

氏名	武田 瑞穂		
学位の種類	博士（障害科学）		
学位記番号	博甲第 9109 号		
学位授与年月	平成 31年 3月 25日		
学位授与の要件	学位規則第4条第1項該当		
審査研究科	人間総合科学研究科		
学位論文題目	成人期の ADHD へのコーチングの有効性に関する臨床研究		
主査	筑波大学教授	博士（教育学）	熊谷恵子
副査	筑波大学准教授	博士（心身障害学）	岡崎慎治
副査	筑波大学准教授	博士（教育学）	小林秀之
副査	筑波大学教授	博士（人文科学）	安藤智子

論文の内容の要旨

武田瑞穂氏の博士学位論文は、成人期の ADHD へのコーチングの有効性を臨床的に検討したものである。その要旨は以下のとおりである。

第1章では、成人期の ADHD（以下、成人 ADHD）の診断、概要、日常生活上の困難、自尊感情、および薬物療法・非薬物療法による治療について現在までの研究を概観している。第2章では、コーチングという支援アプローチは、「コーチと支援対象者であるクライアント（以下、C1 とする）との関係性は上下関係になく、協働関係や対等に近い斜めの関係にあること」、また「様々な方法によって短時間で頻回に連絡を取るなどフレキシブルさがあること」、「心理的に直接介入しない方法であること」が特徴として挙げられることを述べている。しかし、コーチングが成人 ADHD の支援アプローチとして海外で用いられてきてはいるが、その有効性が科学的に十分に検証されていないことも課題であると書かれている。

それらを踏まえて、著者の研究に入る。第3章では、成人 ADHD へのコーチングの有効性を臨床的に検討するという本研究の目的と研究の構成が述べられ、第4章には、本論文の研究全体に参加した支援対象者の属性概要および共通の手続きについて、著者は記載している。

第5章の研究1では、10名の成人 ADHD を対象にコーチングを実施し、自記式質問紙および既存尺度による介入前後の日常生活上の支障と気分や感情の変化を測定しており、その結果、日常生活上の機能障害の中でも、家族と職場の支障の程度が緩和され、また身辺管理全般および時間管理困難が低減され、自尊感情と活気が向上し、緊張不安が軽減したことが述べられている。従って、コーチングが心理面に直接介入せずとも自尊感情や気分に変化をもたらし、好循環を生み出すことが示唆されている。

また、第6章 研究2では、コーチングを適用した C1 の、その内容を詳細に検討し、生活上の変化をもたらす部分と変わりにくい部分について検討している。その結果、ADHD 症状や気分・感情、日常生活上の改善、自尊感情での改善が、9週間より20週後に多く見られていることを示している。このことから、コーチングは即効性には欠けるが、継続的に行われることでより効果を発揮するものと推測している。一方、直接生理的な問題である睡眠に関連する時間管理には改善をもたらすにくいことが示唆されている。

第7章から第9章は、成人 ADHD に対するコーチングを拡充・補完する支援アプローチを質的に検討

している。

第7章の研究3では、コーチングと読書療法を施行したC1に聞き取り調査を行い、その内容をKJ法により整理・統合した。その結果、読書療法の長所として、「内容が参考になる」など、「本の利点を享受できる」こと、しかし、自己流のやり方で失敗するといったADHD特性が関係する短所があることを示せた一方で、読書療法の短所として、「ガイド不在の状態になる」が、コーチングは「ガイド機能がある」という長所があることが示されている。これより、コーチングによりガイド機能を持たせた上で、読書療法によって、知識的な側面を補うことができると述べている。

第8章の研究4では、発達障害の対人関係支援や日常生活支援によく用いられるSST（ソーシャルスキルトレーニング）とコーチングの双方を受けたADHDおよびASDのC1の体験の記述内容・口述内容を検討している。その結果、ADHDのC1は、日常生活場面における職場や友人との関係を振り返り、自己の在り方を省みていた一方で、ASDのC1では、日常生活ではなくSSTそのものの場면을振り返って反省し、それは技術的な側面に関連した体験内容であることが示された。従って、成人ADHDにとってSSTをコーチングと合わせることにより、より多面的な自己分析につながる可能性が考えられ、コーチングでの具体的な行動計画に結び付く契機となるものと考えている。

第9章の研究5では、Skype（テレビ電話）やメールを使ったCMC（Computer Mediated Communication）としてのコーチングの特徴を検討している。その結果、CMC特有の事象として、「生活の一部の切り取り」「ツールとしてのスカイプ」「パラ言語の使用」などのコードが示され、家庭で起こるADHD症状を共有できる長所、およびADHD症状に由来するC1の負担や配慮が必要となることが示されている。

以上、これら5つの研究より、第10章 結論部では、研究1, 2より心理面には直接的に介入しないコーチングという支援アプローチは、身辺管理の支障を改善する効果があること、また、それによって行動面の変化に伴い気分さらには自尊感情にも正の変化が現れるという好循環が生じることを科学的根拠に基づいた実践として意味があることを示唆している。研究3, 4, 5より、コーチングと読書療法、SSTの併用、およびCMCによるコーチングの実施の特徴を分析し、コーチングに対して他のアプローチがどのように拡充できるかについての点を明らかにしている。さらにはコーチングの支援アプローチの1つとして遠距離等で対面による実施ができないような場合に、CMCを利用に関する工夫や注意点についても触れており、これによって、直接面談する以外の方法も注意点を抑えれば可能であることを示している。よって、本研究で著者は、これまで焦点が当てられていなかった成人ADHDへのコーチングの有効性と限界を述べることができたと考えられる。

審査の結果の要旨

（批評）

著者は、本論文において、これまで効果検証が不十分であったが、海外でよく行われるようになってきたコーチングという支援アプローチを、成人ADHDに対して臨床的に適用した場合の有効性について、指導前後の詳細な質問紙調査等で、コーチングで改善する部分と改善しにくい部分を明確にしたこと、さらには、コーチングと読書療法、コーチングとSSTという他の支援アプローチと比較検討し、コーチングとそれらの支援アプローチの長所・短所を明らかにし、どのような点でコーチングを拡充することができるかについて明らかにした。さらには、コーチングをCMCとして使用する場合の長所や配慮点も具体的に挙げ、臨床的にコーチングを適用・補完する際の条件を整理できた点で、博士論文として高く評価される。

平成31年1月30日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行い、最終試験を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士（障害科学）の学位を受けるのに十分な資格を有するものと認める。