

神奈川県立保健福祉大学大学院
保健福祉学研究科 保健福祉学専攻
令和5年度博士論文要約

地域におけるグループを活用した支援方法と当事者との共同創造
ーメンタルヘルス不調を抱える母親を対象とした「ひろば」のエスノグラフィーー

博士後期課程 保健福祉学研究科
62120006 森本 淳子
研究指導教員 榊 恵子 教授
研究指導補助教員 笹田 哲 教授
臺 有桂 教授

第1章 序論

近年、精神疾患の軽症化や精神医療の脱施設化により精神疾患を抱える人々の地域での生活、就労、結婚・妊娠の機会が増えている（池谷, 2020）。精神疾患を抱える女性の妊娠中や授乳期においては、薬物療法の継続の必要性や病状の再発・悪化など課題が多い。また、妊娠・出産・子育てを経験する女性は、ホルモン代謝に関わる脳内物質の変化や、結婚や出産がきっかけとなった新しい人間関係や生活環境、不慣れな子育て、時には子育てを通して自らの生育歴の影響から心理的葛藤を抱くことが要因となり、産後うつや不安障害を引き起こすこともあると言われている。そして、メンタルヘルス不調を抱える母親の妊娠・出産・子育ての機会が増えており、母親のメンタルヘルス不調は妊産婦の自殺や乳幼児虐待への影響があるとして指摘されている（渡邊, 2020）ことから、我が国の喫緊の課題となっている。

メンタルヘルス不調を抱える母親の支援における重要な概念として古くから母子間のアタッチメント（愛着）が着目されているが、先行研究の中で、渡辺（2016）は精神病理の世代間伝達に焦点を当て、母子間の葛藤を理解し包み支え、乳幼児の敏感な感受性や発達力を守ることにより、世代間伝達を絶って親の成長を支える関わりが有効であると述べている。過去の実践研究から、こうした支援は、地域で生活し子育てをしているメンタルヘルス不調を抱える母親を対象に、その自分らしさを支える葛藤の表現と成長に向け、母親同士が交流する場を通して実施することが効果的であると考えた。

第2章 文献研究

地域におけるメンタルヘルス不調を抱える母親のための看護職による母親が交流できるグループを活用した方法について、国内外における主要な概念や利用可能なエビデンスについて知見を網羅的に概観する文献研究方法として、スコーピングレビューを採用し、実態

と実践上の課題を明らかにした。文献の選定にあたり、Arksey と O' Malley(2005)の方法論をもとにしたガイドライン PRISMA-ScR (Tricco, 2016) 日本語版 (友利ら, 2020) と最新版 (沖田ら, 2021) のガイドラインに従って実施した。2003年1月～2023年2月までの過去20年の和文献、英文献を検索した。検索は、医中誌 Web、CiNii、CINAHL、PUBMED を用い、キーワードを「メンタルヘルス不調 or 精神障害 or 精神疾患」「母親」「グループ」「看護職 or 看護師 or 保健師 or 助産師」、「mental-health-problems、mental-disorder、mental-illness、mental-disease」「mother」「group」「nurses、public-health-nurse、midwife」と指定した。その結果、和文献5件、英文献4件を採用した。

国内外の先行研究から、メンタルヘルス不調を抱える母親を対象としたグループの実践は、地域の包括的支援の取り組みとして医療機関や地域の公的施設において、専門家・支援者が連携したサポートグループや、教育的グループが行われていることが明らかになった。そして、看護職は、母親の安心できる場所としてグループに参加できるような関わりと、母親のもっている力をエンパワーメントできるように意識した関わりを行っていることが明らかになった。今後、母親の日々の体験とそれを支える支援者の関わりのプロセスを質的記述的に明らかにすることによってこそ、母親の自分らしさを支えるより細やかな支援が明らかになり、看護職によるグループを活用した方法についての技術獲得につながる考えた。広岡 (2019) は、回復する母親の事例から、ことばにする時間と居場所を提供することの必要性、グループのもたらす力について述べている。看護職が提供するメンタルヘルス不調を抱える母親のための語りの場は、母親が自分自身のための時間を得るきっかけとなり、グループ療法の権威である Yalom, A. D. (1991/2012) によって説明されるような「安全基地」となり、情緒的に自分自身が受け入れられることによって自身を相対化する場となっていくのではないかと考えた。さらに語りの場での体験は、本来母親が子どもを慈しみ育む原始的な母性を助け、母子愛着関係構築の一助につながり、その希望が母親の自分らしさを支え、子どもと向き合う力になると考えられる。

第3章 メンタルヘルス不調を抱える母親を対象としたグループ「ひろば」のエスノグラフィー

文献研究をもとにメンタルヘルス不調を抱える母親のためのグループ実践を行い、質的研究法を用い次の3つの問いを立て、精神保健看護学および包括支援に関連する学際的視点から明らかにした。1. 地域においてメンタルヘルス不調を抱える母親が子育てをすることはどのようなことか。2. メンタルヘルス不調を抱える母親の語りの特徴とグループの意味はどのようなことか。3. 地域で実践されるグループでのメンタルヘルス不調を抱える母親と支援者の相互交流と共同創造はどのようにあるか。さらにこれらの問いから、今後のメンタルヘルス不調を抱える母親へのグループを活用した自分らしさを支える細やかな支援方法と当事者と支援者の共同創造の方向性を明らかにした。

研究方法は、エスノグラフィーの手法を用いて行う質的記述的研究を行った。メンタルヘ

ルス不調を抱える母親が地域で自主的に参加するグループ「ひろば」を、月2回約1年に渡って開催した。データ収集には、グループの参加観察、インタビュー調査、関連書類入手の3種類以上のデータ収集方法を組み合わせるトライアングレーションを採用した。参加観察については、研究者がファシリテーターとして身を置き、調査者役割の分類(佐藤, 2002)から「参加者としての観察者」と「観察者としての参加者」の間を行き来する立場で行った。研究者は、グループのやり取りとインタビューの録音データ、フィールドノートによる逐語録を作成し、指導教員のスーパーヴァイズを受け、その内容も反映させながらグループ実践を行い「ひろば」の動きを再構成したものを作成し分析した。倫理的配慮として、神奈川県立保健福祉大学研究倫理審査委員会において承認を得た(保大第 5-22-10)上で実施した。

「ひろば」は、計23回開催された。研究者を除く研究参加者は12名(メンタルヘルス不調を抱えた母親8名と支援者4名)であり、各回の参加者は2~6名、研究者を除いた延べ参加者数は94名であった。地域の中で母親が語る場となるグループは、①「ありふれた日常の話題でつながり、自分の抱える不安を語る」、②「誰かに語る目的と語る他者から何かを得る目的で集う」、③「定着した参加者がグループに安心感を得て語る」の3つのプロセスに分けられ、回を重ねるうちにグループの相互交流が深まった。そして、メンタルヘルス不調を抱える母親の子育てについて、【子育てで自らの過去が映し出され目の前の子どもの姿に不安を抱く】、【異常と正常の間で自分に不安と恐怖を抱き疑心暗鬼になる】、【家族の問題に追われるうちに逃げ場と自分らしさを失う】、【自らのライフイベントや社会の変化によって慢性的な疎外感と寂寥感を抱く】、【母親らしさと自分らしさの間で葛藤する日常から飛び出そうと挑戦する】などの葛藤と苦悩と傷つきのテーマが語られた。相互交流の特徴としてはまず、メンタルヘルス不調を抱えた母親同士の相互交流では、参加者が共感し労い合うだけでなく、グループの受けとめる力に触発され自分のことを語れるようになっていった。同時に当事者と支援者の相互交流が生じたが、支援者が専門職の立場を離れて一人の母親として自己を語ることで当事者の語りと交錯し絡み合い、当事者が自分らしい母親らしさの再構築へ進んだ。

第4章 本研究の考察—共同創造に向けて—

エスノグラフィーから、地域においてメンタルヘルス不調を抱える母親が子育てをするということについて、特に精神疾患を抱える母親は自分への恐怖と不安を抱えながら子育てを行っていたことが明らかになった。そして、多くの参加者は、家族のことを考えて子育てに取り組む結果、自分の時間や居場所を失い、自己が拡散し自分らしさを失っていることが明らかになった。

語りを促進したメンタルヘルス不調を抱える母親のグループでの相互交流は、「ピアカウンセリングの場となるグループ」、「ケアする者とケアされる者が自らの体験を通して繋がるグループ」、「メンタルヘルス不調を抱える母親が自分らしさと繋がるグループ」として現れた。その中で、支援者は「一人の母親」である自分と専門職としての支援者という役割を

行き来しながら自然に当事者をサポートしていた。

こうした交流が発生する中で、グループは母親が自分らしさを再構築する共同創造の場となっていく。家庭や子育てから離れて自分のための時間をとり、自分を主語にした話を語るための場所と時間を持ち、自分の経験や趣味を活かし自分らしい方法で社会参加していききたいことをメンタルヘルス不調を抱える母親各々が徐々に語り始め、自分らしい母親らしさが共同創造され再構築されていったのである。

今後の実践と研究の方向性として、地域における母親の自分らしさを支えるために、ケアする者とケアされる者や専門職や機関が垣根を越えて共同創造する物語り（ナラティブ）の場づくりと場の活用拡大に向けた研究が必要であることが明らかになった。

引用文献

- Arksey, H., & O'Malley, L. (2005) Scoping studies: towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 19-32.
- Fonagy, P., & Steele, M. S. (1991). The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment. *Infant Mental Health Journal*, 12, 201-218.
- 広岡智子. (2019). 子育て支援と虐待予防 ハイリスクな親子への支援 子育ての苦しみの意味に向き合うMC G -虐待問題を抱える母親の心のケア. *こころの科学*, 206, 51-54.
- 池谷実歩, 蔭山正子. (2020). 精神障がいを抱えながら育児を継続している親の経験. *日本地域看護学会誌*, 23 (3) , 13-22.
- 沖田勇帆, 広瀬卓哉他. (2021). *JBIC Manual For Evidence Synthesis : Scoping Reviews 2020. スコーピングレビューのための最新版ガイドライン (日本語訳)*. *日本臨床作業療法研究*, 8, 37-42.
- 佐藤郁哉. (2006). *フィールドワーク増訂版書を持って街へ出よう*. 新曜社.
- 友利幸之介, 澤田辰徳ら. (2020). *スコーピングレビューのための報告ガイドライン 日本語版: PRISMA-ScR*. *日本臨床作業療法研究*, 7, 70-76.
- Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., & O'Brien, A. (2016). Scoping review on the conduct and reporting of scoping reviews. *BMC Med Res Methodol*, 16(15).
- 渡辺久子. (2016). *新訂増補版 母子臨床と世代間伝達*. 金剛出版.
- 渡邊博幸. (2020). 周産期メンタルヘルスにおける心理社会的支援. *精神科治療学*, 35 (10) , 3-4.
- Yalom, A. D. (1991/2012). 川室優 (訳). *グループサイコセラピー—ヤーロムの集団精神療法の手引き—*. 金剛出版.