



日本、韓国、米国での回想法の内容分析を元にして日本人特有の考え方や精神性（スピリチュアリティ）を明らかにし、日本人のがん患者に特化した回想法の開発を行う。

聖マリア学院大学 看護学部 教授

安藤 満代

【スライド-1】

「日本・韓国・米国での回想法の内容分析を元にして日本人特有の考え方や精神性を明らかにし、日本人のがん患者に特化した回想法の開発を行う」という題名で発表いたします。

スライド-1



【スライド-2】

共同研究者はスライドの通りで、韓国は韓国カトリック大学の方が、米国は St. Francis Hospice の方が共同研究で入っていただきました。

【スライド-3】

終末期のがん患者さんの苦痛について。

終末期とは予後半年と言われていています。専門家の方が非常に多くいらっしゃる中で僭越ですが、終末期のがん患者さんの苦痛としては、体が痛いとか、いろいろな身体的な苦痛があります。また、自分が社会的な役割が担えないという社会的な苦痛、不安などの精神的苦痛や心理的苦痛があります。さらに、近年言われていますス

スライド-2



スライド-3



スピリチュアルペインというものもあります。

スライド-4

【スライド-4】

スピリチュアリティについて。

終末期の患者さんは「自分は生きていても意味がない」、「このまま死ぬのを待つだけだ」といったように生きる意味や目的感を失ったり、心が穏やかになれないということがあります。本研究では、スピリチュアリティを「生きる意味感や目的感」、「心の穏やかさ」と定義し、意味感や目的感を失うことをスピリチュアルペインとして定義いたしました。

回想法というのが心理療法としてありまして、回想法はクライアント（患者さん）が面接者と共に何らかの目的で昔のことを思い出したり、人生をレビューしていくというようなことです。より構造的に人生全体に亘って、「あのときは良かった」、「このことはどうだった」というふうに回想に評価を行う場合はライフレビューと呼んでいます。

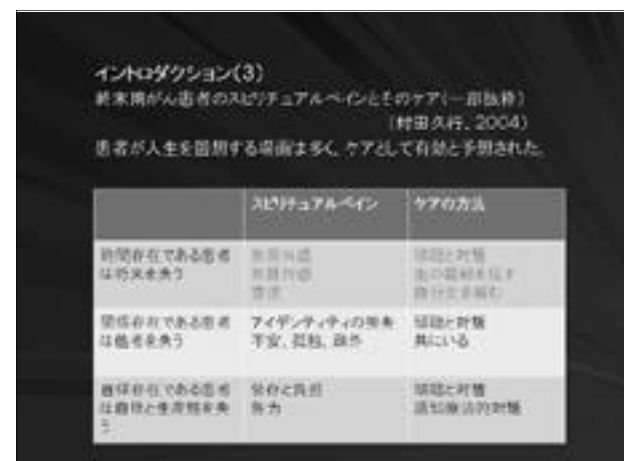
【スライド-5】

「終末期がん患者さんのスピリチュアルペインとそのケア」というものを村田先生が提示しています。スピリチュアルペインには大きく3つの要素があると言われています。

「時間的存在である患者は将来を失う」、「あと1ヶ月で自分がこの世の中から居なくなる」というような時間的存在です。そして、「愛する人たちと別れなければいけない」というような関係存在を失う、他者を失うということがあります。さらに、「自分の自立しているものが全て出来なくなって、ベット上で生活しなくてはならない」という、自立存在である自立や生産性を失うというペインがあります。

それらについて、例えば時間的存在である患者さんは無意味感を感じたり、無目的感を感じます。それらに対するケアの方法として、「生の回顧を促す」、「自分史を編む」といったようなものがありまして、このことから終末期のがん患者さんにはライフレビューというのが有効だろうと予想され

スライド-5



ました。

そこで、従来回想法は高齢者を対象にした研究が多く、だいたい1ヶ月間くらいをかけてするのですけれども、がんの終末期の患者さんは1ヶ月間というのは長すぎるので、短期回想法というものを開発いたしました。終末期のがん患者さんのスピリチュアリティを向上させるために、1週間で完結する（終わってしまう）回想法です。

【スライド-6】

先行研究を参考にして質問をしました。「人生で一番大切と思われることはどういうことですか」とか、「人生で最も印象に残っている思い出はどのようなものですか」、さらに、「家族がまだ知らないけれど伝えてみたいと思うことは何かございますか」というものがありました。

回想を利用した Chochinov の研究で、「家族への言葉」を残すセラピーが効果があるといわれています。

しかし、これらは海外の先行研究や日本人の高齢者を対象とした研究で用いられた質問なので、これが果たして本当に終末期のがん患者さんに適当かということは分かりませんでした。

【スライド-7】

短期回想法のプログラムにみられる質問項目は海外の文献や高齢

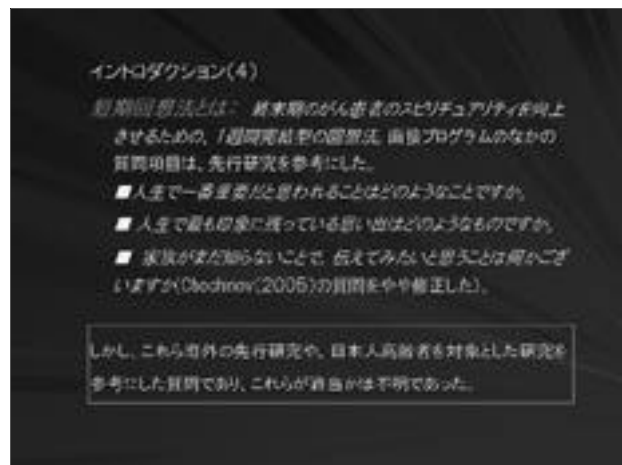
者を対象としたものなので、私たちは、日本人に特化したスピリチュアリティを向上させるための短期回想法を開発するために、海外との比較研究を行いました。

対象は、日本では2つのホスピス病棟に入院中の20名が参加し、韓国でも2つのホスピス病棟の16名が参加し、アメリカでは2つのホスピス病棟の7名が参加しました。

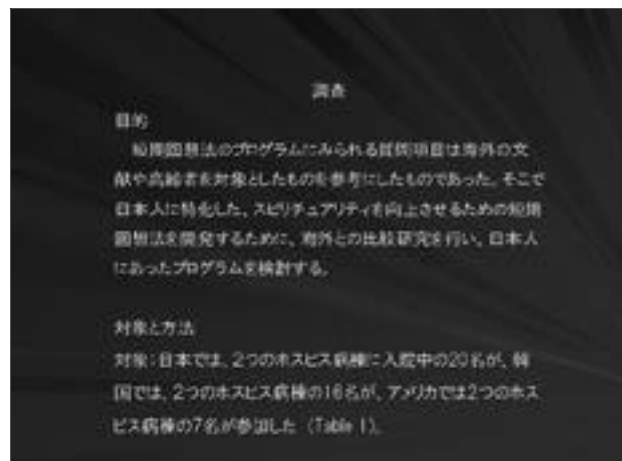
【スライド-8】

対象は日本人は男性5名、女性が15名で、計20名の方が参加し、韓国の方は女性が10名で合計16名でした。宗教についてみますと、韓国の方はほとんどがカトリックのクリスチャンということでありまして、日本人の方は仏教の方が3名でしたが、

スライド-6



スライド-7



スライド-8

Table 1 参加者の背景

	Japanese	Korean	American
平均年齢	71.1±0.8	68.7±12.6	70.0±12.4
性別			
Male	5	10	4
Female	16	6	3
Total	20	16	7
宗教			
Christian	4	14	1
Buddhism	3	1	-
Other	13	1	-
Unknown	-	-	6
None	-	-	1

スライド-9

方法
質問紙:
スピリチュアリティの測定-FACIT-SF
(Functional Assessment Chronic Illness Therapy Spiritual)
不安や抑うつ感の測定-HADS
(Hospital Anxiety Depression Scale)

手順:
1)1回目の面接で、患者は面接者とともにライフレビューを行う。
2)1回目の面接が終了した後に、面接者は簡単な自分史を作る。
3)2回目の面接で、患者は自分史の内容を確認する。初回の面接前と面接後に、質問紙に口頭にて回答する。

ほとんどは様々な自分たちの宗教をお持ちでした。

【スライド-9】

質問紙について。

スピリチュアリティの設定には FACIT-Sp というものがありまして、人生の意味感や目的感を考えるような質問紙です。不安や抑うつの測定には HADS (Hospital Anxiety Depression Scale) を使いました。

手順は(1)1回目の面接で患者さんは面接者とともにライフレビューを行います。(2)1回目の面接が終了した後に面接者は簡単な自分史を作って、(3)2回目の面接で患者さんは自分史の内容を一緒に確認していきます。そして、初回の面接の前後に質問紙に口頭で回答していただくことを行いました。実際には患者さんがレビューしたものをもとにして、私の方で自分史を作っていました。

私は今回は臨床心理士ということで介入させていただきました。

【スライド-10, 11】

スライド-11 はアメリカの St. Francis Hospice の方で作った患者さんのレビューで

スライド-10



スライド-11

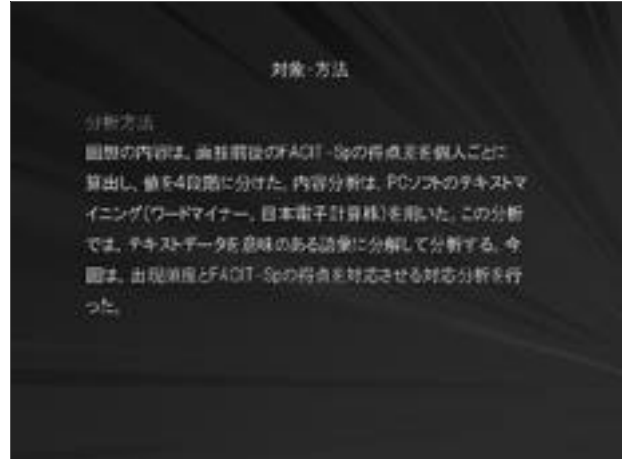


す。「私は自分の人生がとっても良かった」ということをライフレビューで作って、自分史もこういう形で綺麗にまとめておられました。

【スライド-12】

分析ですが、回想の内容は、FACIT-Sp の得点差を個人毎に出して、面接の前と後でどのくらい点数の差が出たかというものを4段階に分けました。内容分析はパソコンのソフトのテキストマイニングを用いました。この分析ではテキストデータを意味のある語彙に分解して分析し、今回は出現頻度と FACIT-Sp の得点に対応させる対応分析を行いました。

スライド-12



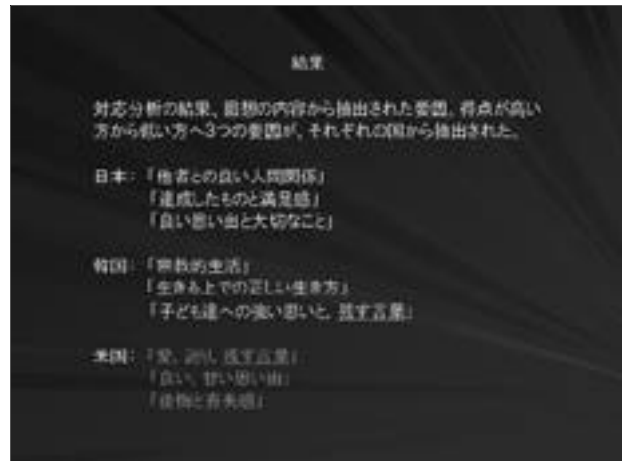
【スライド-13】

結果です。

このように出てきます。数値は入れていなくて、大体のところを示しています。日本の場合や、韓国、アメリカの場合が出ています。

対応分析の結果、回想の内容から抽出された要因で得点が高い方から低い方へ3つの要因が、それぞれの国から抽出されていきました。

スライド-13



日本の場合は、「他者との良い人間関係」を大切にしたり、「自分が今までやってきたことに対するものへの満足感」、そして、「良い思い出や大切なこと」などを中心にして回想していきました。

韓国は、「宗教的な生活」、そして、「生きる上での正しい生き方」。宗教に対してということが非常に強いかと思うのですが、どのようにして自分が正しい生き方をしてきたのかというようなことを言われていました。さらに「子供たちへの強い思い」や、「残す言葉(言っておきたい言葉)」ということがありました。

米国では、「愛や誇り」、「残す言葉」。「私はあなたを愛している」ということなどが前面に出ていました。さらに、「良い思い出」とかがありました。

最終的には、得点が低い方々やあまり差が出なかった方々というのは、後悔や喪失感が高い方々ということでした。

ここで「残す言葉」というのが韓国と米国で出ているのですが、これは最初に出てきた Chochinov の研究で「家族に残しておきたい言葉」というセラピー(ディ

グニティ サイコ セラピー) が非常に有効だけれども、日本ではディグニティ サイコセラピーというよりも、このような短期回想法の方が良いのではないかということに結び付いていきます。

【スライド-14】

プログラムにつきまして。

だいたいこの辺り(上から6番目くらいまで)は人生で大切なことなどは同じなのですが、先ほどの3つの要因については、このような各国の特徴に特化したものについてのプログラムを入れる方が、より国の特徴を反映したものになると考えられます。

スライド-14

For Japanese	For Korean	For American
1. The most important thing	1. The most important thing	1. The most important thing
2. The most important person	2. The most important person	2. The most important person
3. The turning point and influential event	3. The turning point and influential event	3. The turning point and influential event
4. The most important role	4. The most important role	4. The most important role
5. The most proud achievement	5. The most proud achievement	5. The most proud achievement
6. What you want to make others know	6. What you want to make others know	6. What you want to make others know
7. What you want to tell to the important person	7. What you want to tell to the important person	7. What you want to tell to the important person
8. The most representative word in your life	8. The most representative word in your life	8. The most representative word in your life
9. Close relationships with family	9. Religious life	9. Close people with children
10. Achievements and satisfaction	10. Right behavior for living	10. Good event activities
11. Good memories with important person	11. Some responsibilities for children and all	

【スライド-15】

まとめと結論ですが、(1) 各国で回想の主要な関心は異なることが明らかにされました。これより、短期回想法を実施する際には、それらの関心に焦点を当てた方法が患者のスピリチュアリティの向上に効果があることが示されました。(2) 特に日本では「家族との良好な人間関係」や「達成したこと」、「良い思い出」などの質問項目を入れたプログラムがより介入として効果があることが明らかにされました。

スライド-15

まとめ・結論

1) 各国で回想の主要な関心は異なることが明らかにされた。これより、短期回想法を実施する際には、それらの関心に焦点を当てた方法が、患者のスピリチュアリティの向上に効果があることが示された。

2) 特に日本では、「家族との良好な人間関係」、「達成したこと」、「良い思い出」などの質問項目を入れたプログラムがより介入として効果があることが明らかにされた。

今回ご支援いただいた方々に感謝いたします。

質疑応答

会場： このスピリチュアルペインというのは、死ぬということを理解しているか・していないかというところで、だいぶ違ってくるんですね。日本の場合の2つのホスピスでは、皆さん死ぬということを理解して日々を過ごしていらっしゃる方であると、そう理解してよろしいでしょうか。

安藤： はい、今回は皆さん、先生（医師）の方からそう言われている方でした。

会場： 今のご発表は日本と韓国とアメリカということで、文化的に括るとしたら東洋文化と西洋文化ということになるのですが、ただ、宗教は、韓国はほとんどの方はキリスト教だということです。そういう文化的なバックグラウンドが、死生観とか死の受け止め方、あるいはスピリチュアルペインということに関係してくると思うのですけれども、その辺の解析はなされているのでしょうか。

安藤： まだ、そこまではいっていないのですけれども、韓国の方は非常に神様との関係というのが強くて出ています。神様との関係とか神様を信じていらっしゃる方は、不安は低いというか、スピリチュアリティも高いと思われます。日本の場合はそこまで特定の宗教とか神様に対して思っている方が少なかったのも、根拠とするものとか、家族であるとかというように、頼れるものがある時は良いのですが、特に自分が頼れるものが無い方はスピリチュアリティが低いと思われます。

今後解析したいと思います。

会場： また、アメリカはキリスト教が1名だけでしたよね。私はこういう国際比較のとき、日本はこうだアメリカはこうだという比較は結構なのですけれども、アメリカの標準的なものになっているのかなと、ちょっと疑問を感じました。「日本のこの2つのホスピスでやったものはどうだ」という表現をしないと言葉の方が一人歩きをするという恐れがありますので、その辺を慎重にやっていただけたらなと思いました。

安藤： 有り難うございました。今回、対象になられた方が非常に少ないということがありますので、それも配慮して公表していきたいと思います。

会場： 日本人の特徴は「他者との良い関係関係」、「達成できたこと」、もう一つが「良かった思い出」でしたが、その「達成できたこと」の中身とか「良い思い出」の中身というのは、かなり共通していたものなのですか。あるいは多様だったのか。どんなものがあつたか教えていただけたらと思います。

安藤： 「良かった思い出」というのは、「家族との良かった思い出」というのが多くて、「家族とどうこうした」とか、「小さい頃良かった」とか、「両親がどうだった」とかという思い出が多かったようです。

また、「達成したもの」というのは、普通の高齢者だったら、何かすごいことを達成したというよりも、女性の方だったら「子供を育ててきたこと」が自分の一つの達成感だ、男性の方だったら「仕事を最後まで続けてきたこと」が良かったことだ、というような意味合いが非常に強かったと思います。個々達成したところは違うのですけれども、大きくはだいたいそういうカテゴリーだ

ったと思います。

会場： そうすると、子供であるとか家族とか、それが全般に多いというイメージですか？

安藤： 多いと思います。

座長： 先ほどの会場からのご質問とも関連するのですが、3つの国を選ばれたのは何か理由があったのですか？

安藤： 東洋的なものと西洋的なもの、そして、韓国は非常に日本と近いのですが、何か違いがあるというようなことです。宗教を持っている方が多いということだったので韓国を選びました。また、最初は米国ではなくて英国にしていたのですが、英国の方では倫理委員会で非常に難しいということだったので、急遽米国に替えたという経緯がありました。