

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：12611

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2013～2015

課題番号：25380920

研究課題名(和文) 発達障害児の親のメンタルヘルス向上に向けた支援方法に関する研究

研究課題名(英文) Support and intervention to improve mental health of parents rearing children with developmental disabilities

研究代表者

簗 倫子 (TAKAMURA, TOMOKO)

お茶の水女子大学・基幹研究院・教授

研究者番号：10280570

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,800,000円

研究成果の概要(和文)：発達障害児を育てる親支援としてペアレントトレーニングが採用され、その効果が報告されている一方、子どもと上手く関われないことのストレスは高く、ストレスマネジメントも試みられている。本研究ではペアレントトレーニング、ストレスマネジメント、親の主体的な活動がもたらす意味についてエンパワメントの視点から検討し、今後の多様な支援の方向性を検討した。ストレスマネジメントを取り入れた短期ペアレントトレーニングを学童期の発達障害の子どもを持つ母親を対象に実施し、その効果を量的および質的に検討した。母親は仲間と問題を共有しながら、子育ての否定的感情を減少させ、主体性の感覚を得ていく傾向にあった。

研究成果の概要(英文)：Many studies have examined practice and effects of psycho-educational approaches such as parent training to parents rearing children with developmental disabilities. Another area of research on those parents revealed that mothers experienced more psychological distress, depression and difficulties even in practicing tips for child-rearing. The present studies investigated effects of the program integrating parent training and stress management in the light of empowerment. Short-term programs, a series of five to seven sessions were implemented to three groups consisting six mothers each. Negative feelings in child-rearing decreased and the sense of empowerment increased in subjects after the sessions. From the study in which a group of mothers implemented social skill training to their own preschool children, it appeared that the sense of achievement and initiative grew in mothers.

研究分野：発達臨床心理学

 キーワード：発達障害 親支援 メンタルヘルス エンパワメント ペアレントトレーニング ストレスマネジメント
 T S S T

1. 研究開始当初の背景

障害のある子どもの親のストレス、育児困難感、不安は健常児の親のそれより高いこと、障害種によるストレスの特徴があること、発達障害児の母親の抑うつ傾向が高いことは、数多くの研究で指摘されてきた(原, 2010; 眞野ら, 2007; Norvilitis ら, 2002; 芳賀, 2006) 筆者が行った研究調査からも、LD・ADHD・広汎性発達障害等の子どものメンタルヘルスの特徴として母親の精神的疲労感(標準値や父親の値に比し著しく高く、母のメンタルヘルスは子どものQOLと直接的に関係していることが確認された(篁, 2012)。

親支援のアプローチとして本邦でも広く導入されるようになったのが親に対して心理教育を行うペアレントトレーニングである(上林, 2001; 岩坂, 2002)。しかし、指導・助言されたように子どもと関わらないことで親の不安や苛立ち、ストレスが高まるといった報告もある(久蔵ら, 2007)。他方、親のストレス低減にソーシャルサポートが役立つという報告(北川ら, 1995; 宋ら, 2006)も散見する。親の自己管理やストレスマネジメント力を高める試みも行われている(高山, 2014)。

すなわち、親支援は、内容や方法を開発・拡充し、親のニーズと生活を考慮した多様性を検討して時期にあると考える。

2. 研究の目的

エンパワメントとは、本来コミュニティ心理学の中心理念の一つであるが、ソーシャルサポートを通して、人が本来備わっている強さをいかし、自らの生活を通して問題をコントロールする自らの問題を自ら解決し、生活をコントロールしていける力・感覚を得ることである。いずれの親支援のゴールも、親自身がエンパワーされることであると考えられる。

本研究ではと親支援・介入の方法として、ペアレントトレーニング、ストレスマネジメント、親の会の活動の意味をエンパワメントの視点から明らかにしていき、親支援の今後方向性を提案することを目的とする。

本研究は研究1(親に向けたペアトレとストレスマネジメントの効果の検討)と研究2(親自身によるSTの実施が親に与える影響の検討)の2つから成る。ここでは紙幅の都合上、主に研究1について報告する。

3. 研究の方法

1) 介入方法

A型 ペアトレ&ストレスマネジメント

B型 ペアトレ&ストレスマネジメントとSSTの並行実施

2) 対象者の抽出

各開始時期の約2か月前よりHP、チラシ等で参加者を募集した。参加条件はASD LD, ADHD等の診断を有し、小学校3年生~5年生で通常の学級に在籍している子どもの母親であること; 母親はグループのガイドラインを守ることができ、精神疾患で治療中ではなく、グループ参加により利益を得ると予想されることとした。事前に面接と質問紙を実施し、参加条件を満たすかどうかを確認した。また、研究への参加協力について書面にて承諾を得た。

3) プログラム評価方法

親プログラムにおける評価の指標は、開始前(事前)と終了直後(事後)のアンケート(図1の(1), (2))における値の変化と、終了後に実施したプログラム評価アンケート(同(3))およびフォローアップ・インタビュー(同(4))の結果を用いる(図1参照)。

プログラム評価に用いたアンケートは、「育児負担感」(中嶋ら, 1999)、家族のエンパワメントを測定する尺度(「FES」)(湧水ら, 2010)の家庭領域、親が評価する子どもの「家庭における社会的スキル尺度」(戸ヶ崎・坂野, 1997)である。プログラム評価アンケートでは、「発達障害の理解」「子どもの行動の理解」「対応の仕方」「自分自身の理解」「ストマネ」の5領域に対する「期待度」「満足度」「理解・習得度」について、5件法と自由記述で回答を依頼した。フォローアップ・インタビューは、終了後約3か月を目安に1時間前後の半構造化面接を実施した(についての報告は本稿では除く)。

4) プログラム内容

親対象プログラムのペアトレは、その形式や内容の違いから大きく分けて「精研式」「奈良式」「肥前式」の3種類があり、その名称は中心的な実施機関名を表している。今回は、発達障害全般と、主としてADHDを対象にしている「精研式」「奈良式」を参考に作成した。また、ストマネについては、高山(2014)を参考にし、母親自身のストレスへの気づきや目の前の事象の捉え方などについての気づきを促すよう構成した。加えて、腹式呼吸法や筋弛緩法、さらに自律訓練法をリラクゼーション法としてプログラムに組み入れた。親プログラムの各セッションの構造(図2)とプログラムの内容(表2)を以下に示す。

なお、本研究はお茶の水女子大学研究倫理委員会の承認を得て実施した



図1. プログラム評価方法

表1. プログラムの内容

	Xグループ	Y・Zグループ
#1	オリエンテーション&発達障害の理解	オリエンテーション&発達障害の理解
2	子どもの行動の理解と 自己の関わりの気づき	子どもの行動の理解と分類 と 自己の関わりスタイルへの気づき
3	子どもの好ましくない行動への対処 と ストレスマネジメント	子どもの好ましくない行動への対処 と 親のストレスマネジメント
4	子どもの好ましくない行動への対処 と ストレスマネジメント	子どもの好ましくない行動への対処 と 親とストレスマネジメント
5	効果的な指示の出し方と エンパワメント	子どもへの効果的な指示の出し方 と 親のストレスマネジメント
6	-	子どもへの効果的な指示の出し方 と 親のストレスマネジメント
7	-	子どもと親のエンパワメントと 振り返り



図2. 各セッションの構造

4. 研究成果

1) 参加者の概要

参加者を対象とした。A 群は小3年～小5年の発達障害の子どもを持つ母親6名。A-2 小3年～小5年の発達障害の子どもとその母親の12組(6組毎に実施)各グループの参加人数と年齢構成は、表3の通りだった。なお、Xグループには双子が1組含まれていた。グループ間に母親の年齢、子どもの年齢の差はみられなかった。月2回(土曜日午後)、1セッションは90分間であった。なお、Xグループはペアトレのみ、Y・ZグループはペアトレとSSTを並行して実施した。

表3. 参加者プロフィール

	Xグループ	Yグループ	Zグループ
親の参加人数	6	6	6
親の年齢	M = 43.2	M = 41.5	M = 41.0
子の年齢	M = 9.0	M = 9.5	M = 9.2
最小値/最大値	5 / 12	8 / 11	9 / 10
子の男女比	7 : 0	5 : 1	4 : 2

*Xグループには双子1組含む

2) SUBI と SDQ による参加者の特徴

親の健康度を測る質問紙「SUBI」では、参加者のうち1人(6%)は心の健康度が低く疲労度が高い要注意域、9人(50%)はともに注意域、8人(44%)は心の健康度は高く疲労度は低い領域にプロットされた(図3)。

子どもの行動の問題を5つの領域に分けて支援の必要度を3段階で測る質問紙「SDQ」では、子ども19人のうち14人(74%)で「情緒」「行為」「多動・不注意」「仲間関係」の「合計」としての問題行動得点が高く、特に11人(58%)が「仲間関係」においてHigh Needであると評価された(図4)。

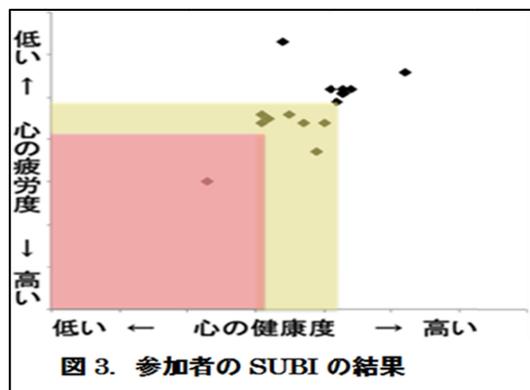


図3. 参加者のSUBIの結果

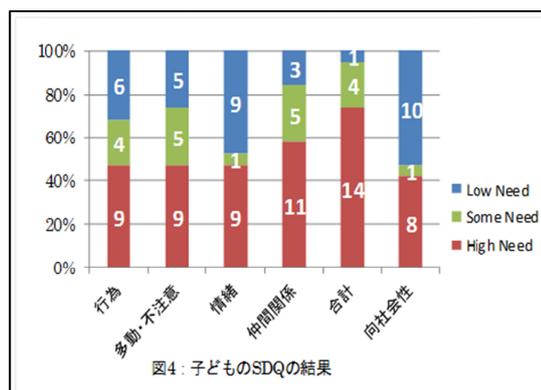


図4. 子どものSDQの結果

3) 質問紙による効果の検討

プログラムの効果(アウトカム)、すなわち、参加者にもたらされた影響、変化を調べるために、事前事後の比較による効果の検討を行った。

質問紙(図1の ,)について、ウィルコクソンの符号付順位検定を用い、プログラム開始前(事前)と終了時(事後)の平均値の変化を検討した。

「育児負担感」では、下位尺度である「社会的活動の制限」と「否定的感情の認知」のうち、「否定的感情の認知」において、参加

者全体の値が有意に減少した $z=-1.99, p<.05$) (図 5)

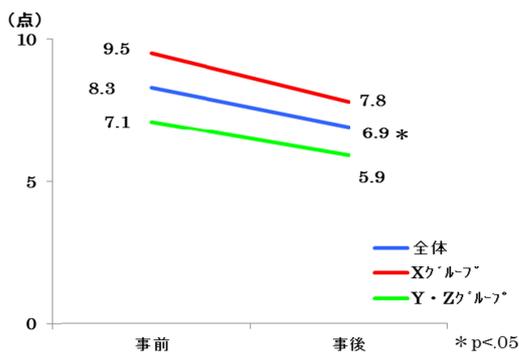


図5. 育児負担感の下位尺度「否定的感情の認知」の結果

また、「FES」では、参加者全体の値が有意に増加した ($z=-2.46, p<.05$) (図 6)

「家庭における社会的スキル尺度」は、SSTを同時並行で実施したY・Zグループでは事前より事後の値が有意に増加した ($z=-2.85, p<.01$) (図 7)。親に対するペアトレのみを行ったXグループでは、有意差は見られなかった (図 8)

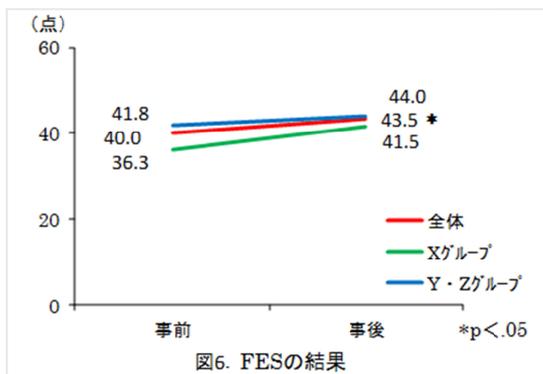


図6. FESの結果

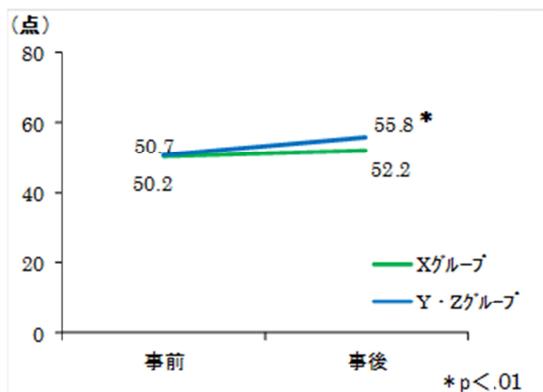


図7. 家庭における社会的スキル尺度の結果

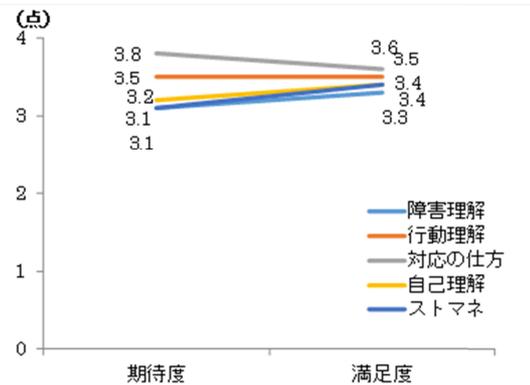


図8. 参加者のプログラムへの期待度と満足度

次に、プログラム評価アンケート (図 1 の) にみられた参加者の変化について検討を行った。「障害の理解」「行動の理解」「対応の仕方」「自己理解」「ストマネ」の全5領域において、期待度と満足度の値に有意な差はみられなかった。ただし、「対応の仕方」のみ、数値の変化において満足度が期待度を下回っていた。

4) プログラム評価アンケート

自由記述では、「ほめられるようになった」「肩の力を抜くことの大切さを知った」などの気づきが記された。またプログラム参加によって、悩みを共有できる仲間と出会ただけでなく、プログラムの中で行われた交流が単なる情報共有に止まらず、「自分だけではないと勇気づけられた」と感じられていた。SST 並行実施については「二人だけで出かける貴重な機会だった」「一緒に取り組めた」と肯定的な記述が目立った。発達障害の子どもが共通して持っている困難さやストマネにかかわる基本的な知識の習得を通して、子どもへの対応が自分の気持ちと関連していることを参加者が体得したことがわかった。

たとえば本プログラムのような親子関係にかかわる実践活動の場合、参加者が居住する地域や自治体における子育て関連問題の減少、子育て支援支出の減額、子育て世代人口の増加などが、具体的な成果の一例として考えられる。しかし、こうしたインパクトが顕現化するには長期的な視野や継続が必要であり、7~10年、あるいはそれ以上の時間が待たれるであろう。

5) 考察とまとめ

(1) ペアトレ&ストレスマネジメントとエンパワメント

質問紙では、参加者全体で「育児負担感」の下位尺度である「否定的感情」が減少し、「FES」が上昇した。自由記述では、子どもの見方の変化に伴うペアトレ実践への手ごたえと、自分の行動や怒りへの気づきなどが挙げられ、自分自身を振り返る機会にもなった。親による問題の捉え方の見直しが達成されただけでなく、親の自己理解が進み、漠然とした自分への安心感の生起がみられ、エンパワメン

トの過程にあることが示唆された。

(2) 親子同時並行について

「家庭における社会的スキル尺度」の値が SST 並行グループで有意に増加した。自由記述では、親子関係の変化(好転)がうかがえた。プログラムを同時並行で行い、親子が目的に向かって共に学び取り組むことが、関係の修正と子どもの適切な行動の増加につながる可能性が示された。

その一方、ペアトレ&ストレスマネジメント単独群と SST 並行群の間では、育児負担感およびエンパワメントについての変化に差がないことから、親自身への介入が意味を持つことは確認された。

(3) 今後の課題

プログラム評価アンケートでは、「対応の仕方」のみ満足度が期待度を下回った。これは、参加への期待が非常に高かったうえ、個々のケースの多様な問題にプログラムが対応しきれなかったためだと考えられる。

さらに、イライラ対処法の定着を目指し、自分が学んだ対処法を母親に教えることを宿題とし、以降の回ははじまりの時間で

<文献>

芳賀彰子・久保千春(2006) 注意欠陥/多動性障害、広汎性発達障害児をもつ母親の不安・うつに関する心身医学的検討、心身医学、46(1)

原仁(2010) 障害児の親のメンタルヘルスに関する研究 - うつ状態の早期発見と家族支援 - 報告書、日本発達障害福祉連盟、pp84-90

岩坂英巳(2002) ペアレント・トレーニングガイドブック、東京、じほう

久蔵孝幸、高山恵子、内田雅志(2007) テレビ会議システムによる遠隔ペアレントトレーニングの試行 - 域格差のない支援のために -、チャイルドヘルス 12(11):815-818

上林靖子(2001) ADHD を支える - 親ができること -、こころの臨床、20(4):491-495

北川憲明・七木田敦・今塩屋隼男(1995) 障害児を育てる母親へのソーシャルサポートの影響、特殊教育学研究、33(1):35-44

眞野洋子・宇野宏幸(2007) 注意欠陥/多動性障害児の母親における育児ストレスと抑うつとの関連、小児保健研究、66(4):524-530

Norvilitis, J.M., Scime, M. & Lee, J.S. (2002) Courtesy stigma in mothers of children with ADHD: a preliminary investigation, J Atten. Disorder 6:61-68

宋慧珍・伊藤良子・渡邊裕子(2006) 高機能自閉症・アスペルガー障害の子どもたちと家族への支援 - 親のストレスとサポートの関係を中心に -、自閉症スペクトラム研究、3:11-22

篁倫子(2012)「発達障害児を育てる親のメンタルヘルスと支援リソースに関する臨床心理学的研究」平成 21 年度~23 年度科学研究費基盤研究(C)研究成果報告書、全 66 頁
高山恵子・平田信也(2014) ストレスマネジメントの心理学、東京、本の種出版

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)

篁倫子 学習障害のそだち、特集「そだちからみたおとなの発達障害」、そだちの科学 2016、26(4):59-64 査読無し

篁倫子、シンポジウム：極低出生体重児における発達障害の診断と介入、日本周産期・新生児医学会雑誌、2015、51(1):16 査読無し

平澤恭子、篁倫子、竹下暁子、吉川陽子、大澤真木子、極低出生体重児の 6 歳時の発達と支援、東京女子医科大学会誌、査読有り、2013、vol 83 Extra:137-143

〔学会発表〕(計 3 件)

小嶋美奈子、小林智子、田上友里香、篁倫子、発達障害のある子どもと親のエンパワメントグループ ~ ペアレント・トレーニングにストレスマネジメントを組み込んで ~ 日本 LD 学会第 25 回大会、2016、11 月、パシフィコ横浜(神奈川県横浜市)

富永亜由美、中島彩佳、小林千賀子、北畑美菜、篁倫子 発達障害のある子どもと親のエンパワメントグループ ~ 子どもの情緒的体験を重視した SST ~ 日本 LD 学会第 25 回大会、2016、11 月、パシフィコ横浜(神奈川県横浜市)

Takamura, T. Mental Health of Parents of Children with ADHD in Comparison with those of Children with Other Developmental Disabilities, 5th World Congress on ADHD, 2015 May, Glasgow (Scotland)

〔図書〕(計 1 件)

篁倫子、金剛出版、第 2 章 発達障害児の子育てを支援する、橋本和明編「子育て支援ガイドブック 逆境を乗り越える子育て技術」、2014、45-56

〔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

発達障害の子どもと親を支援 SST & ペアトレ

<https://sites.google.com/site/peg2014ocha/>

よつばくらぶ

<http://yotsubaclub1.wix.com/yotsuba>

6. 研究組織

(1) 研究代表者

篁 倫子 (TAKAMURA, Tomoko)

お茶の水女子大学・基幹研究院・教授

研究者番号：10280570

(3) 連携研究者

高山 恵子 (TAKAYAMA, Keiko)

NPO 法人えじそんくらぶ代表、玉川大学研究

科非常勤講師

研究者番号：

(4) 研究協力者

五里江 陽子 (GORIE, Yoko)

よつばくらぶ代表

北畑 美菜 (KITABATA, Mina)

発達障害親子サポート研究会

小嶋 美奈子 (KOJIMA, Minako)

発達障害親子サポート研究会

小林 智子 (KOBAYASHI, Satoko)

発達障害親子サポート研究会

小林 千賀子 (KOBAYASHI, Chikako)

横浜市総合リハビリテーションセンター

中島 彩香 (NAKASHIMA, Ayaka)

神奈川県総合教育センター

富永 亜由美 (TOMINAGA, Ayumi)

東京都教育委員会