

発達障害児の保護者の認知的怒り制御に関する研究の動向と課題

臨床心理学コース 高 堰 仁 美

A Review of Researches about cognitive anger control and Supports for parents with developmental disabilities

Hitomi TAKASEKI

The purpose of this paper is to summarize the findings focusing on anger control in parents of children with developmental disabilities, and to provide suggestions for future research and clinical practice. First, we review basic findings on cognitive anger control in parents of children with developmental disabilities, followed by findings on supports that may promote cognitive anger control in parents. Finally, the limitations of previous research will be considered and suggestions for future research will be made.

目 次

- 1 章 はじめに
- 2 章 発達障害児の親の認知的怒り制御に関する基礎知見
 - A 発達障害児を持つ母親の怒りと推論
 - B 認知的感情制御への着目
 - C 対象や使用範囲を限定した方略
 - D 発達障害児の親の「認知的怒り制御」に関する研究の現状
- 3 章 発達障害児の親の「認知的怒り制御」を促進し得るアプローチ
 - A ペアレント・トレーニングの観点から
 - B 従来の認知行動療法的観点から
 - C 第三世代の認知行動療法的観点から
 - D オンライン支援
- 4 章 先行研究の課題と今後の展望
 - A 対象や範囲を限定した知見の少なさ
 - B 国内における発達障害児親の怒り実態に特化した実践、及び介入研究の少なさ
 - C 発達障害児の認知的怒り制御に関するオンライン・ICT支援、介入研究の少なさ
- 5 章 まとめ

1 章 はじめに

「発達障害」に関する報道は年々増し、TVで特集が組まれるなど、日常的にこの言葉を耳にする機会が増えている。発達障害者支援法¹⁾においては、発達障害を「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害などの脳機能の

障害で、通常低年齢で発現する障害」とし、障害理解、支援促進が定められている。中でも、第13条においては、都道府県・市町村に対し、「発達障害者の家族」の対応や活動のサポートへの支援が定められている。

発達障害の中でも、特に自閉症スペクトラム(Asperger Spectrum Disorder: 以下ASD)児及び、注意欠陥多動性症(Attention-deficit hyperactivity disorder: 以下ADHD)児の親は健常児親と比較し、有意にストレスが高いこと、感情的な問題を抱えやすいことが示されている。ASD児の親は、かんしゃくや自傷行為、常同行動への対処²⁾、ADHD児の親は、子どもの不注意や多動といった特性に由来する行動に加え、学校や仲間、兄弟間で繰り返される対人関係のトラブルへの対処^{3) 4)}が、有意に育児ストレスと関連することが示されてきた。ストレスの蓄積は認知的評価を経て、怒りをもたらすとされるが⁵⁾、子育て場面においては「対処できない」「ずっと続く」と捉えることや⁶⁾、子どもの振舞いを被害的に捉える、拡大解釈を行う、否定したり軽蔑するようなレッテルを貼る^{7) 8)}等の認知が怒り生起に繋がることが明らかになってきた。このことから、発達障害児親は健常児親と比較し、子の問題行動に頻回に直面し、その対処に苦慮しがちであることを踏まえると⁹⁾で見られた「対処可能性の低さ」に起因する怒りを体験しやすいと考えられる。

子育てに関するメタ認知的な視点や、怒りへの負の評価、他者の視線や社会的規範が、表出の「抑制」につながることは示されている¹⁰⁾ものの、生起した怒りの表出をコントロールすることは困難であり¹¹⁾、怒りは直接的に子どもへの言語的身体的な攻撃行動へと繋がる¹²⁾。親の一方的な怒りの表出は、子供の発達や親

子の関係性、親自身の精神的健康度など多岐へと影響を及ぼす。また、怒りや罰を与える母親の子は、怒りっぽく、反抗的で、言う事を聞かない傾向にあることや、他者の悲しみに共感的な反応を示さないことが多い¹³⁾。親からの否定的な養育は、親子間の安定した愛着形成の不全¹⁴⁾、その結果として対人関係を築く上での铸型となる「内的ワーキングモデル（Internal working model：以下IWM）」が不安定となる^{15) 16)}。そして、不安定なIWMを持つ人は、対人不安が高い¹⁷⁾ ストレス時に問題解決につながりうる適切な対処行動をとれない¹⁸⁾、などの行動特徴が見られる。また、感覚過敏の特徴を持つ場合には、親にとっての些細な叱責であっても強い恐怖を感じトラウマ化する恐れがある^{19) 20)}。

また、親自身に対しても、怒りの感情の対処が適切に行われないと、抑うつやうつ病の悪化といった精神的健康に悪影響があることが明らかになっている²¹⁾。

怒りは生起後に表出を制御することは困難であるが、感情生起の早期に認知変容により、感情の強さや種類を変える「認知的感情制御」(cognitive emotion regulation)は、ネガティブ感情自体の低減を可能とし、予防や介入の観点から有効な感情制御方略である²²⁾。子育てにおいても、親の認知的感情制御力が親から子へのポジティブなかかわりや、結果としての子どもの良好な発達に重要な役割を果たすことが示されている。認知的感情制御に関しては、対象や使用範囲を限定して、その下位方略や精神的健康との関連を見出す意義が示されている²³⁾。

本稿では、発達障害児の親を対象に、怒りの制御に焦点を当てた知見を整理し、今後の研究・臨床に向けた示唆を得ることを目的とする。まず、発達障害児の親の認知的怒り制御に関する基礎知見、その次に親の認知的怒り制御を促進しうる支援に関する知見を概観

する。最後に、先行研究における限界を踏まえ今後への示唆を得ることとする。

2章 発達障害児の親の認知的怒り制御に関する基礎知見

A 発達障害児を持つ母親の怒りと推論

ここからは、発達障害児の親が子どもに対してどのように怒りを感じるかの機序に関する知見を述べる。まず、親が理解や対応に苦慮する場面としては、ASD児の親は、基本的な生活習慣の身につけなさや²⁴⁾、かんしゃくや自傷行為、常同行動への対処²⁵⁾、ADHD児の親は、子どもの不注意や多動といった特性に由来する行動に加え、学校や仲間、兄弟間で繰り返される対人関係のトラブルへの対処^{26) 27)} が示されてきた。学齢期の発達障害児を持つ母親の場合、否定的側面に意識を向ける「選択的注目」をしがちであること、また、「恠意的推論」「過度の一般化」「完全主義的思考」「選択的注目」は、親自身の抑うつを引き起こし得ることが示されている²⁸⁾。そして、こうした子の行動に対して、安定性帰属（行動が安定的に継続すると捉える）や、被害的認知（子がわざとやったのではないと捉える）をしたり、対処可能性（子の行動に親自身が上手く対応できる程度の見積もり）を低く見積もることが、子への怒り・嫌悪と関連する²⁹⁾。このように子の対処への負担感（親のストレスを強め、そのような高ストレス下でサポート資源が少ない場合には、子や自分自身に対して否定的な認知を抱き、その修正もままならない状況になってしまうと言える。このようにストレスと子への否定的な認知が怒りの生起につながり、怒りを上手く制御できないことが更なる親自身のストレス、親子関係の不全を引き起こすことが示されてきた。

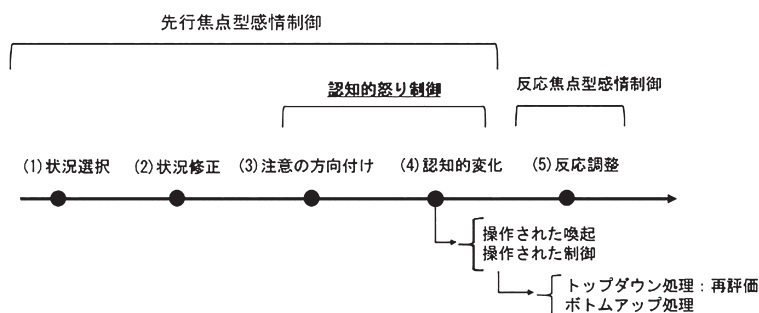


図1 本研究で扱う概念の整理図

(Gross & Thompson, 2007; 榊原, 2014を参考)

B 認知的感情制御への着目

近年、感情制御の中でも、特に「認知的感情制御 (cognitive emotion regulation)」とされ、Gross (1998)³⁰⁾のプロセスモデルの、(3)注意の方向付け、及び(4)認知的変化、を含む認知的側面からの感情制御に焦点化した方略への注目が集まっている (榊原, 2015a) (図1参照)。この背景としては、認知的感情制御は、ネガティブな経験への対処として有効に機能し得るものであり、精神的健康と密接に関わっている点³¹⁾、認知行動療法をはじめとした心理療法への応用可能性が指摘されている点³²⁾などが挙げられる。認知的感情制御とは、状況やできごとの意味を認知的に変化させることによって、感情の強さや種類を変えるものである³³⁾。認知的感情制御には、(3)注意配分の変化をもたらすものとして「気晴らし」、(4)認知的変化をもたらすものとして「再評価」などが、下位方略として含まれている。

この認知的感情制御に関しては、Gamefski, Kraaij, & Spinhoven (2001)³⁴⁾により、Cognitive Emotional Regulation Questionnaire (CERQ)が開発され、榊原 (2015a)³⁵⁾により、日本語版が作成されている。CERQは9つの方略からなり、「肯定的再評価」「大局的視点」「反芻」「受容」「自責」「肯定的再焦点化」「他者非難」「破局的思考」「計画への再焦点化」に分類されるが、特に「肯定的再評価」「大局的視点」「肯定的再焦点化」「計画への再焦点化」は、Well-beingと正の相関があることが示されている。

また、McRae, Ciesielski, & Gross (2012)³⁶⁾は、目標 (Goal: 感情の増幅・低減といった、個人が当該感情をどのように変化させたいかという方向性)と手段 (Tactics: 再評価が実行される際の本質的なプロセスの違い)からなる2つの基準を見出し、それに基づき8つの下位方略を提唱している。その内容は、「明確な肯定 (explicitly positive)」「現在の環境の変化 (situation based: change current circumstances)」「現実への抵抗 (situation based: reality changing)」「希望的観測 (situation based: change future consequences)」「代理 (agency)」「距離化 (distancing)」「距離化 (distancing)」「技術的な分析・問題解決 (technical-analytic-problem solving)」「受容 (acceptance)」である³⁷⁾。

C 対象や使用範囲を限定した方略

対象者や場面によって、固有の認知的感情制御方略が存在することから、それらに応じて対象や使用範囲を限定する重要性が示されている。限定することで、より文脈に即した方略を明らかにでき、関連変数との精緻な検討が可能となることが明らかになっている。

例えば、(榊原, 2015b)³⁸⁾では、看護師を対象に、患者との関りにおける怒りに限定した認知的感情制御方略として、「距離化」「肯定的再評価」「患者の背景への意味付け」「意志・病院への原因帰属」「受容」「自己への原因帰属」「人間の性質への原因帰属」「原因追及」の9つを示している。また、榊原・富塚・遠藤 (2017)³⁹⁾でも、保育士を対象に、子どもや保護者との関りにおける怒りに限定した認知的感情制御方略を示しているが、職業独自の方略を見出すことで、これら独自方略と、離職に係る情緒的消耗感や転職意図といった変数との関連の検討が可能となっていた。

一方で、子育て領域で、母親を対象に子どもへの怒りへの認知的な対処過程を明らかにする知見は散見されるものの、「認知的感情制御」の枠組みで包括し、下位方略を区別して尺度化したものは見られない。例えば、子どもの反抗に対して「成長の過程で自然なこと」と捉えなおす「肯定的認知」や⁴⁰⁾、「わざとではない」と怒りにつながる故意性の認知を再評価させる方略は示されている⁴¹⁾。しかしながら、Mckay et al. (1996)⁴¹⁾はインタビュー調査から示されたものであり方略として成り立つかは未検証であり、中谷・中谷 (2006)⁴⁰⁾は「子どもの反抗場面での評価」を問うものであり、「怒りへの認知的対処」の枠組みで有効な方略かは未検証である。また、両者とも子どもの育てにくさ等の行動特徴や発達特性を考慮に入れた使用傾向の検討はなされていない。

D 発達障害児の親の「認知的怒り制御」に関する研究の現状

ここからは、特に発達障害児の親にみられる「認知的感情制御」の特徴やそれに関連する感情的問題を述べたうえで、特に怒りの制御に関しては、どのような研究知見があるのかを示していく。まず、自閉症スペクトラム (ASD) の子供を持つ親、注意欠陥多動症 (ADHD) 児の親の双方が、健常児の親と比較し非機能的な感情制御方略やコーピングを用いがちであり、不安や抑うつが高いことが示されている⁴²⁾。発達障害児の親が顕著に使用する非機能的な認知としては、些細な否定的側面に注目しがちな「選択的注目」がある⁴³⁾。

まず、ASD児の親が共通して抱える困難には「ASD児の障害特性への理解や対応の困難」があり日常の食事や睡眠といった習慣の身につけなさや、かんしゃくといった外在化問題、常同行動などへの理解の困難さ、加えて「社会からASD児への理解を得ることの

困難」「家族生活にもたらされる制約」が示されている⁴⁴⁾。ASD児の親の認知的感情制御の特徴としては、健常児親と比較したとき、適応的とされる「肯定的再評価」「肯定的最焦点化」「計画への最焦点化」の低さの一方、不適応的とされる「反芻」「破局化」「他責」の高さである⁴⁵⁾。また、コーピングにおいては、積極的回避対処、問題焦点対処、宗教的・否定的対処を取りがちであり、特に出来事を諦めたり薬物やドラッグを使用するなどの積極的回避対処が不安や抑うつ、ストレスと有意な負の相関を示していた⁴⁶⁾。また、ASD児の親は、子供の感情制御不全に際して、認知的感情制御やリフレーミングなどの複雑な方略をあまり使用せず、身体的な慰めや社会的視線など単純な方略を使用する傾向が示されている⁴⁷⁾。

またADHD児の親の場合は、子どもの「親を喜ばせる反応が少ない」ことや「不注意・多動」といった行動特徴が、子どもへの愛着の低下につながり、厳格な養育態度を導いていた⁴⁸⁾。認知的感情制御の特徴としては、「他責」が家族のQOLと負の相関を持つことが示されていた⁴⁹⁾。ADHD児の母親のコーピングの特徴としては、健常児の親と比較して、活動の抑制や、問題への焦点化と感情表出、否認といった非機能的な方略を有意に使用することが示されている。また、ADHD児の親の場合、「親としての有能さ」が抑うつに影響することが示されている⁵⁰⁾。

このように、ASD児及びADHD児の親は共通して子供の特性に由来する行動への対処に困難を感じがちであり、できなさ等の否定的側面に注目する一方、成長やいい所に目が向きづらいといった特徴を抱えがちである。結果として、子どもへの怒りや嫌悪が頻回に生じて、愛着感情を持ちづらかったり、子育てへの自信のなさを抱えているといえよう。

3章 発達障害児の親の「認知的怒り制御」を促進し得るアプローチ

このような発達障害児の親の、認知・感情的問題は、様々な介入によって改善可能なことも明らかにされている。以下に述べる親支援を通して、親の子どもの問題行動への捉え方が変容することや、それによって子どもへの理解が深まり愛着を感じたり、問題行動に対する対処が可能になることが示されてきた。まずは、発達障害児の親支援において、中心的な役割を担ってきた、ペアレント・トレーニングが、「認知的感情制御」の枠組においてどのような効果を持っているのか

を述べたのち、それ以外の支援についても述べていくこととする。

A ペアレント・トレーニングの観点から

近年家族支援への重点が置かれるようになり、その方法として、国内では、親を協働治療者とみなし、子どもの問題行動への対処スキルの向上や、それによる子供の行動改善を目的とするペアレントトレーニング（Parent training：以下ペアトレ）の導入が推奨されている。ペアトレとは、1960年代にアメリカを中心として始まった行動療法の発展型の一つであり、親を“協働治療者”と見なし、子の行動改善のために、適切な養育行動の獲得を目指すものである。ペアトレは、全国約半数以上の自治体で導入が確認されており、またペアトレの前段階に位置づけられ、子どもの行動への分析的視点や肯定的注目を増やすペアレント・プログラムも導入が推奨されているものの、こちらの実施は3割に満たず寡少である⁵¹⁾。日本におけるペアトレは、米国のUCLAを改良した「精研方式ペアレント・トレーニング（以下：精研式）」、「奈良医大ADHD家族教室プログラム（以下：奈良方式）」、そして純粋な行動療法を基盤にした「肥前方式親訓練プログラム（以下：肥前方式）」が代表的なものとして挙げられる⁵²⁾。国内のペアトレは、米国式のペアトレに比べ、ほめる技法を重視するなど、日本の価値観や行動様式に配慮した上で、不足した手法の補足や強化がなされていることが共通項として挙げられる⁵³⁾。日常臨床の中で子どもの変容に向けたペアトレ的関りをする際の注意点として、支援者側は母親が抱えるストレスの高さを鑑み、子の問題行動への対応に加え、親自身が抱える不安や孤立感にも配慮することや⁵⁴⁾、子の発達特性から生じる行動そのものの変容をいきなり目指すのは困難であり、まずは親自身が少しでも子どもの望ましい行動を見逃さずに誉め、スモールステップでできることを増やすこと⁵⁵⁾などが示されている。

UCLAのプログラムを基にしたペアトレを4歳～9歳の知的障害を持たない発達障害児の親41名に実施したところ、子の良い所を見つけ・褒められるようになる、怒りに任せた言動をせず一呼吸おけるようになるなどの親自身の変化、子との関係性の改善が語られていた。また、変化の背景に、励まし合い・頑張りの認め合いの関係性の心地よさがあったことが示されている⁵⁶⁾。これらの母親の変容をもたらした要素については、「褒める」といった肯定的関りが広汎性発達障害（pervasive developmental disorders：PDD）を持つ子

どもの特性に合致していたこと、観察と関与を繰り返し訓練することにより親の「洞察力」向上、子些細な変化や反応への気づき・理解の促進が安定した関わりへとつながった可能性、グループカウンセリングの意義が考察されている⁵⁷⁾。知的障害を伴わない発達障害児の親に対して精研方式のペアトレを実施した結果、子の行動特性や不注意、多動・衝動性の変化は見られなかったが、親が感じる対応の困難度が軽減され、機能の改善が見られたことや、子どもの行動への肯定的注目が増えたことも示されている⁵⁸⁾。

このように、ペアトレは、応用行動分析を用いた、適切な養育行動獲得を目指す行動療法が中心であるが、親が子供に対する肯定的な見方を獲得していることが前提とされている。そこで、国内で実施されているペアトレにおいては、親が抱える子供への否定的な認知や感情を治療者が丁寧に受け止め、またグループメンバー間で共有・共感することが重視されていた。そして、ペアトレのプロセスで、適切な行動のスキルの学習のみならず、情緒的に受け止められる体験を通し、親は子供の問題行動に直面した際にも、この行動をより肯定的に再評価できるようになり、怒りや不安などの感情制御をおこなえるようになっていく過程が示されていた。このように、国内においては行動療法であるペアトレを通し、間接的に親の認知や感情的問題も扱われてきたといえよう。

B 従来の認知行動療法的観点から

3. Aにおいて示したように、親の認知感情の問題は、国内においては間接的に支援の中で扱われてきた一方、海外ではペアトレの中に組み込んで直接的に扱う実践も報告されている。これは、特に保護者が精神的に不安定な状態であり、子の問題行動に直面した際に、落ち着いた対応ができず、結果として困った行動を強化してしまう場合に有効である^{59) 60)}。例えば、海外においては、ペアトレ実施の前段階として、保護者のストレス低減を目的とした介入を導入するものがある⁶¹⁾。発達障害児親を対象とする、対照群を設けた実験の中で、認知的再構成を含むコーピングスキルトレーニングを実施した結果、認知再構成を含むトレーニングを実施した実験群が、有意に自責や内的帰属、抑うつが低減し、問題解決力や対人関係力も改善したことが示されている⁶²⁾。国内においても、親の否定的認知やその結果としての怒りや抑うつに着目し、認知再構成をペアトレに組み込んだ実践研究も見られるものの寡少である⁶³⁾。このように、特に海外においては、

ペアトレと組み合わせて、親自身の認知的問題への支援や、ストレスマネジメントを実施することも為されている。

C 第三世代の認知行動療法的観点から

近年は、発達障害児親の直面する困難の内容から、認知変容より気づきや体験自体の受容を重視するACTを用いた介入も行われており、その効果が確認されている。ACTとは、第三世代の認知行動療法に位置付けられるものであり、「意識を持った人間として、より全面的に今の瞬間と接触し、価値付けされた目標にかなうように、状況がもたらす物事に基づき行動を変化あるいは持続させる能力⁶⁴⁾」と定義される「心理的柔軟性」を高めることを目標とする。

介入としては、認知療法における認知変容のプロセスの中で生じる「脱中心化」(ネガティブな思考や感情は単に心の中を通り過ぎていく出来事に過ぎないという捉え方)自体が、うつや再発に有効であるという観点に立つて、脱中心化自体を治療の中心に据えている「マインドフルネス・ストレス低減法(Mindfulness-based stress reduction: 以下MBSR)」及び「マインドフルネス認知療法(Mindfulness Based Cognitive Therapy: 以下MBCT)」などが確立されてきている⁶⁵⁾。海外では、母親に対するマインドフルネス認知療法のほうが、認知的感情制御トレーニングに比べて、攻撃性のある子どもの外在化問題や自己効力感の改善において有効である結果が示されていた⁶⁶⁾。国内では、社会的交流を避け、余暇を持たず、子の療育に懸命になるものの、子に変化が見られないことに苛立つなど、親子関係の不調をきたしていたASD児の母親1名を対象にACTを用いた介入を行っている⁶⁷⁾。自身の感情や行動の背景にあるルールへの理解を深め、勝ちに従った行動をとることを目指す介入の結果、子の療育時に上手いかわくても「うまくいかない」という考えを持ちつつも、自らの価値(子の成長を促すためほめる)に従った行動選択ができるようになる、家族旅行や趣味、仕事に積極的になり、子の療育を抱え込みすぎることも減ったことが示されていた。

D オンライン支援

また、ここまで概観してきたペアレント・トレーニングや第二、第三世代の認知行動療法による子育て支援についてはコロナ渦の影響を受け、オンラインやICTを活用した実践が増えつつある。そこで、国内外におけるこれらの研究を概観する。

まず国内においては、子育てスキルの向上や母親自身のセルフケアをオンラインを介して行う実践が報告されている。子育てスキルに関しては、オンラインやICTを活用したペアレント・トレーニングの実施や効果検証がなされつつある。例えば、富澤・氏家(2021)⁶⁸⁾では、Skypeを活用し同時双方式で計4回の個別プログラムを実施し、子どもの言動の変化や、親自身の養育態度の改善がインタビューから語られていた。また、親子の円滑なコミュニケーションの構築を促すことを目的とし、応用行動分析とACTを組み合わせたオンライン・ペアレント・トレーニングの開発がなされている⁶⁹⁾。結果はインタビュー調査により、子どもの関りに関する具体的な相談ができたことの意義が語られていた。他にも破壊的行動障害のある子どもと親への権威的子育てスタイルを確立することを目指す親子相互交流療法(Parent-child Interaction Therapy:以下PCIT)をビデオ会議システムを利用して遠隔で実施した事例研究が報告されている⁷⁰⁾。この結果、子どものパターン理解や両親のスキル獲得が順調に進んだことが示された。また親自身のセルフケアに関連しては、産後女性を対象に、オンラインビデオ会議システムを用いて筋力トレーニングやストレッチ、自己紹介や大事にする価値観などについての参加者同士の対話、セルフケア、などからなるプログラムを実施している⁷¹⁾。この結果、身体症状や主観的幸福感、セルフケアに関連する行動変容で有意な改善がみられた。他にも、親へのソーシャルサポートに関連し、インターネットを用いた電子交換日記を用いて母親の心理的な負担感を軽減する取り組みや⁷²⁾、近年はビックデータ活用に関連し、家庭と学校と専門機関で子どもの行動記録のライフログを共有する取り組み⁷³⁾なども見られる。

続いて海外におけるオンライン子育て支援の現状を述べる。国内で見られる親の養育スキルの獲得を中心としたペアレント・トレーニングに加えて、親自身の感情的問題に焦点を当てた第二世代、第三世代の認知行動療法を含む多岐にわたるプログラムの実施や、ランダム化比較実験による効果検証が報告されている。

まず、ペアレント・トレーニングに関しては、精神的健康度に問題のない親子を対象とし、タイで、ポジティブ・ペアレンティング・プログラム(PPP)の効果を確認することを目的に、対面とZoomを用いたインターネット配信PPPの効果の比較を行っている⁷⁴⁾。結果としていずれも子育てへの自信や、権威的子育てスタイルが確立されたことが示されている。

何らかの内在化・外在化問題を有する子供とその親

を対象とした実践については、韓国において、発達障害児の保護者を対象に、オンラインを用いて韓国の風土や価値観、強みを重視したペアレント・トレーニングを実施しランダム化比較実験による評価を行っている⁷⁵⁾。結果として、対処への知識の増加や、積極的な子育て実践の増加、親のストレス減少の有意を報告している。また、破壊行動の問題を持つ未就学の子どもの家族を対象とし、オンラインによるトリプルPの実施を行いコスト最小化分析による評価を行っている⁷⁶⁾。結果として同じ内容を提供したスタッフによる介入と比較して大幅なコスト削減をもたらしていた上に、介入の効果は同等であった。

また親自身の感情の問題を対象とした感情制御へのオンライン支援も実践されている。例えば、感情制御の中でも、特に親の注意機能や再評価方略に焦点を当てたRational Positive Parenting Program(rPPP)のオンライン版の実施がなされている⁷⁷⁾。これは、否定的注目を減らし肯定的注目を増やすことを目指すもので、子どもの外在化・内在化問題の減少に役立つとされている。また、注意バイアス修正(ABM)の要素を追加したrPPPのオンライン版の有効性を評価していた。この結果オンラインABMを導入した群で、有意に自身の苦痛や満足感、子どもとの肯定先相互作用や強みの評価において改善が示されていた。イギリスにおいては、不安障害を有する親を対象に、ビデオ会議を通じた不安やそれに伴う過保護や回避に関する心理教育や感情的コーチングなど、親の自信を高めるためのスキルや知識を提供する介入を実施している⁷⁸⁾。介入後には親の不安や抑うつ、ストレスの有意な改善や、親の自信と子どもとの楽しみに関するスコアの上昇も見られた。さらにオンラインであることが安全感を高めることや、出席が容易であることが述べられていた。また、オランダにおいては、ストレスの高い親を対象にして、10週間8セッションのオンラインマインドフル子育てトレーニングを実施している⁷⁹⁾。ランダム化比較実験の結果、子育てにおける過剰反応や抑うつ不安、子どもの感情反応や攻撃的行動の有意な改善がみられていた。

4章 先行研究の課題と今後の展望

A 対象や範囲を限定した知見の少なさ

認知的感情制御に関しては、一括りではなく、異なる思考過程ごとに方略として区別することで、各方略間の精神的健康度への影響をより精緻に検討すること

が可能となる⁸⁰⁾とされ、看護師を対象に、患者との関わりにおける怒りに限定した認知的感情制御方略⁸¹⁾、保育士を対象に、子どもや保護者との関わりにおける怒りに限定した認知的感情制御方略⁸²⁾など、独自方略と精神的健康度との関連検討がなされている。

しかしながら、子育て領域で、母親を対象に、子どもへの怒りへの認知的な対処過程を明らかにする知見は散見されるものの、「認知的感情制御」の枠組みで包括し、下位方略を区別して尺度化したものは見られない。子どもの反抗に対して「成長の過程で自然なこと」と捉えなおす「肯定的認知」や⁸³⁾、「わざとではない」と怒りにつながる故意性の認知を再評価させる方略は示されている⁸⁴⁾。しかしながら、Mckay et al. (1996)⁸⁵⁾はインタビュー調査から示されたものであり方略として成り立つかは未検証であり、中谷・中谷(2006)⁸⁶⁾は「子どもの反抗場面での評価」を問うものであり、「怒りへの認知的対処」の枠組みで有効な方略かは未検証である。また、両者とも子どもの育てにくさ等の行動特徴や発達特性を考慮に入れた使用傾向の検討はなされていない。これを受け、高堰(2022)⁸⁷⁾では、発達障害児の母親を対象に、インタビュー調査から怒りの認知的怒り制御方略を示しており、対処に焦点化する、子どもの行為の意図を再評価するといった方略に加え、子どもの視点に立って共感すること、子どもとの肯定的体験を想起する、ほめる点を想起するといった新たな方略の可能性を示している。しかしながら、この領域に関する知見はいまだ寡少であり更なる蓄積が必要とされる。

B 国内における発達障害児親の怒りに特化した実践、及び介入研究の寡少

近年家族支援への重点が置かれるようになり、その方法として、国内では、親を協働治療者とみなし、子どもの問題行動への対処スキルの向上や、それによる子供の行動改善を目的とするペアレントトレーニングが半数以上の自治体で導入が確認されている。発達障害児の育児の困難が、特性に由来する様々な問題行動への対処に起因するものであることから、親の対処スキルの向上や、結果として子どもの行動改善を第一目標にするペアトレが親支援の主眼となるのは妥当なことであると考えられる。一方で、親が直面する認知・感情的問題が直接支援の対象となることは少ない現状であると考えられる。

そこで、上記で示したような、子供に対し過度に否

定的な注目をしがち、対処への困難感を強く抱えるなどの認知傾向を持ち、それに由来する抑うつや不安、怒り制御などの感情的問題を有する親を識別し、ペアレント・トレーニングと認知的感情制御への支援を並行していく必要があると考えられる。

C 発達障害児の認知的怒り制御に関するオンライン・ICT支援、介入研究の寡少

Bで上述したように、親の感情制御への支援自体が寡少であるためオンライン支援の実施や介入研究も国内においては進んでいない。国内でも、石塚ほか(2018)⁸⁸⁾で示されたように行動療法であるペアレント・トレーニングのオンライン化や、川崎・坂寄・加茂(2021)⁸⁹⁾で示されたように、遊戯療法と行動療法を組み合わせたPCITのオンライン化は進みつつあり、事例研究でその成果も示されている。また親へのソーシャルサポートに関連し、インターネットを用いた電子交換日記を用いて母親の心理的な負担感を軽減する取り組みや⁹⁰⁾、家庭と学校と専門機関で子どもの行動記録のライフログ等のビッグデータを共有する取り組み⁹¹⁾なども見られている。

このようにペアトレを中心とする行動療法のオンライン化や既存の支援の動画配信、データの活用は進む一方、発達障害児の親自身の感情制御へのオンライン支援や効果検証は見られていない。海外においては、Rational Positive Parenting Program (rPPP)のオンライン版など、認知や注意機能の改善を通じた感情制御にも焦点を当てたオンライン子育て支援がなされ、効果も蓄積されている⁹²⁾。発達障害児の親のストレスの高さや感情的問題の高さを踏まえると、国内においても、同じ悩みを持つ親同士や支援者とのつながりを重視するなどの日本の文化に配慮したうえで、オンライン上で親自身が自己の怒りや感情へのコントロールを高められる支援を整備していく必要があると考えられる。またこうした親の感情制御への支援と、子どもの養育スキルの獲得の支援を組み合わせることで、より発達障害児の親の困難感を汲んだ支援体制を築いていけると考えられる。

5章 まとめ

本稿では、発達障害児の親の認知的怒り制御に焦点を当てた基礎知見を整理し、このスキルを向上させようとするアプローチを概観してきた。まず基礎知見に関して、抑うつや不安の認知的感情的方略や、健常児の親

が用いる方略は明らかにされているものの、特に対象を発達障害児の親に焦点化し、怒りの制御を扱った研究は寡少であることが示された。また促進するアプローチに関しては、直接的に親の認知や感情が発達障害児親支援で扱われることは少ないものの、半数以上の自治体で実施されているペアレント・トレーニングを通し、子供への認知変容やそれに伴う感情的な改善がみられていることが示された。一方で、親の感情の問題により介入が進まない事例も課題として示されていた。海外では、こうした親の感情の問題も要素として取り入れたrPPP等のペアレント・トレーニングや⁹³⁾、マインドフルネス感情制御支援がなされ効果も示されている点も踏まえると⁹⁴⁾、国内においても、親の養育スキルの獲得を主眼に据えるペアレント・トレーニングと並行し、親自身の感情の問題や感情制御不全に焦点を当てたオンライン支援の実践を増やし、日本の風土や価値観に合わせた支援の構築を目指していく必要がある。

また、本稿では述べられなかったが、コロナ渦により父親の在宅勤務の選択肢が生まれたことから、父親が子どもの笑顔や成長を肯定的に評価する/妻から夫の育児への肯定的評価がある場合には、父親の育児参加が増えることが示されており⁹⁵⁾、父親の子育て支援参加も期待される。実際に、父親の参加も踏まえたオンライン子育て支援も実施が進むことから⁹⁶⁾、従来の母親を中心とした支援から父親も含んだ支援を組んでいくことが必要と考えられる。

付記

なお、本稿は2019年度東京大学大学院教育学研究科における修士論文の一部を加筆、修正したものである。

引用文献

- 1) 厚生労働省 (2004). 発達障害者のための施策 <https://www.mhlw.go.jp/topics/2005/04/tp0412-1b.html>
- 2) Bågenholm, A., & Gillberg, C. (1991). Psychosocial effects on siblings of children with autism and mental retardation: A population - based study. *Journal of Mental Deficiency Research*, 35, 291-307.
- 3) 眞野祥子・宇野宏幸. (2007). 注意欠陥/多動性障害児の行動特徴と母親の養育態度間の関連性. *脳と発達*, 39, 19-24.
- 4) 種子田綾・桐野匡史・矢嶋裕樹・中嶋和夫. (2004). 障害児の問題行動と母親のストレス認知の関係. *東京保健科学学会誌*, 7, 79-87.
- 5) McKay, M., Rogers, P. D., & McKay, J. (2011). 怒りのセルフコントロール: 感情への気づきから効果的なコミュニケーションスキルまで. (榎原洋一・小野次朗, 監修). 東京: 明石書店. (McKay, M., Rogers, P. D., & McKay, J. (2003). *When anger hurts: Quietening the storm within* (2nd ed.). Oakland: New Harbinger Publications.)
- 6) 中谷奈美子. (2016). 発達障害児における不適切な養育: 母親の帰属と感情の影響. *心理臨床学研究*, 34, 269-280.
- 7) 前掲 5)
- 8) 中谷奈美子・中谷素之. (2006). 母親の被害的認知が虐待的行為に及ぼす影響. *発達心理学研究*, 17, 148-158.
- 9) 前掲 6)
- 10) 杉本信・並木真理子. (2014). 母親の子どもに対する怒り感情の抑制と評価. 子育てに関するメタ認知及び育児自己効力感との関連. *保育学研究*, 52, 279-292.
- 11) 渋谷菜穂子・高橋里沙. (2015). 精神科看護師における怒りの表出過程とその関連要因の因果モデルの作成. *日本看護科学会誌*, 34, 340-352.
- 12) 前掲 6)
- 13) Crockenberg, S. (1987). Predictors and correlates of anger toward and punitive control of toddlers by adolescent mothers. *Child development*, 964-975.
- 14) Ainsworth, M. S. (1979). Infant-mother attachment. *American psychologist*, 34, 932.
- 15) 山口正寛 (2008). 愛着機能と内的作業モデル, 社会的適応性との関連. In 日本心理学会大会発表論文集 日本心理学会第72回大会 (pp. 3AM184-3AM184). 公益社団法人日本心理学会.
- 16) 大鷹円美・菅原正和・熊谷賢 (2009). 母子関係と子のソーシャルスキル発達の阻害要因. *岩手大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要*, (8), 119-129.
- 17) 森下正康・三原まどか (2015). 親しい人との愛着関係が対人不安に与える影響: 内的作業モデルと自己受容を媒介として.
- 18) 丹羽智美 (2011). 親への愛着による親子のストレス場面に対する評価の差異: 図版に対する反応からの検討. *子ども未来学研究* 6, 69-80.
- 19) 清水光恵 (2015). ト라우マからみた発達障害の特徴. *ストレス科学研究*, 30, 16-19.
- 20) 林剛丞・江川純・染矢俊幸 (2015). ストレス関連障害を示す発達障害. *ストレス科学研究*, 30, 10-15.
- 21) Krakowski, M., & Nolan, K. (2017). Depressive symptoms associated with aggression. *Psychiatric Times*, 34, 2-3.
- 22) Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual differences*, 30, 1311-1327.
- 23) 榎原良太 (2014). 再評価の感情制御効果と精神的健康への影響. *感情心理学研究*, 22, 40-49.
- 24) 柳澤亜希子. (2012). 自閉症スペクトラム障害児・者の家族が抱える問題と支援の方向性. *特殊教育研究*, 50, 403-411.
- 25) 前掲 2)
- 26) 前掲 3)
- 27) 前掲 4)
- 28) 速水恵美・千々岩友子 (2017). 学齢期の発達障害児をもつ母親の推論の誤りと抑うつおよび養育態度の関連. *日本看護科学会誌*, 37, 288-297.
- 29) 前掲 6)

- 30) Gross, J. J. (1998). Antecedent-and response-focused emotion regulation: divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of personality and social psychology*, 74, 224.
- 31) 前掲22)
- 32) Hofmann, S. G., Heering, S., Sawyer, A. T., & Asnaani, A. (2009). How to handle anxiety: The effects of reappraisal, acceptance, and suppression strategies on anxious arousal. *Behaviour research and therapy*, 47, 389-394.
- 33) Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations.
- 34) 前掲22)
- 35) 榊原良太. (2015a). 認知的感情制御方略の使用傾向及び精神的健康との関連. *感情心理学研究*, 23, 46-58.
- 36) McRae, K., Ciesielski, B., & Gross, J. J. (2012). Unpacking cognitive reappraisal: goals, tactics, and outcomes. *Emotion*, 12, 250.
- 37) 榊原良太 (2014). 再評価の感情制御効果と精神的健康への影響. *感情心理学研究*, 22, 40-49.
- 38) 榊原良太 (2015b). 患者との関わりにおける看護師の認知的感情制御と転職意図の関連. *感情心理学研究*, 23, 12-22.
- 39) 榊原良太・塚ゆり子・遠藤利彦 (2017). 子・保護者との関わりにおける保育士の認知的な感情労働方略と精神的健康の関連. *発達心理学研究*, 28, 46-58.
- 40) 前掲8)
- 41) McKay, M., Fanning, P., Paleg, K., & Landis, D. (1996). *When anger hurts your kids: A parent's guide*. Oakland: New Harbinger Publications Incorporated.
- 42) Megreya, A. M., Al-Attayah, A. A., Moustafa, A. A., & Hassanein, E. E. (2020). Cognitive emotion regulation strategies, anxiety, and depression in mothers of children with or without neurodevelopmental disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 76, 101600.
- 43) 前掲28)
- 44) 前掲24)
- 45) 前掲42)
- 46) Hastings, R. P., Kovshoff, H., Brown, T., Ward, N. J., Espinosa, F. D., & Remington, B. (2005). Coping strategies in mothers and fathers of preschool and school-age children with autism. *Autism*, 9, 377-391.
- 47) Hirschler-Guttenberg, Y., Golan, O., Ostfeld-Etzion, S., & Feldman, R. (2015). Mothering, fathering, and the regulation of negative and positive emotions in high-functioning preschoolers with autism spectrum disorder. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 56, 530-539.
- 48) 眞野祥子・堀内史枝・宇野宏幸. (2009). 注意欠陥/多動性障害児の行動特徴と母親から子への情動表出について：診断後の半構造化面接による検討. *小児保健研究*, 68, 28-38.
- 49) Predescu, E., & Sipos, R. (2013). Cognitive coping strategies, emotional distress and quality of life in mothers of children with ASD and ADHD—A comparative study in a Romanian population sample.
- 50) Durukan, I., Erdem, M., Tufan, A. E., Congologlu, A., Yorbik, O., & Turkbay, T. (2008). Depression and anxiety levels and coping strategies used by mothers of children with ADHD: a preliminary study. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 9, 217-223.
- 51) 厚生労働省 (2018) 発達障害支援における家族支援プログラム
の地域普及に向けたプログラム実施基準策定及び実施ガイドブックの作成に関する調査報告書<http://www.rehab.go.jp/application/files/5116/1155/2656/9b910a7f4729cc8fe4217f9e171f5ce6.pdf>
- 52) 牛田美幸・伊藤道徳・藤田博子・山本桂子 (2009). 多動症状を伴う広汎性発達障害児を育てる親への問題解決療法を基盤としたペアレント・トレーニングの試み. *心身医学*, 49, 611.
- 53) 佐藤利憲 (2010). 注意欠陥／多動性障害のある子どもの保護者へのペアレントトレーニングについて－日本式と米国式ペアレントトレーニングの比較－. *研究紀要青葉 Seiyo*, 2, 5-17.
- 54) 久保信代・岩坂英巳 (2013). 広汎性発達障害児 (PDD児) を対象としたペアレント・トレーニング：PDDの特性に応じたプログラムの改変と効果に影響を与える要因について. *児童青年精神医学とその近接領域*, 54, 552-570.
- 55) 岩坂英巳 (2010). ペアレントトレーニングの現状と今後の展開について. *児童青年精神医学とその近接領域*, 51, 11-18.
- 56) 井淵知美・上林靖子 (2011). 発達障害児の親へのペアレントトレーニング：自験例29例による有効性の検討. *児童青年精神医学とその近接領域：日本児童青年精神医学会機関誌*, 52, 578-590.
- 57) 前掲54)
- 58) 井淵知美・上林靖子 (2013). ペアレントトレーニングに参加した親が自己効力感を獲得するプロセスの検討：修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチを用いて. *児童青年精神医学とその近接領域：日本児童青年精神医学会機関誌*, 54, 54-67.
- 59) 宮澤翔平, 小関真実・小関俊祐 (2012). ペアレント・トレーニングにおける強化随伴性の手続きと認知的再体制化の手続きの有効性の比較. *愛知教育大学教育臨床総合センター紀要*, 2, 45-51.
- 60) Singer, G.H.S., Ethridge, B.L., & Aldana, S.I. (2007) Primary and secondary effects of parenting and stress management interventions for parents of children with developmental disabilities : A meta- analysis. *Mental retardation and developmental disabilities research reviews*, 13, 357-369
- 61) Hastings, R.P., & Beck, A. (2008) Practitioner review : Stress intervention for parents of children with intellectual disabilities. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45, 1338-1349.
- 62) Gammon, E. A., & Rose, S. D. (1991). The coping skills training program for parents of children with developmental disabilities: An experimental evaluation. *Research on Social Work Practice*, 1, 244-256.
- 63) 前掲59)
- 64) Hayes, S.C., & Smith, S. (2005) Get Out of Your Mind & into Your Life : The new acceptance & commitment therapy. New Harbinger Publications. (武藤崇ら監訳 (2010) ACT (アクセプタンス&コミットメント・セラピー) をはじめる—セルフヘルプのためのワークブック. 星和書店.)
- 65) 佐藤充洋・藤澤大介 (2018). マインドフルネスを医学的にゼロから解説する本——医療者のための臨床応用入門——
- 66) Shokri, A., Kazemi, R., Narimani, M., & Taklavi, S. (2020). Comparison of the Effectiveness of Mother's Mindfulness-based Cognitive Therapy and Cognitive Emotion Regulation Training on Externalizing Disorder and Self-efficacy of Aggressive Children.
- 67) 谷晋二・北村琴美 (2013). 発達障がいのある子を持つ母親に対するACTの実践. *自閉症スペクトラム研究*, 10, 5-13.
- 68) 富澤弥生, & 氏家享子. (2021). ICTを活用したオンラインに

- による個別支援方式ペアレント・トレーニングの効果. *東北福祉大学教育・教職センター特別支援教育研究年報*, 13, 25-33.
- 69) 石塚祐香, 石川菜津美, & 山本淳一. (2018). オンライン・ペアレントトレーニングのための発達支援・問題解決プラットフォームの開発と評価. In 日本認知・行動療法学会大会プログラム・抄録集第44回大会 (pp. 184-185). 一般社団法人 日本認知・行動療法学会.
- 70) 川崎雅子, 坂寄里紗, & 加茂登志子. (2021). コロナ禍における子育て支援—インターネット親子相互交流療法 (Internet-delivered Parent-Child Interaction Therapy: I-PCIT). *子どものこころと脳の発達*, 12, 71-78.
- 71) 野村由実, 荒木智子, 吉岡マコ, & 杉田正明. (2021). コロナ禍における産後女性の心身の健康支援を目的としたオンラインプログラムの効果 (第1報). *女性心身医学*, 26, 153-164.
- 72) 小越咲子, 廣澤愛子, 武澤友広, & 三橋美典. (2013). 発達障害児の母親と支援者間をつなぐICTを用いた交換日記帳システム: 日々の協働から育むペアレントトレーニングを目指して (中間報告). *発達研究*, 27, 155-160.
- 73) 小越咲子, 斉藤徹, & 高久有一. (2016). ICTを用いた協働型発達障害児者支援システムの開発研究. *福井工業高等専門学校研究紀要*. 50, 15-19.
- 74) Tuntipuchitanon, S., Kangwanthiti, I. O., Jirakran, K., Trairatvorakul, P., & Chonchaiya, W. (2022). Online positive parenting programme for promoting parenting competencies and skills: randomised controlled trial. *Scientific Reports*, 12, 1-12.
- 75) Lee, J. D., Meadan, H., & Xia, Y. (2022). Impact of challenging behavior online modules on Korean parents of children with developmental disabilities: An RCT. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 10983007211071119.
- 76) Ingels, J. B., Corso, P. S., Prinz, R. J., Metzler, C. W., & Sanders, M. R. (2022). Online-Delivered Over Staff-Delivered Parenting Intervention for Young Children With Disruptive Behavior Problems: Cost-Minimization Analysis. *JMIR Pediatrics and Parenting*, 5, e30795.
- 77) David, O. A., Capris, D., & Jarda, A. (2017). Online coaching of emotion-regulation strategies for parents: Efficacy of the online rational positive parenting program and attention bias modification procedures. *Frontiers in psychology*, 8, 500.
- 78) Palmer, E., Woolgar, M., Carter, B., Cartwright - Hatton, S., & Challacombe, F. L. (2022). Preventing anxiety in the children of anxious parents—feasibility of a brief, online, group intervention for parents of one - to three - year - olds. *Child and Adolescent Mental Health*.
- 79) Potharst, E. S., Boekhorst, M. G., Cuijltis, I., Van Broekhoven, K. E., Jacobs, A., Spek, V., ... & Pop, V. J. (2019). A randomized control trial evaluating an online mindful parenting training for mothers with elevated parental stress. *Frontiers in Psychology*, 10, 1550.
- 80) 前掲37)
- 81) 前掲38)
- 82) 前掲39)
- 83) 前掲8)
- 84) 前掲41)
- 85) 前掲41)
- 86) 前掲8)
- 87) 高堰仁美. (2022). 発達障害児を持つ親の認知的怒り制御プロセスに関する研究. *Japanese Journal of Developmental Psychology*, 33.
- 88) 前掲69)
- 89) 前掲70)
- 90) 前掲72)
- 91) 前掲73)
- 92) 前掲77)
- 93) 前掲77)
- 94) 前掲79)
- 95) 児玉 (渡邊) 茉奈美, 浅野昭祐, 菅文美, & 成戸洋介. (2022). コロナ禍という特殊な状況下での第一子に対する父親の育児参加の阻害／促進要因の検討: 在宅勤務の増加と家庭外からの支援のなさに着目して. *日本家政学会誌*, 73, 306-320.
- 96) Piotrowska, P. J., Tully, L. A., Collins, D. A., Sawrikar, V., Hawes, D., Kimonis, E. R., ... & Dadds, M. R. (2020). ParentWorks: Evaluation of an online, father-inclusive, universal parenting intervention to reduce child conduct problems. *Child Psychiatry & Human Development*, 51, 503-513.

(指導教官: 野中舞子講師)