

【助成採択者情報】 ※申請書記載内容に基づく

採 択 年 度

2023 年度

氏 名

采野 優

所 属 機 関

京都大学医学部附属病院・腫瘍内科

課 題 名

死別を経験した人を対象としたコンパッションに焦点を当てたオンライン心理療法の効果：待機対照ランダム化比較試験

助 成 額

3,000,000 円

研究報告概要

【研究の必要性】死別を経験した人のうち、50-60% が気持ちのつらさ（悲嘆など）を経験するが、これらを専門家に相談する人は 3-4%程度とされる。さらに、死別を経験した人を対象とした、標準的な心理療法は未確立である。コンパッションが高い人は、死別に関連する悲嘆が少ないことが示されており、我々は、コンパッションに焦点を当てたオンライン心理療法の実施可能性試験を遂行中である。同プログラムは 88.9%の高い介入完遂割合を示し、探索的な効果検証で悲嘆が介入前後で改善する可能性が示された。

【目的】死別を経験した人を対象としたコンパッションに焦点を当てたオンライン心理療法の有効性を検証すること。

【研究方法】

対象：18 歳以上で 6 か月以上前に死別を経験した人で、安定したインターネットに接続可能なスマートフォンやパソコンを日常的に利用している人。

デザイン：待機対照二重盲検化ランダム化比較試験

介入：介入担当者は、公認心理師・臨床心理士等であり、本研究の介入に関する 10 時間以上の構造化された訓練を受けた者である。介入担当者は、コンパッションに関するプログラム（個人ワーク・グループワーク双方で構成）を 1 回 2 時間、5 回を 5 週間にわたり開催する。

アウトカム：介入前・介入終了直後・4 週間後・12 週間後の 4 時点で測定する。主要評価項目は、複雑性悲嘆質問票 日本語版であり、副次評価項目は、PHQ-9、GAD-7、セルフコンパッション尺度等である。

【倫理的配慮】「人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針」に基づき実施する。

【期待される結果】本研究において、質の高いランダム化比較試験を遂行することで、標準的な遺族ケア手法の確立が期待できる。本研究における介入手法は、将来的な社会実装を見据えてデザインしており、死別を経験したより多くの人々に、科学的根拠に基づく遺族ケア提供の実現が期待できる。