立教大学学術推進特別重点資金（立教ＳＦＲ）
大学院学生研究
２０２４年度研究成果報告書

研究科名	立教大学大学院	現代心理学研究科	臨床心理学専攻
研究代表者（2025年3月現在のものを記入）	在籍課程・学年	氏　名	
	☐博士前期課程　年 ☑博士後期課程　1年	丸山　奈緒子	
指導教員	所属部局・職名	氏　名	
	現代心理学部・教授	松永　美希	
自然・人文・社会の別	自然　・　(人文)　・　社会	**個人・共同の別**	(個人)　・　共同　　名
研究課題	復職支援における集団認知行動療法――休職者の心理的準備性との関連性の検討――		
研究組織（研究代表者・共同研究者）※2025年3月現在のものを記入	在籍研究科・専攻・課程・学年	氏　名	
	立教大学大学院　現代心理学研究科 臨床心理学専攻　博士後期課程1年	丸山　奈緒子	
研究期間	２０２４　　年度		
研究経費（1円単位）	（支出金額）　186,106円　／（採択金額）　199,000円		

研究の概要（200～300字で記入、図・グラフ等は使用しないこと。）

当該研究の研究目的を含むこと。

本研究では，リワーク施設の医療従事者に対する面接調査から，復職過程やリワークプログラムにおけるうつ病休職者の心理的変化を測定するための尺度を作成することを目的とした。本研究では，「休職している現状を受け止められない初期の段階」，「仕事やストレスに対する自身の認知や行動に対する気づきが得られる段階」，「復職や復職後の安定就業に向けて自身の認知や行動を変化させていく段階」という3つの段階を経て休職者は復職に至ると仮定した。各段階における休職者の認知，行動面の特徴や，次のステップへ移行する際の変化について支援者から聞き取り明らかにすることで，休職者の復職過程に沿った尺度を作成することを目指した。

キーワード（研究内容をよく表しているものを３項目以内で記入。）

〔　集団認知行動療法　〕〔　復職支援　〕〔　うつ病　〕

研究成果の概要（図・グラフ等は使用しないこと。）

以下の視点を含めて記載のこと。
・当該研究は何をどこまで明らかにできたのか（できなかったのか）。
・何をもって研究成果（経過）を達成できた（できなかった）と考えられるのか。
自身が設定した研究目的・目標に照らして、その根拠がわかるよう記載のこと。

研究の背景

近年，メンタルヘルス不調に伴う休職者が増加傾向にあり（厚生労働省，2023），円滑に復職を進めるための支援方法が検討されている。医療機関におけるリワーク（Return to work の略）では，集団認知行動療法が実施されており，抑うつ症状や非機能的自動思考，復職後に必要な対人面や認知機能面での困難感の低減効果が報告されている（田島他，2010b；渡邊他，2019）。一方で，集団認知行動療法を含むリワーク活動によって症状が改善し復職できたとしても，短期間で症状が再熱したり再休職となったりするケースも少なくないことが課題として挙げられている（田上他，2012b）。背景には，うつ病をはじめとしたメンタルヘルスの病気の複雑性に加えて，長期休職からのステップのない急激な負荷の影響が考えられる（北川他，2008）。また，復帰への焦りや不安から時期尚早な復職に至るケースも少なくないことが指摘されている（厚生労働省，2018b）。

秋山（2012）はリワークプログラムへの参加や治療へのアドヒアランスを高めるためには，「感情的支援」が重要であるとしている。感情的支援とは，休職過程における患者の複雑な心情を理解したうえで行う支援のことであり，これにより，休職者が治療を途中で中断してしまうなど「脱落」の予防に役立つとしている。そもそも，リワークプログラムが効果的に活用されるためには患者本人に復職の意思，希望，動機づけがあることが前提であるが，非薬物療法であるため「副作用」がないことでアドヒアランスが低下する可能性についても指摘している。加えて，リワーク施設において支援者が感情的支援を行うためには，患者の「感情」を十分に理解している必要があるとしている。

このことから，復職支援においては休職者のリワークプログラムや病気に対する心理的反応に対する「感情的支援」を実施し，リワークプログラムや治療からの脱落を予防，あるいは病気の再発や再休職を予防するための継続的な支援を行うことが重要であるといえる。

そのため本研究では，復職過程やリワークプログラムにおける休職者の複雑な心情を理解しその変化を把握するための質問紙尺度を新規に作成することを目的に，リワーク施設の支援者に対するインタビュー調査を実施することとした。

尺度項目案の選定

心の健康問題の発生過程には個人差が大きく，そのプロセスの把握が難しいことが指摘されている（厚生労働省，2013）。一方で，本研究と同様にインタビュー調査の結果からリワーク通院中の休職者に生じる心理的変化を検討した研究である，中村（2018），田中他（2022），下田他（2022），島津他（2007）などから，休職期間は個人差が大きいものの休職から復職に至るプロセスには共通する特徴があると推測できた。休職者はおおむね次のような 3 つのステップを経て休職から復職に至るのではないかと仮定した。「休職している現状を受け止められない初期の段階」である第 1 段階，「休職したことで時間や精神的な余裕ができ，またプログラムを通じて内省の機会を得ることで仕事やストレスに対する自身の認知や行動に対する気づきが得られる段階」である第 2 段階，「復職や復職後の安定就業に向けて自身の認知や行動を変化させていく段階」である第 3 段階である。つまり，うつ病休職者が復職に至る過程では，さきほどの 3 つの段階に沿った心理的反応の変化が生じているのではないかと推測することができた。そのため，復職の初期，中期，後期のそれぞれの認知面および行動面の特徴や，次の段階へ移行するために必要と考えられる個人内の要素について明らかにするために必要と思われる質問紙の項目について，先行研究をもとに選定した。

面接調査の実施

尺度項目案をもとに作成したインタビューガイドに沿って，面接調査を実施した。復職支援デイケアに勤務する経験年数 1 年以上の医療従事者で，うつ病休職者の支援を担当したことがある者が本研究の対象であった。複数箇所のリワーク施設にて対象者を募集した。より多くの対象者に実施するため，現在も引き続いて対象者を募集し研究を継続している。

本研究の目的は，復職過程やリワークプログラムにおけるうつ病休職者の心理的変化を測定するための尺度を作成することであった。しかしながら，実際には尺度作成のためのインタビュー調査を実施するにとどまった。現在も引き続いてインタビュー調査の対象者を募集し研究を継続しており，尺度作成のためのインタビュー調査の終了後，尺度の開発と，尺度の信頼性・妥当性の検討を行う予定である。

研究成果の概要（つづき）

※この（様式２）に記入の成果の公表を見合わせる必要がある場合は、その理由及び差控え期間等を記入した調書（Ａ４縦型横書き１枚・自由様式）を添付すること。

研究発表（研究によって得られた研究成果を発表した①～④について、該当するものを記入してください。該当するものが多い場合は主要なものを抜粋してください。なお、成果発表を確認できる資料を合わせて研究成果報告書提出フォームより提出してください（紙媒体等、研究成果報告書提出フォームから提出できない場合は、別途リサーチ・イニシアティブセンターへ提出してください）。

①雑誌論文（著者名、論文標題、雑誌名、巻号、発行年、ページ）
②図書（著者名、出版社、書名、発行年、総ページ数）
③シンポジウム・公開講演会等の開催（会名、開催日、開催場所）
④その他（学会発表、研究報告書の印刷等）
※修士論文・博士論文は含みません。

④その他（学会発表，研究報告書の印刷等）
Naoko Maruyama『The Effectiveness of Group Cognitive Behavioral Therapy for Supporting Return to Work: Utilizing ICT-Based Homework.』Asia-Pacific Research Seminar on Health and Clinical Psychology 2024（2024年9月5日）。