OUKA
The University of Osaka
Institutional Knowledge Archive

Title	Developmental trial of a cognitive behavior therapy program for parents of junior high students exhibiting school refusal : Evidence based on a small sample from a metropolitan area in Japan
Author(s)	南谷, 則子
Citation	大阪大学, 2018, 博士論文
Version Type	
URL	https://hdl.handle.net/11094/69260
rights	
Note	やむを得ない事由があると学位審査研究科が承認したため、全文に代えてその内容の要約を公開しています。全文のご利用をご希望の場合は、大阪大学の博士論文についてをご参照ください。

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

https://ir.library.osaka-u.ac.jp/

The University of Osaka

様式３

論　文　内　容　の　要　旨

氏　名　（　南谷　則子　）	
論文題名	Developmental trial of a cognitive behavior therapy program for parents of junior high students exhibiting school refusal: Evidence based on a small sample from a metropolitan area in Japan （中学生の不登校の子どもを抱える親に対する認知行動療法プログラムの開発の試み:日本の郊外における少量のデータに基づく検証）

論文内容の要旨

［目的］

不登校は若い人々にとって心理社会的及び学業上の発達における、深刻な脅威となり（Kearney,2008）、早期の学校からのドロップアウトのリスクが増加する（Christle,Jolivette,Nelson,2007）。文部科学省の調査によると、我が国において依然不登校児童・生徒数は微増しており、不登校は本人自身の不安や怠学、友人関係のつまずきなど多様な要因がきっかけとなって引き起こされると報告されている。不登校を解消するためには、環境調整は有力な手立てのひとつではあるが、家庭内においては、子どもが学校に行けなくなることにより、親子間に緊張や葛藤が生じることも多い(Kearney,Bensaheb,2006)。親子関係の膠着化は、子どもが学校に復帰しようとする活力を削ぐ(Bernstein,Svingen,Garfinkel,1990)ばかりか、親が自信を失い、再登校を促すための親役割への自己効力感を損なう（Bandura,et al.,1989）。しかし、不登校解消支援における親の存在の重要性は認められながらも、親自身の精神的健康の状態に焦点を当て、メンタルヘルスの向上や生活の質（QOL）に注意が払われることは殆どなかった。本研究では、不登校の中学生を抱える保護者のメンタルヘルスの改善のために、CBTによるグループプログラム（CBT-P/NA）を開発した。ストレスマネジメントのスキルをグループとして集い、練習することを通し、親の不安や抑うつを低下させ、生活の質（QOL）が上昇することを期待し、効果検証を行った。

［方法並びに結果］

12歳から15歳の不登校の子どもを抱える保護者に対し、教育委員会などの承認を得た後、教育相談所や適応指導教室を介してチラシを配布したり、NPO法人団体や行政主催の不登校支援の講演会などで研究の目的について説明することを通してリクルートを行った。研究の趣旨に同意した18の家族からなる20人の親を4人から6人のグループに編成してプログラムを受講してもらい、非ランダム化の実験デザイン（シングルアーム）によって効果を測定した。隔週ごと、1回当たり2時間、およそ3カ月間に及ぶ全6回のプログラムは、2013年10月から2014年11月の間に実施された。グループワーク参加のメンタルヘルスに与える効果は、自記式の質問紙を使って、プログラム直前、終了直後、３ヵ月後の時点にANOVAにて評価された。終了直後には、7件法によるプログラム実施全般への満足度及びプログラム内容への満足度を問い（7件法にてそれぞれ5.27及び5.83）、自由記述の回答も得た。結果として、DASS21における抑うつの顕著な減少（$F(2,34)=5.35$、$p = .011$, $\eta_p^2 = .24$）やストレスコーピングのスキルの改善を示す「自責」の低下（$F(2,34)=10.4$, $p = .000$, $\eta_p^2 = .38$）、「積極的認知対処」の増加（$F(2,34)=7.56$, $p = .003$, $\eta_p^2 = .30$）の変化が示された。また、生活の質（QOL）の身体的領域、心理的領域において改善が認められた（$F(2,34) = 5.94$, $p = .010$, $\eta_p^2 = .26$）（$F(2,34) = 14.89$, $p = .000$, $\eta_p^2 = .47$）。しかし、その効果はプログラム終了直後に限定され、3ヵ月フォローアップ時には維持されなかった。

尺度：・Depression-Anxiety-Stress Scale（DASS21;Lovibond,1995）・WHO/QOL-26（The World Health Organization Quality of Life Assessment; Geneva,WHO,1997）・日本語版WCCLコーピングスケール（Nakano,1991）

［総括］

不登校生徒の保護者支援のCBTプログラム(CBT-P/NA)は、ストレスコーピングのスキルを向上させ、親のメンタルヘルスの問題を軽減し、生活の質（QOL）を改善することに部分的ではあるものの、効果的であるということが示唆された。しかし、サンプル数が少ないことから一般化可能性に問題があること、当初計画していたランダム化比較試験が行えなかったことなどから、今後リクルートの方法など研究の計画を見直す必要があると思われる。効果の維持が持続しにくいという課題については、プログラム内容や実施方法の見直しも検討する。

様式７

論文審査の結果の要旨及び担当者

氏　名　（　南谷　則子　）		
論文審査担当者	（職）	氏　名
	主査　教授	大井　学
	副査　教授	松崎　秀夫
	副査　准教授	酒井佐枝子

論文審査の結果の要旨

不登校は若い人々にとって心理社会的及び教科技能の発達における、深刻な脅威となり（Kearney,2008）、早期の学校からのドロップアウトのリスクが増加する（Christle,Jolivette,Nelson,2007）。文部科学省の調査によると、我が国において依然不登校児童・生徒数は微増しており、不登校は本人自身の不安や怠学、友人関係のつまずきなど多様な要因がきっかけとなって引き起こされると報告されている。不登校を解消するためには、環境調整は有力な手立てのひとつではあるが、家庭内においては、子どもが学校に行けなくなることにより、親子間に緊張や葛藤が生じることも多い(Kearney,Bensaheb,2006)。親子関係の膠着化は、子どもが学校に復帰しようとする活力を削ぐ(Bernstein,Svingen,Garfinkel,1990)ばかりか、親が自信を失い、再登校を促すための親役割への自己効力感を損なう（Bandura,et al.,1989）。学校臨床や教育相談の場面において、親がまず元気になるようにと精神的な安定を得ることが求められるにもかかわらず、そのすべが伝えられることはなく、また共通の悩みを抱える親同士のつながりが形成できる場が提供されることも殆どない。

本研究では、不登校の中学生を抱える保護者のメンタルヘルスの改善のために、CBTによるグループプログラム（CBT-P/NA）を開発した。ストレスマネジメントのスキルをグループとして集い、練習することを通し、親の不安や抑うつを低下させ、生活の質（QOL）が上昇することを期待し、効果検証を行った。

12歳から15歳の不登校の子どもを抱える保護者に対し、教育委員会などの承認を得た後、教育相談所や適応指導教室を介してチラシを配布したり、NPO法人団体や行政主催の不登校支援の講演会などで研究の目的について説明することを通してリクルートを行った。研究の趣旨に同意した18の家族からなる20人の親を4人から6人のグループに編成してプログラムを受講してもらい、非ランダム化の実験デザイン（シングルアーム）によって効果を測定した。隔週ごと、1回当たり2時間、およそ3カ月間に及ぶ全6回のプログラムは、2013年10月から2014年11月の間に実施された。グループワーク参加のメンタルヘルスに与える効果は、自記式の質問紙を使って、プログラム直前、終了直後、３ヵ月後の時点にANOVAにて評価された。終了直後には、7件法によるプログラム実施全般への満足度及びプログラム内容への満足度を問い（7件法にてそれぞれ5.27及び5.83）、自由記述の回答も得た。結果として、DASS21における抑うつの顕著な減少（$F(2,34)=5.35$、$p = .011$, $\eta p2= .24$）やストレスコーピングのスキルの改善を示す「自責」の低下（$F(2,34)=10.4$, $p = .000$, $\eta p2 = .38$）、「積極的認知対処」の増加（$F(2,34)=7.56$, $p = .003$, $\eta p2= .30$）の変化が示された。また、生活の質（QOL）の身体的領域、心理的領域において改善が認められた（$F(2,34) = 5.94$, $p = .010$, $\eta p2 = .26$）（$F(2,34) = 14.89$, $p = .000$, $\eta p2 = .47$）。しかし、その効果はプログラム終了直後に限定され、3ヵ月フォローアップ時には維持されなかった。

本研究において、不登校生徒の保護者支援のCBTプログラム(CBT-P/NA)は、ストレスコーピングのスキルを向上させ、親のメンタルヘルスの問題を軽減し、生活の質（QOL）を改善することに部分的ではあるものの、効果的であるということが示唆された。しかし、サンプル数が少ないことから一般化可能性に問題があること、当初計画していたランダム化比較試験が行えなかったことなどから、今後リクルートの方法など研究の計画を見直す必要があると思われる。効果の維持が持続しにくいという課題については、プログラム内容や実施方法の見直しも検討する。

近年様々な領域において有用性が認められて来ている認知行動療法ではあるが、不登校生徒の親という、学校や地域から孤立しがちな存在に焦点を当て、ストレスマネジメントを習得するグループワークのプログラムを開発したという試みは寡聞にして見当たらない。本研究ではシングルアームではあるものの、不登校生徒の親の抑うつの低下及びストレスコーピングのスキルの改善が実証されており、学位の授与に値すると考えられる。