

応用行動分析を基礎とした保護者支援プログラムの効果に関する研究

—ペアレント・プログラムとペアレント・トレーニングの連続実施の試み—

A Study of Parent Support Program based on Applied Behavior Analysis: Attempt to Put on a Series of Two Parent Support Programs

今村 幸子*, 肥後 祥治**
Sachiko Imamura Shoji Higo

*鹿児島女子短期大学, **鹿児島大学（法文教育学域教育学系）

発達障害の子どもをもつ保護者を支援するプログラムとしてペアレント・プログラム、ペアレント・トレーニングを実施し、その効果について検討した。この2つのプログラムは、共に応用行動分析を基礎としており、プログラムにおいては「行動」を通して子どもの姿を捉えることを中心として進められていく。この2つのプログラムを3名の保護者に連続受講してもらった結果、保護者自身の語りからペアレント・プログラムで身につけた肯定的な子どもの捉えがペアレント・トレーニング内での子どもに対する適切な課題設定に繋がったこと、また、子どもの成功を喜ぶことができる力が、課題の遂行に役立ったことがわかった。さらに、参加者は自分自身の考え方の変化を感じ、そのことで実際の子どもの行動が変容するという体験をしていた。今後は保護者のストレスを軽減するためのプログラムの設定や両プログラムの要素を含んだ新しいプログラム開発の必要があることが示唆された。

Keywords : applied behavior analysis, parent support, parent program, parent training

キーワード : 応用行動分析, 保護者支援, ペアレント・プログラム, ペアレント・トレーニング

I. 問題の所在

発達障害やその他の特別な支援ニーズのある子どもに対する支援の必要性について周知されてきた。2005年に発達障害者支援法が制定され、さらに2007年には学校教育法が改正され、特別なニーズを持つ子どもに合わせた支援や特別支援教育の推進が図られてきた。また、2016年に行われた発達障害者支援法の改正の中では、発達障害者の家族の支援の重要性について強調された。その中で「保護者への情報提供・提言」や「家族が互いに支え合うための活動の支援」の必要性が示された。そのような役割を持つ支援の在り方に関して様々なプログラムの開発や行政・学校等からアプローチが試みられている。家族支援のプログラムとして特定非営利活動法人アスペ・エルデの会によって開発された「ペアレント・プログラム」や様々な団体によって開発・提供されている「ペアレント・トレーニング」がある。これらのプログラムについて、開催にあたっては「専門性のある、またはトレーニングを受けたインストラクターによってグループで行われる」ことが必要であり（岩坂, 2012）開催できる回数や場所、参加できる人数については限界がある。そのような状況から、ペアレント・プログラムやペアレント・トレーニングのようなプログラムを複数回受講することは環境的に困難な場合が多い。しかし、子どもとの関わり方や子どもの養育の仕方に関して一度学んだとしても、子どもの問題は発達段階によって変化していくことや、保護者の養育に関する考え方の変容は容易に維持できるものではないため、保護者支援プログラムに関して複数回の受講や複数の異なったプログラムの受講が可能である必要があると考える。

II. 保護者支援プログラム

1. ペアレント・プログラムの特徴

ペアレント・プログラムは、発達障害のある子どもを持つ保護者や発達障害傾向のある子どもの保護者、育児に強い不安を持つ保護者、良い仲間関係が築けず困っている保護者等の支援を目的として、特定非営利活動法人アスペ・エルデの会において開発されたプログラムである。プログラムの内容は3つの柱によって構成されている。一つ目の柱は、「行動で考えること」であり、現状把握という枠組みを用いて自分と子どもの適応行動を「良いところ」「努力しているところ」「困ったところ」に分類していく。そうすることで、これまでの困ったところだけを見て叱るという状況から、行動を客観的に捉えることが可能になる（辻井, 2016）。二つ目の柱は、「褒めて対応すること」であり、プログラム期間中に実際

に子どもをほめてみることで、「いつ、どこで、どんな風に」褒めたら子どもがどんな反応をするのかについて全体でシェアしていく（辻井, 2016）。三つ目の柱は、「孤立している母親に仲間を見つける」であり、これについてプログラムの開発者である辻井（2016）は、母親たちが同じ取り組みや共通の課題を経験し、グループや全体でシェアしていく活動は、自由な話し合いが苦手な母親も参加でき、また、他の母親たちがどういう工夫をしているのかがわかるわけではなく、子どものことについて話をすることは取り組みを前向きにすると述べている。

また、このプログラムの大きな特徴として、このプログラムが、診断・診察・治療といった医療モデルでなく、日常生活を送る地域における支援を前提とした社会モデルに根差したものであることがあげられる。支援の最初に必要なメニューや支援者側の基礎的な知識と技術の習得、最低限習得しておくべき取り組み内容がある程度共有化し、保育士や保健師、障害児施設の職員であれば誰でも行える基礎中の基礎として位置づけられている（アスベ・エルデの会, 2015）。

2. ペアレント・トレーニングの特徴

ペアレント・トレーニングとは、「さまざまな障害をもつ子どもの保護者に、行動療法の理論を系統的に講義し、さらに実習してもらうことによって、自分の子どもの困った行動に対処できるようになってもらうもの」である（大隅・伊藤, 2005）。同時に、「親の子育てのストレスを減らすことも大きな目的であり、親子とも生活での『困り感』を減らし、心地良く生活を送っていけるようにしていく」という効果も期待される。このプログラムは、1960年代からアメリカを中心に始まった。日本においては、厚生労働省の発達障害者支援施策の家族等支援事業における「家族のスキル向上支援事業」としてペアレント・トレーニングの実施を推奨している。厚生労働省障害者総合福祉推進事業（2019）における調査より作成されたガイドブックには、このプログラムの内容について「行動分析」「環境調整」「子どもの不適切な行動への対応」「子どもが達成しやすい指示」「子どもの行動の3つのタイプわけ」「子どもの良いところを探し褒める」という6つの中心となる要素について示されている。実施にあたっては、専門性のあるファシリテーターによって行われ、親のこれまでの養育について否定せず、適した関わり方の提案や子どもの小さな成長を見つけることができるようなフィードバックが行われる。また、ペアレント・トレーニングの大きな特徴として、実際の過程での実践の検討に関してグループワークを中心として行われ、保護者同士のピアサポート的な関わりによる効果も期待されるものである（一般社団法人日本発達障害ネットワーク JDDnet 事業委員会, 2019）。実施の効果としては、子どもの行動上の問題の低減や抑うつ等の改善等の効果が得られたということも多く報告されている。

Ⅲ. 目的

本研究では、応用行動分析学を基礎とした2つの保護者支援プログラムであるペアレント・プログラムとペアレント・トレーニングを連続受講することの有効性について検討する事を目的とした。

Ⅳ. 方法

1. 参加者

Z県内にある児童発達支援事業所に子どもを通わせている保護者3名。3名は、別々の事業所に子どもを通わせており、その事業所内においてそれぞれその事業所の他の保護者と共に集団のペアレント・プログラムを受講した。さらにその後、続けてZ県内の大学においてペアレント・トレーニングを受講することを希望し、3名が集まってペアレント・トレーニングを受講した。

参加者Aは自閉症の診断を受けた無発語の6歳児の子どもがおり、行動面の困りは強くないものの就学に向けて身辺自立に関して困りのある保護者であった。参加者Bは特定の障害の診断は受けていないが子どもの行動面の問題に困りを感じている保護者であった。参加者Cは同じく特定の障害についての診断は受けておらず、発達検査の結果から年齢に対して非常に早い知的発達が認められるが行動面の問題を抱えている保護者であった。

2. 期間

それぞれの参加者のプログラム参加機関について表1に示した。ペアレント・トレーニングは3名同時に受講しているが、ペアレント・プログラムはそれぞれの子どもの在籍する児童発達支援事業所において受講していたために受講時期が異なり、ペアレント・プログラムとペアレント・トレーニングの間の期間については参加者Aは約半年、参加者Bは約1年、参加者Cは数週間であり、参加者間で差が生じた。プログラムは1回約60分で開催され、ペアレント・プログラ

ムは開催頻度は毎週や隔週等, 参加した事業所によって異なる。ペアレント・トレーニングは毎週開催であったが, コロナウィルス感染拡大防止の観点から開催ができない期間が生じたために, 全体として開催期間が長くなった。

表1 参加者のプログラムへの参加期間

参加者	ペアレント・プログラム	ペアレント・トレーニング
参加者 A	X 年 9 月から X + 1 年 2 月	X + 1 年 9 月から X + 1 年 12 月
参加者 B	X 年 7 月から X 年 9 月	
参加者 C	X + 1 年 6 月から X + 1 年 9 月	

3. プログラムの概要

ペアレント・プログラムの内容を表2に, ペアレント・トレーニングの内容を表3に示す。ペアレント・プログラムについては, 特定非営利活動法人アスペ・エルデの会において開発されたものを用いた。

また, プログラムの開催はアスペ・エルデの会が指定した研修を終了し, ライセンスを取得したトレーナーによって行われた。ペアレント・トレーニングについては, 肥後 (2020) によって開発された行動分析ワークショップ「押してもダメならひいてみな」のプログラムを基本として, ペアレント・プログラムでの学びの復習を加え, さらに, 1 回の開催時間を短縮して開催回数を増やした形で今村が開発したプログラムを使用した。

表2 ペアレント・プログラムの内容

	テーマ	内容
第1回	「現状把握表を書く!」 「自分のことについて書いてみよう」	現在の子どもや自分の様子について書き出す
第2回	「行動で書く!」	行動を細かく見て記述する方法の説明と練習
第3回	「同じカテゴリーをみつける!」	記述内容について分類し, 自分の特徴について考える
第4回	「ギリギリセーフをみつける!」	現状把握表の分類について, もう一度内容を見直し, 自分の行動について捉え直す
第5回	「ギリギリセーフをきわめる!」	現状把握表から自分の生活における危険な条件について考える
第6回	「ペアレント・プログラムでみつけたことを確認する!」	プログラム開始時の現状把握表と現在の物を見比べて学びを確認する

表3 ペアレント・トレーニングの内容

	テーマ	内容
第1回	「ホメ上手への道」(確認)	ペアレント・プログラムの内容の振り返り
第2回	「行動を見るコツ」	行動分析の基礎
第3回	「行動分析のイロハ + α 」	三項随伴性の理解, 課題設定
第4回	「行動を育ててみよう」	行動が増える原理, 経過報告
第5回	「行動を育てる知恵」	行動を増やす手立て, 経過報告
第6回	「ご褒美の極意!」	強化刺激の種類と使い方, 経過報告
第7回	「行動を減らす反対側」	行動を減らす時の方向性, 経過報告
第8回	「役割に応じたコミュニケーション」	行動の機能に着目した対応, 経過報告
フォローアップ	「最近の我が家」	今日までの振り返り 次のステップとしての課題設定

4. データの収集方法

1) 抑うつ症状の状態の変化についての評価

抑うつ症状の状態の指標として、BDI - II ベック抑うつ質問票を用いた。BDI - II は抑うつ症状に関する21項目の質問について、過去2週間の自分の気持ちについて近いもの1つを4つの選択肢から選択する質問紙である。最高得点は63点、最低点数は0点である。この合計点数が高いほど抑うつ程度が高いとされる。抑うつ状態の判断基準は、0点以上10点以下が「正常範囲の気分の揺れ」、11点以上16点以下が「軽度の気分の動揺」、17点以上20点以下が「うつとの境界域」、21点以上30点以下が「中度のうつ」、31点以上40点以下が「重度のうつ」、41点以上が「極度のうつ」である。

2) 行動分析に関する知識獲得の評価

行動分析の知識獲得の指標として、KBPAC(Knowledge of Behavior Principles as Applied to Children:O'dell,Traler-Senlolo and Flynn,1979)の簡略版(志賀, 1983)を用いた。KBPACは、行動分析学に基づく養育技術の知識を評価するものであり、25項目で構成される質問に対し、4つの選択肢の中から最も適切なものを1つ選ぶ形式になっている。

3) 参加者によるペアレント・プログラムへの評価

ペアレント・プログラムの参加者のプログラム全体に対する評価を検討するためにプログラムの最終回にアンケート調査を行った。内容は、参加者自身がプログラムの効果等の満足度を評価する物であり、「とてもそう思う」、「そう思う」、「そう思わない」、「全くそう思わない」の4つの選択式と自由記述式の問いから構成されている。アンケート内容は以下の通りである。

- (1) プログラムに参加して良かったと思いますか
- (2) 今回のプログラムへ参加したことでご自分の行動や考え方に良い影響はありましたか
- (3) 今回のプログラム前後でお子さんの行動に対する見方や考え方に良い変化がありましたか
- (4) お子さんを褒める回数は増えましたか
- (5) 今回のプログラムに参加する前と比較して周りの人(家族)との関係がスムーズになったと感じますか
- (6) 今回のプログラムに参加する中で印象に残っているエピソードや出来事を教えてください

4) ペアレント・トレーニングにおける参加者の学び・経験

参加者のプログラムでの学びと経験を評価するために、プログラム期間中に実際に取り組んだ課題について報告レポートを提出してもらった。内容は、取り組んだテーマ、取り組んだ方法、自分にとって良かった点とわかった点、わからなかった点、今後の修正点や目標を例示し、実際には各人の自由意志に任される形で提出してもらった。

5) 参加者による連続受講に関する評価

参加者のペアレント・トレーニング全体への評価を検討するために、フォローアップ終了後に45分程度のフォーカスグループインタビューを行った。話し合いのテーマは、ペアレント・プログラムとペアレント・トレーニングで得たことの違いや連続受講による効果の実感について、自分の変化と子どもの変容について等であった。

5. 倫理的配慮

参加者には、本研究の目的、内容についてプログラムの開始前に口頭及び文書にて説明し、さらに参加は自由意志によって決定できること、不参加の際に不利益のないこと、さらにプログラムの途中で参加を取りやめることができることを説明した上で同意を得ている。

V. 結果

1. 抑うつ症状の状態の変化についての評価

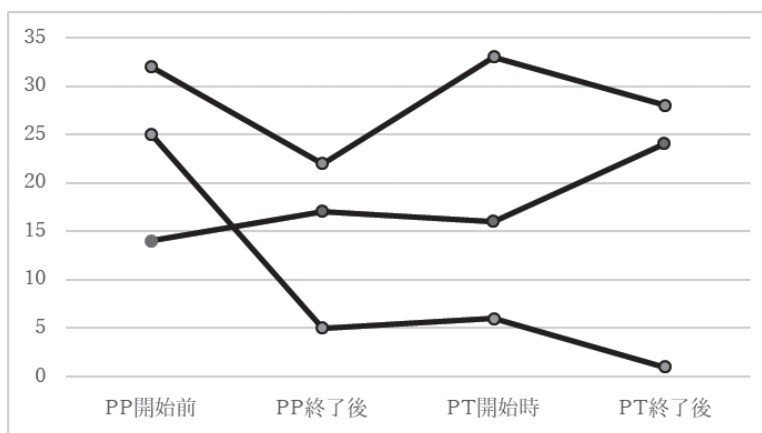


図1 連続受講中のBDIの変化

プログラ前後の抑うつ症状の状態の評価のため、BDI-IIベック抑うつ質問票を用いた。ペアレント・プログラム、ペアレント・トレーニングのそれぞれ開始前後に質問票への記入をしてもらった。結果を図1に示した。

参加者Aは、ペアレント・プログラム開始時14（軽度の気分の動揺）、プログラム終了時17（うつとの境界域）、約半年後であるペアレント・トレーニング開始時16（軽度の気分の動揺）トレーニング終了時24（中度のうつ）という結果であり、両プログラムともプログラ前後で抑うつの程度が高くなった。

参加者Bは、ペアレント・プログラム開始時32（重度のうつ）、プログラム終了時22（中度のうつ、約1年後であるペアレント・トレーニング開始時33（重度のうつ）、トレーニング終了時28（中度のうつ）であった。

参加者Cは、ペアレント・プログラム開始時25（中度のうつ）、プログラム終了時5（正常範囲の気分の揺れ）、数週間後のペアレント・トレーニング開始時6（正常範囲の気分の揺れ）、トレーニング終了時1（正常範囲の気分の揺れ）であった。

参加者Bと参加者Cには、状態に差はあるが、プログラ前後における抑うつ状態の改善が見られた。ペアレント・プログラムとペアレント・トレーニングの受講期間が連続している参加者Cに比べて約1年の期間があった参加者Bのペアレント・トレーニング開始時の抑うつ状態は重く、BDI-IIベック抑うつ質問票の得点としては同じく5ずつ低くなっているが、トレーニング終了時の抑うつの状態に差が生じていた。

参加者Aについては、両プログラ前後でBDI-IIベック抑うつ質問票の得点上昇が見られるが、ペアレント・プログラムにおける得点の上昇（3ポイントの上昇）に比べて、ペアレント・トレーニングにおける得点の上昇（8ポイントの上昇）が大きくなっていた。

2. 行動分析に関する知識獲得の評価

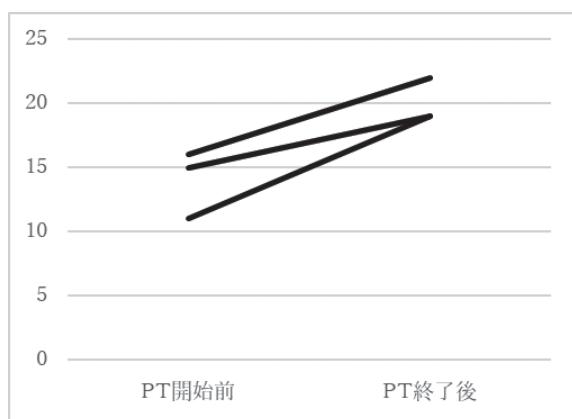


図2 KBPACの得点の変化(個別)

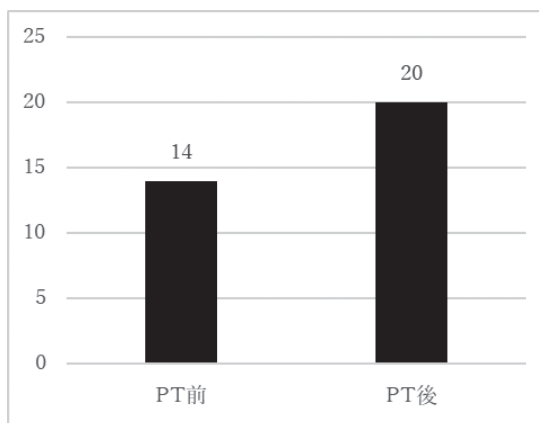


図3 KBPACの得点の変化(平均)

行動分析学の手法を用いた子育ての方法を教えるプログラムであるペアレント・トレーニングにおける行動分析の知識習得の指標として KBPAC 簡略版 (志賀, 1983) を用いた。ペアレント・トレーニングの前後の BPAC の得点について、個別の変化を図 2、平均点の変化を図 3 に示した。図 2 よりペアレント・トレーニングの前後 KBPAC の得点について、参加者 A は 15 点から 19 点、参加者 B は 11 点から 19 点、参加者 C は 16 点から 22 点に変化しており、全員に得点上昇が見られた。図 3 について、ペアレント・トレーニングの前後の KBPAC の得点の平均点については、14 点から 20 点に変化した。t 検定における有意差は見られなかった。

3. 参加者によるペアレント・プログラム全体への評価

参加者のペアレント・プログラム全体に対する評価のために、プログラムの第 8 回目に最終アンケートに答えてもらった。質問項目は、(1) プログラムに参加して良かったか (2) 自身のものの考え方に変化があったと思うか (3) 子どもの行動に対する見方に変化があったと思うか (4) 子どもを褒める回数が増えたか (5) 周囲 (家族) との関係に良い変化があったと思うかの 5 つの質問項目について、「とてもそう思う」「そう思う」「そう思わない」「全くそう思わない」の 4 つの選択肢から 1 つ選択してもらい、さらにそれぞれについて自由に記述してもらった。それに加えて、特に印象に残ったエピソードがあれば自由に記述してもらった。その結果、選択肢のある質問項目について、全ての質問において全ての参加者が「とてもそう思う」を選択した。さらに、自由記述について表 4 に示した。表 4 の内容からプログラムの参加によって、自身の考え方の変化が生じイライラすることが減ったり、子どもの同じ行動でも良く捉えることができるようになったりしたという変化を自覚していることが示された。

表 4 ペアレント・プログラム最終アンケートの自由記述

質問	回答
プログラムに参加して良かった点	<ul style="list-style-type: none"> ・子育てや人間関係の根っこ「人のとらえ方」が自分の中に芽生えた ・考え方がプラス思考になった ・自分や子どもの良い部分が見えるようになった
物の考え方の変化	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の事を大切にしても良いと思えるようになった ・具体的な合格ラインを決めたことでイライラすることが減った ・無駄に怒らなくなった
子どもの行動に対する見方の変化	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの良い点が浮かんで見えるようになった
子どもを褒める回数の変化	<ul style="list-style-type: none"> ・できて当たり前ではなく、がんばってできていると思えるようになり、褒められるようになった ・食べたくない食事を一口食べたことやできなくてもトイレに行けたことを褒めてみた ・よく見て関心を払うようになったので褒めやすくなった
周囲の人との関係の変化	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の気持ちが安定しているので家族とぶつからなくなった ・自分がイライラしなくなり、家族が穏やかになった ・子どもたちが明るくなった
印象に残ったエピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・良いところと悪いところは表裏一体という話 ・「危ない橋は渡らない」「地雷は踏まない」等の言葉が印象に残っている。子どもとのことで困ったときに、自分が無意識に地雷を置いていないかなと考えるようになった ・コントロールはする / されるが大切だという話 ・デンジャラスは避けて良い、捨てて関わらないという話

4. ペアレント・トレーニングにおける参加者の学び・経験

ペアレント・トレーニングでは、開催期間中に家庭において子どもの課題を設定し、行動分析を用いた関わりを行い、毎回その報告をしてもらった。プログラムの最後に、その取り組みについてまとめたレポートを任意で提出してもらった。

参加者 A は、トイレに行く回数を増やすという課題を設定し、オムツのままであってもトイレに行くことで褒めるこ

と、慣れ親しんだおもちゃをトイレに置くことでトイレに対する嫌悪感を減らすこと、排せつができたときにはご褒美としてお菓子を一口食べさせることを手立てとした。その結果、おむつを外して便座に座ることを子どもに求めていたときに比べてトイレに対する抵抗感がなくなり、排せつの時に苦勞することがなくなった。子どもにとっては、無理矢理トイレに連れて行かれることがなくなり、行ったときに褒められ認められることでトイレが嫌いな場所ではなくなったということが良かった点として挙げられた。自分にとっては、取り組みやすい目標にしたことで子どもと戦わなくて良くなった。また、大きな目標にいきなり取り組むのではなく、取り組みやすい目標を設定し、徐々にステップアップすることが大切だと気づけた。成功したときに声かけやご褒美を設定すると取り組みやすいことも体験できたということが良かった点として挙げられた。

参加者Bは、課題として食事の際に手掴みでなく、フォーク・スプーンや箸を使用するということを設定した。手立てを決める際に、子どもの食事場面の観察から、スプーンですくうという行動ができずに手づかみに移行してしまうことがわかったため、スプーンの上に食材を置くことは大人が行い、スプーンを口に自分で運び食べれば、その行動を認め褒める事を手立てとした。その結果、子どもの姿では、全部自分であることを求めていた以前では、食事中に疲れてしまい、食事が中断することが多かったが、苦手な部分を手伝ってもらい、親に見守られていることで意欲が高まり、自分から食べようとする姿が増えるという変化がみられた。また自分の変化について、以前は大まかなとらえ方であったためにスプーンを使う行動のどこで躓いているのかが見えなかったが、観察を行う事で子どもの具体的な苦手や困りが分かり、援助することができるように変化した。また、できない部分を指摘する関わりをやめ、できている部分を一緒に育てる関わりをしたので親子関係が良くなったという記述がみられた。

参加者Cは、かんしゃくを減らすという課題を設定し、適切なお願いができれば、本人の要求に応え、褒めるということを手立てとした。子どもは、それにより母からの激しい叱責を受けなくなり、やりたくないことをやりたくない伝えられるようになった。自分の変化としては、子どもの望ましくない行動に対して叱責は良くないことや、褒めて育てることが大切なことは知識として知っていたが、実践の仕方がわからず、子どもを叱って自己嫌悪となり苦しい思いをしていたが、プログラウを受けて以降は自分の行動は子どもの何を育てるのか意識できるようになり、小さな成功を喜んで褒めて育てることができるようになったという記述が見られた。

参加者全員が、プログラム中に具体的な課題設定と実践、その様子の記録を行い、毎回のプログラムで子どもとの関わりや考え方についてそれぞれの実際の状況に即して話し合うことで、子どもの何を育てたいのかについて細かく設定し、自分の関わりで何が育っているのかについて具体的に捉えることができていた。

5. 参加者による連続受講に関する評価

ペアレント・トレーニングのフォローアップ終了後に45分程度のフォーカスグループインタビューを行った。その様子を参加者の許可を得て録画し、書き起こしたものを分析した。インタビューの書き起こしは7202文字となった。インタビューの内容は、ペアレント・プログラムとペアレント・トレーニングで得たことの違いや連続受講による効果の実感について、自分の変化と子どもの変容についての内容を中心として自由に話してもらった。それぞれのテーマに関する発言について表5に整理した。ペアレント・プログラムとペアレント・トレーニングの学びの違いについて、ペアレント・プログラムでは子どもの全体像をつかみ、ポジティブに捉えることや、自分自身についてのポジティブな捉えに関して学びがあったと感じており、ペアレント・トレーニングでの学びについては、

表5 保護者の語り

ペアレント・プログラムとペアレント・トレーニングの違いについて	<ul style="list-style-type: none"> ・プログラムでは、子ども全体をポジティブに捉えられた ・プログラムは自分と向き合うことが苦しかった ・プログラムを通して子どもの良いところが見つけられるようになった ・プログラムを受けて、子どもの幸せだけ考えるのではなく、自分の幸せも考えて良いと思えた ・トレーニングは、プログラムを土壌にその上の理論を知った感じ ・トレーニング後は、療育の先生の話がわかるようになった ・トレーニングに来て一緒に取り組む仲間ができた ・トレーニングで子どもが成功すると自分が幸せになる事を知った
---------------------------------	---

連続受講の効果について	<ul style="list-style-type: none"> ・プログラムだけでは結局子どもが変わらないので、考えが戻ってしまい苦しい ・トレーニングを急に受けたとしても満足だったと思うが、子どもに対する見方が厳しいままでも取り組むと、子どもをダメ出しの視点でみてしまう ・プログラムのワークで苦しんで価値観が変わってから実際の指導に行くから上手くいった ・プログラム前の考えでトレーニングをしたら、自分ではなく子どもだけ変わってほしいと思っていた気がする ・トレーニングで自分の関わりのまずさが見えてきたけど、プログラムで自分を大切にできるようになった後だったので自分を許せた
自分の変化と子どもの変容	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の事もご飯作ったり、掃除だけで頑張っていると思うようになると、子どもも歯を磨いたりご飯を食べるだけで褒める気持ちになった ・以前は上手くいかない方法に自分がこだわって、子どもが動かなければ強く言って従わせていたが、今は他の方法を提案して子どももすぐに動いてくれる ・大きな目標を押しつけていたときは、嫌がられて課題に向かうことができなかったけど、小さな目標に下げることができてから嫌がらずに取り組んでくれて、一緒に頑張る仲間になった ・できそうなことを目標にすると、できそうだからやってくれて、褒めると自分も嬉しくて、次の目標にすぐ移れて、前は半年も同じ目標でできなかったことが数週間でできちゃった ・親子とも得意は増えてないけど困った事はなくなった気がする

具体的な行動変容のための理論や実践によって子どもが成功する方法についての学びがあったということが語られた。2つのプログラムの連続受講に関しては、ペアレント・プログラムによって子どもをポジティブに捉えられるようになった後に、実際の行動変容に関して取り組むことで、子どものダメな部分だけを変えようとするのではなく、良いところを引き出そうと考えられたことや、自分に向き合う練習を経験した後に実践に移ったことで、子どもだけに変わらせるのではなく、子どもを変えるために自分が変わるという視点ももてたとの語りがあった。さらに、プログラム中の自分と子どもの変化に関して、自分や子どもに対するポジティブな見方が多くなったこと、子どもの課題への取り組みにおいても今の子どもに合ったものにすることで以前より早く目標に達することができたことが語られた。

VI. 考察と今後の課題

今回の取り組みにおいて実施した2つのプログラムは共に応用行動分析を基礎としたプログラムであった。参加者の学びをみると、ペアレント・プログラムは子どもや子どもの行動をどのように捉えるかといった認知についての変容が起こるものであった。それに対し、ペアレント・トレーニングは、子どもの行動を変容させる具体的な手法や実際に課題に取り組むことで応用行動分析の理論を子育てに生かしていくための経験をするものであったと認識されていた。これらのプログラムを連続で受講することは、ペアレント・トレーニングの目標設定の場面において、ペアレント・プログラムによって子どもの行動を肯定的に捉える力や子どもが当たり前でできていることの価値について感じられるようになっていたことが良い影響を及ぼし、適切な課題設定を行う事につながった。また、実際の子どもへの指導の際にも、ペアレント・プログラムにおいてできたことを認める練習をしていたことで、子どもの小さな成功を認め、褒める行動へつながった。このことから、今回の参加者においては、ペアレント・プログラムを受講した後にペアレント・トレーニングを受講したことが良い効果があったと考える。

次に、抑うつ状態について、参加者Bと参加者Cについて、両者は共にプログラム参加によって一定程度抑うつ状態が改善されたが、参加者Cはペアレント・プログラム終了からペアレント・トレーニング参加までの期間が短く、ペアレント・プログラムで改善した抑うつ状態での次のプログラムに進み、さらに抑うつ状態が改善した。それに対し、参加者Bは、ペアレント・プログラム終了時は抑うつ状態が改善したものの、1年後のペアレント・トレーニング開始時には抑うつ状態が悪化しており、さらにプログラム終了から時間が経っていたために前プログラムの内容を思い出すまでに時間を要した。これらのことから2つのプログラム開催は時間的な間隔を短く連続的に行われることが望ましいと考える。また、参加者Aについて、2つのプログラムの両方において、抑うつ状態の悪化が見られた。フォーカスグループインタビューの中で、これに関連した語りがあり、「プログラムの時は、すごく緊張して本当に緊張して、苦しいって

思っていた。人前で話すのがすごく苦手」と述べていた。このことから、この両プログラムはグループワークを中心に構成されており、それによるピアサポートの効果も期待されるが、話す事に強いストレスを感じる保護者に対しては個別実施プログラムの開催も必要であると考え。また、ペアレント・プログラムに比べてペアレント・トレーニングのBDI-IIバック抑うつ質問票のポイントの上昇が顕著であったことに関して、子どもに関する捉えについて扱うペアレント・プログラムに比べてペアレント・トレーニングは、実際の子どもの行動や子どもとのやり取りに焦点を当てたプログラムとなっている。その際に、参加者Aの子どもは、障害の程度が重く無発語でもあるため、他の2名の保護者に比べると子どもとのやり取りで語れる部分が少なかった。ペアレント・トレーニングでは、実際の親子の関わりを詳細にグループ内で語り合うことになるため、障害の程度が著しく重い子どもの保護者に関してはグルーピングの工夫が必要であると考え。

さらに、プログラムの開催期間について、2つのプログラムを受講するためには、15回の出席が必要となる。就労している保護者が増えていることを考えれば、それら全ての出席は難しい保護者も多い。今後は、この2つのプログラムの要素を含み、短期間で受講できる新たなプログラム開発が必要である。

引用・参考文献

- 1) 肥後祥治 (2003) 地域に根差したリハビリテーション (CBR) から日本の教育への示唆, 特殊教育学研究41(3)345-355
- 2) 肥後祥治 (2020) 行動分析ワークショップ「押してもダメなら引いてみな!」テキスト
- 3) 一般社団法人 日本発達障害ネットワーク JDDnet 事業委員会 (2019) ペアレント・トレーニング実践ガイドブック, 鳥取大学医学系研究科井上雅彦研究室
- 4) 岩坂英巳 (2012) 困っている子をほめて育てる ペアレント・トレーニングガイドブック, じほう
- 5) 本山和徳・松坂哲應・長岡珠緒・松尾光弘 (2012) 発達障害児の養育に困難を抱く母親に対するペアレント・トレーニングの効果, 脳と発達, 44, 289-294
- 6) 中田洋二郎 (2009) 発達障害と家族支援—家族にとって障害とは何か—, 学研教育出版
- 7) 中田洋二郎 (2010) 発達障害のペアレント・トレーニング短縮版プログラムの有効性に関する研究, 立正大学心理学研究所紀要, 8, 55-63
- 8) 大石幸二 (2011) 行動分析学の考え方とその実際, 発達支援学—その理論と実践—, 協同医書出版社, 94-100
- 9) 大隅紘子・伊藤啓介 (2005) 肥前方式親訓練プログラム, AD/HDをもつ子どものお母さんの学習塾, 二瓶社
- 10) 志賀利一 (1983) 行動変容と親トレーニング (その知識の獲得と測定), 自閉症教育研究, 6, 31-45
- 11) 特定非営利活動法人アスペ・エルデの会 (2015) 楽しい子育てのためのペアレント・プログラムマニュアル
- 12) 辻井正次 (2016) 「ペアレント・プログラムを始める」必携発達障害者支援ハンドブック, 金剛出版, 300-301
- 13) 山口薫 (2001) 応用行動分析学の発展と特別支援教育, 行動分析学研究, 16(1)57-63

(2021年11月24日 受領/2021年12月9日 受理)