

発達障害児療育支援プログラムにおける希望について

鈴木彩夏

1. 本研究の背景

文部科学省は平成27年度に実施した調査において、発達障害の可能性のある特別な教育的支援を必要とする児童生徒が、6.5%程度の割合で通常の学級に在籍している可能性があることを示唆している。筆者は、児童発達支援施設で出会った子どもや保護者たちと接するなかで、子どもが安定して健やかに育つためには保護者自身が安定していることが必要不可欠であると感じ、発達障害児療育支援プログラムのひとつであるペアレント・トレーニングに注目した。

ペアレント・トレーニングは、これまでの先行研究等により発達障害児の家族支援において一定の効果が認められてきたが、療育プログラムとしての課題やさらなる研究余地も残されていることから、今後の家族支援の発展に向けプログラムの方向性を検討していく必要があると考え、本研究のテーマとした。

2. 本研究の目的および明らかにしたいこと

発達障害のある子どもやその保護者への理解を深め、ペアレント・トレーニングの長期的な効果や課題について明らかにしたうえで、プログラムのあり方について検討を行い、発達障害児の家族支援のさらなる発展に向けて本研究を役立てることを目的とする。

藤原ら(2010)の報告により、ペアレント・トレーニングの一年をこえる長期的維持や、フォローアップに関する報告が少ないことが指摘されている。そのため、ペアレント・トレーニングに係る講習プログラムを受講後、一定期間が経過した保護者からトレーニングの現在の実施状況、実

感している効果・課題等について聞きとり、その実態を明らかにする必要があると考える。

そこで本研究では、はじめてペアレント・トレーニングの講習を受講してから、一定の期間(今回の調査では、最低半年以上とする)が経過した保護者への面接調査を行うことにより、具体的にペアレント・トレーニングのどのような部分が役立っているのか、または役立っていないのか、プログラムをとおして学んだことが、現在の生活のなかでどのように活かされているのか等を明らかにしたい。

3. 先行研究

(1) 発達障害児とその保護者を取り巻く環境に関する文献研究

刀根(2000)が行った研究調査によると、障害のある乳幼児の母親の育児ストレスは、母親としての自信のなさや不自由さに由来するものよりも、子どもの行動特徴による育てにくさにおけるストレスの方が高かった。こうしたことから、母親への支援には、従来指摘されてきた子どもの情報(障害の特徴や発達の特徴)を伝えることだけではなく、障害の特徴をふまえた子どもへの対応スキルを伝えていくことの必要性が示唆されている。また、障害児の育児は定型児の育児に比して保護者に負担がかかることは明らかであり、母親(父親)一人で負えるものではなく当然そこには父親(母親)との協同や周囲のサポートが欠かせない。このことから刀根(2000)は同研究のなかで、障害児を育てていく過程で夫婦の紐帯が強められていくケースがあると報告している。

また小枝(2006)は、発達障害のある子どもたちの多くが、小児科等の外来に受診してくることを背景として、学校で不適応を起こしているケースが少ないことを指摘している。学童期の「気づき」はすでに二次的な不適応状態であることも多く、この二次的な不適応を予防するためには子どもの発達障害への「気づき」を前倒ししていくことが必要である。遅くとも就学時には、保護者・指導者(教諭等)双方に、子どもの発達特性に関する認識と適切な対応方法が備わった状態であることが望ましい。しかしここで危惧されることは、早期発見というかけ声に押され、子どもたちへ不用意に「疑い」をかけることが流行するのではないか、ということである。二木・山本(2002)らは、早期の診断が、保護者や家族にとって子どもの障害受容や療育への積極的な取り組みにより早い段階で結びつくことを示し、早期診断の重要性を指摘している。その一方で、告知時の保護者の反応には大きな個人差がみられることから、告知の時期には慎重な個別的配慮が求められると指摘する。

(2) ペアレント・トレーニングに関する文献研究

1974年、米国UCLA神経精神医学研究所(NPI)でハンス・ミラー博士によって開発されたペアレント・トレーニングは、保護者は自分の子どもに対して最良の治療者になることができるという考えにもとづき、子育てにストレスや悩み・不安のある親や里親等の養育者に子どもへの適切なかわり方や、養育技術を身につけてもらうことを目的とする療育支援プログラムのひとつである。日本では、1990年代頃から発達障害に対する社会的関心が高まり、障害特性に沿った支援方法が検討されるなかで、国内への広がりが増した。

保護者のストレス・抑うつ感情の軽減、保護者の自己評価の向上等の肯定的な変化が期待され、また子どもの行動変容が確認しやすいアプローチであることから、広く実施された。しかし、専門的知識をもたない保護者が、ペアレン

ト・トレーニングを家庭で般化させることの困難性等が課題となった。現在米国では、保護者をはじめ、生物学的家族やステップファミリー、教員等を対象とした講習プログラムも展開されている。講習は、隔週開催で12-13回実施、期間にして半年で終了するコースが基本とされている(高尾、2015)。

日本においては画一された講習プログラムが未だなく、ペアレント・トレーニングによる効果の持続性についての検討や、子どもの成長に合わせたプログラムのあり方等、内容全体を検討する必要性を指摘する声も挙げられている。

4. 面接調査(調査期間：平成28年6月-9月)

(1) 調査対象

発達障害児通所施設A園に通園中、または卒園した子どもの保護者であり、A園内で行われているペアレント・トレーニングの講習プログラムを受講した経験のある方10名。

調査対象者(以下、インフォーマント)の平均年齢は40.5歳(32-48歳)、子どもの平均年齢は6.7歳(4-10歳)、平均トレーニング歴は3.4年(半年-4年)であった(いずれも調査時)。

(2) 調査方法

①実施場所

発達障害児通所施設A園内

②準備手順

配慮を要する調査内容であることから、調査対象者の選定についてはA園と調整のうえ、書面にて調査への協力依頼や趣旨説明等を行った。質問項目はインフォーマント全員へ事前に送付した。

③実施手順

面接開始前に調査趣旨やプライバシーの保護等について、再度確認を行った。質問項目およびインタビューガイドにもとづき、一人あたり50-90分間の半構造化面接を実施した。

(3) 調査項目

ペアレント・トレーニングを実践するなかで

感じる効果や課題を中心に、22項目について尋ねた。

(4) 分析方法

得られたデータの分析には、川喜多（1997）のKJ法を用いた。調査結果を14項目にまとめ、それぞれ1-11つのサブカテゴリーからなる1-5つのカテゴリーに分類した。

5. 結果

(1) ペアレント・トレーニングにおける好作用

調査から得られた結果をもとに、代表的な3つの好作用を以下にまとめる。

①仲間（ピア・グループ）の存在

ペアレント・トレーニングにおける講習プログラムは、通常、少人数のグループに対して行われる。そのため、専門家による導きのもとでプログラムの手法を学ぶだけではなく、発達障害のある子どもの保護者たちが互いの悩みや現在の気持ちを共有するなかで、支え、学び合う作用があるといえる。また、講習プログラムをとおして得た仲間との交流は講習が終了したあとも長く継続され、その繋がりの中でペアレント・トレーニングの内容や考え方を思い出す等して育児に活かした経験があるインフォーマントもいた。

②子どもの変化

子どもの行動変容に関して、効果を実感しているインフォーマントは8名いた。今回の調査では、特に予告やCCQに効果があったと語るインフォーマントが最も多かった。本来、プログラムの対象と想定される、発達に遅れやつまずきのある子どもではなく、定型発達のきょうだいに対してより有効であったというインフォーマントも数名おり、プログラムの一部の項目は、発達のかたちに関係なく多くの子どもに見通しをもってもらえる手段のひとつである可能性が示唆されたといえる。

③保護者の変化

子どもの行動変容の有無に関わらず、講習

プログラムを受講したことに対してネガティブな評価をするインフォーマントは、今回の調査では確認できなかった。また、10名中9名がもう一度プログラムを受講したいと語り、そのうち4名は実際に二度目の受講に至っていることが分かった。二度目の受講に至った理由としては、「冷静になれることがわかったから」、「自分や子どもがどれくらい変わったのか知りたかったから」等が挙げられた。

ペアレント・トレーニングの講習を受講することによって、保護者はあらためて子どもや自分自身を見つめ直す機会や時間をもつこととなり、プログラムに取り組むなかで、少しずつ子どものパニックや痙攣の原因について考えることができるようになるようである。また、プログラムに取り組むまで気がつかなかった子どもの良いところに目を向けられるようになったと振り返るインフォーマントが複数いた。子どもの行動をスモールステップで捉えることにより子どもの成長を実感しやすくなることで、保護者の育児不安感が低減されたり、子どもを見つめるまなざしが肯定的に変化する等の作用が期待される。

(2) ペアレント・トレーニングにおける課題

調査から得られた結果をもとに、代表的な3つの課題を以下にまとめる。

①受講のタイミングと子どもの個性・発達段階に合ったプログラム内容の見極め

子どもの個性や発達段階によっては、ペアレント・トレーニングが有効でないことがある。特にプログラムに取り組むタイミングが早すぎる場合、子どもに対するプログラムの効果や手ごたえを感じられないことが多い。そのような場合、保護者はプログラムに対するやる気や信頼を失い、上手いかないことに対して苛立ちを募らせたり、子育てへの自信を喪失してしまうことに繋がりがかねない。今回の調査では、特に、子どもに多動性がみられる場合「プログラムが意図する効果まで

考えて行動に移る余裕はない」と指摘する声があった。また、子どもの発達が進んだり、知識が身についてくることで問題となる行動が複雑化し、ペアレント・トレーニングによる対応だけでは難しくなったという感想も聞かれた。

さらに、プログラム受講のタイミングによっては、保護者がさまざまなことを受け入れつつある過渡期のなかで、ペアレント・トレーニングの話を聴くと精神的に落ち込むことが多かったと振り返るインフォーマントもいた。

②効果を実感するまで継続すること

子どもとコミュニケーションを図ることが難しい場合、子どもの意図を汲んでいるのか確証を得られにくいという点に、ペアレント・トレーニングを取り入れたからといってすぐに効果が現れるものではないため、保護者には「上手くいくなんで全く思っていない時期」があるという。自らが子どもに対して実践しているペアレン・トレーニングの手法が正しいのか、本当に効果が現れるのか、それはいつなのかといったさまざまな不安を感じながらトレーニングを続けることの辛さや、それまで自分なりに行ってきた子育て方法を意識的に変える必要があること、講習プログラムで学んだ内容を覚えていることが現実的には難しいといった課題が挙げられた。

③保護者の心的葛藤

プログラムにおける無視をするという項目に関して、葛藤を感じているインフォーマントが2名いた。ペアレント・トレーニングにおいて、無視をすることは最もむずかしいとされる。顔をそむける、話題を変える、くりかえして言う、他のことに集中する、視線を合わせない、子どもに対して(好ましくない)行動に注目しないことを宣言する、等いくつかの方法があり、本研究では、これらの注目を取り去る方法のすべてを無視と呼ぶこととする。無視をする際注意すべき点は、子ども

の存在を無視するのではなく、子どもの行動を無視することである。また、無視と褒めることの組み合わせが重要であり、好ましくない行動の代わりに好ましい行動が現れたときには、保護者はそれをすぐに褒めることで、どのような行動を望んでいるかを示す必要がある。つまり、褒めることがあとに続くことが、無視の大切な鍵となる。しかし無視は、子ども自身に“これは親に注目されない行動なのだ”という気づきがなければ本来の意味がなく、子どもにそのようなメッセージを与えてしまうこと自体に葛藤を覚える保護者がいることは想像に難くない。さらに、子どもにとって“保護者に注目されていない”と認識するような体験が多ければ、それは保護者への不信感に繋がり愛着の形成が阻害される恐れがある。

藤岡(2016)は以下のように述べている。「無視するということは、刺激にはならないかも知れないが“無視する”という行為のメッセージ性が高い。愛着の観点からすると、無視されることで、まず、過剰な欲求表出が喚起され、それでも無視されると、一気に、そのような行動が出なくなる。問題行動が減ったというよりも、保護者に対する期待を諦めたということである。自閉症は人に対する自己表出が上手でないため、もっともっと子どものことを見てあげなくてはならない。関わり方が刺激的になりすぎない工夫をしながら、それでも喚起された感情を鎮める練習を一緒にしていくことで、次第に情動調整ができるようになっていく。その過程が大事である」(藤岡、私信 2016)。好ましくない子どもの行動を無視することでその行動が減る可能性はあるが、親子の信頼関係や愛着を築くうえで負の作用をもたらす可能性がある点については、重大な課題としてふまえておく必要がある。

6. 考察

(1) ペアレント・トレーニングの今後のあり方

① 講習プログラムについて

中田 (1995) は、発達障害のある子どもの保護者の内面には、子どもの障害を肯定する気持ちと否定する気持ち、両方の感情が常に存在すると指摘している。講習プログラムを受講する多くの保護者は、さまざまなことを受け入れつつある過渡期にいと予想され、保護者の精神状態に応じたより高度な個別的な配慮・ケアが求められていると感じた。こうしたことから質の高いペアレント・トレーニングの専門家の養成および、家族（保護者・子ども）のニーズにあった専門家とのマッチングは非常に重要である。一方で、専門家は家族の主体性が損なわれないよう、慎重な介入を行う力量も求められていると考える。

また子どもの発達段階によって、無視やタイムアウトを活用することが早すぎると思われる場合は、これらの手法や概念を先取りして学ぶ必要性は低いのではないかと感じた。特に、子どもがあまり動かない場合、AD/HD等多動の子どもに比べると無視をすることが比較的容易であるため、プログラムにおける本来の無視の目的から逸脱してしまいう可能性もある。無視を学ぶ前に、もっと肯定的な注目を向けるバリエーションについて考えることが大切である。ペアレント・トレーニングは、ステップ・バイ・ステップ方式を採用しているからこそ、最も初歩とされる、子どもの行動を3つに分ける手法や肯定的な注目を向けることを、より丁寧に時間をかけて習得していくことが重要であると考えられる。

② ペアレント・トレーニングの手法について

発達障害のある子どもたちは不安や混乱を抱きやすいため、見通しをもってもらうことは非常に大切である。特に、何かの目標（一人で着替えができるようになる等）を設定しペアレント・トレーニングを活用しながら親

子・家族でその目標に向かうときには、前もって予告をすることや実施するときの周囲の環境等、子どもへの配慮が求められるだろう。しかし、子どもと過ごすなかで、保護者にとっても予想しきれないことは常に起きる可能性がある。今回の調査では、「はじめてのことは、上手くいかなくても仕方がない」という気持ちの“ゆとり”をもちながら、日々のペアレント・トレーニングに取り組むことが成功に繋がったと振り返るインフォーマントもいた。保護者の自己肯定感の促進や精神面への支援を行うこと、子どもと保護者双方にとっての成功体験、互いの信頼関係がより強められるようなプログラムのあり方を目指すことで、より一層親子・家族のエンパワメントが図られる必要があると考える。

(2) ペアレント・トレーニングの最終目標

上林ら (2009) によると、ペアレント・トレーニングの無視は「子どもが好ましくない行動をやめたり、あるいは代わりにしてほしい行動が出ることを待つ」時間とされている。しかし、無視のあとに子どもの望ましい行動が起きなければ、保護者は褒める機会を失ったままになってしまう場合がある。また、たとえ褒める機会を失ったとしても、褒めることができるような行動が起こらないことに問題があると捉えることもできてしまわないだろうか。

では無視の意義とは何なのか。筆者は、保護者が次に何ができるのか、また何をすべきなのかを考える猶予の時間として、無視が存在すると思う。無視という言葉はとても冷たく感じる。しかしこれは保護者の心と頭の“冷却期間”だと捉えることができる。子どもの好ましくない行動に対して、保護者はいつも共感したり褒めたりしながら子どもと一緒に情動調整ができる状態にいるわけではない。子どもにきつい言葉であたってしまったら、状況によっては思わず手をあげたくなるほど、追い詰められていることもあるかも知れない。子どもの行動が「危険な行動」ではなく、ただ「好ましくない行動」

であるならば、そのようなときこそ、子どもの気持ちやこれから自身が取るべき行動は何か、冷静に考える時間が必要ではないだろうか。

また今回の調査では、10名中4名が一度目のプログラム受講と同じ機関、または異なる機関で二度目の受講に至っており、それ以外の6名中5名も二度目の受講をしたいと語っている。プログラムに取り組んで、子どもの行動変容を実感していない場合においても、「気持ちが穏やかになった」、「(子ども・自分自身の)成長を感じられるようになった」、「子どものことを以前よりも好きになった」等、自分自身の気持ちや捉え方の変化を実感しているインフォーマントたちがいることが分かった。このことからペアレント・トレーニングの最も大きな意義は、子どもの行動変容とは関係がない可能性が高いと考える。今回の調査において、インフォーマント10名全員に主に二つの共通点があった。それは、①自分自身や子どものこと

を振り返り、見つめ直すことができたこと、②似た悩みをもつ保護者と支え合うことができたこと、である。ペアレント・トレーニングの最終目標は、出会うべき仲間や専門家と出会うなかで、保護者が子どもや自分自身をより見つめられるようになることではないだろうか。

7. 本研究の課題および今後の展望

本研究は、あくまで質的調査であり、調査対象である母集団の数が少ないことが大きな課題としてあげられる。今回の質的調査からは、ペアレント・トレーニングの効果や課題について一定の見解を得ることはできるものの、トレーニングのすべての効果や課題が示されたとは言い難い。今後、トレーニングの実態について広く明らかにされるためには、より多くの量的研究が行われる必要があるだろう。そのうえで、より良いあり方を追求しつづけるために、あらためてトレーニングの内容の有用性などが検討されるべきだと考える。

<引用・参考文献>

- ・上林靖子（監修）、北道子・河内美恵・藤井和子（編集） 2009 こうすればうまくいく 発達障害のペアレント・トレーニング実践マニュアル 中央法規
- ・小枝達也 2006 軽度発達障害児の発見と対応システム及びマニュアル開発に関する研究 平成18年度厚生労働科学研究 <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/boshi-hoken07/> (2016年11月3日閲覧)
- ・シンシア・ウィットム 上林靖子・中田洋二郎・藤井和子・井潤和美・北道子（訳） 2002 読んで学べる ADHD のペアレントトレーニング—むずかしい子にやさしい子育て— 明石書店 (Cynthia Whitham 1991 Win the Whining War & Other Skirmishes)
- ・高尾淳子 2015 日本におけるペアレント・トレーニングの展開と今後の方向性 —米国サンフランシスコ市との比較から— 愛知教育大学 幼児教育研究 第18号 63-69
- ・刀根洋子 2000 発達障害児の母親のQOLと育児ストレス —健常児の母親との比較— 日本発達障害学会第35回大会 17-23
- ・中田洋二郎 1995 親の障害の認識と受容に関する考察 —受容の段階説と慢性的悲哀— 早稲田大学文学部心理学会 早稲田心理学年報 第27号・抜刷 83-92
- ・二木康之・山本由紀 2002 障害の告知と受容 —地域自閉症児親の会アンケート調査から— 脳の発達 34 336-342
- ・藤岡孝志 2016 ペアレンティング・トレーニングについて（私信）
- ・藤原直子・大野裕史・日上耕司・久保義郎・佐田久真貴 2010 発達障害児の保護者を対象としたペアレント・トレーニングの長期的課題—ブースタープログラムの実践— 吉備国際大学 臨床心理相談研究所紀要 第7号 1-8
- ・文部科学省 2014 通常の学級に在籍する発達障害の可能性のある特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する調査 調査結果 http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/tokubetu/material/icsFiles/afiedfile/2012/12/10/1328729_01.pdf (2016年7月1日閲覧)