

<展 望>

行動論的集団ペアレント・トレーニングの効果 ——メタ分析による検討——

宇田川 詩帆* 野中 俊介* 嶋田 洋徳**

要 約

本研究では、発達障害などに起因する子どもの問題行動を解決するために、親が知識とスキルを与えるように意図されたアプローチであるペアレント・トレーニングに関して、プログラムの実施が各効果指標に及ぼす影響について、メタ分析を用いて量的な側面から検討することを目的とした。また、ADHD 児を対象としたプログラム、およびその他の障害をもつ児を対象としたプログラムに関して、「子どもの行動」に対する効果の検討を行った。その結果、「親の養育行動の遂行 ($d = 0.94$)」、「親の養育行動に対する知識 ($d = 1.83$)」に対して大きい効果が見られた。また、その他の障害をもつ児を対象としたプログラムにおける「子どもの行動 ($d = 0.90$)」に対して大きい効果がみられた。これらの結果から、親の知識や行動などの、子育てに対するスキルを身につけるという点で高い効果を示すことが明らかとなった。

キーワード：ペアレント・トレーニング、効果指標、メタ分析

はじめに

ペアレント・トレーニング (Parent Training ; 以下 PT) は、子どもの問題行動を解決するために、親が身につけた方が良い知識とスキルを与えるように意図された、系統的な理論に基づいたアプローチである (Scharefer & Briesmeister, 1989)。この PT においては、保育の観点、幼児教育の観点などから多様なトレーニングプログラムが散見されるが、比較的、行動論的アプローチに基づいているトレーニングプログラムが多く見受けられる。しかしながら、前述された各プログラムは、子どもとのかかわりを親自身が身につけることで、子ど

もの問題行動の変容を試みることを目的としていることは共通している。

また、行動論的 PT は、個別に行なわれている実践 (野口, 2003)、集団に対して行われている実践 (富澤・横山, 2010)、個別と集団を組み合わせで行なわれている実践 (菅野・小林, 1996) などさまざまな形態で実践されている。そして、一般に個別のプログラムにおいては、親自身が子どもの問題行動の改善を成し遂げる上で、プログラム実施者が個に応じた指導を具体的に行うことができるというメリットがあると考えられる。たとえば、対象者のニーズに最も沿ったかわりが可能になること、ホームワークに対するフィードバックを個別に実施することが可能になることなどが挙げられる。一方、集団に対するプログラムにおいては、参加者同士に問題解決に向けた相互作用が生じる

* 早稲田大学大学院人間科学研究科

** 早稲田大学人間科学学術院

可能性があること、他の参加者との相互作用によって親のストレスや孤立感が低減する可能性があることなど、集団の相互作用を参加者に活用することができるメリットがあると考えられる。

逆に、個別プログラムのデメリットとしては、プログラム実践上の諸々のコストが高すぎるということが挙げられる。一方、集団に対するデメリットとしては、子どもにかかわる際の一般論としてのスキル獲得の進行に終始しがちになってしまうことなどが挙げられる。総じて言えることは、集団を基盤としながらも「個性の担保」という集団実施の際のデメリットを補うような方法論を確立することが肝要であると考えられる。

ペアレント・トレーニングにおける効果評価

PTの実践に対する効果評価に関しては、まず親に対する効果と子どもに対する効果の2つの側面から行なわれていることが報告されている(原口・上野・丹治・野呂, 2013)。親に対する効果評価に関しては、抑うつ程度、育児ストレスの程度、養育行動に対する知識、実際の養育行動の遂行などに対する効果が介入前後で測定されていることが多い。また、子どもに対する効果評価に関しては、子どもの問題行動の減少、子どもの不安の程度などに対する効果が介入前後で測定されていることが多い。なお、効果評価に用いられているツールとしての尺度そのものは研究ごとに異なることが報告されている。

この原口他(2013)の報告は、本邦のPTにおける効果指標を整理し、どのような指標が用いられているかを概観した点で非常に有用な論文であると考えられる。しかしながら、PTを実施することで、行動論的アプローチを行なう際に重要とされている認知面、行動面、情動面

などの各側面や、親、または子どもの要因に対して、効果がみられるかに関して、量的な側面から検討を行った研究は見受けられない。なお、この点に関して原口他(2013)は、分析対象となった論文の約半数しか効果を記述することができないため、効果について集計を行い、その結果から効果をまとめて論じることは妥当ではないと指摘している。

この指摘を踏まえると、PTの効果について量的な側面から検討を行なうことは、必ずしも適当ではないと考えられるものの、現在実施されているPTの効果のひとつの傾向の手がかりを得るという側面からは有用であると考えられる。

集団に対するPTでは、その効果を行動指標や質問紙尺度によって評価される。しかしながら、従属変数のカテゴリーごとの効果は量的に十分に検討されていない。そこで本研究においては、「集団」に対するPTの実施が親子双方に及ぼす効果について、検討を行なう。

ペアレント・トレーニングを実施する 子どもの状態像

諸外国においては、破壊的行動障害に対するプログラム、また自閉症スペクトラムに対するプログラムなどといったように、障害種別にPTが行われている。これらのように障害種別にプログラムが作成されている背景には、実施形態や標的行動の違いからであることが考えられる。

一方で、本邦においては、プログラム実施の際に障害種別に行なうことが、現実的に、倫理的に難しいことが示唆されている(原口他, 2013)。この論文においても、どのような対象に行なわれているかという視点ではなく、どのように行なわれているかという視点からプログラムの特徴や課題が概観されている。プログラム

を実施する際に、状態像別にわけたグループと比較して、様々な状態像を含むグループの効果が同じであれば、プログラム内において障害種別の問題に焦点が当てられていることが考えられる。そこで本研究では、ADHDを対象としたPTの効果と、様々な状態像を対象としたPTの効果を検討することを目的とする。

方 法

原口他（2013）において分析対象とされている論文のうち、「集団」および「個別・集団」と分類された27本の論文のなかから、発達障害もしくは発達障害が疑われる子どもの親を対象とした論文に関して、（1）大学もしくは学会が発行している学術論文であること（学会発表論文集等を除く）、（2）出版社から発行され投稿規定もしくは執筆要項が定められている論文または商業誌、（3）研究助成論文のいずれかの条件を満たす論文のなかから、「支援者が親に対して具体的な養育技術に関する知識やスキルを教授し、実際に、親が子どもに対して指導を実施している」という内容が記載されているもの、または記述内容から親が子どもへ指導していると判断できる実践論文のみを抽出した。これらの論文のうち、事前事後比較が行われている、統計値の記載があるもの11本を抽出した。

また、国立情報学研究所NII論文情報ナビゲータを使用し、「ペアレント トレーニング」のキーワードで検索を行った。原口他（2013）においては2012年3月までの論文を対象としていたため、本研究では2012年3月から2015年6月15日までの期間を対象としたところ、100件の論文が該当した。これらの論文のうち、前述の条件に当てはまるもの7本を抽出した。これらの論文を合わせて、最終的に18本を分析対象とした。なお、メタ分析を行なう際には、各論文における効果指標に対する pre

と post の平均値と標準偏差の推定値を算出し、それらの値をもとに算出した効果量を分析の対象とした。また、効果サイズ指標である d 値については、 $d = 0.20$ は小さい、 $d = 0.50$ は中程度、 $d = 0.80$ は大きいとした（Cohen, 1988）。また、効果量の均質性については、 I^2 値を算出し評価を行った。メタ分析では、各研究に記されている効果指標の効果量、およびプログラム参加者の人数を入力値として、メタ分析ソフト（Comprehensive Meta-Analysis Version2）を用いて分析を行なった。「子どもの行動」を効果指標として記載している論文11本のうち、観察データの測定方法において、pre の測定データを0回とする論文1本については、効果量が大きく、異質性が高くなるため、分析から除外した。また、障害種別の「子どもの行動」に対する効果について、ADHD児を対象とするもの4本、その他異なる障害をもつ児を対象とするものの6本に対して、分析を行った。

結 果

対象となった論文の基本情報

本研究で用いた手続きによって、18本から抽出された研究結果がメタ分析の対象となった。本研究の対象論文において、対象者の障害、症状の属性は、注意欠陥・多動性障害（Attention Deficit/Hyperactivity Disorder：以下、ADHD）8編、広汎性発達障害（Pervasive Developmental Disorder：以下、PDD）2編、アスペルガー障害4編、高機能自閉症2編、自閉症5編であった。また、対象年齢は2歳～成人までであった。分析に含まれた研究の概要をTable1に示した。

効果指標のカテゴリーの分類

PTの効果指標として「親の養育行動の遂行」（5件：免田，2007；佐藤・植田・小川，2010；長澤，2008；荻野・平・安川，2014；水内・阿

Table1
ペアレント・トレーニングの効果を検討した研究

著者(年号)	対象	人数	回数	各指標に対する効果量	pre-postの期間
1 免田(2007)	ADHD 3～10歳	22名	10回	子どもの行動 親の行動 ストレス 抑うつ	0.47 0.48 0.35 0.42 記載なし
2 小暮・阿部・水内(2007)	多動などの問題行動を示す 小1～小4	5名	6回 (2WIに1回)	子どもの行動 不安 エフィカシー	0.36 0.43 0.19 12週間
3 岩坂・清水・飯田・川端・近池・ 大西・岸本(2002)	ADHD 小2～小4	11名	11回 (2WIに1回)	子どもの行動 精神的健康 エフィカシー	0.43 0.02 -1.07 20週間
4 佐藤・植田・小川(2010)	ADHD 小1～小5	10名		子どもの行動 親の行動 抑うつ 不安	0.02 -0.51 0.61 0.77 28週間
5 式部・橋本・井上(2010)	自閉症, アスペルガー 2～6歳	38名 45名	6回 (2WIに1回)	不安	0.72 12週間
6 富澤・横山(2010)	ADHD	24名	10回 (2WIに1回)	子どもの行動 精神的健康	0.39 0.73 20週間
7 全・弓削・岩坂(2011)	PDD, ADHD, MR, 未診断 3～7歳	27名	6～10回 (2WIに1回)	不安 エフィカシー	0.81 -0.98 16週間
8 菅野・小林(1996)	自閉症その他 3歳～6歳	23名	4回 (2WIに1回)	知識	-1.28 16週間
9 阿部・深澤(2011)	アスペルガー, ADHD他 年中～ 小5 5名	5名	5回 (2WIに1回)	ストレス 知識	0.43 -1.4 12週間
10 免田・伊藤・大隈・中野・陣内・ 温泉・福田・山上(1995)	自閉症その他 2～9歳	36名	10回 (1WIに1回)	子どもの行動 ストレス 抑うつ 知識	3.12 0.48 0.27 -2.49 10週間
11 長澤(2008)	自閉症その他 小学生～大学, 成人	27名	3回 (1W, 1M)	子どもの行動 親の行動	1.49 -1.65 4週間
12 米倉・堤・金平・岡崎(2014)	発達障害疑い	4名	5回 (2WIに1回)	子どもの行動 精神的健康	-0.3 0.12 10週間
13 奥野・加藤・山本・村田・福田・ 松崎・富永・平田・橘・酒井・ 毛利・鷹野・谷池(2014)	発達障害疑い	11名	4回 (2WIに1回)	エフィカシー	-1.91 8週間
14 奥野・永井・毛利・吉崎・山本・ 酒井・岩坂・谷池(2013)	広汎性発達障害	30名	6回 (2WIに1回)	エフィカシー	-0.54 12週間
15 本山・松坂・長岡・松尾(2012)	ADHD, アスペルガー, 高機能自 閉症その他	22名	10回 (2WIに1回)	抑うつ エフィカシー	0.24 -0.4 20週間
16 宮澤・小関・小関(2012)	自閉症その他 4歳～17歳	5名	1回	子どもの行動 ストレス	0.55 0.76 2週間
17 荻野・平・安川(2014)	発達障害疑い 小1～小4	6名	10回	子どもの行動 ストレス 抑うつ 知識	0.72 0.33 0.36 -1.69 記載なし
18 水内・阿部(2012)	ADHD, アスペルガー, 高機能自 閉症その他	8名	4回 (2WIに1回)	子どもの行動 知識	0.64 -1.88 8週間

注意欠陥・多動性障害(Attention Deficit/Hyperactivity Disorder: ADHD),
広汎性発達障害(Pervasive Developmental Disorder: PDD), 精神遅滞(Mental retardation: MR)

部, 2012), 「養育行動に関する知識」(3 件: 菅野・小林, 1996; 阿部・深澤, 2011; 免田他, 1995)「エフィカシー」(6 件: 小暮・阿部・水内, 2007; 岩坂他, 2002; 全・弓削・岩坂, 2011; 奥野他, 2014; 奥野他, 2013; 本山・松坂・長岡・松尾, 2012)「育児ストレスの程度」(5 件: 免田, 2007; 阿部・深澤, 2011; 免田他, 1995; 宮澤・小関・小関, 2012; 荻野他, 2014), 「精神的健康」(3 件: 岩坂他, 2002; 富澤・横山, 2010; 米倉・堤・金平・岡崎, 2014), 「抑うつ」の程度」(5 件: 免田, 2007; 佐藤他, 2010; 免田他, 1995; 本山他, 2012; 荻野他, 2014), 「不安の程度」(4 件: 小暮他, 2007; 佐藤他, 2010; 式部・橋本・井上, 2010; 全他, 2011), 「子どもの行動」(11 件: 免田, 2007; 小暮他, 2007; 岩坂他, 2002; 佐藤他, 2010; 富澤・横山, 2010; 免田他, 1995; 長澤, 2008; 米倉他, 2014; 宮澤他, 2012; 荻野他, 2014; 水内・阿部, 2012) のカテゴリーについてメタ分析を行った。PT の効果指標の各カテゴリーに関して, 「子どもの行動」および「親の行動」は質問紙および実際の観察データによる, 子どもの問題行動および親

の養育行動を示している。「ストレス」, 「抑うつ」, 「不安」, 「精神的健康」は質問紙による親の情動面を示している。「知識」および「エフィカシー」は質問紙による親の養育行動に対する知識, および養育行動の実行に対する自信を示している。

論文の均質性について

メタ分析に用いた効果量の均質性について検討することを目的として I^2 検定を行ったところ, 「親の養育行動 ($I^2 = 75.82$)」, 「精神的健康 ($I^2 = 78.49$)」について, 高い異質性が認められた。

ペアレント・トレーニングの効果

PT の効果指標に関して, 「親の養育行動の遂行 ($d = 0.94$)」, 「養育行動に関する知識 ($d = 1.84$)」, 「子どもの行動 ($d = 0.96$)」においては, 大きい効果量が示された。また, 「エフィカシー ($d = 0.74$)」, 「不安の程度 ($d = 0.77$)」においては, 中程度の効果量が示された。一方で, 「育児ストレスの程度 ($d = 0.47$)」, 「精神的健康 ($d = 0.01$)」, 「抑うつ」の程度 ($d = 0.34$)」においては, 小さい効果量が示された (Table2)。

Table2
ペアレント・トレーニングの指標別に対する効果量

ペアレント・トレーニングの効果指標	k	効果量		異質性	
		d	95%信頼区間	I^2	p
親の養育行動に関する知識面に対する効果	5	1.83	(1.46, 2.21)	48.73	0.10
親の養育行動に対する効果	3	0.94	(0.55, 1.32)	75.82	0.02
親の不安に対する効果	4	0.74	(0.43, 1.05)	0.00	0.96
親のエフィカシーに対する効果	6	0.74	(0.46, 1.02)	52.48	0.06
子どもの行動に対する効果	10	0.60	(0.35, 0.86)	31.59	0.16
親の育児ストレスに対する効果	5	0.44	(0.11, 0.77)	0.00	0.98
親の抑うつに対する効果	5	0.34	(0.05, 0.63)	0.00	0.96
親の精神的健康に対する効果	3	0.01	(-0.24, 0.25)	78.49	0.01

K は研究数をさす。

Table3
対象者別の子どもの行動に対する効果量

子どもの行動に対する効果	k	効果量		異質性	
		d	95%信頼区間	I^2	p
その他の障害をもつ児を対象とするグループ	6	0.90	(0.50, 1.29)	45.00	0.11
ADHD児を対象とするグループ	4	0.36	(0.03, 0.70)	0.00	0.83

K は研究数をさす。

障害種別の子どもの行動に対する効果

子どもの行動に対する効果に関して、ADHD児に対するプログラム ($d = 0.36$) と小さい効果であった。また異なる障害をもつ児に対するプログラム ($d = 0.90$) と大きい効果であった (Table3)。

考 察

本研究は、「集団」に対するPTの実施が、親子双方に及ぼす効果について、メタ分析を用いた展望を行なうことを目的とした。

ペアレント・トレーニングの指標別に対する効果量

PTの実施によって、「親の養育行動の遂行」、「養育行動に対する知識」に対する効果について、本研究の対象論文からは大きい効果が得られた。PTにおいては、子どもの問題行動を変容することを目的として、親の働きかけに対するアプローチを行っているため、親の行動および知識に関して、大きい効果がみられたことが考えられる。

一方で、「育児ストレスの程度」、「抑うつ程度」に対しての効果は低いことが示された。これらの変数に対する効果が低いことの要因として、PT内にて扱った行動については改善されるが、その他の子どもの行動に対しての対応が身に付くまでに時間がかかるため、ストレスや抑うつに対する効果が低いことが考えられる。そのため、プログラム実施後期間において

から、これらの要因の測定を行なうことが望ましいと考えられる。

対象者別の子どもの行動に対する効果量

論文数、尺度の問題が見受けられるが、異なる障害をもつ児を対象としたグループにおいて、子どもの行動が改善されることが示された。これらの結果から、子どもの障害が異なる他の参加者の対応を知ることによって、自身の子どもの行動への対応のレパートリーが広がったことで、子どもの行動が改善された可能性が考えられる。したがって、障害種別のプログラムに加え、異なる障害をもつ児に対するPTのプログラムに対しても、効果の検討を行っていく必要があることが考えられる。

本研究の限界と展望

異質性の検討の結果、いくつかの効果指標について、メタアナリシス結果に中程度から高い統計的異質性が認められた。他の研究が「親の養育行動の遂行」を質問紙で測定していることと比較して、長澤 (2008) の研究においては、測定する際に親が子どもの行動に対して対応できた回数を用いているため、効果サイズが大きい可能性があることが考えられる。今後は、効果評価のカテゴリーのみだけでなく、測定方法を含めた効果検討を行なうことが望ましいと考えられる。

引用文献

*メタ分析に用いた文献

- * 阿部 美穂子・深澤 大地 (2011). 教育相談機関におけるグループペアレント・トレーニングの効果と参加者アンケートによるプログラムの妥当性の検討 富山大学人間発達科学部紀要, 5, 29-39.
- Cohen, J (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. 2nd ed. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- 原口 英之・上野 茜・丹治 敬之・野呂 文行 (2013). 我が国における発達障害のある子どもの親に対するペアレントトレーニングの現状と課題——効果評価の観点から——行動分析学研究, 27, 104-127.
- * 岩坂 英巳・清水 千弘・飯田 順三・川端 洋子・近池 操・大西 貴子・岸本 年史 (2002). 注意欠陥／多動性障害 (AD/HD) 児の親訓練プログラムとその効果について 児童青年精神医学とその近接領域, 43, 483-497.
- * 小暮 陽介・阿部 美穂子・水内 豊和 (2007). グループペアレント・トレーニングプログラムの効果についての検討——教育センターにおける実践から—— 富山大学人間発達科学部紀要, 2, 137-144.
- * 免田 賢 (2007). AD/HD に対する親訓練プログラムの効果について 佛教大学教育学部論集, 18, 123-136.
- * 免田 賢・伊藤 啓介・大隈 紘子・中野 俊明・陣内 咲子・温泉 美雪・山上 敏子 (1995). 精神遅滞児の親訓練プログラムの開発とその効果に関する研究 行動療法研究, 21, 25-31.
- 三浦 正江 (2014). 中学生の親を対象とした認知行動理論に基づく親トレーニング・プログラムの実践 学校メンタルヘルス, 17, 50-59.
- * 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.
- * 水内 豊和・阿部 美穂子 (2012). 教育相談センターが実施する「気になる子」の保護者に対するペアレント・トレーニングのあり方と効果 LD 研究, 21, 270-284.
- * 本山 和徳・松坂 哲應・長岡 珠緒・松尾 光弘 (2012). 発達障害児の養育に困難感を抱く母親に対するペアレントトレーニングの効果 脳と発達, 44, 289-294.
- * 長澤 正樹 (2008). 新潟大学方式親のスキル訓練プログラム (NIP-SKIP) の有効性と子どもの問題行動改善にかかわる要因の分析——親による自己評価を通して—— LD 研究, 17, 364-373.
- 野口 啓二 (2003). 児童虐待への取り組み——ペアレント・トレーニングを用いた親へのアプローチ—— 行動療法研究, 29, 107-118.
- * 荻野 昌秀・平 雅夫・安川 直史 (2014). 発達に課題のある児についての福祉センターでのペアレントトレーニングのプログラム開発とその効果 自閉症スペクトラム研究, 11, 49-54.
- * 奥野 裕子・加藤久美・山本知加・村田絵美・福田祥子・松寄順子・谷池雅子 (2014). 大阪府堺市における4・5歳児発達相談事業後の支援として——短縮版ペアレント・トレーニング (堺市版) の試み—— 小児保健研究, 73, 88-95.
- * 奥野 裕子・永井 利三郎・毛利 育子・吉崎亜里香・山本 知加・酒井 佐枝子・谷池雅子 (2013). 広汎性発達障害に対するペアレントトレーニング (少人数・短縮型) の有効性に関する研究 脳と発達, 45, 26-32.
- * 佐藤 正恵・植田 映美・小川 香織 (2010). ADHD 児の保護者に対するペアレント・

- トレーニングの有効性について 岩手大学
人文社会科学部研究紀要（アルテスリペラ
レス）, 86, 27-40.
- Schaefer, C., & Briesmeister, J. M. (1989)
Introduction. In Schaefer, C. E., &
Briesmeister, J. M. (Eds.), *Handbook of
parent training: parent as co-therapists for
children's behavior problems*. John Wiley
& Sons, NY. 山上敏子・大隈紘子監訳
(1996), 共同治療者としての親訓練ハンド
ブック（上）, 二瓶社, 1-12.
- * 式部 陽子・橋本 美恵・井上 雅彦 (2010).
保健師を中心にした発達の気になる子ども
のペアレント・トレーニングの試み 小児
の精神と神経, 50, 83-92.
- * 菅野 千晶・小林 重雄 (1996). 発達障害幼
児の親指導プログラムに関する検討——児
童相談所におけるプログラムの実施——
行動分析学研究, 10, 137-151.
- * 冨澤 弥生・横山 浩之 (2010). 注意欠陥/
多動性障害児へのペアレントトレーニン
グによる効果の検討 小児の精神と神経,
50, 93-101.
- * 米倉 裕希子・堤 俊彦・金平 希・岡崎 美里
(2014). 発達障害児のペアレントトレーニ
ングの有効性に関する研究——家族の感情
表出とペアレントトレーニング—— 社会
福祉学研究紀要, 17, 17-22.
- * 全 有耳・弓削 マリ子・岩坂 英巳 (2011).
ペアレント・トレーニングの手法を用いた
保健所における親支援教室の有用性に関す
る検討 小児保健研究, 70, 669-675.

Effect of behavioral theory population parent training —A study by the meta-analysis—

Shiho UDAGAWA *, Syunsuke NONAKA*, and Hironori SHIMADA**

*Graduate School of Human Sciences, Waseda University

**Faculty of Human Sciences, Waseda University

Abstract

Parent training for child behavior problems due to such developmental disorder, is an approach that parent is intended to provide the knowledge and skills. The present study, the impact of the implementation of parent training on each effect indicators, was intended to be examined from the quantitative side using a meta-analysis. In addition, programs for ADHD children, and for programs for children with other disorders, we have examined the effect on the “children's behavior.” As a result, “the performance of parenting behavior of parents ($d = 0.94$)”, large effect was observed for the “knowledge of the rearing behavior of the parent ($d = 1.83$).” In addition, large effect was observed for the “child's behavior ($d = 0.90$)” in the program for children with other disorders. From these results, such as parental knowledge and behavior, it was found to exhibit a high effect in terms of the skills for parenting.

Key words: parent training, effect indicators, meta-analysis