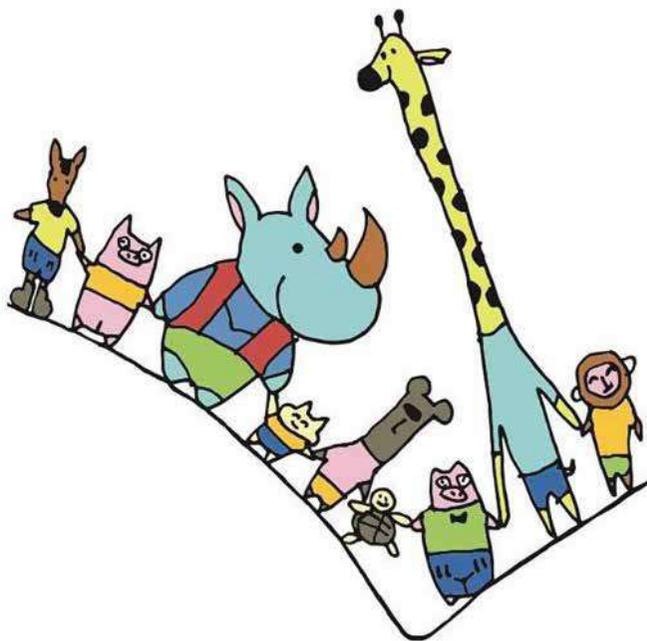


ペアレント・トレーニング実践ガイドブック



目次

はじめに	・ ・ 1-2
第 1 章 発達障害	・ ・ 3-5
第 2 章 発達障害における家族支援	
2-1 厚生労働省の発達障害者支援施策における家族等支援	・ ・ 6
2-2 発達障害のある子どもの家族が抱える問題と支援	・ ・ 7-8
第 3 章 発達障害支援におけるペアレント・トレーニング	
3-1 ペアレント・トレーニングとは	・ ・ 9-10
3-2 基本プラットフォーム	・ ・ 11-17
3-3 グループワーク	・ ・ 18-19
3-4 オプション	・ ・ 20-21
3-5 推奨プログラム	・ ・ 22-23
コラム ペアレント・トレーニング参加者の声	・ ・ 24
第 4 章 ペアレント・トレーニングを地域で実施するために	
4-1 地域で実施するために大切なこと	・ ・ 25
4-2 自治体と医療機関での実施例	
自治体での実施例	
①大阪府堺市（政令指定都市）	・ ・ 26-27
②兵庫県明石市（中核市）	・ ・ 28-29
③宮城県気仙沼市（小規模市）	・ ・ 30-31
医療機関での実施例	
④まめの木クリニック（医療機関）	・ ・ 32-33
おわりに	・ ・ 34
Q&A	・ ・ 35-40
用語解説	・ ・ 41
参考図書・参考 WEB サイト	・ ・ 42-43

はじめに

「もしかしたら発達障害かもしれない」。医療現場におちつきがない子どもや、コミュニケーションが苦手な子どもが親に連れられて受診に来ることが増えてきてから約 20 年が経ちます。この間、発達障害者支援法施行（2005 年）、学校教育法改正（2007 年）などで、本人のニーズに合わせた支援や特別支援教育が進められてきました。そして、2016 年に改正された発達障害者支援法においては、家族支援の重要性が強調されています。このような流れの中で、厚生労働省の「発達障害児者及び家族等支援事業」において、都道府県・市町村に対してペアレント・トレーニング（ペアトレ）などの推進が行われています。さらに、2021 年度からの障害福祉計画においても、発達障害支援体制の基本方針の活動指標のひとつとして、ペアトレが検討されています。

しかし、現状では「何をもって『ペアトレ』といえるのかがわかりづらい」「ペアトレを実施する専門職がない」などの現場の声があり、地域における普及が十分には進んでいません。

本ガイドブックは、厚生労働省障害者総合福祉推進事業（2019 年度）「発達障害支援における家族支援プログラムの地域普及に向けたプログラム実施基準策定及び実施ガイドブックの作成」における全国自治体・事業所などのペアトレ実態調査結果、および全国のペアトレ実践者・研究者のコンセンサスによって作成されました。自治体や支援事業所など、子どもと家族にとって身近な地域でペアトレに取り組んでいく際の道標となるよう、①コアエレメント（プログラムの核となる要素）、②運営の原則、③実施者

の専門性から成る基本プラットフォーム（ペアトレの必須要素）を明示しました。さらに、「このように工夫しながらペアトレを継続している」という自治体での実施例や運営時にありがちな疑問へのQ&A、参考図書を提示しています。

「発達障害のある子ども・大人が、個人としての尊厳に相応しい日常生活・社会生活を営むことができるように、早期からの発達支援・切れ目のない支援を行う」ことは、発達障害者支援法の基本理念です。ペアトレを受講した親は、我が子への理解が進み、自身も子育てのストレスが軽減し、「切れ目のない支援」のキーパーソンとなることができます。その親とともに育った子どもも適応的な行動が増えて、自尊心を高めながら成長していけるようになります。本ガイドブックが活用されて地域でペアトレが広がり、子どもが笑顔で成長していき、社会で活躍していくことを心から願っています。



第1章 発達障害

身近であるが見えづらい障害

発達障害者支援法（2005）における発達障害の定義は、「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害（ADHD）その他これに類する脳機能の障害であってその症状が通常低年齢において発現するもの」となっています（注1）。これらは互いに併存することもあり、また一部の自閉症やADHDには知的障害が重なることもあります。図1にそれぞれの障害の特徴と互いの関連性を図式しました（注2、注3）。

文部科学省による「通常の学級に在籍する発達障害の可能性のある特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する調査結果（2012）」では、通常学級に在籍する約5万人の小中学生のうち、学習面での困難（4.5%）、不注意・多動・衝動性など行動面での困難（3.1%）、対人関係やこだわりなどの困難（1.1%）となっています。ここで示されているパーセントは発達障害の可能性があっても教育的支援を要する子どもの実態で、決して医学的な発症率ではありませんが、発達障害とその傾向のある子どもがたくさんいて、これらが「身近な障害」であることが推察されます。

発達障害は「見えづらい障害」とも言われます。不注意やおちつきのないさ、コミュニケーションの苦手さなどは、程度の差はあっても、多くの人に認められ、障害か否かがわかりにくいからです。この見えづらさ、わかりにくさのために、周囲の人、最もそばにいる親でさえ気づけないことがあります。また、発達障害の特徴の出方は十人十色で、同じ障害であっても、人によって困難

度はさまざまです。この困難度は、周囲の環境や状況の影響も受けやすく、同じ人であっても「できることとできないこと、できるときとできないとき、できる場所とできない場所」にムラがあります。そのため、障害によるのか本人のわがままなのか周囲の人々からはわかりにくく、家庭や学校生活などでの失敗に対して、「わざとやっている」「やる気がない」などの叱責が繰り返されてしまいがちです。子どもは、「一生懸命がんばっているのに、周りの子と同じようにはできない」「親や先生に叱られてばかり」と自尊心（セルフエスティーム）を低下させ、やる気を失くしてしまったり、イライラが強まったりすることもよくあります。このような状態が続くと、本人の日常生活、社会生活の困難が増していってしまいます。

発達障害は「脳機能の問題」であり、本人の努力不足でも、親の養育の失敗でもありません。しかし、障害部分の見えづらさに加えて、その多様性から診断がつきにくかったり、遅れたりすることもあります。障害があってもキラキラ光る個性を持ち、苦手なことだけでなく得意なこともあるのに、それを活かす機会を狭めてしまうことになり、親も一生懸命子育てしているのにそれがうまくいかず、親としての自信を失い、子どもの将来への不安が強まったりしがちです。

そのため、発達障害の支援に携わるにあたっては、発達障害の診断のある子だけでなく、その疑いのある子ども、そしてその親も含めて早期から支援の対象とし、それぞれの子どもやその親のもつ「個別性」や「多様性」についても丁寧に理解していくことが強く望まれます。

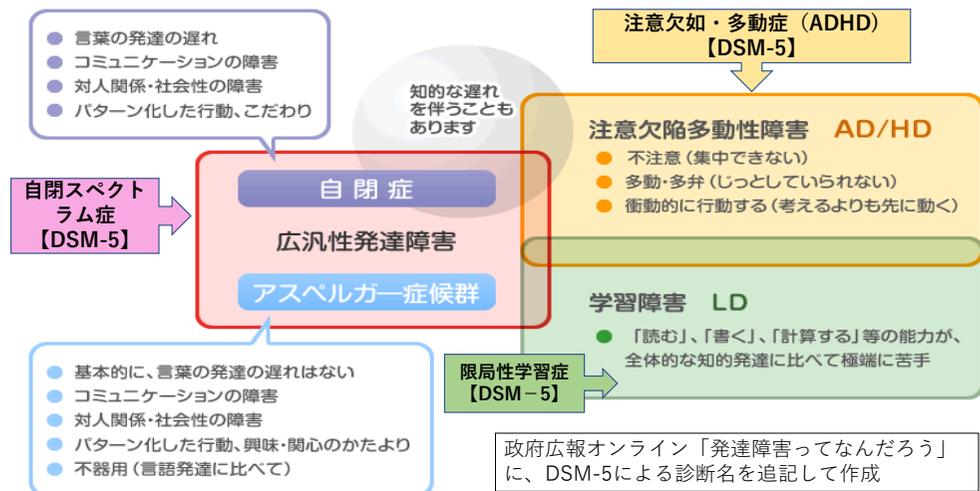


図 1 発達障害のそれぞれの特性と関連性

注 1) 発達障害に共通する基本的事項については巻末の「参考図書」「参考 WEB サイト」を参考にしてください。

注 2) 図 1 及び発達障害者支援法における診断名は、WHO の ICD-10 という疾病、傷害及び死因分類を用いています。しかし、医療の場では、米国精神医学診断分類 (DSM-5, 2013) が用いられるようになっていきます。

注 3) DSM-5 (2013 年) による改訂のポイントとして、「アスペルガー障害」を「自閉症」と区別せずに、「自閉スペクトラム症」に含むようになっています。また、自閉スペクトラム症も、ADHD も、成人になっても診断がつきやすくなっています。

第2章 発達障害における家族支援

2-1 厚生労働省の発達障害者支援施策における家族等支援 ～ペアレント・トレーニングを中心に～

厚生労働省の発達障害者支援施策に「発達障害児者及び家族等支援事業」があります。この事業の一つである「家族のスキル向上支援事業」では、保護者に対するペアレント・トレーニング（ペアトレ）やペアレント・プログラム（ペアプロ）の実施等に対して都道府県や市町村の自治体を支援しています。

ペアトレは、環境調整や子どもへの肯定的な働きかけを学び、保護者や養育者の関わり方や心理的なストレスの改善、子どもの適切な行動の促進と不適切な行動の改善を目的としたプログラムです。ペアプロは、子どもの行動修正までは目指さず、「保護者の認知を肯定的に修正すること」に焦点を当てた簡易的なプログラムです。

具体的には、ペアトレは行動理論を理論的背景としてプログラムが構成されており、行動の理解、ほめ方、環境調整、不適切な行動への対応等について保護者が学び、グループワークやホームワークを通して実践をするものです。子どもとの関わりがポジティブに変化するための重要な機会です。

改正発達障害者支援法（2016）においても「家族を含めたきめ細やかな支援」「地域の身近な場所で受けられる支援」の重要性がうたわれており、ペアトレも必要な家族支援の一つであると考えています。

本ガイドブックの活用を通して、ペアトレが多くの支援者に広がり、発達障害児やその家族のために市町村や圏域にて実施されることが期待されます。

2-2 発達障害のある子どもの家族が抱える問題と支援

発達障害に限らず、子どもにとって家庭は最も身近な社会的環境です。家庭の中で親は子どもの成長発達に大きな影響を与える存在であり、親もまた子どもの行動に影響を受けて成長していきます。

発達障害者支援法施行後、全国の各自治体では発達障害の早期発見から支援への体制づくりが進められてきています。しかし、どのような支援システムも親の理解と協力なしには、健診から支援へと繋がっていきません。親の障害への気づきや理解の困難は、その後の支援に大きく影響することから、早期支援システムの中でも親への支援は大きな課題となっています。

こうした中で2016年に改正された発達障害者支援法では、第5条において、発達障害の疑いのある子どもの親についても十分な情報や相談の機会の提供が必要であることが強調され、第13条においても家族支援の必要性がより強く明記されました。各自治体は発達障害のある子どもやその疑いのある子どもの親も含めて、情報提供や相談支援を行っていく責務を持っているのです。

発達障害のある/疑いのある子どもの親の支援ニーズは、個々の状況に応じ、乳幼児期、児童期、思春期、成人期とライフステージによって変化していきます。中でも乳幼児期および児童期は、発達障害のある子どもの多くの親にとって、発達の遅れや偏りへの気づき、発達的な相談の開始、受診から診断、そして就学相談、学校生活の適応へと向かう激動の時期であり、親の支援ニーズは、自身の心理的な安定や情報提供、そして個々の発達特性に応じたかかわり方や問題行動への対応へと変化していきます。

このニーズに応えるために、ペアレント・トレーニングは、グループの中で他の親との出会い、自分の子育ての悩みを語ったり、それぞれの子どもに応じた具体的なかかわり方や環境調整の工夫を学んだり、子どもとともに成長していく場を提供します。さらに、ペアレント・トレーニングをきっかけとして地域の親の会やペアレント・メンター^(注1)による支援に繋がっていくことで、ライフステージを通じた地域での親支援が可能になっていきます。

注1) ペアレント・メンターは、発達障害のある子どもを育てた経験のある親であり、同じ親の立場でよき相談相手となれる人です。



3-1 ペアレント・トレーニングとは

ペアレント・トレーニングは1960年代から米国で発展してきました。ペアレント・トレーニングでは、子どもの行動変容を目的として、親がほめ方や指示などの具体的な養育スキルを獲得することを目指します。専門家による療育場面でのトレーニングだけでなく、親が日常生活で子どもに適切にかかわることができるようになることで、子どもの行動改善や発達促進が期待できます。

これまで多くの研究で、ペアレント・トレーニングは親の養育スキルの向上やストレスの低減、子どもの適応的な行動の獲得、問題行動の改善に効果があることが明らかとなっています。

わが国においても、1990年代から肥前式、精研式、奈良式、鳥取大学式（3-5「推奨プログラム」参照）といった、発達障害のある子どものペアレント・トレーニング・プログラムが発展してきました。ここ数年は厚労省の「発達障害者支援体制整備事業」の関連で、自治体や医療機関、発達支援機関など、さまざまな場所でペアレント・トレーニングが行われてきており、発達障害の診断のある子どもだけでなく、その疑いのある子どもも対象となっています。

ペアレント・トレーニングでは、講義による知識の獲得だけでなく、ロールプレイや演習を行うことで、養育スキルを獲得していきます。そして、家庭で親がホームワークに取り組み、実際にやってみることで、日常生活での子どもの行動を変えることにつ

なげていきます。この時に大切なことは、「この子が悪いわけではない、私の育て方の失敗ではない、でも私（親）がかかわり方を変えることから始めてみよう」とモチベーションを持って、一つひとつの行動に注目することから始めることです。そして、小さくてもできている行動を認めてほめること^{（注1）}を続けていくようにします。そうすることで、親が子どもの行動を理解しやすくなり、子どもにあった工夫を行い、それにより子どもの適応行動が増えた、うまくいったという成功体験を親子で得ることができるようになっていきます。子どもにとっても、「このように行動すればほめてもらえる」ということが明確になり、親子の関係性が＜親：ほめる⇔子：ほめられる＞と好循環となっていきます。

また、少人数のグループで行われるペアレント・トレーニングは、子育てで孤独感を感じやすい、発達障害のある子どもの親にとって、同じ悩みをもつ親や支援者との出会いの場でもあります。そのような安心できる場において、悩みを共感しあいながら、プログラムの課題をこなしていくことで、子どもの行動改善へのステップを着実に進んでいけることがペアレント・トレーニングの強みです。

地域のニーズや実施機関の実態にあわせて、親が参加したいと思ったときに受講できるように、多くの地域でペアレント・トレーニングを実施していける体制を整備していくことが強く望まれています。

注1)「小さくてもできている行動をほめる」については、「用語解説」の「指示」を参照ください。

3-2 基本プラットフォーム

ペアレント・トレーニングが全国で広まる一方、プログラムの質の維持は課題となっていました。親子のニーズにプログラムの内容が合っていない、実施回数が不足している、実施する支援者の十分な研修や経験を積んでいないなど、様々な課題が散見されるようになってきたからです。そのため、ペアレント・トレーニングへのニーズの増加とともに、プログラムの実施に必要な条件を明示する必要がありました。

そこで、わが国の代表的なペアレント・トレーニングの研究者・実践家らが、これまでエビデンスが示されたさまざまなペアレント・トレーニングの知見をもとに意見を出し合い、ペアレント・トレーニングの「基本プラットフォーム」を開発しました。

「基本プラットフォーム」は、ペアレント・トレーニングの実施者の拠り所となる共通の土台のようなものであり、実施するプログラムを「ペアレント・トレーニング」と呼ぶためには必須となるものです。「基本プラットフォーム」は、①コアエレメント（プログラムの核となる要素）、②運営の原則、③実施者の専門性から成り立っています。地域で持続可能なペアレント・トレーニングの実施運営を行うためには、エビデンスに裏付けられた基本となるプログラムや実施のノウハウを普及し、定着させていくことが必要です。

3-2-1 コアエレメントとは

コアエレメントは、わが国の代表的なペアレント・トレーニングプログラムに共通の要素で、プログラムの核となるものです（図2）。ペアレント・トレーニングに参加する親が何を学ぶのか、ペアレント・トレーニングで何を教えるのかを示しています（表1）。

コアエレメントをどのように組み合わせるか、どのような順序で実施するかは、対象となる子どもや親の実態にあわせます。詳しくは、「4-2 自治体と医療機関での実施例」を参照してください。



図2 コアエレメント

表 1 コアエレメントの内容

コア エレメント	内容
子どもの良 いところ探 し&ほめる	子どもの適応的な行動に注目し、行動の後に子どもにとってプラスの状況（ほめたり、子どもの好む活動を用意したり）をもたらすことができるように、子どもの特性に応じたほめ方やかかわりができるようになることを目指します。
子どもの行 動の 3つのタイ プわけ	子どもの行動を、「好ましい行動」、「好ましくない行動」、「許しがたい行動」の3つに分け、好ましい行動には「ほめる」対応を、「好ましくない行動」には、計画的な無視や環境調整、指示の工夫を行うことを学びます。ここでは、問題を行動として整理することを目的とし、それぞれの行動のタイプの対応方法はその後順次学び、まず「好ましい行動」に注目してほめることから始めます（注1）。（「許しがたい行動」への対応としての警告・タイムアウトはコアエレメントには含まず、オプションとしています）
行動理解 （ABC分 析）	行動理論に基づいて、一つひとつの子どもの行動を観察し、A「行動の前のきっかけ」-B「行動」-C「行動の後の結果」に分けて（A-B-Cの3つに分けるのでABC分析ともいわれます）、客観的に行動を捉え、子どもの行動の理由がわかるようになることを目指します（参考図書1）。
環境調整 （行動が起 きる前の工 夫）	子どもの周囲の環境（人や物）を整え、子どもが適応的な行動をしやすくなるための工夫を考えます。「行動理解」の「A：行動の前のきっかけ」にあたります。子どもの特性にあわせて、刺激となるようなものを減らしたり、見てわかりやすい

	スケジュールやルールなどを提示したりします。さらに特性に応じた工夫が必要な場合はオプションで追加します。
子どもが達成しやすい指示	子どもへの声かけやかかわり方の工夫を考えます。適切な行動を子どもに促すときは、まず苛立ちや怒りといった否定的な感情を抑えおだやかに（C:Calm）、子どもの近くに行き（C:Close）、落ち着いた静かな声で（Q:Quiet）、子どもにわかりやすい指示を行います（注 ² ）。子どもがしてほしいことを少しでもしようとしたとき、したときにほめることが大切です。
子どもの不適切な行動への対応	子どもの不適切な行動に注目しすぎず、子どもの行動を客観的に観察し、落ち着いて対処できるようになることを目指します。「好ましくない行動」に対して、「計画的な無視（ほめるために待つ）」を行い、少しでも好ましい行動がみられたらほめるようにします。子どもが適切な行動ができるよう、環境調整を含めた「指示」の工夫を行うこともあります。不適切な行動への対応は、かえって子どもの不適切な行動を増やしてしまうこともあるため、「ほめる」ことをベースにしたかかわりが定着していることが前提となります。

注1) 好ましい行動の分け方のコツは、半数以上を「今できている行動」、半数弱は「時々できている、もっと増えたらよいと思う行動」とすることです。「用語解説」の「指示」を参照ください。

注2) 指示の出し方でCCQというテクニックです。「用語解説」の「指示」を参照ください。

3 - 2 - 2 運営の原則

「基本プラットフォーム」では、親がどのように学ぶのか、親にどのように教えるのかといった運営の原則や工夫が示されています。

全体の運営は、個別実施よりもグループでの実施が推奨されます（3-3「グループワーク」参照）。「基本プラットフォーム」では、全5回以上、概ね隔週で1回のセッションは90～120分程度をめやすとしています。参加者の人数は、欠席者があってもグループとして成立するように、1グループ4、5人～7、8人が運営しやすいでしょう。ニーズや参加人数に応じて、回数や時間を増やしたり、オプション（3-4「オプション」参照）を追加したりします。

各回の内容は連続性があるため、参加者は原則として全ての回に出席することが求められます。講義で知識を得ながら、演習やロールプレイを体験し、家庭での取り組みを振り返り、親が子どもへのかかわりを修正していくプロセスが重要です。

5回程度のプログラムの場合は、たとえコアエレメントを含んでいても、終了後しばらくたつと、「ほめる⇔ほめられる」関係が保てなくなると感じる親も少なくありません。ペアレント・トレーニングは、セッションの実施回数だけでなく、実施している期間も重要です。保護者が子どものできている行動に目を向け、親子の「ほめる⇔ほめられる」という関係が2～3か月で終了するのと、半年続くのは大きな違いがあるからです。そのため、ほめる⇔ほめられる」関係が持続し定着するために、終了2～3か月後に「フォロー回（振り返りの回）」を設定して、テキストを持ち寄って振り返りながら、再度ほめることの重要性をグループで確認しあう機会をもつことも強く推奨されます。

3-2-3 実施者の専門性

ペアレント・トレーニングの実施者には、コアエレメントの内容を理解して親に助言できること、親のこれまでのかかわり方を否定せずに子どもに適したかかわり方を提案できること、子どもの成長や親の養育スキル獲得を小さなことから発見してフィードバックできることなど、多くのスキルが必要となってきます。職種を問わず、子どもの発達支援に携わる方であれば、養成研修（注1）を受講して、研鑽を続けることでペアレント・トレーニングを実施することができます。

また、ペアレント・トレーニングを実施するときのスタッフとして、講義やグループの進行を行うファシリテーター（注2）と、サブファシリテーターが必要です。グループであることを生かして、ファシリテーターが答えを出すのではなく、他の参加者の取り組みやファシリテーターの助言を参考として、家庭でのわが子へのかかわり方を親自身が修正して身に付けていけるよう支えること、そして親の努力をねぎらい、親をほめることが大切です（3-3「グループワーク」参照）。

サブファシリテーターは、ファシリテーターをサポートしながら、参加している親の様子を観察し、発言内容や変化を記録します。ファシリテーターが全体の進行を行うため、参加者の細やかな表情の変化や様子に気づけるサブファシリテーターの役割は重要です。プログラムを参加者のニーズに応じて運営していくためには、スタッフ間でのセッション前と後でのミーティングを行うことも大切です。

注1) 養成研修は、日本ペアレント・トレーニング研究会 (<https://parent-training.jp/>) の指導者研修や、このガイドブックが推奨するプログラムに基づいてペアレント・トレーニングを実施している機関等で行われています(3-5「推奨プログラム」参照)。

注2) ファシリテーターは、グループワークで、グループに参加するメンバーの発言や関りを促進(ファシリテート)する役割を担う人を指します。プログラムによってはインストラクター、リーダー、スタッフなどの名称を使うことがあります。



3 - 3 グループワーク

多くの場合、ペアレント・トレーニングは参加者を固定したグループ、いわゆるクローズド・グループで実施されます。グループで実施すると一度に多くの保護者を支援できてとても効率的です。さらにグループがクローズドであることで次のような効果が生れます。

ひとつは、ピアサポート^(注1)の効果です。ペアレント・トレーニングに参加する保護者が実感するのは、孤立感や罪障感からの解放です。参加者は、定型発達の子どもの養育では経験することがない苦労や心痛を抱えています。同様の経験をしている参加者は互いに支えあい、グループが参加者の精神健康に良い影響を与えます。

二つめは参加動機や学習意欲に与える良い効果です。ピアサポートの雰囲気は参加者の参加動機を高めます。また、かなりの心身の労力を要するホームワークも、グループで励ましあうことで、取り組みの意欲が持続します。また他の参加者の取り組みから単独では思いつかない対応の工夫を学ぶことができます。

三つ目は子どもの発達特性への理解に関わる効果です。さまざまな状況でおきる問題についてグループで話し合うことで、発達特性と行動の問題の関連がわかり、参加者は自分の子どもの発達特性をより具体的に個別的に理解できるようになります。

初めてペアレント・トレーニングを実践しようとする支援者は、メンバー間の葛藤や特定のメンバーの孤立や逸脱などグループ運営の難しい面を懸念するでしょう。そのような心配はありません。ペアレント・トレーニングのプログラムがしっかりと構造化されており、それがグループ内の葛藤や逸脱を起さないように機能するからです。プログラムに沿ってペアレント・トレーニング

を行えば、グループは前述のような効果が自然に生じるように動きだします。

注1) ピアサポートとは、同じ困難さを抱える、あるいは困難な立場にある人々が互いに支えあうこと、障害のある子どもの家族会など自助グループの一つの目的でもあります。ペアレント・トレーニングは意図してピアサポートを行いませんが、クローズド・グループでプログラムが実施されることで、ピアサポートの雰囲気が生まれます。



3-4 オプションについて

ペアレント・トレーニングの対象となる子どもの年齢や障害特性はさまざまです。「基本プラットフォーム」に基づくコアエレメントだけで効果が十分でない場合は、オプションを追加することができます。

例えば、自閉スペクトラム症の特性のある子どもの場合はオプションとして環境調整を重視して、より詳細に検討する回を加えたり、学齢期の子どもの場合は学校との連携を加えたりします。

本事業の調査で得られたオプションの例を表2に示します。

具体的なプログラム例は、第4章の「自治体と医療機関での実施例」を参考にしてください。オプションを追加する場合は、コアエレメントに加えてセッション回数を多くして実施することが推奨されます。

表2 オプションの例

-
- **子どもの特性理解**：子どもの行動に影響を与える子どもの特性について学びます。未診断の子どもの親に対しては、障害という言葉の使用や特性の伝え方に配慮します。
 - **個別の目標行動の設定**：子どもの固有の特徴的行動に対して、それぞれの家庭で取り組む個別課題を設定します。
 - **代替行動を考える**：不適切な行動に直接対応せず、その行動の代わりとなる適切な行動を見つけ、その行動を教えます。
 - **警告やタイムアウトを用いた不適切な行動への対応**：子どもの不適切な行動（特に危険が伴うような行動に対して、コアエレメントに基づいて環境調整や指示をしても行動が改善しない場合に、さらに対応が必要となる場合があります。「警告」「タイムアウト」と呼ばれる対応
-

です（「用語解説」参照）。親子関係が良好でない場合や、親が知識や技術を十分身につけていないうちはかえって悪化させることもあるため、必ず専門家の助言を得て、慎重に行います。

- **自閉スペクトラム症の特性に応じた環境調整**：子どもの適切な行動が生じるように、あるいは不適切な行動が生じないように環境を整理したり準備したりします。
 - **トークンエコノミー**：身につけさせたい目標行動の選定、ごほうびの与え方などを計画し、トークン表の作成と活用の仕方を学びます。
 - **スペシャルタイム**：ポジティブな注目を子どもに与えることを目的として、親子二人だけで子どもの好きな遊びをする時間の作り方を計画します。
 - **学校や園との連携**：学校や園で適切な行動が増えるように、担任との協働の仕方、たとえば子どもの適切な行動に保護者と教師がともにポジティブな注目を与えるための連絡カードを作成します。
 - **思春期の子どもへの理解と対応**：思春期に起きる行動の問題と対応について、プログラムで学んだ考え方の要点やスキルの応用の仕方を学びます。
 - **ストレスマネジメント**：親自身のストレス対処法を学び、それがうまくできていると子どもの行動を肯定的に見やすくなることを学びます。
-

3 - 5 推奨プログラム

3つのペアレント・トレーニングの紹介

我が国で実施されているペアレント・トレーニングは複数あります。その中から発達障害およびその疑いのある子どもの保護者を対象としている3つのプログラムを紹介します。

いずれも行動療法や行動分析を基礎に、子どもの行動変容とそのため保護者に適切な養育のスキルを学習してもらうことを目的としています。内容については、本ガイドブックで示している「コアエレメント」を含んでおり、運営についてもクロード・グループで実施することや、回数、期間、子どもの年齢、ホームワークを家庭で行うことなど共通する要素がたくさんあります。そして、これらはペアレント・トレーニングの普及のための指導者の養成研修が実施されているプログラムです。

しかし各プログラムが開発されるいきさつが異なるために、それぞれ特徴があります。そこで3つのペアレント・トレーニングの特徴が理解できるように、プログラムの成り立ち・グループ活動の特徴・プログラムのねらいの4つの要素を表3にまとめました。

3つのペアレント・トレーニングは、これまでの実践と研究で一定の成果が認められています。ペアレント・トレーニングを実施する際に、参考図書を参照してそれぞれの機関や施設の状況や目的に合わせて参考にしてください。

表 3 3つのペアレント・トレーニングのプログラムの特徴

表3 3つのペアレント・トレーニングのプログラムの特徴		
精研・まめの木・奈良式ペアレント・トレーニング		
特徴	成り立ち	米国のUCLAで開発されたADHDのある子どもの保護者向けのプログラムを基礎としており、当初はADHDにともなう親子関係の悪化の改善と予防、子どもの適応行動を増やすことを目的としていた。現在ではASDの問題にも適用できるようにテーマと対応方法が工夫され、発達障害全般のプログラムに発展している。
	グループ活動	全体での講義とグループワークで各回のテーマを学習し、その回のテーマをホームワークの課題として各家庭で実施し、次回にグループでホームワークの実施結果を参加者同士のピア・サポートを大切にしながらシェアする。回数は10回程度。グループワークではとくにロールプレイを重視している。
	ねらいの特徴	発達特性による問題行動や子どもの不従順によって生じる親子関係の悪化を改善し予防するために、保護者の否定的な関心を肯定的な関心に変化させるために、子どもの適切な行動を見つけそれをほめる（肯定的な注目を与える）ことを重視している。行動理論を基礎にしているが専門用語ではなく馴染みやすい日常的な表現で説明する。
	主な参考図書	岩坂英巳他（2012）困っている子をほめて育てるペアレント・トレーニングガイドブック－活用のポイントと実践例－, じほう 上林靖子、北道子、河内美恵他（2009）発達障害のペアレント・トレーニング実践マニュアル、中央法規
肥前式ペアレント・トレーニング		
特徴	成り立ち	国立肥前療養所（現肥前精神医療センター）の行動療法の実践に基づいて、知的障害をともなうASDの子どもの保護者を共同治療者として育てるプログラムから出発し、現在はADHDに適用できるプログラムに発展している。
	グループ活動	セッションの前半は全体での行動理論の講義、後半は3名程度の小グループで前半の講義の内容を家庭での実践にどのように活かすかを話し合う。回数は10回程度。ホームワークは、1つないし2つの具体的な行動についての家庭記録である。
	ねらいの特徴	前半の講義を通して、保護者が行動理論の基本を理解し、新しい問題に対して対応できるようにする。後半では、個別の問題を解決できるように、具体的な対応法の話し合いを進め、子どもの問題行動の改善や適応的な行動の定着を重視している。
	主な参考図書	大隈紘子、伊藤啓介他（2005）AD/HDをもつ子どものお母さんの学習室、二瓶社 山上敏子他（1998）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、二瓶社
鳥取大学式ペアレント・トレーニング		
特徴	成り立ち	応用行動分析に基づいて知的障害をともなうASDのある子どものコミュニケーションスキルや適応的な行動の獲得を親が学習するプログラムの開発から始まり、現在は発達障害全般を対象とするプログラムに発展した。
	グループ活動	講義とグループ・ワークからなり、ホームワークを各家庭で実施する。回数は6～8回程度。グループ・ワークでは家庭でよくある例をワークシートに記入したり話し合いを行う。補助治療者としてのペアレント・メンターの参加も推奨している。
	ねらいの特徴	ASDあるいは知的障害が中心のため、不適切な行動への対応は環境調整と代わりとなる望ましい行動の獲得におく。ホームワークでは個々の家庭での療育的な課題やかかわりを重視している
	主な参考図書	井上雅彦他(2012)子育てが楽しくなる5つの魔法, アスペ・エルデの会、※アスペ・エルデの会HPより販売

コラム パARENT・トレーニング参加者の声

自治体でのペアレント・トレーニング参加者の感想をご紹介します。ここに取り上げるのは多くの参加者に共通する感想です。参加者ひとりひとりが、学んだ知識やスキルを子どもにあわせて実践されている様子がみえてきます。

● 演習やロールプレイ、宿題についての感想

「演習シートで、自分だったら同じ場面でふだんどのように言うか考えることができました。」

「ロールプレイを通して、『こんな感じでやったらうまくいくのかな』と思いました。ほめるのは大事だと思いました。」

「良いところ探し（参考図書 2）をすることで、いつもよりできたことを見ていたよ、と子どもに伝えられました。」

「ほめる宿題があったことで、本人の良いところを見ようという気持ちになりました。」

● フォローアップに参加した保護者の感想

【ほめる】

「今までできていないことばかり注目して、できていることは”あたりまえ”と思ってほめていませんでした。25%ルール（参考図書 2）で少しでもできたらほめてあげよう、と見方を変えたらほめられるところがたくさんあることに気づけました。」

「子どものできているところ、よかったところに着目すると、冷静になれました。」

【行動の ABC 分析】

「子どもの行動に理由があるからこそ、結果があるのだとわかり、子どものことがようやく理解できたし、問題となる行動を防ぐこともできるとわかり、とてもスッキリしました。」

【環境調整】

「部屋のおもちゃを片付けて、見えないところに置き、おもちゃだけの部屋を作りました。私自身のストレスやイライラが減りました。」

「環境を整える大事さを知って、子どもと活動を始める時間を決め、ダイニングの上や周囲に興味をひくものがないようにチェックしてから宿題などを始めるようにして、ストレスがなくなりました。」

【指示】

「声のトーン、伝えるタイミング、言い方など、あらゆることを考えて指示をするので大変でしたが、コツをつかむと、子どもに響いているのが実感できて嬉しい気持ちになりました。」

【待ってからほめる（計画的な無視）】

「自分の気持ちを整え、家族や親戚ともたくさん話をして、子どもに対して、待ってからほめることもできるようになりました。」

「少し見守るということがとても勉強になり、実践しています。」

【フォローアップ】

「同じような不安や悩みを抱えているお母さんと話すと、“自分だけじゃない、大丈夫”と思えます。先輩のお母さんの話も聴けてよかったです。」

「何年か経つと、忘れてしまっていることも多く、改めて気づかされます。今日からまた実践しようと思え、よかったです。色々な情報やアドバイスが聞けてよかったです。」

第4章 ペアレント・トレーニングを地域で実施するために

4-1 地域で実施するために大切なこと

ペアレント・トレーニングを地域で実施し、継続していくためには、予算や事業評価、実施のための時間や場所の確保、スタッフの育成、託児など、さまざまな課題があります。

ここでは、自治体と医療機関での実施例をご紹介します。地域の規模やニーズにあわせて、それぞれの実施機関がどのように運営しているのかを知ることができます。

自治体によっては、ペアレント・トレーニングの実施が検討されていても、人材や予算の不足でこれまで一度も実施が叶わなかった地域もあると思います。また、参加者から好評でニーズがあっても、継続的な運営は難しいという地域もあるでしょう。一方で、予算の確保や業務の調整、地域機関との連携など、運営の工夫をしながら何年も継続している地域もあります。特に、人事異動に備えて二人以上のスタッフで運営しスタッフ間の引き継ぎを考慮することが大切です。

継続している機関からは、「まずは無理のない範囲で実施する」、「参加者にも実施者にも負担のないように内容を見直していく」といった声が多く挙がっています。最初から完成度の高いプログラムや運営を行うことは難しいものです。まずはやってみて、スタッフ間で課題を共有し、みんなでアイデアを出し合いながら、地域に合った運営の方法を検討していくことが大切です。身近な地域の実施機関同士でも、ぜひ情報交換をしてみてください。

子どもとその家族を取り巻くさまざまな機関同士の連携が生まれ、子どもの成長や家族の変化を通じて「ペアレント・トレーニングを実施してよかった」と喜び合えることは、地域でペアレント・トレーニングを行うことの醍醐味といえます。

4-2 自治体と医療機関での実施例

自治体例 ①大阪府堺市

1. 自治体概要

人口：828,151人（2019年11月1日） 出生数：6,346人（2018年統計）
組織：堺市子ども青少年局子ども青少年育成部子ども家庭課

2. 自治体におけるペアレント・トレーニング開始の経緯と位置づけ

平成19年1月より、堺市は大阪大学連合小児発達学研究所附属子どものこころの分子統御機構研究センター（以下、連合小児）に、堺市・大阪大学発達障害児支援事業を委託し、市内における早期発見から早期支援につなげる仕組み作りを実施している。その一環で、平成20年より「4・5歳児発達相談事業」（以下、4・5相談）を1保健センター管轄で開始し、平成22年からは堺市内全区の保健センター管轄で4・5相談を実施している。しかし、4・5相談開始当時は、診断をする医療機関はあっても、その後の支援をする場が少なかつたため、4・5相談利用家族に、フォローの場としてペアトレを実施することとなった。地域に療育機関ができた現在も、保護者が子どものことを知るための場としてペアトレを継続している。

堺市では、主に4・5相談を担当する心理士を発達支援コーディネーター（以下、発達Co.）として雇用し、ペアトレも発達Co.が実施している。現在では、子育て支援の場である「キッズサポートセンターさかい」で行なっている発達相談の利用保護者や、保健センターでの個別相談、教育委員会が実施している教育相談を利用している保護者にも少しずつ対象を広げながら継続的に開催している。

3. プログラム概要

- ① 対象：4・5相談、キッズサポートセンターさかい、保健センターや教育相談を利用している発達の気になる子どもの保護者を対象としており、発達障害の診断有無は問わない。
- ② 募集方法：4・5相談利用者への案内及び担当支援者が個別に保護者に声をかけている。
- ③ 募集人数：最初は5人程度の少人数で実施していたが、母親の参加希望だけでなく、父親や祖父母の参加希望も増えてきたことから現在は10名程度で実施している。特にグループ分けはしていない。
- ④ プログラム内容例：基本的には発達Co.である心理士2名で実施している。グループワークはファシリテーターとサブファシリテーターに分かれて全体進行と個別対応を行なっている。連合小児のスタッフにスーパーバイズを依頼しており、最初の数年は毎回スーパーバイザーが同席していたが、昨年度からは初回と4回目だけ同席するようになった。
- ⑤ フォローアップ：年に3回実施している。プログラム修了後、3ヶ月～半年以降の参加者に案内をしている。フォローアップでは保護者に事前アンケートを取り、保護者の希望する話題を取り上げている（例：子どもの年齢に合わせたほめ方、伝え方等）。参加者の申し込みがない時は開催していない。

- ⑥ スタッフ：発達 Co.2 名（臨床心理士・臨床発達心理士・公認心理師資格保有者）
- ⑦ 欠席者へのフォロー：資料を郵送することが多いが、最終回である4回目については、可能な限り個別面談を設定している。
- ⑧ 評価：最初の数年は研究協力のため事前事後に心理尺度をとっていたが、現在は最終回に連合小児と作成したアンケートのみ実施している。アンケートでは、学習会の内容全体やワークについての満足度や、運営の適切さについて、親子の変化について等を問う内容になっている。
- ⑨ 託児：あり。連合小児が保育士を雇用しているが、保育士が見つからない際には連合小児からのスタッフが託児に入ることもある。クールによって託児の数が違うためスタッフの確保が難しい。
- ⑩ 運営で工夫していること：開始前には保護者とインテークをし、家族や子どもについての聞き取りや、プログラムの内容を説明したりする機会を設定している。参加者のニーズを把握し、参加への動機付けにもなっている。事後のミーティングでは、スーパーバイザーに困ったこと（グループのファシリテートの仕方や個別対応について等）相談できるため、実施者が安心して運営することができている。
- ⑪ 引き継ぎの工夫：発達 Co.を専任で雇っているため、実施者の異動はない。発達 Co.は全員が奈良方式の研修を受け、最初はサブでプログラムに入り、パートシを実施できるよう研鑽を積んでいる。また、スーパーバイザーが開始当初から変わっていないため、人材育成のための継続したサポートを得ることができている。

〈堺市版短期少人数制ペアレント・トレーニング〉※太字はコアエレメントを含む

	テーマ	目的と内容
第1回	オリエンテーション 行動を見てみよう	<ul style="list-style-type: none"> ・ 一般的な行動マネジメントの原則の理解 ・ 行動チェックリストを作り、家庭での子どものよい行動に注目する
第2回	ほめ方を考えてみよう	<ul style="list-style-type: none"> ・ 子どものよい行動を特定し、ほめるテクニックの理解 ・ ほめる・肯定的な注目・親子の身体的接触をとおして適切な行動に注目する
第3回	伝え方を考えてみよう	<ul style="list-style-type: none"> ・ 不適切な行動に対する指示（予告など）テクニックの理解 ・ 不適応行動予防のために、環境を準備する（スケジュールやトークンエコノミーの作成） ・ 不適切な行動を減らすために、そのような行動を無視（見守り）など家庭でのルールづくり
第4回	環境の工夫と振り返り	<ul style="list-style-type: none"> ・ 保育所や幼稚園、学校・教育・福祉機関との連携方法を学ぶ ・ これまでのふりかえり

自治体例 ②兵庫県明石市

1. 自治体概要

人口：約 30 万人、出生数：2,730 人（2018 年統計）

組織：市立発達支援センター（市福祉局 発達支援課）

2. 自治体におけるペアレント・トレーニングの位置づけ

事業開始は 2006 年。当時は市内に療育の場が少なく、県の発達障害者支援センターが行うペアレント・トレーニングに実施機関として応募した。初期は市障害福祉課の保健師が中心となり、母子保健事業（乳幼児健診や親子教室など）の後のフォローとして、県の発達障害者支援センターのサポートを受けながら開催。2009 年に市立発達支援センターが設置され、市立児童発達支援センターとの共催でペアレント・トレーニング（通称：のびのび子育て講座）を実施。開催方法に試行錯誤しながら 2013 年から就学前のプログラムを公募制にして事業を継続中。また、小学生のニーズの増加に伴い、2014 年にセンター職員（保健師）が奈良式のインストラクター養成講座に参加。2015 年から外部講師（臨床心理士）を招き、学齢期対象のプログラムを実施してスタッフが実施のノウハウを学び、2017 年度からスタッフのみで「基本プラットフォーム」に準じたプログラム（通称：わくわく子育て講座）を実施し、事業を継続中。市内には、ほかにペアレント・トレーニングを行っている機関がなく、市立発達支援センターにおける年間相談件数は年々増加の一途であることから、市の発達障害支援においては重要な位置づけとなっている。

3. プログラム概要

①対象：就学前のプログラムは、市内の 3 歳～就学前の発達の気になる子どもとその親を対象としている。学齢期のプログラムは、市立発達支援センターに相談歴のある小学生の子どもとその親を対象としている。

②募集方法：就学前のプログラムは公募制で、市内の保育所・幼稚園に案内を配布し、市広報にも掲載。学齢期のプログラムは、各相談担当者から勧める。

③募集人数：就学前は各クール 18 名（6 人×3 グループ）、学齢期は 12 名（6 名×2 グループ）程度

④プログラム内容例：隔週開催で 1 回につき 2 時間（午前 10-12 時）、前半はテーマに沿った講義、後半はホームワーク報告や演習、ロールプレイをグループで行う。就学前は、県発達障害者支援センターが実施している鳥取式を参考に作成された全 5 回のプログラムを行っている。学齢期は、「基本プラットフォーム」に基づいた全 6 回のプログラムを実施している。各回のテーマに関する講義は心理士が行い、グループワークは、各グループにファシリテーターのスタッフ 1 名とサブのスタッフ 1 名を配置し、親同士の話し合いをサポートしている。演習は、テーマに沿ったワークシートやロールプレイを行い、宿題はワークシートを配布し、家庭で子どもにかかわり、その成果を記入して次の回に持参してもらう。最終回に修了証を贈呈している。

⑤フォローアップ：就学前のプログラムは毎年 1 月頃に、学齢期のプログラムは毎年 6 月頃にフォロー会を実施。学齢期は以前の受講者にも案内を送っている。フォロー会のテーマ例：就学前は、先輩ママに講師で来てもらい就学に向けた内容で話してもらっている。学齢

期は、思春期の子どもへのかかわり方や中学校に向けてのフリースクールなど。

⑥スタッフ：臨床心理士・公認心理師：1名、保健師：1名、臨床発達心理士1名、精神保健福祉士1名、相談員（再雇用教員）：3名

⑦欠席者へのフォロー：資料を郵送し、必要に応じて電話や個別相談でフォローしている。

⑧評価：市では事後アンケートのみ。外部講師の研究協力として親のストレスや子どもの行動に関する質問紙を事前事後で実施している。市の事業評価としては、参加希望者の数や参加者の声（当事者のニーズ）が重視される。

⑨託児：あり（市内ボランティア団体に依頼している）

⑩運営で工夫していること：毎回、スタッフ用の進行表を作成し、役割分担をして円滑な運営を行えるように工夫している。毎回、事前事後に20～30分のスタッフミーティングで情報を共有し、配慮の必要な保護者は必要に応じて個別相談でフォローしている。毎回の参加者の様子や変化を記載する記録シートを作成し、スタッフ間で共有している。

⑪引き継ぎの工夫：行政機関のため人事異動があり、担当者が変わっても実施できるよう、できるだけ全スタッフが関与して運営するようにしている。担当者それぞれが何らかの役割を担い、新任のスタッフはグループワークの記録担当をしながらファシリテートを学ぶ。

講義を行うことができるスタッフの育成が課題。県発達障害者支援センターが行う研修や日本ペアレント・トレーニング研究会の大会にスタッフを派遣して研鑽を重ねている。

〈学齢期のプログラム例〉 ※太字はコアエレメントを含む

	講義・ワークショップ型学習	ロールプレイ・演習・ホームワーク
第1回	オリエンテーション 「発達の気になる子どもとペアレント・トレーニング」	ミニワーク「子どもと私の良いところ探し」 ホームワーク① 「いっぱいほめようシート」
第2回	「子どもの行動を観察して3つに分けよう」 子どもの行動の3つのタイプ分け	演習① ほめ上手のワークシート ロールプレイ① 上手なほめ方を練習しよう ホームワーク② 行動の3つのタイプ分け
第3回	「子どもの行動のしくみを理解しよう」 子どもの行動理解（ABC）	演習② 観察上手のワークシート ホームワーク③ 行動のABCシート
第4回	「楽しくほめよう -親子タイムと環境調整-」	演習③ 環境調整のワークシート ホームワーク④ 親子タイム（家庭でほめる環境を整え、ほめる・ほめられる機会を増やす）
第5回	「子どもが達成しやすい指示を出そう」 子どもが達成しやすい指示の出し方（CCQとブロークンレコード）を学ぶ	演習④ 指示のワークシート ロールプレイ② 伝え方のテクニック ホームワーク⑤ 伝え方ふりかえりシート
第6回	「待ってからほめよう -上手な注目の外し方-」（計画的な無視） 子どもの不適切な行動への対応	ロールプレイ③ 不適切な行動に注目しすぎず、代わりとなる行動を伝えて、待ってからほめる
フォロー会	学んだ内容の振り返り	終了後の家庭での様子を報告し合う （先輩ママに来てもらい話を聞くなどもあり）

自治体例 ③宮城県気仙沼市

1. 自治体概要

人口 63,867 人，出生数 297 人の小さな自治体（2018 年 12 月 31 日現在）
特に東日本大震災後は，人口減少が続いている。
組織：市役所健康増進課，県立気仙沼支援学校支援部

2. 自治体におけるペアレント・トレーニングの位置づけ

『気仙沼版ペアレント・トレーニング(通称：「ひまわり教室」)』の位置づけとしては，
①母子保健事業の一環として実施(乳幼児健診の際に発達面での心配，育児不安のある保護者への支援)，②宮城県立気仙沼支援学校の地域支援(通称：「ひまわり相談」)に相談し，子どもへの関わり方を学びたいという保護者への支援，として実施。2方向からニーズの吸い上げを行っている。※奈良方式の短縮版ペアレント・トレーニング(以下『ひまわり教室』と表記)を2014年度から開始し，現在は年3クール実施している。

3. プログラム概要

- ①対象：発達面で心配がある子どもの保護者（主に就学前の幼児から小学校低学年の保護者を主な対象とする）具体的には，市保健師や宮城県立気仙沼支援学校の地域支援「ひまわり相談」に継続的に相談している保護者など。発達障害の診断の有無は問わない。
- ②募集方法：各相談担当者から保護者に相談時に勧める。（気仙沼市コーディネーター連絡協議会で周知）
- ③参加人数：各クール6名程度
- ④プログラム内容例：
2時間でホームワーク発表，ミニ講義，ワークショップ型学習，ロールプレイ等を行う。全6回で行い，最終回に修了証書を贈呈。1か月後に第7回「近況報告会」も行っている。特別支援学校で始まったことの利点を生かして，家庭で環境調整がうまくできるように，「場所・時間の構造化」に役立つ教材等を展示し紹介する回を設定している。（スケジュール，タイムタイマー，バランスクッションなど，）また，愛着に課題のある親子の増加を受け，「かかわり遊び」「身体の触れ方」など，ミニ講義で愛着形成に役立つ遊びを紹介している。
- ⑤フォローアップ：(全体でのフォローアップは年1回程度)参加希望者のニーズに応じてテーマを選定。テーマ例として，フリートーク，スーパーバイザーA先生（震災後継続支援中）を囲んで等。
- ⑥スタッフ：宮城県立気仙沼支援学校支援部：3名（特別支援教育士等），市保健師：3名他（関係機関が参加することもある）
- ⑦欠席者へのフォロー：後日個別に時間を設定する，次回早く来所してフォローを行うなど。
- ⑧評価：1回目と6回目にアンケートを実施して，気持ちの変化や満足度を評価。
- ⑨託児：あり（市の障害者生活支援センター担当者，高校生ボランティア等）
- ⑩運営で工夫していること：
震災後，生活再建で精一杯の保護者でも取り組めるように内容を精選した。ホームワークを少なく設定した。資料はプレゼンテーションソフトで作成し，市で印刷したものを配布。保護者は市から配布された「すこやかファイル（相談支援ファイル）」に綴じて毎回持参する。資料には，前回の振り返りを必ず入れる。毎回の事前事後スタッフミーティングで情報

を共有し、記録シートに各参加者の様子や変化を記録する。保護者を褒めることに活用している。

⑪実施の効果：保護者が安心して話すことのできる仲間ができる・愛着形成に役立つ・子どもを叱ることが減り、褒めることが増える・家族の理解が進む・子どもの特性理解が進む。

⑫事業予算：事業の主体である市から支援学校へ講師派遣依頼(旅費については、会場までの往復を市で支弁。)

⑬職員の異動と引き継ぎの工夫：市保健師間での引き継ぎ。気仙沼支援学校は支援部担当内での引き継ぎ。

⑭課題：児童発達支援担当や市保健師もファシリテーターができるように理解を広げること・「ひまわり教室」卒業生をペアレント・メンターにすること

⑮事業立ち上げのきっかけ：2011年3月の東日本大震災後、奈良県の心のケアチームとしてパートレに精通したB児童精神科医が気仙沼市本吉町の緊急支援。翌年、「日本小児神経学会の支援活動」で、A先生(奈良方式養成研修修了)が、気仙沼市本吉総合支所保健福祉課C保健師、本吉病院D院長(後にE院長)と連携し、本吉病院に提供されたコンテナ内で個別の相談やパートレを実施。パートレの有効性を実感した気仙沼支援学校支援部F教員らが、B医師に「パートレ研修会」講師を依頼し、校内研修を受けた。

その内容を気仙沼の地域性に合わせてアレンジ。2014年度から支援部事業として『通称ひまわり教室』として実施し、2017年度から気仙沼市の事業として実施。ファシリテーターは気仙沼支援学校担当者が行う。保健師もサブスタッフとして参加しながら、保護者の観察等を行い、協議しながらアフターフォローを行う。

〈プログラム〉 ※太字はコアエレメントを含む

	講義・ワークショップ型学習	ロールプレイ・演習・ホームワーク(HW)
第1回	「はじめまして～オリエンテーション～」発達の気になる子どもと悪循環・良い循環	ワーク「今の褒め方(言葉、行動、その他)」 ワンポイントアドバイス「子どもの身体に触れる」 HW「子どもを褒めよう」、アンケート
第2回	「ほめ上手になろう」 25%ルール、上手な指示の出し方	ミニワーク「観察上手のワークシート」 ロールプレイ「片付けをさせよう」 ワンポイントアドバイス「身体を使った遊び」
第3回	「行動を3つに分けよう」 子どもの行動の3つのタイプ分け 計画的無視	ミニワーク「子どもの行動を3つに分けよう」 DVD視聴「注目を外し、待って褒める」 HW「客観視しながら指示を出す」
第4回	「伝え上手になろう」不適切な行動への対応、スペシャルタイム	ロールプレイ「買い物に行ったとき」 HW「好ましくない行動への対応」
第5回	「整え上手になろう」 行動の前にひと工夫ABC	ミニワーク「きっかけを考えよう」 HW「行動のABCシート」
第6回	「教材紹介、修了式」 環境調整	ミニワーク「環境調整～ピフォーアフター」 構造化(時間、場所、活動)教材の見学 修了式(修了証書贈呈)、アンケート
第7回	「近況報告会」(フォロー会)	1ヶ月後に集まりその後の取組について話し合う

医療機関例 ④まめの木クリニック

1. 機関の概要

まめの木クリニックは東京都江戸川区所在の、民間の児童精神科クリニックである。発達障害の診断・治療を求めての来院が多数を占め、治療は薬物療法のほか子どもの発達や行動に関する相談を行う。親のグループによるプログラムとして、精研式のペアレント・トレーニングと、自閉症スペクトラム(ASD)の子どもの親を対象とするアーリーバード・プログラム(未就学児)、アーリーバード・プラス・プログラム(低学年まで)を実施している。

2. クリニックにおけるペアレント・トレーニングの位置づけ

ペアレント・トレーニングは発達障害をもつ子どもの多面的治療のひとつとして、開院以来取り組みを続けている。精研式のプログラムはADHDの親子関係を改善することを目的に開発された経緯があるが、ASDにあっても親子関係がこじれているケースは多く、また、医療機関には併存障害も多数見られることから、現在は診断の種類にかかわらず必要性和親の希望を重視して行うこととしている。

医療においては、子どもも保護者も様々な困難を抱えているため、ペアトレをグループで実施する場合には個別性の高い対応も必要となる。クリニックでは子どものカルテがあり、個別の担当者もいることから、状態像や状況を確認できることが利点である。ASDの特性理解や、問題行動の予防的方略についてはペアトレで十分カバーすることはできないが、主治医や個別担当者と連携しながら、包括的に支援することを心掛けている。

3. プログラム概要

- ①対象：診断後の子どもの親(養育者)を対象としている。プログラムの内容は4歳~10歳くらいを推奨しているが、限定はしていない。
- ②募集方法：初診時のアンケート(期待すること)や診断までのプロセスの中で、必要に応じ個別に案内をする。参加の意志が確認できればウェイトिंगリストに登録する。実施日程が決まり次第、参加者が希望する曜日と照らし合わせてグループを決める。
- ③募集人数：固定メンバーで1グループ8人までを定員としている。両親で参加する場合は、2人として数える。年間3~4グループ行う。
- ④プログラム内容：精研式プログラムを全10回1クールで行っている。1回につき90分(平日はAM10:30~12:00、土曜日は午後開催もあり)、概ね隔週で実施する。宿題の報告、テーマに沿った講義、ロールプレイで構成。宿題の報告やロールプレイなど、家庭での実践につなげることを重視している。
- ⑤フォローアップ：1クール終了後半年を目途に実施。グループにより年1~2回のペースで継続している。スキルの振り返り、現時点でよく使っているスキル、近況などを話し合う。グループごとのフォロー以外に、参加者の減ったグループを合同にしたり、テーマ(例えば思春期)を設定した集まりなどを試みている。
- ⑥スタッフ：臨床心理士・公認心理師、臨床発達心理士、ケースワーカーが、1グループ2名(リーダー、サブリーダー各1名)で行う。
- ⑦欠席者へのフォロー：1~2回の欠席は、セッション中の振り返りでカバーできる。資料を郵送する場合もある。初めの3セッションを連続で欠席する場合は、後のグループに変更することも可能である。

- ⑧評価：プログラム前後に子どもの行動チェックリスト、ADHD-RS、親の養育行動などについて行う
- ⑨託児：なし。
- ⑩運営で工夫していること：対象がクリニックの通院者に限られているため、子どもの状態を把握しやすく、主治医や個別担当者と連携しやすい体制となっている。
- ⑪引き継ぎの工夫：ペアトレ専従のスタッフはおらず、クリニックのスタッフ全員がプログラムを実施できるよう人材育成に努めている。研修への参加や、経験の長いスタッフとグループ運営にあたる機会を作るように全体で取り組んでいる。

〈プログラムの内容〉 ※太字はコアエレメントを含む

	テーマ・内容	宿題
第1回	オリエンテーション 子どもの行動を3つに分ける 子どもの行動の理解（ABC）	行動を3つに分ける
第2回	好ましい行動を増やす（肯定的注目の与え方） スペシャルタイム	好ましい行動をほめる
第3回	好ましくない行動を減らす①（上手な無視の仕方）	子どものよいところをキャッチする（無視—待つ—ほめる）
第4回	好ましくない行動を減らす②（無視とほめるの組み合わせ） 代わりにしてほしい行動／アクションプラン	子どものよいところをキャッチする（無視—待つ—ほめる）
第5回	効果的な指示の出し方① 指示のコツ／CCQで繰り返す／予告	効果的な指示の出し方①
第6回	効果的な指示の出し方② 選択させる／「～したら、…してよい」取り決め ／ブロークンレコード	効果的な指示の出し方②
第7回	よりよい行動チャート（BBC）	よりよい行動チャート （試みの表のチェック）
第8回	制限を設ける（警告とペナルティ）	よりよい行動チャート（実践）
第9回	学校・園との連携	よりよい行動チャート（実践）
第10回	まとめ	

フォローアップ（学校と連絡シートをやった人には持参してもらう）

おわりに

発達障害者支援法が平成 17 年度に施行されて、約 15 年経過しています。法律の施行された年に正式に発足した日本発達障害ネットワーク（JDDnet）も当事者団体、職能団体、研究会など全国団体として 20 ほどの団体に加盟していただいています。

この間に、「発達障害って、発達段階に問題があるんでしょう」、「発達障害って社会に不適應なんでしょう」、「発達障害って、どうすればなくなるの？」などの時代をへて、徐々に正しく理解されて、地域での支援が普及しつつあるように思われます。その流れの中、ペアレント・トレーニング（ペアトレ）は家族支援において重要な位置を占めています。今回、JDDnet が中心となり、障害者総合福祉推進事業としてペアトレの実態を調査し、ガイドブックを作成するという機会を得られたことは大変喜ばしいことです。

本ガイドブックは、発達障害における家族支援の重要性、家族支援におけるグループの重要性、発達障害支援におけるペアトレの重要性、ペアトレの沿革、基本プラットフォーム、オプションなどを解説しています。実際に地域でペアトレを実施するための要点、自治体等での実施例も記載しています。最後には、用語の解説、実施する際の Q&A なども付記されて、実際にペアトレを行う際にも役立つように作られており、ペアトレの普及に有用なツールとなるものです。

ガイドブック作成に携わった JDDnet の理事、事業委員としてご協力いただきました日本ペアレント・トレーニング研究会の先生方や、その他多くの委員の先生方に厚く御礼申し上げます。

日本発達障害ネットワーク 理事長 市川宏伸

Q. 参加者は毎回ちがっていてもよいのでしょうか？

A. プログラムはステップバイステップで進めることで効果が上がるように工夫されています。プログラムに沿ってすべての回に参加することが大切なので、基本は連続して同じメンバーが参加します。またグループで実施する場合は、親同士の出会いや交流の場にもなります。毎回参加メンバーが変わるのは、あまり望ましくありません。

Q. 開催時期や時間帯、場所、会場準備で気を付けることはありますか？

A. 開催時期は、学校や幼稚園などの行事との重なる時期やインフルエンザが流行る時期は避ける等を配慮する必要があります。時間は、子どもが学校や園に行っている時間が参加しやすいようです。託児があると小さいお子さんがいても参加しやすいでしょう。会場は参加者の人数によって広さは多少異なりますが、お互いの顔が見えやすく、話しやすい距離で机や椅子をセッティングします。例えば6人くらいならば小会議室程度（8~10 畳くらい）の広さがあれば十分です。準備物としては、ホワイトボード、講義をパワーポイントで行う場合などはプロジェクターが必要となります。

Q. ペアレント・トレーニング参加の効果はどのようにして評価するのでしょうか？

A. 効果の評価は、主に①参加者の自信回復や意欲の向上など精神健康への影響、②親子関係への影響、③子どもの特性の把握や行動の変化、④プログラムの理解や活用度に関することなどに関して実施します。事前事後に評価しそれを参加者にフィードバックすることによって、親が自身と子どもの変化に気づきやすくなります。実施機関によって上記の4つの領域をすべて評価できない場合もあると思います。その場合も、事前に親のストレスや子どもの改善したい行動、発達特性などを把握しておくことは、実施時の配慮のために大切です。事後に評価結果から次の段階の支援、たとえば個別カウンセリングなどへ紹介することもあります。

Q. 異なる発達特性によって、ペアレント・トレーニングの内容や実施時の配慮事項について違いはありますか？

A. 内容については、必ずコアエレメントを含んでください。そのうえでの配慮事項として、ASD の場合は、こだわりや感覚過敏に配慮します。ADHD の場合は、衝動的な問題行動への対応についてのニーズが高いかもしれません。知的障害のある場合は、ほめ方やかわり方に、視覚情報の支援など言語以外の方法を工夫し、スモールステップで目標を考えることが大切です。

Q. グループに参加するうえで配慮が必要な参加者とその対応について教えてください

A. 子育ての悩みやグループの苦手さなどから、参加当初は不安の強い方もおられます。プログラム前後に声掛けをしたり、グループワークではスタッフがそばに座ったりして安心できる環境を作りましょう。また、場の雰囲気を読むことが苦手な方に対しては、グループ内のメンバーとのかかわりに配慮し、サブスタッフが座る位置なども検討します。すべての人に対して、わかりやすい全体指示をすることを心がけましょう。(例：「〇分までこのワークをしてください」、「お話しただいてありがとうございます。お時間の関係もありますので、残った話題は次回また取り上げましょう。」)

Q. 答えにくい質問にはどうしたらいいでしょうか？

A. 答えにくい質問の大半は、我が子に関する個別性の高い内容と考えられます。特に他の人には関係の薄い話題であったり、答えるのに何度もやり取りが必要であったりすると一人の質問者との個別のやり取りになってしまいます。まずは質問内容を整理することが大切です。共有する場合は「他の方はどうされていますか」などと他の参加者に一度振ってみるなどして、質問内容をみんなで検討し、答えがでない場合でも「回を重ねていくことで、答えが見つかるかもしれません。そのときにまたこのことを皆さんと検討しましょう。では先に進めます。」など、質問には丁寧に応じ、ステップバイステップでの進行が大切なことを参加者に理解してもらいます。また、個別性が高いわけではないが、わからないことを質問さ

れたときは、率直に「次回までに調べておきます」と返答し、先に進めます。

Q. 参加者が宿題をできなかった場合や欠席した回のフォローなどはどのようにしたらいいのでしょうか？

A. 宿題に取り組めない、あるいは欠席の理由を把握します。多くの場合、それなりの理由があります。宿題は無理のないようにチャレンジしてもらうことが大切です。また欠席した場合は、次の回が来づらくなならないような配慮が必要です。どちらにおいても参加のモチベーションを低下させないためには、むやみに批判したり指導したりせず、そのままを受け止めることが大切です。欠席や遅れを補うには、当日に会場に早めに来てもらえる、あるいは回の終了後に時間の余裕があるのであれば、そこで個別に対応することも可能です。また、他の参加者が宿題の報告をするときに、欠席した回のプログラム内容の要点を伝えることで、かなりキャッチアップできますし、他の参加者にとっても復習となり役立ちます。欠席したとしてもめげずに次から出席を続けることが大切なことを伝えます。他には、欠席分のレジュメや宿題シートを郵送し、必要に応じて電話などでの質問にも応じる形でフォローしている実施機関が多いようです。参加のモチベーションが落ちないよう、親自身が工夫したり、気づいていなくても実はできていたりすることを見逃さずにほめるようにしていくことも大切です。

Q. 子育て支援や虐待予防にもペアレント・トレーニングは有用でしょうか？

A. このガイドブックで紹介しているペアレント・トレーニングは、発達障害あるいはその可能性のある子どもの親に対してグループで行うものです。コアエレメントには、「指示」などのように言語でのやり取りが必要なものがあるため、3歳以下の幼児では言語理解力に応じて工夫する必要があります。また「計画的な無視」は、親子の愛着関係が順調に形成されていることが前提となっているため、被虐待児の場合、保護者にネグレクトを助長するというようなリスクがともないます。発達障害またその疑い以外の場合、プログラムを運用するには慎重に検討する必要があります。しかしながら、子育てが難しい子ども、被虐待の子どもの中には発達障害の特性を持つ子どもが少なからず存在します。ペアトレの基本的な考えで

ある好ましい行動に注目してほめる、問題となる行動への対応に一貫性をもたせるなどを子育て支援や虐待予防の事業に取り入れて、個別支援の場で活用している自治体もあります。(参考図書9, 10) コアエレメントを慎重に吟味すれば、子育て支援や虐待予防にも効果のある方法が見つかります。

Q. 医療機関と連携する必要があるのはどのような場合でしょうか？

A.ペアレント・トレーニングに参加している親を紹介する場合と子どもを医療機関に紹介場合があります。子どもを紹介したほうがよいと思われるのは、ペアレント・トレーニングだけでは子どもの問題となる行動(自傷、破壊、逸脱、不眠、摂食、排泄など)が改善しない場合、家庭だけではなく学校園でも子ども本人が著しく困っている状態になっているときです。親自身を紹介したほうがよいと思われるのは、不眠や抑うつ気分(今までできていたことができない、日常生活全般に支障をきたしているなど)です。不安が強い、セッション中に泣いてしまう、というのはペアレント・トレーニングに安心して参加し続けることで軽快していくこともあります。不安が強まる、身体症状等が出てきた場合には医療機関への紹介を考慮してください。何れにしろ、必ず親に受診希望があることが前提です。すでに子どもが医療機関に通院中の場合は、親の了承を得たうえで、ペアレント・トレーニングの資料や実施報告書を主治医に渡すことで、治療に役立ててもらっている機関もあります。

Q. 児童発達支援事業所で実施する際に配慮することはどのようなことでしょうか？

A.開始前に親の聞き取りに加えて、可能な限り子どもの情報を親以外からも得るようにしてください。発達支援事業所の強みは、「療育等で子どももみていることが多い」ということです。子ども担当者とはペアレント・トレーニングの担当者が異なる場合は、しっかり情報の共有をしていってください。また、子どもの支援計画の中で、ペアレント・トレーニング後の個別フォローを行うことも大切です。

Q. ペアレント・プログラムとの違いを教えてください

A. ペアレント・トレーニング（ペアトレ）は、子どもの行動変容を目標として、親が子どもの「行動」に直接介入するための養育スキルの習得を図っていきます。それに対して、ペアレント・プログラム（ペアプロ）は、子どもの行動改善までは目指さず、親が子どもの「行動」をきちんと捉えられようになること、そして子どもの問題は「自分の子育てのせい」あるいは「子どもの性格だから治らない」など、親の誤った認知を修正することを目標としています（参考図書12）。子どもの「行動」を一つひとつ冷静にみると、当たり前行動でもできている行動に目を向けてほめることで、親が子どもの行動を肯定的に捉えられるようにプログラムを進めていく点では、共通しています。また、ペアプロにおいても、親の肯定的な養育行動によって子どものほめられる行動が増えることが実証されています。

Q. ペアレント・メンターとの連携はどのようにすればよいでしょうか。

A. ペアレント・メンターは発達障害のある子どもを育てた経験のある親が、その経験と知識を生かして後輩の親の支援を行う、当事者による当事者支援の仕組みです。ペアレント・メンターは厚労省の発達障害における家族支援施策にも取り上げられており、各自治体で養成研修が進められています。ペアトレのサブスタッフとしてメンターに参加していただくことで、子育て体験を話してもらったり、支援グッズを紹介してもらったりといったこともできます。またメンターカフェ（メンター主催の茶話会）を地域に設置していくことで、ペアトレ受講後の連携もできていくでしょう。メンターについては各地域の発達障害者支援センターにお問い合わせください。

Q. ペアレント・トレーニングの終了後の支援のしくみはどのようにすればよいでしょうか。

A. ペアレント・トレーニングの終了後、2～3か月後にフォローアップセッションとして、受講した親が集まり、受講した内容の復習や最近の様子を話してもらうことは重要です。さらにその後のフォローについては、地域の家族会やペアレント・メンターの茶話会などを紹介するとよいでしょう。地域の支援情報

だけでなく、就学、進学、就労や手帳や年金のこと、家族のことなど身近なことが相談できると思います。

Q. 支援が必要な子どもにきょうだいがいる場合、なにか配慮する必要がありますか？

A. 障害のある子どもがいる場合、親はその子どもの問題とその対応に関心がとられ、他のきょうだいへの関わりが薄くなることがあります。とくにペアレント・トレーニングに参加する期間は、各セッションに出席するだけでなく、家庭でのホームワークの実践もあり、その傾向がより強くなりがちです。単に「きょうだいにも関心を向けましょう」とアドバイスするのは、かえって保護者の負担になります。ペアレント・トレーニングで学ぶ考え方や対応法は障害がなくても子育て一般に役立つことがたくさんあります。たとえば好ましい行動を見つけその行動をほめる、子どもに落ち着いた冷静な指示を与える、「スペシャルタイム」(3-4「オプション」参照)を使うなどは、きょうだいにも使え、きょうだいに自信を与えたり、きょうだい間の葛藤を減らしたりするのに役立ちます。前もってこれらのことを参加者に話しておくことは、保護者の負担感やきょうだいへの心配を減らします。

- ◆ 計画的な無視 : 特定の行動（特に、他者からの注目を得ることがごほうびとなっているような行動）に対して、注目を与えず（無視）、対応しないこと。ペアレント・トレーニングでは、注目を外しながら「好ましい行動」が見られたらすかさずほめる手法であることから、「待ってからほめる」とも言う。
- ◆ 警告 : 子どもが指示に従えなかった場合に、やめてほしい行動とすべき行動を伝えたいうえで、従わなかった時に子どもにとってどのようにマイナスな状況があるのかを説明し、理解させること。ペアレント・トレーニングでは、「ほめるための最後のチャンス」として、警告に従えなかった時はきっぱりとタイムアウトを行うが、警告のあとに指示に従えた場合はほめるようにする。
- ◆ 指示 : 指示が達成できないことが繰り返されると、親の指示は感情的になりがちで、子どもには親の感情しか伝わらないことが多い。そのためペアレント・トレーニングでは、子どもの行動を促すために親が冷静で具体的な指示の出し方を学ぶ。具体的には、子どものそばに行って「注意をひいて予告⇒CCQで指示⇒ほめる（25%ルール）」をロールプレイで体験したのち、家でトライしてもらう。「25%ルール」とは、できていない部分に目を向けるのではなく、やるべきことの25%でもできていればその部分をすかさずほめるようにすること。
- ◆ タイムアウト : 子どもに合った環境を整え、わかりやすい指示をしても自分や他者を傷つけたり危険な行動が繰り返し起こる場合に、その行動の直後にその場から離れさせたり、部屋の端に連れて行ったりして、一定時間、子どもにとって好ましい結果が得られないようにすること。タイムアウトは問題となる行動の悪化を防ぐためのものであり、時間は年齢に応じて調節し、幼児では5分程度、ひとり遊びなどしない環境にする。タイムアウト前後に怒鳴ったり長々と説教したりはしない。
- ◆ トークンエコノミー : 「トークン」とは、代用貨幣ともいわれ、本人にとって価値のあるものや活動と交換できる代理物のこと。例えば、適切な行動ができたなら本人の好みのシールやスタンプをトークンとして与え、あらかじめ決めた数がたまったら、約束したご褒美として、本人にとって価値のある物や活動と交換する。

参考図書

●ペアレント・トレーニング マニュアル本

- 1)井上雅彦他, 子育てが楽しくなる5つの魔法, アスペ・エルデの会, 2012.
- 2)岩坂英巳他, 困っている子をほめて育てるペアレント・トレーニングガイドブックー活用のポイントと実践例ー, じほう, 2012.
- 3)上林靖子・北道子・河内美恵他, 発達障害のペアレント・トレーニング実践マニュアル, 中央法規, 2009.
- 4)大隈紘子・伊藤啓介他, AD/HDをもつ子どものお母さんの学習室, 二瓶社, 2005.

●ペアレント・トレーニング関連本

- 5)シンシア・ウィットム著:上林靖子・中田洋二郎・井澗知美他訳, 読んで学べるペアレント・トレーニング, 明石書店, 2002.
- 6)井上雅彦, 家庭で無理なく楽しくできる生活・学習課題46, 学研, 2008.
- 7)上林靖子, 発達障害の育て方がわかる!ペアレント・トレーニング, 講談社, 2009.
- 8)中田洋二郎, 発達障害と家族支援ー家族にとって障害とは何かー, 学研教育出版, 2009.
- 9)岩坂英巳監修, 京都府中丹広域振興局健康福祉部著, ほめ方絵本, ライフ出版社, 2010.
(絶版) <http://www.pref.kyoto.jp/chutan/ehoken/1268635232977.html>
- 10)加藤則子他, トリプル P 前向き子育て17の技術ー「ちょっと気になる」から「軽度発達障害」までー, 診断と治療社, 2010.
- 11)高山恵子, これならできる子育て支援! 保育者のためのペアレントサポートプログラム, 学研, 2016.

12) 山上敏子他, 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, 1998.

13) アスペ・エルデの会, 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, 2015.

参考 WEB サイト (URL)

●ペアレント・トレーニングおよび発達障害関連

- ・日本発達障害ネットワーク：JDDnet (<https://jddnet.jp/>)
- ・日本ペアレント・トレーニング研究会 (<https://parent-training.jp/>)
- ・日本ペアレント・メンター研究会 (<https://parentmentor.jp/>)
- ・日本自閉症協会 (<http://www.autism.or.jp/>)
- ・えじそんくらぶ (<https://www.e-club.jp/>)
- ・アスペ・エルデの会 (<http://www.as-japan.jp/>)
- ・全国児童発達支援協議会：CDS (<http://www.cdsjapan.jp/>)
- ・発達障害情報・支援センター (<http://www.rehab.go.jp/ddis/>)
- ・国立特別支援教育総合研究所 (<https://www.nise.go.jp/nc/>)

事業委員長 市川 宏伸 一般社団法人 日本発達障害ネットワーク

事業委員 (五十音順)

井上 雅彦 鳥取大学 医学系研究科
伊藤 啓介 広島国際大学 心理学部
岩坂 英巳 ハートランドしぎさん 子どもと大人の発達センター
式部 陽子 帝塚山大学 心理学部
庄司 敦子 まめの木クリニック
高山 恵子 特定非営利活動法人 えじそんくらぶ
田中 真衣 白梅学園大学 子ども学部
辻井 正次 中京大学 現代社会学部
中田 洋二郎 立正大学 心理学部
長瀬 美香 心身障害児総合医療療育センター
原口 英之 国立精神・神経医療研究センター
日詰 正文 国立重度知的障害者総合施設 のぞみの園
免田 賢 佛教大学 教育学部
米山 明 心身障害児総合医療療育センター

事業協力委員 (五十音順)

井潤 知美 大正大学 心理社会学部
河内 美恵 国立障害者リハビリテーションセンター
齊藤 万比古 母子愛育会愛育研究所
永井 利三郎 桃山学院教育大学 教育学部
西牧 謙吾 国立障害者リハビリテーションセンター
野邑 健二 名古屋大学 心の発達支援研究実践センター
森 千夏 大阪大学キャンパスライフ健康支援センター 相談支援部門
山口 直人 心身障害児総合医療療育センター
山口 穂菜美 所沢市こども支援センター 発達支援エリア
弓削 マリ子 花の木医療福祉センター

事業事務局

鳥取大学 医学系研究科 井上雅彦研究室

「ペアレント・トレーニング実践ガイドブック」

発行日 2020年3月31日

作成 一般社団法人 日本発達障害ネットワーク JDDnet

協力 日本ペアレント・トレーニング研究会

イラスト マオズ ファクトリー 山口真生

印刷所 有限会社 米子プリント社

〒683-0845 鳥取県米子市旗ヶ崎2218番地

TEL : 0859-22-2155 FAX : 0859-22-2157

本ガイドブックは、令和元年度障害者総合福祉推進事業の助成を受けたものです



作成：一般社団法人 日本発達障害ネットワーク JDDnet 事業委員会
協力：日本ペアレント・トレーニング研究会
(転載または引用の場合は必ず出典を明記のこと)