

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 28 年 6 月 17 日現在

機関番号：33704

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2012～2015

課題番号：24730600

研究課題名(和文) 自閉症スペクトラム児・者とその保護者を対象とした自己理解プログラムの開発

研究課題名(英文) Examination of self-understanding programs intended for children and adults with Autism Spectrum Disorder and their parents

研究代表者

吉橋 由香 (YOSHIHASHI, Yuka)

岐阜聖徳学園大学・教育学部・准教授

研究者番号：30436977

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,400,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、自閉症スペクトラム障害(以下、ASD)児・者を対象としたグループワークによる自己理解プログラムを、年齢に合わせた形で実施した。児童期のASD児を対象とする場合、保護者を対象としたプログラムも並行して実施し、保護者自身の支援と同時に、児童の自己理解を間接的にサポートすることを目指した。プログラムの効果について、アンケート調査を用いて検討した。その結果、児童期ASD児において社会的スキルの向上、保護者において養育スキルと子育て効力感の向上、青年期・成人期ASD者において心の疲労度の改善が見られ、プログラムの有用性が示唆された。また関連して、セルフモニタリング尺度の作成を行った。

研究成果の概要(英文)：The present study examined self-understanding programs by group work for Autism Spectrum Disorder (ASD) children and adults according to the developmental stage. Case of program for children, program for their parents also carried out in parallel for supporting the parents themselves. At the same time, the parents program aimed to indirectly support the self-understanding of children. The effect of the programs was studied using questionnaire surveys. The results showed that the program for children with ASD might improve social skills, the program for parents might improve parenting efficacy and parenting skills, and the program for adults with ASD might improve negative affect. In addition, the self-monitoring measures has been created.

研究分野：臨床心理学

キーワード：自閉症スペクトラム障害 自己理解 グループワーク

1. 研究開始当初の背景

知的障害を伴わない自閉症スペクトラム障害(以下、ASD)児・者は、うまくコミュニケーションがとれず、他者の気持ちを捉えることが苦手で、他者との関係の中で、自分の気持ちや考えをうまく表現できないことが多い。そのため、対人関係の中で自分のことを客観的に捉えることが難しく(菊池、2009)、必要以上に自信を無くすこともある。こうした事態を予防し、彼らが社会に適応し、健やかに生活を送れるよう支援することを考えるとき、昨今注目を浴びている喫緊の課題は、「いかに本人たちが自己を肯定的に理解(以下、自己理解)していくか」である。つまり、自分の長所やスキルを認識し、その活かし方を考え、自分の苦手なことを知り、その補い方を習得し、ソーシャルサポートに気づき、適切に協力を求めることを身につけるための心理教育的支援策が求められている(宮地、2011;辻井、2009;吉田、2010)。このような背景から、自己理解をテーマとした介入を実際実施し、その効果を検討する必要があると考えた。

2. 研究の目的

本研究は、児童期以降の知的障害を伴わないASD児・者を対象とした、グループワークによる「自己理解」プログラムを、年齢段階に合わせた形で開発・実施し、その効果を検討することを目的とする。

児童期のASD児を対象とする場合については、保護者を対象とした支援プログラムも並行して実施し、保護者自身の支援と同時に、児童の「自己理解」を間接的にもサポートすることの効果を検証する。

支援プログラムを年齢やASDの特性に合わせたものにしていくため、ASD児・者および定型発達児を対象に、自己に関するアンケート調査を実施し、ASD児・者の「自己理解」の特性を明らかにする。

また、ASD児・者は、自己理解に必要なセルフモニタリングに苦手さを持ち、支援に工夫が必要である。よって、アンケート形式のアセスメントツールとして臨床的活用を考慮に入れたセルフモニタリング尺度を作成することも1つの目的とする。

3. 研究の方法

(1) 多サンプル調査

小学校4年生から6年生の定型発達児318名を対象として、質問紙調査を実施した。自尊感情尺度9項目(青島、2008)、児童用社会的スキル尺度15項目(嶋田ら、1996)、桜井(1992)の児童用自己意識尺度を吉橋ら(2013)が分析し選出した13項目を用いて調査を行った。

(2) 児童期ASD児とその保護者を対象とした自己理解プログラムの検討

実施の場と対象者

実施の場として、地域と医療機関を設置した。

地域における支援は、NPO法人の子育て支援事業として企画し、参加の希望があったASD児とその保護者を対象に、自己理解プログラムを実施した。1グループ実施し、参加した児童は、小学校4年生から6年生の男児4名だった。

医療機関における支援は、実施会場となる医療機関とその近隣の医療機関に通院するASD児とその保護者で、主治医との相談の上、参加を希望した親子を対象として、自己理解プログラムを実施した。なお、医療機関での実施の場合、診断がASD以外の発達障害ではあるが、プログラム主旨から、参加が適切と医師により判断された児童(2名)も含まれた。2グループ実施し、小学校4年生から中学校3年生までの男児10名、女児2名が参加した。1回目6名、2回目7名(1名は1回目のグループにも参加)でグループが構成された。

プログラムの実施方法

地域での支援は夏休み期間中に行い、事前説明・面接とアセスメント、計8セッションのプログラム、事後フォロー面接(プログラム終了後・1ヶ月後の2回)の順に実施した。また4か月後にフォローアップセッションを開催した。

医療機関での支援は、事前説明・面接とアセスメント、計8セッションのプログラム(月2回程度)、事後フォロー面接(プログラム終了後)、半年後にフォローアップセッションの順に実施した。

いずれも、親子は同一施設の別室に集まった。各グループに、臨床心理士がファシリテーターとして参加した。さらに、児童のグループには、臨床心理士または臨床心理学・教育学を専攻する大学院生・学部生が個別対応スタッフとして配置された。

プログラムの内容

児童用のプログラムでは、各回に1つずつテーマを設置して実施した。扱ったテーマは、自己紹介、自分の身体と心、自分が頑張っていること・いいところ、好き嫌い・得意苦手、助けてもらえること・助けてあげられること、周りにいる人たち、周りの人からみた自分、まとめだった。

保護者用のプログラムも、子どもと同様の流れでテーマを設置して実施した。地域での支援においては、これらに加え、講師を招き大人になるうえで必要な自己理解について1セッション使って講義を取り入れた。

実施上の工夫

児童用のプログラムでは、視覚的にも理解し、振り返りしやすいように、各テーマに沿ったワークシートを利用した。楽しみながら体験的に学習しやすいように、その日のテーマに関連し他児との交流が図れる活動も実施した。

2回目以降は、前回の内容の復習(定着)

とウォーミングアップを兼ねた内容のワークや活動をセッション開始時に実施した。

また、他者（参加メンバーや母親）からのフィードバックを得る課題、毎回のセッション終了時に実施する振り返りシートの記入を導入することにより、客観的な視点からセルフモニタリングができるよう促した。

保護者用のプログラムは、ワークシートを用いたワークと、話し合いの活動を主に行った。児童と同じテーマで自己について考えることを主としながら、自分の子どもの場合はどうか、子ども自身はどのように自分について考えているかなどについても、話し合う時間を設けた。

プログラムの効果の測定

地域での支援の場合、プログラム開始前・実施直後・1ヶ月後の3回、医療機関での支援の場合は、プログラム開始前・実施後（1回目グループは直後、2回目グループは2から3ヶ月後）・半年後の3回（3回目の調査は子どものみ）、質問紙調査を実施した。

児童に対する調査内容は、多サンプル調査と同じ尺度で、自尊感情、社会的スキル、自己意識について測定をした。

保護者には、養育スキル尺度 23 項目（渡邊ら、2007）、子育て効力感尺度 5 項目（小倉、2005）を用いて質問紙調査を行った。

また、保護者には、子どもの変化を客観的に評価してもらうため、指導のためのソーシャルスキル尺度 42 項目（上野ら、2006）も記入してもらった。

(3) 青年期・成人期 ASD 者を対象とした自己理解プログラムの検討

対象者

医療機関に通院し、主治医により参加が適切と判断された 19 歳から 46 歳の 16 名（男性 14 名、女性 2 名）が分析対象となった。2 グループ実施され、各 8 名から構成された。対象者の中には、診断名が ASD 以外の発達障害ではあるが、参加が適切と医師により判断された者（3 名）も含まれた。すべての者が、診断名の告知を受けていた。

プログラムの実施方法

事前面接、計 8 セッションのプログラム（月 2 回程度）、事後フォロー面接の順に実施した。また、グループに、臨床心理士がファシリテーターとして参加し、臨床心理士または臨床心理学を専攻する大学院生 1 名が補助スタッフとして配置された。

プログラムの内容

プログラムは、各回に 1 つのテーマを設定した。テーマは、ガイダンス（プログラムの意義や参加上の注意事項、発達障害の特性理解）、自己紹介、得意・苦手、感情の理解とコントロール、話し方や聴き方、職場で必要なコミュニケーションスキル（報告・連絡・相談）、アサーションスキル、コンセンサスを得る（まとめのワーク）であった。

参加者には、自己理解を深めながら、必要

なスキルや知識を得ることで自分のやり方を探していき、実生活をより快適に過ごせるようにすることを目的にしているということ、当事者同士の交流の場であることをガイダンスで伝えた。

実施上の工夫

まず、プログラム実施前に、ニーズの調査（参加動機、現在困っていること、期待すること・学びたいテーマ）を自由記述式のアンケート調査により行った。記述に対し確認が必要な場合は、事前面接のときに口頭で確認した。これらの内容は、可能な範囲で、実施の内容の構成やかかわり方に反映させた。

各セッションともに、知的に学習内容の枠組みを提供する心理教育、視覚的に理解しやすいワークシートを用いた個人ワーク（自己の感情、認知、行動を客観的に振り返る）、体験から気づきを得やすいようにロールプレイや話し合い、グループワーク、リラクゼーション法の体験などの活動を導入し、スキルの習得と自己理解を促す工夫を取り入れた。

また、毎回セッション終了時に、振り返りシートの記入を行うことで、セルフモニタリングを促した。

プログラムの効果の測定

プログラム実施後に、プログラム全体の振り返りと効果の確認を行うため、自由記述項目（参加してよかったこと、有益だった内容、自己に対する新たな発見、日常生活への活用）とチェックリスト（自己理解や新たな学び、実施形式、満足度、参加時の感情など 16 項目、各 4 件法）で構成されるアンケート調査と個別面談を行った。

また、プログラム実施前後に WHOSUBI（大野ら、2001）を実施し、精神的健康状態の変化を検討した。

(4) セルフモニタリング尺度の作成

実施方法

セルフモニタリング尺度は、「時間感覚」「感情」「身体感覚」「社会的場面」の 4 つを上位カテゴリとし、それぞれ「気づき・観察」「評価（社会的情報との照合）」「行動（管理・統制行動）」の 3 段階の構造を仮定し、作成した。カテゴリ別に各段階 5 項目ずつ、合計 60 項目を作成し、4 件法で回答を求めた。なお、「社会的場面」のうち 1 項目は桜井（1993）から採用をした。

小学校 2 校に在籍する 3 年生から 6 年生までの小学生を対象として、質問紙調査を実施した。

4. 研究成果

(1) 多サンプル調査と児童期の自己理解プログラムの検討

多サンプル調査結果とプログラム開始前のプログラム参加児に対する調査結果の比較

自尊感情尺度は 1 因子構造で 9 項目の合計

得点を算出、児童用社会的スキル尺度は3因子構造（向社会的スキル、攻撃行動、引っ込み思案行動）で各因子得点を算出、児童用自己意識尺度は2因子構造（公的自己意識と私的自己意識）で各因子得点を算出した。

各得点について、多サンプル調査のデータを用い、学年・性別ごとに平均得点 \pm 1SDの値を算出した。そして、プログラム参加児の参加開始時点での各得点について、学年・性別でマッチングをし、多サンプル調査の結果と比較検討した。プログラム参加児のうち、中学生を除外して、この分析の対象となった者は14名だった。

比較検討を行った結果、社会的スキルについて、プログラム参加児に特徴的な傾向が確認された。向社会的スキル得点について、同学年同性の平均得点+1SD以上の得点を示すものは0名、平均得点-1SD以下のものが7名だった。攻撃行動得点（得点が高いほど攻撃行動をとりやすい）は、同学年同性の平均得点+1SD以上の得点を示すものは7名、平均得点-1SD以下のものが3名だった。引っ込み思案行動得点（得点が高いほど引っ込み思案）は、同学年同性の平均得点+1SD以上の得点を示すものは7名、平均得点-1SD以下のものが1名だった。

分析対象の人数が少ないため、解釈には注意が必要だが、社会的スキルに関して、攻撃行動をとりがちである、引っ込み思案行動を取りやすい、向社会的スキルが低いと自己評価をしているものが目立つと言える。特に、攻撃行動、引っ込み思案行動について、得点が標準範囲内であった児童でも、上限付近の者がほとんどであった。社会的スキルの苦手意識に対し、特に支援が必要であることが分かった。

プログラム参加児の自尊感情尺度、児童用社会的スキル尺度、児童用自己意識尺度の得点変化 - プログラム実施前後の比較 -

プログラム参加児のプログラム参加前と事後の自尊感情、社会的スキル（向社会的スキル、攻撃行動、引っ込み思案行動）、自己意識（公的自己意識、私的自己意識）の得点の変化について、 t 検定を行った。

なお、プログラム実施後のアンケート調査の実施時期・回数が、グループによって異なるため、プログラム終了からの期間（直後、2から3ヶ月後）を2時点に分け、検定を行った。

プログラム実施前と実施直後に調査を実施した児童（地域で実施のグループと医療機関実施の1グループ）のうち、有効データは9名だった。 t 検定の結果、いずれの得点についても有意な差がみられなかった。

プログラム実施前と終了後2から3ヶ月に調査を実施した児童（地域で実施のグループと医療機関実施の1グループ）のうち、有効データは10名だった。 t 検定の結果、公的自己意識の得点の上昇が有意だった（ $t(9)=2.86, p<.05$ ES: $=.75$ ）。

次に、保護者に評定してもらった指導のためのソーシャルスキル尺度の評価の得点を分析した。本尺度は、集団行動、セルフコントロール、仲間関係、コミュニケーションの4因子構造である。各因子得点と尺度合計得点を算出し、プログラム実施前後の得点の変化について、 t 検定を行った。分析の結果、2から3ヶ月後において、児童の集団行動およびソーシャルスキル合計点が上昇する傾向が見られた（ $t(9)=2.12, p<.10$ ES: $=.62$ 、 $t(9)=1.90, p<.10$ ES: $=.69$ ）。

以上より、プログラムの参加を通して、児童自身の客観的な視点の獲得につながる公的自己意識が高まり、また、本人たちが苦手と認識している社会的スキルの獲得もしくはスキルの発揮が促進されていることが示唆される。ただし、本人たちが自己の変化を自覚できるようにプログラムを改良することが今後の課題として挙げられる。

保護者の養育スキルおよび子育て効力感の得点の変化

プログラム実施前後の保護者の養育スキル、子育て効力感の得点の変化を分析した結果、実施前と比較して2から3ヶ月後において、得点が増え、有意な差が見られた（ $t(9)=1.46, p<.05$ ES: $=.53$ 、 $t(9)=2.76, p<.05$ ES: $=.84$ ）。特に子育て効力感については、効果量の検定から、その効果が大きいと言える。プログラム参加を通して、保護者が子どものことを理解できるといふ実感や養育スキルが促進されたと言える。

また、事後フォロー面接では、自己について考える機会になったとの回答が多く得られ、保護者自身の自己理解が促進されていることが示唆された。

以上の結果は、児童の自己理解の促進に貢献するところが大きいと期待される。

支援の場に関する考察

地域での支援のメリットとして、親子ともに他のメンバーとの間に共通する風土やイベントを持ち、情報の共有を図りやすく、互いのことが理解しやすい点が挙げられる。開催の方法にもよるが、他機関との連携が難しいところが課題であった。

一方、医療機関での支援では、必要に応じて専門家間の連携が図りやすく、参加者の募集も行いやすいが、地域性の違いなど、互いの状況を理解するまでに時間を要する場合があった。

(2) 青年期・成人期の自己理解プログラムの検討

ニーズの把握

事前のアンケートと面接にて、現在困っていることとして、コミュニケーション・自己主張と表現の困難が最も多く挙げられていた。

次に、プログラムに期待すること・テーマについて、人間関係・コミュニケーションなどの具体的なスキルや考え方、境遇の似た他

者との交流による自己理解、働き方、自己の課題の明確化と実行などが挙げられた。

事後調査の分析

始めに、事後アンケートのチェックリスト(16項目、4件法)を検討した。「グループで安心して過ごせた」「楽しく参加することができた」「新たに学ぶことがあった」の3項目について、対象者の過半数が「あてはまる」と答えた。

次に、アンケート調査の自由記述分析を行った。参加して良かったことについて、当事者同士の交流・同じ障害の他者の話が聴けたこと、スキルの獲得に関する記述が最も多かった。扱ったテーマで有益だったことについて、アサーショントレーニングが最も多かった。自分についての新たな発見について、自分のポジティブな一面の発見や評価、困難の背景(内面)への気づきや考察、具体的な目標の発見という回答も見られる一方、苦手さの再確認など配慮すべき回答もあった。日常生活への活用について、自己理解による具体的な人間関係や自己管理の改善など、プログラムの効果が確認される回答がみられた。ただし、日常生活への汎化の難しさに関する記述もあり、この点は今後の課題である。

WHOSUBIの得点の変化

有効データは12名だった。WHOSUBIは、心の健康度(陽性感情)と疲労度(陰性感情)の二側面から精神的健康状態を把握することができる。プログラム実施前後の各得点を比較するためt検定を行ったところ、心の疲労度の得点の変化が有意だった($t(11)=2.70, p<.05$ ES: $-.39$)。効果は小さいが、心の疲労度の回復がみられ、精神的健康状態の改善が示唆された。

以上より、青年期・成人期の自己理解プログラムは自己理解促進とスキルの獲得、精神的健康の促進に効果があることが示された。

(3) セルフモニタリング尺度の作成

作成した尺度について、因子分析を行ったところ、一次元性が推測され、1因子構造の尺度として扱うこととした。また、因子負荷量と項目内容から、項目数34項目が妥当と考えられた。係数は.94であり、十分な信頼性が認められた。

次に、項目精選後の34項目の合計点を算出し、吉橋ら(2013)が桜井(1992)の自己意識尺度から採用した13項目を用いて公的自己意識と私的自己意識の各得点との相関を検討した。分析の結果、セルフモニタリングと公的・私的自己意識の間に、いずれも有意な正の相関がみられた($r=.30, r=.60$, いずれも $p<.01$)。これより、作成したセルフモニタリング尺度は、自己に関する内容を扱う尺度として妥当性があることが示された。

また、中学校1校に在籍する、1年生から3年生のうち、保護者より研究の趣旨に同意を得た児童518名(1年生168名、2年生180名、3年生170名)を対象として調査した。

小学生対象の調査で精選された34項目を用い、内容に影響しない程度に一部項目の表現を変更し、調査を行った。因子分析を行ったところ、一次元性が推測され、1因子構造の尺度として扱う妥当性が確認された。係数は.92であり、十分な信頼性が認められた。

なお、アセスメントツールとしての活用を考えた場合、今後さらに発達段階に合わせた内容の構成や利用の仕方、妥当性の検討を重ね、尺度を洗練させていく必要がある。

(4) まとめ

本研究では、児童期ASD児とその保護者、青年期・成人期ASD者を対象とした自己理解プログラムについて検討をし、その効果が確認された。

最後に今後の展望を述べる。児童期プログラムにおいては、参加児自身が自己の変化への認識を促進する内容や進め方の考案、青年期・成人期のプログラムにおいては、実生活への汎化が難しい事例に対する工夫が今後の課題として挙げられた。またセルフモニタリング尺度の検討を重ねる必要がある。今後引き続きプログラムの改良と検討を重ね、知見を積み上げていくことが期待される。

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)

[学会発表](計2件)

吉橋由香・田倉さやか・谷伊織・永田雅子、小中学生版セルフモニタリング尺度の作成 - 臨床的介入における活用を目指して -、日本教育心理学会第58回総会、2016年10月8・9・10日(発表予定)、サンポート高松・香川国際会議場(香川県・高松市)

吉橋由香、スキルの習得と自己理解に焦点を当てた青年期・成人期の発達障害者への集団療法プログラムの検討、日本発達障害学会第51回研究大会、2016年8月27・28日(発表予定)、京都教育大学(京都府・京都市)

[図書](計1件)

吉橋由香、第4章5節 自己理解の乏しい子どもへの支援(他、第3章 自己理解の支援1・3節)、松本真理子・永田雅子・野邑健二監修、明石書店、小学生・中学生 情緒と自己理解の育ちを支える、2016、pp.112-118・125-131・186-195、総195頁

6. 研究組織

(1) 研究代表者

吉橋 由香(YOSHIMASHI, Yuka)
岐阜聖徳学園大学・教育学部・准教授
研究者番号: 30436977