第 17 回日本在宅医学会もりおか大会　**一般・指定演題**

（研究報告）抄録用紙

演題名 （全角 80 字以内）	家族介護者に対する傾聴が介護負担感に及ぼす効果について
演者名	田中渉 1)　小堺武士 1)　山崎雅也 1)、2)
所属	1)（有）ケアパック石川　リハビリ訪問看護ステーション 2) 金沢大学大学院医学系研究科

研究方法 （右から番号を選び NO.欄に番号をご記入ください）	1.症例報告　2.症例シリーズ報告　3.コホート研究 4.症例対照研究　5.調査研究　6.介入研究　7.二次研究 8.質的研究　9.その他研究	NO. 2

目的

心理的ストレスを軽減する手法の一つである傾聴は、医療や介護、職場マネジメントなどでも広く活用されている。傾聴とは、単に話を聞くという行為ではなく、「相手の人格を尊重し、素直に聴くという共感」、「相手が多く話せるように聴く」、「相手の考えていることを引き出しながらまとめていく」などを含めた行為であり、心理学での患者中心療法に類似しているとも言われている。そこで、我々は在宅介護している主介護者に対して、傾聴が介護負担感にどのような効果があるか検討した。

方法

対象は当ステーションを利用している要介護者の家族である主介護者で、本研究に同意を得られた者 9 人（続柄は妻 5 人、娘 4 人）とした。介護負担感は VAS（0～10 点）を使用し、傾聴を実施する 1 週間前に 1 回、傾聴を実施した直後に 1 回、傾聴を実施した 1 週間後に 1 回の計 3 回を測定した。傾聴は対象者が気持よく話せることに配慮しながら実施し、傾聴に要した時間の測定、会話の内容について記入した。

結果

傾聴前の VAS は平均 4.8 点であり、傾聴の介入前後で VAS が軽減した者は 3 人、増加した者は 2 人、変化がなかった者は 4 人であった。傾聴の実施時間は平均 16.1 分であった。

考察

本研究の結果、VAS を使用した介護負担感では、傾聴が主介護者に与える効果を明確にすることは出来なかった。しかし、会話の内容から傾聴は在宅スタッフにとって重要なスキルであると感じた。また、在宅介護においてはその家庭ごとに社会背景や家族の性格、環境面などが千差万別である。その点を考慮すると、特定の項目を質問していく介護負担感の評価方法よりも、自由に会話をしてもらう傾聴では、主介護者の考えが直接的に伝わりやすく、介護負担感の評価方法としても有効であると考える。