

2012 年度研究助成 研究成果報告書（HP掲載用）

研究課題名：うつ病休職者の社会復帰プログラムとして調理実習は有用か？

所属大学・機関名 帝京平成大学 健康メディカル学部 健康栄養学科

氏名 野口 律奈

【研究要旨】（研究要旨を 200～300 文字程度でご記入ください。）

うつ病による休職・再休職者の増加を背景に注目されている精神科リワーク（復職支援）における「調理実習プログラム（以下、調理 P）」の効果をプログラム受講前後のアンケート調査により検討した（n=29、有効回答数 22）。結果、「調理 P」には、以下の有用性があることが示唆された。①業務遂行能力に繋がるスキルの習得 ②自己効力感の向上により、そのスキルを活用しようという動機付け ③低下した遂行能力の改善 ④意欲・喜び・幸福感といったうつ病症状の改善

また、「調理 P」は、参加者の属性によらない広い対象に実施できるリハビリプログラムであることも示唆された。

【研究目的】

うつ病休職者の社会復帰プログラムとしての「調理 P」の有用性を明らかにする。

【研究方法】

1. 一般的な業務遂行能力に基づき、本研究でめざす「業務遂行能力」に対応する「調理実習質問紙」を作成した。
2. 『調理 P』の受講患者を対象とし、1 の質問紙調査をプログラムの開始時と終了時に実施し、研修としての効果評価（Kirkpatrick の 4 段階評価）に基づき、社会復帰プログラムとしての有用性を評価した。
3. 『調理 P』の最終時に実施するアンケート調査（自由記載）を内容分析し、質問紙ではわからない『調理 P』の効果を抽出した。

【研究結果】

1. 中央職業能力開発協会のキャリア開発シートにおける「基本スキル（発揮能力）」を参考とし、業務遂行能力の基本スキル 6 分野（30 項目）に対応した『調理 P』の学習目標について 3 段階のルーブリックを作成した。
- 2-1. カークパトリックの 4 段階評価モデルの第 1 段階（Reaction）
『調理 P』の満足度として設定した 3 項目すべてにおいて、終了時に得点(中央値)が基準値に比較して有意に高かった。

2-2. カークパトリックの4段階評価モデルの第2段階（Learning）

『調理P』の学習目標として設定した26項目中23項目（88%）で、またそれら学習目標の業務遂行能力分類としては全ての項目で、終了時に得点が有意に高かった。また、『調理P』の活用意識として設定した1項目において、終了時に得点(中央値)が基準値に比較して有意に高かった。満足度、活用意識を性別、年齢、病名、居住形態で比較した結果、有意な差はなかった。

2-3 業務遂行能力の事前事後の比較

一般的な業務遂行能力について事前事後で評価した結果、30項目中23項目（77%）について、終了時に有意に評価が高くなった。（ $p<0.05$ ）（表9）

3.『調理P』の効果として、①グループワーク ②自己発見 ③時間制限 ④疑似職場 ⑤PDCA サイクル ⑥臨機応変 ⑦全体把握 ⑧業務基礎的能力 ⑨体力 ⑩意欲・勇気の育成、他のプログラムとの違いとして、①グループワーク ②自己発見 ③時間制限 ④疑似職場 ⑤PDCA サイクル ⑥臨機応変 ⑦業務基礎的能力 ⑧成果、今後の食生活への影響として、①家庭での調理への抵抗感低下 ②栄養バランス向上 ③栄養知識向上 ④感謝の気持ち ⑤手作りの美味しさ ⑥楽しみの復活 というカテゴリーが抽出された。

【考察】

本研究では『調理P』の有用性をカークパトリックの4段階評価モデルで評価した。業務遂行能力の自己評価については、業務を適切に遂行できるという自己効力感が学業や能力の発達に効果があるとされていることから、達成感を自ら感じることによって、習得したスキルや知識を今後に活かしていこうという意欲、動機付けにつながり、次への行動を促すことが考えられる。『調理P』は、最後は皆でおいしく食事ができるため、こうした達成感の積み重ねが自己効力感を高め、復職後の仕事への適用及び応用へと動機付けられたと考えられる。

更に、こうした達成感の積み重ねが、挑戦意欲、勇気、自信、楽しいという気持ち（全て参加者のワード）を思い出させる効果も秘めていると考えている。

【結論】

本研究によって、『調理P』は「調理」に限定されたものではなく、職場の業務遂行能力に繋がるスキルの習得が可能であること、達成感による自己効力感の向上が、本来の職場においてもそれらを活用しようという動機付けに繋がること、が示唆された。

また『調理P』は、業務遂行に関わる機能だけでなく、意欲・喜び・幸福感といった感情のリハビリにも寄与する可能性があることが示唆された。