

## 精神科病院における 思春期プログラムの取り組み

医療法人社団 五稜会病院

○小林祥子 松岡みずほ  
春名奈央子 鈴木由美子

第9回北海道病院学会  
平成21年7月4日 札幌市

### はじめに

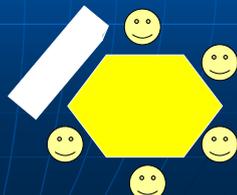
- 当院はストレスケア・思春期病棟を有する単科精神科病院である。
- 思春期患者の平均在院期間は47.7日
- 入院中の思春期患者を対象にしたプログラムの開発が必要となった。
- 2007年3月から実施したプログラム開発の取り組みについて報告する。

### 方法

- 2007年3月～2009年3月までの計82回のセッション(延べ人数184人)を対象とする。
- グループ記録、グループ前後の参加者の変化、スタッフからの情報収集を行った。
- セッション内容と参加者の反応により、思春期特性に合ったプログラム内容と方法を明らかにする。

### グループ概要

- グループ名称:『10代ミーティング アネモネ』
- 対象: ストレスケア・思春期病棟入院中の10代患者
- 構造: 週1回、1時間、オープングループ
- 参加スタッフ: 看護師・心理士・精神保健福祉士
- 平均参加人数: 3名
- 診断: F3(気分障害)  
F4(神経症性障害)



### 開始期のプログラム内容(グループ開始～3ヶ月間)



### 当院ストレスケア・思春期病棟 における思春期ケースの特性

- 不登校ケースが多い
- 家族問題を有することが多い
- 問題を言語化するのが苦手
- 課題と直面するのが苦手
- 感情の処理が苦手
- 解決策のレパートリーが少ない
- 他人からどう見られるか気にする
- 自分がどう感じているかわからない

### <病棟での様子>

20代～30代の入院者の影響を受けやすい

背のびして振る舞う  
(不釣り合いな大人っぽさ)

緊張状態

素直な自己表現ができない

安心して自己表現できる居場所  
同世代の仲間が必要！！

### プログラムの見直し

#### 子どものころを育てる「自己表現」を行うために必要な3つのプロセス

1. 自分の気持ちにいいに意識を向ける時間・空間をもつ
2. 自分を表現する(気持ちや浮かんできたイメージなどを表現する)
3. 自分や友人が表現したものを分かち合う

引用文献:「とじ込み式 自己表現ワークシート」著者 大竹直子 図書文化社

#### 二本柱

ゲーム的要素 自己表現

カードゲーム  
(アングゲーム)

笑い

安心

非競争性

自己表現シート

#### グループルール

- ①お互いの批判非難はしない
- ②この場で話された事は口外しない
- ③話したくない時はパスできる

### 自己表現ワークシート その①



引用文献:「とじ込み式 自己表現ワークシート」著者 大竹直子 図書文化社

### 自己表現ワークシート その②



引用文献:「とじ込み式 自己表現ワークシート」著者 大竹直子 図書文化社

### 結果

#### 【メンバーの変化】

- 当初見られた「沈黙」「途中退席」などの拒否反応はなく、入院中の継続参加が可能となった。
- シートを見せ合う場面で、「他の人も同じ気持ちだったことがわかって安心した。自分だけじゃない」などの発言が多く見られた。
- 言語化できない気持ちを絵や図で表せるようになった。  
(例: 母親に対する拒絶する態度があったメンバーが、シートの中では母親が自分にとって大きな存在であることを図で表現)

#### 【病棟スタッフからの声】

- スタッフも同じシートを使い、自己開示することで、スタッフを身近な存在と感じてくれている言動が増えた。
- 病棟では見られない姿が見られた。

### 考察

- 「自己洞察・問題解決」を促す教育的プログラムよりも、ゲーム感覚で取り組めるカードやシートを用いた「安心して自己表現できる」プログラムの方が、思春期ケースの抵抗感が低くなる
- 自己表現シートの「気持ちにかたちを与える」作業は、客観的に自分をながめることが可能となり、思春期の子ども「自己認識力」を高めることに役立つ事が示唆された
- 「競争」「勝ち負け」に関係なく、少人数で自己表現できる場の保証は安心感をもたらす  
(グループールの重要性)