

目標行動選定用シートを用いた 短縮版ペアレント・トレーニングの試み (2)

杉原 聡子・米山 直樹

I. 目 的

現在、国内におけるペアレント・トレーニングプログラム（以下、ペアトレ）は、地方自治体での取り組みが進むと同時に、対象の拡大と厳密な効果検証（立元・古川・鮫島・布井・池ノ上，2015）が求められている。例えば、ライフステージに応じたプログラム開発（廣瀬・高岡・庭山・杉原・荒岡・米山・松見，2017）や予防的観点からの介入（井上・井上，2013；立元・福島・齊田・瀬戸山，2015）といった対象の拡大に関する試み、また介入待機群を設けることによる無作為化比較試験による効果検証の試みがみられる（立元・古川・鮫島・布井・池ノ上，2015）。なお、厚生労働省（2014）の報告の中では、家族支援の充実について一層の推進を図る上で、ペアトレの指導者養成の在り方についても具体的方策を検討すべきであることが提言されている。というのも、これまでに有効性が確立してきた肥前式ペアトレや精研式ペアトレでは、実施者側の専門性の確保、すなわち行動変容の基礎的な知識、及び家族アセスメントやファシリテーターとしてのスキル等の習得といった質の確保が難しく、さらには参加者側の知識の受容性や物理的負担面への配慮を要する点等といった考慮すべき課題が多く散見され、全国的な普及に向けてはさらなる手立てが必要だと考えられているためである。そこで、特定非営利活動法人アスペ・エルデの会（2015）では、従来のペアトレの前段階のプログラムとして、行動への着目に特化した内容を扱う中で主に保護者の認知的な枠組みを

変容することを目指した全6回の簡易版プログラム（ペアレント・プログラム；以下、ペアプロ）を開発し、その有効性の検討を進めている。また、日本ペアレント・トレーニング研究会ではペアトレの質の担保を普及における重点課題とし、行動観察とほめ方を中心とした内容を全6回で構成した「ペアトレ基本プラットフォーム」を提唱している（岩坂，2017）。従って、今後はペアトレで扱う内容を精査し簡便化することや、段階的な支援の階層を設けていくことで、ペアトレが参加者にとってより身近でアクセス容易な支援資源となっていくことが期待され、同時にペアトレ指導者の養成も段階的かつ加速的に進められていくものと考えられる。併せて、ツールの開発と利用といった観点からも支援者の専門の一貫性の確保を目指すことは可能と思われるが、例えば岡本・井澤（2013）は支援対象行動や支援手続きを決定する際に「協議ツール」を用いることで協働的な家族支援が提供できる可能性を報告している。また、杉原・米山（2017）では岡本・井澤（2013）を参考に目標行動選定用シートを自作し、ペアトレに参加している保護者が家庭課題で扱う子どもの目標行動を決定する際に活用した結果、9名中8名の参加者において子どもに行動上の改善が示され、目標行動選定用シートの利用が保護者のニーズ把握と協働の一助となることが示唆された。

そこで、本研究では発達障害のある主に学齢期の子どもをもつ9名の母親を対象に、杉原・米山（2017）と同様の手続きを導入した全6回のペアトレプログラムの効果について、追試的に検討した。

なお、本論文では先行研究や一般的な議論を行う際には「保護者」を、本研究の参加者を指す場合には「母親」を使用する。

Ⅱ. 方 法

1. 参加者

大学附属の発達支援センターに来談中の主に学齢期の子どもをもつ母親に対して、広告を配布し参加を募った。プログラムの全日程に参加できることを条

Table 1 子どもの基本情報

参加者	子どもの年齢	知的水準	障害種	目標行動
P 1	小 2 (7:2)	標準	ADHD	宿題時間の短縮
P 2	小 4 (9:2)	標準	ADHD	荷物の片付け／準備
P 3	小 4 (10:0)	標準	PDD, ADHD	荷物の片付け／準備
P 4	小 4 (9:3)	標準	PDD, ADHD	夕食の手伝い
P 5	小 4 (10:0)	境界～標準	ASD	宿題中の私語の減少
P 6	小 5 (11:1)	軽度	PDD	正誤のこだわり緩和
P 7	小 4 (9:2)	軽度	PDD	朝の準備
P 8	小 5 (9:11)	境界～標準	PDD	宿題でのこだわり
P 9	年少 (3:10)	軽度	ASD	着替えの自立

件として案内した結果、参加を希望した母親は9名であった (P 1～P 9)。そのうち、7名は専業主婦で、残り2名はパート又は常勤職に就いていた。平均年齢は40.7歳であった。親の会への所属は1名で、大学附属の発達支援センター主催の保護者向け講演会には全員が適宜参加していた。子どもの学年 (年齢) や知的水準及び障害主については Table 1 の通りであった。また、本プログラム実施前より、全ての子どもが大学附属の発達支援センターの集団療育に参加していた。

2. 倫理的配慮

本研究の実施にあたっては、「関西学院大学人を対象とする行動学系研究倫理委員会」の承認を得た (承認番号: 2015-07)。また、参加者への研究協力依頼は、第一筆者 (以下、支援者) が参加者に対して個人情報の管理や保護などについて口頭で説明し、書面にて研究協力の同意を得た。

3. 実施期間・時間

X年5月からX年7月までに月2, 3回の頻度で、全6回の集団形式プログ

ラムを実施した。参加者の都合で、6名(P1~6)と3名(P7~9)で日程を分けて実施した。

4. プログラムの構成と内容

プログラムの構成と内容は、杉原・米山(2017)と同様であった(Table 2)。1回約90分間のセッションを計6回実施した。セッション1~4は、前半約50分間を講義で、後半約40分間を演習で構成した。セッション5~7は、全ての時間を演習に充てた。講義の内容は、肥前方式親訓練プログラム(山上, 1998; 大隈紘子・伊藤啓介, 2005)を参考に作成した。演習の内容は、セッションごとに異なっていたため、以下にその詳細をまとめる。なお、セッション1・2はワークシートへの記入が主であったため、ワークシート演習とし、セッション3~6は助言が主であったことから助言演習として表記している。

セッション1のワークシート演習 子どもの目標行動とその記録方法の選定を各自で行った。子どもの目標行動を決める際には、まず参加者に子どもに身に付けさせたい行動を3つ挙げるように求めた。次に、①子どもの困り度、②親の困り度、③子どもの実行の困難さ、④親の対応の困難さ、⑤緊急性に関して5段階のスケールを求めた。評価は、1点：なし/低い~5点：あり/高いとして、③と⑤は逆転項目とした。また、⑥毎日取り組めるか、⑦無理せず少しの時間で取り組めるか、⑧1ヶ月以内で達成できそうか、⑨親が楽しく取り組めるか、について、2択で回答を求めた。上記①~⑨までの項目に解答欄を加えたA4版1枚のシートを自作し、“目標行動選定シート”として使用した。①~⑤の合計得点が最も低く、⑥~⑨の該当数が最も多いものを子どもの目標行動として決定した。

セッション2のワークシート演習 「大好き探しの旅フォーム」(井上・三田地・岡村, 2009)を用いて好子の選定を行った。

セッション3~6の助言演習 参加者にはセッション1~6までの期間を通して、子どもの目標行動の筆記記録を宿題とし、毎回のセッションの初めに宿

Table 2 プログラムのテーマと内容

セッション	テーマ	内容	効果測定	宿題
1	導入 行動の仕組みとは	自己紹介／行動の種類と記述 三項随伴性 記録方法の教示など	質問紙 (Pre) ^{※1}	
	演習	目標行動／記録方法の選定		
2	望ましい行動を 増やすには	ABC 分析, 強化・弱体化 トークンエコノミー 好子の種類など		
	演習	好子探しシート作り		
3	できないときの 手助けの仕方	構造化／課題分析 ／連鎖化など		目標行動の 筆記記録
	助言演習	実践への助言／意見交換		
4	困った行動への 対応方法	機能分析／消去など		
	助言演習	実践への助言／意見交換		
5～6	助言演習	実践への助言／意見交換	質問紙 (Post) ^{※2} 満足度 アンケート	

Note. 質問紙 (Pre/Post) は, KBPAC・QRS・GHQ 30 を使用した。

※1 は申し込み受理の段階で郵送し, セッション 1 で回収した (回収率 100%)。

※2 はセッション 6 で配布し, 後日郵送にて回収した (回収率 66.7%)。

題の提出を求めた。セッションの初めには, まず参加者各自に筆記記録の数値をグラフ化するよう求めた。次に, 参加者の筆記記録を人数分複製して配布し, 支援者が各参加者に向けて順次助言を行った (助言演習)。また, 参加者らは自由に意見交換を行った。

5. フォローアップ (FU)

セッション 6 から約 3 ヶ月後に座談会を実施し, セッション 1・6 と同様の質問紙への記入を依頼した。

6. 支援者

支援者は、応用行動分析を専攻する臨床心理士 1 名（主担当：第一筆者）と大学院生 1 名（副担当）の計 2 名であった。主担当の支援者が講義と演習を担当し、副担当の支援者が資料配布や記録などを担当した。また、集団療育を担当していた発達支援センターの職員 1 名が募集や日程調整等を担当し、セッションには毎回同席した。プログラム以外の時間で参加者から問い合わせがあった場合には、発達支援センター職員から参加者へ助言がもたらされることもあったが、基本的にはプログラム内で検討することを参加者に促し、問い合わせの情報は支援者間で共有した。

7. プログラムの効果の評価方法

参加者の変化について、①行動変容法に関する知識習得度、②養育上のストレス、③全般的な健康状態を事前（以下、Pre）（セッション 1）と事後（以下、Post）（セッション 6）及びフォローアップ（以下、FU）で測定した。

①については、**Knowledge of Behavioral Principles as Applied to Children** (O'Dell, Tarler-Benlolo, & Flynn, 1979；以下、KBPAC) の日本の簡略版（志賀，1983）の短縮版（大野ら，2005）全 35 項目を用いた。

②については、**Questionnaire on Resources and Stress** 短縮版 (Friedrich, Greenberg, & Crnic, 1983；以下、QRS) の日本語版（山上，1998）を用いた。

③については、**GHQ** (Goldberg, 1972) の短縮版で日本版 **GHQ 30**（中川・大坊，1996）を用いた。

また、Post では自作の満足度アンケートを実施した。アンケートは、プログラムや宿題に関する計 24 項目で構成し、「全くあてはまらない（-3 点）」から「とてもあてはまる（3 点）」の 7 件法で回答を求めた。

Ⅲ. 結 果

1. 出席率

参加者の全出席必要回数は54回（FUを除く）で、P1に2回、P2に1回の欠席がみられ、出席率は94.4%であった。FUへの出席率は66.7%で、ドロップアウト率は0%であった。

2. 母親の変化

Pre・Post・FUで実施したKB PACとQRS及びGHQ30の得点をTable 3に示す。Preの質問紙は、申し込み受理の段階で郵送してセッション1で回収し、回収率は100%であった。一方、Postの質問紙はセッション時間内に実施できなかったため、セッション6で配布して後日郵送にて回収し、回収率は66.7%であった。また、FUについて、参加者3名（P5・P6・P9）は都合がつかず座談会を欠席したため、質問紙は未実施となった。

(1) 行動変容法に関する知識習得度の変化

KB PACの得点は、Preの時点で高得点であったP8を除くと、全員の参加者がPre-Post間又はPre-FU間で上昇した。全期の結果が得られた参加者3名（P1・P7・P8）について、Pre-Post-FUの変化をみると、プログラム後の得点が維持されたのはP7のみであった。

(2) 養育上のストレスの変化

QRSの得点は、Pre-Post間又はPre-FU間でみると9名中4名において減少がみられた。一方、P6は15点の上昇がみられ、P8はPre時の37点が維持された。

(3) 全般的な健康状態の変化

GHQ30の得点は、Pre-Post間でみると6名中3名において減少又は低得点で変化なしであった。一方、Pre-Post間又はPre-FU間では、9名中6名において得点の上昇がみられた。

Table 3 母親の知識の習熟度とストレス, および健康度の変化

	KB PAC			QRS			GHQ 30		
	Pre	Post	FU	Pre	Post	FU	Pre	Post	FU
P 1	18	24	18	9	7	6	0	7	6
P 2	12		19	13		16	3		11
P 3	21		26	10		13	2		11
P 4	19		25	29		21	8		10
P 5	24	28		21	19		1	1	
P 6	23	28		12	27		1	17	
P 7	27	28	30	17	17	19	9	6	4
P 8	30	30	28	37	37	39	14	18	12
P 9	21	25		27	26		1	1	

3. 満足度アンケートの結果

プログラムと宿題の内容について、「全くあてはまらない (-3点)」から「とてもあてはまる (3点)」の7件法で回答を得た (Table 4)。質問項目 3-③⑧⑨は逆転項目であった。子どもへの対応への自信に関する項目 (1-②③④) と目標行動への対応の困難さに関する項目 (3-③) については、高く評価した参加者と低く評価した参加者が半数ずつであった。筆記記録の負担に関する項目 (3-⑧⑨) では、事前には負担さを2と高く評価した5名が、事後には3名に減少し全て1と評価した。ワーク内での参加者同士のやりとりに関する項目 (2-⑦) を除く、その他の項目については、平均値が2以上であった。

Table 4 満足度アンケート+A3+A1+A1:H29

	平均
1. ペアトレ全般について	
①子どもの行動の改善に満足した	2.0
②子どもの目標行動への母親自身の対応は、上手になった	1.3
③目標以外の行動に対して、母親の対応は上手になった	1.1
④これから先、子どもの問題にうまく取り組みそう	1.1
⑤ペアトレに参加して良かった	2.8
⑥他の人に参加をすすめようと思う	2.4
2. ペアトレの形式について	
①講義は、役に立った	2.9
②1回の講義で扱う内容量は、適当だった	2.5
③講義は分かりやすかった	2.9
④講義の内容は、受け入れやすかった	2.8
⑤ワークは、役に立った	2.8
⑥ワークでは、他の参加者から助言をもらった	2.5
⑦ワークでは、他の参加者に向けて助言できた	0.4
⑧ワークの内容は分かりやすかった	2.6
⑨ワークは、受け入れやすかった	2.6
3. ホームワークについて	
①目標行動は、子どもにとって改善する必要があった	2.6
②目標行動は、日常的に取り組めるものだった	2.9
③目標行動への対応は、困難だった	0
④目標行動に用いた対応方法は、子どもにとって受け入れやすかった	2.5
⑤目標行動に用いた対応方法は、母親にとって受け入れやすかった	2.3
⑥目標行動の記録は、対応方法を考える上で役に立った	2.0
⑦目標行動の記録は、子どもの現状を理解するのに役立った	2.3
⑧目標行動を記録するように言われたとき、負担だと感じた	0
⑨目標行動を記録してみて、やっぱり負担だった	-0.9

Note. P6は未回収のため、上記は参加者84名分の結果を算出したものである。

IV. 考 察

本研究では、発達障害のある子どもをもつ母親9名に対して目標行動選定用シートを用いた全6回のPTプログラムを実施した。その結果、概ねの参加者において知識の習得は示されたものの、養育上のストレスや健康度の改善

においてはその効果が示されなかった。

1. 母親の変化について

1) 行動変容法に関する知識習得度について

Pre-Post 間又は Pre-FU 間のデータからは、9 名中 8 名において点数の上昇が認められた。よって、本プログラムは知識の獲得に一定の効果があったと考えられる。獲得された知識の維持については、3 名分のデータ収集しかできておらず、そのうち 2 名では FU において Pre の点と同じか下回るといった結果が得られたことから、維持への効果は得られなかったと考えられる。

2) 養育上のストレスと全般的な健康状態について

養育上のストレスについては、半数弱の参加者に減少傾向が認められた。ただし、ストレスの低減と対応して必ずしも健康度の回復がみられたとは言えない結果であった。健康度の悪化が示された母親の多くは、もともと学校や家庭場面で多く子どもの行動問題が生じていることを報告していた。実際に、満足度アンケートの結果からも、目標行動自体は日常的に取り組めるもので親子にとって受け入れやすいものであったが、目標行動への実際の対応においては困難が生じていたことが窺えた。プログラムの導入は普段以上に自身や子どもの変化を求めて親子が意図的に関わる時間が増える状態となり、母親にとっては負担を高めるものとなったことが推察される。反対に、負担が高まる程に母親の子どもへの関わり方に変化（改善）が生じていたことも確かであり、むしろ、母親のストレスや健康度が改善に至るまでの支援期間が十分でなかったとも言える。

2. 子どもの目標行動の変化と満足度について

参加者 9 名中 7 名において、子どもの行動上の改善が示された。しかし、満足度アンケートの結果からも分かるように、結果的にプログラム内で扱う目標行動が改善しても、その過程では目標行動への対応に困難が生じたことや、プログラム後も子どもへの対応には自信が持てないままである参加者が

半数近くいたことから、継続的な支援が必要であることが窺われた。

3. 目標行動選定用シートについて

参加者のドロップアウトはなく、参加者の2名について1回ないし2回の欠席がみられたのみであった。また、期間中に子どもの目標行動を変更した者はなく、P1を除く参加者8名においては期間内に子どもの目標行動が改善したことから、杉原・米山(2017)と同様に、目標行動選定用シートが参加者にとって負担が少なく、短期間で達成可能な目標を選定する上で機能したと考えられる。

4. 今後の課題

短縮版ペアトレについては、これまでも保護者の知識の向上はみられる一方で、健康度の改善にまでは至っていない報告が散見され(野津山他, 2012; 米倉・堤・金平・岡崎, 2014), 本研究においても、ストレスや健康度の改善はわずかであり、本プログラムの効果は母親の状態像によって異なった。立元(2013)は、独自に開発した幼児版と小学生版のペアトレプログラムに参加した保護者らの特性について比較検討し、幼児版に比べて小学生版の受講者の方に養育上のリスクが高く、高ストレス群の保護者の割合も多いことから、小学生版へ参加する保護者はより強力な介入を必要としている可能性を指摘している。本プログラムにおいても主に学齢期の子ども母親が参加しており、9名中5名においては子どもの行動問題が多く、長期にわたって母親の関わり方に悪循環が生じている事例が多かった。よって、今後は参加を希望する保護者へのプログラムの適用可否をはじめグループ編成やプログラム内容の改変等について、実施機関の特徴を踏まえた実行可能性も含めてさらなる検討が必要である。

引用文献

Friedrich, W. N., Greenberg, M. T., & Crnic, K. A. (1983). A short form of the

questionnaire on resources and stress. *American Journal of Mental Deficiency*, 88, 41-48.

Goldenberg, D. P. (1972). The detection of psychiatric illness by questionnaire : A technique for the identification and assessment of non-psychotic psychiatric illness. *Maudsley Monographs*, 21.

廣瀬眞理子・高岡しの・庭山和貴・杉原聡子・荒岡茉弥・米山直樹・松見淳子 (2017). 青年期発達障害者の家族に向けたコミュニケーション支援プログラムの効果の検討 -自治体と大学が協働する地域発達支援②- 日本認知・行動療学会第43回大会発表論文集

井上雅彦・三田地真実・岡村章司 (2009). 子育てに活かす ABA ハンドブック -応用行動分析学の基礎からサポート・ネットワークづくりまで- 日本文化科学社
井上菜穂・井上雅彦 (2013). 育てにくさを感じている親に対するペアレンティングの効果 発達研究, 27, 137-140.

岩坂英巳 (2017). ペアレント・トレーニングを地域に広げるために アスペハート 46号雑誌, 4-8. アスペ・エルデの会

厚生労働省 (2014). 「今後の障害児支援の在り方について (報告書)~「発達支援」が必要な子どもの支援はどうあるべきか~」の取りまとめについて障害児支援の在り方に関する検討会報告書 (<http://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12201000-Shakaiengokuyokushougaihokenfukushibu-Kikakuka/0000051490.pdf>)

中川 彬・大坊郁夫 (1996). 日本版 GHQ 精神健康調査票手引き 日本文化科学社
野津山希・堤 俊彦・嶋崎まゆみ・加藤美朗・井場朱紗美・皿谷陽子・澁谷友美 (2012). ペアレント・トレーニングにおける汎用性促進を目指したプログラム——ショートプログラム (5回) を用いた効果の検討—— 福山大学こころの健康相談室紀要, 6, 135-144.

O'Dell, S. L., Tarler-Benlolo, L. A., & Flynn, J. M. (1979). An instrument to measure knowledge of behavioral principles as applied to children. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 10, 29-34.

岡本邦広・井澤信三 (2013). 行動問題を示す発達障害児をもつ家族との協働的アプローチにおける「協議ツール」の効果の検討 発達障害研究, 35 (3), 227-241.

大隈絢子・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室 二瓶社

大野裕史・諸岡輝子・永尾貴子・見城圭美・免田 賢・日上耕司・津川秀夫 (2005). 発達障害児を持つ親に対する支援プログラムの効果 (1) 吉備国際大学臨床心理相談研究所紀要, 2, 17-31.

志賀利一 (1983). 行動変容と親のトレーニング: その知識の獲得と測定 自閉児教育研究, 6, 31-45.

- 杉原聡子・米山直樹 (2017). 目標行動選定用シートを用いた短縮版ペアレント・トレーニングの試み 人文論究, 67(1), 43-60.
- 立元 真 (2013). 予防的集団施行ペアレント・トレーニングへの参加者の特性 - 幼児対象プログラムと小学生対象プログラムの差異 日本発達心理学会第 24 回大会発表論文集
- 立元 真・福島裕子・齊田聖美・瀬戸山由香里 (2015). 幼保小連携のためのペアレント・トレーニングプログラムの実践 日本教育大学協会研究年報, 33, 317-327.
- 立元 真・古川望子・鮫島 浩・布井博幸・池ノ上克 (2015). 周産母子センター・小児科より紹介された子どもへの個別ペアレント・トレーニング: 予備的な無作為化比較試験 行動療法研究, 41(2), 127-135.
- 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 2015-2020 アスペ・エルデの会
- 山上敏子 (監修) (1998). 発達障害児を育てる人のための親訓練プログラム お母さんの学習室 二瓶社
- 米倉裕希子・堤 俊彦・金平 希・岡崎美里 (2014). 発達障害児のペアレントトレーニングの有効性に関する研究——家族の感情表出とペアレントトレーニング—— 関西福祉大学社会福祉学部研究紀要, 17(2), 17-22.

——杉原聡子 大学院文学研究科研究員——

——米山直樹 文学部教授——