

ヒューマンサービス従事者のメンタルヘルスに関する支援方法の探索的研究

- 職場環境改善のための平易な自己目標実践が 介護職員に与える心理的効果に注目して -

立命館大学大学院
応用人間科学研究科
臨床心理学領域
國府 雄三

本研究では、多様なストレスを抱えているヒューマンサービス従事者の精神的健康を支援する方法を試案として実施し、その有用性を検討することを目的とした。そのために、まず、老人保健施設で働く介護職員 19 名を対象に「職場環境改善のための平易な自己目標」の設定を対象者自身が行い、その行動を維持するための“コンダクター（目標の実践を肯定的に促しながら関わる役）”を職員の中から配置した。そして、その枠組みと目標の実践を通じて精神的健康と自尊感情、及び介護経過記録（施設内で介護職員が介護保険サービス利用者の介護状況を記録したもの）の記述内容がどのように変化したかを検討した。尚、測定・分析に際しては、質問紙法（GHQ-28、自尊感情尺度）と KJ 法を併用した。

その結果、“うつ傾向”得点の高かった対象者のうつ傾向が緩和した。また、自尊感情の低い群の“不安と不眠”が緩和した。また、自尊感情は、個人差はあるが高かった者がやや低く、低かった者がやや高めに变化する傾向が見られた。介護経過記録の内容では、非情緒的及び情緒的なネガティブな記述が若干低減した。このことから、平易な自己目標という低めのハードルでも、それを支える仕組みと共に実践した場合、限定的ではあるが、対象者のメンタルヘルスが向上したことが明らかとなった。また、介護経過記録の内容に変化が見られたことは、微細ではあったが職場を捉える認知にも変化が見られたことを示唆している。よって、職場環境にも僅かではあったが良い影響がもたらされたと考えられる。

しかし、臨床心理学的な意味合いから、現場感を損なわないように変数の限定的な統制を積極的には行わなかったため、因果関係はわからなかった。よって、実証的な研究の視点からすれば、多くの問題も残った。ただ、この介入を実施したことで、より良い変化が見られたことは、臨床的には有用性があったと考えられる。