

## マインドフルネスによるソーシャルワーカーの価値体系における主観的変容 —8週間マインドフルネス・プログラム受講後の質的探索的調査から—

○ 関西学院大学 池埜 聡 (1735)

キーワード3つ：マインドフルネス・ソーシャルワーカー・価値

### 1. 研究目的

本研究は、「ソーシャルワーカーのためのマインドフルネス・プログラム(The Mindfulness Program for Japanese Social Workers: MPJSW)」を受講したソーシャルワーカーの受講後に生まれたソーシャルワーク (SW) の価値に関する主観的変容の探索を目的とする。

本研究におけるソーシャルワーカーとは、「社会福祉現場で利用者あるいはクライアント (Clt) への直接援助に従事する社会福祉士」と定義する。SWの価値とは、社会生活における個人の尊厳と発達の可能性の尊重という「究極的価値」と、F. P. Biestekによって示された七原則及び社会変革と社会正義を追求する「手段としての価値」の両側面を包含する支援のあり方を導く価値体系を表す (Biestek, 1957; 藤井, 2001)。マインドフルネスは、「意図された注意の払い方で得られる今、この瞬間のあるがままの気づき」と定義される (Kabat-Zinn, 1990)。MPJSWは、各方面で臨床応用が果たされ、分厚い効果検証が行われているマインドフルネスストレス低減法 (Mindfulness-based Stress Reduction: MBSR) を元に、国内ソーシャルワーカーに適用可能な方法として発表者が考案した。

### 2. 研究の視点および方法

帰納的パラダイムに準じた探索的研究として、MPJSW終了後のソーシャルワーカーに生じたSW価値にかかわる主観的変容を直接インタビュー法によって探索した。サンプリングは、A県社会福祉士会との連携による意図的標本抽出法に基づく。

MPJSWは、計5回(1回120分、隔週8週、2016年6~7月)体験型演習で、MBSRをベースに各種瞑想法とボディワークから設計された。MPJSWの内容は発表にて詳述する。

本発表は、MPJSW終了から1ヶ月後を目処に参加者との半構造面接による直接インタビューによって得られた逐語録に基づくテキスト・データの分析結果を中心に報告する。

質的データ分析は、佐藤(2008a, 2008b)による質的分析法を軸にMAXQDA ver. 12.2.を用いて展開された。メモの作成、オープン・コーディング、焦点化コーディング、コード・マトリックス機能を用いた概念カテゴリーとオリジナル・データとの照合、ツリー構造の確定、継続的比較法といった分析過程をたどった。

### 3. 倫理的配慮

「関西学院大学人を対象とする行動学系研究倫理委員会」の承認のもと (No. 201611)、本学会の研究倫理指針を遵守している。本発表の元となる調査プロジェクトは、異なる分

析ポイントから「第34回日本ソーシャルワーク学会」(2017年7月)での発表「マインドフルネスがもたらすソーシャルワーク援助関係への影響」として分析・報告されている。

#### 4. 研究結果

高齢、障害、医療、公的扶助等のソーシャルワーカー25名がMPJSWに参加。4回以上参加した22名(女性15/22名[68.2%]、平均年齢46.68歳、平均就業年数14年4ヶ月、社会福祉士保有)を研究対象とした。インタビュー時間は、一人平均95分(65-145分)でプライバシーの確保できる公民館等の会議室でデータ収集が行われた。

質的データの補完情報としてMPJSW受講前後に収集されたマインドフルネス状態を測る標準尺度、日本語版Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ)の平均値において改善傾向が見られ、*t*検定はFFMQ total及び2因子(observing, nonreacting)において有意差を示した(total:  $t=-2.82, p<.05$ , observing:  $t=-3.60, p<.01$ , non-reacting:  $t=-2.90, p<.01$ )。このことから、MPJSW参加による認知的脱中心化と反芻思考抑制の可能性が示唆された。

質的分析は、MPJSW参加によるSWの価値に関連する主観的変容を分析ポイントとして4つの概念カテゴリーを生成した。それらは、『関係調整における二重性への気づき』:調整機能を果たす際のCltの「存在の意味」への気づき、『手放しのプロセスに寄り添う自己決定』:社会資源がない手詰まり状態における自己決定の意味の変容、『共感の幻想から「存在」の意味への変容』:マインドフルネスによる身体感覚を通じて生じた共感の意味の変容、そして『身体感覚から生まれるつながりの創出』:認知レベルを越えた心身から湧き起こるCltやまわりとの融合感、として表される。発表では、各概念カテゴリー、下位概念、ナラティブデータ、そして継続的比較法による概念間の関係図を報告する。

#### 5. 考察

MPJSWによるマインドフルネス経験は、絶えず危機課題や葛藤状況に直面する現場のソーシャルワーカーに、認知思考レベルから身体レベルに拡張された自己へ気づきを促し、自動操縦的な反応パターンの抑制を示唆する豊富な語りが得られた。この脱中心化と自動的に湧き起こる思考や身体感覚を手放す経験は、情動制御にとどまらず、Cltの生活課題や存在の意味、SW支援の役割、そしてその価値体系に対する洞察につながる可能性が読み取れた。発表では、制度の狭間に追いやられるCltへのSW実践とマインドフルネスとのインターフェイスから生まれるSW価値の涵養、そしてSW領域におけるマインドフルネス推進の意義と課題について言及する。

##### 参考文献

- Biestek, Felix. P. (1957) *The Casework Relationship*. Loyola University Press (尾崎新・福田俊子・原田和幸訳(2006)『ケースワークの原則:援助関係を形成する技法』誠信書房)。
- 藤井美和(2001)「ソーシャルワーク実習の前提となる価値・知識・技術」岡田まり・柏女霊峰・深谷美枝・藤林慶子編『ソーシャルワーク実習』(pp. 33-70)有斐閣。
- Kabat-Zinn, Jon (1990) *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. Delta. (春木豊訳(2007)『マインドフルネスストレス低減法』北大路書房)。
- 佐藤郁哉(2008a)『質的データ分析法:原理・実践・方法』新曜社。
- 佐藤郁哉(2008b)『実践質的データ分析入門:QDAソフトを活用する』新曜社。