

2023年度（第48回）学術研究振興資金 学術研究報告

学 校 名	九 州 看 護 福 祉 大 学	研究所名等	
研 究 課 題	産後うつ病予防に対するWRAPを用いたピアサポーターの効果検証 —産後うつ病および虐待予防のためのピアサポート体制構築—	研 究 分 野	文 学
キ ー ワ ー ド	①産後うつ ②WRAP ③ピアサポーター		

○研究代表者

氏 名	所 属	職 名	役 割 分 担
大 橋 知 子	九 州 看 護 福 祉 大 学 部 九 看 護 福 祉 大 学 部	講 師	研究統括・進捗管理・質問紙調査 インタビュー調査分析・WRAPファシリテーター

○研究分担者

氏 名	所 属	職 名	役 割 分 担
上 田 智 之	九 州 看 護 福 祉 大 学 部 九 看 護 福 祉 大 学 部	准 教 授	WRAPファシリテーター・質問紙調査 インタビュー分析
緒 方 浩 志	九 州 看 護 福 祉 大 学 部 九 看 護 福 祉 大 学 部	講 師	WRAPファシリテーター・質問紙調査 インタビュー分析
齊 藤 圭 子	九 州 看 護 福 祉 大 学 部 九 看 護 福 祉 大 学 部	助 教	質問紙調査
巖 桂 子	九 州 看 護 福 祉 大 学 部 九 看 護 福 祉 大 学 部	助 教	質問紙調査
森 雄 太	九 州 看 護 福 祉 大 学 部 九 看 護 福 祉 大 学 部	講 師	質問紙調査
木 村 涼 平	日 本 赤 十 字 九 州 国 際 看 護 大 学 部 看 護 学	講 師	インタビュー調査
北 原 崇 靖	九 州 看 護 福 祉 大 学 部 九 看 護 福 祉 大 学 部	助 教	インタビュー調査

産後うつ病予防に対する WRAP を用いたピアサポーターの効果検証 ー産後うつ病および虐待予防のためのピアサポート体制構築ー

1. 研究の目的

本研究はインターネットやサークル等を利用したピアサポートを強化することが産後うつ病予防につながると考え、Wellness Recovery Action Plan（以下、WRAP）に着目した。

「WRAP」とは日本では「元気回復行動プラン」と翻訳され、治療や療法ではなく、よりよい精神的健康、維持および回復のために自分自身の状態を把握し、その状態に応じて、対処行動を作成する「自分の取り扱い技法」と呼ばれている。WRAP のグループ介入は 2010 年アメリカ連邦政府から Evidence based Practice として認証され、その効果について明らかにされてきた。日本においては自己肯定意識尺度が向上し、日本語版 POMS の「疲労」が低下することが明らかにされている。

本研究では、子育てピアサポーターのメンタルヘルスに対する WRAP を活用したグループプログラムの効果と、周産期における当事者主体のサポートネットワークの構築の可能性と課題を明らかにすることを目的とする。初年度は子育てピアサポーターを対象者とした WRAP および WRAP ファシリテーター養成講座を開催し、参加した子育てピアサポーターにインタビューを実施する。その結果をもとに、WRAP の活用や WRAP 参加による自分自身の変化、WRAP 導入による効果及び障壁、障壁を解消するための方策を明らかにする。

本研究の最終目的は以下の通りである。

- (1) ピアサポーターによる WRAP を用いた産後うつ病および児童虐待予防の効果の検証
- (2) 産後うつ病および虐待予防のためのピアサポート体制構築

2. 研究の計画

- (1) 研究デザイン：質的記述的研究

- (2) 参加者

遠隔会議システムを利用したグループプログラム開催については、ホームページ上に子育て中の両親を対象とした WRAP を開催することを掲載し、参加者を募る。対面でのグループプログラムに関しては、研究協力者である熊本県内の助産院院長を通じて参加者を募る。

- (3) WRAP の運営方法

遠隔会議システムを利用した 1 回のセッションは 1 時間 30 分とし、1 クールは 8 セッションとする。1 セッションを原則 2 週間毎に行い、1 クールを約 3 ヶ月かけて開催する。開催は、金曜日 20:30 から 8 名を募集する。WRAP の 5 つのキーコンセプト（希望、主体性、学ぶこと、権利擁護、サポート）と各パートのエッセンス（元気に役立つ道具箱、いい感じの自分、日常生活プラン、注意サイン、引き金、深刻な乱れ、クライシス、クライシス後のプラン）それぞれのサインと行動プランを 8 回に分けて実施する。セッションは、ファシリテーター 1 名とサポーター 1～2 名の計 2～3 名で運営し、運営スタッフも参加者の一員となり、WRAP を作成する。

対面でのセッションは 3 時間とし、1 クールは 4 セッションとする。1 セッションを原則 2 週間毎に行い、1 クールを約 2 ヶ月かけて開催する。開催は、金曜日 9:30 から 8 名を募集する。内容や運営スタッフは ZOOM でのセッションに準ずる。

- (4) データ収集方法

インタビューはグループインタビューで、インタビューガイドを用いて実施する。インタビューの回数は 1 回とし、時間は約 60 分で実施する。インタビューの内容は「WRAP の集中クラスの研修内容についての理解」「WRAP の周産期の母親及び家族のメンタルヘルスに与える効果」「WRAP の活用・運用方法について」「WRAP に参加したことによる自分自身の変化」の 4 点である。対象者の同意を得て IC レコーダーに録音する。対面で行う場合はプライバシーが確保できる場所を使用する。遠隔 WEB 会議システムを利用した場合についても、対面と同様に、研究者および対象者ともにプライバシーが確保できる場所を使用する。

- (5) データ分析方法

IC レコーダーに録音した音声を逐語録に起こし、コード化した後、類似したコード内容を集め、サブカテゴリー化する。分析は「WRAP の効果と課題」を焦点とし、関連のあるデータに着目する。分析過程においては、メンタルヘルスケアおよび母性看護学の経験を有する研究者 3 名で討議を重ね、信頼性の担保に努める。

(6) 倫理的配慮

本研究は、九州看護福祉大学倫理委員会の承認を得て実施する。WRAP クラス資料送付時に説明書を送付し、承諾を得られた研究参加者に対して、研究の目的と概要調査協力の任意性、拒否・撤回の自由、研究参加に伴い生じうる不利益、個人情報保護の保護、結果の公表などについて文書と口頭で研究者から説明し、同意書を交わす。インタビューの日時及び方法は、研究参加者の希望に合わせて設定する。対象者の表情や話し方にも目を配り実施する。

3. 研究の成果

ZOOM を利用した WRAP 定期クラスの参加者は 1 回目が 5 名、2 回目が 3 名であった。その中で 5 回以上の出席があった研究対象者は 2 名であった。2 名全員より研究参加の同意が得られたため、インタビュー調査を行った。対面でのクラスは、3 クール行い各回参加者は 5-6 名であった。最終的に 3 回の調査及びインタビュー調査を実施できたのは 12 名であった。質問紙調査については、2024 年度母性衛生学会にて発表予定である。インタビュー調査では、セミナーに参加することで気分の落ち込みが改善した、同じ年齢の子どもを持つ母親同士の絆ができたという肯定的な意見があった。

4. 研究の反省・考察

参加者へのインタビューから、WRAP の効果は確認できた。一方で子どもの体調不良やコロナ感染のために全セミナーに参加できなかった対象者がいた。子どもの体調不良などで、参加できなかった場合の代替え方法の検討が必要であると考えた。

5. 研究発表

(1) 学会誌等

なし

(2) 口頭発表

Tomoko Ohashi etc.: TO DETERMINE THE EFFECTIVENESS AND CHALLENGES OF THE WRAP WORKSHOP AMONG WOMEN WHO EXPERIENCED A MISCARRIAGE, the ICN 2023, 1-5 July 2023 in Montreal, Canada.

(3) 出版物

なし