

有、共感、相互作用に向けたグループへの支援」が42、「認知行動療法の理解・習得」が31と続いた。

③教育プログラムの心理教育では、表9-3に示すように、該当する56プログラムで113の要素が挙げられた。最も多いものは「テーマや目的の理解度確認と習得、質疑応答」に関する要素で64、次いで「個人への面談等によるフィードバック」が11、「発言の促し、ファシリテート」が9、「共有、共感、相互作用に向けたグループへの支援」が8と続いた。

④集団プログラムでは、表9-4に示すように、該当する96プログラムで184の要素が挙げられた。最も多い要素は「プログラムのスムーズな運営（対人関係や発言の軌道修正、ファシリテート）」で42、次いで「個人への面談等によるフィードバック」が26、「共有、共感、相互作用に向けたグループへの支援」が23、「自由な発言や考えの促し」と「自己の洞察・分析・理解への支援」がともに19、「テーマや目的の理解度確認と習得、質疑応答対応」が14、「問題点と悩みの掘り下げ、感情変化時の評価と介入」と「積極的に関わらない、観察、見守り」がともに12と続いた。

⑤その他のプログラムの代表的プログラムとした軽スポーツ・リラクセーションでは、表9-5に示すように、該当する84プログラムで167の要素が挙げられた。最も多い要素は「体調や疲労の自己管理の促し」が36、次いで「共有、共感、相互作用に向けたグループへの支援」が24、以下「個人への面談等によるフィードバック」が21、「プログラムの運営、進行」が19、「効果や目的・やり方の説明」が17と続いた。

（9）代表的プログラムの「運用時間」

各プログラムの1週間あたりの実施時間について、導入期（開始1カ月以内）、中期（開始2カ月目以降）、後期（終了1カ月以内）の3

つの時期について調査し、代表的プログラムにおける運用時間を算出し表10に示す。

①個人プログラムでは、表10に示すように、該当する72プログラムのうち導入期には58プログラムが平均247.5分実施し、中期には61プログラムが平均250.7分実施、後期には56プログラムが平均333.3分実施されていた。

②特定の心理プログラムの代表的プログラムとした「認知行動療法」では、表10のように、該当する58プログラムのうち導入期には39プログラムが平均121.5分実施し、中期には47プログラムが平均135.2分実施、後期には45プログラムが平均110.4分実施されていた。

③教育プログラムでは、表10に示すように、該当する56プログラムのうち導入期には42プログラムが平均89.3分実施され、中期には41プログラムが117.0分実施、後期には38プログラムが平均105.0分実施されていた。

④集団プログラムでは、表10に示すように、該当する96プログラムのうち導入期には59プログラムが平均107.9分実施され、中期には79プログラムが平均117.0分実施、後期には78プログラムが平均114.9分実施されていた。

⑤その他のプログラムの代表的プログラムとした「軽スポーツ・リラクセーション」では、表10に示すように、該当する84プログラムのうち導入期は71プログラムが平均118.8分実施され、中期には73プログラムが平均124.2分実施、後期には64プログラムが平均126.1分実施されていた。

（10）標準化リワークプログラム

以上の結果から医療機関で行うべき標準的なリワークプログラムとして提言できるものを表11に示す。この標準化リワークプログラムは5つの実施形態で基本的には構成されており、それぞれの実施形態毎のモデルとなるプログラムを示している。

(11) 医療機関毎のリワークプログラムの実施の実態

ここまではリワークプログラムの内容について様々な角度からみてきたが、プログラムについて医療機関毎にどのように実施しているのかを整理する。

今回の調査では63医療機関より468プログラムの回答があり、実施プログラム数の平均は1医療機関あたり7.7プログラムとなる。図5に示すように、このうち最も多くのプログラムを行っている医療機関は20プログラムであり、最も少ない医療機関は1プログラムであった。

実施形態ごとにみると表13に示すように、実施形態「①個人プログラム」に該当するプログラムを行っている医療機関は49ヶ所（全体の77.8%）あり、該当する医療機関1ヶ所あたりの平均プログラム数は1.5であった。実施形態「②特定の心理プログラム」を実施している医療機関は55ヶ所（87.3%）であり、該当する医療機関1ヶ所あたりの平均プログラム数は1.7であった。実施形態「③教育プログラム」を実施している医療機関は41ヶ所（65.1%）であり、該当する医療機関1ヶ所あたりの平均プログラム数は1.4であった。実施形態「④集団プログラム」を実施している医療機関は50ヶ所（79.4%）であり、該当する医療機関1ヶ所あたりの平均プログラム数は1.9であった。実施形態「⑤その他のプログラム」を実施している医療機関は55ヶ所（87.3%）であり、該当する医療機関1ヶ所あたりの平均プログラム数は2.7となっていた。

医療機関毎に実施しているプログラムの実施形態を集計すると、図6に示すように5区分の実施形態のうち、5区分すべてに該当するプログラムを行っている医療機関は23ヶ所（36.5%）であり、4実施区分に該当するプログラムを実施している医療機関は26か所（41.3%）で全体の7割以上を占めた。また、3実施区分に該当

するプログラムの実施医療機関は10か所（15.9%）、2実施区分に該当する医療機関は1ヶ所（1.6%）、1実施区分のみ実施している医療機関は2ヶ所（3.2%）であった。

さらに、診療報酬上の区分と1週間あたりの実施日数により分類した場合を集計すると、表14に示すように63医療機関のうちデイケア（デイナイトケア及びショートケア、精神科作業療法を並行して行っている場合を含む）で実施日数5日が一番多く32医療機関が該当し、全体の半数を超えていた。このうち実施形態の該当数では5実施形態に該当している医療機関が15ヶ所で一番多く、次いで4実施形態に該当している医療機関が12ヶ所であった。一方、デイケアとショートケアにおいて週3日以上実施していなければ5実施形態に該当する医療機関はなかった。精神科作業療法と通院集団精神療法においてはどの実施日においても5実施形態に該当する医療機関はなかった。

D. 考察

（1）結果のまとめ

今回の研究で現在実際に行われているリワークプログラムを調査し解析した結果、以下の点が明らかになった。

1. プログラムの実施形態と目的区分を組み合わせると5つの実施形態毎の目的区分が明確となった。
2. したがって、実施形態毎の代表的プログラムを抽出するとモデルとなりうるプログラム像が明らかとなった。
3. この代表的プログラムに関して、グループの構成、スタッフの観察の要素、支援方法のポイント、運用時間を集計すると、表15に示すような、より具体的なプログラム像が浮かび上がった。
4. 一方、調査を行った医療機関毎の実施形態によるプログラム実施状況をみると7割以

上の施設で4以上の実施形態でプログラムが行われていた。

5. そして、4以上の実施形態をプログラム上で実現するには、デイケアにおいて少なくとも週4日、できれば週5日でプログラムが提供されていることが望ましいと考えられた。

(2) 標準的プログラムガイドラインとその運用について

以上のことから標準化リワークプログラムとしては、表15に示すように、プログラムをどのような形態で実施するかの実施形態と、プログラム実施の目的との間には密接な関係があり、実施形態毎の代表的プログラムを提示することが出来た。そして、代表的プログラムを実施していくためのグループの構成、スタッフの観察の要素、支援方法のポイント、運用時間なども示している。

しかしながら、5区分の実施形態を持つプログラムを提供していくためにはデイケアでも週当たり4日以上、すなわち実質的に20時間以上のリハビリテーションでなければ実現は困難と考えられるので、通院集団精神療法、精神科作業療法、ショートケアのみで実施されているプログラムにおいては、本研究で示す標準化リワークプログラムを適応することは困難と考えられる。したがって、これらの診療報酬区分におけるプログラムのあり方は別途検討する必要がある。

E. 結論

プログラムの実施形態と目的区分の組み合わせにより、実施形態ごとの代表的なプログラムを抽出し、また、プログラムの運用面での指針を作成し、標準化リワークプログラムを作成した。なお、デイケアにおいてはこの標準化プログラムを実施するには時間的にデイケアでのみ

適用できると考えられた。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表 なし
2. 学会発表 なし

H. 知的財産権の出願・登録状況

なし

I. 文献

なし

資料1: 調査票

実施している全てのプログラム毎に、その内容を以下の項目に関して、具体的に記述して下さい。

- ① プログラムの目的 (主目的を2つ箇条書きで書き出して下さい。)
- ② 進行手順、内容、グループの構成 (具体的に書き出して下さい。)
- ③ 観察要素 (主要素を3つまで箇条書きで記入して下さい。)
- ④ 支援方法
- ⑤ 関与する職種
- ⑥ 利用者の数とスタッフの数 (平均的な数を記入して下さい。)
- ⑦ 週あたりの実施時間

記入例を3つ提示していますので、参考にして下さい。

プログラム名: オフィスワーク	
1 目的 ※主目的を2つまでを 箇条書きで 書き出して下さい。	① 作業能率・集中力の確認 ② 自主的に課題を設定して取り組む練習
2 進行手順	AM 90分間×1回 PM 70分間×2回 のタイムテーブルで間に休憩時間を10分挟んで実施 課題設定は、自主設定する。
2 内容	課題の種類は、以下の通り。組み合わせ方は、本人の選択による。 ①病気の自己分析を文章で作成(休職に至った経緯の振り返り) ②セルフケアのレジュメとワークの用紙をもとに復習 ③メンバー主体プログラムのグループ内でディスカッションする以前のケーススタディ資料の作成 ④復職後に必要となる職業スキルに関わる勉強、資格試験の勉強 (PCスキル、日商簿記、TOEIC、漢字検定、 など) ⑤新聞を読む
グループの構成	個人単位
3 観察の要素 ※主要素を3つまで 箇条書きで 記入して下さい。	① 集中力の持続や眠気の程度 ② 疲労度 課題の立て方 ③ 課題設定の立て方と進め方
4 支援方法	病状と課題設定がマッチしていない場合は、課題設定と作業計画の見直しを行う。 病気の自己分析は、診察時に主治医とのディスカッションにおいて書き進め方の指導がある。
5 関与する職種	作業療法士、看護師、心理士、PSW
6 利用者数とスタッフ数(平均)	利用者 20名 スタッフ 2名
7 週あたりの実施時間	3~11時間に増やしていく

プログラム名: セルフケア	
1 目的 ※主目的を2つまでを 箇条書きで 書き出して下さい。	① 症状の自己管理とセルフコントロールに関わる知識の獲得とスキルの獲得 ②
2 進行手順	①講義 ②個人ワーク若しくは、ロールプレイ ③グループディスカッション ④全体での発表 ①~④の時間設定は、内容により調整
2 内容	取り扱うテーマは、 ①セルフモニタリングとセルフコントロールの傾向 ②状況の捉え方のクセの理解と自己洞察の深め方 ③ ストレスマネジメントの具体的な方法と実践 ④不安や怒りの感情が生じるメカニズムとコントロール ⑤休日の行動の振り返りと計画の作成 ⑥キャリアの理解とセルフマネジメント ⑦アサーショントレーニング(ロールプレイ) ×3パターン(1対1と5名間のロールプレイ) ⑧交流分析理論とエゴグラムを用いた自己理解 以上の8テーマを基に全24テーマを実施している。
グループの構成	グループディスカッションのグループの構成は、出入りがあるため、以下の点で構成に配慮している。 ①復職までの期間 ②プログラムの理解度 ③役割行動
3 観察の要素 ※主要素を3つまで 箇条書きで 記入して下さい。	① プログラムへの理解度と負荷の程度 ② ディスカッションでのコミュニケーション ③ 発表時の自己表現
4 支援方法	理解が極端に偏らないように、質疑応答やフィードバックの機会を用いる
5 関与する職種	心理士、看護師、PSW
6 利用者数とスタッフ数(平均)	利用者 20名 スタッフ 1 名
7 週あたりの実施時間	0~5時間に増やしていく

(例 3)	プログラム名: メンバー主体プログラム	
1 目的 ※主目的を2つまでを 箇条書きで 書き出して下さい。	① 能動的に復職と再発予防に取り組むモチベーションの喚起と維持 ② 協働作業を通じた症状の自己管理とセルフコントロールに関わる実践	
進行手順	①総合司会と副総合司会、議事録担当者など運営役を選出する。 ②再発予防と自己理解を目的に今回取り組む主テーマを全体でブレインストーミング形式で提案する。 ③議論によって似ているテーマをグルーピングし、最終的に一つの主テーマを決める。 ④主テーマを基にグループ毎にサブテーマを決め、グループ毎に議論を深める。 ⑤ケーススタディを共有してディスカッションし、プレゼンテーションのグランドデザインを作成する。 ⑥プレゼンテーションによって全体共有し、質疑応答などフィードバックの機会を得る。	
2 内容	利用者等が過去に採用したテーマの一部。 ① キャリアの軌道修正～うつ病を経ながらどうしたら自分らしいキャリアの進め方ができるか～ ② 事例に基づく復職後のうつとコミュニケーション ③ 自分を大切にする方法～心にゆとり、胸には夢を～ ④ うつ病患者が『やる気』を出す方法 ⑤ 家族との関係性	
グループの構成	グループディスカッションのグループの構成は、出入りがあるため、以下の点で構成に配慮している。 ①復職までの期間 ②役割行動 ③疾病理解の程度	
3 観察の要素 ※主要要素を3つまで 箇条書きで 記入して下さい。	① 役割行動(対人関係スキル) ② 症状の自己管理とコミュニケーション ③ 疾病理解と負荷の程度	
4 支援方法	ファシリテーターとして、運営ミーティングへ同席し、運営上で困難さを感じる点をフォローする。 疾病理解や運営方法が極端に偏らないように、専門的な立場からフィードバックし、場を修正する。 メンバー間の対人関係において危機的場面には積極的に介入する。	
5 関与する職種	PSW、看護師	
6 利用者数とスタッフ数(平均)	利用者 20名	スタッフ 2 名
7 週あたりの実施時間	0～4時間に増やしていく	

プログラム名:		
1 目的 ※主目的を2つ 箇条書きで 書き出して下さい。	① ②	
進行手順		
2 内容		
グループの構成		
3 観察の要素 ※主要要素を3つまで 箇条書きで 記入して下さい。	① ② ③	
4 支援方法		
5 関与する職種		
6 利用者数とスタッフ数(平均)	利用者 名	スタッフ 名
7 週あたりの実施時間	時間	

(表1)プログラムの実施形態の定義と該当割合

実施形態	プログラムの定義	該当するプログラム(n=468)	
		数	割合
①個人プログラム	他の参加者との交流を主な目的とせず、文字や数字、文章を扱う机上における作業を実施する中で、主に集中力・作業能力・実践力の確認や向上を目的として実施しているプログラム	72	15.4 %
②特定の心理プログラム	認知行動療法、SST、対人関係療法、グループカウンセリング、サイコロドラマなどの特定の心理療法を実施するプログラム	94	20.1 %
③教育プログラム	疾病理解、症状の自己理解（セルフモニタリングとコントロール）を主目的とし、講師がいてテキストを使用するような講義形式で実施しているプログラム	56	12.0 %
④集団プログラム	協同作業、役割分担、対人スキル向上などを主な目的として実施し、集団で行う意図が明らかなプログラム	96	20.5 %
⑤その他のプログラム	運動、個人面談、創造、動機付け等、上記の①～④のいずれにも該当しないプログラム	150	32.1 %

(表2) プログラム実施形態内訳

実施形態	プログラム数	割合	2009年調査時 プログラム数	2009年調査 割合	2009年との差
①個人プログラム	72	15.4%	9	13.2%	2.1%
②特定の心理プログラム	94	20.1%	10	14.7%	5.4%
③教育プログラム	56	12.0%	9	13.2%	-1.3%
④集団プログラム	96	20.5%	19	27.9%	-7.4%
⑤その他	150	32.1%	21	30.9%	1.2%
合計	468		68		

(表3) プログラム目的区分内訳

目的区分内訳	目的数	割合	2009年調査時 目的数	2009年調査 割合	2009年との差
1 症状自己理解	192.6	20.6%	40.5	29.7%	-9.1%
2 コミュニケーション	192.3	20.5%	32.4	23.8%	-3.2%
3 自己洞察	157.0	16.8%	19.1	14.0%	2.8%
4 集中力	124.3	13.3%	15.7	11.5%	1.8%
5 モチベーション	62.3	3.2%	12	8.8%	-5.6%
6 リラクセーション	88.7	9.5%	7.7	5.6%	3.8%
7 基礎体力	73.0	7.8%	5.7	4.2%	3.6%
8 感情表現	45.8	4.9%	3.2	2.3%	2.5%
合計	936.0		136.3		

(表4) プログラム実施形態ごとの目的区分の選択度

目的区分	ポイント計	実施形態				
		①個人プログラム	②特定の心理プログラム	③教育プログラム	④集団プログラム	⑤その他のプログラム
1 症状自己理解	192.6	21.0	60.8	63.8	25.5	21.7
2 コミュニケーション	192.3	5.0	53.3	10.2	76.5	47.5
3 自己洞察	157.0	16.0	51.3	25.8	44.5	19.5
4 集中力	124.3	83.0	3.0	2.5	13.0	22.8
5 モチベーション	88.7	16.0	6.0	3.0	18.5	19.0
6 リラクセーション	73.0	2.0	0.0	3.7	3.0	80.0
7 基礎体力	62.3	1.0	0.0	1.0	1.0	70.0
8 感情表現	45.8	0.0	13.5	2.0	10.0	19.5
合計	936.0	144.0	187.9	112.0	192.0	300.0

(表5) 実施形態と目的区分の相互関係

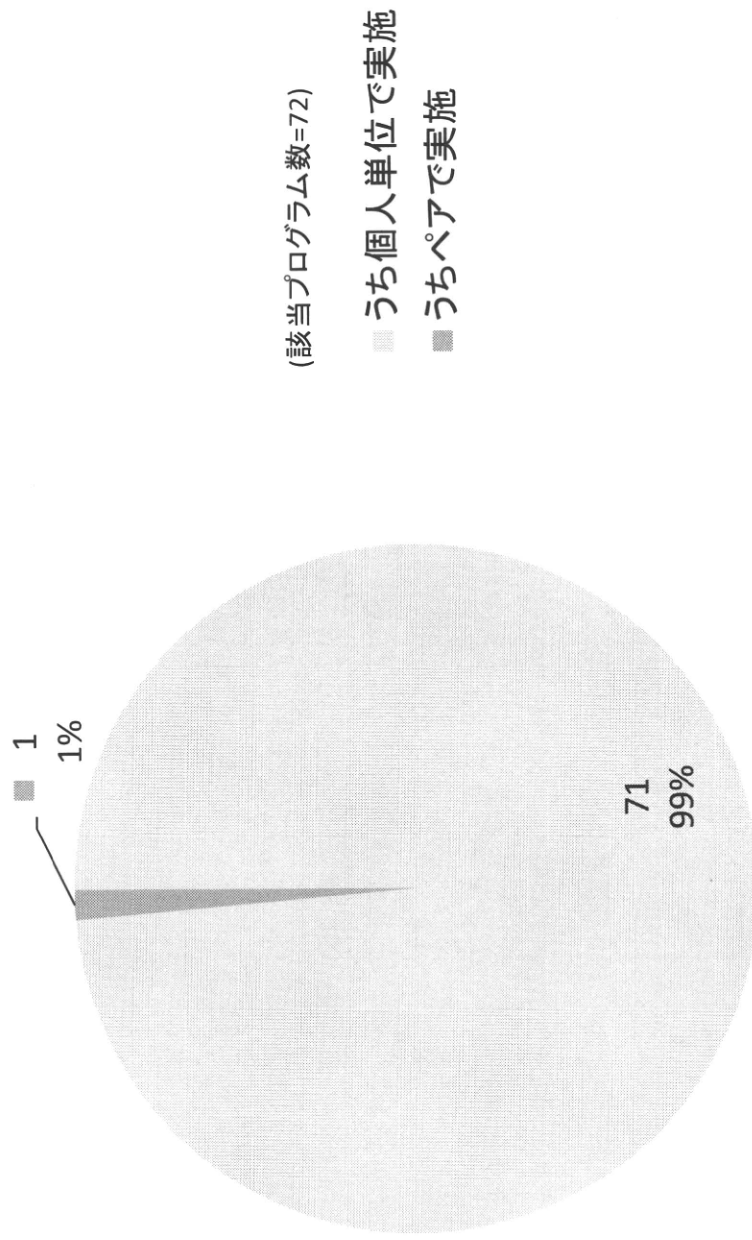
実施区分	第1位選択 ・選択目的区分 ・対象プログラム数 ・区分間分布	第2位選択 ・選択目的区分 ・対象プログラム数 ・区分間分布	第3位選択 ・選択目的区分 ・対象プログラム数 ・区分間分布	第3位選択 ・選択目的区分 ・対象プログラム数 ・区分間分布
①個人プログラム 区分プログラム総数 72	4 集中心力 — 22 30.6%	4 集中心力 1 症状自己理解 14 19.4%	4 集中心力 5 モチベーション 13 18.1%	
②特定の心理プログラム 区分プログラム総数 94	1 症状自己理解 3 自己洞察 28 29.8%	1 症状自己理解 2 コミュニケーション 19 20.2%	2 コミュニケーション 3 自己洞察 18 19.1%	
③教育プログラム 区分プログラム総数 56	1 症状自己理解 3 自己洞察 21 37.5%	1 症状自己理解 — 13 23.2%	1 症状自己理解 2 コミュニケーション 7 12.5%	
④集団プログラム 区分プログラム総数 96	2 コミュニケーション 3 自己洞察 27 28.1%	2 コミュニケーション 5 モチベーション 10 10.4%	2 コミュニケーション 1 症状自己理解 8 8.3%	2 コミュニケーション 4 集中心力 8 8.3%
⑤その他のプログラム 区分プログラム総数 150	6 リラクゼーション 7 基礎体力 23 15.3%	6 リラクゼーション — 18 12.0%	2 コミュニケーション 7 基礎体力 15 10.0%	

(表6) 実施形態別 プログラム内容の概要

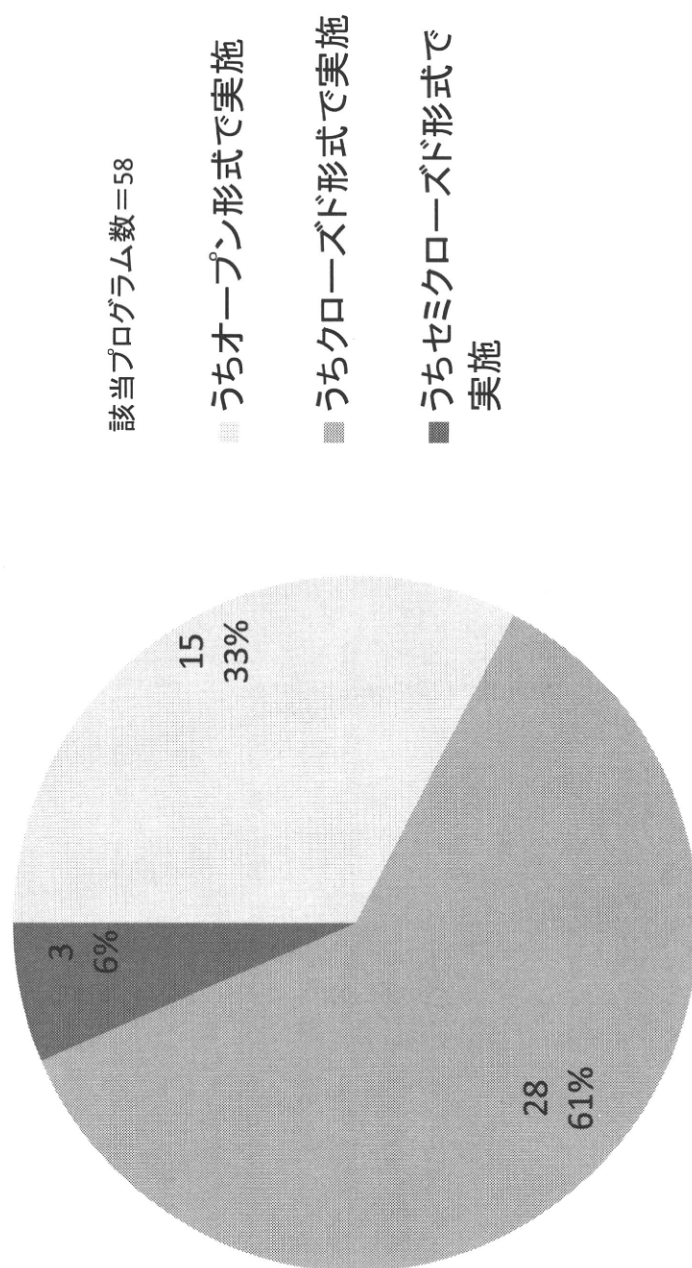
順位	①個人プログラム ム (n=72)	該当プログラム 割合 ム数	②特定の心理プログラム (n=94)	該当プログラム 割合 ム数	③教育プログラム (n=56)	該当プログラム 割合 ム数	④集団プログラム (n=96)	該当プログラム 割合 ム数	⑤その他のプログラム (n=150)	該当プログラム 割合 ム数	該当プログラム 割合 ム数
1	読書、資格試験 勉強	34:47.2%	認知行動療法	58:61.7%	心理教育のみ	47:83.9%	疾病理解、セルフ ケア、復職関連を テーマにディス カッション	62:64.6%	軽スポーツ(卓球、 エアロビ、ウォー キング、ダンス、 筋トレ)	52:34.7%	
2	PC操作、各種 作業	33:45.8%	SST、アサーシ ョン	32:34.0%	心理教育に「生 活習慣・栄養指 導」含む	6:10.7%	時事、社会情勢 等をテーマとし たディスカッショ ン	18:18.8%	ヨガ・ストレッチ (ピラティス)	40:26.7%	84:56.0%
3	休職経緯の振り返り、内省	23:31.9%	キャリアアカウン セリング	2:2.1%	心理教育を含ま ない健康教育	3:5.4%	プログラムの運営 や企画、立案に関 するグループミー ティング	7:7.3%	呼吸法、筋弛緩 法、自律訓練法	24:16.0%	
4	クイズ、脳トレ、漢 検、ビジネス能力 検定、教独	23:31.9%	対人関係療法	2:2.1%			その他(PC協同 作業、主張訓 練)	2:2.1%	創作(絵画、書道、 キャンドル、革細 工、ペーパークラ フト等)	20:13.3%	
5	疾患関連の読 書や資料作成	22:30.6%	認知リハビリ テーション	2:2.1%					個人面談	14:9.3%	
6	作文、要約作成	19:26.4%	サイコロドラマ	1:1.1%					調理	14:9.3%	
7	計算	13:18.1%	内観療法	1:1.1%					アロマ	8:5.3%	
8	ゲーム	1:1.4%							ゲーム(非ス ポーツ)	7:4.7%	
9									音楽	7:4.7%	
10									プログラムの節目 に行うミーティング (朝、夕、導入時)	7:4.7%	
11									農作業	5:3.3%	
12									映画鑑賞	5:3.3%	
13									健康チェック	5:3.3%	
14									外出	2:1.3%	
15									音読、輪読	2:1.3%	
		168		98		56		89		212	

(図1) 代表的プログラムの「グループの構成」

① 個人プログラム

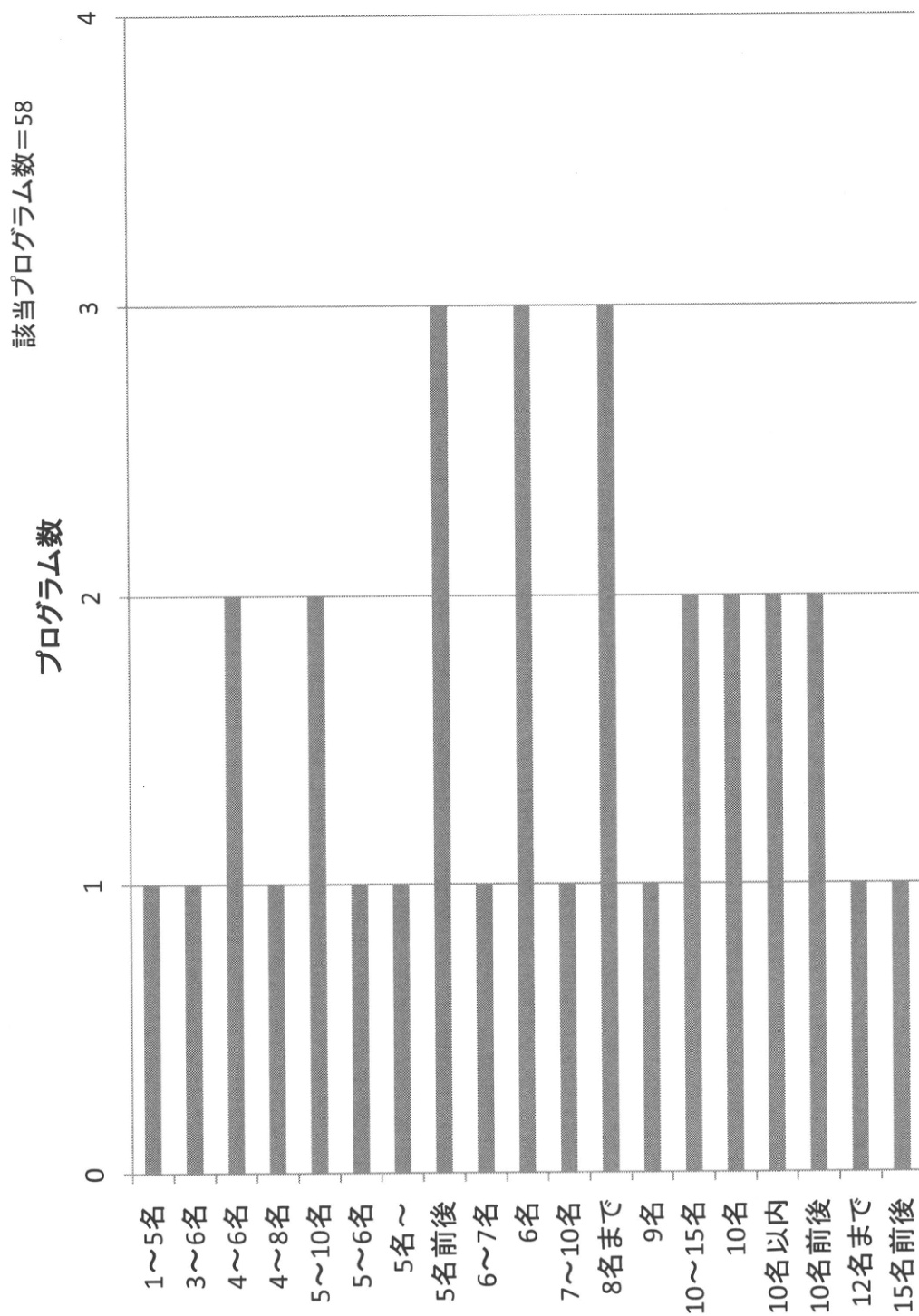


(図2) 代表的プログラムの「グループの構成」
 ② 特定の心理プログラム 認知行動療法



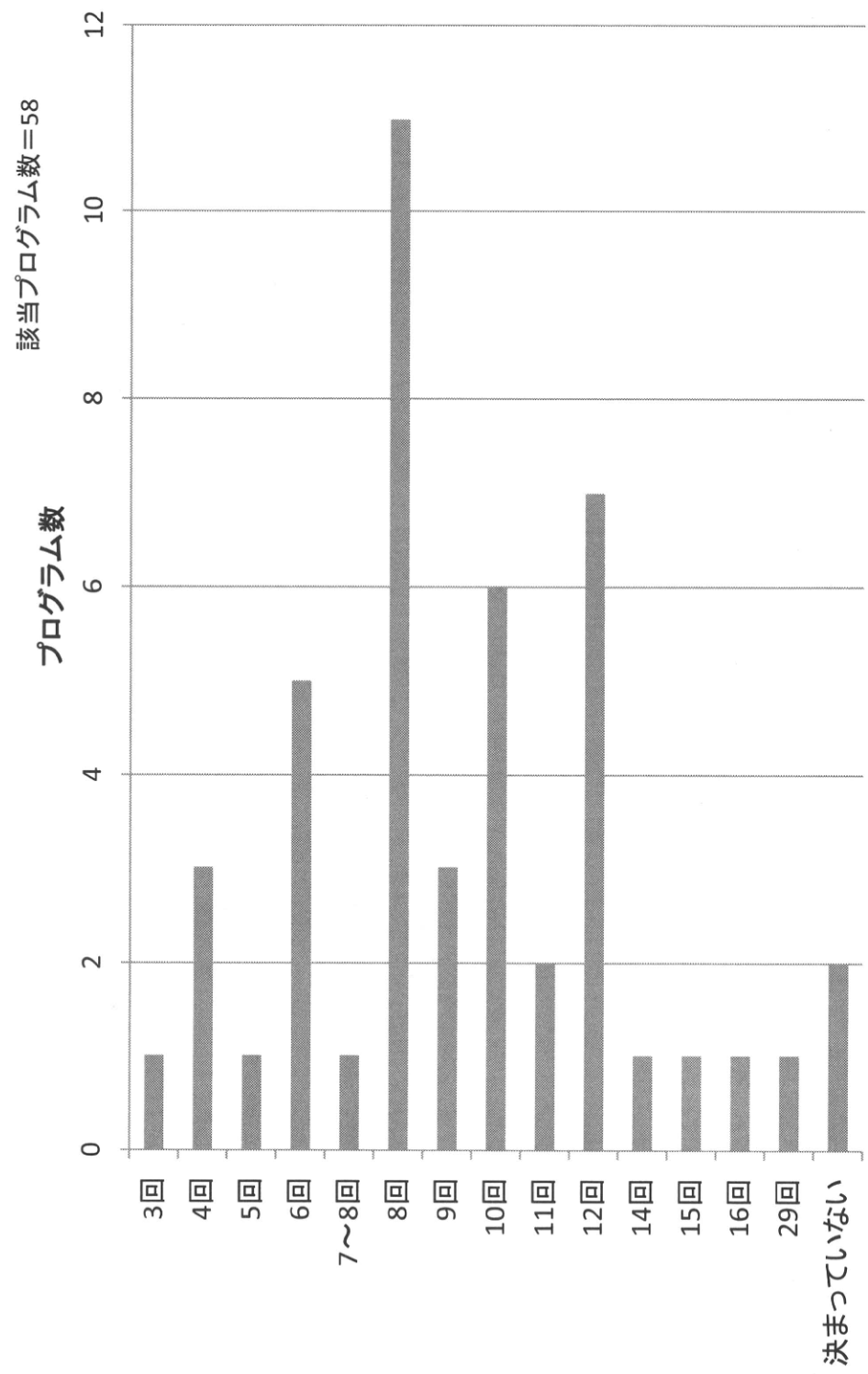
(表7-1) 代表的プログラムの「グループの構成」

② 特定の心理プログラム 認知行動療法：グループ人数

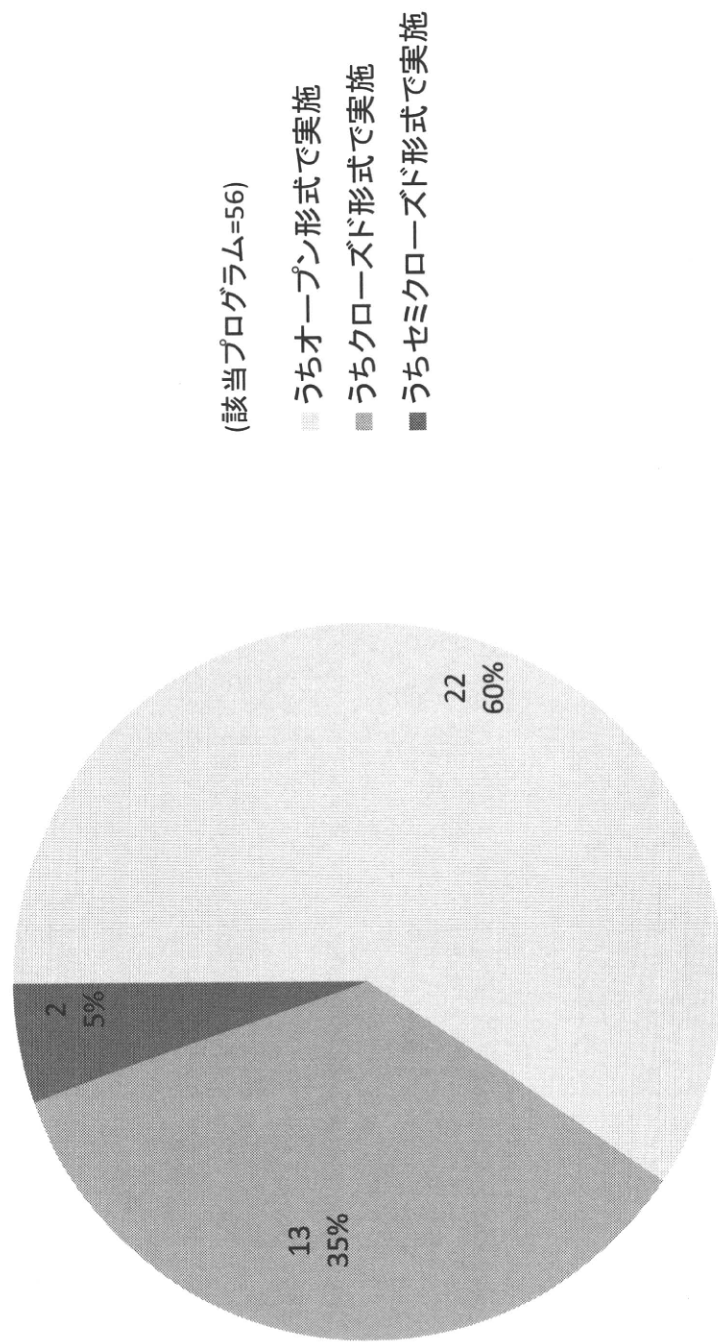


(表7-2)代表的プログラムの「グループの構成」

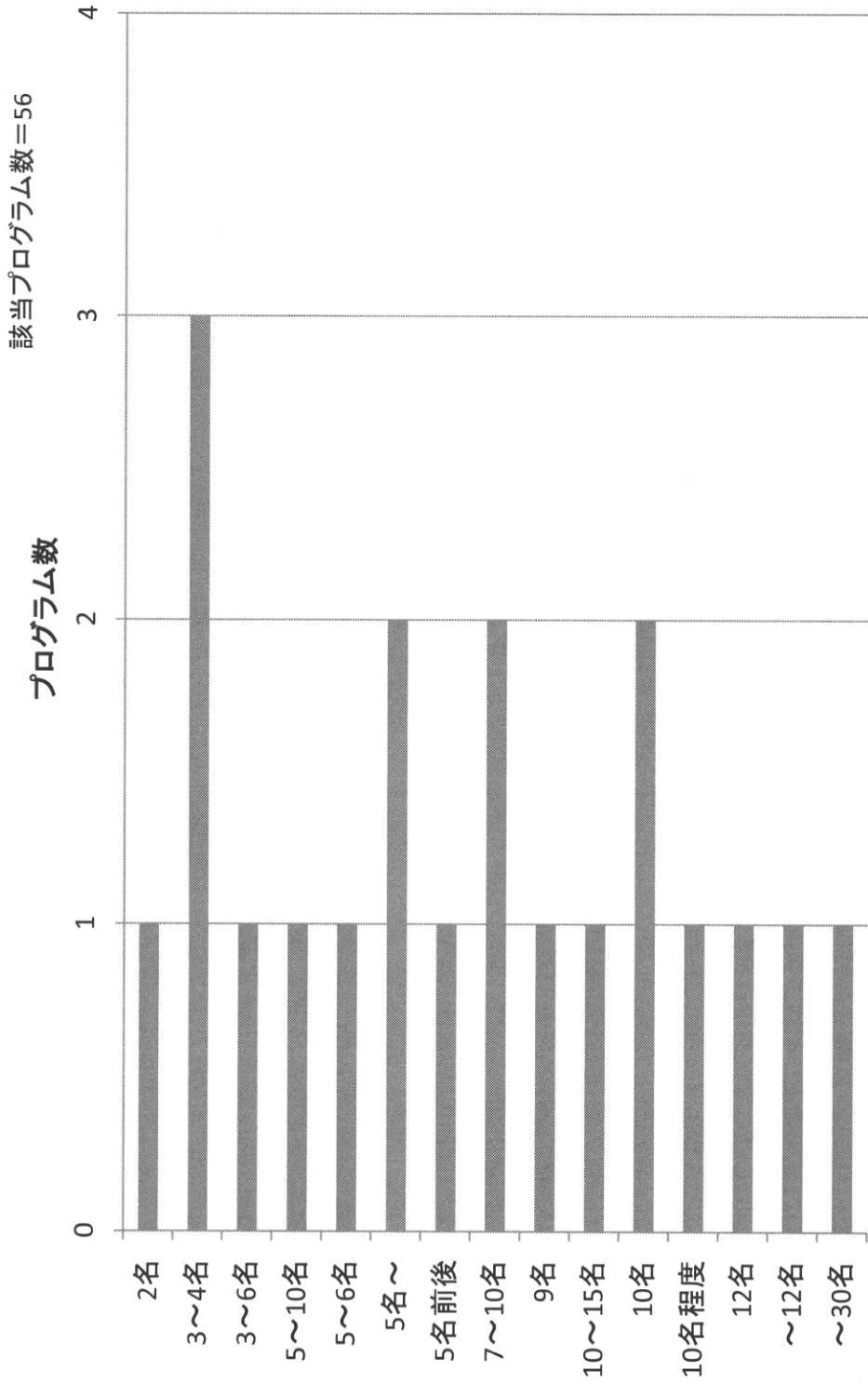
②特定の心理プログラム 認知行動療法：回数



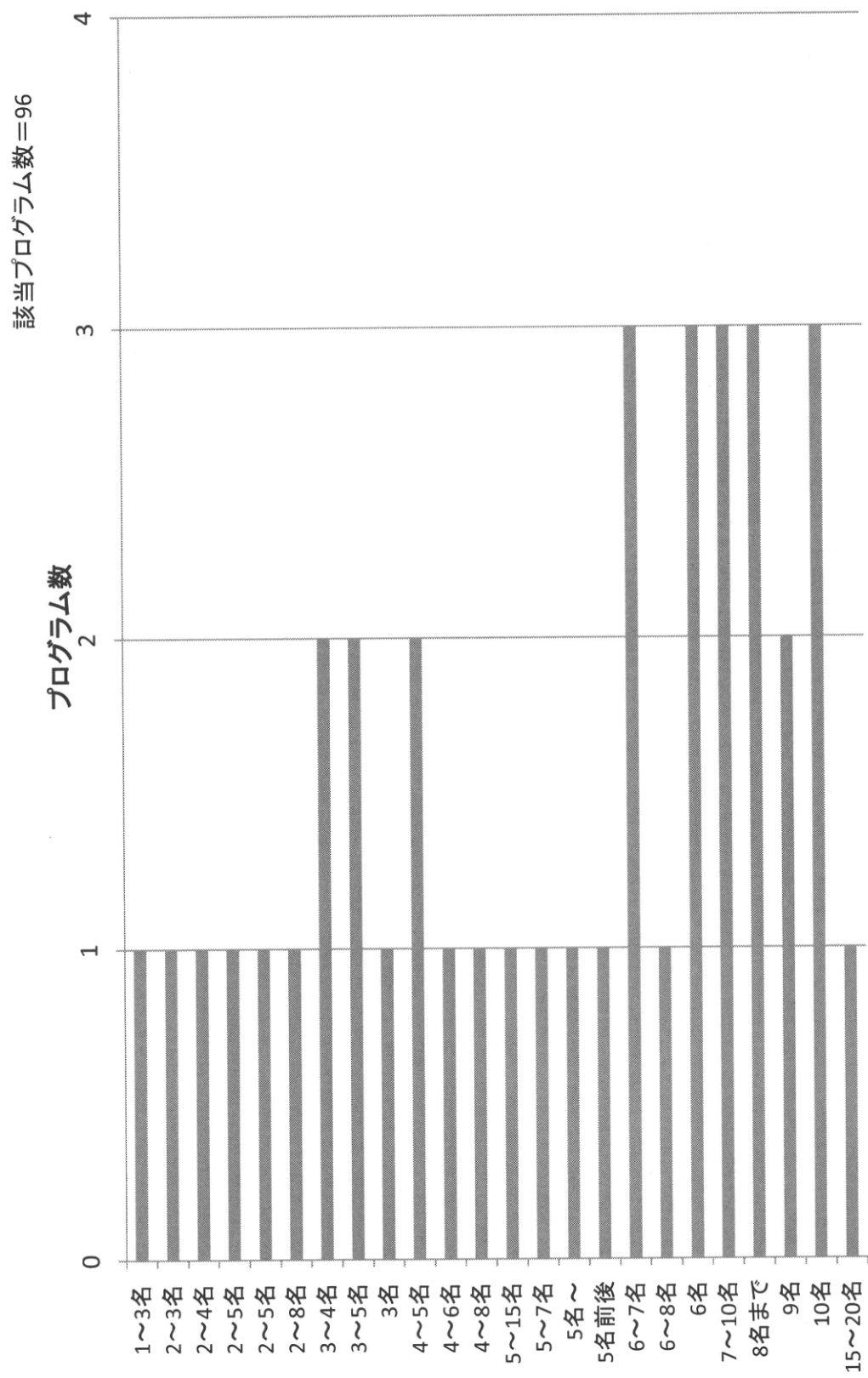
(図3) 代表的プログラムの「グループの構成」
③教育プログラム



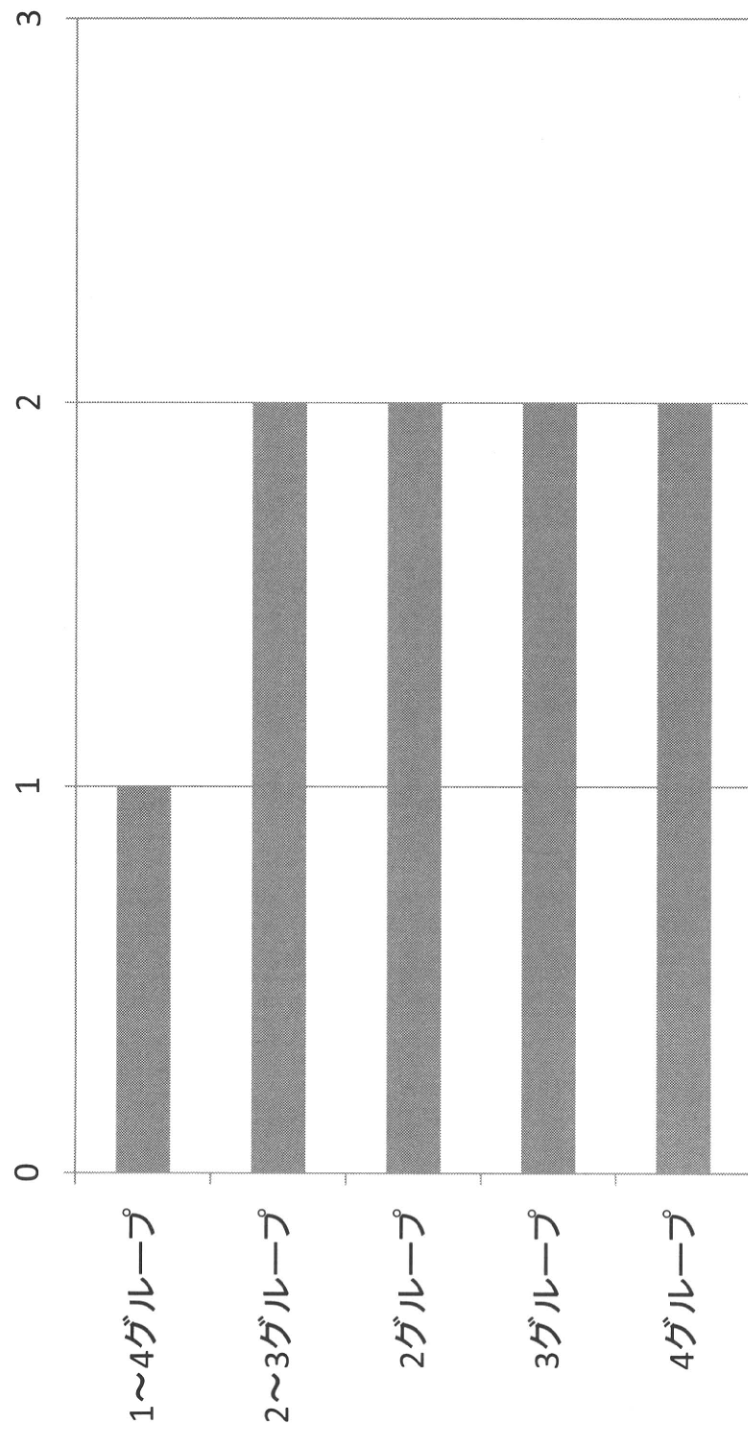
(表7-3) 代表的プログラムの「グループの構成」
 ③教育プログラム：グループ人数



(表7-4) 代表的プログラムの「グループの構成」
 ④ 集団プログラム: グループ人数



(表7-5) 代表的プログラムの「グループの構成」
 ④ 集団プログラム：グループ数



(図4) 代表的プログラムの「グループの構成」
 ⑤ その他のプログラム 軽スポーツ・リラクセーション

