



発達障害児及び知的発達症児をもつ家族を対象とした『家族の強みを活かす家族レジリエンス促進プログラム』の予備的検討

鈴木田, 英里

(Citation)

神戸大学発達・臨床心理学研究, 23:13-22

(Issue Date)

2024-02-28

(Resource Type)

departmental bulletin paper

(Version)

Version of Record

(JaLCD0I)

<https://doi.org/10.24546/0100487324>

(URL)

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/0100487324>



発達障害児及び知的発達症児をもつ家族を対象とした『家族の強みを活かす家族レジリエンス促進プログラム』の予備的検討 A Preliminary Study of the Family Resilience Promotion Program for Families of Children with Intellectual and Developmental Disabilities

鈴木田 英里*

Eri SUZUKIDA*

要約：本研究では、発達障害児及び知的発達症児をもつ家族を対象とした『家族の強みを活かす家族レジリエンス促進プログラム』を作成し、その内容の適切性及び効果の予備的検討を行うことを目的とした。小学生以下の発達障害児及び知的発達症児をもつ母親8名を対象として、既存の家族レジリエンス促進プログラムや親支援プログラムを参考に作成した家族レジリエンス促進プログラムを実施した。また、プログラムの参加前後、プログラム終了1か月後及び3か月後にオンライン調査を実施し、効果指標への回答を得て、測定時期による得点の変化を線型混合モデルによる分析を行って検証した。その結果、組織的プロセスは事前より事後で得点の上昇がみられた。コミュニケーションプロセスは事後よりもプログラム終了3か月後に得点の低下がみられた。親の養育ストレスや精神的健康、子どもの心理社会的適応には有意な得点の変化はみられなかった。また、家族で困難に対処する自信では、家族がもつ強みへの気づきが事前と事後、事前と終了1か月後で上昇していた。また、夫とのコミュニケーションの試みや子どもに対する考え方の変化が生じており、フォローアップ時にもこうした変化が継続している家族もみられた。以上から、本プログラムの家族レジリエンス促進効果が示唆された。

キーワード：家族レジリエンス、発達障害、知的発達症、家族支援

1. 問題と目的

発達障害や知的発達症の子どもをもつ親は、子どもの行動上の問題や、子どもの療育や教育的支援のため、特に母親に大きな負担がかかると言われている(松岡他, 2013)。このような慢性的なストレスにより、こうした子どもをもつ親は定型発達児をもつ親と比べてストレスが高く、精神的健康が低下しやすいことが知られている。例えば、自閉スペクトラム症 (autism spectrum disorder; 以下 ASD) の子どもの問題行動が親のストレスや抑うつ、疲労感の高さに関連していることが明らかにされている (Jellet et al., 2015)。また、Olsson & Hwang (2001) は、知的発達症児をもつ母親の半数以上が高い抑うつであることを示している。

こうした親の心理的危機を低減する要因として、これまでは親の障害受容や障害認識、レジリエンスといった親の要因、ソーシャルサポートなどの社会的な要因、家族機能などの家族の要因といった大きく3つの観点から研究が進められている(浅野他, 2011; Weiss, 2002; Gau et al., 2012; Pastor-Cerezuela et al, 2021)。一方、これらの要因に着目した支援は、親の要因や社会的な要因にとどまり、家族の要因に着目した支援は検討されていない。実際にこ

れまで、発達障害児及び知的発達症児をもつ家族の支援としては、子どもに対する療育や親に対する相談支援、ペアレントトレーニングといった、個々の家族成員の適応を目指す支援が行われてきた。具体的には、子育て期の親への支援である子育て前向きプログラム (Positive Parenting Program; トリプル P) (Sanders et al., 1999; 加藤, 2006) や、ペアレントトレーニングの前段階として母親の認知的な枠組みの変容を目指すペアレントプログラム (特定非営利法人アスペ・エルデの会, 2014) などがあり、それらの支援は親の養育ストレスを低下させ、子どもの情緒や行動の問題を改善することが示されている(津田, 2012)。一方、家族がもつ危機への潜在的な対処能力を引き出すような家族全体に対する支援はほとんどないのが現状である。家族は個人が接する最も身近なコミュニティであり、こうした家族の潜在的なシステムとしての力を引き出すことで、親の心理的危機を低減し、子どもにとって安定した養育環境を作ることに貢献できると考えられる。

そうした家族の潜在的な対処能力や機能に関する概念として、家族レジリエンスがある。家族レジリエンスとは、逆境に耐え、そこから回復するための家族の機能的システムとしての能力のこ

* 神戸大学大学院人間発達環境学研究所博士課程後期課程, 日本学術振興会特別研究員

2023年11月30日 受付
2024年1月17日 受理

とである (Walsh, 2016)。「信念体系」、「組織的プロセス」、「コミュニケーションプロセス」の大きく3つの要素からなり、家族成員間の相互作用から、家族内外の関係性や資源の活用、家族の危機への捉え方などの内面的な要素を含むものである。

家族レジリエンスを促進する支援は、アメリカ軍の家族など、トラウマ体験をした家族を主な対象として、Family OverComing Under Stress (FOCUS) プログラムが開発されている (Saltzman, 2016)。FOCUS プログラムにおいては、感情の温度計を用いた家族での感情体験の共有や、トラウマ的な出来事以降の家族の感情の変化や強く感情が動いた出来事について語り、タイムラインを作成する。それをもとに親、子ども、家族セッションをそれぞれ行い、家族での取り組みについて支援者と話し合って検討する。

一方、発達障害児や知的発達症児をもつ家族における家族レジリエンスを促進する支援は具体的な方法や効果が実証されているものがない。既存の FOCUS プログラムを発達障害や知的発達症の子どもをもつ家族に適用するには、そうした家族の特徴を反映した形に改良が必要であると考えられる。したがって、既存のプログラムを参照しながら、発達障害児及び知的発達症児をもつ家族の家族レジリエンスを促進する具体的な支援方法を開発することが必要であると考えられる。

また、家族レジリエンスは家族が築いてきた強みに焦点を当てており (Walsh, 2016)、家族の強みや資質を活かすことにその特徴がある。そのため、支援において家族の強みを活かすという視点が重要である。強みの定義は多様であるが、共通する定義は、人が活躍し、最善を尽くすことを可能にさせるような特性 (Wood et al., 2011) である。本研究においては、強みの定義は Wood et al. (2011) の定義を用いる。また、これにならぬ、家族の強みを家族が上手く機能することを可能にするような家族の特性と定義する。

以上より、本研究では発達障害児及び知的発達症児をもつ家族を対象とする『家族の強みを活かす家族レジリエンス促進プログラム』を作成し、内容の適切性と効果の予備的検討を行うことを目的とした。

2. 方法

手続き

2023年4月から5月にかけて、発達障害児・者の親の会を通してプログラム参加者を募った。また、著者が所属している研究室のホームページ及びメーリングリストにて広報を行った。プログラム参加希望者は、参加者募集の案内やメール等に記載の URL から参加申し込みを行った。参加希望者とは事前面談を行い、発達障害や知的発達症の子どもを育てる上で、家族で困難に感じていることや、現在の家族の状況について聞き取りを行った。事前面談で個性が高いと判断されたケースや父母での参加を希望したケースはグループからは除外し、別途個別で対応した。事前面談後、参加者の希望の日時に合わせて1グループ2~3名になるようにグループ分けを行い (グループ1~3)、2023年5月から7月にかけてプログラムを実施した。また、プログラム開始前と終了後、フォローアップとしてプログラム終了1か月後及び3か月後にオンライン調査への回答を依頼した。研究デザインは測定時期

による効果指標の得点の変化を比較する前後比較デザインとした。

プログラムの構成

本研究では、『家族の強みを活かす家族レジリエンス促進プログラム』を作成した。その内容は、既存の家族レジリエンスを促進するためのプログラムである FOCUS プログラムや、親支援プログラムであるトリプルPなどを参考に、家族でのコミュニケーションの内容を加えた家族レジリエンスの3要素それぞれへの介入とし、発達障害児や知的発達症児をもつ家族の実態に合わせたプログラム構成とした。プログラムは週1回90分、全5回で、第4回と第5回の間はプログラムの内容を実践し、家族でのこれからの取り組みを考える実践期間として1週間空けて実施した。各回のプログラムは、家族について振り返るワークやそれをもとにしたグループでの意見交換、各回のテーマに沿った実施者からの講義とホームワークから構成されていた。

プログラムの実施方法

プログラムは、オンライン会議ツールである Zoom にてグループ形式で実施した。プログラムの前日までに各回の資料とワークシート、Zoom にアクセスするための URL をメールにて送付した。また、プログラム内のワークで使用するワークシートは参加者それぞれが印刷するなどして準備した。プログラム実施後には、ホームワークの提出用 URL を送付し、参加者はそれぞれホームワークに取り組み、Google フォームにてホームワークを提出した。

プログラム実施者

発達障害児やその親、家族への支援を専門とし、臨床心理士及び公認心理師である指導教員のスーパーバイズのもと、発達障害や家族心理学の基本的な知識を有し、臨床心理士及び公認心理師である著者が介入を実施した。実施者は各回の講義を行い、グループでの意見交換時はファシリテーターとして進行などを行った。

プログラムの内容

第1回 オリエンテーション 第1回ではオリエンテーションとして、プログラムの趣旨と全体像を説明し、家族レジリエンスについての基礎知識や、発達障害児及び知的発達症児をもつ家族の家族レジリエンスが促進されることで親のストレスの低下や子どもの行動上の問題のリスクを抑制することを説明した。また、家族について考える上での基本事項として、家族心理学における直線的因果律と円環的因果律、形態維持と形態発生 (中釜他, 2008) について説明を行い、家族内で生じていることは単純な因果関係ではなく、様々なことが循環的に生じていることが多いため、家族の中で何が起きているのかを考えることが重要であること、家族が変化するには時間がかかるが、少しずつ変化が進むことを伝えた。また、各回のワークやグループでの意見交換をする上での注意点、個人情報取り扱いについても説明した。

第2回 発達障害への理解や子どもに対する捉え方を振り返る 第2回では、発達障害や知的発達症の子どもがもつ特徴について概説し、その特徴が見方を変えると強みになることを説明した。

その上で、参加者が自分の発達障害や知的発達症をもつ子どもに対して、子どもの特徴をどう捉えているか、子どもの得意なことや強み、苦手なことは何かを振り返り、参加者以外の家族成員が発達障害や知的発達症をもつ子どもの特徴をどのように捉えているかを考えるワークを行った。ワーク後、グループでそれぞれが考えたことを発表し、意見交換を行った。また、家族が子どもの障害について理解することや子どもの得意なことと苦手なことを知り、得意なところは活かし、苦手なところは補う方法を考えることで、子どもの問題に家族で対応する方法への理解が進むことを伝えた。最後に、改めて子どもの特徴やそれを踏まえた子どもへの関わり方について整理する時間を設けた。

第3回 家族内のコミュニケーションを振り返る 第3回では、家族では普段様々なコミュニケーションを行っているが、そのコミュニケーションにはパターンがあることを説明した。その上で、自分の家族ではどのようなコミュニケーションが多いのか、父母、親子、子ども同士のそれぞれの観点から振り返るワークを行った。それをもとにグループで意見交換を行った後、家族内でのコミュニケーションについて、父母と親子の2つの観点から説明を行った。父母間のコミュニケーションでは、父母間での意見や気持ちの伝え方、相手を思いやったコミュニケーションを行い、父母でのコミュニケーションのパターンを変え、より積極的にコミュニケーションが取りやすくなるように、野末(2015)を参考に夫婦間のコミュニケーションのパターンについて説明し、パートナーへの自分の意見や気持ちを伝える方法として「私は」「僕は」を意識してパートナーとコミュニケーションを交わす意識をもつ I message や、パートナーとの話し合いのためのステップと伝え方のコツを示した技法である DESC 法を紹介した。また、親子のコミュニケーションとして、子どもの特徴に合わせて視覚的な方法を用いる、気持ちの代弁をするといった方法を紹介した。その後、参加者は家族内でのコミュニケーションのパターンを改めて振り返り、よりよいコミュニケーション方法を考えた。

第4回 家族内での問題への取り組み方を振り返り、よりよい方法を考える 第4回では、初めに FOCUS プログラムにおける家族の問題解決の SNAP を紹介した。SNAP とは、家族の問題解決において必要なことを示したものであり、その内容は State the problem (問題は何かを特定する)、Name the goal (目標を決める)、All possible solutions (あらゆる解決方法を考える)、Pick the best option and try it (最もよい意見や方法を選び、試す) である。今回は SNAP のうち S と A を扱うことを伝えた上で、FOCUS プログラムにおけるタイムラインを参考に、子どもが発達障害かもしれないと思い始めてから現在まで、子どもや家族のことで経験してきたことや、それに伴う家族の感情の変化を振り返るワークを行った。グループで参加者がそれぞれ考えたことを共有し、話し合った後、家族で問題を解決するために必要なこととして、家族内で互いに望んでいる行動を具体的に伝えることや、家族内で役割を分担し、互いにできないことを補い合うこと、家族外のサポートを活用することを説明した。最後に、最終回前の1週間の過ごし方として、家族でこれからどのように取り組むとよいかを考え、プログラムを受けて試してみようと思っていることの実践を試み、

家族での変化を考える期間として活用するように伝えた。

第5回 まとめと振り返り：これからの目標設定 第5回では、これまでの内容の振り返りと家族の問題解決の SNAP における N と P を扱うことを説明した後、各参加者にホームワークで考えたこれからの家族での取り組みや、プログラムを受けたことによる家族の変化、家族で新たに試してみたこと、試してみようと思っていることをグループで共有した。その後、グループで意見交換を行い、最後に本プログラムのまとめを行った。

各回のホームワークの内容 第2回から第4回までは、参加者から家族にプログラムの内容を共有し、プログラムでの取り組みを家族内に波及させることを目的として、参加者にホームワークを課した。ホームワークの具体的な内容は、各回の内容を家族の誰かと共有し、共有した相手に感想を書いてもらうこと、自分自身の各回のプログラムの感想を書くことであった。また、第4回はそれらの内容に加えて、家族でのこれからの取り組みを家族の誰かと話し合っただけで考えることをホームワークに追加した。

効果指標

家族レジリエンス 発達障害児をもつ家族の家族レジリエンス測定尺度 (Family Resilience Scales for Families of Children with Developmental Disabilities; FRS-FCDD) (Suzukida & Yamane, 2023) を使用した。「信念体系」、「組織的プロセス」、「コミュニケーションプロセス」の3因子22項目で、6件法 (1:全くあてはまらない~6:よくあてはまる) で回答を求めた。得点が高いほど、家族レジリエンスが高いことを示す。

親の養育ストレス 親の養育ストレスは、Parental Stress Index Short Form (PSI-SF) (Abidin, 1983; 兼松他, 2006) を用いた。PSI-SF は19項目で、「親の側面」と「子どもの側面」の2因子からなる。5件法 (1:まったく違う~5:まったくそのとおり) で回答を求めた。得点が高いほど、親の養育ストレスが高いことを示す。

親の精神的健康 親の精神的健康は WHO-5 well-being index (Awata et al, 2007) 及び The Kessler Psychological Distress Scale (K-6) (Kessler et al., 2002; 古川他, 2003) を用いた。WHO-5 well-being index は5項目で、6件法 (0:まったくない~5:いつも) で回答を得た。得点が高いほど、精神的健康が高いことを示す。K-6 は6項目で、5件法 (1:全くない~4:いつも) で回答を得た。得点が高いほど、精神的健康が低いことを示す。

子どもの心理社会的適応 子どもの心理社会的適応は、子どもの強さと困難さアンケート (Strengths and Difficulties Questionnaire; SDQ) を用いた。「行為の問題」、「情緒の問題」、「多動/不注意」、「仲間関係の問題」、「向社会的な行動」の5因子25項目からなる。3件法 (0:あてはまらない~2:あてはまる) で回答を得た。「行為の問題」、「情緒の問題」、「多動/不注意」、「仲間関係の問題」は得点が高いほど子どもの行動や情緒の問題が多く、心理社会的適応が低いことを示す。「向社会的な行動」は得点が高いほど子どもの心理社会的適応が高いことを示す。

家族の適応 家族の適応は、家族機能測定尺度 (Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale III; FACESIII) (Olson et al., 1985; 立山, 2006) を用いた。「凝集性」と「適応性」の2因子20

項目で、5 件法（1：まったくない～5：いつもある）で回答を得た。得点が高いほど家族の適応が高いことを示す。

家族の強みを活かして家族で困難に対処することへの自信 各回の内容と本プログラムの趣旨を踏まえ、家族で困難に対処することへの自信に関する 6 項目を作成し、5 件法（1：あてはまらない～5：あてはまる）で回答を求めた。各項目の得点が高いほど、家族で困難に立ち向かうことへの自信があることを示す。

プログラムを受けたことによる自分自身や家族の変化 プログラム終了後及びフォローアップ時において、本プログラムを受けたことによる自分自身や家族の変化について、自由記述で回答を得た。また、フォローアップ時には、プログラム終了後に家族で新たに試みたこと、あるいは継続して試みていること、新たに試みたが持続しなかったことについても回答を得た。

プログラムについてのフィードバック プログラム終了後に、本プログラムのよかった点、要望や改善点について、自由記述で回答を得た。

プログラムのアクセシビリティ プログラム終了後に、本プログラムへの参加しやすさについて、5 段階（1：参加しにくかった～5：参加しやすかった）で回答を得た。また、それぞれの回答をした理由について自由記述にて回答を得た。さらに、プログラムの満足度（1：不満～5：満足）、プログラムの充実度（1：充実していなかった～5：充実していた）について、いずれも 5 段階で回答を求めた。

倫理的配慮

本研究を依頼する段階で、本研究の趣旨と倫理的配慮を書面にて説明し、調査への協力を同意を得た。具体的には、本研究の趣旨として、発達障害児及び知的発達症児をもつ親を対象として、開発した家族レジリエンス促進プログラムを実施し、その効果を検証することを目的としていることを説明した。また、倫理的配慮として、本研究への参加は任意であることや、スーパーバイザーと実施者との間で情報を共有することはあるが、個人の匿名性は必ず守られること、回答は研究終了後に破棄することなどを説明した。なお、本研究は神戸大学大学院人間発達環境学研究所の研究倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号 641-2）。

3. 結果

プログラム参加者の特徴

参加者の属性や子どもの診断名、知的発達水準を Table 1 に示す。参加者は全員が母親で、配偶者と同居しているのは 7 名、同居していないのは 1 名であった。就労状況は就労していない参加者が 5 名と最も多く、次いで正規雇用が 2 名、非正規雇用が 1 名であった。子どもの診断名としては ASD が 3 名、知的発達症を伴う ASD が 4 名、ASD と注意欠如多動症（attention-deficit hyperactivity disorder; 以下、ADHD）を併存している子どもが 2 名で、そのうち 1 名は限局性学習症（specific learning disorder; 以下、SLD）の診断も受けていた。また、ASD の特徴はみられるが、未診断が 1 名であった。知的発達水準は DQ50～69 が 1 名、IQ35～49 が 1 名、IQ50～69 が 1 名、IQ70～84 が 4 名、IQ101～119 が 1

名、IQ120 以上が 1 名、不明が 1 名であった。

Table 1 プログラム参加者及び子どもの属性

ID	年齢	子どもとの続柄	配偶者との同居の有無	就労状況	子どもの年齢・性別・診断名・知的発達水準
A	40代前半	母親	有	就労していない	4歳男児・ASD・DQ不明
B	30代後半	母親	有	就労していない	8歳男児・ASD、知的発達症・IQ35～49 6歳女児・ASD・IQ120以上
C	40代前半	母親	有	非正規雇用	4歳女児・ADHDの特性あり（未診断）・DQ70～84
D	30代前半	母親	有	就労していない	4歳女児・ASD・DQ50～69
E	40代前半	母親	有	就労していない	8歳男児・ASD、知的発達症・IQ70～84 8歳男児・ASD、知的発達症・IQ70～84
F	40代後半	母親	有	就労していない	9歳男児・ASD、知的発達症、レックリングハウゼン病・IQ50～69
G	40代前半	母親	有	正規雇用	11歳女児・ASD、ADHD・IQ101～119
H	40代後半	母親	無	正規雇用	10歳男児・ASD、ADHD、SLD・IQ70～84

プログラムの経過

グループ1の様子と経過 グループ1は、A、B、Cの3名のグループであり、夫婦でのコミュニケーションや就学前の支援について話題に上がることが多かった。第1回ではCが欠席であったが、AとBで自己紹介をしてオリエンテーションを行った。第2回では、子どもの特徴や強みについて振り返る中で、それぞれが自分の子どもの成長したところに気づいていた。Cは幼稚園の参観で子どもが上手く集団活動ができないところを目の当たりにしてショックだったこと、そうしたことを周囲にわかってもらえないことを語り、それに対してAとBが共感を示していた。子どものよいところを見つけて褒めることについて、Bは「お母さんたちも頑張っているんだから、子どもを褒めることができれば自分も褒めていいと思う」と話し、他の参加者も納得していた。第3回はAが欠席であった。Cは父親から子どものことについて理解を得にくく、話しても無駄だと思ってしまうため、あまり積極的に話さないことを語った。Bは父親に対して決定事項の報告をすることが多く、父親自身の考えを聞いてもあまり意見を言わないことを話した。グループ全体で、子どものことに注力したくなるため、父親とのコミュニケーションが疎かになりやすいが、父親とあきらめずに話をしていくことが大切であるという話になった。第4回では、Cは「今が一番（気持ち）下がっている」と話し、これからの支援の受け方への迷いを話し、AとBがそれに対して助言をする場面があった。Eは子どもが小学生であることもあり、AやCに就学前の子どもに関する相談でよかった場所を伝え、参加者同士で情報交換をしていた。第5回では、Bが「今は（発達障害の子どもに対して）気持ちが固まってきた」と話し、家族が安定したきっかけを父親の協力が得られるようになったことであると振り返り、AやCも父親と話をする機会を作ることの大切さや、実際に第3回で学んだ内容を活かして父親に自分の思いを伝えてみたことをそれぞれ話した。また、Bの経験を聞き、就学に向けてどう動いていくのがよいかを考えていた。同じように発達障害をもつ母親とつながり、情報交換ができたことが有意義だったと全員話しており、グループの解散を寂しがらる様子もあった。

グループ2の様子と経過 グループ2はD、E、Fの3名のグループであった。それぞれの発達障害や知的発達症と診断されている子どもの状態像が異なったが、子どもが受ける支援や自治体で

の制度の相違、家族内での取り組みについての話題が多かった。第1回では自己紹介とオリエンテーションを実施した。第2回、第3回はDが欠席であった。第2回では、E、Fともに子どものよいところがなかなか浮かばず、「もう少しできて欲しいという気持ちが強い」と話し、子どもの課題を中心に振り返っており、受けている支援や家庭で取り組んでいること、自治体のサービスや支援の違いへと話が発展していった。第3回では、Eは行事に参加して上手くできていない子どもたちを見たときの気持ちを父親に話した際に、自分とは異なる視点から話をしてくれることを振り返った。Fは、父親は何かをしながら自分の話を聞くことが多く、伝えたことを忘れてることがあると話した。また、両者ともに子どもには指示や注意が多いが、子どもがイライラして怒らないように工夫をしていることを話した。ここまで2回連続で欠席していたDには、第4回の前に別日で補習を行った。Dはこれまでの資料を読み、ワークにも取り組んでおり、補習では考えたことや感想を実施者と共有し、プログラムの内容を確認した。Dは第3回の内容から、父母で互いに遠慮があったことを振り返った。第4回は、Dは長女の診断までの間、子どもが伝えたいことがわからず家族でストレスが大きかったこと、Eは子どもの障害について診断されたときのショックを振り返った。Fは現在も子どものトラブルが絶えず、行動上の問題ゆえの難しさから気持ちの変化はそれほど大きくないが、周囲からどうみられるかが気になっていた頃から、「安全第一」と考えるようになるまでのプロセスを語った。Eは様々な支援を試したことを話し、グループ全体で家族以外の支援を頼ることの大切さを話していた。また、相談先の情報交換をしていた。第5回はDが遅刻し、Eは欠席で別日に個別に対応したため、最初はFのみでの開始となった。Fは時間を見つけて父親と話すようにしており、父親に子どもの連絡帳を見て欲しいと伝え、父親が実際に見てくれるようになったこと、父親が困っていたことを家族で話し合っ解決したことを話した。また、Dは父親と互いに遠慮があったことから、もう少し踏み込んだ話ができるように意識することで、話し合いやすくなったと語った。また、2人とも互いの変化を労い、子ども本人の支援はあっても親や家族に対する支援が少ないこと、子どもの将来への不安について話していた。全員そろったのは2回だけであったが、その都度集合した参加者が交流することで、互いの家族での取り組みを見直し、新たな子どもへの支援を考えることができていた。

グループ3の様子と経過 グループ3はGとHの2名のグループであり、互いの取り組みを労い、家族での取り組みを伝え合っそれを試すグループであった。第1回は自己紹介とオリエンテーションを行った。Hは母子家庭で、成人した長女も発達障害と診断されていることを話した。第2回では子どもの特徴や強みを振り返る中で、Gはこれまで家族で一緒に何かするときにはきょうだいに合わせてきたが、たまには発達障害の子どもが得意なことに合わせてみるのもよいのではないかと考えていた。Hは発達障害と診断されている小学生の子どもについては指導をする場面が多いが、長所もあることを話し、成人した長女に対して自分自身が子どものためだと思ってやってきたことがよくなかったのではないかと、今なら当時とは違う方法が取れるのではないかと

後悔を語った。それに対してGは「今からでも遅くないと思う」と伝えていた。第3回では、Gは父親と話をするが、子どもとの関わりの方が多いいことを振り返った。また、子ども一人一人に向き合う時間を確保するために時間を決めて話していた。それを聞いてHは「すごい！それいい」と話し、そもそも家族内でのコミュニケーションが少ないことを振り返り、少しずつ子どもとのコミュニケーションや家族で何かすることを試みようとして話していた。第4回ではGは長女の就学前について「あの頃のことを思い出さともう…(しんどい)」と話しながらも当時は振り返っていた。Cは息子のお金の持ち出しでショックを受け、療育や学校で息子の話を聴いてもらい、乗り越えたことを話した。その中で、家族のことだから家族でやらないといけな思ってしまうが、家族以外の人に助けを求めることの大切さを話していた。また、Hが前回の内容を受けて家族全員で料理を囲むことを試したことや、Gが子どもたちに「お母さんとのやりとりどう思う？」と尋ね、「命令しすぎ」と言われたことを、笑いを交えて話した。第5回では、Gは父親と話して父親の子どもを支える姿勢の大切さを感じ、これからは子どもをサポートするような関わりを増やしていきたいと話し、そうすることで自分にゆとりができ、子ども同士の関係がよくなったと語った。Hは家族内でのコミュニケーション不足を感じ、自分の意図も伝えつつ相手の気持ちを聴くように意識することで、子どもから話すことが増えたことを話した。

プログラム参加前後及びフォローアップにおける効果指標の変化

効果指標の測定時期による変化を検証するために、家族レジリエンス、親の養育ストレス、精神的健康、家族の適応、子どもの心理社会的適応について線型混合モデルによる分析を行った (Table 2)。その結果、家族レジリエンスのうち、信念体系及び家族レジリエンス全体では測定時期の有意な主効果はみられなかったが、組織的プロセス、コミュニケーションプロセスにおいては測定時期の有意な主効果がみられた (順に $F(3, 17.07) = 3.94, p < .05$; $F(3, 17.04) = 3.62, p < .05$)。多重比較を行ったところ、組織的プロセスは事前と事後で得点の上昇が有意傾向であり ($p = .06$)、事後とFU2で得点の低下が有意傾向であった ($p = .08$)。コミュニケーションプロセスは事後とFU2で得点の低下が有意傾向であった ($p = .05$)。家族の適応では、凝集性と適応性のいずれにおいても測定時期の有意な主効果がみられた (順に $F(3, 17.04) = 3.72, p < .05$; $F(3, 17.04) = 6.91, p < .01$)。多重比較を行ったところ、凝集性は事後よりもFU2、FU1よりもFU2において得点の低下が有意傾向であった (順に $p = .08$; $p = .06$)。適応性は事前より事後及びFU1において有意な得点の上昇がみられた (順に $p < .05$; $p < .01$)。親の養育ストレス、精神的健康及び子どもの心理社会的適応はいずれも測定時期の有意な主効果はみられなかった。

また、家族で困難に対処する自信についても同様の分析を行い、測定時期による変化を検討した (Table 3)。その結果、「家族がもつ強みに気づくことができてい」においてのみ測定時期の主効果が有意であった ($F(3, 17.23) = 3.79, p < .05$)。多重比較を行ったところ、事前よりも事後で得点の上昇が有意傾向であり ($p = .09$)、事前よりもFU1で有意な得点の上昇がみられた ($p < .05$)。

Table 2 各測定時期における効果指標の平均値及びSD

	事前		事後		FU1(1か月後)		FU2(3か月後)		F 値	多重比較の結果
	平均値	SD	平均値	SD	平均値	SD	平均値	SD		
家族レジリエンス										
信念体系	37.88	2.36	39.25	2.36	37.65	2.40	37.42	2.53	.57	—
組織的プロセス	31.88	2.21	34.63	2.21	33.44	2.24	31.50	2.30	3.94	* 事前<事後, 事後>FU2
コミュニケーションプロセス	33.25	2.44	35.63	2.44	33.69	2.46	32.31	2.51	3.62	* 事後>FU2
家族レジリエンス全体	103.00	6.59	109.50	6.59	104.76	6.66	101.23	6.86	2.44	
養育ストレス										
子どもの側面	28.88	2.65	30.00	2.65	29.36	2.70	29.03	2.84	.18	—
親の側面	26.88	2.23	24.75	2.23	26.18	2.26	28.27	2.34	2.50	—
精神的健康										
WHO-5	12.88	2.02	13.50	2.02	13.44	2.05	11.65	2.12	1.01	—
K6	9.25	2.40	10.38	2.40	10.52	2.44	10.69	2.54	.44	—
家族の適応										
凝集性	38.00	3.13	39.75	3.13	40.99	3.15	35.88	3.22	3.72	* 事後>FU2, FU1>FU2
適応性	31.75	1.87	34.75	1.87	35.53	1.90	32.44	1.96	6.91	** 事前<事後, 事前<FU1
子どもの心理社会的適応										
行為の問題	3.38	.82	3.13	.82	3.54	.84	3.37	.89	.17	—
多動/不注意	6.00	1.11	5.88	1.11	6.07	1.12	5.85	1.14	.11	—
情緒の問題	5.38	1.08	6.13	1.08	5.40	1.11	4.17	1.18	1.65	—
仲間関係の問題	5.75	.84	5.38	.84	5.74	.86	5.42	.93	.17	—
向社会的な行動	4.50	1.09	5.13	1.09	5.77	1.11	5.40	1.17	1.11	—

注. ** $p < .01$, * $p < .05$
 FU: フォローアップ
 多重比較はBonferroni法を用いた

Table 3 各測定時期における家族が困難に対処する自信の平均値及びSD

	事前		事後		FU1(1か月後)		FU2(3か月後)		F 値	多重比較の結果
	平均値	SD	平均値	SD	平均値	SD	平均値	SD		
家族が困難に直面したときに協力することができる自信がある	4.13	.47	4.13	.47	.02	.48	3.63	.49	1.55	
家族内で上手くコミュニケーションを取ることができる自信がある	3.75	.46	3.75	.46	4.07	.47	3.47	.50	.82	
家族が子どもの障害を理解し、上手く関わられる自信がある	4.00	.46	3.75	.46	3.91	.47	3.76	.50	.31	
家族以外の人のサポートを活用しながら、家族で困難に対処する自信がある	4.00	.46	3.75	.46	3.98	.48	3.58	.51	.47	
家族がもつ強みに気づくことができる	3.00	.41	3.75	.41	3.89	.42	3.55	.44	3.79	* 事前<事後, 事前<FU1
家族の強みを活かして、家族で困難に対処することができる	3.50	.46	4.00	.46	3.63	.47	3.53	.50	1.18	

注. * $p < .05$
 FU: フォローアップ
 多重比較はBonferroni法を用いた

プログラムに参加したことによる家族の変化

プログラムに参加したことによる家族や自分自身の変化についての自由記述回答を、内容のまとまりによって切片化を行った後、KJ法(川喜田, 1967)により分類してカテゴリー化を行い、記述数と記述率を算出した。分類は著者と心理学を専攻する大学院生1名で協議しながら行った。以下、カテゴリーを【 】、具体的な記述の例を「 」で示した。

プログラムに参加したことによる家族の変化に関する回答のカテゴリーや具体的な記述内容をTable 4に示した。【自分自身の考え方や行動の変化】が最も多く、「問題が起きたときに考え方を換えようとなった」などの回答がみられた。また、【夫とのコミュニケーションの試み】では「夫に敢えて意見を求めることを試みようと思った」、【夫への理解と気づき】では「配偶者の考えを理解することにつながった」などの回答がみられた。さらに、【夫の変化】として「夫が子どもの連絡帳を確認するようになった」と

いう行動レベルでの変化もみられた。【子どもに対する考え方の変化】では、「子どもたちの力を信じて任せようと思うようになった」という回答がみられた。

プログラムに関するフィードバック

プログラムのよかった点 本プログラムのよかった点に関するカテゴリーや記述内容をTable 5に示した。【他の保護者との交流や話を聞くこと】が最も多く、「ほかの方の情報などを知れて参考になった」、「市町村の垣根を超えた交流ができたこと」という回答がみられた。【他の保護者と悩みを共有できたこと】では、「困っているのはうちだけではなくみなさん悩まれたりしながら前に進まれていることを共有できたのがとても心強かった」など、同じような状況の母親と自分自身の悩みを共有できたことがよかったという回答がみられた。また、【自分自身や家族についての振り返りと再認識】では、「自分が心がけ取り組んでいたことは間違っ

Table 4 プログラムに参加したことによる家族の変化

カテゴリー (記述数, 記述率)	具体的な記述内容
夫とのコミュニケーションの試み (3, 37.50%)	夫に敢えて意見を求めることを試みようと思えた 夫の調子を伺うことを試みようと思えた 夫に具体的に言ってもらったようにした
夫への理解と気づき (4, 50.00%)	配偶者の考えを理解することにつながった 夫との理解が深まった 学校で何をして過ごした意外に知らなかった 夫は私の話を聞くが、自分の意見をあまり言っていないという事に気づくことができた
夫の変化 (1, 12.50%)	夫が子どもの連絡帳を確認するようになった
子どもに対する考え方の変化 (1, 12.50%)	子どもたちの力を信じて任せようと思うようになった
自分自身の考え方や行動の変化 (5, 62.50%)	まだないが、問題が起きたときに考え方を変えようとなった すぐには結果は出ない、意識して続けていくことで確実に良い方向に、向かうことを、再確認できた 自分や主人のこと（過去の言動から現在に至るまで）を肯定的に捉えることができるようになった 改めて互いの考えを話し合う大切さを感じることができた 良い意味で遠慮しなくなった

っていなかったと再認識した」、「自分を客観的にみることができた」などの回答がみられた。【自分自身や家族に対する新たな気づき】では、「子育てを通して、夫婦共に成長してきたことを改めて感じられた」など、自分や家族の成長を改めて感じ、家族に対する自信を得たといった回答がみられた。【プログラムを通した学び】では、「家族内での伝え方などを知れてよかった」、「自治体によって仕組みが違うことがよくわかった」などの回答がみられた。

Table 5 プログラムのよかった点

カテゴリー (記述数, 記述率)	具体的な記述内容
他の保護者との交流や話を聞くこと (6, 75.00%)	他の方の情報など知れて参考になった 他の方のお話も参考になった 他の保護者の方のお話を聞くことができたこと 子どもの特性の種類の交流ができたこと 市町村の垣根を超えた交流ができたこと グループワークが有意義だった
他の保護者と悩みを共有できたこと (3, 37.50%)	困っているのはうちだけではなくみなさん悩まれたりしながら前に進まれていることを共有できたのがとても心強かった 同じような状況のお母さんたちと悩みや考え方を共有することができた点 自分の本当の気持ちを他の方に話す機会がないので自分の気持ちを話すことができた
自分自身や家族についての振り返りと再確認 (3, 37.50%)	自分が心がけ取り組んでいたことは間違っていなかったと再認識できた 他の方のお話は自分のことの振り返りにもなるので良かった 自分を客観的にみることができた
自分自身や家族に対する新たな気づき (3, 37.50%)	自分の夫や息子に対して誇らしさや感謝の気持ちを感じるようになった それによって自分が見たり考えたりする世界が広がったように感じる
プログラムを通した学び (2, 25.00%)	子育てを通して、夫婦共に成長してきたことを改めて感じられた 家族内での伝え方などを知れてよかった 自治体によって仕組みなどが違うことがよくわかった

プログラムの改善点や要望 本プログラムの改善点や要望については、【特にない・満足】という回答が最も多かったが、【話す順番を決めてほしい】では Zoom に慣れていないため話すタイミングが難しく、話す順番を決めた方がよいという回答がみられた。また、【対面で実施してほしい】では、児童館などに来所しての実施を求める回答がみられた。【グループングの工夫をしてほしい】では、障害の程度に応じたグループ分けを求める回答がみられた。

プログラムのアクセシビリティ

プログラムへの参加しやすさ プログラムへの参加しやすさについて、評価別に人数と回答割合を算出し、それぞれの評価の理由を Table 6 に示した。『参加しやすかった』は3名で、癒されたこと、オンラインでの実施であったこと、グループが少人数であったこと、堅苦しくない雰囲気であったこと、内容がわかりやすかったことが理由として挙げられた。『比較的参加しやすかった』は4名であり、子どもがいない日中の時間帯に落ち着いて参加できたこと、オンラインで行ったことなどが理由として挙げられた。

『やや参加しにくかった』は1名で、プログラム開始までの時間が短く、予定の調整が難しかったことが理由であった。

プログラムへの満足度、充実度 本プログラムへの満足度は、『満足』が4名(57.14%)、『やや満足』が3名(42.86%)であった。また、本プログラムの充実度については、『充実していた』が4名(57.14%)、『やや充実していた』が3名(42.86%)であった。

類似のプログラムへの参加意欲 今後、本プログラムのような家族支援プログラムがあれば参加したいかについては、『参加したい』が6名(75.00%)と最も多かった。次いで、『少し参加したい』、『どちらでもよい』が1名ずつ(それぞれ12.50%)であった。

Table 6 プログラムへの参加しやすさと回答の理由

プログラムへの参加しやすさ (人数, 割合)	回答の理由
参加しやすかった (3名, 37.50%)	癒された オンラインはどこからでも参加できるので都合がつけやすい。参加人数も少なかったことで、情報の処理をしやすかった 堅苦しくなく話しやすい雰囲気の中で参加できたのがあるが良かった。内容も具体的な例なども、だてくさりとてもわかりやすかった。家族全体への支援プログラムはもう勉強させてもらったのでインクルーティブなことなど興味のあるプログラムがあればぜひ参加させてもらいたいと思う
比較的参加しやすかった (4名, 50.00%)	子どもがいない日中の時間帯に落ち着いて参加することができたから 実施者が暖かくフラットな感情で迎えに来てくれた、不機嫌を表に出さなかった 自宅からオンラインでのアクセスが楽だった Zoomで行ったこと
やや参加しにくかった (1名, 12.50%)	単純に、スタートまでの時間が短くて、事前の面談などのスケジュールがタイトな感じになって、ほんの少し調整が難しかったから このプログラムへの参加決定については、すぐに決められたし意欲的に参加できた

フォローアップ時の家族の変化や家族で協働するための試み

フォローアップ時の家族や自分自身の変化、プログラム後の家族で協働するための新たな試みや続けていること、続かなくなったことについて、参加者ごとに回答をまとめた(それぞれ Table 7, 8)。参加者ごとに回答をまとめたのは、KJ法による分類では一つのカテゴリーに一つの回答しかみられない、特定の参加者の回答で一つのカテゴリーにまとまる可能性があるためである。

プログラム参加後の家族の変化 本プログラムへの参加1か月後の家族の変化についての回答では、B, D, Eは特に変化がないという回答であった。Aは、もともと楽観的ではあったが自分自身の考え方が前向きになったことや、子どもの適応的な変化がみられていた。一方、夫については「依然と大きく変わった様子はない」と回答していた。Cは「自分一人で抱え込まず、相談できるようになった」、「夫とも適宜、情報の共有はできている」と回答していた。Fは「夏休みになり子どもが家にいる時間が増えてトラブルが絶えない」と回答し、夏休み前には生じなかったネガティブな変化が生じていることが挙げられた。Gは、「子どもたちに家の仕事を任せようにした」、「子どもに感謝することが増え、叱ることが減った」と回答し、子どもに役割を与え、子どものことを尊重できるようになっていた。3か月後になると、特に変わったことがないという回答がB, D, Eでみられたが、Cは転居に向けて行動する中で夫とのコミュニケーションの難しさを感じている一方で、子どもは想定以上に幼稚園での生活や行事で持っている力を発揮することができていることを挙げていた。Fは「お互いに具体的にしたいことを伝えるようになった」、Gは「家族で家事の分担をするようになった」と回答していた。

プログラム参加後の家族で協働するための試み プログラム終了1か月後に家族で新たに試してみたことや続けていることにつ

いて、B、C、Dは家族内での話し合いや相手の意見を聞く、父親と話すといったコミュニケーションに関する取り組みを挙げていた。Gは子どもと相談してどうするか決めるという子どもの意思を尊重する取り組みを挙げていた。Eは「余裕をもてるように頑張りすぎないようにしている」と回答しており、自分自身がゆとりをもつことを意識していた。Fは「夫婦でお互いに具体的に指示をするようにしている」と回答し、第3回の内容であった『具体的に伝える』ことを意識していた。反対に続かなくなったことについては、7名中6名が特にないと回答していた。Gのみ、「夫の意見を聞くこと」を挙げていた。3か月後になると、新たな試

みや続けていることとして、BとDは特にないと回答であったが、Eは「相手ができる範囲でやってほしいことを、伝えるようにしている」、Fは1か月後に引き続き「お互いに具体的にしたいことを伝えるようになった」と回答した。Gは「子どもたちが子どもだけで解決策を考えること」、Cは夫とのコミュニケーションの試みや情報共有を続けていることを回答していた。また、続かなくなったことでは、ほとんどの参加者が特にないと回答していたが、Cは夫とのコミュニケーションの試みが難しくなっていること、夫に話せない分、自分の両親や療育の指導員に話すなどして転居後の新たな環境調整を試みていると回答していた。

Table 7 フォローアップ時における家族の変化

参加者	FU1	FU2
A	もともと楽観的ではあるが、併せて、自分を肯定的に捉えることができたようになった 夫については、以前と大きく変わった様子はない 子どもについては、楽しく幼稚園に通うことができているし、「できない」「嫌だ」と口に出すことがほぼなくなった	-
B	なし	なし
C	自分一人で抱え込まず、相談するようになった。夫とも適宜、情報の共有はできている	転居に向けての動きが活発化し、新たな幼稚園、児童発達支援、役所などとの調整に忙しい。色々夫婦で話し合い、調整を進めていきたいが、夫との温度差を感じ、コミュニケーションを取るモチベーションが低下気味。子どもは2学期になり、幼稚園生活も順調で、運動会の練習なども、思った以上に力を発揮している
D	特に変わらない	特にない
E	特に変わらない	特に変わりはない
F	夏休みになり子どもが家にいる時間が増えてトラブルが絶えない	お互いに具体的にしたいことを伝えるようになった
G	子どもたちに家の仕事を任せられるようにした。子どもに感謝することが増え、叱ることが減った	家族で家事の分担をするようになった

Table 8 フォローアップ時における家族内での新たな試み、続けていること、続かなくなったこと

参加者	FU1		FU2	
	新たに試してみたこと、続けてやっていること	続かなくなったこと	新たに試してみたこと、続けてやっていること	続かなくなったこと
A	私はよく頑張っていると思うようにしている 夫に対しても肯定的な言葉かけをするように意識的にし ている	-	-	-
B	相手の意見を聞く	なし	なし	なし
C	短い時間でも、夫と話すこと	特になし	夫とのコミュニケーションを取ろうと意識はしている。特に子どもの進路や療育内容などの大切なことは、その都度報告、相談している	新たな環境の調整に伴い決めなければならないことが多く、夫としっかり相談をしなければいけないが、何を伝えてもこちらが真剣に考えて悩んでいること、相手の考えや感じ方に温度差があり、話をすることに諦めのような感情を抱いてしまう。すぐに相手の態度に腹を立ててしまうため、まずは自分の気持ちを落ち着けて、相手の考えにもひたすら耳を傾けられるようになればよいが、なかなかそのエネルギーもなく、話すことを諦めることで、今は自分自身の精神状態を保っている感じ。私の両親や友人、療育のスタッフなどに親身に相談に乗ってくれる人がたくさんいるため、心強く思っており、新たな環境調整も上手くいっている
D	家族内で話し合うことは継続している	特になし	特に変わりはない	特になし
E	余裕をもてるように頑張りすぎないようにしている	特になし	相手ができる範囲でやってほしいことを、伝えるようにしている	特になし
F	夫婦でお互いに具体的に指示をするようにしている	特になし	お互いに具体的にしたいことを伝えるようになった	特になし
G	何か困った時や決断が必要な時に子どもたちにどうしたら良いか相談して一緒に考えるようにしている	夫の意見を聞くこと	子どもたちが子どもだけで解決策を考えること	特になし

4. 考察

本研究では、『家族の強みを活かす家族レジリエンス促進プログラム』の内容の適切性や効果を予備的に検討するために、プログラムの参加前後と2回のフォローアップ時において、家族レジリエンス、親の養育ストレス、精神的健康、家族の適応、子どもの心理社会的適応に変化がみられるかを検討した。その結果、組織的プロセスはプログラム参加前よりも参加後に得点の上昇がみられたが、組織的プロセス及びコミュニケーションプロセスで、プログラム参加後よりも終了3か月後に得点の低下がみられた。また、家族の凝集性はプログラム参加後よりも終了1か月後、終了1か月後と3か月後で得点の低下がみられ、適応性はプログラム

参加前後及び参加前よりも終了1か月後に得点の上昇がみられた。

信念体系については、発達障害児をもつ親が子育てに前向きな気持ちをもつには気持ちの揺れを感じつつ、子どもの障害や特性を理解し、子育てを模索していくことが必要であり(松井他, 2016)、子どもの成長や発達に伴って変化していくことから、本プログラムの期間内に大きく変化がみられなかったものと考えられる。また、本プログラムの信念体系への介入は子どもの障害に対する適切な捉え方や子どもの特性の理解を促す介入が中心であった。Walsh (2016)によると、信念体系には逆境に直面したことによる価値観の変化や逆境において支えとなるものの存在も含まれており、それらへの気づきを促す介入が必要であった可能性がある。

コミュニケーションプロセスは、プログラム参加後に父親に対するコミュニケーションの試みが増えていたことから、参加者の行動レベルでの変化はみられていた。しかし、プログラム終了後に家族内、特に配偶者とのコミュニケーションの試みが難しくなったことも報告されており、これによりフォローアップ時に得点の低下がみられたものと考えられる。また、形態維持(中釜他, 2008)のように、以前のコミュニケーションのあり方で家族が安定していることから、家族内でのコミュニケーションの試みを継続させるのが困難であった可能性も考えられる。

一方で、組織的プロセスや家族で困難に対処することへの自信の向上がみられたことから、本プログラムを通して家族内での協働が促進され、家族として危機や困難に立ち向かう自信が高まったことが示唆された。これには、本プログラムにおいて家族について振り返り、家族の強みと課題に気づくことで、コミュニケーションを増やす試みのように潜在的な機能が発揮され始めたことが関連していると考えられる。

親の養育ストレスや精神的健康、子どもの心理社会的適応にはプログラム参加前後やフォローアップ時で変化はみられなかった。このことは、家族レジリエンスが促進されたことにより家族が安定し、親の精神的な安定につながるには一定の時間を要するためであると考えられる。また、プログラム終了1か月後には園や学校の夏休みと重なる時期であった。高野(2019)では発達障害児をもつ母親へのインタビュー調査において、夏休み期間中の子育ての負担に関する発言がみられたと述べており、本研究でも夏休みの時期には参加者にとって心身の負担が大きくなりやすかったことが考えられる。それに加えて、子どもと一緒にいる時間が長くなることで、子どもの行動上の問題が目につきやすく、家庭での子どもへの叱責が増えた可能性がある。子どもの行動上の問題は親のストレッサーになりうることから(Lecavalier et al., 2006; Neece et al., 2016)、こうしたことも親のストレスの低減や精神的健康の上昇がみられなかったことに関連していると考えられる。

本プログラムのアクセシビリティについては、プログラムへの参加しやすさ、満足度、充実度、類似のプログラムへの参加意欲の観点から検討した。その結果、ほとんどの参加者がプログラムには参加しやすく、充実感、満足感を得ていた。また、類似のプログラムへも参加したいという回答が多くみられた。したがって、本プログラムのアクセシビリティは十分高いことが示唆された。

プログラムへの参加しやすさでは、参加しやすかった理由としてオンラインでの実施やプログラムの雰囲気よさが挙げられた。オンラインでは、通信環境の問題があることが先行研究でも指摘されている(曾山他, 2021)。一方、自宅から気軽に参加できることがメリットとして挙げられ、参加者が会場に出向く必要がなかったことがアクセシビリティの高さにつながったと考えられる。

また、本プログラムはグループ形式で実施したことで、同じ発達障害児や知的発達症児をもつ親との交流が参加者自身の気持ちのゆとりにつながった可能性がある。このことは鈴木田・山根(2023)が同じ発達障害の子どもをもつ親や家族との交流をもつことで自分の悩みに共感してもらった体験が、家族の気持ちに余裕が出ることにつながったことを示唆していることと一致する。第三者には話せない障害児をもつ親特有の悩みについても他の参加者

から理解を得られることが、プログラムへの参加意欲の維持にもつながったと考えられる。それに加えて、そうした参加者同士で互いの感情的経験を受け止め、考えることが、受容的な雰囲気につながったと考えられる。心理教育的アプローチにおけるグループセッションでは、複合家族グループの形態をとることで経験を持ち寄って互いの経験を活用することにつなげやすい(田丸, 2007)。そのため、こうしたグループ内で互いの経験に共感し、他の家族での取り組みや意見を聞くことが、参加者家族それぞれの家族が上手く機能する方法を考えることに役立ったと考えられた。

さらに家族の変化として、父親との話し合いが難しく、父親の考え方を理解しにくかったが、父親と話し合いを試み、父親の子どもに対する捉え方を理解しようとする試みが行われていた。こうした変化は、主に第3回の父母間のコミュニケーションの内容である具体的に伝えることや、相手の考えや気持ちを理解し、自分の意見を主張することを参加者が家族内で活用した結果だと考えられる。こうした試みが家族内でのコミュニケーションを促進し、他の家族成員に自身の希望や要求を伝えやすくなったことで、家族が役割分担をしつつ、協力して物事に取り組むという家族の本来の機能が発揮されることにつながったと考えられる。

本研究の限界と課題として以下の3点が考えられる。第一に、参加者によるプログラム参加後のアンケートや実施者が実際にプログラムを実施した所感から、本プログラムの改良が必要であると考えられた。具体的には、第2回以降に実施するワークやグループでの意見交換の練習を第1回に行うこと、第3回の内容で話の聴き方に関する内容を追加すること、グループでの意見交換の際に話す順番を実施者が適宜決め、話しやすくする工夫が必要であると考えられた。したがって、本プログラムを参加者にとってより取り組みやすく、参加しやすいプログラムにしていくために、本研究を踏まえて内容などの改善が必要である。第二に、フォローアップ時に家族レジリエンスの一部に低下がみられたことである。Walsh(2016)は、一時の家族に対するアプローチは短期的に機能するが、時間の経過や状況の変化で機能不全を起こすことがあると述べている。このことから、プログラムに参加することにより家族レジリエンスは促進されるが、その効果が持続されにくいことが推測される。今後はプログラム終了後のフォローアップセッションの実施を含めたプログラムの再構築が必要である。第三に、本研究は前後比較デザインによる効果検証にとどまる。介入前後の効果指標の測定は、介入による変化として解釈できるが、介入によって変化したと因果関係を推論するには、さらなる根拠が必要である(Morley, 2017)。したがって、今後は統制群を設定した無作為割付比較試験による効果検証が望まれる。

引用文献

- Abidin, R. (1983). *Parenting Stress Index manual* first edition. Pediatric Psychology Press.
- 浅野 みどり・古澤 亜矢子・大橋 幸美・吉田 久美子・門間 晶子・山本 真実 (2011). 自閉症スペクトラム障害の幼児をもつ母親のQOLの現状とその関連 家族看護学研究, 16, 157-168.
- Awata, S., Bech, P., Yoshida, S., Hirai, M., Suzuki S., Yamashita, M., Ohara, A., Hinokio, Y., Matsuoka, H. & Oka, Y. (2007). Reliability

- and validity of the Japanese version of the World Health Organization-Five Well-Being Index in the context of detecting depression in diabetic patients. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 61, 112-119.
- Gau, S., Chou, M-C., Chiang, H-L., Lee, J-C., Wong, C-C., Chou, W-J. & Wu, Y-Y. (2012). Parental adjustment, marital relationship, and function in families of children with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 6, 263-270.
- 古川 壽亮・大野 裕・宇田 英典・中根 允文 (2003). 一般人口中の精神疾患の簡便なスクリーニングに関する研究 平成 14 年度厚生労働省科学研究費補助金(厚生労働省科学特別研究事業)心の健康問題と対策基盤の実態に関する研究 研究協力報告書, 127-130.
- 加藤 則子 (2006). 前向き子育てプログラム (トリプル P) の紹介 小児保健研究, 65, 527-533.
- 川喜田 二郎 (1967). 発想法——創造的開発のために—— 中公新書.
- Kessler, R., Andrews, G., Colpe, L., Hiripi, E., Mroczek, D., Normand, S., Walters, E. & Zaslavsky, A. (2002). Short screening scale to monitor population prevalences and trends I non-specific psychological distress. *Psychological Medicine*, 32, 959-976.
- Jellet, R., Wood, C., Giallo, R. & Seymour, M. (2015). Family functioning and behavior problems in children with autism spectrum disorders: The mediating role of parent mental health. *Clinical Psychologist*, 19, 39-48.
- 兼松 百合子・浅野 みどり・荒木 暁子・荒屋敷 亮子・市原 真穂・大橋 幸美・佐藤 奈保・白畑 範子・奈良間 美保・廣瀬 幸美・古田 恵香・丸 光恵・山口 知香枝 (2006). *PSI 育児ストレスインデックス手引* 一般社団法人雇用問題研究会
- Lecavalier, L., Leone, S. & Wiltz, J. (2006). The impact of behavior problems on caregiver stress in young people with autism spectrum disorders. *Journal of Intellectual Disability Research*, 50, 172-183.
- 松岡 純子・玉木 敦子・初田 真人・西池 絵衣子 (2013). 広汎性発達障害児をもつ母親が体験している困難と心理的支援 日本看護科学会誌, 33, 12-20.
- Morley, S. (2017). *Single Case Methods in Clinical Psychology: A Practice Guide*. Routledge.
- 中釜 洋子・野末 義武・布柴 靖枝・無藤 清子 (2008). 家族心理学——家族システムの発達と臨床的援助—— 有斐閣ブックス.
- Neece, C., Green, S. & Baker, B. (2016). Parenting stress and child behavior problems: Relationship across time. *American Journal of Intellectual and Developmental Disabilities*, 117, 48-66.
- 野末 武義 (2015). 夫婦・カップルのためのアサーション 金子書房.
- Pastor-Cerezuela, G., Fernández-Andés, M., Pérez-Molina, D. & Tijeras-Iborra, A. (2021). Parental stress and resilience in autism spectrum disorder and down syndrome. *Journal of Family Issues*, 42, 3-26.
- Olsson, M. & Hwang, C. (2001). Depression in mothers and fathers of children with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 45, 535-543.
- Saltzman, W. (2016). The FOCUS family resilience program: An innovative family intervention for trauma and loss. *Family Process*, 55, 647-659.
- Sanders, M. (1999). Triple P-Positive Parenting Program: Towards an empirically validated multilevel parenting and family support strategy for the prevention of behavior and emotional problems in children. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 2, 71-90.
- 曾山 いづみ・大西 真美・杉本 美穂・大瀧 玲子・山田 哲子・福丸 由佳 (2021). 離婚を経験した家族に対する心理教育, FAIT プログラムのオンライン試行実践 質的心理学研究(臨時特集), 20, 35-42.
- 鈴木田 英里・山根 隆宏 (2023). 発達障害及び知的発達症をもつ家族の家族レジリエンスにはどのような要素がみられるか?—Walsh の理論に基づく演繹的検討— 神戸大学発達・臨床心理学研究, 22, 32-41.
- Suzukida, E. & Yamane, T. (2023). Examination the construct validity of the family resilience scale for families of children with developmental disabilities. *ECDP 2023*.
- 田丸 聡子 (2007). V 家族療法の理論と技法 7 心理教育的アプローチ 日本家族心理学会(編). 家族心理学ハンドブック (pp. 265-272) 金子書房.
- 高野 美雪 (2019). 発達障がい児の生活リズムの現状と習慣形成への取り組み——フィンランドと日本における健康に関するインタビュー調査から—— 紀要 VISIO, 49, 101-110.
- 立山 慶一 (2006). 家族機能測定尺度(FACESIII)邦訳版の信頼性・妥当性に関する一研究 創価大学大学院紀要, 28, 285-305.
- 津田 芳見・田中 美沙・高原 光恵・橋本 俊顕 (2012). 広汎性発達障害幼児とその親へのペアレントトレーニングによる効果の検討. 小児保健研究, 71, 17-23.
- 特定非営利法人アスペ・エルデの会 (2014). 楽しい子育てのためのペアレント・プログラムマニュアル chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12200000-Shakaiengokyokushougaihokenfukushibu/0000068264.pdf (2023 年 11 月 29 日).
- Walsh, F. (2016). *Strengthening Family Resilience Third Edition*. The Guilford Press.
- Weiss, M. (2002). Hardiness and social support as predictors of stress in mothers of typical children, children with autism, and children with mental retardation. *Autism*, 6, 115-130.
- Wood, A., Linely, P., Maltby, J., Kashdan, T. & Hurling, R. (2011). Using personal and psychological strengths leads to increases in well-being over time: A longitudinal study and the development of the strengths use questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 50, 15-19.

付記

本研究は、日本学術振興会特別研究員奨励費 (23KJ1549) による助成を受けて実施した。また、本稿の内容は日本発達心理学会第 35 回大会にて発表する内容を加筆、修正したものである。