

平成22年度
日本心理学会第74回大会

入院患者を対象としたアサーティブネス・
トレーニングの効果

春名大輔

平成22年9月20日 大阪

はじめに

- 当院のストレスケア・思春期病棟では、コミュニケーション場面に対しての悩みやストレスの訴えが多く、2008年2月より、入院患者を対象とした集団アサーティブネス・トレーニングプログラムを開始した。
- 2008年12月よりプログラム内容を改訂したところ、継続して参加する患者が増加した（春名、2009）。

プログラムの概要

- テーマ①『権利を知ろう』→アサーション権
- テーマ②『相手が理解しやすい言葉を選ぶ』→言語的工夫
- テーマ③『つぶやきに目を向ける』→認知的工夫
- テーマ④『言葉癖を知る』→非言語的工夫
- テーマ⑤『外見に気を配る』→非言語的工夫

- アサーション権や言語的工夫・認知的工夫では、心理教育を中心としている。
- 非言語的工夫では、ロールプレイの場面を設け、実際に練習してもらう。

期待されるプログラムの効果と指標

- 本プログラムの効果として自己表現の向上が期待される。それには、コミュニケーションをとるという行動が増えることが望ましい。
- そこで、本プログラムでは、効果の指標の一助として、自己表現に対するセルフ・エフィカシーと主観的満足度を測定している。

セルフエフィカシーと主観的満足度

- セルフ・エフィカシーがより高まることで、コミュニケーションをとる行動が増加する可能性が高まり、結果として自己表現の向上が期待できる。
- 自分自身の自己表現に満足を得られることは、コミュニケーションによって生じるストレスの緩和やコミュニケーション行動の増加にも繋がることを期待される。

目的

入院患者を対象として実施しているアサーティブネス・トレーニングが、参加者の自己表現に対するセルフ・エフィカシー及び主観的満足度の改善に有効かどうかを検討する。

対象者と分析方法

- 2008年12月1日から2010年7月26日に、全てのプログラム（全5回）に参加された31名を分析の対象とした（Table 1）。
- 初回の参加申し込み時点（以下、初回時）と5回目の参加申し込み時点（以下、5回時）でのセルフ・エフィカシーと主観的満足度を比較した。
- 分析には、対応のある2群のノンパラメトリック検定を用い、Wilcoxonの符号付き順位検定を行った。

対象者

Table 1. 対象者の人数、平均年齢、平均入院期間、診断の内訳

対象者数（男性,女性）	31（7,24）
平均年齢（±SD）	36.58（±8.99）
平均入院日数（±SD）	88.74（±44.32）
診断（人数）	
気分障害	24
神経症性障害	6
人格障害	1

指標の測定

- セルフ・エフィカシーと主観的満足度は以下の質問文を用いて、10件法で回答を求めた。

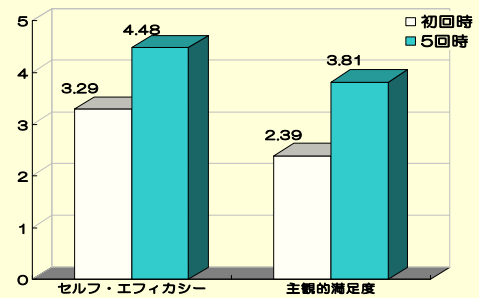
セルフ・エフィカシー

Q.現在の自分自身の自己表現について、どの程度上手く出来ていると感じていますか？

主観的満足度

Q.現在の自分自身の自己表現について、どの程度満足をしていますか？

指標の平均値



検定

Table 2. 検定統計量

	Z	漸近有意確率
セルフ・エフィカシー		
初回時・5回時	-3.306	.001
主観的満足度		
初回時・5回時	-3.643	.000

結果

- 検定の結果から、初回時と5回時のセルフ・エフィカシー及び主観的満足度に有意な差がみられた。
- したがって、本プログラムが自己表現に対するセルフ・エフィカシーの向上、自己表現に対する満足感の向上に有効であることが示唆された。

指標の変化に影響した要因

- セルフ・エフィカシーが変化する要因として、①遂行行動の達成、②代理的経験、③言語的説得、④情動的喚起が挙げられている（坂野・前田，2002）。
- トレーニング参加を通して、ロールプレイによる経験（上記①と④）、他者のコミュニケーションのモデリング（上記②）、コミュニケーションに関する知識を得たこと・他者からの肯定的なフィードバック（上記③）が影響したと考えられる。
- このような要因の影響によって、自身のコミュニケーションについての理解がポジティブな方向へ変化し、主観的満足度も変化したのではないかと考えられる。

指標の向上に関する考察

- セルフ・エフィカシーや主観的満足度が向上したことは、プログラムによって、コミュニケーションにおける自身のスキルや行動に、より肯定的な評価がなされるようになったと考えられる。
- より肯定的な評価がなされることで、コミュニケーションに対する積極的・肯定的な行動の増加やストレスの緩和に繋がることが期待できる。

今後の課題

- 統制群との比較検討。
- コミュニケーションに対して、積極的・肯定的な変化や実際のストレスの緩和が生じているかどうかについて観察や他者評価等を用いて、より客観的に評価することが必要。

参考文献

- 春名大輔（2009）ストレスケア・思春期病棟でのアサーショントレーニング～プログラム改訂後の効果検討～ 日本心理学会第73回大会，410。
- 坂野雄二・前田其成（2002）セルフ・エフィカシーの臨床心理学 北大路書房