

研究代表者 所属・職：教育・心理学部・助教

氏 名：土井 裕貴

研究課題名：心理検査を通じた対人援助職の自己理解過程-バーンアウトへの予防的介入を
目指して-

研究の概要

近年、援助職者の離退職や精神疾患への罹患の増加が問題となっているが、その背景の一つにバーンアウトがある。バーンアウトとは「長期間人に援助する過程で心的エネルギーが過度に要求された結果、極度の心身疲労と感情の枯渇を示す症候群」(Maslach & Jackson, 1981) と定義される。

本研究は、対人援助職者のバーンアウトの予防的介入を目指し、①援助職者全体とその中のバーンアウトの程度が高い状態にある援助職者のパーソナリティ特性の把握、②援助職者自身へのフィードバック面接の中でどのように自己理解を深めるかのプロセスを明らかにすることを目的として以下の手続きを実施した。

<研究手続き>

- ・調査対象者：対人援助職者 19 名
 - ・調査内容：各対象者に対し、3 回の面接を行う。
- 第 1 回目は現在の状況についてのインタビューと、心理検査（ロールシャッハ・テスト、MMPI、PF スタディ）、日本版バーンアウト尺度を実施する。第 2 回目は、心理検査の結果のフィードバックと日本版バーンアウト尺度を実施する。第 3 回目はフィードバックを受けてのフォローアップ面接と日本版バーンアウト尺度を実施する。また、第 1 回目の約 1 カ月前にも日本版バーンアウト尺度を実施し、尺度得点がどのように推移しているか把握し、介入効果を確認する。

上記の調査手続きについては終了しているが、本プロジェクトではそれらの研究結果についてまとめ、①の論文化、②の結果分析を進めることを目的とする。

達成状況・成果内容

<①について>

本プロジェクトでは、実施したすべての心理検査の結果ではなく、ロールシャッハ・テストの結果についてまとめることとする。ロールシャッハ・テストを実施した援助職者全体と 19 名との中で特にバーンアウトの程度が高い 3 名の援助職者では次の特徴が明らかになった。援助職者全体としては、反応数の中央値が 29 と多く、提示された刺激に対し平均以上の努力をして取り組もうとする姿勢がある点、Adj D < 0 には 19%、D < 0 には約半数の援助職者が該当するなど、元来のストレス耐性や高くない者が 20%近くいる上に、約半数が現在過負荷状態に陥っている点、W: M = 4: 1 で達成欲求がかなり高いこと、Afr の中央値が 0.41 で感情刺激を避ける傾向はかなり高い点などの援助職者の特徴が明らかになった。一方でバーンアウトの程度が高い援助職は、それらの特徴に加え、EA が低く、外界・内界で起こったことを処理する資質が少ないため、エネルギーが枯渇しやすいと思われる点、SumC' の中央値が 3 と援助職全体と比較すると多く、ネガティブな感情を抑圧しやすい点などが明らかになった。

これらから、日本人平均と比較すると、援助職者全体についての心理的特徴が見られ、特にバーンアウトの程度が高い援助職者はより適応が難しくなりやすい特徴がみられることが明らかになり、今後のバーンアウトに関する議論やバーンアウトの効果的な支援・介入のためには、これの特徴を意識する必要性が示唆された。

<②について>

対象者 19 名の中から、精神保健福祉士 1 事例に

ついて、調査内容の2回目（心理検査のフィードバック）と3回目（フォローアップ面接）のインタビューのテープ起こしをコーディングし、GTAを用いて分析を行った。分析の際は、内的体験としてどういったプロセスで自己理解が深まっているかを重視して進めた。

結果としては、右の図1に示すプロセスが得られた。対象者が心理検査の結果を踏まえ、最初は積極的な反応が少なかったが、徐々に検査の結果と照らし合わせながら、自発的に自己の特性や課題を話題にしながら整理し、自己理解を深める過程が示された。対象者が「振り返りになったのと...将来どうしていこうかなって...道筋ができた」と語るように、心理検査の結果をフィードバックする手法が自己理解を深めるために有効であると示唆された。



図1 RFBSでの自己理解過程