Parent Training の維持効果について

The Maintenance Effect of Parent Training

坂　田　和　子
Kazuko Sakata

本研究は parent　training に参加した27～103ヶ月の子どもをもつ母親を対象に、獲得した養育スキルの維持効果について検討することを目的とした。トレーニング中に測定した養育スキル尺度、心理的ストレス反応尺度、ソーシャルサポート尺度と子育てに対する感じ方尺度の４尺度をトレーニング10ヶ月後に測定し比較した結果、１）養育スキルについては、ポジティブスキルは維持され、使用が比較的難しいといわれる「制限」については維持が見られず、２）心理的ストレス反応については、認知・行動ストレス反応である「絶望」が減少し、３）ソーシャルサポートは、配偶者なし群、低サポート群、高サポート群の順でストレスが高かった。長期にわたる維持効果を持続させるために、使用困難度の高いスキルについては早期の定期的な確認を行うことの重要性が議論された。

キーワード：parent　training、養育スキル、早期介入

問　題

parent　training とは、親は自分の子どもに対して最良の治療者になることができるという考えに基づいて、1960年代にアメリカを中心として始まった、親に対して行われるスキルマネジメントトレーニングのことである（Schaefer and Briesmeister, 1989）。これらの発想は、治療や療育を必要とする子どもが治療中や治療期間中は行動が改善するにも関わらず、それらの改善は一時的なものであり、子どもが家庭に戻ると「治療者－子ども」の枠組みから「親－子ども」の枠組みへ変わることに原因があると指摘されていたことが根底にある。parent　training が行われ始めた初期の頃は、精神遅滞児や自閉症児がトレーニングの対象であり、親が家庭で子どもに対してトレーニングを行えるようにすることが目標であった。1960年代の終わり頃から1970年代にかけて、精神遅滞児や自閉症児から、小児肥満、摂食障害などの小児心身症児や、反抗－挑戦性障害、注意欠陥－多動性障害といった発達障害児へとトレーニングの対象が拡大していった。この頃は、治療者と親とが一緒になって、子どもの観察を行い観察結果に基づいて対処方法を検討している段階である。1980年代に入ると、家族の問題が子どもの養育に影響を与えているという見方もされるようになり、親がトレーニングの直接の対象となるケースがみられはじめていった。このように、当初は障害児を対象として行われていたトレーニングが、親に対する介入へと変化し、内容も養育に関するものへと発展してきている。

日本では、1980年代ごろから国立肥前療養所（現　国立病院機構肥前精神医療センター）で、障害児を対象とした個別・集団での肥前方式親訓練（Hizen Parenting Skills Training；HPST）プログラムが行われており、発達障害児へのトレーニングと親の介入方法について取り組みが行われている（山上, 1998）。

他方、予防介入研究の一環として、佐藤・佐藤・岡安・立元・坂田（2002）は養育スキル査定の方法ならびに養育スキルプログラムを開発している。子どもの不適切な行動を引き起こす親の養育行動をとして、佐藤ら（2002）は、⑴一貫性のないしつけ、⑵善悪の区別を明確にするルールを設けていない、⑶褒めることが少なく、非難や批判を含めて叱責が多い、⑷子ども

との楽しく、あたたかいやりとりが少ない、⑸力で押さえつけるようなしつけ法をよく使う、⑹過度の体罰を使う、⑺子どもの発達レベルとかけ離れた期待をもっている、⑻子どもの言いなりになっている、ことを挙げており、これらの親の関わり方が子どもの不適切な行動を強めるだけでなく、社会的スキルの発達も妨げてしまうことを指摘している。

一方、社会的スキルの優れた子どもの親の養育行動として、⑴子どもに対して優れた社会的スキルの手本を示す、⑵適切な社会的スキルを示した子をしっかりとほめる、⑶やりとりしている相手の行動や気持ちについても、よく話し合う機会を多くもうける、ことを挙げており、親の適切な積極的な働きかけが、子どもの社会的スキルを発達させることも指摘している。したがって、困った行動を未然に防いだり、すでに起こってしまった困った行動を減少させたりするには、社会的スキルの優れた親がしているような子どもへの働きかけを学習すればいいということである。実際、親が子どもを育てるために必要な技能・コツである養育スキルが、子どもの社会的スキルや問題行動と関係していること（佐藤・立元・坂田・岡安・佐藤, 2001）、養育スキルとストレスの関わりが強いことも明らかにされており、親の養育スキルが低いと、子どもの問題行動も多く出現し社会的スキルが育ちにくく、また養育スキルの低い親は、本人自身のストレス反応が高いという結果も出ている（坂田・立元・佐藤・岡安・佐藤, 2001）。子どもを取り巻く周囲の大人たちが、いつどのように注目を与え、どのように関わるかなどといった適切な養育スキルを学習し、身につけることができれば、子どもへの適切な対応が可能となり、その結果、子どもの行動もよりよい方向に変化することが予想される。

これらのことを踏まえ、養育スキルプログラムは、養育スキルについて、親子の関係を深める遊び、望ましい行動の高め方、不適切な行動の減らし方、親のためのストレスマネジメント法などの項目で構成されており（佐藤・佐藤・岡安・立元・富家・坂田, 2003）、対象者に合わせて構成内容を修正し実践を行っている（佐藤・佐藤・岡安・立元・富家・坂田, 2004）。発達障害（特に学習障害；Learning Disorder（佐藤, 2003）、注意欠陥多動性障害；Attention Deficit Hyperactivity Disorder、軽度行為障害；Conduct Disorder）向けや年少の親子向けに修正されているものの中で、坂田（2002）は、1歳から就学前の子どもの親に対して、適切な関わり方や養育方法を学習し、子どもの問題行動を減少させ、将来に起こり得る問題を未然に防ぐことを目的としたトレーニングを行っている。トレーニングは、2時間を1セッションとし、計14セッション行い、内容は、養育スキルについて、親子の関係を深める遊び、望ましい行動の高め方、不適切な行動の減らし方、親のためのストレスマネジメント法などの項目で構成されており、学習と実践をセッション中に行い、家庭に戻ると重要な点が書かれたノートでの確認と実践のためのホームワークが出されている。

これらのトレーニングについて、14セッションのトレーニング中と、フォローアップの時には習得したスキルが維持されていることは確認されているが、それ以降の維持効果については検討されていない。

本研究では、parent training を受けた親のスキルの10ヶ月後の維持効果について検討することを目的とする。

方　法

【対　象】

生後27～103ヶ月（平均月齢65ヶ月）の子どもをもつ、parent training に参加した母親10名（平均年齢37.3歳；男児の母親2名、女児の母親8名）

【調査時期】2004年12月中旬から2005年1月上旬

【手続き】過去に parent training を受けた参加者に電話依頼をし、調査協力の同意を得た上で質問紙を郵送し、回答したものを返信してもらった。有効回答率は100%であった。

【質問紙】

以下の3尺度を用いて、質問紙調査を実施した。

①養育スキル尺度（立元・坂田・佐藤・岡安・佐藤, 2001）

立元らによって作成された養育スキル尺度は、「罰」「一貫性のないしつけ」「援助的な言葉かけ」「関心」「コミュニケーション」「制限」の6因子から構成されており、計41項目から成っている。これらの各項目について、普段使用しているスキルを、1＝まったくそ

うではない、２＝あまりそうではない、３＝ときどきそうである、４＝いつもそうである、の４段階で自己評定してもらった。

②心理的ストレス反応尺度（新名・坂田・矢富・本間，1990）

最近の心理的ストレス反応を調べるために、心理的ストレス反応尺度を使用した。この尺度は、情緒的ストレス反応４因子「抑うつ」「不安」「不機嫌」「怒り」、また認知・行動ストレス反応９因子「自信喪失」「不信」「絶望」「心配」「思考力低下」「非現実的願望」「無気力」「引きこもり」「焦燥」の計13因子から構成されており、計53項目から成っている。これらの各項目について、最近の感情や行動を１＝あてはまらない、２＝あまりあてはまらない、３＝少しあてはまる、４＝あてはまる、の４段階で自己評定してもらった。

③ソーシャルサポート尺度（久田・千田・箕口，1989）

まず配偶者の有無について質問し、そのうち、配偶者有と回答した母親についてのみ、配偶者からどのようなサポート受け、それをどのように感じているのかを調べた。久田・千田・箕口（1989）によって作成されたソーシャルサポート尺度16項目の中から、情緒的サポート３項目、実体的サポート３項目の計６項目を使用した。これらの各項目について、配偶者に対する普段の感じ方を１＝きっとちがう、２＝たぶんちがう、３＝たぶんそうだ、４＝きっとそうだ、の４段階で自己評定してもらった。

また、上記３尺度に加えて、母親が普段の子育てについてどのように感じているのかについて、１＝楽しんで子育てができている、２＝やや楽しんで子育てができている、３＝どちらともいえない、４＝やや楽しんで子育てができていない、５＝楽しんで子育てができていない、の５段階で自己評定してもらった。

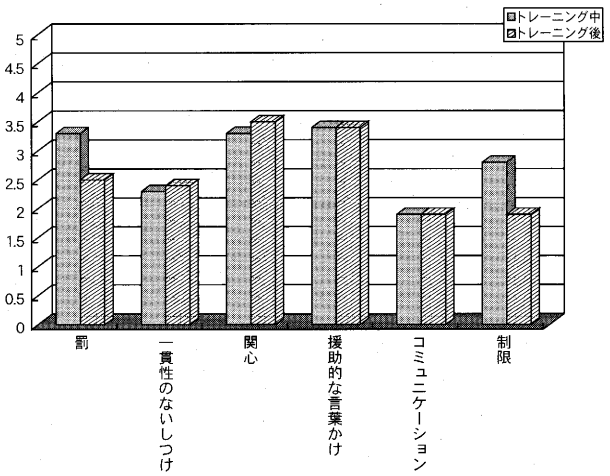

図１．トレーニング中後の養育スキル使用の変化

結果および考察

(1)養育スキルの比較

養育スキル６因子について、トレーニング中と後の変化について比較した（図１）。

トレーニング後の維持効果としては、ポジティブスキルである「関心」「援助的な言葉かけ」「コミュニケーション」についてはほぼ変化が見られなかった。また、ネガティブスキルである「罰」に関してはトレーニング後使用が減っており、効果的でない養育法として認識していることが示唆された。またネガティブスキルである「制限」については、トレーニング後で使用が減っていた。このことから、子どもに制限を加える必要が減っていたために使用頻度が少なくなっていたのか、それとも獲得したスキルの維持が困難であったか等要因として挙げる事ができるが、心理的ストレスの結果から、前者の可能性が高いことが示唆された。しかしながら、「制限」を設けることは、養育スキルの中でも比較的実践が難しいことから、スキルの維持が困難であったことも含めて維持効果を高めるフォローアップの必要性が示された。

(2)心理的ストレスの比較

心理的ストレス反応尺度について、トレーニング中と後の変化について比較した（図２）。

いずれの因子においても、トレーニング後では心理

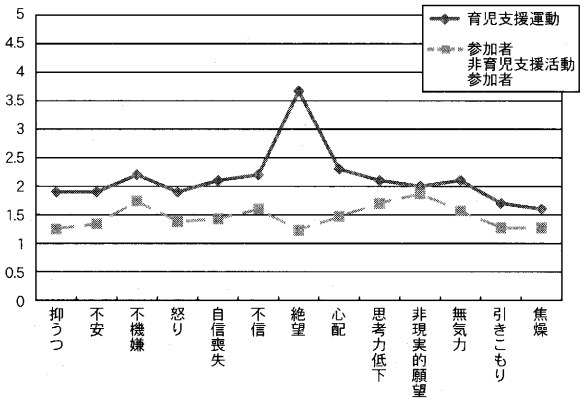

図２．トレーニング中後における心理的ストレス変化

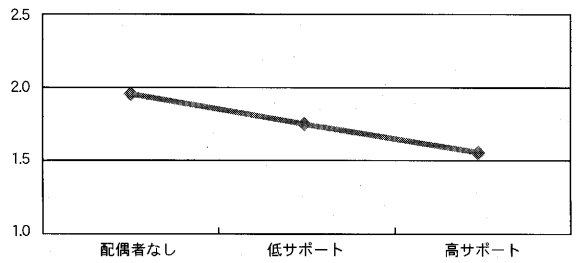

図 3.　サポート群別心理的ストレス比較

的ストレスが減少していることが明らかになった。特に、認知・行動ストレス反応の因子である「絶望」においては全体の減少よりも変化があり、親子の関係性の中で、子どもの行動をコントロールできることを親自身が感じ取っていることが示唆された。

⑶サポートの程度とストレスの関係

ソーシャルサポート尺度の配偶者（夫）からのサポート状況の関する６つの質問項目の合計得点（８～24点）のうち、16点以上を高サポート群、16点未満を低サポート群、サポートを受けていない群として、現在配偶者がいない配偶者なし群の３つの群に分け、３群間で心理的ストレスの平均値を算出した（図３）。これらの結果から、配偶者なし群のストレス反応がもっとも高く、次いで低サポート群、高サポート群のストレス反応が高いことがわかった。

⑷子育てに対する感じ方の比較

３尺度に加えて、普段の子育てに対してどのように感じているのか、トレーニング中と後の変化について比較した（図４）。トレーニング後では楽しんでいると認知している親が増えている一方、どちらともいえないという人数に変化は見られなかった。子育ては、子どもとの関係性の変化のみでは解決できない種々の要因が関連しており、養育スキルや親自身のコントロール法の獲得だけでは子育てを楽しむまでに限界があることが示唆された。

本研究では、トレーニングの維持効果を検証するために10ヶ月後の変化を比較した結果、養育スキルの部分的な維持効果は見られたが、比較的使用の困難度の高いスキルについては維持効果が見られなかった。従来維持効果があるといわれている１年を目処にした定期的なトレーニングの必要性が確認された結果となったが、比較的日常生活で使用することが難しいスキルについては、トレーニング後早期の定期的な確認を受けることが望ましいことが示唆された（佐藤, 1989）。早期の確認によって、維持効果はさらに高まり、子どもの問題行動の早期発見と対応にもつながっていくことが予想される。また、子どもとの長期にわたる適切な関わりの結果として、問題行動は減少し、それに伴って、親自身のストレスも減少するであろう。そして、ストレスが減少した結果、親自身が子どもを客観的に見ることができ、子育てを楽しむことができれば関係性はさらによい方向へ波及的な効果を生むことになると思われる。

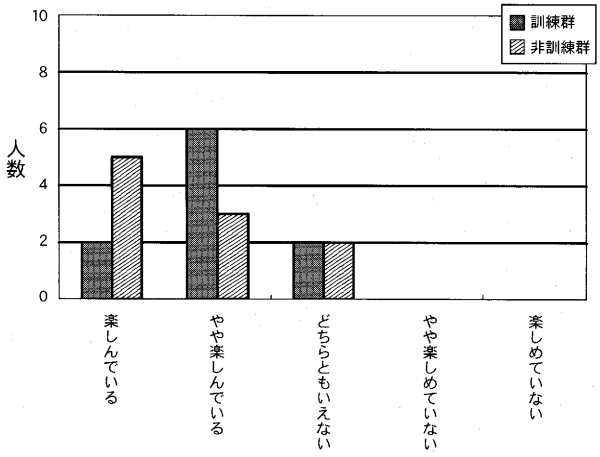

図 4.　子育ての楽しさについて

引用文献

坂田和子　2002　行動的マネジメント技法を取り入れた子育て支援―セルフコントロール法による望ましい行動の定着化について　日本教育心理学会第44回総会発表論文集, 559.

坂田和子・立元真・佐藤容子・岡安孝弘・佐藤正二　2001　幼児の母親の養育スキルに関する研究⑵―親の養育スキルと精神的健康との関係　日本教育心理学会第43回総会発表論文集, 520.

佐藤正二・佐藤容子・岡安孝弘・立元真・坂田和子　2002　地域子育て支援センターにおける親子への対人行動訓練―養育スキル査定法の開発　研究成果報告書　平成12年度宮崎県児童家庭課産学連携等研究

佐藤正二・佐藤容子・岡安孝弘・立元真・富家直明・坂田和子　2003　地域子育て支援センターにおける親子への対人行動訓練―養育スキルプログラムの開発　研究成果報告書　平成13年度宮崎県児童家庭課産学連携等研究

佐藤正二・佐藤容子・岡安孝弘・立元真・富家直明・坂田和

子　2004　地域子育て支援センターにおける親子への対人行動訓練ー養育スキルプログラムの開発　研究成果報告書　平成14年度宮崎県児童家庭課産学連携等研究
佐藤容子　1998　引っ込み思案幼児の社会的スキル訓練ー長期維持効果の検討ー　行動療法研究，24，71－83.
佐藤容子　2003　仲間から拒否される学習障害児への社会的スキル訓練　行動療法研究，28(2)，111－121.
佐藤容子・立元真・坂田和子・岡安孝弘・佐藤正二　2001　幼児の母親の養育スキルに関する研究(3)ー親の養育スキルと子どもの社会的スキルとの関係　日本教育心理学会第43回総会発表論文集，521.
Schaefer, E. C. and Briesmeister, M. J. (Ed) 1989 Hand-Book of parent training. Parents as co-therapists for children's behavior problems.
立元真・佐藤容子・坂田和子・岡安孝弘・佐藤正二　2001　幼児の母親の養育スキルに関する研究(1)ー養育スキル尺度の作成　日本教育心理学会第43回総会発表論文集，519.
山上敏子（監修）　1998　お母さんのための学習室ー発達障害児を育てる人のための親訓練プログラム　二瓶社