

博士（人間科学）学位論文 概要書

慢性疾患患者を対象とした
健康行動学習プログラムの開発とその臨床的応用

1998年1月

早稲田大学大学院人間科学研究科

金 外淑

指導教授 坂野 雄二



本研究の目的は、慢性疾患患者を対象として、治療に対するセルフコントロールの獲得を目的とした健康行動形成に対する指導プログラムを開発し、臨床的実践への提案を行うことであった。本研究は、大きく2つの部分から構成されている。第1は、慢性疾患患者がセルフコントロールを獲得する際に必要な個人に応じた援助方法論に関する基礎的な検討であった。第2は、健康行動とセルフコントロールを獲得するための健康行動学習プログラムを開発し、その臨床的効果を検討することであった。本研究は全10章から構成されている。

第1章においては、慢性疾患に対する従来の医学的患者教育に焦点をあて、そこにおける認知行動変容を目的とした心理教育的介入プログラムの役割が論じられた。また、第2章においては、治療過程におけるセルフコントロールの獲得と向上を考える際、認知行動療法の視点から心理教育的介入や健康行動の形成をねらった指導をより効果的に展開するために、以下のような問題点が指摘された。それらは、①セルフコントロール獲得過程に影響を及ぼす要因の測定尺度を作成する必要性、②セルフコントロールを獲得する過程にどのような要因が影響を及ぼしているかに関する理論的モデルを構築する必要性、③健康行動形成に対する具体的な学習指導プログラムを作成する必要性、④治療に役立つ介入プログラムを臨床場面に応用するために作成したプログラムの効果を検討する必要性、のそれぞれであった。そして、これらの問題点を明らかにする意義が述べられた。

第3章においては、上記①の問題を解決するために、「健康行動に対するセルフ・エフィカシー」尺度および、「疾患に対するソーシャルサポート」尺度が作成され、それらが高い信頼性と妥当性を備えていることが確認された。また、糖尿病患者のための食行動、外食行動、疾患に対する知識についてのセルフモニタリング用チェックシートが作成された。

第4章においては、上記②の問題を解決するために、セルフ・エフィカシーが心理的ストレス反応に及ぼす影響について検討を行った結果、セルフ・エフィカシーを高く持つことが心理的ストレス表出を軽減し、セルフコントロールを獲得

する過程に大きく寄与することが示された。続いて第5章においては、患者個人がセルフコントロールを獲得する際の、セルフ・エフィカシーとソーシャルサポートのそれぞれが心理的ストレス表出に及ぼす影響を検討した結果、「疾患に対する行動的サポート」→「疾患に対する対処行動の積極性」・「健康に対する統制感」→「ストレス反応の軽減」という認知行動的介入の理論モデルが構成された。すなわち、ソーシャルサポートがストレス反応に直接に影響を及ぼすのではなく、セルフ・エフィカシーを介して間接的にストレス反応を軽減している可能性が示唆された。

第6章においては、第5章までの結果に基づいて、セルフコントロールの獲得とライフスタイルの改善など、患者自身がその対処方法を見つけることを援助する指導に焦点を当てた生活指導プログラムが作成された。そして、第7章においては、インスリン非依存型糖尿病患者を対象として、生活指導プログラムによる行動変容の試みと患者のセルフコントロール獲得に基づいた動機づけの検討が行われた。その結果、治療に対する動機づけが高い患者は、プログラムの進行とともに学習への動機づけが高まり、患者自身のセルフコントロールの能力も高くなることが示された。そして、第8章では、介入効果の持続性を検討するとともに、別の患者群に対しても指導を行い、その効果の検討が行われた。その結果、介入によって動機づけが高まった患者でも、時間が経過することによって、1年間程度で動機づけが低い患者との差が見られなくなることが示された。そこで、第9章においては、セルフコントロールの形成が困難であると判断された患者を対象として、患者個人のセルフコントロール能力に合わせて指導の内容を修正しながら継続的な検討が行われた。その結果、認知行動的指導プログラムの進行に伴って、セルフコントロールを獲得するスキルを学習し、維持されていることが示された。

最後に第10章においては、本研究の結果に対する全体的な考察が述べられた。その概要は、①セルフ・エフィカシーを高めるような何らかの介入を行うことで、

患者の治療を促進することが可能になると考えられることから、認知行動的介入を基本とした介入プログラムが慢性疾患患者の健康教育として有効である、②プログラムの臨床的応用に関する検討結果から、治療に対する動機づけが高い患者は、プログラム進行とともにセルフコントロール能力が高まるが、その効果を維持させるためには、プログラム内容に個人的な事情に即した多様性を持たせることが必要である、などの点である。最後に、本研究で得られた結果から示唆される健康行動学習指導プログラムの臨床的意義が考察された。