

令和 2 年 6 月 16 日現在

機関番号：32696

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2019

課題番号：16K04391

研究課題名(和文) 心理的柔軟性に焦点を当てた育児ストレス予防プログラムの開発

研究課題名(英文) Development of a stress prevention program focusing on psychological flexibility for parents of young children

研究代表者

藤川 麗 (FUJIKAWA, Urara)

駒沢女子大学・私立大学の部局等・教授

研究者番号：10350513

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,700,000円

研究成果の概要(和文)：本研究ではアクセプタンス&コミットメント・セラピーに基づき、養育者の心理的柔軟性の向上に焦点を当てた育児ストレス予防プログラムの開発を目指した。国内外の研究者との意見交換を踏まえ、5回のセッションと1回のフォローアップから成るプログラムを作成し、3歳から8歳の子どもを持つ養育者を対象として2回の介入研究を行った。その結果、いずれもプログラム前と比較してプログラム終了直後と3か月後のフォローアップ時点において育児ストレスが有意に低下し、マインドフルネス傾向が有意に向上していた。しかし、心理的柔軟性には有意な変化は認められなかったため、プログラム内容や測定指標のさらなる検討が必要である。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究においては、これまで日本では未開発であった、心理的柔軟性に焦点を当てた育児ストレス予防プログラムの開発を試みたことに学術的な意義がある。実際に参加者を募集して2回の介入研究を行った結果、量的・質的なデータにより、本プログラムが育児ストレスの低減やマインドフルネス傾向の向上、養育者の望む育児行動の増加に一定の効果があることが示された。また、本プログラムは育児場面における養育者の思考・感情の取り扱い方や養育者の望む育児行動の増加を目的とするため、一般の養育者から虐待グレーゾーンの養育者まで幅広い対象者のニーズに合うプログラムであり、社会的な意義があると言える。

研究成果の概要(英文)：The goal of this research project was to develop a psycho-educational program for parents of young children based on Acceptance and Commitment Therapy. The targets of the program were as follows: (1) To understand the mechanism of stress production based on Relational Frame Theory (RFT); (2) To practice using mindfulness exercises in parenting situations to improve parents' ability to handle thoughts and emotions; and (3) To clarify parenting values and the actual practice of valued behaviors.

We conducted the program for 2 groups and the results showed that mothers' ratings of parenting stress decreased significantly and the tendency of mindfulness increased significantly. On the other hand, psychological flexibility did not change significantly over the program. Thus, improving program contents and considering indicators of efficacy will be necessary.

研究分野：臨床心理学

キーワード：育児ストレス 予防 ACT プログラム開発 効果評価 マインドフルネス 心理教育

1. 研究開始当初の背景

(1) 育児ストレスに対するユニバーサルな予防プログラムの必要性

近年、児童虐待相談対応件数は増加を続けており、現代の子育てをめぐる状況には、多くの問題が指摘されていた。地域のサポート・ネットワークの希薄化が進行する一方で、SNS等の急速な発展による育児情報過多・育児を含むライフスタイルを他者と比較する機会の増加と他者からの評価懸念の高まり、社会の多様化など、養育者全体にとって、「どのような育児を行うか」という明確な方向性が見出しにくく、育児に関するストレスが生じやすい社会的状況があると考えられた。こうした中で、養育者全体に対するポピュレーション・アプローチを展開し、ストレスを予防していくことが求められていた。

(2) 親支援プログラムにおいて心理的柔軟性に着目する意義

子育て支援を目的とした心理学的介入法としては、養育スキルの獲得を目指すペアレント・トレーニングが広く実践されるようになっていた。しかし、養育スキルを適切に実行する前提となる「ストレスに対する認知とそれに伴うネガティブな感情を親自身が取り扱う能力」も介入対象とすることが有効であると考えられた。そこで、本研究では、アクセプタンス&コミットメントセラピー(以下ACT)(Hayes, Strosahl & Wilson, 1999)に基づき、心理的柔軟性を高めることに焦点を当てた育児ストレス予防プログラムの開発を行うことを目的とした。ACTに基づく親支援プログラムとしては、海外ではCoyne & Murrell(2006)による幼少期の親を対象としたプログラム、Blackledge & Hayes(2006)の自閉症児の親支援プログラム、Burkeら(2014)による難病の子どもへの親支援プログラムなど、さまざまなプログラムが公表されていた。一方、日本においては、谷らにより、障がいのある子どもの家族へのメンタルヘルスサポートを目的としたACTプログラムが開発されていた(菅野・谷, 2013; Tani & Kitamura, 2013; 谷, 2014など)。しかし、一般の親を対象とする育児ストレス予防プログラムは開発されていない状況であった。また、従来のプログラムは心理的柔軟性の向上とメンタルヘルス(抑うつ・不安・一般的健康等)への一定の効果が実証されていたが、育児に関連する指標(育児ストレス、養育行動等)への効果は十分に検討されていなかったため、検証が必要であると考えられた。

2. 研究の目的

そこで本研究では、幼児期から児童期前期の子どもを持つ養育者のグループを対象とする、心理的柔軟性に焦点をあてた育児ストレス予防プログラムの開発を目的とした。このため、養育者のグループを対象としてプログラムを実施し、複数の指標によって効果を検証することとした。

3. 研究の方法

研究は主に4つの部分によって構成された。以下にそれぞれの研究目的と方法について述べる。

研究 . パイロット版プログラムの効果に関する検討

研究開始の前年度(2015年度)に予備的に実施したパイロット版プログラムの効果を検討した。3~5歳の子どもを持つ研究協力者7名を対象として5回のプログラムを実施し、プログラムの前後で質問紙調査への回答を求めた。測定には、プロセス指標として、育児に関する自動思考尺度(岡島・佐藤・鈴木, 2011)、日本版 Acceptance and Action Questionnaire- 7項目版(嶋・柳原・川井・熊野, 2013)、アウトカム指標として PSI 育児ストレスインデックス(兼松ら, 2006)、子どもの強さと困難さアンケート日本語版(Sugawara, Sakai, Sugiura, & Matsumoto, 2006)、不適切な養育尺度(中谷, 2015)より不適切な養育因子、日本版 GHQ12(中川・大坊, 2013)、緩衝要因として、コーピング尺度(尾関, 1993)、育児ソーシャル・サポート尺度(渡辺・石井, 2009)を用いた。また、各セッション後に参加者に感想用紙の記入を求め、セッションごとの評価を行った。同様に評定者用のチェックリストも作成し、プログラム実施者1名と補助者2名が各セッション後に評定を行った。

研究 . パイロット版プログラムの改良と効果の検討

文献研究と国内の研究者の助言を得て研究 で実施したパイロット版プログラムを改良し、3~8歳の子どもを持つ養育者16名を対象として5回の改良版プログラムを実施し、効果を検討した。プログラム実施前・実施後・フォローアップ(終了3ヶ月後)の3時点において、質問紙調査への回答を求めた。測定には、プロセス指標として日本版 Acceptance and Action Questionnaire- 7項目版(嶋・柳原・川井・熊野, 2013)、アウトカム指標として PSI 育児ストレスインデックス(兼松ら, 2006)より親のストレスに関する7因子(親役割規制、社会的孤立、夫との関係、親としての有能さ、抑うつ罪悪感、子供への愛着を感じにくい、健康状態)を用いた。また、プログラムの影響を確認するために、子どもの行動に対する認知尺度(中谷・中谷, 2006)より食事場面を想定した3因子(被害的認知、否定的認知、肯定的認知)、コーピング尺度(尾関, 1993)、育児ソーシャル・サポート尺度(渡辺・石井, 2009)を用いた。また、ポストテスト・フォローアップテストでは、プログラムによる影響や感想、価値に沿った育児行動の頻度を自由記述で求めた。さらに、各セッション後に参加者に感想用紙の記入を求め、

セッションごとの評価を行った。同様に評定者用のチェックリストも作成し、プログラム実施者1名と補助者2名が各セッション後に評価を行った。

研究 . 本プログラムの実施と事前事後デザインによる効果評価

海外の研究者によるワークショップへの参加と意見交換を経て研究 で実施した改良版プログラムに多少の変更を加え、3歳~8歳の子どもを持つ養育者19名を対象として5回のセッション+1回のフォローアップセッションで構成される本プログラムを実施し、効果を検討した。プログラム開始前・終了時・終了3カ月後(フォローアップテスト)の3時点において、質問紙調査への回答を求めた。プロセス指標として、日本版 Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-) 7項目版(嶋・柳原・川井・熊野, 2013) 1因子7項目7件法、Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ) 日本語版(Sugiura, Sato, Ito, Murakami, 2012)、アウトカム指標として、PSI 育児ストレスインデックス(兼松ら, 2006)より親のストレスに関する7因子(親役割規制、社会的孤立、夫との関係、親としての有能さ、抑うつ罪悪感、子供への愛着を感じにくい、健康状態)を使用した。その他、プログラムの影響を確認するために、育児ソーシャル・サポート尺度(渡辺・石井, 2009)を用いた。また、ポストテスト・フォローアップテストでは、プログラムによる影響や感想、価値に沿った育児行動の頻度を自由記述で求めた。さらに、各セッション後に参加者に感想用紙の記入を求め、セッションごとの評価を行った。同様に評定者用のチェックリストも作成し、プログラム実施者1名と補助者2名が各セッション後に評価を行った。

研究 . 待機群デザインによる本プログラムの効果評価

研究 で開発した本プログラムの効果評価を、待機群デザインによって行うことを目的とした。3歳~8歳の子どもを持つ養育者37名を、介入群(n=19)と待機群(n=18)にランダムに割り当て、前者は 期(4月~6月まで5回実施、9月にフォローアップ1回実施)、後者は 期(10月~12月まで5回実施、3月にフォローアップ1回実施)にプログラムを実施することとした。また、以下の5時点での質問紙調査を計画した。1. 事前調査(期プログラム開始前)、2. 期プログラム事後調査、3. フォローアップ調査1(期終了から3ヶ月後)、4. 期プログラム事後調査、5. フォローアップ調査2(期終了から3ヶ月後)。研究協力者全員を対象として5時点でのデータを収集し、介入群と待機群との間で、プロセス指標: 日本版 Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-) 7項目版(嶋・柳原・川井・熊野, 2013) 1因子7項目7件法、Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ) 日本語版(Sugiura, Sato, Ito, Murakami, 2012)、日本語版 Valuing Questionnaire (土井・坂野・武藤・坂野, 2017)、アウトカム指標: PSI 育児ストレスインデックス(兼松ら, 2006)より親のストレスに関する7因子を測定し、比較することとした。さらに、各セッション後に参加者に感想用紙の記入を求め、セッションごとの評価を行った。同様に評定者用のチェックリストも作成し、プログラム実施者1名と補助者2名が各セッション後に評価を行った。

いずれの研究も、駒沢女子大学・駒沢女子短期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

研究

パイロット版プログラムは2015年10月~12月まで全5回(1回90分、2週間~3週間に1回)実施された。Coyne & Murrell (2009)、伊藤・石垣(2011, 2015)、Flaxman, Bond & Livheim (2013)等を参考に作成し、育児ストレス場面のセルフ・モニタリング(育児ストレス発生機序の理解、育児ストレスに関わる思考や感情をモニタリングする力の向上)、育児場面で実践するマインドフルネス・ワーク(ネガティブな思考や感情を扱う力の向上)、育児に関する価値の明確化と行為の実践(自分の望む養育行動の増加)を主たる内容(()内は介入要素)とした。

プログラムに5回とも参加し質問紙調査に2回とも回答した研究協力者のデータを対象とした(有効回答4名、平均年齢37.00歳(SD=1.83))。プログラムの効果を検討するために、時期2水準を独立変数とする一要因の分散分析を行った。結果、ネガティブ思考、親の側面における育児ストレスが有意に減少し、回避・逃避型のコーピングと育児仲間サポートが増加するなどの効果が認められた。また、対象となった研究協力者が4名と少数であったため、事例ごとに量的指標の変化を確認するとともに、質的データを合わせてプログラムの効果機序について検討を行った。

研究

研究 の結果と文献研究、国内のACTによる親支援を専門とする研究者の助言を得て、パイロット版プログラムを改訂し、関係フレーム理論に基づくストレス発生機序の理解、育児場面で実践するマインドフルネス・エクササイズ(思考や感情を扱う力の向上)、育児に関する価値の明確化と行為の実践(価値に基づく養育行動の増加)を主たる内容(()内は介入要素)とする全5回(1回90分、2週間~3週間に1回実施)の改良版プログラムを作成した。3~8歳の子どもを持つ養育者16名を対象とし、2016年10~12月に実施した。

プログラムの効果を検討するために、時期 3 水準を独立変数とする繰り返しのある一要因の分散分析を行った(有効回答 15 名、平均年齢 37.67 歳(SD=4.24))。Table.1 に示すとおり、PSI の「親役割によって生じる規制」、「親としての有能さ」、「抑うつ・罪悪感」、「子どもに愛着を感じにくい」において時期の主効果が有意で(順に、 $F(2,28)=3.47, p<.05$, $F(2,24)=9.67, p<.01$, $F(1.39, 19.47)=3.54, p<.10$, $F(2,28)=3.40, p<.05$, 多重比較(Bonferroni)の結果、「親としての有能さ」でプレ>ポスト・フォローアップ(5%水準)、「抑うつ・罪悪感」でプレ>ポスト(有意傾向)、子どもの行動に対する認知尺度の「否定的認知」と「肯定的認知」における時期の主効果が有意または有意傾向であった(順に、 $F(2,26)=2.93, p<.10$, $F(2,28)=4.53, p<.05$, 「肯定的認知」でプレテスト<ポスト・フォローアップ(いずれも5%水準))。

Table1. 各下位尺度の係数, 平均値と標準偏差ならびに分散分析の効果

		プレテスト			ポストテスト			フォローアップ			F値	η^2	
		n	M	SD	n	M	SD	n	M	SD			
心理的柔軟性	心理的柔軟性	0.78	15	4.48	0.90	15	4.17	1.27	15	4.07	1.12	0.94	0.06
PSI	親役割によって生じる規制	0.88	15	23.47	5.57	15	20.27	5.08	15	21.27	3.71	3.47 [†]	0.20
	社会的孤立	0.76	15	18.13	4.66	15	16.40	5.72	15	16.53	4.09	1.09	0.07
	夫との関係	0.82	15	14.40	5.11	15	12.00	3.12	15	12.67	3.60	2.11	0.13
	親としての有能さ	0.67	13	26.77	2.98	13	22.85	4.91	13	23.46	4.91	9.67 ^{**}	0.45
	抑うつ・罪悪感	0.82	15	14.53	3.64	15	12.67	3.29	15	11.67	3.68	3.54 [†]	0.20
	子どもに愛着を感じにくい	0.86	15	9.40	3.11	15	7.93	3.15	15	7.00	2.90	3.40 [†]	0.20
	健康状態	0.77	15	10.33	2.82	15	9.27	2.02	15	8.53	2.92	2.40	0.15
子どもの行動 に対する認知 尺度	被害的認知	0.95	15	2.49	1.06	15	2.19	0.79	15	2.02	0.84	1.18	0.08
	否定的認知	0.83	14	3.62	0.84	14	3.31	0.71	14	3.02	0.69	2.93 [†]	0.18
	肯定的認知	0.78	15	3.00	0.64	15	3.42	0.85	15	3.57	0.63	4.53 [†]	0.24
コーピング	問題焦点型	0.65	13	1.74	0.54	13	1.78	0.66	13	1.71	0.53	0.10	0.02
	情動焦点型	0.63	14	1.12	0.62	14	1.52	0.87	14	1.50	0.70	1.49	0.10
	回避・逃避型	0.76	14	1.32	0.64	14	1.40	0.61	14	1.62	0.81	0.99	0.07
育児ソーシャ ル・サポート	身近なサポート	0.80	14	2.91	0.60	14	3.13	0.53	14	3.07	0.61	1.00	0.07
	育児仲間サポート	0.71	15	3.18	0.68	15	3.16	0.90	15	3.16	0.91	0.01	0.00

注1) † $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$, 注2) 心理的柔軟性は、得点が高いほど柔軟であることを示す

分析の結果により、プログラムが育児ストレスの減少に有効であることが示唆された。特に、「親としての有能さ」についてはフォローアップテストまで効果が持続することが示された。一方で、介入のターゲットであった心理的柔軟性については、柔軟性が高まる傾向にはあったものの、3 時点間に有意な差は認められなかった。

また、参加者のデモグラフィック要因の影響を検討するため、プログラムの効果を表す育児ストレスの減少度(差得点)を従属変数とし、精神的健康ないしソーシャル・サポートを独立変数とした一要因の分散分析を行い、プログラムの効果と2つの要因の関係を検討したところ、参加前の精神的健康状態ならびにソーシャル・サポートの状態によらず、プログラムによる効果が期待できると考えられた。

こうした結果を踏まえ、プログラム内容の改善を図るとともに、効果評価の方法や指標の検討も必要であると考えられた。

研究

研究の結果を踏まえ、さらに海外の研究者によるワークショップへの参加と意見交換を経て、改良版プログラムをさらに改訂し、5回のセッションと1回のフォローアップセッションから成る本プログラムを作成した。本プログラムの内容をTable.2に示す。

Table2. 本プログラムの各セッションの内容と介入要素

回	セッションのタイトル(内容)	ホームワーク	介入目標
1	心の仕組みを理解しよう (関係フレーム理論の紹介)	①育児場面での自分の反応を観察して記録する ②呼吸に注意を向けるエクササイズの実践	プログラムに取り組むための準備性を高める
2	子どもや自分に対する「考え」に気づこう (創造的絶望, マインドフルネス入門)	③育児の難しい場面を観察して記録する (育児場面の機能分析) ④1日1回, マインドフルに過ごす	思考や感情を扱う力の向上
3	考えを「持つて」みよう (脱フュージョン, 価値の導入)	⑤考えに名前をつける ⑥子どもとマインドフルに過ごす	思考や感情を扱う力の向上
4	自分の望む育児をしよう (育児に関する価値の明確化, 価値に基づく養育行動のゴール設定)	⑦価値に基づく行為を実践する ⑧マインドフルネス・エクササイズを行う	価値に基づく養育行動の増加
5	プログラムの振り返り (コミットメントを維持するためのヒント)		価値に基づく養育行動の増加

本プログラムは3歳～8歳の子どもを持つ養育者19名(平均年齢37.93歳、SD=4.15)を対象とし、2017年10月～2018年1月に実施した。途中でプログラムへの参加を取りやめた3名を除く16名のデータを対象とした。プログラムの効果を検討するために、時期3水準を独立変数とする繰り返しのある一要因の分散分析を行った。結果、Table.3に示すとおり、育児ストレスの下位因子のうち3つで時期の主効果が有意または有意傾向で、FFMQの下位因子のうち4つで時期の主効果が有意または有意傾向であった(多重比較(Bonferroni)の結果、「観察」でプレ<ポスト・フォローアップが5%水準で有意、「記述」でプレ<フォローアップが10%水準で有意傾向であった)。複数の指標の変化から、プログラムが心理的柔軟性の向上と育児ストレスの減少に有効であると考えられたが、さらに統制群との比較や質的な分析を行い、効果を精査することが課題であると考えられた。また、プロセス指標について検討し、価値に沿った行動の変化を検討するために日本語版Valuing Questionnaire(土井・坂野・武藤・坂野, 2017)を追加することとした。

Table3. 各下位度の α 計係数、平均値と標準偏差ならびに分散分析の効果

		α	プレテスト			ポストテスト			フォローアップテスト			F値	η_p^2
			n	M	SD	n	M	SD	n	M	SD		
AAQ-II	心理的柔軟性	0.78	16	3.57	0.79	16	3.54	0.96	16	3.33	0.90	0.86	0.05
	観察	0.88	16	2.73	0.73	16	3.17	0.65	16	3.13	0.62	7.62**	0.34
FFMQ	無反応	0.76	16	2.66	0.45	16	2.92	0.65	16	2.96	0.55	2.84+	0.16
	無判断	0.82	16	2.95	0.69	16	3.21	0.73	16	3.43	0.48	1.75	0.10
	記述	0.67	16	2.80	0.52	16	2.93	0.97	16	3.13	0.76	2.74+	0.15
	気づき	0.82	16	2.63	0.49	16	3.12	0.62	16	3.17	0.74	3.41*	0.19
PSIストレス インデックス	親役割によって生じる規制	0.88	16	3.42	0.65	16	3.13	0.76	16	3.02	0.64	3.07+	0.19
	社会的孤立	0.76	16	2.16	0.73	16	2.23	0.89	16	2.21	0.70	0.17	0.01
	夫との関係	0.82	16	2.28	0.69	16	2.30	0.84	16	2.45	0.67	1.10	0.07
	親としての有能さ	0.67	16	3.46	0.69	16	3.15	0.68	16	3.13	0.61	3.71*	0.20
	抑うつ・罪悪感	0.82	16	3.16	0.74	16	2.86	0.56	16	2.86	0.56	1.45+	0.09
	子どもに愛着を感じにくい	0.86	16	2.94	0.92	16	2.67	0.73	16	2.65	0.58	1.55	0.09
健康状態	0.77	16	2.77	0.94	16	2.48	0.78	16	2.52	0.69	1.81	0.11	
育児ソーシャル・サポート尺度	身近なサポート	0.80	16	3.13	0.63	16	3.16	0.64	16	3.11	0.57	0.15	0.01
	育児仲間サポート	0.71	16	3.11	0.35	16	3.11	0.37	16	3.08	0.27	0.08	0.01

注1)† $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$, 注2)心理的柔軟性は、得点が高いほど非柔軟であることを示す

研究

研究で開発した本プログラムの効果評価を、待機群デザインによって行うことを目的とし、3歳～8歳の子どもを持つ養育者37名を、介入群(n=19)と待機群(n=18)にランダムに割り当て、前者は1期(4月～6月まで5回実施、9月にフォローアップ1回実施)、後者は2期(10月～12月まで5回実施、3月にフォローアップ1回実施)にプログラムを実施することとした。しかし、事前調査と1期プログラムの第1回を終えた時点で、研究代表者に予期せぬ健康上の問題が発生し、急遽、休職となったため、プログラムを中止せざるを得なくなった。また、研究代表者の復職後も、健康上の問題が継続していたため、年度内に別の形でプログラムを実施することも不可能であると判断し、研究協力者にはプログラムで使用する資料の送付をもって協力への謝礼とした。さらに、これまでの研究の成果を投稿論文やブックレットとしてまとめること、プログラムの一部を無料公開セミナーの形で2020年度に実施することを目標として作業を進めた。待機群デザインによる効果評価の検証は、今後の課題としたい。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計4件（うち査読付論文 0件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 4件）

1. 著者名 石津和子・藤川麗	4. 巻 14
2. 論文標題 心理的柔軟性に焦点をあてた育児ストレス予防プログラムの効果評価 デモグラフィック要因の影響	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 駒沢学園心理相談センター紀要	6. 最初と最後の頁 15 - 19
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 藤川麗	4. 巻 14
2. 論文標題 ストレスと上手につきあうための心理学 マインドフルネスとは	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 駒沢学園心理相談センター紀要	6. 最初と最後の頁 27-29
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 藤川麗・石津和子	4. 巻 13
2. 論文標題 心理的柔軟性に焦点をあてた育児ストレス予防プログラムの開発（2） 個別-の結果の解析	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 駒沢学園心理相談センター紀要	6. 最初と最後の頁 17-24
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 藤川麗	4. 巻 17
2. 論文標題 子育てで大切にしたいものを見つけよう あなたの「価値に沿った子育て」とは？	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 駒沢学園心理相談センター紀要	6. 最初と最後の頁
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

〔学会発表〕 計5件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 藤川麗・石津和子
2. 発表標題 育児ストレス予防プログラムの効果評価(1) AAQ- とFFMQを用いて
3. 学会等名 日本心理臨床学会第37回大会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 藤川麗・石津和子
2. 発表標題 育児ストレス予防プログラムの効果評価(2) AAQ- とFFMQを用いて
3. 学会等名 日本心理学会第82回大会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 藤川麗・石津和子
2. 発表標題 育児ストレス予防プログラム開発の試み(2) 心理的柔軟性に焦点をあてて
3. 学会等名 日本心理臨床学会第36回大会
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 藤川麗・石津和子
2. 発表標題 育児ストレス予防プログラム開発の試み(3) 心理的柔軟性に焦点をあてて
3. 学会等名 日本コミュニティ心理学会第20回記念大会
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 藤川麗・石津和子
2. 発表標題 育児ストレス予防プログラム開発の試み 心理的柔軟性に焦点をあてて
3. 学会等名 第35回日本心理臨床学会
4. 発表年 2016年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	石津 和子 (ISHIDU Kazuko) (10549405)	駒沢女子大学・人文学部・准教授 (32696)	
研究協力者	須藤 明 (SUTOH Akira) (20584238)	駒沢女子大学・人文学部・教授 (32696)	