スマート技術を活用したメンタルヘルスケアサービスにおける健康心理学的アプローチ

韓国専門家側と日本専門家側のインタビュー調査を中心として比較研究

李 璟娥（立命館アジア太平洋大学院博士後期課程）

キーワード：スマート技術, メンタルヘルスケアサービス, 健康増進

目　的

本研究の目的は，韓国と日本のメンタルヘルスケアサービスにおける包括的な健康心理学的アプローチのために、いかなるスマート技術が有効であるか、また心身とも健康な生活を営む病気にかかることを予防するには、いかなるスマート技術を通して予防、治療そして増進するシステムが可能であるか、その可能性や効果性について明確にすることである。少子高齢化社会である韓国と日本の心の健康は、緊急措置が必要な多くの課題に直面している。経済的にも先端技術的にも発展した、両国は意外と自殺率が非常に高く、メンタルヘルスケアへのアクセスは社会的なスティグマによって利用する事が難しい。健康心理学者は、人々の健康増進のために最も問題となるリスクを修正する事、行動変化プログラムの一番重要で効果的な要素を低コストで統合する事とインターネットや携帯電話のような新技術を活用して、効率的に介入することに優先順位を置く。米国、カナダ、ニュージーランド、オーストラリア、イギリスでもメンタルヘルスケアの関連スマートテクノロジー、例えば、電子セラピー、バーチャルリアリティ治療、ウェアラブルデバイス、スマートフォンアプリケーション、うつ病治療用ロボット等を適用、すでに開発して使用し、研究を続ける。

方　法

調査方法は、インタビュー方である。調査協力者は、臨床心理士、相談心理士、地方政府の福祉分野の公務員、心理学教授、キャリア 5 年以上の精神科医、家庭医学科専門医、 キャリア 15 年以上の総合病院の看護師は、技術開発者、心理カウンセリングを受けた経験がある人である。調査人数は、26 人（韓国人 17 人、日本人 9 人）である。調査期間は、2017 年 7 月から 2018 年 1 月までである。インタビューの総時間は、15 時間 10 分である。インタビュー内容は、調査協力者の了解を得たうえで IC レコーダーを用いて録音し、逐語記録を作成している。調査協力者の選考理由について調査対象は、まだ韓国と日本では知られていない分野で、先ず専門家にインタビューをすることである。主要な質問項目は、精神的健康増進のためのスマートテクノロジーの役割のプロトタイプ適用についての見解、スマートテクノロジーが従来のパラダイムを変化させ、ユーザーが継続的に使用する可能性の可否である。分析方法は、定性的（質的）コ － ディングである。倫理的配慮に関し、本調査は研究者が所属する大学院のレサーチオフィスによる審査を受けた上で行った。発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などは無。

結　果

本研究の結果について、以下のように「日本側が考えるスマート技術を活用したメンタルヘルスケアサービス」と「韓国側が考えるスマート技術を活用したメンタルヘルスケアサービス」に分けて説明を行う。（カテゴリーは＜＞で、コードは『』で示している。＜メンタルヘルスケアサービスの為の、スマートテクノロジーの概念＞は、日本ではまだ『メール』や『SNS』による『テキストベースのカウンセリング』のような簡単な方法でも自体がまだ方法が確立していない領域である。韓国では 4 次産業革命に合わせ、『人工知能』、『ビッグデータ』等の用語には慣れているがメンタルヘルスケアへの適用する事には日本と同じく『初期段階』である。＜目的別使用の可能性＞は、日本側は『メンタル健康に関しては、早い診断が重要であり、もし診断から出来れば役に立つ』、韓国側は、『セルフケア』、『持続的なデータ管理』が出来れば良い方法に成りそう）。＜使用者別の可能性＞は、『アクセスの容易性』、日本と韓国の状況に合う『大衆化の可能性はまだ分からない』、『包括的介入はまだ無理』。＜全般的な見解＞は、開発者、心理学者やカウンセラーは大体肯定的だが、精神科医は否定的な見方が多かった。将来展望に期待している韓国側とは違って、日本側では、開発関連者外は否定的だった。

考　察

本研究の考察について、日本と韓国でのメンタルヘルスケアへのスマート技術の適用はもう始まっている。＜メンタルヘルスケアサービスの為の、スマートテクノロジーの概念＞は、次第に樹立されていくものとみられる。『実際に使用された証拠ベースの事例』が活用条件になる。＜可能性＞は、『診断』、『セルフケア』、『アクセスの容易性』、『持続的なデータ管理』等の期待、スマート技術を活用したメンタルヘルスケアサービスへの可能性が明らかになった。『潜在顧客からのテクノロジーの受容可能要因』を調査してスマート技術を活用したメンタルヘルスケアサービスの受け入れの可能性、効果性、継続的な研究が必要だ。本研究では、メンタルヘルスケアの為のスマートテクノロジーを使用して予防と治療する可能性について，健康心理学の方面から多角的に調べることである。メンタルヘルスケアの為に現在開発されているスマート技術は必要となり、既存のメンタルヘルスケアへのアクセスの難しさを容易する為にも重要となる。特に精神的健康の包括的管理を目指して、色んな精神健康関連スマー技術を分析して日本と韓国の状況に合う包括的介入を提語するものである。

(LEE Kyeong Ah)