

# 心理支援ツールを活用した親子プログラム（2）

## —取組例からの考察—

### Prototype of Parent-Child Communication Program using Psychotherapeutic Activity Tools（2）： Considerations through case studies

中村 泰子

NAKAMURA Yasuko

大阪市中央こども相談センター

Osaka City Central Child Guidance Center

Key words: 心理支援ツール, 親子プログラム, 親子関係再構築支援

#### 目的

親子再統合支援(=親子関係再構築支援)は、児童福祉法改正により位置づけが明確化された。心理支援ツールは、心理的ケアや家族再統合支援を目的に、非言語的アプローチの効果への着目から開発され、保護者支援や親子プログラムで活用が進められている(中村 2024)。ツールやプログラムには、自己認識やコミュニケーションが楽しみながら促進される工夫としてゲーム要素が盛り込まれている。参加者の主体性を尊重するため、テーマに沿ったツールを選択できるようにするなど、内容や進め方をブラッシュアップしてきた。これまでの取組例をまとめ、支援ツールを活用した親子プログラムの効果を検討・考察した。

#### 方法

実施時期：20XX年～20XX+8年

対象：社会調査や心理アセスメントをもとに親子支援が適当とみなされた親子

プログラム参加者：対象親子、担当の児童福祉司や児童心理司。再統合担当はプログラム進行役。

プログラム：初回に予定表を提示し、プログラム説明をした。テーマと内容は対象に合わせて選定、回数は3～5回、1回60～90分、月1回程度のペースとした。

倫理的配慮：本研究で個人情報には取り扱っていない。発表については所属の承認を得た。

#### 結果

取組例(親子A～E)について感想等を表に示した。Aではツールや支援者が媒介となり言語化されにくい本心が語られた。Bでは共通点や相違点を再確認する機会となり、親子の相互理解が進んだ。Cではコミュニケーションのスキルアップに役立って安心・信頼感を高め、関係性により変化をもたらした。どの親子も「おもしろい」「楽しかった」と感想を述べ、関係不良に陥った親子がリラックスして楽しめ、プログラムがこどもの興味を引いたことがわかった。

表. 取組例(親子A～E)

親子	プログラムの感想等
A	父「母に興味がない」「本心は(母が)病気になったら飛んでいく」「本心は恥ずかしいし照れかしい」、母「お互いのことをもっと聞きたい。家族でできることがあると思う」、子ども「おもしろかった」。
B	子ども「(好きなものが)共通して「おもしろい」、母「考え方やとらえ方が人によって違うのが「おもしろい」」「(困りごとを解決せず聞いただけでよいのは)なるほどと思った。話してくれてありがとうと言う視点はありませんかと思う」。
C	子ども「楽しかった。嫌なことがあったら、ほっといたらあかん」、母「いろいろ学べた」。「困ってますゲーム」実施後、困ったことがあったときの相談相手に「母」が追加された。
D	子ども「楽しかった」、母「話してくれてありがとう(普段は言っていないが)言うとういなと思った」。
E	母「おもしろかった。話してくれてありがとうと言うのが大事と思った」、子ども「楽しかった」。

#### 考察

取組例では共通して、参加者がおもしろさや気づきに言及していた。プログラムでは、支援者の参加やツールの媒介によって、心理的な余白やゆとり、笑いが生じ、別の視点が入りやすくなる要素やしかけ、関わり方を見直す気づきにつながるきっかけが散りばめられている。ツールは、コミュニケーションが成立する潤滑剤の役割を果たし、体験からの気づきによって、視点の広がりや認識変容がもたらされると考えられた。支援者の助言(=外から取り入れたもの)は定着しにくくても、興味や気づきは、自発性を促す内発的な原動力となって行動に反映されやすい。気づきは、意識下に埋もれていた内的資源につながる回路のゲートになり、認識や行動の定着、持続可能性を高めるものとなる。ツール活用では、親子のコミュニケーションを促進し、相手の状況を受け止める姿勢や、問題解決以外の対処方法をゲーム感覚で習得することが可能である。進行役となる支援者は、手順通りにプログラムを進めることで、当事者親子が安心・リラックスして楽しめるような配慮をするファシリテーターとして重要なポジションを自然に担うことになる。

不適切養育に至って相談につながる親子は、関係性が慢性的な悪循環に陥っていることが多い。相互理解の難しさやコミュニケーション不足は拒否的・対立的状況を招き、親がこどもを責め、こどもは心を閉ざす状況が続くと関係性が悪化し、双方が否定的感情で疲弊する。支援者が、こどもの利益を守るために、親の態度を正そうとすれば対立的になる。虐待対応では介入的に支援がスタートし、保護者支援では動機づけに苦慮することが常である。とは言え、たとえ受動的・消極的であっても相談来所につながる親子は、動機づけや意欲、パワーをもっている。家族の傷つきに配慮しつつ強みに光を当てることで、家族は主体性を取り戻し、健康な側面を発揮しやすくなる。支援者は、すでに当事者家族にある動機を察知し、表面化しているピンチはチャンスであるとエンパワーする視点をもつようにしたい。

児童相談所での継続的な対応では、親には傾聴や助言、こどもには心理療法が主流である。近年は、リスク管理や効率、効果の観点から、スピード感と説明責任の果たせる支援を求められることが増え、目的やゴール、回数や内容を明示できる心理教育や支援プログラムのニーズが高まっている。心理支援ツールを活用する親子プログラムは、当事者の自主性や感じ方、考え方が尊重され、目的が明確で体験から気づきを得られる即時効果が特長である。個別ニーズに合わせて内容や回数の調整が容易であり、支援効果が大きい。今後、更なる検討を重ねたい。