

## 上越教育大学研究プロジェクト 終了報告書

研究代表者 所属・職名 心理臨床研究コース 准教授

氏名 田中 圭介

研究期間 令和6年度～令和7年度

研究プロジェクトの名称	早期療育施設におけるマインドフルネスに基づくペアレント・トレーニングの実現可能性研
研究プロジェクトの概要	<p>本研究は、早期療育施設を利用する、療育を要する子どもの保護者を対象とした、マインドフルネスに基づくペアレント・トレーニングの実現可能性(feasibility)を明らかにすることを目的とする。ペアレント・トレーニング(以下、PT)は、養育者が子どもに対する適切な支援方法を身につけることを目指す介入であり、自閉スペクトラム症やADHDを有する子どもの行動問題の改善に関するエビデンスが蓄積されている。養育者がPTで得た知識やスキルを子育てに適切に還元するためには、養育者自身のストレス対処や感情の制御も重要な要素となる。その点で、諸外国では、マインドフルネス(今現在に注意を向ける訓練)をPTに取り入れることで、養育者自身のストレス対処や感情制御スキルにも働きかけることで、PTの効果を高めようとする試みが注目されている。しかし、本邦では、マインドフルネスに基づくPTに関する実践的知見は由留木他(2021)のみで、質的な調査に留まっている。また、本邦の療育環境の実態に合わせて導入するためには、実現可能性を明らかにすることも求められる。本研究では、これらの課題に対して、ニーズ調査や混合研究法を取り入れることで解決を図る。</p>
研究成果の概要	<p>研究1(ニーズ調査)では、公立の早期療育施設を利用する保護者を対象に調査を実施し、15名から回答を得た。PTとマインドフルネスを取り入れたPTのどちらの説明に対しても、全体として肯定的な評価が得られた。一方で、PT単独の方がプログラム内容や目的の理解において平均得点が高く、マインドフルネスの概念は言語的説明のみでは理解されにくい可能性が示唆された。また、プログラム参加に向けたニーズとして、保護者が限られた時間的・サポート資源の中で支援を求めている現状がうかがえた。研究2(介入研究)では、ASDの診断を受け、療育手帳を取得している4歳の女兒の父親1名(40代)を対象に、マインドフルネスを取り入れたPTを実施した。ニーズ調査を踏まえ、全6回のプログラムを構成し、実践した。結果として、育児ストレスやマインドフルネス傾向の主観的な指標には部分的変化が見られた。目標行動については、介入期によって増減が見られたものの、安定的・継続的な改善は示されなかった。介入受容性の評価や内省報告からプログラムに対する肯定的評価が得られた。得られた知見からプログラムの改善点が議論された。</p>
研究成果の発表状況 (※今後の予定も含む。)	学会発表や学術雑誌での公表を行う予定である。

<p>学校現場や授業への研究成果の還元について</p>	<p>本研究は、早期療育施設との連携により実施され、当該施設からも高い評価を受けている。今後、研究成果の公表やプログラムの改善と普及を通して、広く臨床現場に還元していく。</p>
-----------------------------	---