

表3 怒りのコントロールシート

怒りのコントロール

怒りの強さ	からだの様子・ことば・行動	もう少しだけコントロール	そのためにできること
10			
9			
8			
7			
6			
5			
4			
3			
2			
1			

井上直美・市橋香代 2004

第4章 兵庫県家族再生指導事業「ペアレント・トレーニング」実施報告

兵庫県西宮こどもセンター家族再生支援チーム

田中 隆志 北尾 早苗

上原 博美 川口 智

岩野 麻希子 樋渡 千恵

児童養護施設三光塾 増田 陽子

兵庫県では平成15年度に、虐待した親等への指導のあり方を検討し、共通した方策をもとに親指導にあたるためのガイドライン「兵庫県こどもセンター家族再生支援プログラム」を作成した。それに基づき、平成16年度は「兵庫県家族再生指導事業」として虐待した親等への指導を系統的・体系的に行った。

ただし、新しい試みであるペアレント・トレーニングは、本年度は西宮こどもセンターのみで試行的に行った。以下にその結果について報告する。

1 事業概要

兵庫県こどもセンター家族再生支援プログラムの概略は次のとおりである。（図① 家族再生支援プログラム全体図参照）。

(1) 事業目的

虐待を理由に親子分離し、施設入所した児童とその家族に対し、再統合に向けた専門的援助を行い、児童の家庭復帰を円滑に進めることを目的とする。

(2) 事業内容

親指導については、大きくは通告から施設入所までの対応と施設入所から家庭復帰までの対応に大別される。「兵庫県こどもセンター家族再生支援プログラム」は施設入所から家庭復帰まで（アセスメントとプログラムの実施）に対応し、次の3つの特徴を持つ。

- ① プログラムの進行と家庭機能の評価にあたり、「家庭支援のためのチェックリスト」を用いて保護者を含めた家庭全体の状況を客観的に評価し、適切なケース管理を行うこと。
- ② 職員の立ち会いのもと子どもと家族を面会させ、親子合同で指導する「家族合同面接」を導入すること。
- ③ 従来のカウンセリング的な個別指導に加え、虐待した親のグループ指導「ペアレント・トレーニング」を導入すること。

上記3点の特徴を生かして下記の事業展開を図った。

(ア) 個別面接指導

保護者との定期的な個別面接により、子どもへの関わり方の助言・指導から、生活全般について指導する。家族合同面接指導、ペアレント・トレーニングに先立ち、または並行して行い、保護者との信頼関係の構築、指導を受ける事への動機付け等、開始条件に適合するまでの指導から、家庭復帰にいたる過程全般を支援することを目的とする。

(イ) 家族合同面接指導

担当者(児童福祉司及び心理判定員)が同席して親と子を面会させ、親子の交流を図りながら、子どもとのかかわり方を助言し、担当者とのロールプレイ等を通して具体的に子育て方法の学習を援助する。

(ウ) ペアレント・トレーニング

児童虐待に見られる親子関係の悪循環を修正するため、親グループを構成し、具体的な子育てのあり方を講義とロールプレイによって学び、他の参加者やスタッフからの意見を聞きながら客観的に自らの子育てを振り返り、「気づき」を促し子育て方法の学習を援助する。

各指導を有機的に関連させ、明確な基準により進行管理し、家族の再生をめざすことが目標である。

2 ペアレント・トレーニング実施計画

(1) グループ指導の目的

グループを通して親を指導する目的は次の2つである。

(ア) 集団内の相互作用を利用した「気づき」や「理解」の促進

他の親の話しを聞きながら、自分の子育てについて客観的に見つめ直し、これまでの子育てを振り返る。同時に虐待体験を語る中で集団の心理的支えにより親の孤立感を和らげることもねらいとする。

(イ) 行動理論を取り入れた具体的な子育ての指導

虐待を受けた子どもには多くの悪影響が現れるが、その中に落ち着きがない、行動に歯止めが利かないなどの様々な問題行動を持つ子どもがいる(疑 ADHD 児)。それは多くの場合、虐待の結果であるが、その行動のために多くの虐待した親には「扱いにくい子ども」として映り、家庭復帰の際の障害となる。

本グループ指導では、原因を追及し反省させて関わりを改善するやり方でなく、行動理論を取り入れた具体的な行動の代替案を提示し、ロールプレイを通して実際に演じて身につけさせ、子どもの行動に注目して関わりの改善を目指す。行動その

ものに焦点づけるやり方は、親にとっては子育てを批判されない安心感、内面に侵入されない安心感があるため、育児に自信をなくしている親が参加しやすくなる利点がある。

(2) 方法

行動理論に基づき、子育て困難な子どもを持つ親に、役割演技等を通して、具体的なしつけのスキルを教えるプログラム「精研方式 ADHD を持つ子のペアレント・トレーニングプログラム」全10回を改変し、6回に短縮して月1回のペースで試行的に実施した。(表① ペアレント・トレーニング及び精研方式からの改変点对比一覧参照)

(3) 対象及び選定方法

本年度は試行的実施のため、1施設に入所している児童の親を対象とした。40人定員の小規模施設である。ケースの選定に当たっては、施設の協力で提出された対象者リスト7家族から、下記の除外理由や施設との信頼度などをもとに5家族が選定された。

しかし、保護者への連絡がつきにくい、仕事の事情などで参加しにくい等の理由から、最終的に軽度の身体的虐待及びネグレクトを理由に入所中の3家族が対象となった。それぞれ、すでに定期的に外泊が行われているケースである。場所は保護者の利便性や施設への信頼感から施設に近い会場を借り上げ、また、参加しやすいよう土曜日の夜に行った。

(7) 除外理由について

- ① 親権者に精神疾患（知的障害含む）がある。
- ② 性的虐待があった。
- ③ 親権者が服役または拘留中である。または親権者が行方不明である。
- ④ 親権争いをしている。
- ⑤ 親権者が新しい家庭を築いており、引き取りを望まない。
- ⑥ 児童本人が親権者との接触を望まない。

(4) 対象ケース家族構成

	子ども		家族人数	虐待の種類
A家族	小学生	2人	3人	ネグレクト（マルトリートメント）
B家族	中学生	1人	3人	ネグレクト（マルトリートメント）
C家族	幼児・小・中学生	4人	6人	身体的虐待

(4) 研修の実施

(7) 研修対象

こどもセンター家族再生指導チーム職員及び児童養護施設（ファミリーソーシャルワーカー等）を対象に行った。

(4) 研修内容

兵庫県家族再生指導事業の実施に必要と思われる知識及び技術を持つ講師を招き、下記研修一覧のとおり事前研修を行った。

研修一覧

日時	研修内容	講師	参加者
H16. 7. 9	① 家庭支援の一環としてのペアレンティングプログラム作成	加藤曜子	38名
	② 精神科医から見た虐待した親への援助について	犬塚峰子	
H16. 8. 19	③ リスクアセスメントとアセスメント	加藤曜子	38名
	④ 育てにくい子どもを持つ親への「ペアレント・トレーニングプログラム」の家族再統合のための応用（講義編）	藤井和子	
H16. 8. 24	⑤ 育てにくい子どもを持つ親への「ペアレント・トレーニングプログラム」の家族再統合のための応用（実技編）	藤井和子	38名

① 家庭支援の一環としてのペアレンティングプログラム作成

流通科学大学加藤曜子教授を招き実施した。親子分離した家族の再統合に向けての親指導の意義について講義を受けた。

② 精神科医から見た虐待した親への援助について

東京都児童相談センター犬塚峰子治療指導課長を招き、表題についての講義を受けた。特に精神科医の立場から指導困難な親について、精神病、人格障害という視点から理解するという内容の講義があった。

③ リスクアセスメントとアセスメント

流通科学大学加藤曜子教授を招きケースの進行管理について、「家庭支援のためのチェックリスト」等、指標を用いて保護者を含めた家庭全体の状況を客観的に評価し、適切なケース管理を行う重要性について講義を受けた。

④、⑤ 育てにくい子どもを持つ親への「ペアレント・トレーニングプログラム」の家族再統合のための応用

発達臨床研究所「まめの木クリニック」藤井和子ソーシャルワーカーを招き、「精研方式ADHDを持つ子のペアレント・トレーニングプログラム」について、行動理論に基づいた、虐待した親を対象としたグループワークについての講義と、ロールプレイによる実技指導を受けた。

(5) スタッフ

上記研修を受けた心理判定員、保健師、家族指導事務嘱託員、施設職員ら1セッション6人であらかじめ役割を決め(2)の「方法」で述べたプログラムを実施した。

各スタッフの役割分担については次のとおり。

スタッフ役割分担表

役 割	職 種	分 担 内 容
リーダー	心理判定員	司会進行
サブリーダー	家族指導事務嘱託員	リーダー補助及びロールプレイ実地指導
アシスタント1	保健師	子どもの健康面からの助言及びロールプレイ実地指導
アシスタント2	児童養護施設職員	入所児の話題提供及び参加保護者のフォロー
書 記	他こどもセンター職員	記録
スーパーバイザー	心理判定員（判定指導課長）	全体統括

(6) 事前ミーティングの実施

プログラムの実施に当たっては、毎週スタッフミーティングを行い、対象家族の状況把握に努め、担当児童福祉司及び施設側との連携に努めた。

また、各セッションごとに「シナリオ」（資料①）を作成し、スタッフの配置、予想される参加者の反応、それに対するスタッフのフォロー、施設職員からの施設での子どもの情報提供等、詳細な情報把握とスタッフ間の連携に努め、セッションの進行にはプログラムが参加者に伝わるよう模造紙等の視覚的なものを工夫し、毎回配布する「レジメ及び宿題一覧」（資料②）を用意してセッションに臨んだ。

3 ペアレント・トレーニング実施結果

(1) 参加状況

参加状況は以下の通りである。

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回
1名（3名）	4名	2名	3名	中止	1名
1家族（2家族）	2家族	1家族	2家族		1家族

プログラム終了後、A家族はいったん指導を終了し経過観察、B家族は家庭復帰、C家族は次の機会への参加を検討することとなった。

(2) セッションの内容と参加状況

(ア) 第1回目【行動に注目しましょう】

プログラム全体のオリエンテーションを実施した後、「行動」を「増やしたい好ましい行動」、「減らしたい嫌いな行動」、「許し難い行動」の3つに分け、それぞれ行動により対応が違うことを説明した。今回は日常生活の中で増やしたい「行動」に注目することを目標とした。

初回はA家族1名しか参加が得られなかった。そのため、個別面接指導で来所した機会を利用し、再度第1回目をB家族（夫婦2名）に実施した。C家族には担当児童

福祉司より連絡、託児も可能であること伝え、参加を促し、資料を送付した。

(イ) 第2回目【して欲しい行動を増やしましょう】

前回学んだ「増やしたい好ましい行動」をほめるという肯定的注目で増やしていくことを目的に、ほめるタイミングや態度など具体的に学んだ。同時に子どもを叱らずに子どものペースで遊ぶ「スペシャル・タイム」も学んだ。恥ずかしそうにしながらもロールプレイに参加した。

B, C家族4名が参加。A家族は欠席。C家族が在宅の兄弟を連れてきており、託児を実施。A家族に次回参加に向け、資料を送付し参加を確認した。

(ロ) 第3回目【ほめることを習慣にしましょう】

前回欠席者もあり、「行動に注目する」という基本の理解が十分でないため、当初の予定を「して欲しくない行動を減らす」から「ほめることを習慣にしよう」と変更、再度「行動をほめる」ことを目標とする。

B家族2名の参加であったが、また、子どもの状況が思わしくなく、参加者のこころの状態が不安定であり、プログラムを実施できる状態ではなかったため、個別に話を聞くこととなる。

A, C家族には次回参加に向け、資料を送付し参加を確認した。

(ハ) 第4回目【子どもからの協力を引き出しましょう】

「行動」に注目し、効果的な指示の出し方、予告（今していることをやめて、ほかのことをしなければならないことを知らせること）、選択（どちらか行動を選ぶこと）、取引（～したら～できるという取り決め）を学び、子どもを指示に従いやすくする技術を学ぶことを目的とした。

A家族1名、B家族2名が参加した。B家族もロールプレイに参加した。C家族には次回参加に向け、資料を送付し参加を確認した。

(ニ) 第5回目【好ましくない行動を減らす】

好ましくない行動を減らすために行動を「無視」することを学ぶ予定であったが、参加者の都合がつかずやむなく中止した。

(ホ) 第6回目【好ましくない行動を減らす+これまでのまとめ】

「行動」を無視すること及び「無視」するときのポイント、「ほめる」こととの組合せを学習し、好ましくない行動には注目しないことを学習した。また、ロールプレイでは、これまでの課題（ほめる等）全てを使って子どもに対応する方法を学んだ。

A家族1名が参加した。子どもの様子を詳しく話し、ロールプレイに積極的に参加した。B, C家族には資料とアンケートを送付した。

以上、6回のプログラムの内容と参加状況について略述した。参加者の出席が不規則であったため、参加者の理解度をそろえるために、当初のプログラムを変更せざるを得なかった。当初からの変更点を表②「ペアレント・トレーニング変更後プログラム一覧」に示す。

(3) 参加中の様子

- 家庭での様子、普段の子育てなどが率直に語られた。
- ロールプレイには積極的な参加が見られた。
- こどもセンター、施設への不満や、批判は見られず、和やかな雰囲気であった。
- 課題内容が家庭でやってきたことと同じと気づき、自信を深める場面が見られた。

(4) アンケートについて

2家族から回答を得られた。アンケート結果からは、参加家族はプログラムを肯定的に評価している。

(ア) プログラムは役に立ったか

もっとほめていこうと思った。／ほめるということに関し考えさせられた。

(イ) わかりにくかったところはあるか

家の様子と違って、ピンとこないところがあった。

(ウ) 宿題を出すことについて

仕事など生活に追われているので、負担だった。

(エ) 他の保護者と一緒に参加することについて

他の人の話が聞ける。／一緒のほうがいろいろな意見を聞けたりしてよい。

(オ) ロールプレイについて

苦手で、頭が真っ白になった。

(カ) 子どもを理解するのに役に立ったか

頭ごなしに怒らず、話を聞いてから接するようになった。

(キ) 親が子どもと接する時の態度に変化はあったか

自分から進んで手伝いをしてくれるようになった。

(ク) マイナスの変化はあったか

わがママが増えたように思う、要求が多くなった。

(5) 実施後のスタッフ所感

肯定的な参加態度の要因は、本プログラムが保護者に今までの子育てへの洞察や内省を直接求める方法でなく、これまでの子育てを否定されなかったためと考えられた。

これまでの個別の面接では見られない子育てへの積極的な発言が見られ、こどもセンター職員への信頼感も実施以前より高まり、本格実施への手応えが感じられた。

4 グループ指導を実施する上での課題等

(1) 課題の整理

実施後、以下の課題が明らかになり検討が必要と考えられた。

(7) 出席率について

仕事の時間帯や、看病が必要なものがある家庭など、各人とも毎回の出席は難しい状況であった。

(4) 練習の機会について

子どもが施設入所中であるため、外泊がない状況が続くと、家庭でプログラムの課題を試すことが困難になった。

(ウ) プログラムの理解について

行動理論という普段なじみの薄い考え方が基礎にあるため、参加者がプログラムを理解するために、何度も課題の基本に立ち返る必要があった。

(エ) スタッフについて

今回プログラムの進行に当たり、保護者からの反応が乏しく、スタッフから課題の一方的な説明となってしまう場面が何度かあった。グループの場での参加者の反応の引き出し方やタイムリーで適切な反応の仕方など、グループ指導独自の技術が要求され、スタッフの研修の必要性を感じた。

(オ) 途中参加について

プログラム途中からの参加はグループの雰囲気壊さないか、新規参加者が場に馴染めるかなどの点は検討を要する。また、課題全体の理解を図る工夫も必要だろう。

(カ) 設定場面以外での接触について

参加者相互のプログラム以外での接触を認めるかどうかは、グループ、親の状態を見て担当者が判断する必要があると思われる。

(キ) 休息時間の工夫について

課題というほどではないが、出席率を高めるための様々な工夫が必要と思われる。一例として、毎回お茶以外にも、スープや軽食などを用意した。参加者をリラックスさせ、場を和ませるのに役立った。相談をするものと受けるものという構図を弱め、プログラムへのより積極的な参加を促したと思われる。

(2) ペアレント・トレーニング報告会の実施

本年度ペアレント・トレーニングは西宮こどもセンターのみで試行的に実施したが、実施結果及び上記課題について、専門家から助言を受け、内容を検討し、経験を4こどもセ

ンターで共有するために以下のとおり報告会を実施した。

平成16年度家族再生指導事業（ペアレント・トレーニング）報告会

日時	内容	講師	参加者
3月17日	① 米国におけるファミリー・カンファレンスの実際 ② ペアレント・トレーニング実施状況及び課題への助言	加藤曜子 藤井和子	16名

①については、流通科学大学加藤曜子教授より米国での虐待親の指導について、最新の状況を地域や裁判所などとの関係を含めて、事例を挙げながらの講義を受けた。

②については、発達臨床研究所「まめの木クリニック」藤井和子ソーシャルワーカーより、東京都での虐待した親へのグループ指導の経験から、以下の助言・提案等、講評を受けた。

- (ア) 精研式のプログラムは幼児から小学校4年生を想定しており、それ以上の年齢の子を持つ親には適用が難しい。
- (イ) 東京都では全12回実施しており、5回では難しい。10回あると保護者に内容が定着しやすいが、強い動機づけが求められる。
- (ウ) 本プログラムは予防・再発防止のためのプログラムである。親がいかに楽にコミュニケーションを取れるか訓練する方法である。援助者が子のために親が何かをすることが必要だという態度では、親を追い詰めることになる。
- (エ) 分離しているケースは宿題をすることが困難である。
- (オ) 虐待する親は、自分が誉められたことがないので誉めにくい。誉められる体験をしてもらうことが重要である。
- (カ) 虐待ケースは、指導がプログラム通りに進まない。柔軟に対応することが必要。
- (キ) プログラムの中に親がやってきた子育ての中に、うまくできていることを見つけ自信がつく。
- (ク) 途中参加はもう1クール参加する。2クール参加は当たり前。
- (ケ) 施設職員が参加することで、施設での子どもの様子を伝えることができるメリットがある。
- (コ) 対立しがちな児童相談所と親の距離が近くなる。子育てをサポートしてくれる所だと感じることができ、引き取り後の相談ができる。監視から見守りに変化する。
- (ク) プログラム4回目くらいまでは、リーダーと各メンバーのやり取りだが、5回目以降はメンバー間のやり取りが発生し活性化する傾向が見られる。
- (フ) 被虐待児の50～60%が発達障害をもっている印象を持つ育てにくい子どもである。児童相談所は親に子どもの特性を説明していない場合が多い。伝えることで親が自分の育て方のせいだけで虐待したのではないと知り、ほっとすることが多い。
- (ツ) 子どもの問題行動を治す視点だけでなく、家族のいい関係を作るために、何ができていないか、困っていることは何かを把握し対応することが大切である。

5 課題への対応

本年度の経験を通して、グループ指導の目的は、出てきた意見や感情を生かしてその場で対応すること（ライブ）と、異なる意見を聞いたり、同じ体験を持つ者同士で共感し合うこと（グループダイナミクス）を利用して、効果的に指導を行うことにあることが明らかとなった。そのためにはグループとして維持ができるだけの出席数と、プログラムを理解し、家庭でも実際にやってみようとする強い動機や意欲が参加者に求められ、実施する側もグループを円滑に進め、維持する工夫が必要である。

専門家からの助言内容もふまえた今後の対応として、以下の点が考えられる。

(1) 対象者の選択について

(7) 対象を他施設入所児の保護者へも広げる

親子を同時に指導する「家族合同面接指導」を積極的に行い、子育てへの動機付けを高め、そこからグループ指導である「ペアレント・トレーニング」の対象者を増やしていくことが望まれる。「家族合同面接指導」の拡充は、入所させている子どもとの課題の練習機会にもなる。

また、これは家族再生指導事業全般に言えるが、入所期間の長いケースよりは、入所して間もないケースの方が外出・外泊に向けて等、動機づけしやすく誘いやすい。積極的な誘いかけが望まれる。

(4) リスクを抱える在宅ケースも対象とする

子どもが在宅で子育て不安が高く、子育てを改善したい、あるいは子どもの問題行動を改善したいとの求めから、継続的な指導を行っているケースも対象とする。これらのケースは総じて動機が高く、グループ指導に適応しやすい。グループ指導を維持し、入所児童の保護者へも積極参加を促すために、在宅ケースの参加も検討する必要がある。

(9) 途中参加について

途中参加を認める場合は、次クールの参加を前提とし、受講できなかったセッションも改めて受講させるなど、課題全体を理解させる配慮が必要である。ただし短縮セッションでは回数が限られており、途中参加は困難と考えられる。

(2) プログラムについて

(7) 回数及び内容

今回は月に1度の間隔で行ったが、前回の内容を思い出し、新しい課題に進むまで時間がかかるなど、間隔がやや広すぎた感がある。また、十分課題が理解されないままに次に進まざるを得なかった。参加者の負担もあるので一概には言えないが、間隔を詰め、内容を忘れないうちに次の課題にスムーズに進める必要があると思われた。

回数は、課題を理解して、自らの意見を積極的に発言し、共感的に育児体験を受け止めてもらうには、やはり10回程度は必要である。

今回、短縮して実施したが、6回という回数にしては、内容密度が濃すぎた。プログラムを短縮するなら、本当に伝えたいことだけに内容を絞り、反復練習して理解を図るなど、大事なところだけを伝えるなどの工夫が必要である。

(イ) スタッフの研修

グループという相互の対人力動の場を理解し、その場で適切な反応を返す技術を身につけるには訓練が必要である。まずはグループ指導に特化した理論学習と実践的な研修が必要であろう。

また、いきなり虐待の重いケースを対象に実践を行うのではなく、比較的健康度の高い育児不安を持つケースや発達障害の子を持つ育児困難を訴えるケースを対象に同じプログラムでグループ指導を行い、スタッフの技量を上げることも必要である。

さらにスタッフ間の役割も交互に変更し、リーダーを務めることのできる人間を増やすことも必要である。

(ウ) 会場設定

実施場所については、幅広く参加者を集める観点から、こどもセンターあるいはその周辺で実施するのが適当と考える。

6 おわりに

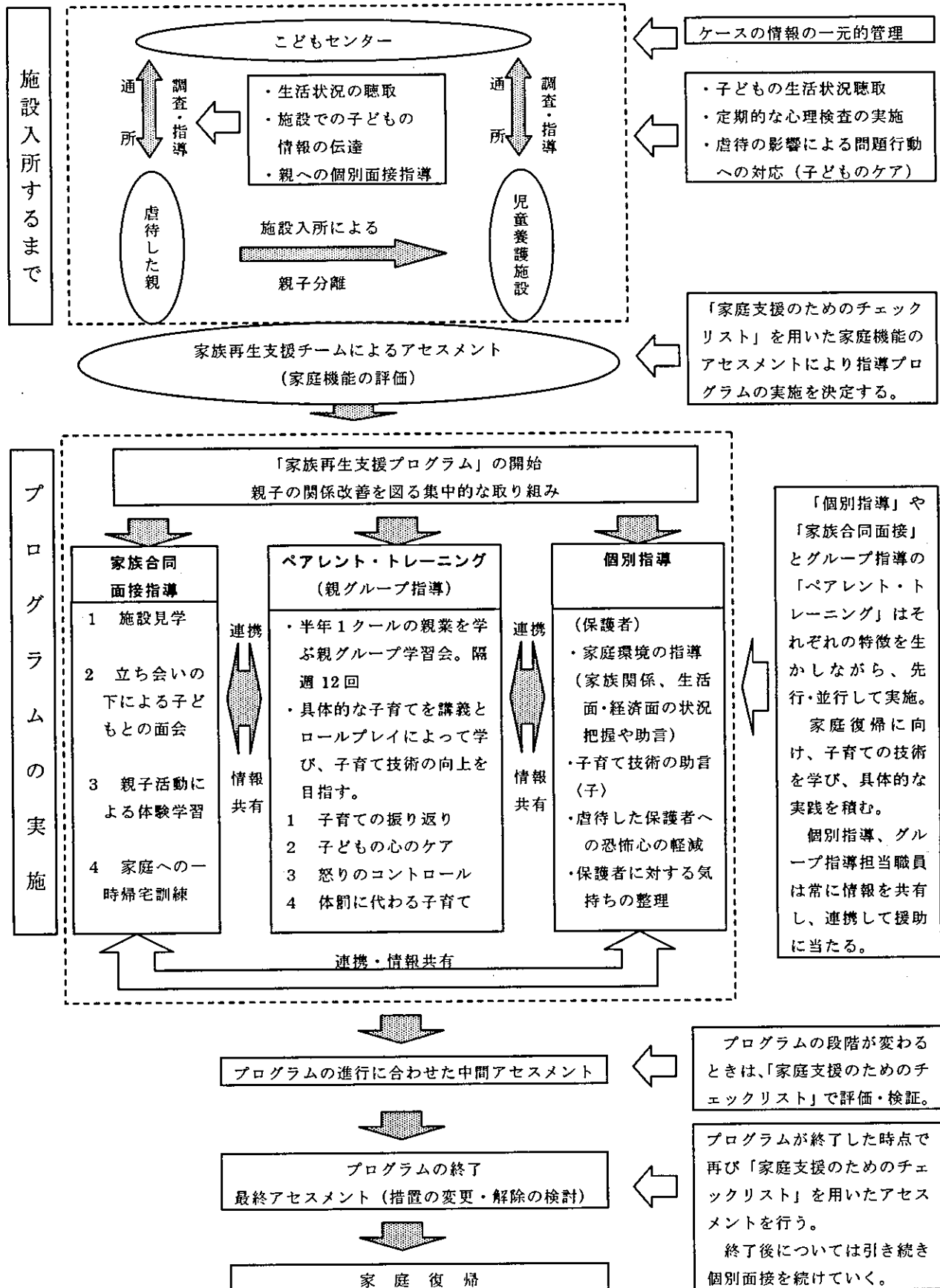
虐待した親への集団指導という試みは新しいものであったため、参加者の反応を確かめながらの手探りの取り組みとなった。また、規模の小さい1施設に入所中の児童の保護者を対象とした試行的実施であったため、グループを維持するだけの人数を集めるのが困難な状況であった。一方、参加者の見せたプログラムへの参加中の態度や、アンケートに見られたプログラムへの肯定的評価は大きな手応えを感じさせた。

「児童虐待防止等に関する法律」が改正され、再統合を目指した保護者への指導が明記された。また、「児童福祉法」も改正され、同法 28 条による入所であっても原則 2 年間の期限が定められた。今後、児童相談所での虐待した親等への指導の必要性はますます大きくなるであろう。

米国では個別のカウンセリングなどと共に、行動理論などによる虐待親へのグループ指導が広く行われている。裁判所の受講命令でプログラムを受ける親も多いと聞く。日本でもいずれ裁判所から、親を指導する具体的なプログラムの提示を求められるようになるだろう。その時、本プログラムはそのひとつとなり得ると思われる。

また、基本はグループでも個別でも同じであり、職員がプログラムに慣れ、基本的な考え方やテクニックを習得することで、本プログラムは個別指導でも、指導困難な親を指導する際の有用なツールにもなり得る。定着するまでに時間がかかるが、本プログラムによる集団指導を継続して実施していくことは、今後の親指導の必要性から重要である。新たな相談援助技術として定着を図っていきたい。

図① 兵庫県こどもセンター家族再生支援プログラム全体図



表① パarent・トレーニング及び精研方式からの改変点对比一覧

(精研方式) ADHDをもつ子のペアレント・トレーニングプログラム (10セッション)		兵庫県家族再生支援プログラムペアレント・トレーニングプログラム (短縮6セッション)	
1	行動に焦点を当てよう (行動とは見える・聞こえる・数えられるもの) 注目の持つパワーを利用する	1	行動に注目しましょう 行動を3つに整理しよう (行動=見える・聞こえる・数えられるもの) プラスの注目とマイナスの注目
2	行動を3つに整理しよう 1. 増やしたい (好ましい) 行動→肯定的注目 2. 減らしたい (して欲しくない) 行動→注目を外す (無視・待つ・ほめる) 3. 許し難い (してはいけない) 行動→警告とペナルティ	1	
3	肯定的注目 (ほめる・認める) を与えよう いつ・どんなとき・どのようにほめるか	2	して欲しい行動を増やしましょう 子どもをほめてみよう (いつ・どんなとき・どのようにほめるか) スペシャルタイム (子どものよいところを探すだけのための2人だけの時間)
4	肯定的注目・スペシャルタイム		
5	して欲しくない行動を減らす 無視 (注目しないこと) のポイント いつ・どんなとき・どのように無視するか 好ましくない行動をやめたり、して欲しい行動に移ったら必ずほめる 《蒸して・待つ・ほめる》	3	して欲しくない行動を減らしましょう 無視 (注目しないこと) のポイント (どんなとき・どのように無視するか) 無視して・待つ・ほめる
6	子どもの協力を増やす方法 (1) 効果的な指示の出し方	4	子どもからの協力を引き出しましょう 効果的な指示の出し方 (おだやかに・おちついて・きっぱりと) 予告 (あらかじめ伝える) 取引 (～したら～できるよ)
7	子どもの協力を増やす方法 (2) よりよい行動の表 (BBC チャート) つくり		
8	警告とペナルティ (罰の与え方)	5	警告とペナルティ (制限の与え方) 警告 (イエローカード) ペナルティ
9	学校との連携	5	
10	これまでのふりかえり	6	これまでの振り返って これまでの課題の確認 うまく行かなかったところのおさらい

表② ペアレント・トレーニング変更後プログラム一覧

当初のプログラム一覧		変更後プログラム一覧	
1	行動に注目しましょう	1	行動に注目しましょう
	行動を3つに整理しよう (行動=見える・聞こえる・数えられるもの) プラスの注目とマイナスの注目		行動を3つに整理しよう (行動=見える・聞こえる・数えられるもの) プラスの注目とマイナスの注目
2	して欲しい行動を増やしましょう	2	して欲しい行動を増やしましょう
	子どもをほめてみよう (いつ・どんなとき・どのようにほめるか) スペシャルタイム (子どものよいところを探すだけのための2人だけの時間)		子どもをほめてみよう (いつ・どんなとき・どのようにほめるか) スペシャルタイム (子どものよいところを探すだけのための2人だけの時間)
3	して欲しくない行動を減らしましょう	3	ほめることを習慣にしましょう
	無視(注目しないことのポイント) (どんなとき・どのように無視するか) 無視して・待って・ほめる		行動をほめる ほめ方のヒント
4	子どもからの協力を引き出しましょう	4	子どもからの協力を引き出しましょう
	効果的な指示の出し方 (おだやかに・おちついて・きっぱりと) 予告(あらかじめ伝える) 取引(～したら～できるよ)		効果的な指示の出し方 (おだやかに・おちついて・きっぱりと) 予告(あらかじめ伝える) 取引(～したら～できるよ)
5	警告とペナルティ(制限の与え方)	5	中 止
	警告(イエローカード) ペナルティ		
6	これまでを振り返って	6	好ましくない行動を減らす
	これまでの課題の確認 うまく行かなかったところのおさらい		無視(注目しないこと)のポイント (どんなとき・どのように無視するか) プログラム全体の振り返り

※ 網掛け部分を変更

ほめて育てるペアレント・トレーニング 第1回 シナリオ

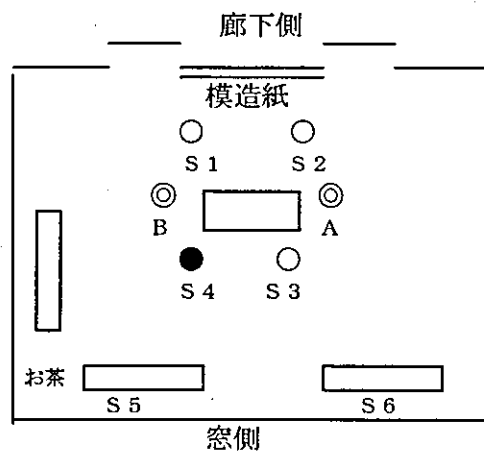
17:30 親指導スタッフ 西宮こどもセンター集合

- ・模造紙、お茶、コーヒー、水性ペン、延長コード、パソコン、模造紙固定用洗濯バサミ、名札
- ・(湯沸かしポット、お湯のみ、カップは公民館のものを使用する)

18:00 ○公民館着(2F第2集会室)
施設職員と合流

会場セッティング

※2家族出席の場合(C欠席)



19:00まではお茶など飲みながら歓談。

スタッフ役割

リーダー	:スタッフ1	(S1)
サブ・リーダー	:スタッフ2	(S2)
アシスタント1	:スタッフ3	(S3)
アシスタント2	:スタッフ(施設職員)4	(S4)
書記	:スタッフ5	(S5)
スーパーバイザー	:スタッフ6	(S6)
グループ分け(2家族出席)		
B、アシスタント2、スタッフ1		
A、アシスタント1、スタッフ2		

19:00
5分

1 オリエンテーション開始

今日はお忙しい中、お集まりいただきましてありがとうございます。私は進行を担当する西宮こどもセンターのS1です。今から子どもと今まで以上に良いコミュニケーションを図るために、保護者の方、施設の職員、こどもセンターの職員と一緒に考えていきたいと思っております。

今から一緒に考えていくペアレント・トレーニングプログラムは、行動に注目して、整理してそれぞれに適した対応方法を学び、その対応方法を日常生活で使えるようにするものです。その結果として親子のコミュニケーションをよりスムーズにすること、よりよい親子関係を築くことを目的としています。これから1か月に1回で、2月まで6回シリーズで学んでいきます。1回の時間は休憩を挟んで90分です。なので、今日は8時半までですね。

詳しくプログラムの説明をする前に、簡単にスタッフの紹介をしておきます。こちらが板書とか進行を助けてもらう西宮こどもセンターのS2です。それから全体を見てもらって時々助けてもらう同じく西宮こどもセンターのS6です。それから西宮こどもセンターのS3です。彼女は保健師なので子どもの健康面などについて時々教えてもらおうと思っております。それから記録係、お茶係として中央こどもセンターの〇〇、姫路こどもセンターの〇〇がスタッフとして参加します。

※ほめて育てるペアレント・トレーニング資料1配布

今配った資料を見てください。今後の6回の予定について仮組みしています。ご都合によって日程は変更が可能ですので後でお聞きます。6回までの大まかなプログラムについて書いています。このプログラムの特徴は「行動」に注目して関わりを変えて、お互い気持ちよくいられる時間を増やしていくことです。

1回目は「行動」を3種類に分けることを学びます。後で詳しく言いますが、好きなもともと増やして欲しい行動は「ほめる」です。嫌いな減らしたい行動は「無視して待つ」です。そしてなくしたい許し難い行動は「制限」を加えます。それぞれ対応が違うので行動に注目することをしっかり学びます。

2回目は子どもをほめてして欲しい行動を増やすことを学びます。子どもが今している良い行動を、具体的にほめることを中心に学びます。

3回目はして欲しくない行動を減らすことを学びます。マイナスの注目をしないように行動を無視して子どもがどうしたらよいのかを教えます。

4回目は子どもに協力してもらうために指示を出すときのやり方を具

資料① シナリオ

体的に学びます。

5回目は制限を加える方法です。怒鳴らず体罰を加えずに行動を変える方法について学びます。

6回目はこれまでの復習です。実際に子どもと関わる時に使ってみて、うまくいかないところ、もう1度練習したいところについて復習します。

それから参加にあたってのお願いがあります。(資料1「参加にあたってのお願い」を読む。)

※ほめて育てるペアレント・トレーニング資料2配布

19:10
15~20分

2 スタッフ、メンバー紹介、お隣の子ども紹介

次は2の「スタッフ、メンバー紹介、お隣の子ども紹介」です。
グループに分かれて1人3分ずつ自己紹介(名前、子どもの学年、兄弟、子どものチャームポイント)をしてください。後で自分以外のグループの人から簡単に紹介してもらいます。

※こどもセンターの職員から始める。親が困れば施設職員からのフォローを。セッティング名簿の順で紹介。(例 B→S4→S1→A)

☆1人終わるごとに拍手を。(スタッフについては所属と名前、親は名前、子どもの名前、チャームポイント。班ごとにメンバー紹介は2~3分程度で)

19:30
10分

3 家では子どもとどう過ごしていますか?

参加者にそれぞれ家庭での様子について具体的に聞いていく。
「〇〇さんどうですか。子どもと何をされていますか。」施設から家に帰るまで、食事、遊び、就寝まで時間に沿って補うように具体的に聞く。
施設職員から施設での子どもの様子を聞かせてもらう。

19:40
10分

※休憩(ティーブレイク)
各自で好きなものを入れる。

19:50
40分

4 子どもと楽しく過ごすために考えてみましょう

(1) 行動を3つに分けましょう

さて、これからがいよいよ今日の本題です。子どもとどうつき合えば今まで以上に良いコミュニケーションが取れるのか。一緒に考えていきましょう。

それでは子どもの行動を3種類に分けることから始めます。まず

「行動」って何でしょうか？ここで言う行動というのは「目に見えるもの、聞こえるもの、数えられる具体的なもの」を対象とします。例えば礼儀正しく物事を頼む。ではなくて、食事の時に「それを取ってちょうだい」とか「ありがとう」と言える。といった感じです。とにかく具体的なものを対象とします。

それでは3種類の行動を説明します。それぞれに対応法が違います。

1つ目は「あなたが好きなもっと増やして欲しいと思う行動」です。これにはほめることで対応します。自分からTVを消すといったことです。

2つ目は「あなたが嫌いな減らして欲しいと思う行動」です。これには行動を無視して待つほめることで対応します。これは兄弟で口げんかをするといったことです。無視して、行動が変わったところですかさずほめます。

3つ目は「なくしたい許し難い行動」です。これはものを壊したり人にケガをさせたりする可能性のある行動です。これには制限を設けることを学んでいきます。

これから順に具体的に学んでいきます。今日はまず「あなたが好きなもっと増やして欲しいと思う行動」を取り上げます。これは後から出てくるプログラムを実施するための基礎になります。

※ほめて育てるペアレント・トレーニング資料3配布

今お配りしたのが「あなたが好きなもっと増やして欲しいと思う行動」の具体例です。(声を出して読んでいく。)いかがですか？ご家庭で増やしたいと思っている行動にはどんなものがありますか？

A → C → B の順で具体例を言ってもらおう。

★ここで言う「数えられる具体的な行動」でなくとも一切批判、修正しない。良いところを見つけようとする姿勢を評価する。

出にくければ先に出た家での過ごし方から具体例を引っ張ってきて親に「さっき出た〇〇なんかはどうですか？」と水を向ける。

(2) 注目する(認める)ことの力

いかがですか？子どもの良いところを見つけるというのはなかなか難しかったですか？子どもはいつも注目して欲しい、認めて欲しいと思っています。我々でもそうですね。誰かからいつも「大丈夫だよ」とか「よくやってるね」とか声をかけられたらうれしいし、自分は大切にされていると自分に自信を持てますよね。

資料① シナリオ

子どもも同じです。ただ子どもの場合、いい行動をしてほめてもらうというプラスの注目をもらうより、トラブルになる行動をしてマイナスの注目を得ようとすることがあります。マイナスでも注目してもらえるから、変わって欲しい行動結果的に続いているのかもしれませんが。ここではまず良いところをほめるというメッセージで具体的に認めて行きたいと思います。

最後になりましたが次回までの宿題があります。

※ホームワークシート1配布

子どもの良いところを具体的に見つける練習です。全部埋めなくても良いので次回お持ち下さい。

何か今日のところで質問はありませんか？

※ 質問あれば答える。

それではお疲れさまでした。次回は〇月〇日7:00からの予定です。次回もお待ちしています。気をつけてお帰り下さい。

20:30

第1回終了。