

## [課程－2]

### 審査の結果の要旨

氏名 戸部 浩美

本研究では、育児中の親がストレスやイライラや怒り等のネガティブなストレス情動に対処する方法を学び、感情調整を強化することによってレジリエンスを高めるプログラムの有効性を、3～6歳の子どもを育てる母親と父親を対象に、ランダム化比較試験により検証した。本研究により、下記の結果を得ている。

#### 1. 介入デザインの決定

育児中の母親の育児ストレスの軽減に対して、地域において、保育サービスや育児相談などの育児支援が行なわれているが、その効果は一時的・限定的であり、ストレス要因は多種多様であり、育児ストレスから生じるネガティブな情動を子どもにぶつけるなどの不適切な養育を防ぐには十分ではない。そこで、母親自身の認知に働きかけ、ストレス反応であるイライラや怒りなどのネガティブ情動に主体的・建設的に対処する感情調整についての知識やスキルを学ぶことにより、ストレスや困難に対する精神的回復力であるレジリエンスを高めることが新たな対処法として有効である可能性があると考え、育児中の母親のレジリエンスを高めるプログラムの効果をランダム化比較試験により検証した。

#### 2. 介入の結果の要旨

##### 【各アウトカムにおける介入効果】

介入後および介入2か月後に、介入群と対照群の群間差を検証し、以下の結果を得た。

主要評価項目である介入2か月後の母親のレジリエンスにおいて、介入群は対照群と比較して有意に高くなっていた( $F = 10.934$ ,  $p = 0.001$ )。副次評価項目である、母親の、介入直後のレジリエンス( $F = 14.257$ ,  $p < 0.001$ )、介入直後および2か月後の、自尊心(直後:  $F = 7.389$ ,  $p = 0.008$ ; 2か月後:  $F = 18.767$ ,  $p < 0.001$ )、子どもに対する怒り制御(直後:  $F = 14.122$ ,  $p < 0.001$ ; 2か月後:  $F = 6.643$ ,  $p = 0.012$ )、伴侶に対する怒り制御(直後:  $F = 4.628$ ,  $p = 0.034$ ; 2か月後:  $F = 6.193$ ,  $p = 0.015$ )において有意に高くなっていた。直後および介入2か月後の家族機能、子どもの行動に対する肯定的認知、問題焦点対処方略が有意に高くなり、介入2か月後の子どもの行動に対する被害的認知、および否定的認知が有意に低くなっていた。父親については、いずれの時点のいずれの項目においても群間差がみられなかった。

以上、本論文により、育児中の母親のレジリエンスを高めるプログラムが、母親のレジリエンスを高めることに対して有効であることが示され、介入を受けた母親は、これまでストレスに感じていた状況に対してより現実的・建設的な認知再評価を行うこと、自身のネガティブな感情を否定せず、より適切な方法で表出すること、自身や子どもの強みに目を向けてより長期的な視野でとらえることを学び、実践することにより、ネガティブな感情を調整し、レジリエンスが高まったと考えられる。

これまで、健常児を持つ母親を対象とした、不適切な養育につながるネガティブな情動を調整することでレジリエンスを高める介入研究は見当たらず、本研究は、育児ストレス軽減に対して、母親の認知に働きかけ、母親が主体的に認知や行動を変容することを促すプログラムに関するランダム化比較試験を試みた本邦初の研究として位置づけられ、今後、地域における育児支援に新たな選択肢を示すことに寄与することが十分に考えられ、その意義は大きい。

よって、本論文は学位の授与に値するものと考えられる。