

# 精神療養病棟における自己表出が苦手な患者の退院支援

グループミーティングの効果

広島県 医療法人健応会呉やけやま病院

○榎尾阿友美 小林悠子 前田光江

久本卓司 村中淳子 阿賀岡礼子

## Key Words

精神療養病棟 退院支援 グループミーティング

はじめに

精神療養病棟には精神疾患を有する患者が長期入院しており、社会に復帰できるように支援していく必要がある。しかし、患者の生活機能や退院意欲の低下により、患者と看護師双方が退院後の生活に不安をもつこともある。また、陰性症状がある患者にとって自己表出することは容易ではない。今回、客観的に共同住居への退院が可能と思われる長期入院患者3名を対象にグループミーティングを行い、心理や行動に変化が見られ退院につながったため、その効果を報告する。

### I. 目的

精神療養病棟における自己表出が苦手な患者に対して、グループミーティングを用いた退院支援の効果を明らかにする。

### II. 研究方法

1. 研究期間：X年Y月から6か月間
2. 研究対象者：40～50歳代男性、統合失調症で15年以上入院しており、客観的に共同住居への退院が可能と思われる患者3名。  
A氏：妹に依存し自己決定できず、退院に拒否的である。  
B氏：不定愁訴を訴え、退院困難となっている。  
C氏：退院に向けて外出訓練をしているが、反応が乏しく表情も硬い。
3. グループミーティングの方法：看護師2名、臨床心理士1名が参加し、週1回30分程度行う。グループミーティング名については「やまびこ」とした。進行や話題の提供は看護師が行う。病棟にある個室で、1つの机を囲んで座れるように配

置する。グループミーティング後はカンファレンスを行い、心理・行動変化について評価する。

### III. 倫理的配慮／利益相反

対象者に対し研究の目的、内容、結果を学会発表すること、協力の有無によって不利益が生じないこと、個人情報保護について文書で説明し、書面で同意を得た。なお、呉やけやま病院倫理委員会の承認を得て行った。また、本論文について発表者らに開示すべき利益相反関係にある企業などはない。

### IV. 結果

1. 第1回やまびこ「今後の目標」  
A氏：「怒られる」と自己表出しなかった。  
B氏：退院に向けて拒否的な発言をしていた。  
C氏：終始、表情が硬く無言であった。  
看護師：受容的にかかわった。
2. 第2回やまびこ「地域で行ってみたい所」  
A氏：「怒られるから行きたくない」「刺身が好き」。  
B氏：「手がしびれるから行きたくない」。  
C氏：表情が硬く語らなかった。  
看護師：回転寿司へ外食することを提案し、A氏には妹への説明は看護師から行うこと、B氏にはグループで外出することを説明し、安心が得られるようかかわった。
3. 第3回やまびこ「外出準備」  
A氏：外出届の書き方がわからなかった。  
B氏：助言なしで外出届を記入することができた。  
C氏：「A君、わからんのん。教えてあげよう」  
A氏に対して助言をした。  
看護師：自己を肯定できるようかかわった。

#### 4. 第4回やまびこ「外出（外食）」

A氏：落ち着かず、C氏のそばを離れなかった。  
B氏：「みんなで行くのはいいですね」積極的に看護師に話しかけていた。

C氏：「A君大丈夫よ」と声かけをしていた。

看護師：グループでの外出は心強いことを話した。

#### 5. 第5回やまびこ「外出の振り返り」

散髪の時期が近いので次回の外出を提案した。

A氏：「また行きたい」。

B氏：「料金が高いのでこっちにしましょう」。

C氏：「また行きたい」、表情も穏やかであった。

看護師：相談して外出届を記入しており、協力し合っていることを認める声かけをした。

#### 6. 第6回やまびこ「外出（散髪）」

A氏：店員とのやりとりはスムーズであった。

B氏：「コンビニなら1人で行けそう」、帰院後デイケアにも興味を示す発言があった。

C氏：看護師に話しかけることが少しずつ増え、

A氏と一緒にいる場面が多くなった。

看護師：患者の変化に気づき称賛した。

#### 7. 第7回やまびこ「デイケア見学」

A氏：「退院したい」。

B氏：「外泊訓練してもいいですよ」。

C氏：A氏を誘導する場面が見られた。

看護師：自己表出ができていることを認めた。

#### 8. その後について

A氏：「C君がいなくなるとさびしい」

B氏：「病院がすぐ近いから大丈夫」

C氏：「先退院するけん、A君もがんばりんさい」。

看護師：退院後も協力し合うよう声かけをした。

C氏はA氏とB氏より1か月ほど早く退院した。

A氏とB氏は同日に外泊訓練をし、退院した。

### V. 考察

長期入院患者の場合、潜在的に退院への意思をもっていても、陰性症状により感情が乏しくなり意欲減退や無関心であることが多い。また、生活機能や退院意欲の低下により、患者・看護師ともに退院後の生活に不安をもつこともある。退院支援を行う場合、看護師は患者の持つ退院への不安を理解した上で患者の退院意思を育むことから慎重に開始していく必要がある。今回、グループミーティングの中で看護師が受容的にかかわったことで自己を肯定できるようになり、看護師と良好な関係が築けたと考える。A氏においてはグループの仲間と思いや行動を共有したことで、意思表示してくれるようになったと考える。人が1つにまとまるには、武井は「自分と同じように考え、

行動する仲間が必要なのだ」<sup>1)</sup>と述べている。今回、共通点のある患者を集め、退院に向けたグループミーティングを行ったことで患者同士に仲間意識が芽生え、退院への意思が自然に育まれたと考える。また、グループミーティングの中でA氏がC氏を頼り、C氏がA氏のことを支えるようになった。ヤーロムは「グループというのは人を変化させサポートを生み出す強力な道具である」<sup>2)</sup>と述べている。C氏はグループミーティングを体験したことで、秘められていた他人を思い、支える力がC氏の自尊心の回復につながったと考える。また、武井は「自分が受け入れられたという感覚から安心感が得られるため、コミュニケーションが活発になり、相互の影響力も強くなる」<sup>3)</sup>と述べている。B氏の言動の変化には、やまびこを通じてグループで行ってきた共有体験からグループが安心できる場所になり、退院へ繋がったと考える。B氏が抱える不安や孤独感が軽減された要因は、グループの力だと考える。

### VI. 結論

1. グループミーティングとともに退院準備し、受容的に関わったことで自己を肯定できるようになり、良好な関係が築け看護師に意思表示するようになった。
2. 共通点のある患者がグループミーティングを行うことで仲間意識が芽生え、自己表出できるようになり、退院支援につながった。
3. グループでの他人を思いやり、支える体験が自尊心の回復につながった。
4. グループという安心できる場所を保障することで不安や孤独感が軽減された。

### おわりに

退院支援をする場合、患者の不安を理解した上で、意思を育むことが大切である。グループの力は、自尊心の回復や自らの意思を伝えるようになったこと、不安や孤独感が軽減したことなどの効果をもたらした。また、精神科における長期入院では、家族の受け入れが困難な場合も多く、家族への支援も今後の課題である。

### 引用・参考文献

- 1) 武井麻子：「グループ」という方法，医学書院，P25，2002.
- 2) I・ヤーロム，岩田真理訳：ヤーロムの心理療法講義，白揚社，P265，2007.
- 3) 前掲書1)，P32