

第12回日本認知療法学会
2012年11月23～24日
東京ビックサイト

うつ病・うつ症状を主症状とする患者に対する セミナー形式の心理教育プログラムの効果検討



中村 亨

医療法人社団 五稜会病院
〒002-8029札幌市篠路9条4丁目2番3号
TEL:011-771-5660 FAX:011-771-5687

治療に対する考え方の変化

治療者が患者に治療を施す。



治療者と患者(及びその家族)との協働した問題解決。

協働した問題解決には、メンバー間の共通理解が重要と言われている。

しかし、限られた診療時間の中で、患者とその家族に心理教育を行ない、治療に必要な知識を伝え、共通理解を図る時間を確保するのは限界がある。



セミナー形式で心理教育プログラムを実施。

テーマ:うつ病, 不眠症, 発達障害, 社会制度・資源・・・

うつ病の心理教育

プログラムのねらい:

患者とその家族の積極的な治療参加の促進.

プログラムに参加することで期待される変化:

- 自分(家族)の病気について知識が増す.
- 自分(家族)が改善していく見通しが増す.
- 気分状態が改善する(少なくとも悪化しない).



積極的に治療に取り組むことを促進する.

研究の目的: 1回のセミナー形式の心理教育で上記のような変化が起っているかを検証する.

プログラムの概要

対象: うつの診断で治療中の患者, 及び, その家族.

- 診断による参加の制限は行わない.
- 入院・外来の区別なく参加が可能.

実施時間: 土曜午前, 約1時間.

講師: 心理士 1名(+1名).

心理教育の内容: ・ うつの諸症状.
・ うつの回復過程.
・ うつ病の治療.
・ 改善を図る時の注意点.

評価方法: 申込時点(プレ)とプログラム終了時点(ポスト)でアンケートを実施.

分 析 方 法

分析対象：心理教育前後でデータが得られた患者25名.

- 年齢： 36.80 ± 9.50歳.
- 性別： 男性 5名. 女性 20名.
- 治療状況： 入院中 11名. 外来 14名.
- 診断： 気分障害 19名. 精神病性障害 4名.
不安障害 1名. パーソナリティ障害 1名.

測定指標：

- 自己評価(10点満点).
 - ①「自分の病気に対して知識を持っている」と感じる程度.
 - ②「自分の病気を良くしていくことが出来そうだ」と感じる程度.
- 気分状態の測定：気分調査票(坂野他, 1994).
「緊張と興奮」, 「爽快感」, 「疲労感」, 「抑うつ感」, 「不安感」.

分析手法：プレ, ポストでWilcoxonの符号付き順位検定.

自 己 評 価 の 比 較

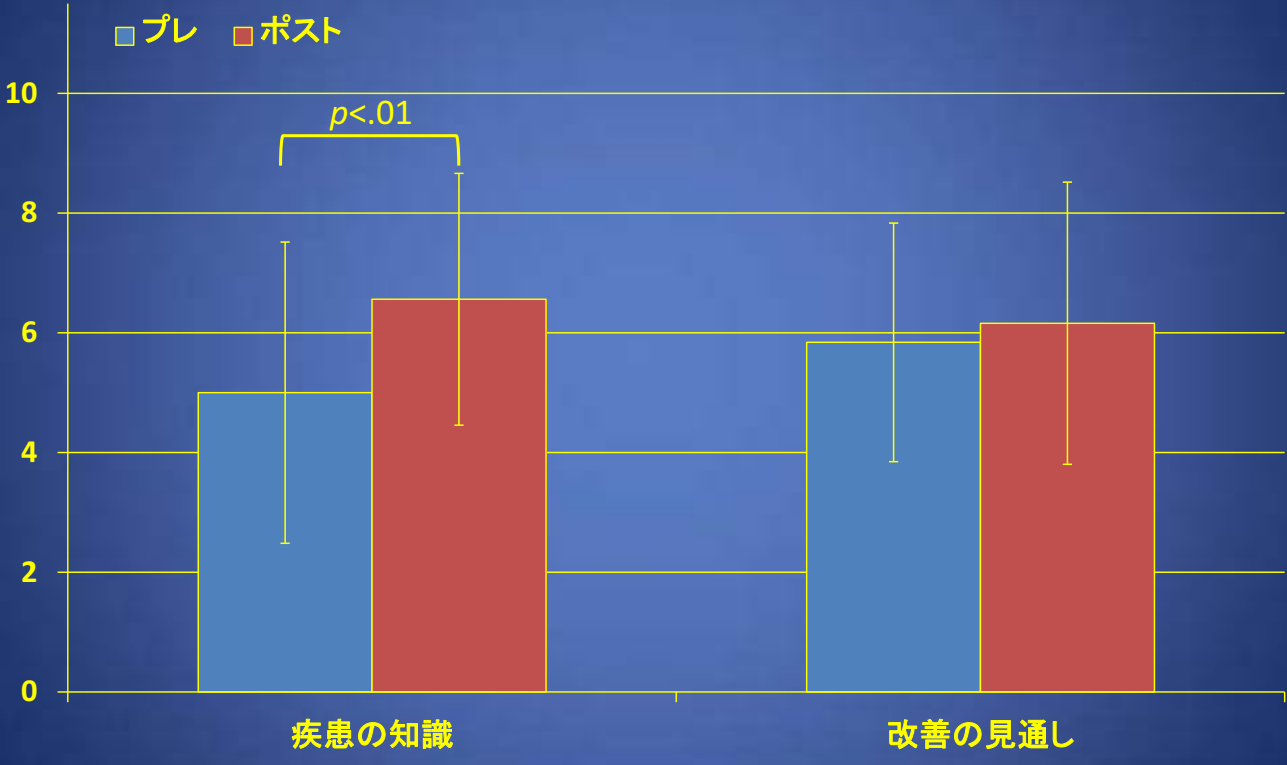


図1 疾患・治療に対する自己評価の変化.

気分状態の比較

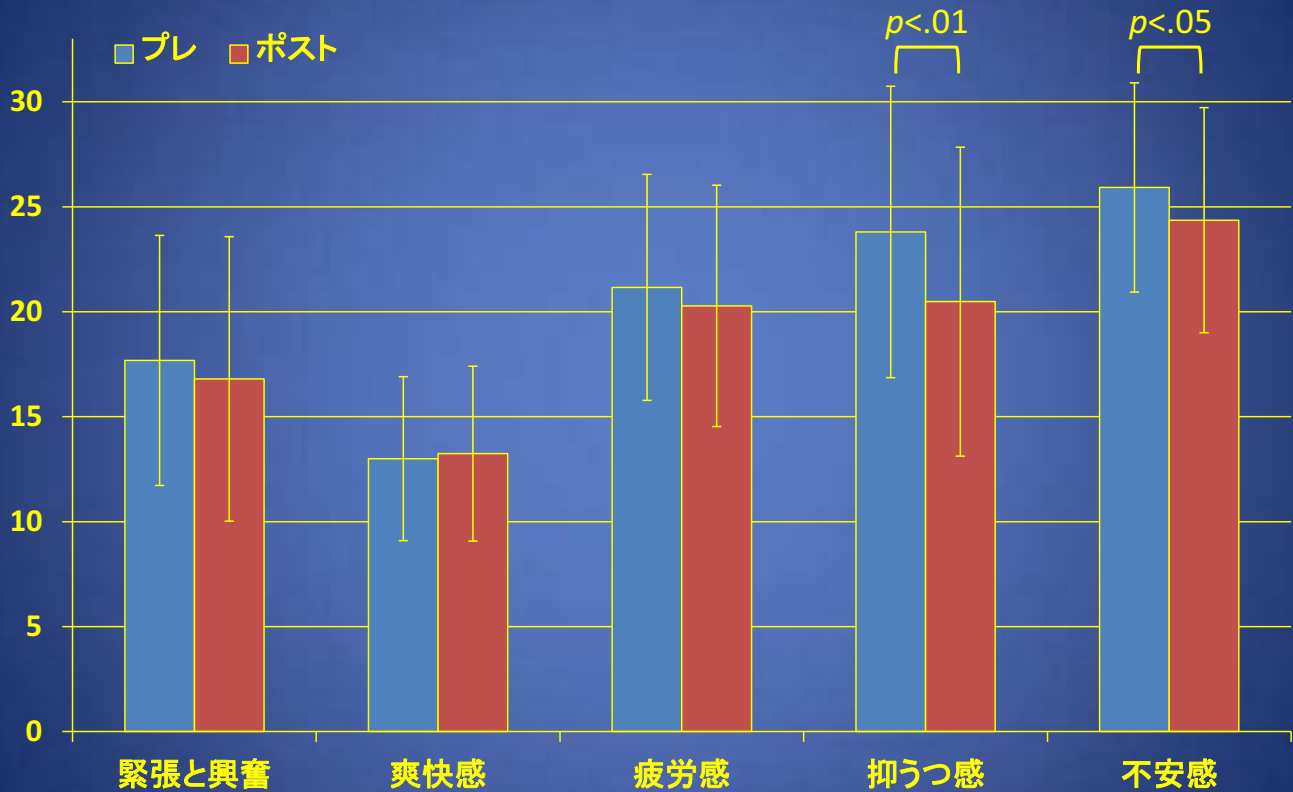


図2 気分状態の変化.

考 察

- 病気の知識を持っているという自己評価が増加.
- 抑うつ感, 不安感の軽減.

➡ プログラムで期待する変化と一致.
➡ 1回の心理教育でも知識向上, 気分改善を図れる.

- 改善していく見通しが強まることは確認できなかった.

➡ プログラムの修正が必要.

- 家族の変化を未検討のため, 今後検討が必要.
- 実際に治療参加の促進されているか, 追跡調査や対照群との比較が必要.
- 参加申込とプログラム参加に時間的開きがあり, 心理教育以外の要因の関与を否定できず, データ数も少ないため, データ数を増やして再検討が必要.