

親密な関係性と個人のwell-beingの関係の検討

修士課程1年 松本 珠実
修士課程1年 下田 茉莉子
博士課程2年 井原 祐子
准教授 滝沢 龍

はじめに

夫婦関係と個人の精神的健康

親密な関係性には様々あるが、本論考では夫婦関係とそれに準ずる関係（婚約関係・同棲カップル）に着目する。ここではそれらをまとめてカップルと呼ぶことにする。カップル関係と個人の精神的健康の関連性は、臨床群・非臨床群双方において認められる（Cooper, 2018）。

ポジティブな関連 良質な夫婦関係は、男女双方において抑うつと負の相関を持ち、個人の幸福度を予測する最も強力な因子の一つであるとも言われる（Whisman, 2001; Ruvolo, 1998）。良質なカップル関係にある個人は、そうでない個人に比べて、社会性障害や仕事における障害、一般的なストレスが低く、主観評価による健康度も高いという報告がある（Whisman, Uebelacker, & Bruce, 2006）。また、ある実験研究では、夫婦の親密な関係性が実際のストレスや痛みを緩和させる可能性があることが示唆された（Coan, Schaefer, & Davidson, 2006）。それに加え、良好な夫婦関係は、その関係にある2人のみならず、子どもにも心理・社会・学業の面で良い影響を与えることが示唆されている（Zemp, Bodenmann, & Cummings, 2016）。

ネガティブな関連 一方で、夫婦関係がうまく機能していない場合、個人の精神的健康に様々な悪影響が及ぼされうる。これまでの研究で、夫婦間苦悩は不安障害・気分障害・物質使用障害と関連し、質の低い結婚関係にある個人はうつ症状を呈する傾向があることがわかった（Goldfarb & Trudel, 2019; Whisman, 2007）。これは夫婦間の不和や不満が、パートナーからのサポートを制限することで、ストレスが高まり、抑うつのリスクも高まるというMarital discord model of depressionにより説明できると考えられる（Proulx, Helms, & Buehler, 2007）。また、抑うつ脆弱性を持つ個人は自ら

客観的ストレスを作り出してしまうというStress generation modelによれば、うつ症状を持つ個人が、ストレスを引き起こすようなパートナー関係を構築し、結果としてその個人の抑うつ症状が悪化しているということも考えられる（Liu & Alloy, 2010; Proulx, Helms, & Buehler, 2007）。以上から、個人の精神的健康と夫婦の関係性は双方向的に影響しあっているとと言える。

Relationship education

関係性苦悩の予防は、パートナーと子どものwell-beingを高める可能性があると言われている（Bodenmann, Hilpert, Nussbeck, & Bradbury, 2014）。アメリカでは、10年のうちには3組中1組が離婚し、関係を維持している夫婦でもその33%が結婚関係に対し不満を持っている（Bramlett & Mosher, 2001）。以上のような関係を維持している夫婦の不和に対して、教育的介入が予防に効果的かという研究がなされてきた。

上記のような、カップルを対象とした教育的介入の一つにRelationship education（人間関係の教育）がある。Relationship educationとは、健康な関係を築くことを目的とした教育プログラムである。効果が実証されているRelationship educationは、12から15時間のカリキュラムで構成されており、関係維持を目指す上で重要な知識（the importance of commitment, developing shared and realistic relationship expectations）とスキル（couple communication problem solving, coping）を参加者に提供する（Halford, Markman, & Stanley, 2008）。

従来、このようなカップルを対象とする予防教育的介入プログラムは、結婚を控えたカップルや第一子を迎える夫婦を主な対象として行われてきた。（Schulz, Cowan, & Cowan, 2006）。こうした時期は、関係満足度が著しく低下する移行期である（伊藤, 2015）。既に

著しい心理的苦悩を抱えたカップルを対象とするカップルセラピーとは異なり、Relationship educationは従来、カップル関係の苦悩を予防できるよう支援する教育プログラムである (Lavner, Barton, & Beach, 2019)。実施方法は、ワークショップや電話によるコーチングからDVDやウェブベースまで多岐に渡り (Doss et al., 2016; Halford, Petch, & Creedy, 2010)、メタアナリシスによればそのような予防教育的介入は、カップル関係満足度、コミュニケーションスキルなど関係性の結果において低～中程度の効果があることがわかっている (Hawkins, Blanchard, Baldwin, & Fawcett, 2008)。

しかし、Relationship educationは、カップル関係の結果に重きを置く一方、関係性と双方向に影響を持つと考えられる個人の結果に対して効果があるか否かは、十分に検討されているとは言えない。夫婦関係の向上を目的としたRelationship educationのような介入プログラムがその裾野を広げるには、関係性のみならずパートナー個人のwell-beingにも寄与することが必要である (Knox & Fein, 2008)。以上を踏まえて、本論考では、Relationship educationが関係性のみならず個人の機能にも効果を持つか、国内外のRelationship educationの介入研究について先行研究をレビューし考察する。

本論考の目的

Relationship educationの中でもカップルの関係性と個人の機能の2つの指標をとっている介入研究を抽出し検討する。対象は異性愛者の夫婦双方で、また予防の観点から現在疾患を抱えていないカップルが対象として含まれていること、介入結果の質の担保という点からランダム化比較試験を採用している介入研究に限定してレビューする。

方法

文献検索

2010年から2020年のうちに投稿された英語と日本語の介入研究を抽出した。英語論文に関しては、web of scienceとPubmedの2つの検索エンジンを使用し、検索ワードは“Relationship education”と“Randomized controlled trial”を用いた。日本語論文に関しては、検索エンジンのCiNiiを使用し、Relationship educationにあたる日本語訳が確認できなかったため、“夫婦”、“介入”、“心理”の検索ワードを採用した。最終的な検索は2020年2月2日に行った。

論文の採用基準

本論考のレビューに採用する基準は以下の通りである。1) Relationship educationの介入研究であること、2) ランダム化比較試験 (RCT) を採用していること、3) 身体・精神疾患を持たない異性愛者の夫婦双方を対象に含んでいること、4) 関係性における機能 (関係満足度、コミュニケーション等) と個人の機能 (Well-being, 抑うつ, 不安等) 双方の指標を用いて効果を検証していること。

論文の選別過程

英語論文 合計で76の研究論文が抽出された。そのうち重複する10論文を除外した (n=67)。アクセス権がない論文 (n=4)、質的・レビュー・メタアナリシス・RCTではない介入等、研究デザインが本論考の採用基準を満たさない論文 (n=14)、同性カップルやカップルのうち片方のみが介入に参加している等、対象が本論考の採用基準を満たさない論文 (n=15)、そして関係性機能に関する指標のみで個人機能の指標がない論文 (n=27) を除いた。最終的に6の論文が抽出された (表1)。

日本語論文 16の研究論文が抽出された。このうち本論考の採用基準を全て満たす論文は0であった。

結果

英語論文

抽出結果 本論考の文献検索方法では、疾患のない異性愛夫婦2人を対象にしているRelationship educationのうち、RCTを採用していて関係機能と個人機能の両方の指標で効果を検証している介入研究が6件抽出された。6の研究の概要については、表にまとめる (表1)。

関係性指標 抽出された6論文で使われていた関係性指標は以下の通りである。

▶ The Dyadic Adjustment Scale (DAS; Spanier, 1989),

▶ Couples Satisfaction Index (CSI-16; Funk & Rogge, 2007), ▶ Relationship satisfaction (Partnerschaftsfragebogen; PFB; Hahlweg, 2016),

▶ Positive and Negative Relationship Quality scale (PNRQ; Fincham & Rogge, 2010), ▶ Frequency and Acceptability of Partner Behavior Inventory (FABPI; Christensen & Jacobson, 1997; Doss & Christensen, 2006), ▶ Interpersonal Reactivity Index (IRI; Davis, 1980), ▶ Self-Dyadic Perspective-Taking Scale (SDPTS), ▶ Other-Dyadic Perspective-Taking Scale

表 1 論文まとめ

著者	実施国	対象 (サンプルサイズ)	介入手段	尺度		結果
				関係性の指標	個人の指標	
Doss et al (2014)	アメリカ	第一子妊娠中でリスクファクターを持つカップル (n=180)	<ul style="list-style-type: none"> • Integrative Behavioral Couples Therapyに基づく。出産前2セッション、出産後2セッションの合計6hrs。 	<ul style="list-style-type: none"> • DAS • FABPI • Conflict Tactics Scale-2 • PAM • The Childcare Responsibility Questionnaire 	<ul style="list-style-type: none"> • BDI-II • PSS 	女性とハイリスクの男性において、Relationship satisfactionの低下が抑えられ、中～高程度の効果があった (Cohen's $d=0.53$ [出産2年後女性]-0.87[出産1年後の女性])。出産後一年の間、女性の知覚ストレスは有意に低かった。
Gambrel & Piercy (2015)	アメリカ	18才以上で第一子を妊娠中のカップル (n=66)	<ul style="list-style-type: none"> • The Mindful Transition to Parenthood Program。 • 4週間にわたり計8hrs。 • 親になる際のカップルとしての経験に関する心理教育とrelational mindfulnessの体験的学習。 • 宿題で毎日15分のマインドフルネス実践 	<ul style="list-style-type: none"> • CSI • IRI • SDPTS • ODPTS 	<ul style="list-style-type: none"> • PFMQ • DASS-21 • PANAS 	男性において、Relationship satisfaction (η^2 partial = .13) とMindfulness (η^2 partial = .18)、Negative affect (η^2 partial = .14) 女性においてはいずれも有意な変化は見られなかった。
Rhoades (2015)	アメリカ	18歳以下の子ども、または妊娠中のカップル	<ul style="list-style-type: none"> • Within Our Reach • PREP (Prevention and Relationship Enhancement Program) に基づく。 • 28hrs 	<ul style="list-style-type: none"> • Relationship happiness • Marriage in trouble • warmth and support • Negative behavior and emotions • Partner's psychological abuse • Partner's physical assault • Partner's severe physical assault • Infidelity • cooperative co-parenting 	<ul style="list-style-type: none"> • K6 	12ヶ月後のフォローアップにおいて、Relationship happiness, warmth and support, positive communication, negative behavior and emotion, less psychological abuseが男女両方で、男性におけるphysical assault, 女性におけるpsychological distressで、小程度の効果があった。(df= .12-.2)
Doss et al (2016)	アメリカ	インターネットやSNSでの募集に応じたカップル (n=300)	<ul style="list-style-type: none"> • OurRelationship Program • オンラインプログラム (8hrs) とコーチによる電話 (15min × 4) 	<ul style="list-style-type: none"> • CSI • PNRQ • Confidence Scale 	<ul style="list-style-type: none"> • CES-D • GAD • Quality of Life-Brief • Work functioning 	Relationship satisfaction ($d=0.69$), relationship confidence ($d=0.47$), and negative relationship quality ($d=0.57$)に小～中程度の効果があった。 Depression symptoms ($d=0.5$, 0.71) と anxious symptoms ($d=0.21$, 0.94), perceived health ($d=0.23$, 0.51), work functioning ($d=0.19$, 0.57), and quality of life ($d=0.18$ -0.44)で、フルサンプルにおける分析 (前者) では小～中程度の、介入前から問題を抱えていたサンプル (後者) では中～高程度の効果があった。
Kroger et al (2017)	ドイツ	苦悩を抱えた軍隊カップル (n=32)	<ul style="list-style-type: none"> • PREPに基づく。 • communication と problem solving中心。 • 4hrsの復習コース 	<ul style="list-style-type: none"> • PFB • PL 	<ul style="list-style-type: none"> • BSI 	Unresolved conflictの減少があった。 男性のみにおいて、Relationship satisfactionに中～高程度の効果があった。
Doss et al (2019)	アメリカ	21~64才の苦悩を抱えたカップル (n=302)	<ul style="list-style-type: none"> • OurRelationship Program • オンラインプログラム (7hrs) とコーチによる電話 (15min × 4) 	<ul style="list-style-type: none"> • CSI-16 • PNRQ • Confidence Scale 	<ul style="list-style-type: none"> • CES-D • GAD • Work functioning • The Quality of Life-Brief 	介入中、Relationship satisfaction ($d=0.93$), Relationship confidence ($d=0.64$), そしてNegative relationship quality ($d=0.73$) において中～高程度の効果があり、12ヶ月後の測定でもその効果は維持された。 介入中、Depressive symptoms ($d=0.61$), Anxious symptoms ($d=0.57$), Work functioning ($d=0.23$), Quality of life ($d=0.67$), and Perceived health ($d=0.31$) に小～中程度の効果があり、そのうちDepressive symptoms, Work functioning, Quality of life と Perceived healthの効果は12ヶ月後の測定でも維持された。Anxious symptomsに関しては、介入後から12ヶ月後の測定の間でも、有意な減少があった。

(ODPTS; Long & Andrews, 1990), ▶ Confidence Scale (Rhoades, Stanley, & Markman, 2009), ▶ Conflict Tactics Scale-2 (Straus & Douglas, 2004), ▶ Relationship conflict (Problem List; PL; Hahlweg, 2016), ▶ Relationship happiness(単項目), ▶ Marriage in trouble (単項目), ▶ Index of warmth and support in the relationship, ▶ Positive communication skills, ▶ Negative behavior and emotions, ▶ Partner's psychological abuse, ▶ Partner's physical assault, ▶ Partner's severe physical assault 関係満足度や幸福感などの主観的指標, パートナー間における諸問題などの客観的指標の主に2方向の指標が採用されていた。

個人の指標 抽出された6論文で使われていた個人の指標は以下の通りである。

▶ The Beck Depression Inventory- 2nd Edition (BDI-II; Beck, Steer & Brown, 1996), ▶ Center for Epidemiologic Studies—Depression (CES-D 10; Cole, Rabin, Smith, & Kaufman, 2004), ▶ K6 Mental Health Screening Tool (Kessler et al., 2003), ▶ The Depression Anxiety Stress Scale—21 (DASS-21; Lovibond & Lovibond, 1995), ▶ Generalized Anxiety Disorder 7-item (GAD-7; Spitzer, Kroenke, Williams, and Löwe, 2006), ▶ Positive and Negative Affect Schedule (PANAS; Watson, Clark, & Tellegen, 1988), ▶ General symptom distress (Brief Symptom Inventory; BSI; Franke, 2000), ▶ The Perceived Stress Scale (PSS; Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983), ▶ Quality of Life—Brief (WHO; WHOQOL Group, 1998), ▶ Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ; Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer, & Toney, 2006), ▶ Work functioning (単項目)

抑うつや不安, 感情やストレスなどの心理面に着目した指標のみならず, QOLやwork functioningなどの個人の生活・社会機能に関する指標も確認された。

日本語論文

抽出結果 本論考の文献検索法では, 疾患のない異性愛夫婦2人を対象にしているRelationship educationのうち, RCTを採用していて関係機能と個人機能の両方の指標で効果を検証している介入研究は0であった。

考察

カップルの関係性と個人の精神的健康は関連しており, 前者の機能向上を目指すRelationship educationは, カップル関係には一定の効果がわかっているものの, 個人の精神的健康にも寄与するか否かは十分に検討されていない。そこで, 本論考では, 特定のキーワードで検索した論文の中から, Relationship educationの中でも“カップルの関係”と“個人の機能”の2つの指標をとっている介入研究を抽出し検討した。検索の結果, 英語論文では76の論文から本論考の基準に合う6の論文が抽出された。日本語論文では, 検索の結果16の論文が見つかったものの, 基準に合う論文は0であった。

英語論文

抽出過程に関する考察 今回のレビューでは, 頑健な研究デザインを採用し夫婦双方に介入している33の論文のうち, 27の論文が「個人の精神的健康への効果を結果として考慮していない」ことを理由に除外された。カップル関係向上を目的としたRelationship educationのような介入プログラムがその裾野を広げるには, 関係性のみならずパートナー個人のwell-beingにも寄与することが必要と言われているが (Knox & Fein, 2008), 今回のレビューでは, 依然としてRelationship educationはカップルの関係性を結果として重視しており, 個人の精神的健康への効果までを考慮に入れている研究は多くないという可能性が示唆された。

抽出された論文に関する考察 今回のレビューでは, カップル関係と個人の精神的健康の両者を結果として考慮している論文を抽出した。カップルの関係性をどの切り口から捉えるかは研究者によって様々であり, 今回のレビューで抽出された研究においても, 使用されたカップル関係の指標は, 研究によってばらつきがあった。関係性の指標としては, 関係満足度などの主観的指標, 実際にパートナーとの間にある諸問題などの客観的指標の主に2方向の検討があった。関係性の測定を試みる指標は多くあるが, いくつか統一したものが使われるとなると, 介入効果の比較検討が容易になると考えられる。

効果量の算出に関しては, d を使う論文がほとんどであったが, η^2_{partial} を用いるものもあった。介入研究の効果を確認するには, 著者の記述だけではなく, どの統計値を基に効果量が算出され解釈されているかを丁寧に確認する必要がある。統計の指標に関しても, 同一のものを導入することで複数の研究間で効果の比較が容易になるだろう。また, 性別や元々の関係の質, 個人の精

神的健康度によって、効果の出方に違いがある研究も散見された。例えば、Kroger, Kliem, Zimmermann, & Kowalski (2017) や Gambrel & Piercy (2015) の研究では男性のみに効果があり、Doss et al. (2014) の介入はハイリスクな男性において、Doss et al. (2016) の研究においては介入前から問題を抱えている参加者においてより効果があった。以上のことから、カップルへの介入研究では特に、性差やベースラインの特性に着目してサブグループ解析を行う必要があるだろう。

性差に注目すると、今回抽出された Gambrel & Piercy (2015) の介入研究では、男性には効果が見られたものの女性には効果が見られなかった。これに関して著者らは Shapiro & Gottman (2005) の仮説を用いて考察を行なっている。その仮説とは、介入から時間が経つと介入群に割り振られた夫婦は獲得したスキルで対処が可能になるが、介入直後は介入によるコミュニケーション促進の結果、夫婦間の口論の数が増えるというものである。以上を踏まえると、夫婦への介入研究では、長期間にわたる複数時点で測定を行うことが重要である。

介入の提供方法に関しては、従来の対面方式の他に、オンラインや電話による介入も見られた。カップルへの介入研究では、そのどちらか片方に働きかけるよりも、2人に介入するほうが効果が高いと言われている (Rauer et al., 2014)。一方で、介入参加への障壁は1人よりも2人の方が高い。低所得者のカップルを対象とした Relationship education の研究によれば、参加するカップルにとって最もよくある障壁に、職場や学校とのスケジュールが合わないこと、子どもを預ける場所がないこと、会場まで足を運ぶことが難しいことが挙げられている (Gaubert, Gubits, Alderson, & Knox, 2012)。カップル双方を対象とする介入研究では、時間や地理的な制限を緩和させるためにもインターネットやウェブなど導入していく必要がますますあると考えられる。

日本語論文

抽出過程に関する考察 本論考の論文採用基準を満たす日本の心理的介入研究は、今回の検索ではみつからなかった。用いたデータベースが1つであるという限界がある中で、関連する全ての研究を網羅できていない可能性が大きいものの、日本では頑健な研究デザインを用いた夫婦への介入研究が少ない可能性を示唆した。日本では、夫婦関係に関する心理学の実証的な研究が少ないことが主な原因だと考えられる。

日本国内の夫婦研究が少ない理由 日本における夫

婦を対象とした心理学の実証的研究の始まりは、1990年代である。1960-70年代には夫婦関係について盛んに研究しているアメリカと比べると遅いスタートである (Gurman & Fraenkel, 2002)。また、これまでの日本の家族研究では夫婦の横の関係ではなく親子の縦の関係が重視され、子どもを中心にすえた研究が多かった。これは、夫婦関係よりも親子関係を重視する日本の家族観や、夫婦の問題を閉ざされた家族システムの中で生じる個別の問題として扱われてきた経緯が関係していると主張する研究者もいる (伊藤・池田・相良, 2015; 伊藤, 2015; 小田切, 2003)。アメリカと日本の比較研究を行った示村 (2006) によれば、アメリカでは親子関係よりも夫婦関係を優先し、子どもができた後も夫婦関係を中心に家族コミュニティが作られていくが、日本の家族システムは伝統的に子どもが中心であり、妻も夫も子どもが生まれた後は母親・父親役割に転換するという。日本の夫婦システムは閉鎖的であり、研究者が調査・介入し辛いことももう一つの理由として挙げられるだろう (吉田・津田, 2007)。以上の日本の家族特性を踏まえると、日本の夫婦や夫婦関係に関する介入研究が少ないことも妥当であると考えられる。

一方、Watanabe, Ishii, Ishida, Ota, & Goto (2019) や戸部 (2018) など、研究デザインが頑健ではなかったり、妻への介入に制限されるなど限界があるものの、近年日本においても夫婦の関係性や精神的健康に着目する介入研究が散見されるようになってきている。

日本国内における夫婦の諸問題 現在の日本では、夫婦を対象とした予防的心理教育が十分に整備されているとは言い難い状況である。一方、夫婦の精神的健康や関係の質が損なわれること、それ自体またはそれによって引き起こされていると考えられる諸問題が日本では顕在化している。第一子が生まれる前から誕生後2年の日本の夫婦関係を追跡した小野寺 (2005) の縦断研究によれば、夫婦間の親密性は子どもの誕生後、妻・夫の双方において2年で顕著に低下することがわかっている。また、日本における離婚件数、離婚率はともに上昇している。離婚件数は1990年から2000年にかけて急増しており、一貫して離婚は結婚初期に多い傾向がある (永井, 2012)。女性に着目すると、日本における産後うつの有病率は9%にも昇り (山縣, 2016)、国立育成医療センターの研究チームによれば、2015年から2016年にかけて102人の女性が妊娠中から出産後1年の間に自殺をしており、その期間の女性の死因として自殺がトップであった。日本は海外と比べると妊産婦の死亡率が低い一方、自殺が死因として占める割合は高い傾向にあり、妊産婦の精神

的健康との関連が予想されている（『朝日新聞digital』2018.9.5）。また、児童虐待で重症を受けた子どものうち、一番被害の多い年齢は0歳（75%）であり、死亡した子どもの年齢も0歳（57%）が最も多い。これはうつ病など女性の精神的健康が損なわれる時期と重なっている（厚生労働省, 2017; Watanabe et al., 2019）。一方で、日本の臨床家（小田切, 2003）によれば、主訴は子どもの問題であっても、その根底には夫婦関係が機能してないケースが多いことがあり、それを指摘する論文（亀口, 2003）も散見される。夫婦はその発達段階によって直面する課題は異なるが（中釜・野末・布柴・無藤, 2008）、特に結婚初期や第一子を持つ時期は、夫婦関係が悪化したり、夫婦それぞれの精神的健康が損なわれやすい時期であると考えられる（狩野, 2018）。また、子どもの問題について考える際も、基盤となる夫婦関係に着目する必要があると考える。以上の諸問題から、日本においても、夫婦コミュニティとして発達途上の段階にある2人を対象に、夫婦関係や夫婦それぞれの精神的健康を心理面からサポートする必要があると考えられる。

限界と今後の展望

本論考のレビューは、用いたデータベースの数が少ないことから、全ての関連する研究を網羅できたとは言えない点で限界がある。また、今回抽出された6の英語論文のうち、3つが同一の著者による研究であった。

日本語論文の検索に関しては、家族の中でも親子関係を重視する家族観を踏まえて、親や関連するキーワードを導入するとペアレンティング研究の一環として夫婦への介入研究を網羅することができるかもしれない。用いるデータベースを増やすこと、キーワードを精査することでより包括的なレビューが可能になると考えられる。

引用文献

- Bakhurst, M. G., Loew, B., McGuire, A. C. L., Halford, W. K., & Markman, H. J. (2017). Relationship education for military couples: Recommendations for best practice. *Family Process, 56*(2), 302-316.
- Bodenmann, G., Hilpert, P., Nussbeck, F., & Bradbury, T. (2014). Enhancement of couples' communication and dyadic coping by a self-directed approach: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 82*(4), 580-591.
- Bramlett, M. D., & Mosher, W. D. (2001). First Marriage Dissolution, Divorce, and Remarriage: United States.
- Brown, B. B., & Bakken, J. P. (2011). Parenting and peer relationships: Reinvigorating research on Family-Peer linkages in adolescence. *Journal of Research on Adolescence, 21*(1), 153-165.
- Buehler, C., Anthony, C., Krishnakumar, A., Stone, G., Gerard, J., & Pemberton, S. (1997). Interparental conflict and youth problem behaviors: A meta-analysis. *Journal of Child and Family Studies, 6*(2), 233-247.
- Cooper, E. M. (2018). Individual Mental Health and Couple Functioning: Exploring Changes among Couple Relationship Education Participant Outcomes.
- Coan, J. A., Schaefer, H. S., & Davidson, R. J. (2006). Lending a hand: Social regulation of the neural response to threat. *Psychological Science, 17*(12), 1032-1039.
- Doss, B. D., Cicila, L. N., Hsueh, A. C., Morrison, K. R., & Carhart, K. (2014). A randomized controlled trial of brief coparenting and relationship interventions during the transition to parenthood. *Journal of Family Psychology: JFP: Journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43), 28*(4), 483-494.
- Doss, B. D., Cicila, L. N., Georgia, E. J., Roddy, M. K., Nowlan, K. M., Benson, L. A., & Christensen, A. (2016). A randomized controlled trial of the web-based OurRelationship program: Effects on relationship and individual functioning. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 84*(4), 285-296.
- Doss, B. D., Roddy, M. K., Nowlan, K. M., Rothman, K., & Christensen, A. (2019). Maintenance of gains in relationship and individual functioning following the online OurRelationship program. *Behavior Therapy, 50*(1), 73-86.
- Gambrel, L. E., & Piercy, F. P. (2015). Mindfulness-Based relationship education for couples expecting their first Child-Part 1: A randomized Mixed-Methods program evaluation. *Journal of Marital and Family Therapy, 41*(1), 5-24.
- Gaubert, J. M., Gubits, D., Alderson, D. P., & Knox, V. (2012). The Supporting Healthy Marriage

- Evaluation: Final Implementation Findings.
- Goldfarb, M. R., & Trudel, G. (2019). Marital quality and depression: A review. *Marriage & Family Review*, 55(8), 737-763.
- Halford, W. K., Markman, H. J., & Stanley, S. (2008). Strengthening couples' relationships with education: Social policy and public health perspectives. *Journal of Family Psychology*, 22(4), 497-505.
- Halford, W. K., Petch, J., & Creedy, D. K. (2010). Promoting a positive transition to parenthood: A randomized clinical trial of couple relationship education. *Prevention Science*, 11(1), 89-100.
- Halford, W. K. (2011). Marriage and relationship education: What works and how to provide it. New York, NY: Guilford Press.
- Hammen, C. (1991). Generation of stress in the course of unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 555-561.
- Hawkins, A. J., Blanchard, V. L., Baldwin, S. A., & Fawcett, E. B. (2008). Does marriage and relationship education work? A meta-analytic study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(5), 723-734.
- Hawkins, A. J., Allen, S. E., & Yang, C. (2017). How does couple and relationship education affect relationship hope? an Intervention - Process study with lower income couples. *Family Relations*, 66(3), 441-452.
- 伊藤裕子 (2015). 夫婦関係における親密性の様相. 発達心理学研究, 26(4), 279-287.
- 伊藤裕子・池田政子・相良順子 (2014). 夫婦関係と心理的健康: 子育て期から高齢期まで. 京都: ナカニシヤ出版.
- 亀口憲 (2000). 家族臨床心理学: 子どもの問題を家族で解決する. 東京: 東京大学出版会.
- 狩野真理. (2018). 育児期のライフステージからみた母親のメンタルヘルス 夫婦ペアデータによる検討. 女性心身医学, 23(2), 123-130.
- Kim Halford, W., Pepping, C. A., Hilpert, P., Bodenmann, G., Wilson, K. L., Busby, D., . . . Holman, T. (2015). Immediate effect of couple relationship education on low-satisfaction couples: A randomized clinical trial plus an uncontrolled trial replication. *Behavior Therapy*, 46(3), 409-421.
- Knox, V., & Fein, D. (2008). Designing a Marriage education Demonstration and Evaluation for Low-Income Married Couples.
- Kröger, C., Kliem, S., Zimmermann, P., & Kowalski, J. (2018). Short - Term - Effectiveness of a relationship education program for distressed military couples, in the context of foreign assignments for the German armed forces. preliminary findings from a randomized controlled study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 44(2), 248-264.
- “子ども虐待による死亡事例等の検証結果等について(第13次報告)のポイント”報道発表資料, 平成29年版. 厚生労働省, 2017.
- Lavner, J. A., Barton, A. W., & Beach, S. R. H. (2019). Improving couples' relationship functioning leads to improved coparenting: A randomized controlled trial with rural african american couples. *Behavior Therapy*, 50(6), 1016-1029.
- Liu, R. T., & Alloy, L. B. (2010). Stress generation in depression: A systematic review of the empirical literature and recommendations for future study. *Clinical Psychology Review*, 30(5), 582-593.
- 永井暁子 (2012). 結婚生活の経過による妻の夫婦関係満足度の変化. 社会福祉, (52), 123-131.
- 中釜洋子・野末武義・布柴靖枝・無藤清子 (2008). 家族心理学—家族システムの発達と臨床的援. 東京: 有斐閣.
- 小田切紀子・菅原ますみ・北村俊・菅原健介・小泉智・八木下暁子 (2003). 夫婦間の愛情関係と夫・妻の抑うつとの関連: 縦断研究の結果から. 性格心理学研究, 11(2), 61-69.
- 小野寺敦 (2005). 親になることにともなう夫婦関係の変化. 発達心理学研究, 16(1), 15-25.
- 戸部浩美 (2018). 育児中の親のレジリエンスを高めるプログラムの効果—怒りの情動に焦点を当てて—: ランダム化比較試験. 東京大学学術機関リポジトリ
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576-593.
- Rauer, A. J., Adler-Baeder, F., Lucier-Greer, M., Skuban, E., Ketring, S. A., & Smith, T. (2014). Exploring processes of change in couple relationship education: Predictors of change in relationship

- quality. *Journal of Family Psychology*, 28, 65-76.
- Schulz, M. S., Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (2006). Promoting healthy beginnings: A randomized controlled trial of a preventive intervention to preserve marital quality during the transition to parenthood. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(1), 20-31.
- Shapiro, A., & Gottman, J. (2005). Effects on marriage of a psycho-communicative-educational intervention with couples undergoing the transition to parenthood, evaluation at 1-year post intervention. *Journal of Family Communication*, 5(1), 1-24.
- 示村陽一 (2006). 異文化社会アメリカ. 東京: 研究社.
- Watanabe, K., Ishii, K., Ishida, H., Ota, M., & Goto, A. (2019). Antenatal parenting class aiming to enhance empathy between partners for prevention of postpartum depression: A trial at a hospital to assess attendants' empathy level and mental health status and to verify their evaluation of the session. *Japanese Journal of Health and Human Ecology*, 85(2), 80-89.
- Whisman, M. A. (2001). Marital adjustment and outcome following treatments for depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69(1), 125-129.
- Whisman, M. A., Uebelacker, L. A., & Bruce, M. L. (2006). Longitudinal association between marital dissatisfaction and alcohol use disorders in a community sample. *Journal of Family Psychology*, 20(1), 164-167.
- Whisman, M. A. (2007). Marital distress and DSM-IV psychiatric disorders in a population-based national survey. *Journal of Abnormal Psychology*, 116(3), 638-643.
- 山縣然太郎 (2016). 「健やか親子21」の最終評価・課題及び次期国民健康運動の推進に関する研究
- 吉田直樹・津田彰 (2006). 夫婦のコミュニケーション・スタイルと心理的満足度.
- Zemp, M., Bodenmann, G., & Mark Cummings, E. (2016). The significance of interparental conflict for children: Rationale for couple-focused programs in family therapy. *European Psychologist*, 21(2), 99-108.

(指導教員 滝沢龍准教授)