

## 8. 発達障害の子どもを持つ親に対する子育て力の 促進に向けた地域ネットワーク構築

- 幸本 敬子 (医療法人社団オーシーエフシー会 大川こども&内科クリニック)  
鈴木嘉代子 (医療法人社団オーシーエフシー会 大川こども&内科クリニック)  
大川 洋二 (医療法人社団オーシーエフシー会 大川こども&内科クリニック)

### 【研究目的】

本研究は、平成 28 年度大同生命厚生事業団 地域保健福祉研究助成を受けて行った「乳幼児精神保健に基づく親子関係促進のためのペアレント・トレーニングの効果検証」を継続・発展したものである。先行研究では親子関係の促進と育児ストレスの改善が認められている。そこで本研究では、ペアレント・トレーニングの継続し対象数を拡大しその成果を実証するとともに、修了者を対象にした学習会を実施し、更なる地域の子育て力の向上を図りその効果を検証する。

### 【研究の必要性】

平成 28 年度大同生命厚生事業団 地域保健福祉研究助成を受けて行った「乳幼児精神保健に基づく親子関係促進のためのペアレント・トレーニングの効果検証」は、従来のペアレント・トレーニングとは異なり「子どもの健やかな成長発達に安定した親子関係の中で育まれる」と定義している乳幼児精神保健 (Infant Mental Health, IMH) に基づいて実施した。このプログラムは、親が子どもの心の発達と特性を適切に理解することに主眼をおき、親子関係の中に生じる混乱や衝突を軽減し、良好な関係性を築くことに重点を置いている。対象者が 20 名と少なかったにも関わらず、研究成果として、子どもの社会生活能力の向上等が認められただけでなく、母親同士が情報を共有し、支え合うことによる子育て力が促進され、地域社会を基盤とした育児支援効果を得ることができた。

内閣府が行った少子化対策に関する調査 (2009) では、子をもつ親が望む地域活動に「子育てに関する悩みを気軽に相談できるような活動 (60.9%)」、「子育てをする親同士で話ができる仲間作りの活動 (49.9%)」が上げられており、前調査から 10 年を経過しても尚、そのニーズは高まるばかりである。そこで、本研究では更に対象数をさらに拡大してその成果を実証することを目的とする。加えて、これを発展させたものとして受講修了者の交流勉強会および父親を加えた両親へのアプローチを実施し、その効果を測定するとともに、地域における子育て力の向上にむけたネットワーク構築への示唆を得る。

## 【研究計画】

1. 対象：1) 発達障害の子どもをもつ親で、ペアレント・トレーニングを希望する者  
2) 上記1) のペアレント・トレーニングを受講した母親の夫  
3) 上記1) のペアレント・トレーニングを受講した母親で勉強会への参加を希望した者
  
2. 内容及び方法
  - 1) ペアレント・トレーニング (2回/月開催 2時間/回) 全10回/コース  
乳幼児精神保健に基づく親子の関係性促進のための育児ガイダンスを含むUCLA 開発 国立精神・神経センター翻案版
  - 2) 両親に対する育児支援・個別カウンセリング
  - 3) ペアレント・トレーニング受講者に対する乳幼児精神保健の勉強会
  
3. データ収集：
  - 1) ペアレント・トレーニング受講者からは以下のデータを収集した。
    - (1) 親子の属性 (2) 親子関係 (TK 式診断的親子関係調査)
    - (3) 育児ストレス (日本版 PSI) (4) 心の健康 (WHO-SUBI)
    - (5) 子ども特性 (S-M 社会生活能力検査 親面接式自閉スペクトラム症評定尺度 PARS-TR)
  - ※(1) のみベースライン。(2)-(5) はペアレント・トレーニング前後に実施
  - 2) 育児支援・個別カウンセリングを受けた父親には、上記1-(2)を実施
  - 3) 勉強会に参加した母親には、毎回の終了後に感想・考察シートへの記載を実施

## 【実施内容・結果】

1. ペアレント・トレーニング
  - 1) 参加者  
参加した母親は合計 52 名。シングルマザーはうち 3 名。49 名の母親には配偶者がいた。平均年齢は 36 歳であり、年齢層は 30～50 代まで幅広く参加していた。子どもの性別は男児が 74.3%と多く、未就学児童と就学児童はおよそ半数の割合であった。就学児童のうち、およそ 1 割の 3 人が特別支援学級に在籍していた。
  
  - 2) ペアレント・トレーニングの内容および詳細  
5 月～10 月、11 月～3 月の 2 期に分けて 2 回/年のペアレント・トレーニングを開催し、募集によって集まった母親たちは 10～12 人で 1 グループ/期を編成した。開催のペースは 1～2 週間に 1 回とし、全ての母親が参加をできるように日程調整を行った。開催する場所は、参加する母親たちの居住するコミュニティにある小児科クリニックの研修室 (小) であり、母親たちは自転車や車、公共機関の交通手段で 30 分前後の移動時間で来訪することができる状況であった。時間は 10 時～12 時の 2 時間で、子どもを幼稚園・保

育園・小学校に送り出した後に集合できる時間とし、長期休みや祝祭日の開催は避けた。場所・スタッフの状況から託児を設けることはできなかったため、ペアレント・トレーニングを受講している時間帯の未就学児および発熱等で登園・投稿できない子どもの預かり先は其々の母親に依頼したが、どうしても確保ができない場合に限りクリニックが併設する病児・病後児保育室の保育士に対応を依頼した。全期間を通して病児保育室を利用した母親は5名、利用回数は9回であった。

ペアレント・トレーニング1コース全10回の内容は、前半に乳幼児精神保健に基づいて親子の関係性のあり方について、子どもに対する理解を深めたり、親としての適切な立ち振る舞いを考えたりする時間を設けた。また、後半はUCLAのシンシア・ウィットム氏によって開発され、国立精神・神経センターによって日本版に作成されたものを使用して実施した。UCLA日本版の内容は以下のとおりである。

- 第1回 子どもの行動を3つに分ける
- 第2回 好ましい行動を増やす（肯定的注目の与え方）
- 第3回 好ましくない行動を減らす①（上手な無視のしかた）
- 第4回 好ましくない行動を減らす②（無視とほめるの組み合わせ）
- 第5回 効果的な指示の出し方①
- 第6回 効果的な指示の出し方②
- 第7回 よりよい行動チャート
- 第8回 制限を設ける（警告とペナルティ）
- 第9回 学校との連携
- 第10回 まとめ

各回は前回のフィードバック、宿題の報告と振り返り～本日の内容～スキルアップ・トレーニング（アクティブラーニング）～次回までの宿題の提示といった流れでステップ・バイ・ステップ方式によって進められた。

参加した母親が希望した際に利用できる育児支援専門外来での個別支援は、約5カ月間の期間中に平均して4回。最も少ない母親で1回、最も多い母親で10回の利用であった。内容としては、宿題に関する質問や状況確認が多く、母親としての応答や振る舞いが適切であったかどうか、想定外の子どもの反応への対応の検討が主であった。

ペアレント・トレーニング前後で調査した親子関係、母親の育児ストレスおよび心の健康は、前回の調査結果と大きく変わった点はみられなかった。親子関係では、子どもに対して干渉的であったり、非難的であったりする傾向が危険域から安全域への推移し、不一致が大きく減少した。また、母親の育児ストレスも軽減傾向が認められたが、これも前回同様に、我が国の健康児の母親得点および慢性疾患時の母親得点を上回る結果が示された。さらには、子どもの特性において自閉傾向が強ければ強いほど母親の育児ストレスが強くなり心の健康を維持しにくいことが明らかとなった。

## 2. 両親（家族）に対する育児支援・個別カウンセリング

ペアレント・トレーニングの参加を母親のみとしているため、受講者の夫や同居する祖父母に対して、希望があれば内容の補足説明をして理解を求め、個々の状況に合わせた育児支援を実施した。母親 52 名のうち、夫（家族）を伴って育児支援・個別カウンセリングを受けたのは 12 名。同伴者のほとんどが夫であった。「ペアレント・トレーニングを受けてから母親の子どもに対する対応が変わり、家庭の中で一貫性を持たずに苦慮する」といった発言が多く聞かれ、父親としてどのように対応すればいいのか、母親（妻）をどのようにサポートすればよいのかという具体的な内容に言及することが多く見られた。

10 名の父親に対して行った親子関係調査では、ペアレント・トレーニング前の調査において母親と同じ傾向をもつ場合と、母親が過保護であれば父親が非難的であるといったバランスをとっているケースがあった。10 名のうち、半数の 5 名の父親に安全域の養育傾向が示されたが、半数には改善傾向が認められなかった。

## 3. ペアレント・トレーニング受講者に対する乳幼児精神保健の勉強会

ペアレント・トレーニングを受講した母親から希望のあった 2 名の母親（就学児童の母親 1 名、未就学児童の母親 1 名）を対象に、勉強会を開催している。1 ヶ月に 1～2 回のペースで開催し、親子の関係性を良好にすることへの理解を深めることを目的として、子どもの気持ちの読み取り方や、子どもの発達を促す良質な親子の関係性のあり方などを毎回のテーマとしている。研究者を含む専門家 2 名と母親 2 名という少人数での開催ということもあり、話し合いや対話の時間を多くとって進めている。

### 【考察と今後の課題】

#### 1. ペアレント・トレーニング

前回の調査において対象数が 20 名と少なかったため、今回は対象数を増やしての効果測定であったが、結果として母親と子どもの関係性に改善が認められたことは、研究者が提供したペアレント・トレーニングの効果を裏付けることになったと考察する。しかしながら、今後も継続していく上で大きく残った課題としては託児の問題とペアレント・トレーニング終了後のアフターケアの問題であろう。

託児については、未就学児の預け先がないために幼稚園就園まで受講時期を見送るケースや参加を断念するケースがあり、機を逃さずに誰でも受講しやすい形での地域支援を提供することへの難しさが浮き彫りとなった。海外での実践例では託児システムを設けているものが殆どであり、運営のマニュアルに託児の用意を言及しているものもある。今後の検討が急務である

ペアレント・トレーニング終了後のアフターケアについては、今回は実施していない。先行研究では定期的にブラッシュアップの要素を盛り込んだトレーニングを実施しているものもあり、その効果も示されている。前回、今回と研究者が実施したペアレント・トレーニングにおいて終了後の効果は示されたため、今後は半年後や 1 年後の評価も測定し、効果に対する持続期間とアフターケアについても検証を重ねたい。

## 2. 両親（家族）に対する育児支援・個別カウンセリング

ペアレント・トレーニング受講者の夫（家族）に対する育児支援・個別カウンセリングは、夫（家族）のニーズには答えられたが親子関係の改善という視点で測定すると、その効果は半数程度になった。これはステップ・バイ・ステップ方式で宿題とロールプレイを含むアクティブラーニングを繰り返す母親へのアプローチとは違い、対話やガイダンスを中心とするカウンセリングであることの影響が大きいと推察する。毎回のペアレント・トレーニング受講者募集に数名の父親からのニーズがある点からも、父親に特化したあるいは両親を対象としたペアレント・トレーニングを設置する必要性が示唆された。

## 3. ペアレント・トレーニング受講者に対する乳幼児精神保健の勉強会

2名の母親を対象とした勉強会は継続中であるため中途評価ではあるが、勉強会参加後の感想・考察に記載された内容はおおむね良好である。今後は勉強会を重ねながら、2名の母親がコミュニティにおいて専門家とチームを組んで子育ての支援者（メンター）として役割を果たしていくことを検討したいと考えている。

### 【参考文献】

- 1) 文部科学省初等中等教育特別支援教育課資料：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結果について。2012.
- 2) 嶺崎景子・伊藤良子：広汎性発達障害の子どもをもつ親の感情体験過程に関する研究，東京学芸大学紀要総合教育科学系，57，515-524，2006.
- 3) Webster-Stratton, C: Combining parent and child training for young children with ADHD. J Clin. Child Adolescent. Psychol. 40 (2), 191-203, 2011.
- 4) Kaiser, A.P., Hancock, T.B.: Teaching parents new skills to support their young children's development. Infants and Young Children, 16, 9-21, 2003.
- 5) Zeanah CH Jr, Zeanah PD. The scope of infant mental health. In Zeanah CH Jr. editor, Handbook of infant mental health. 3rd ed. New York: Guilford Press; 2009: 5-21.

### 【経費使途明細】

使 途	金 額
配布資料作成費（名札・ファイル・コピー用紙・印刷）	55,543 円
効果測定のための検査尺度（TK 式親子関係検査/S-M 社会生活能力検査/WHO-SUBI/育児ストレス PSI/PARS-TR）	166,860 円
ペアレント・トレーニング研修参加費 2名分	66,000 円
PARS-TR 研修参加費 2名分	22,000 円
合 計	310,403 円
大同生命厚生事業団助成金	300,000 円