

不安の強い子どもとその親の不安軽減のための

## FCBTオンデマンド・プログラム受講者募集のお知らせ

2023年12月～

(全8回+個別面談)

受講費は無料

(通信費等は自己負担となります)

対象は不安症状の強い

お子様とその保護者様

本研究では、子どもの不安症状や、その保護者様のストレス・不安軽減のためのFCBTオンデマンド・プログラムの開発を行っています。

このプログラムの受講をご希望される保護者様には、まずオンラインの登録フォームの質問にご回答頂きます。そして、お子さまの症状がFCBTオンデマンド・プログラムの対象となるようなものかを確認後、改めてプログラムの受講をお願いする流れとなっております。

以下の説明事項をよくお読み頂き、研究への参加をご希望される方は、登録フォームよりお申し込み下さい。



### FCBTオンデマンド・プログラムの対象

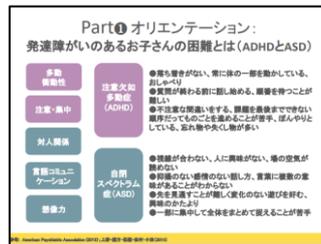
- 発達障がい（ASD や ADHD 等）の症状と高い不安症状がある小学高学年～中学3年生のお子様とその保護者様
- オンラインでの個別面談と全8回のオンデマンド講座を受講頂ける方
- 発達障がいの**正式な診断がないお子様でも**受講頂けますが、資料や漫画の閲覧が出来るお子様が対象となります。



### FCBTオンデマンド・プログラムの内容

- FCBTオンデマンド・プログラムとは、家族に焦点化した認知行動療法（Family-based Cognitive Behavioral Therapy）を行うものです。海外の研究ではエビデンスが蓄積されつつありますが、国内では比較的新しい支援アプローチです。
- FCBTでは、子どもの不安症状軽減のための対処方法を保護者（家族）が学び、保護者からお子様に対し日常的に働きかけて頂くことで、長期的な効果が期待できると報告されています。
- 本研究で実施するFCBTオンデマンド・プログラムの受講は、各回約30分程度となります。**毎回、ご登録いただいたメールアドレスにプログラム資料（PDF）が配信され、資料を読まれた後、オンライン上のフォームに記録を入力して頂きます。**フォームへの回答が確認されましたら、次の講座資料が送付されます。

- 親用のプログラムの内容は、保護者様ご自身のストレスマネジメントと、発達障がい症状や問題行動、不安症状の対処方法について、お子様との関わり方やご自身のストレス対処方法等に関する資料を読んで頂き、ご家庭で実践して頂くための講座となっています。
- またお子様自身にも不安症状の知識と対処方法を獲得するための漫画を閲読頂きます。全2回（各15分程度）の内容で、閲読後に簡単なアンケートにご回答頂きます。



プログラムで紹介するコンテンツ例（お子様には漫画を読んでいただきます）

## スケジュール

- 2023年12月以降、オンラインでの面談を（親子）実施された方から随時スタートします。毎週1回程度、オンデマンド・プログラムが全8回更新されます。

注. 毎回のプログラム資料閲読後にアンケートにご回答頂いた方のみ、次の資料が配信されます。

## 実施の流れ

1. 本ページに記載しているURLにアクセス頂きお申し込み下さい。お申し込み時には、本研究へのご協力に同意頂いた上で、10分程度のアンケートにご回答頂きます。
2. お申し込み完了後、保護者様とお子様と一緒に、オンラインで面談をさせていただきます。ここでは、お子様にも不安症状に関するアンケートにお答え頂くほか、どのような困りごとがあるのかを伺います。所要時間は20分程度です。
3. プログラム開始直前に、保護者様の育児ストレスや精神的健康、養育スタイル等を測定した上で、プログラムを受講頂きます。測定方法はオンラインのアンケートへのご回答となり、所要時間は約20分です。
4. プログラム終了後に、保護者様・お子様とオンライン上で面談を実施し、アンケート機能を使って、お子様の不安症状の変化を伺います。また、保護者様には育児ストレスや精神的健康等を測定させていただきます。

## ！ お申し込みにあたってのご注意

- FCBTのプログラムの対象に当てはまらない場合は、ご受講頂けません。
- 過去に本プログラムを受けられた方は、お申し込み時にその旨をお知らせください。
- 研究参加にあたって、お子さまの同意も必要です。
- 現在、精神疾患等の治療中の方は、このプログラムへの受講が問題ないか主治医の先生にご相談の上、お申し込みください。

## お申し込み

下記 URL あるいは QR コードよりフォームにアクセスしお申し込み下さい。

<https://forms.gle/QkfuMcu4EM1pibaZA>



## 研究の趣旨

発達障がいのある子どもの不安は、強くなると、その症状による困難だけでなく、社会的スキルの低下や親子関係の問題等がおこりやすくなるといわれています。また、不安症状が強い子どもの保護者は、子どもの症状や行動による問題が影響し、精神的健康の不調や育児の難しさを感じやすいとされています。二次的な問題予防のためにも、保護者と子どもの不安症状軽減に向けたサポート方法を明らかにすることが重要であると考えています。

本研究の結果は、論文として学会発表、学術雑誌等での発表を予定しております。なお、この研究に関する費用については、神戸大学 GAP ファンドプログラムの助成を受けています。



## この研究における倫理的配慮

- 研究へのご参加は自由意志に基づきます。ご参加されないことで不利益をこうむることは一切ございません。
- 必要な個人情報、所属グループ名とお名前（カタカナ表記）のみです。
- プログラムで収集した情報が研究以外の目的で使用されることはございません。また、プログラムで収集した情報を研究で使用する場合は、ID 化等、匿名化した上で使用いたします。
- 研究で実施されるサポート方法やアンケート等は、すでに研究実績があり内容を吟味しておりますが、万が一、実施にあたって心理的負担を感じるがありましたら、研究への参加を中断して頂いてかまいません。
- 何かお気づきの点や、プログラム開始後に強いストレス等を感じられましたら、研究実施責任者あるいはプログラム担当者にご連絡・ご相談をお願いします。



## 研究実施者

- 研究代表責任者：神戸大学大学院人間発達環境学研究科 准教授 山根隆宏
- 研究実施責任者：同研究科 博士研究員/日本学術振興会特別研究員 野上慶子



## お問い合わせ

本研究に関してご不明な点等がございましたら、下記の連絡先までご連絡下さい。

- 野上慶子（神戸大学大学院人間発達環境学研究科 博士研究員/日本学術振興会特別研究員）  
メールアドレス：keikonogami31(アット)people.kobe-u.ac.jp (アット)の部分に@に変換して下さい。

**※メールがブロックされてしまう方がいらっしゃいますので、上記メールアドレスからメール受信できるように、設定をご確認ください。**

