

【研究ノート】

発達障害児に対するペアレント・プログラムの有効性についての検討 —ペアレント・トレーニングに関する研究動向から—

松田 光一郎

Matsuda koichiro

本研究では、発達障害児に対する家族支援の現状と課題について、先行研究を基に考察した。その結果、家族支援の対象は母親に偏っており、ペアレント・トレーニングにおいても父親が対象に含まれているのは僅少であった。ペアレント・トレーニングは、専門家が標的となる子どもの不適切な行動や習得すべき望ましい行動を設定し、機能分析を行って改善のための方法を選択・実行していく技法を親に教示していくことになる。しかし、指導できる専門家が少ないことや指導方法が統一されていないことから、普及は遅れていた。そこで、専門知識をほとんど必要としないペアレント・プログラムの実際を概観し、家族支援における有用性について検討した結果、親が子どもの行動を見ることを学び、認識を変えることで子育ての方法を改善し、様々な問題解決に効果が期待できることが示唆された。

キーワード 発達障害児、家族支援、ペアレント・トレーニング、ペアレント・プログラム

I. はじめに

1. PT とは

親の療育行動が、子どもの心身の発達に大きな影響を及ぼすことから、発達障害児に対する支援の基本は家族支援であるといえる。発達に障害のある子どもの家族支援^{注1)}では、子どもの個性にあった子育てを親子で実現できるためのサポートが必要となる。「親は自分の子どもの問題に対して最良の治療者になることができる（大隅, 1998）」という考えに基づき、発達障害児の親の養育行動を向上させることで、子どもの発達を促進させるとともに問題行動を改善することを目的としたプログラムに、ペアレント・トレーニング（Parent Training：以下、PT）がある。PT は、B.F. スキナー（1904-1990）が創始した行動分析学の研究により蓄積された知見を、実社会の諸問題の解決に応用した応用行動分析に基づいている。応用行動分析では、人の心の動きや行動は、個人と環境との相互作用によって生じると考える。そのためPT では、親の養育行動を変容させることにより、子どもの健全な成長発達の促進や不適切な行動の改善を目的としている。PT の進め方としては、①「行動観察：観る」、②「評価：褒める」、③「環境を整える」、④「教える」、⑤「機能分析」といった内容が含まれる。これらの上位に、発達障害などで問題行動の改善が容易でないものなど、障害別のプログラムが考案されている。

2. PT の発展過程

1960 年代から、知的障害を伴う自閉スペクトラム症に対するコミュニケーションや生活スキルの改善など、多くの療育効果が行動療法によって示されるようになった。その一方で、治療効果の向上や維持、日常場面への般化を促進するために親を共同治療者に PT が開始され始めた。その後、1970 年代には、身辺自立スキル、コミュニケーションスキル、社会的スキル、学習スキル、問題行動の低減など、様々な課題に PT が応用されるようになった。1980 年代以降において、PT は TEACCH (Treatment and Education of Autistic and Communication related handicapped Children) などの治療プログラムの中に組み込まれるようになった。また、EIBI (Early Intensive Behavioral Intervention)、PRT (Pivotal Response Treatment) といった自閉スペクトラム症の早期行動介入プログラム、PECS (Picture Exchange Communication System) などのコミュニケーションの指導プログラムの中に組み込まれるようになった。

3. 応用行動分析の行動原理に基づいた PT

PT は応用行動分析の行動原理に基づいている。その基本となる行動原理は、「正の強化」、「負の強化」、「正の弱化」、「負の弱化」の 4 種類である。「正の強化」とは、ある行動が生起すると強化子が後続し、その結果、ある行動が強められるという原理であり、ある行動の後に賞賛やご褒美が伴うと、行動が強められることを示している。「負の強化」とは、ある行動が生起すると嫌子が取り除かれ、その結果、ある行動が強められるという原理であり、ある行動を行う際に邪魔になる嫌悪的な物事が取り除かれると、行動を身につけやすくなることを示している。「正の弱化」とは、ある行動が生起すると嫌悪刺激が後続し、その結果、ある行動がその後、起きにくくなるという原理であり、ある行動を行った後に罰を与えられると行動が減少していく事態を示している。「負の弱化」とは、ある行動が生起すると強化子が取り除かれて、その結果、ある行動がその後、起きにくくなるという原理であり、ある行動をした後にいつも与えられていたご褒美が、与えられなくなると行動が減少していく消去の事態を示している。

よって、PT はセラピストから教示を受けた親が、応用行動分析の行動原理に基づいた技法を駆使し、子どもの学習行動のサポートや、不適切な行動を減らしていく心理社会的治療法である。子どもの問題行動に対する行動療法的な取り組みとして、PT では複数の問題行動があってもすぐには扱わず、行動を変容するための環境調整等を行い、観察しやすい行動や改善しやすい行動を親に決めてもらい、望ましい行動を増やせるようにセラピスト主導から始めて、問題に対して親が自分で工夫していけるように促していく内容となっている (大隅, 1998)。

II 発達障害児に対する家族支援の状況と課題

発達障害児等の子育て支援に関する法や制度は、発達障害者支援法の制定 (2004)、子どもの貧困対策推進法 (2013)、障害者権利条約への批准 (2014)、児童虐待防止法改正 (2014)、子ども子育て支援新制度のスタート (2015)、障害者差別解消法の施行 (2016)、成育基本法の施行 (2019)、こども基本法の施行 (2023) など、この 10 年余りで着実に整備されてきた。障害児支援の在り方に関する検討会 (2014)

は、今後の障害児支援の在り方について、地域社会への参入（インクルージョン）という方向性を打ち出した。その基本理念のひとつは、家族支援の重視であり、そのための支援内容の1つが、保護者の「子どもの育ちを支える力」を向上させることを目的としたPT等の支援である。つまり、発達障害児等の子育て支援において、家族支援をなんらかの効果的な枠組みに沿って、地域社会で実施されることが求められた。

PTは発達障害児やその親に携わるセラピストが、家族支援として取り入れやすいグループ・プログラムの1つである。また、PTは発達障害の傾向のある子どもをもつ親だけではなく、育児に不安の強い親、良い仲間関係が築けず困っている親等の養育行動を効果的に支援できるよう設定されており、地域における家族支援の充実が期待される。しかし、発達障害児等に対する家族支援の対象は母親に偏っており、父親への支援については実践的にも研究的にも僅少である（小島・田中, 2007）。また、PTにおいても父親が対象に含まれているのは20%程度である（Lundahl, Tollefson, Risser, & Lovejoy, 2007）。阪本・藤家・大羽・井上（2015）は、母親参加のPT後に父親を対象としたセッションを2回設けて効果を検討した結果、父親セッションの受講の有無により、母親が捉える子どもの情緒的、社会的なこだわりと困難さが改善し、父親における抑うつ傾向の低下、子どもの仲間関係におけるこだわりと困難さの低下が認められた。岩崎・海蔵寺（2009）は、軽度発達障害児を持つ母親が、親の接し方によって子どもの行動が変化することを実感し、理解者として夫と関わることで、心配しすぎたり、怒りすぎたりといった自らの行動をコントロールできるようになるとしている。父親への支援は通常のPTに参加した母親を通じて間接的に働きかけるだけではなく、父親向けの短期のPT、特に母親への支援という一歩引いた役割によって直接働きかけることの有効性が示唆されたといえる。

上述したように、PTは応用行動分析の理論に基づき、セラピストが標的となる子どもの「不適切な行動」や習得すべき「望ましい行動」を設定し、機能分析を行って改善のための方法を選択し、実行していく技法を親に教示していく。しかし、指導できるセラピストが少ないことや肥前式、精研式、奈良方式など、教示方法が統一されていないといった問題により普及は遅れている。また、初めて学ぶ親にとって弱化的技法を十分に理解して使いこなすことは容易なことではない。例えば、子どもが親からの注目が欲しいために、わざと親を困らせるような不適切な行動に対して、しばらくの間、あえて注目を与えないようにする「負の弱化」がある。激しい動揺を見せる子どもの反応に対して、親が中途半端な対応をしてしまい、子どもに主導権を奪われて振り回されてしまうことがある。「負の弱化」は、親子関係が安定しない3歳までの時期には用いにくく、愛着関係が不安定なケースにはむしろ危険である。他方、「正の弱化」は、子どもの不適切な行動に対して、罰を提示することなどが含まれるが、罰の程度や種類の選定が難しい。また、親が感情的になりすぎて罰を多用してしまい、それが子どもにとって不適切な行動の手本になってしまう危険性が考えられる。そのため、PTを親に対して教示していく際に、できるだけ全てのプログラムに参加するように促すことや、必要に応じて補習などの個別支援が必要である。例えば、なんらかの理由でプログラムを欠席してしまい、「正の強化」や「負の強化」について学ばない

まま、弱化のみに頼るようになると、親と子どもの間の愛着や信頼感が崩壊してしまう可能性が考えられる。

一方、ペアレント・プログラム（Parent Program）は、家族支援として効果が示されているPTと異なり、親が子どもの行動を捉えることができるようになることを目的としたプログラムであり、応用行動分析や発達心理学の専門知識をほとんど必要としない。ペアレント・プログラムは、2007年に開始された厚生労働科学研究障害保健福祉総合事業「発達障害児に対する有効な家族支援サービスの開発と普及の研究」の中で、PTの前段階の位置づけとして、親の認知的な枠組みを修正することを目指した簡易的なプログラムとして開発された。その後、NPO法人アスペ・エルデの会によって取り組みが継続され、2014年に実施マニュアルの初版、2015年に改訂版が発行された。現在は、保育士や保健師、福祉事業所職員などを対象とした研修としても実施され、2016年には実施資格認証制度が開始されている。

そこで、次章では発達障害に対するペアレント・プログラムの実際を概観し、家族支援における有用性について検討する。

Ⅲ 発達障害に対するペアレント・プログラムの実際

ペアレント・プログラムの対象は、子どもの親である。介入を受けた親がプログラムの中で学んだスキルを用いて子どもに接することにより、子どもの行動の学習や改善を意図している。そのため、最終的な結果を査定する標的は子どもの行動である。具体的には、「子どもが言うことをきかない」、「かんしゃくを起こす」などの不適切な行動が標的となる。子どもの年齢が高くなると子ども自身の自己コントロールや問題解決といった、子どもの社会性の発達支援が含まれるため、言語による介入が有効であり、親の関わりの影響が大きい幼児期から学童期の子どもに適用される。

ペアレント・プログラムの目標は、①親が子どもの行動を客観的に捉えられるようになること、②できることを褒めるという方法を身に着けること、③親同士の仲間を作ることの3つである。実施方法は、1グループ約10名の母親から構成された小集団で行い、6回を1クールとし、3か月間のプログラムを標準とする。1回60分～90分で、「子どもを行動で捉える」、「良いところを見つける」、「困った行動に中にもできているところを見つける」などを行っていく。毎回、現状把握表（表1）を用い、自分および子どもの「良いところ」、「努力しているところ」、「困ったところ」をそれぞれ記入する。

各回のテーマは決まっており、ペアレント・プログラムの流れは、第1回は「ガイダンス・現状把握表の書き方」、第2回は「行動で書く」、第3回は「行動のカテゴリーを見つける」、第4回は「ギリギリセーフ行動を見つける」、第5回は「ギリギリセーフ行動をきわめる」、第6回は「ペアレント・プログラムでみつけたことを確認する」となっている。プログラムの進め方については、セラピストと親達がプログラムに参加する形式で研修が行われ、その後、スーパーヴィジョンなどでプログラム運営の実務的な指導を受け実施することになる（表2）。

このように、ペアレント・プログラムは、親達が自分あるいは子どもの行動を客観的に記述できるよ

うになることを通して、自己否定的あるいは子どもに対する否定的な認知を、中立的あるいは肯定的に変容させることを主な目的としている。「子どもを褒める」という宿題を通して、ペアレント・プログラムで学んだことを家庭生活の中で汎化できるようなプログラムになっている。つまり、親達は講義を一方的に聞くのではなく、実際に現状把握表に自分や子どもの行動を整理していくという活動を通して、実際に行動できるようになるのである。また、親同士のペアワークを取り入れ、グループダイナミクスによる効果も視野に入れて実施されている。また、支援者研修も含めた研修型プログラムでは、ペアレント・プログラムについての講義を事前に受講し、その後実際にプログラムに陪席し、毎回のセッション前後に実施される支援者ミーティングで学習を深めるという内容となっている。

(表1) 現状把握表(自分編)

カテゴリー	良いところ	努力しているところ	困ったところ
【例】	今できているところ (適応行動)	「努力しよう」と思ったら、もう努力している項目	・この項目の行動は今すぐ改善できる？ ・難しい！でも何とかなっているのはなぜ？
気持ちの調節			
育児			
家事			
仕事			
その他			

(表2) ペアレント・プログラムの各テーマ

回	各回のテーマ	内容
1	「ガイダンス・現状把握表の書き方」	子どもによっては、具体的なコツを教えること・行動を見てほめることの重要性を導入として伝え、「良いところ」「努力しているところ」「困ったところ」で構成された現状把握表の書き方を説明し、実際に書く。
2	「行動で書く」	「良いところ」(適応行動)の見つけ方を説明し、普段の生活の中で母親も子どもも日々の生活の中に「良いところ」がたくさんあることに気づく。「行動」の書き方を再度説明する。
3	「行動のカテゴリーを見つける」	現状把握表に記載された内容を種類別に分け(母親であれば「育児」「家事」「仕事」「健康管理」など)、自分や子どもがどの側面で「良いところ」や「困

		ったところ」が多いのが気づく。
4	「ギリギリセーフ行動を見つける」	「困ったところ」に記載された行動について、「ギリギリセーフ行動」という考え方をを用いて、現在、子どもができる行動を明らかにする。
5	「ギリギリセーフ行動をみきわめる」	「ギリギリセーフ行動」を見つけにくかった「困ったところ」について、時間・場所・状況を詳細に考え、「ギリギリセーフ行動」が起りやすい状況を明らかにする。
6	「ペアレント・プログラムで見つけたことを確認する」	今までに学んだ内容や自分・子どもの行動の変化を振り返り、話し合う。

※ギリギリセーフ行動：困った行動の中でも一歩手前までできていたり、工夫やサポートがあればできたりする行動

IV ペアレント・プログラムによる効果

ペアレント・プログラムは、親の認知を変えることに重点が置かれており、実際の子どもの行動を変えることではない。実際には、母親が褒めるという宿題を家庭で実施することで、子どもの行動も変わることが多い。しかし、それが本来の目的ではない。親が子どもの行動を見ることを学び、良い行動とは適応行動であると、認識を変えることに重点が置かれている。親が身に着けるスキルとしては、効果的に褒めることである。ペアレント・プログラムで用いられる「正の強化」や「負の強化」は、親にとって理解しやすく、実行しやすい内容でもある。子どもの不適切な行動に対して、プログラムに沿った形で、行動で見ることを学び、子どもの望ましい行動を強化することで、不適切な行動が生じにくくなり、問題が収束することが期待できる。

Dadds, Schwartz, & Sanders (1987) は、ペアレント・プログラムの講義を受講する夫婦が不仲である群と、不仲でない群に分け、ペアレント・プログラムの効果検討を行った結果、ペアレント・プログラム直後において、子どもの問題行動の多さや母親の子どもへの嫌悪的な働きかけは全ての群で減少が見られた。しかし、6か月後のフォローアップ時においては、不仲である群でかつ夫婦セッションの追加がなかった群においてのみ、ペアレント・プログラムの効果の維持が見られなかった。つまり、夫婦が不仲でない群および不仲であっても夫婦セッションを追加で受けた群は、ペアレント・プログラムの効果が維持されていることが示された。このことから、ペアレント・プログラムの継続的な参加が難しい場合や予防的な介入を行う場合に、ペアレント・プログラムは母親同士の活動に重点が置かれていることから、集団全体で話題を共有する前に母親2名のペアで話し合いをしたり、褒めたり、アドバイスをしたり、アドバイスをもらったりしているうちに、自己効力感が向上し、メンタルヘルスの改善に繋がる。このように、ペアレント・プログラムは、「正の強化」や「負の強化」の教示だけではなく、親子関係の構築に絞って行うことにより、様々な問題解決の効果が期待できる。

V 考察

本稿では、発達障害に対する TP に関する研究の動向からペアレント・プログラムの有用性について検討した。その結果、ペアレント・プログラムは、子どもの問題行動への対応方法を学ぶものではなく、その前提となる、子どもや親の行動の見方を理解するためのものであり、親が子どもの対応方法を習得するための基盤となるプログラムとして有用であると考えられる。

繰り返しになるが、ペアレント・プログラムの目標は、親が子どもの困った行動をより客観的に「行動」で把握できるようになることである。そのため、ペアレント・プログラムは PT と異なり、セラピストは子どもへの対応の仕方について、直接的に親に助言は行わない。なぜなら、親が子どもの状態像の把握が正確にできていないまま、困った行動だけを見ている介入の効果を期待することはできないからである。セラピストに求められることは、親がセラピストからの教示を待つのではなく、親が自分で考え、自分で発信し、親達と考えを共有することにより、自分あるいは子どもの行動を客観的に記述できるようになることを通して、子どもに対する否定的な認知枠組みに肯定的な変化が生まれるよう、ペアレント・プログラムを促進させて行くことである。

現在、障害者総合福祉推進事業^{注2)}により、ペアレント・プログラムの普及が進められており、全国 20 か所以上の都市で取り組まれている。今後、ペアレント・プログラムは、親の多様なニーズに対応していくことを重視し、多様性を包含した形で発展していくのか、それとも十分な検討と検証を経て PT と統合されていくのか、この分野の実践と研究の動向が注目される。

VI 結語

2023 年 4 月、子どもが自立した個人としてひとしく健やかに成長することができる社会の実現に向けて、子どもと家庭の福祉の増進・保健の向上等の支援、子どもの権利利益の擁護を任務とする「こども家庭庁」が創設された。それに先駆け、こども政策の新たな推進体制に関する基本方針に、障害児の地域社会への参加・包容（インクルージョン）を推進する観点等を踏まえ、こども家庭庁が所管する子育て支援施策の中で障害や発達に課題のある子どもへの支援が掲げられた。その柱にあたる支援部門においては、困難を抱える子どもや家庭に対して、支援者が向いて子どもや家庭の状況に合わせたオーダーメイドの支援（訪問支援）の実施が明記された（厚生労働省, 2021）。

これまでの発達障害児への支援では、診断がなければ支援につながらないという医療モデルを基盤としたものであった。しかし、現在では、こうした考え方そのものが実情に合わず、支援的ではないことが明らかになってきた。近年では、医療モデルではなく、社会モデルの考え方が主流になりつつある。これは、社会的な支援を提供することで、社会的障壁をなくしていくことが発達障害児の支援の基本であるとする考え方である。診断の有無に関わらず、子育ての支援ニーズのある親にとって有効なプログラムを自治体で提供できるとするならば、社会的障壁をなくすインクルーシブな支援の構築に繋がると考えられる。

これまでの家族支援では、障害、子育て、母子保健等、いくつかの部局をまたぐ形になるため、自治体で実施することが難しい現状にあった。しかし、「こども家庭庁」の設置により、縦割り行政による弊害の解消・是正に繋がると考える。子育ての基盤は家庭にある。発達障害児の親の気持ちを少しでも軽くし、前向きな第一歩を提供するためには、一人でも多くの支援者がペアレント・プログラムに関する研修を受講し、ペアレント・プログラムを提供できる保育士、保健師、障害児通所支援事業所等の支援者を積極的に自治体に配置していくことが、家族支援の普及と質の向上につながると考える。

注

- 1) 発達に障害のある子どもの家族支援とは、子どもの健康を維持・回復し、発達していく能力を発揮できるように、家族が子どもの障害を受容し、子どもの成長発達に向けて適切に関われるよう援助することである。
- 2) 障害者総合福祉推進事業とは、「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律」を踏まえ、障害者施策全般にわたり引き続き解決すべき課題や新たに生じた課題について、現地調査等による実態の把握や試行的取組等を通じた提言を得ることを目的とした事業のことである。

引用文献

- ・大隅紘子（1998）親訓練の意義と歴史. 山上敏子（監修）お母さんの学習室 発達障害児を育てる人のための親訓練プログラム. 二弊社.
- ・厚生労働省（2014）障害児支援の在り方に関する検討会.
- ・厚生労働省（2021）こども政策の新たな推進体制に関する基本方針.
- ・小島末生・田中真理（2007）障害児の父親の育児行為に対する母親の認識と育児感情に関する調査研究. 特殊教育学研究, 44(5), 291-299.
- ・Lundahl, B. W., Tollefson D., Risser H., & Lovejoy M. C. (2007) A Meta-Analysis of Father Involvement in Parent Training. Research on Social Work Practice 18(2), 97-106.
- ・阪本清美・藤岡まり・大羽沢子・井上雅彦（2005）ペアレント・メンターの参加および父親講座を取り入れたペアレント・トレーニングの効果(1), 日本自閉症スペクトラム学会第14回研究大会.
- ・岩崎久志・海蔵寺陽子（2009）軽度発達障害児をもつ母親の支援, 流通科学大学論集, 22(1), 43-53.
- Dadds, M. R., Schwartz, S., & Sanders, M. R. (1987) Marital discord and treatment outcome in behavioral treatment of child conduct disorders. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 55(3), 396-403.