-162.
- 水野治久監修 (2017). 援助要請と被援助志向性の心理学: 困っていても助けを求められない人の理解と援助. 金子書房.
- 水野治久・石隈利紀 (1999). 被援助志向性, 被援助行動に関する研究の動向. *教育心理学研究*, **47**, 530-539.
- (IIDA Toshiharu, NAKAMURA Nanako, NAGAI Satoru, MATSUI Tomoko, OTAKE Keiko)