

## 科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 6 月 13 日現在

機関番号：34315

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2011～2013

課題番号：23530930

研究課題名(和文) 障がいのある子どもを持つ家族へのメンタルサポートプログラムの開発

研究課題名(英文) The development of mental health support program for the parents of children with disabilities

研究代表者

谷 晋二(TANI, Shinji)

立命館大学・文学部・教授

研究者番号：20368426

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,800,000円、(間接経費) 840,000円

研究成果の概要(和文)：障がい児を持つ保護者のメンタルヘルスを支援するプログラムの開発とその有効性を検討した。プログラムはアクセプタンスコミットメントセラピー(ACT)に基づいて作成された。プログラムの実施前後、フォローアップ時に、複数の心理指標が測定された。トータルで68名がプログラムを終了した。2つの効果尺度(抑うつと一般的健康)の得点に有意な得点の減少が見られた。フォローアップでも改善が維持されていた。このプログラムは、子どもや保護者、教師のメンタルヘルスの基礎教育プログラムとして、発展させていくことができると考えられる。

研究成果の概要(英文)：Caregivers supporting children with disabilities often suffer mental health issues. We provided a mental health support program for such parents and conducted research to demonstrate the effectiveness of the program. The program is based on Acceptance and Commitment Therapy (or ACT). Two time pre-test and post-test measurements were taken of all participants. We used two outcome measures to investigate the effectiveness of the program: the BDI-II, and the GHQ-28. The program was held four times in different regions in Japan. In total, 68 participants finished the program. The statistical analysis showed that the changes in scores for the BDI-II and GHQ-28 between the pre-test and post-test were with the post-test score being significantly lower than the pretest. Follow-up data shows that the participants continued to improve. The ACT-based program was effective for the mental health issues of parents of children with disabilities.

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理

キーワード：発達障害 保護者 メンタルヘルス ACT 認知行動療法 集団

1. 研究開始当初の背景

発達障がいのある子どもを持つ家族が多くの心理的ストレスを抱えていることは、内外の多くの研究で示されてきた。

これまで発達障がい児を持つ保護者への支援は、子どもとどのようにかかわるかというスキル中心に行われてきた。保護者への支援をスキル中心の支援だけでなく、保護者が自身の持つ悩みや苦悩とどのように付き合っていくかという点への支援も付け加えていくことが望まれている。

2. 研究の目的

本研究の目的は、アスペルガー障がいを含めた発達障がいのある子どもを持つ家族のメンタルヘルスの向上を目指す心理・教育的支援プログラムを開発し、その有効性を実証的に示すことである。支援プログラムはアクセプタンス&コミットメント・セラピー(以下ACT)に基づくワークショップ(以降WSと記載)形式で行う。本研究では、WSに用いるテキストを作成し、約10時間のWS、終了1カ月後に実施するフォローアップWSプログラムを開発する。プログラムの有効性を検討するため、複数の心理尺度、行動尺度を用いてプログラムの有効性を検討する。

3. 研究の方法

対象者は、研究の趣旨に同意した障がいのある子どもを持つ保護者である。研究の趣旨、目的、方法を記載したパンフレットを作成し、参加者を募集した。参加者は文書による同意書を提出して、プログラムに参加した。プログラムは2回に分けて(1週間に1回、第2回目のプログラムは第1回目のプログラムの1週間後に実施)実施した。プログラムは、同一のテキスト、資料を用いて、ACTのトレーニングを受けた指導者が実施し、地域のソーシャルワーカーや作業療法士などがアシスタントとして参加した。これは、本プログラム修了後にプログラムを彼らが継続することができるようにするためであった。

表1 4つの研究のまとめ

Year	Rejions	Participant*	Design	Process measures	Results
TANI, KAWAI, & KITAMURA	2010 Hyogo	27	pre/post with multiple measures	AAQ-II, JIBT-R, LOC	post BDI-II<pre BDI-II (p<.01), post GHQ-28<pre(p<.01)
SUGANO & TANI	2011 Nagoya	14	pre/post with multiple measures	AAQ-II, JIBT-R, LOC, PHLMFS	post BDI-II<pre BDI-II (p<.01), post GHQ-28<pre(p<.01)
TANI, KITAMURA, OKAMOTO & OKAMOTO	2012 Fukui	20	waiting List control	AAQ-II, JIBT-R, FFMQ	Group x Phase interaction p=.033 for BDI-II
TANI, KAWAI, & KITAMURA	2013 Hyogo	7	Randomized Control	AAQ-II, FFMQ	compared to TAU Group (Behavioral Parent Training), ACT>TAU for BDI-II

JIBT-R:Japanese Irrational Belief Test-  
LOC: Locus of Control  
PHLMFS: Ohiladelphia Mindfulness Scale  
FFMQ: Five Facets Mindfulness

尺度：プログラムの効果を測定するために、プログラム実施前に2回、プログラム修了後

に2回(フォローアップの測定を含めて)効果尺度とプロセス尺度の測定が行われた。効果尺度にはBDI-II(抑うつ尺度)とGHQ-28(一般健康尺度)が用いられた。プロセス尺度にはAAQ-II(体験の回避、心理的柔軟性)、JIBT-R(認知のゆがみ)、FFMQ(マインドフルネス尺度)などが用いられた。

研究デザインは、複数尺度を用いた事前事後デザイン、waiting list デザイン、ランダムコントロールされた群比較デザインが用いられた(表1参照)。

研究の実施は、立命館大学研究倫理委員会の承認を得て実施された。

4. 研究成果

2011年に実施した研究(Sugano & Tani, 2011)では14名の保護者の参加者があり、2群に分けられてWSが実施された。WSの効果を検討するために用いられた尺度は、BDI-II, GHQ-28, JIBT-R, PHLMFS, LOCであった。この研究では、BDI-IIとGHQ-28の得点がWS終了後に有意に減少していることが示された。しかしながら、いずれのプロセス尺度にもWS前後で変化が見られなかった。

2012年に実施した研究(Tani, et al, 2012)ではwaiting list control designを用いた。参加者は20名で2つのグループに分けてWSが実施された。この研究では、AAQ-II, JIBT-R, FFMQがプロセス尺度として用いられた。この研究では、群と時期の交互作用がBDI-IIに関してだけ見られた(p=.033)。プロセス尺度に関しては、FFMQの下位尺度であるobservingで群×時期の交互作用が見られ(F(2,28)=3.62, p=.040)、ACT群で有意な変化が見られていた。しかしながら、フォローアップでは、効果が維持されていないことが示された。

2013年には、ランダムイズコントロールした通常指導群(TAU群)との比較研究を実施した。TAU(Train as Usual)群の参加者は行動的ペアレントトレーニング(BPT)をACT群と同じ時間、受講した。その結果ACT群はTAU群と比較して有意にBDI-IIの得点が減少し、AAQ-IIの得点が増加していることが示された。

2010年に実施した予備的研究(河井・谷, 2010)を含めて4つの研究が実施された。

全体で77名の保護者がプログラムに参加した。その中で、6名はBPT群であり、3名は個人的な理由からプログラムを完了することができなかった。残りの68名のデータについて、プログラム全体の有効性とプロセスの分析を実施した。

アウトカム尺度(BDI-IIとGHQ-II)では、プログラム修了後に有意に両尺度の得点が減少し(t=3.80, df=57, p<.01 r effect size=.45 for BDI-II; t=3.38, df=26, p<.01, r effect size=.41 for GHQ-28)フォローアップでも改善が維持されていることが明らかとなった。また、プログラム実施前のアセ

メントで BDI-II のカットオフ値を超えていた参加者の 40%がプログラム終了後に通常範囲まで得点が減少していた。同様に、GHQ では約 51%の参加者が通常範囲の得点となっていた。

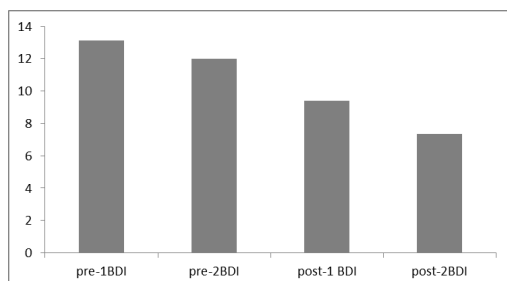


図1 BDI-II の得点の変化

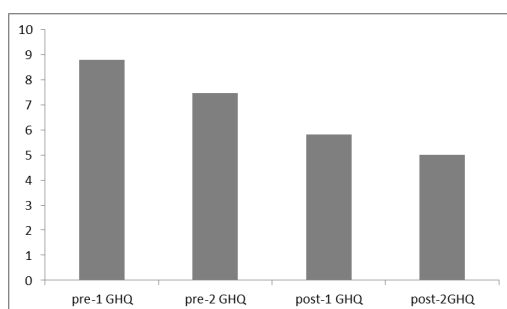


図2 GHQ-28 の得点の変化

しかしながら、プロセス尺度には明確な変化が見られなかったため、欠損データの無い 68 名のデータを用いて、プログラムの有効性と成果に対するプロセス分析を実施した。その結果、プログラム実施前の体験の回避や心理的柔軟性を測定する AAQ-II とプログラム終了後の効果尺度の得点の変化量 (BDI-II と GHQ-28) に有意な関係が見られた ( $r = -.32$ ,  $p = .027$  for BDI-II;  $r = -.35$ ,  $p = .016$  for GHQ-28)。これらの結果から、プログラムの有効性が実証的に示された (Tani, Kitamura, Okamoto, & Okamoto, 2014 発表予定)。

ACT を用いた障がいのある子どもを持つ保護者のメンタルヘルスを支援するプログラムの実証的研究は、Blackledge & Hayes (2006)以降、初めての研究である。ACT が保護者のメンタルヘルスを支援するプログラムとして有効であることを示すことができた点は、大きな研究の成果であると考えられる。

ACT はマインドフルネスを用いた認知行動療法の一つである。ACT はマインドフルネスを用いて、言語に対する囚われを減弱化し、個々人の価値に基づいた行動を促進することを目的としている (心理的な柔軟性)。このアプローチは、認知の内容の変容を目指す認知行動療法とは異なった方向性を持つものである。

本研究のプロセス分析が示しているように、BDI-II (抑うつ) や GHQ-28 (一般的な健康尺度) の得点の大きな変化は、AAQ-II (体験

の回避や心理的柔軟性) の変化によるものであると考えられる。そのため、本研究のプログラムは、参加者の心理的柔軟性に貢献し、結果としてメンタルヘルスの向上に寄与するものであると考えられる。

心理的柔軟性のモデルは、健康や well-being に関するプロセスモデルであり、一般の保護者や子ども、また教師のメンタルヘルスにも貢献できると想定される。

本研究で開発されたプログラムは、学校場面を中心としたメンタルヘルスの基礎教育プログラムとして、発展させていくことのできるプログラムであると考えられる。

## 5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

〔雑誌論文〕(計 3 件)

1. TANI Shinji, KAWAI Etuko, and KITAMURA Kotomi (2013) ACT workshop for parents of children with developmental disabilities, 立命館人間科学研究, 28, 1-11, 査読有

2. 谷 晋二・北村 琴美 (2013) 発達障がいのある子どもを持つ母親に対する ACT の実践, 自閉症スペクトラム研究 実践報告集, 10, 4, 5-13, 査読有

3. 菅野 晃子・谷 晋二 (2013) 発達障がい児を持つ保護者への心理的支援-ACT ワークショップによる効果から-, 立命館人間科学研究, 26, 9-20, 査読有

〔学会発表〕(計 5 件)

1. 谷 晋二 (2013) 子どもへの認知行動療法の適用の可能性, 日本行動療法学会, 第 39 回大会 シンポジウム, 2013/08/24, 東京平成帝京大学

2. TANI Shinji & KITAMURA Kotomi (2013) The ACT practice for the mother of a child having Asperger syndrome disorder (ASD): Focusing on relationship with spouse, The 11th World Annual Conference of the Association for Contextual Behavioral Science, 2013/07/10, Sydney (Australia)

3. KITAMURA Kotomi & TANI Shinji (2013) Using Acceptance and Commitment Therapy for parents of children with developmental disabilities, The Association for Contextual Behavioral Science, the 11th Annual World Conference, 2013/07/10, Sydney (Australia)

4. TANI Shinji & KITAMURA Kotomi (2012) Case Presentation : A parent of a child with disabilities, The Association for Contextual Behavioral Science Conference ,

the 11th Annual World Conference,  
2012/07/22-25, Washington, D.C.

5. TANI Shinji, KAWAI Etsuko, & KITAMURA Kotomi (2011) ACT Workshop for Parents of Children with PDD, The Association for Contextual Behavioral Science Conference, the 9th Annual World Conference, 2011/07/12, Palma, Italy

〔図書〕(計 0 件)

〔産業財産権〕  
出願状況(計 0 件)

名称：  
発明者：  
権利者：  
種類：  
番号：  
出願年月日：  
国内外の別：

取得状況(計 0 件)

名称：  
発明者：  
権利者：  
種類：  
番号：  
取得年月日：  
国内外の別：

〔その他〕  
ホームページ等

## 6. 研究組織

### (1) 研究代表者

谷 晋二 (TANI, Shinji)  
立命館大学・文学部・教授  
研究者番号：20368426

### (2) 研究分担者

北村 琴美 (KITAMURA, Kotomi)  
大阪人間科学大学・人間科学部・准教授  
研究者番号：80411718

### (3) 連携研究者

( )

研究者番号：