

発達障がい児をもつ保護者への心理的支援
- ACT ワークショップによる影響から -

立命館大学大学院
応用人間科学研究科
対人援助学領域
障害・行動分析クラスター
菅野 晃子

本研究では、自閉症児をはじめとする発達障がい児をもつ保護者への心理的支援として、アクセプタンス・コミットコメント・セラピー(Acceptance & Commitment Therapy : 以下,ACT)に基づいた介入プログラムを取り入れた。その効果を実証的に検討することを目的とした。

発達障がい児をもつ保護者 14 名に対して、2 日間の ACT ワークショップを行った。ワークショップの効果として複数の尺度を介入の前後、計 4 回測定して得られた結果を分析した。

分析 1 ではワークショップの介入効果をグループ単位で検討した。マインドフルネスなどの ACT 特有のプロセスが結果に寄与しているかは明確にはならなかったが、抑うつなどの保護者の心理的問題を改善する結果が得られた。

分析 2 ではワークショップ前の尺度得点が Cut-off 値を上回った人(抑うつ尺度は 12 点以上、精神的健康度尺度は 7 点以上)を分析対象者とした。この 4 人の分析対象者に臨床的な改善がみられたかを検討したところ、その改善率は 50%であった。この改善率を評価するための対照群を設ける必要がある。

以上の分析から、ACT ワークショップが発達障がい児をもつ保護者への心理的支援として機能すると考えられる。今後はこれの結果に ACT 特有のプロセスが影響を及ぼしているか、研究デザインや評価方法などを十分検討した上で、実証研究を積み重ねていくことが望まれる。さらに、対人援助の観点からも家族への心理的支援としての ACT のあり方を考えていく必要があるだろう。