

平成 22 年 6 月 7 日現在

研究種目：若手研究 (B)

研究期間：2007～2009

課題番号：19730440

研究課題名 (和文)：思春期の子育て支援における認知行動論的親教育プログラム

研究課題名 (英文)：Cognitive and behavioral educational training program for adolescent parents

研究代表者

三浦 正江 (MIURA MASAE)

東京家政大学・人文学部・准教授

研究者番号：00330134

研究成果の概要 (和文)：中学生の母親を対象に，週 1 回計 5 回の認知行動理論に基づいた子育て支援プログラムを実施し，その前後で親の養育スキル，ストレス反応，子どもに与える家庭ストレス，ソーシャルサポートの測定を行った。各変数について t 検定を行ったところ，家庭ストレス，望ましくない養育態度，およびストレス反応の一部が減少した。また，望ましい養育スキルや子どもへのサポート期待が高まった。さらに，子どもへの接し方に関する行動記録から，望ましくない行動の減少と望ましい行動の増加がうかがわれた。

研究成果の概要 (英文)：The present study investigated the effects of a cognitive and behavioral training program (5 sessions) for adolescent parents. In order to assess the effects of the program, 10 mothers were queried (4 scales of parenting skills, stress responses, family stressors, and social supports) before and after the program, and they made a record of their own behaviors for their children in daily life during the program. The results were as follows: (a) The scores for negative parenting skills, stress responses, and family stressors decreased after the program; (b) The scores for positive parenting skills and social support from their children increased after the program; and (c) Mothers' negative behaviors toward their children decreased and their positive behaviors gradually increased.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2007 年度	600,000	0	600,000
2008 年度	500,000	150,000	650,000
2009 年度	500,000	150,000	650,000
総計	1600,000	300,000	1900,000

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：思春期，小中学生，子育て支援，認知行動理論，親プログラム，ストレス反応，養育スキル

1. 研究開始当初の背景

近年、不登校やいじめ、あるいは暴力行為など、子どもをめぐる問題は増加している。一方、母親の育児ストレスや児童虐待についても大きな社会問題となっている。これらを受け、行政をはじめ様々な子育て支援システムの整備が緊急の課題とされている。

しかしながら、我が国の子育て支援に関する事業は乳幼児期の親を対象としたものが主流であり、小学校高学年から中学生という思春期の子どもを親を対象とした支援プログラムはほとんど見当たらない。思春期は子どもが親から自立を始める時期であり、それに伴い親は「うまく子どもと関わることができない」「子どもが何を考えているのか分からない」と感じるようになる。

すなわち、親子間における円滑なコミュニケーションが困難となり、それによって双方の心理的ストレスレベルが高まったり、親子関係における様々な問題行動が生じる可能性が考えられる。近年、核家族化して身近に相談相手がいない家庭が多い中で、小学校高学年以降の思春期の子どもに対する接し方が分からず、一人で不安や迷いを抱いている親も少なくない。したがって、コミュニケーションをとることが難しい思春期という時期における効果的な子育て支援の方略を提案することが期待されよう。

2. 研究の目的

本研究では、不登校や暴力行為等の不適応行動が多くみられ、かつ円滑なコミュニケーションが難しくなる小学校高学年から中学生の子どもを持つ親に焦点を絞り、以下の2点を目的とした。

(1) 思春期の親集団を対象とした子育て支援プログラムの作成

小中学生の子どもを持つ親集団に対して、子どもへの適切な接し方に関する教育プログラムを作成する。プログラムは認知行動理論に基づいた内容から構成され、単なる子育て相談ではなく、思春期の子どもとの具体的なコミュニケーション・スキルの獲得を目的とする。

また、集団対象のプログラムを実施することによって、自分とは異なる考え方や対処方略への気付きを促進し、子育てに有効な対処レパートリーやソーシャルサポート資源の獲得をねらいとする。

(2) プログラムの効果検証

プログラム実施前後に質問紙調査を行い、①親の養育スキルやストレス反応等の変化、

②子どものストレス反応や親に対する親和性等の変化を検討する。

3. 研究の方法

(1) 対象者

小学校高学年から中学生の子どもを持つ母親計 17 名であった。全5回のプログラムに4回以上参加し、実施前後の調査で有効回答の得られた者を分析対象とした。

(2) プログラム内容

本プログラムは、親の子どもに対する不適切な接し方を減少させ、適切な接し方を増加させることを目標としている。①学習理論の基本的な考え方を学び子どもに強制的にかかわる、②自分の行動が変わると子どもの行動が変わることをホームワーク（以下HW）を通して実感する、③仲間の助言や経験談を効果的に活用する、といった3つの柱から成っている。

(3) 調査内容

プログラムの効果を検証するために、以下の5つの測定を行った。

①ストレス反応：SRS-18（鈴木他、1997:Table 1）を用いた。これは3下位尺度18項目で構成されている。

Table 1 SRS-18の項目例（鈴木他、1997）

抑うつ・不安
2. 悲しい気分だ
9. 気持ちが沈んでいる
不機嫌・怒り
1. 怒りっぽくなる
10. いらいらする
無気力
11. いろいろなことに自信がない
18. 何かに集中できない

②ソーシャルサポート：三浦（2002）のソーシャルサポート尺度を用いた（子どもをサポート源として設定：Table 2）。

Table 2 SS尺度の項目例（三浦、2002）

1. あなたに元気がないと、すぐ気づいてはげましてくれる
4. ふだんからあなたの気持ちをよくわかってくれる

③養育スキル：佐藤他（2001）が作成した養育スキル尺度を用いた。6下位尺度41項目から構成されている。具体的な項目例をTable 3に示す。

Table 3 養育スキル尺度の項目例 (佐藤他, 2001)

関与	1. 子どもと一緒に冗談を言ったり、遊んだりする 13. 子どもに学校であったことを聞く
好意的養育	36. もし子どもがよいことをしたら、誉める 14. 子ども何か失敗をした時には、はげましてあげる
モニタリング/スーパーヴィジョンのまづさ	9. あなたの子どもは、あなたにだまって外出することがある 28. 子どもの友達の名前を知っている
一貫性のないしつけ	4. 子どものしたことが気に入らない時、しばらくの間冷たくしたり、はねつけたりする 10. 子どもとのいざこざが面倒な時には、子どもの願いをかなえてあげる
体罰	5. 子どもをしつける方法として体罰を利用している 23. 子どもに理由を説明するより、罰を与える方法でしつけている
制限	2. 子どもが欲しがるとはできるだけ買ってあげる (R) 40. 子どもにふさわしいテレビ番組だけを見せる

(R) は反転項目

④家庭ストレス：平原 (2000) の中学生用家庭ストレス尺度 (2 下位尺度 14 項目：Table 4) を用いた。各項目の表現を修正し、親が子どもに与えている家庭ストレスの程度を測定した。

Table 4 家庭ストレス尺度の項目例

不承認	4. 子どもの話を聞かなかった 11. 子どもの努力を認めなかった
叱責・強制	9. 子どもに「ああしろ、こうしろ」といちいち命令した 1. 子どもに「勉強しろ」と口うるさく言った

⑤子どもへのかかわりに関するセルフ・モニタリング：日常生活における子どものかかわりについて、状況、自分 (親) の言動、子どもの言動を毎日記録するよう求めた。

(4) 手続き

本プログラムは、10 名および 7 名の計 2 グループに対して、それぞれ計 5 セッション実施された (各回 1 時間半から 2 時間程度)。各回の主な内容は、以下の通りである。

①第 1 回：思春期の心理的特徴に関する心理教育を行った。また、毎日の子どもへのかかわりについてセルフ・モニタリングすることの目的と意義、記入方法を説明し、次回まで

用紙に記入するよう依頼した (HW)。なお、プレテストとしての質問紙調査の実施を行った。

②第 2 回：学習理論の基礎に関する心理教育を行った。また、1 週間分のセルフ・モニタリング記録を用いて、各自で子どもへの接し方の自己分析やグループでの意見交換を行った。

最後に、自己分析等を参考として、子どもに対する具体的な目標行動 (HW) の設定を行った。この際、子どもへの強化的なかかわり (毎日の生活で頑張っている点をほめたり、ねぎらう等) を増やすこと、弱化的なかかわり (感情的な叱責や注意等) を中性的なかかわり (行動を促す言葉かけ等) に変容することとした。

③第 3 回：1 週間分のセルフ・モニタリング記録を用いて、子どもへの接し方の自己分析とグループ・ワークを行った。次に、目標設定した行動に関する報告、およびそれに対するフィードバックを行った。その際、グループ・メンバーの意見や助言も積極的に取り上げた。最後に、次回までの目標行動 (HW) の設定を行った。

④第 4 回：各自からの HW の報告およびそれに対するフィードバックを行った。また、次回までの目標行動 (HW) の設定を行った。

⑤第 5 回：各自からの HW の報告およびそれに対するフィードバックを行った。また、プログラム全体のまとめを行った。

なお、実施後の測定として、第 5 セッション終了時に調査用紙を配布し、1 週間程度で回答した後、郵送法で回収した。

4. 研究成果

(1) プログラム前後のストレス反応の変化

SRS-18 の下位尺度の実施前後得点について t 検定を行った。その結果、抑うつ・不安と無気力で有意傾向が示された (Table 5)。すなわち、本プログラムは親の抑うつ感情や無気力感を軽減する可能性が考えられる。

Table 5 プログラム前後の親のストレス反における t 検定結果 (n=9)

	実施前		実施後		t 値
	M	SD	M	SD	
抑うつ・不安	4.89	5.18	2.33	2.24	1.89 †
不機嫌・怒り	4.67	3.08	2.67	4.06	1.18 n.s.
無気力	4.78	3.60	2.67	1.87	2.16 †

† $p < .10$

(2) プログラム前後の子どもからのソーシャルサポート期待の変化

ソーシャルサポート尺度の実施前後得点について t 検定を行った結果、有意差が示された (Table 6)。すなわち、本プログラムの実施後に、母親が抱く子どもからのサポート期待が高まったといえよう。

Table 6 プログラム前後の子どもからのSS期待における
t 検定結果 (n=10)

子どもからのSS期待	14.40	2.68	15.80	3.16	3.10 *
------------	-------	------	-------	------	--------

* $p < .05$

(3) プログラム前後の養育スキルの変化

親の養育スキルの変化を検討するため、養育スキル尺度の下位尺度ごとに、実施前後の得点について t 検定を行った。その結果、「関与」で有意差がみられ、プログラム後の得点が高いことが示された。また、「一貫性のないしつけ」と「体罰」においても有意差が得られ、いずれもプログラム実施後に得点が低下していた (Table 7)。

Table 7 プログラム前後の養育スキルにおける
t 検定結果 (n=9)

	実施前		実施後		t 値
	M	SD	M	SD	
関与	17.56	3.71	18.67	3.28	2.86 *
好意的養育	25.89	4.70	26.22	5.49	.37 n. s.
モニタリングのまずさ	11.78	1.30	12.22	1.56	1.32 n. s.
一貫性のないしつけ	12.67	3.32	10.89	1.90	2.60 *
体罰	11.44	2.01	10.00	2.74	3.83 **
制限	15.33	3.12	15.78	3.77	.53 n. s.

* $p < .05$ ** $p < .01$

すなわち、子どもと一緒に冗談を言ったり、学校のことについて話すなどのスキルが増加し、いけないと言いながら最後には子どもの言うことを聞いてしまう等の一貫性のないかかわり方や罰を与えるしつけ方は減少したと考えられる。

(4) プログラム前後の家庭ストレスの変化

親が家庭で子どもに与えるストレスの頻度が変化したかを検討するため、家庭ストレス尺度の下位尺度ごとに t 検定を行った。その結果、「不承認」で有意差がみられ、プログラム前に比べて実施後の得点が低かった (Table 8)。

Table 8 プログラム前後の家庭ストレスにおける
t 検定結果 (n=10)

	実施前		実施後		t 値
	M	SD	M	SD	
不承認	4.90	3.57	2.20	1.23	2.42 *
叱責・強制	5.20	3.58	3.50	2.88	1.13 n. s.

* $p < .05$

したがって、子どもにとって「自分の話を聞いてくれない」、「努力を認めてもらえない」などのストレスを感じる母親のかかわり方が減少したと考えられる。

(5) プログラム前後の親の子どもへのかかわりの変化

子どもに対する親のかかわりの変化を検

討するため、セルフ・モニタリング記録に記載された母親のかかわり行動を肯定的行動、否定的行動、中性的行動の3種類に分類した (n=9)。各行動の生起数について1週間単位の平均値を Figure 1 に示す。

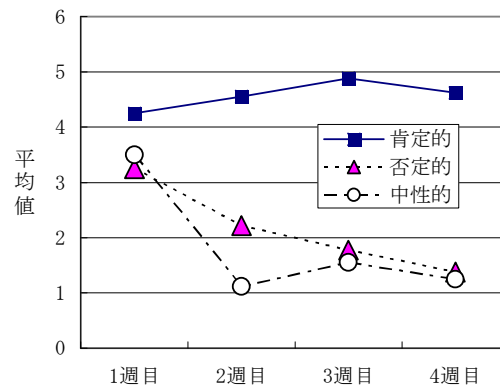


Figure 1 子どもへのかかわり行動の変化

これをみると、プログラム開始日から1週間後までの期間は、3種類の行動を同程度行っていたが、プログラムの進行に伴い、肯定的行動は維持あるいは増加の傾向があるが、否定的行動と中性的行動は減少している。

以上、本プログラムでは、親の子どもに対する不適切な接し方を減少させ、適切な接し方を増加させることを目標とした。t 検定の結果から、一部ではあるが、本プログラムが母親の適応的な養育スキルを高めたり、不適応的な養育スキルを低減させること、あるいは、家庭内でのストレスを子どもに与える頻度が減少することが示唆された。

また、母親のかかわり行動の推移から、本プログラムの実施によって、親の肯定的かかわりは維持・増加し、逆に否定的なかかわりが減少する可能性が示唆されよう。さらに、セルフ・モニタリング記録の具体的内容から、母親が積極的に肯定的かかわりを行うことで、子どもの反発的な言動が少なくなり、自発的に手伝いや会話する等、親子の良好なコミュニケーションの促進が示唆された。

本研究の試みは、我が国における子育て支援対策に新たな方向性を示すものである。従来のストレス研究では、小中学生のストレス反応を軽減する重要な要因の一つとして親からのソーシャルサポートがあげられている。すなわち、日頃から親子間で円滑なコミュニケーションを行うことで子どもの親に対するサポート期待を高めることは、子どもの良好なメンタルヘルスや不適応の予防に結びつく可能性が考えられる。

また、本研究結果から、親のストレス反応の軽減や子どもに対するサポート期待の上昇が示された。すなわち、本プログラムは親の子育てストレスを軽減するといえよう。以

上を考え合わせると、学校現場で、保護者全般を対象とした研修の一環として本プログラムを実施することの有効性が考えられる。

最後に、本研究の限界と今後の課題について述べる。まず、本研究で用いた家庭ストレス尺度およびソーシャルサポート尺度は、本来は児童生徒を対象に作成されたものであり、成人である親用に開発されたものではない。そのため、今後は親を対象とした信頼性と妥当性のある測定尺度を用いた検討を行う必要がある。

第二に、本研究の分析対象者は9名あるいは10名と数が少なかった。そのため得られた結果を一般化することは難しいといえよう。プログラムへの参加者数は17名であったが、毎週1回計5回のプログラムは1ヵ月以上の期間に渡り、4回以上の参加が困難な対象者もいた。欠席した場合には他の日時に行う等、プログラムの実施方法を工夫する必要があると考えられる。今後は、これらを含め、さらなる研究を積み重ねていくことが課題である。

最後に、本研究開始当初は、親の養育スキルやストレス反応等と同時に、子どものストレス反応や親に対する親和性等の変化についても検討することを目的としていた。しかし、プレテストおよびポストテストのいずれも有効回答の得られた人数はそれほど多くなかった。また、親が今回のかかわり対象とした子どもには小学生と中学生が混在しており、同じ測定尺度で一律に分析することは困難であった。そのため、本研究では子どもの変化に関する検討を行っていない。

本研究結果から、本プログラムの実施によって親の子どもに対する行動が適応的に変容する可能性が示唆された。したがって、親子のコミュニケーションが円滑に行われるように変化し、それに伴って、子どもが家庭で経験するストレスの軽減や親に対する信頼感等の増加が推測できよう。今後は、親の行動の変化による子どものメンタルヘルスの変化を検討することが期待される。

5. 主な発表論文等

〔学会発表〕(計2件)

(1) 三浦正江, 思春期の子どもの親を対象とした認知行動論的子育て支援(1): 親の養育スキルおよび家庭ストレスを与える程度の変化, 日本行動療法学会, 2008年11月2日, 日本教育会館.

(2) 三浦正江, 思春期の子どもの親を対象とした認知行動論的子育て支援(2): 親のストレス反応およびソーシャルサポートへの効果, 2008年11月24日, 筑波大学付属高等学校.

6. 研究組織

(1) 研究代表者

三浦 正江 (MIURA MASAE)

東京家政大学・人文学部・准教授

研究者番号: 00330134