

GMC  
こころと身体クリニック  
五稜会病院

## 精神科外来の 看護カウンセリングにおける家族支援の実際 ～家族介入を通じての一考察～

医療法人社団 五稜会病院  
○ 柵山るみ 伊藤文美 上山ルミ子 佐藤静子  
鈴木大輔 八木こずえ(北海道医療大学) 中島公博

平成27年9月13日 全日本病院学会in北海道

GMC

## はじめに

- 近年、うつ病患者の中には、生活の中で問題が長期化、複雑化し、家族関係が影響し状態が安定しないケースが増えている
- 家族が相談できる場がないことで、家族全体が危機状態に陥り、家族介入するケースが増えている
- 看護カウンセリング外来での事例を振り返り、家族介入の意味や可能性、家族ニーズに応えるためのアプローチのあり方について考察する

五稜会病院倫理委員会の承認を得た

2

GMC

## 当院のカウンセリングシステム

### 看護と心理カウンセリングの違い

**看護  
カウンセリング**

- 精神看護における対人関係の理論と技法
- 傾聴ケアに基づく生活療養指導

**心理  
カウンセリング**

- 認知行動療法が中心
- セルフコントロールを身に付けストレスを和らげる

3

GMC

## 事例紹介

### 10代後半 女性 不安神経症

**家族** 両親・姉妹の4人家族

**主訴** 不安が強く一人でいられない  
交通機関を使えない

**目標** 不安なく一人ですごせる  
大学にいける

**経過**

- バイト先で嫌われた態度をきっかけに自分の呼吸を意識して動けなくなる
- 落ち着かず母親が付きっきり
- 症状増強時には入院歴あり

- 明るく活発、友人も多い
- 一方では、神経質、周りに嫌われないようにと思ったことが言えない
- 大人数の場が不安



Aさん

4

GMC

## Aさん主軸の関わりに限界を感じた時期 開始から約1ヶ月まで(2回)の経過

**<Aさんの経過>**

不安で一人で過ごせない  
交通機関を使えない

↓

目標を明確にし、行動を開始

↓

弱音を吐けずに我慢  
負荷と不安が増強した

↓

一人で課題に向き合えない

**<看護カウンセリングの介入>**

- 不安や思いを受け止め一緒に考えた
- 希望や意見を尊重した目標設定

↓

- 気分転換と行動拡大
- 交通機関を利用する練習

↓

**本人主軸の関わり  
生活環境のアセスメント  
家族へのアプローチ開始**

5

GMC

## 家族システムの課題に気づいた時期 1ヶ月～1ヶ月半(2回)の経過

### 母子関係の密着 家族システムに偏りが生じている

- Aさんの感情に強く共感
- 病状悪化で不安・絶望
- 1日中一緒にすごし疲弊



母 Aさん

- 一人では向き合えない
- もう失敗したくない
- 先のことを決められない

父 冷静にみつめている

- 一緒に調子が悪くなってる..
- どう手助けしたらいいのか

家族システムが変化すると  
Aさんが安定するのでは  
ないか？

6

### 家族システム変化の時期

1ヶ月半～2ヶ月(2回)の経過

**家族介入**

- ・困りごとを家族とNSカウンセラーが共有
- ・それらの困りごとを整理することに介入
- ・夫婦感でも協力ができるように調整

父のサポートを増やす  
Aさんと母の架け橋役

- 病院付き添い
- Aさんと電話
- 夫婦間の協力

母のサポートを減らす  
自分の時間を作る

- 仕事を再開し家から離れる
- Aさんの付き添いを減らす
- 個別カウンセリング
- 約束事は夫婦・カウンセラーと決める

### 家族システム変化の時期

2ヶ月半～3ヶ月(2回)の経過

**家族システム・本人の変化**

「自信がついた」  
「生活が安定した」

Aさん

母子の密着関係は  
緩和

家族関係の  
バランスが改善

人の大勢いるイベントに参加できた  
車で送迎から通学をスタートさせた  
不調になっても両親や病院に相談できるようになった  
学校や外出など行動を少しずつ拡大できた

### 考察

**家族介入の意味と可能性**

- 一対一の関わりによるケアに限界がある場合  
家族システムの視点を取り入れることでケアが効果的に展開する
- 家族介入により家族システムを変化させることは  
家族の自助機能を高め、本人のケアがより効果的になる
- 家族全体をひとつとしてとらえ関係性にアプローチ  
することが効果的である

### まとめと課題

**まとめ**

- 看護カウンセリング外来を効果的なものにするためには、  
家族全体のニーズをつかみ対応をする必要がある

**課題**

- 家族介入によってケア効果が高まるケースを早期に  
捉えるための工夫
- 葛藤や対立が強い複雑な家族システムへの介入方法を  
研鑽する必要性