

発達障害児を持つ親へのペアレントトレーニング報告

Practice of parent training for developmental disorders

子どものこころ診療部

松田 弥生 板橋真理子 原田謙

要旨

子どものこころ診療部には、多くの発達障害の子どもとその家族が通院している。従来の診療は、親へのガイダンス、二次障害に対する薬物療法が中心であったが、「親こそ自分の子どもに対する最良の治療者である」という考えのもと、診療の一環としてペアレントトレーニングを取り入れるようになった。看護師がトレーニングに参加をした実践報告と、ペアレントトレーニングにおける看護師の役割を述べる。

キーワード

ペアレントトレーニング・発達障害・外来看護

はじめに

近年、発達障害と診断を受ける子どもの数は増加しており、子どものこころ診療部の年間新患者の約5割が発達障害の診断を受けている。発達障害は見た目でわかる障害ではなく、周囲から理解を得られにくく「親のしつけが悪い」「わがままな子ども」などと思われがちであり親の抱えるストレスは計り知れない。子どものこころ診療部では平成18年度から、発達障害児を持つ親対象のペアレントトレーニングを開始した。昨年度までは医師と臨床心理士で行っていたが、今年度新外来棟に移転し、看護師が受け付け業務から離れることができるようになり、看護師がスタッフの一員としてペアレントトレーニングに参加することができた。その経過と評価を報告する。

方法

期間及び日時：平成21年6月18日～8月20日

2週間に1度木曜日の午前10時～11時半

計5回のプログラムでペアレントトレーニングを実施。(別紙1)

4ヶ月後の12月24日にフォローアップ会を実施。

ペアレントトレーニング日程表

	平成21年 月 日	宿題確認 (10:00~ 10:10)	講義 (10:10~10: 40)	休憩 (10:40~ 10:50)	演習 (10:50~ 11:20)	宿題 (11:20~ 11:3 0)
1	6月18日	オリエンテ ーション(スタッフ紹 介・自己紹 介)	・上手なほめ 方	休憩	・上手なほめ 方のロール プレイ	ほめる
2	7月2日	宿題確認	・無視する/ ほめるの組 み合わせ	休憩	・無視する/ ほめるのロ ールプレイ	無視する /ほめる
3	7月16日	宿題確認	・ポイント表	休憩	・効果的な指 示の出し方 のロールプ レイ	ポイント表 /効果的 な指示の 出し方
4	7月30日	宿題確認	・警告と制限	休憩	・警告と制限 のロールプ レイ	警告と 制限
5	8月6日	宿題確認	・フリートーク	休憩	・まとめと 修了式	

※予定は変更になる場合があります

対象：小学生の発達障害児を持つ母親3名

(広汎性発達障害4年女児、5年男児、注意欠陥多動性障害4年男児)

参加者にトレーニング参加前後で評価用紙(別紙2)及びアンケート(別紙3)の記入を依頼し評価を行った。また、スタッフ(医師・臨床心理士)からも意見を聞き評価に加えた。

別紙2-①

家族の自覚度アンケート

お子さんの名前: _____ 記入年月日: H ____ 年 ____ 月 ____ 日
家族の方(記入者)の名前: _____

以下のことについて、あなたはどれだけ自信がありますか。
「1(全く自信がない)〜3(どちらともいえない)〜5(絶対に自信がある)」の間で、今の気持ちに最も当てはまる数字1つに○をつけてください。なお、「本人」とは訓練対象の子どものことです。
(○はお子さんのお菓子を食べている方のみお答え下さい)

- | | |
|--------------------------------------|-----------|
| 01. 本人の成長をせせらずに見守っている | 1-2-3-4-5 |
| 02. 本人に発達障害があることを受け入れている | 1-2-3-4-5 |
| 03. 本人に自分自身でできることをやらせている | 1-2-3-4-5 |
| 04. 1日1回以上本人をほめている | 1-2-3-4-5 |
| 05. 本人のリラックスできる場をつくっている | 1-2-3-4-5 |
| 06. 本人の仲間作りを助けている | 1-2-3-4-5 |
| 07. 発達障害の薬とその副作用について理解している | 1-2-3-4-5 |
| 08. 本人の不適切な行動に対応している | 1-2-3-4-5 |
| 09. 本人の問題で学校に対して適切な対応をしている | 1-2-3-4-5 |
| 010. 本人の発達障害のことで自身を責めることを減らしている | 1-2-3-4-5 |
| 011. 本人に関するあなたの不安をへらしている | 1-2-3-4-5 |
| 012. あなた自身の健康や楽しみのために時間を休んでいる | 1-2-3-4-5 |
| 013. 本人の行動による家庭内のいさかきをへらしている | 1-2-3-4-5 |
| 014. 本人に対する援助を他の家族にも行ってもらっている | 1-2-3-4-5 |
| 015. あなたひとりでお酒を飲まずに、心配事は家族や友人に相談している | 1-2-3-4-5 |
| 016. 同じような問題をもつ子の家族と気持ちを共有している | 1-2-3-4-5 |
| 017. 必要な時に医療、教育、相談機関を利用している | 1-2-3-4-5 |
| 018. 本人の行動、考えが理解できている | 1-2-3-4-5 |
| 019. 本人と一緒にいて楽しい | 1-2-3-4-5 |

* ご協力ありがとうございました。

本アンケートはペアレントトレーニング終了後に、再度行う予定です。

別紙2-②

子どもの行動観察(家庭状況版)

お子さんの名前: _____ 記入年月日: H ____ 年 ____ 月 ____ 日
家族の方(記入者)の名前: _____

あなたの子ども(訓練対象者)は、以下の状況のどれで、あなたにとって、指示や命令やルールに従うことに問題がありますか。もしあれば「はい」に○をつけ、あなたにとってその問題がどれほど重大かを「1(軽度)〜2(中等度)〜3(重度)」の間で、最も当てはまる数字に○をつけてください。なければ「いいえ」に○をつけて、次の状況に進んでください。

- | | | |
|---------------------------|--------|-----------|
| 1. 一人で遊んでいる時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 2. 兄弟で遊んでいる時(一人っ子の場合は無回答) | | |
| 3. 他の子と遊んでいる時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 4. 食事の時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 5. 着替えの時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 6. 洗面や入浴の時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 7. TV・ビデオをみている時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 8. TVゲームをしている時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 9. あなたの電話中 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 10. 家に訪問者のいる時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 11. 誰かの家に訪問する時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 12. 公共の場(レストラン、スーパー、病院など) | | |
| 13. 学校 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 14. 父親が家にいる時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 15. お手伝いを頼んだ時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 16. 宿題をする時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 17. 就寝時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 18. 車の中にいる時 | はい・いいえ | 1-2-3-4-5 |
| 19. その他(具体的に) | はい | 1-2-3-4-5 |

お名前 _____

アンケート

「ペアレントトレーニング」にご参加いただきましてありがとうございました。皆様の熱心さに私たちスタッフ一同大変励まされた思いがいたします。今回の「ペアレントトレーニング」がご満足いただける内容であったかについて、皆様の意見をお聞かせください。今後、本プログラムをより良いものにするために、ご協力をお願いします。

1. 「ペアレントトレーニング」全般についての印象をお尋ねします。
次の各項目について、「ペアレントトレーニング」参加以前を0として、-3から+3までのうち、最も当てはまる所に○をつけてください。

- 1) お子さんの行動の変化がありましたか。
参加前を0として、現在の点数を考えて下さい。
- | | | | | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | 悪い変化 | | 良い変化 | | | | |
| | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- 2) 今回学習したスキルでお子さんの行動へのお母さん自身の対応は、上手になったと思えますか。
- | | | | | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | なっていない | | 上手になった | | | | |
| | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- 3) 今回学習したことで、子どもへのお母さんの気持ちの肯定的変化（わかるようになった、かわいくなったなど）がありますか。
- | | | | | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | ない | | ある | | | | |
| | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- 4) これから先、お子さんの問題にうまく取り組む自信はありますか。
- | | | | | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | 自信がない | | 自信がある | | | | |
| | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- 5) 「ペアレントグループ」に参加して良かったと思えますか。
- | | | | | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | 思わない | | 思う | | | | |
| | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- 6) ご家族は「ペアレントグループ」への参加や宿題の実行に協力的でしたか。
- | | | | | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | 非協力的 | | 協力的 | | | | |
| | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- 7) 他のお母さん方にも参加を勧めようと思えますか。
- | | | | | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | 思わない | | 思う | | | | |
| | -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

別紙3-②

2. 「ペアレントグループ」の形式についてお尋ねします。
各項目について、役に立ったか、わかりやすかったかをそれぞれお答えください。
-3から+3までの中から、最も当てはまる所に○をつけてください。

- 1) 講義について
- | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 役に立たない | 役に立った | わかりにくい | わかりやすい | | | |
| -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

- 2) ロールプレイについて
- | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 役に立たない | 役に立った | やりにくい | やりやすい | | | |
| -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

*ロールプレイをやってみての感想を教えてください。

- 3) ホームワーク（宿題）について
- | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 役に立たない | 役に立った | やりにくい | やりやすい | | | |
| -3 | -2 | -1 | 0 | 1 | 2 | 3 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

*ホームワークのやりにくかった点について教えてください。

3. 運営についてお尋ねします。当てはまるものひとつに○をつけてください。


- 1) 回数は適当だと思いますか。 少ない・適当・多い
*「多い」または「少ない」と答えた方のみお答えください。
一回回くらいが適当だと思いますか。 () 回くらい
- 2) 1回の時間は適当でしたか。 短い・適当・長い

*「長い」または「短い」と答えた方のみお答えください。
一回時間くらいが適当だと思いますか。 () 時間くらい

3) 時間帯はどうでしたか。 参加しにくい・参加しやすい

4) 参加者の人数は適当でしたか。 少ない・適当・多い
*「多い」または「少ない」と答えた方のみお答えください。
一人名くらいが適当だと思いますか () 名くらい

4. 最後に、自由に感想（参加してこう思った、こんなことを気付いた）や要望（こんなことをしてほしい、こんなやり方にしてほしい）などがありましたら、お書き下さい。

ご協力ありがとうございました 

倫理的配慮

初回実施時に、参加者全員にアンケート及び評価尺度のデータを研究に使用する可能性を説明。同意書をいただいた。フォローアップ会時に直接説明をし、口頭で同意を得た。

結果

- 1、出席率は94.4%。アンケート回収率は100%であった。
- 2、子どもの行動のなかで問題と思うこととその大きさは、3名ともトレーニング参加後に項目が増えていたが大きさに変化はなかった。
- 3、家族の自信度の評価尺度は3名ともポイントが上昇していた。(表1)

表1

<家族の自信度>				
	参加前		参加後	
• Aさん	52p	→	58p	+6ポイント
• Bさん	61p	→	66p	+5ポイント
• Cさん	68p	→	86p	+18ポイント

- 4、終了後に行ったアンケートでは、トレーニング参加前を0とするとすべての項目でポイントが上昇した。(表2)

表2

参加後アンケート結果 <全体の印象>			
参加以前を0として-3から+3までで回答			
	Aさん	Bさん	Cさん
1、子どもの行動の変化	0	+1	+3
2、対応は上手になったか	0	+2	+2
3、子どもへの肯定的変化	+2	+2	+3
4、参加してよかったか	+3	+3	+3
5、他の人に勧めるか	+3	+1	+3

- 5、トレーニングの内容については、講義、ロールプレイ、ホームワークとも役に立った・わかりやすかった・やりやすかったとの評価だった。
- 6、運営方法に関しては、ほぼすべてが「適当」という回答だったが「もう数回あってもよい」

「時間帯が不適當」という回答が各1件あった。

7、自由記載 ①もう少し自由に相談し合える時間があればよりよかった。②今後もフォローアップをお願いしたい。③温かな指導をありがとうございました。などの回答があった。

8、看護師がスタッフに加わったことに対するスタッフの意見としては

- ①母の立場により近い看護師が入ることにより共感性が強まった。
- ②参加者の間を取り持つことができていた。
- ③自分自身の体験からの発言や質問をすることで、参加者の理解が進んだ。
- ④今後のフォローアップに繋がる。などが挙げられた。

考察

ペアレントトレーニングの有効性は、前年度までに行ってきたデータからも実証されていたが、今回のグループでも同じ評価が得られた。結果2で、子どもの行動の中で問題と思う項目が参加後に増えているのは、子どもの行動観察を熱心に行うようになった結果と考える。

運営に関しては、設定時間が木曜日の10時で外来駐車場が変込み合う時間であり、どの参加者も苦労をしたようだった。今年度心理のスタッフが減り、来年度は医師の異動もあるなど診療との兼ね合いもあるため、年間の計画で早めに設定し、参加者を募集する必要があると感じた。

看護師がスタッフとして参加するには自身の知識や技術の研鑽以外に、トレーニングの間の1時間半、外来業務をカバーしてもらう体制が必要だった。①初診患者は見守りが必要な年少児の予約を控える。②受付業務はクラークと精神科担当看護師に依頼③急ぎの電話以外はこちらから折り返すか掛け直していただく 等で対応することができた。それまでの受付から離れられず事務仕事中心というジレンマから一歩抜け出すことができた。今回、診療の一環として患者家族に関わり、効果をじかに感じる親サポートができたことは、看護師としての大きな自信となり外来看護の可能性が広がった。ペアレントトレーニングにおける看護師の役割としては、①初対面同士の参加者の間を取り持ち和やかな雰囲気作りをする。②講義の内容をより理解できるように具体例を示したり敢えて質問をするなどで参加者の理解を促す。③トレーニング終了後、家での実践や子どもの様子を聞きフォローアップをする。などが挙げられる。

一方でペアレントトレーニングを受けられる家族には限りがある。必要としていても受けられない家族への情報提供やちょっとした子育ての工夫を伝えるなど、外来看護師として意識的に関わる必要がある。また、来院患者すべてに関わることは難しく、介入が必要な患者家族を見逃さないための工夫と努力が今後は必要である。

結論

ペアレントトレーニングは発達障害を持つ親にとって有効なサポートシステムであり、看護師も積極的に参画していきたい。

今後、できるだけ多くの方に有効にトレーニングを受けてもらえるような体制作りが必要である。

引用、参考文献

岩坂英巳・中田洋二郎・井潤知美：AD/HDのペアレントトレーニングガイドブック—親と医療機関・学校をつなぐ架け橋—、株式会社じほう、2005年