

第67回日本小児保健協会学術集会 特別企画

地域でのポピュレーションアプローチによる前向き子育ての実践

日本における前向き子育ての現状

—地域での展開とその効果—

柳川 敏彦¹⁾, 加藤 則子²⁾, 澤田いずみ³⁾

I. はじめに

2019年12月に中国武漢に端を発した新型コロナウイルス感染症 (Covid-19) の影響にもかかわらず, 第67回日本小児保健協会学術集会・特別企画「前向き子育ての実践」を Web, および紙面で発表機会を頂けたことに, まず心から感謝申し上げます。

第67回大会では「妊娠・出産から思春期まで切れ目のない子育て支援」がテーマであり, 本特別企画は, 「第2次健やか親子21 (平成27年からの10年間)」の目的である「すべての子どもが健やかに育つ社会」に呼応したものと捉えられる。また, 「児童が権利の主体である」という理念が掲げられた平成28年改正児童福祉法では, 子育て世代包括支援センターの整備が市町村の責務として求められている。本特別企画をとおして, 「地域で親子のニーズに見合った支援ツールを適切に届け, 子育て支援の仕組みの機能強化」の視点に立って, 「前向き子育てプログラム (トリプル P)」の周知と活用を紹介する。

Covid-19の影響に対し, WHO は, 子ども虐待, DV 等のハイリスク要因が高まるパンデミック期 (混乱期) はもちろん, 健康危機が去った後も引き続き, あらゆる形態の暴力, 虐待, ネグレクトを防ぐために, 先を見越した対応を求めており, 子育てプログラムの今後の活用についても言及する。

II. トリプル P (Triple P: Positive Parenting Program) の概要

欧米諸国では, 1980年前後から親の子育てへの教育

的介入手段として, 育児支援プログラム, ペアレンティング・プログラムが実践されてきた。この中で, オーストラリア, クイーンズランド大学のサンダース教授によって開発された前向き子育てプログラム (Triple P) は, 有用性の評価が困難であった育児・子育ての領域にランダム化比較試験を導入し, 実証的研究を重ね発展したプログラムで, 現在35ヶ国以上で導入されている。日本には2005年に導入され, 親と子の対話を重視し, 気づきと変化をもたらす認知行動療法を原則理念とした親への心理教育プログラムである。トリプル P は, 単に子育てスキルとしての how to を学ぶのではなく, 親がさまざまな状況に出会ったとき, トリプル P で学んだことをヒントに, 自ら工夫し, 自ら解決の糸口を見つけ出すことが特徴で, 自己管理 self-management, 自己効力感 self-efficacy, 自ら行動する personal agency, 自己充足感 self-sufficiency のプロセスから, 自己統制 self-regulation, self-control の能力を身につけることが重要とされる。トリプル P は, 子育ての環境において安全で, 活動的で, 暴力や争いの少ない環境をつくることを目標とし, 親のわずかな変化が, 子ども, 家族, さらに地域の変化を期待するものである。

III. トリプル P の実践

トリプル P は地域の対象とする親とその内容によって, 5段階のレベルが用意されている。レベル1ではメディアを介した啓発が行われ, レベル2では特定のテーマに関するレクチャー, セミナーが行われ, レベル3は子どもによくみられる問題 (かんしゃく, 夜尿

1) 和歌山県立医科大学保健看護学部

2) 十文字学園女子大学教育人文学部

3) 札幌医科大学保健医療学部

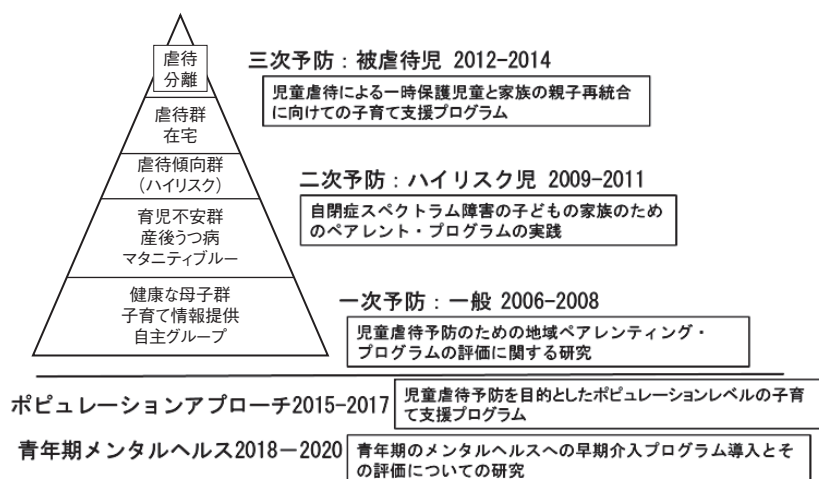
表 トリプル P の家族支援モデル

支援レベル	対象者	プログラム内容, 方法	考えられる対象領域
レベル 1 ユニバーサルトリプル P メディアによる情報提供, インフォメーションキャン ペーン	子育てと子どもの発達を促 す情報を求める保護者	子育て問題に対する関心を高めるマ スメディア (テレビ, ラジオ, 新聞, など) を通じて子どもの一般的な問 題行動発生の要因や対処方法を伝え る	・一般的な子育ての問題 ・よくみられる日常的行動 と発達の問題
レベル 2 セレクトイドトリプル P 特定の親の心配に対する情 報とアドバイス	子どもの行動や発達につい て何か悩みや関心がある保 護者	あまり深刻でない問題に対する適切 なアドバイスの提供 面談か電話相談 (20分セッションを 2 回など) やセミナー (60~90分) がある	・よくみられる問題行動, またはトイレトレーニング や就寝問題など発達過 渡期にみられる問題
レベル 3 プライマリケアトリプル P 焦点をしばった子育てスキ ルトレーニング	子どもの行動や発達につい て心配があり, 相談やトレー ニングを受けたい保護者	継続的でない子どもの問題行動を扱 うのに必要なアドバイスにリハーサ ルと自己評価を組み合わせた短期プ ログラム (4 セッションで合計80分) 面談か電話相談を含む	・継続的でない子どもの問 題行動, かんしゃく, ぐ ずる, きょうだいげんか など
レベル 4 スタンダードグループトリ プル P 前向き子育てスキルを学び たい親, 特に, 子どもの深 刻な問題行動に悩んでいる 親 ステッピングストーンズトリ プル P	前向き子育て技術を学ぶト レーニングを受けたい保護 者, 特に子どもの深刻な問 題行動で悩んでいる保護者 障害のある子どもをもつ親	子育てスキルの集中的トレーニング プログラム 1 セッション (120~150分) を8~ 10セッション 1 週間に 1 セッションで約 2 か月で 行う さまざまな問題行動, 状況を学び応 用性をもつ 主としてグループであるが, 個人, 自主学習の方法もある	・複数の子どもの問題行動 ・攻撃的行動 ・反抗挑戦性障害 ・行為障害 ・学習障害
レベル 5 エンハンストリプル P パスウェイトリプル P	子どもの現在進行中の問題 行動と家庭の問題に悩んで いる保護者 子どもを虐待する恐れのある親	子どもの問題行動と家族の機能不全 に対応する集中個人プログラム (60~90分のセッション) 帰属再訓練や怒りコントロール等の 内容	・現在進行中の子どもの問 題行動と親の問題, 親同 士の争いやうつ, ストレ スなど

など) の解決のための個別セッション, レベル 4 はより広範な問題に対してのグループ学習, レベル 5 では困難事例への個別対応などである (表)。子どもの発達段階や問題行動のレベルが異なっているからであり, 親も必要とする支援が違い, 親のそれぞれのニーズも好みもあるためである。いくつかの支援段階が用意されていることは, 支援の効率を高め, コストを最小限にし, 浪費と過剰サービスを避けるように考えられている。また, 学習形式は親の時間, 距離, 経済的な状況も配慮し, 個別やグループ, 自主学習など非常に柔軟な形式が準備されている。わが国では, プログラムを提供するファシリテーターは, 延べ1,450人を超えるに至り (2020年3月の時点), 日本各地でレベル 1 として講演会の開催, レベル 2 : 特定トリプル P, レベル 3 : プライマリケアトリプル P, レベル 4 : グループトリプル P, レベル 4 : グループステッピングストーンズトリプル P が展開されている。さらに 2020年1月から思春期の子どもをもつ親を対象とし

た, レベル 2 : 特定ティーントリプル P が加わったことで, 子育て対象の子どもの年齢も広がった。

レベル 2 : 特定トリプル P は, 対象とする子どもの年齢によって 2 種類のセミナーがあり, 2~12歳の子どもをもつ親を対象とした特定セミナーでは, ①前向き子育てパワー (前向き子育て実践のためのヒント: 5 原則, 17 スキルを紹介), ②子どもの自信を育てる (能力と自信を持った子どもにするためのヒント), ③がんばれる子どもを育てる (いろいろな状況に対して上手に適應できる子どもに育てるヒント) の 3 つのテーマを扱い, 思春期の子どもを対象とするティーントリプル P セミナーは, ①責任感のあるティーンエイジャーを育てる, ②能力のあるティーンエイジャーを育てる, ③ティーンエイジャーの人間関係を助けるの 3 つのテーマを扱う。それぞれ 1 テーマは, ファシリテーターによる講義 60 分と質疑応答 30 分のセミナー形式で行われ, 20~200 人の養育者を対象とすることから, 地域ポピュレーションアプローチの位置づけと



注) 図の 2006-2008 等の数字は、文部科学研究助成金で行われた該当年を示す。

図 トリプル P による子ども虐待予防をテーマとした研究

しての展開が期待できる。

また、われわれはトリプル P 導入後から経年的に文部科学省助成研究として「子ども虐待の予防をテーマとした研究」に取り組み、年次的に子ども虐待予防の 1 次, 2 次, 3 次予防, 引き続いてポピュレーションアプローチへと展開し実践と効果評価を行ってきた(図)。

IV. トリプル P の活用と参加への工夫 (澤田いずみ氏の Web 発表からの引用)

健やか親子 21 の「すべての子どもが健やかに育つ社会」は、すべての国民が地域や家庭環境等の違いにかかわらず、同じ水準の母子保健サービスが受けられることであり、「すべての子ども」、「すべての親」を重視しているトリプル P は、ポピュレーションアプローチの展開を最も望むものである。本企画での Web 講演「対話で作る前向き子育てのある地域～弱さのある家族に届けるために～」で澤田いずみ氏は、2020 年 4 月から施行となった「子どもへの体罰禁止」の法律に触れ、厚生労働省が作成した「体罰によらない子育てのために」では、体罰に代わる“具体的な工夫のポイント”が記載されているものの、親がこれまで、“信じてきた”, あるいは、“抜け出せなかった”子育てスタイルを変化させるのは容易でないことを指摘した。そして、“体罰で自分は成長した”, “わかっているけどできない”と感じている親が変化を受け入れるためには、体罰をしないことで子どもも親も楽になったという“腑に落ちる体験”をできることが求められ、一方

的な情報提供だけでなく、親の試行錯誤のプロセスを支える双方向性のある支援が必要とした。さらにプログラム参加の課題として、①関心のある人しか参加しない、②グループ参加には抵抗がある、③ある程度の学習能力が必要とされる、④支援効果の継続には問題がある、⑤開催の労力・時間の確保の問題があるなどを挙げ、弱さのある家族も含めた幅広いポピュレーションに継続的に支援を届けるための実践例として、グループトリプル P 経験者と初参加の親、子育て支援者が、“前向き子育て”をキーワードに、子育てについて語り合う場である「トリプル P カフェ」の実践例を紹介した。結果として、集まった親に対してトリプル P の段階的支援強度を戦略的に活かすことができるとともに、「トリプル P カフェ」は親だけでなく多くの人が立場を超えて前向き子育てを語れる場となり、安心・安全で前向きな関係性の基盤を作ることにつながると考察された。

V. トリプル P の効果測定

トリプル P は、プログラム効果を見るために参加者に質問紙を用いて、プログラム施行(介入)の短期効果、長期の継続効果、あるいは満足度調査を行うことを原則とする。多くの国、地域でトリプル P が導入されている理由の一つはランダム化比較試験を用いた評価である。このため、行政、自治体に対して根拠のあるプログラム効果の提示が可能となる。子どもの評価には、アイバーク子どもの行動質問紙、子どもの長所・短所質問紙(SDQ)などがあり、親評価では、

子育てスタイル (PS), 子育ての自信 (PSBC), 親の抑うつ・不安, ストレス (DASS), パートナーとの関係などの質問紙がよく利用されている。また, 学んだ具体的な17の子育てスキルの使用度や自由感想などを用いて, ファシリテーターもプログラムスキル提供技術のフィードバックも必要に応じて確認ができる。

トリプルPの良い効果をまとめると, 親にとって「子育ての力を付け自信を持つ, 抑うつに陥ることが少ない, ストレスレベルが下がる, パートナーとの争いが少ない, よりよく仕事ができる, 仕事と家庭のバランスで悩むことが少ない」などの恩恵が得られ, 子どもにとっては「生活技術を伸ばす, 学校でよりよく活動する, 友だちをつくる, 自分を気持ちよく感じる, 問題行動や情緒問題を減らす, 薬物使用や非行に陥る可能性が少ない」などの恩恵が報告されている。

VI. Covid-19影響下での子育て

Covid-19の影響により, 外出制限や通常の活動制

限などの広範囲の制限は, きょうだい, 親と子, および親同士の衝突のリスクを高め, 不適切な行動, メンタルヘルスの問題リスクを高めることが報告されている。このため多くの関係者は, Covid-19予防対策として, プログラム養成講座や地域でのプログラム開催の中止, 延期などを当初経験したが, 2020年6月以降は, オンラインの利用により, プログラムの人数制限のほか, オンラインによる養成講座や地域のプログラム提供が試みられている。今後しばらく同様の対応が継続すると予想されるが, すでにオーストラリアでは, ファシリテーターによるプログラム提供ではなく, Website を利用して自己学習する Triple P On-line が2000年4月に作成され実施に至っている。今後われわれは, 立ち止まることなくこの Triple P On-line の各種教材を翻訳し, 速やかに日本に導入することで, さらなるポピュレーションアプローチの手立ての一つに加える努力をしていきたいと考える。