

# 里親サポートプログラムの開発

## —ストレスマネジメントを重視したワークショップの提案—

内田雅志, 田中康雄

(北海道大学大学院教育学研究院北大子ども発達臨床研究センター)

高山恵子

(NPO 法人えじそんくらぶ)

### <要 旨>

社会的養護を必要とする児童が増加する中、里親による養育が注目されてきているが、被虐待児や発達障害などの問題を持つ児童の養育には特有の困難があり、里親が心身ともに追い込まれていることも指摘されている。里親が抱える葛藤やストレスに焦点を当て、自己理解を深めることに重点を置いた研修が必要と考え、『里親サポートプログラム』を開発試行し、効果と課題について検討した。

ワークショップ形式を採用したこと、養育者が感じるストレスを前面に取り上げたことによる効果が確認され、課題や今後の発展の可能性も示唆された。里親が感じるストレスについては、一般の子育てと共通と考えられる面と、社会的な認知度が低く、置かれている状況が理解されていないことによる面があると示唆された。里親特有のストレスを勘案した支援や研修が必要であり、『里親サポートプログラム』は今後の発展により、さらに効果が期待できる方法との感触を得た。

### <キーワード>

里親 研修 サポートプログラム ストレスマネジメント ワークショップ

#### 【はじめに】

我が国では、社会的養護を必要とする子どもの処遇先は、乳児院や児童養護施設などに偏っていることが指摘されているが、近年になり、厚生労働省は、里親制度の活用、促進を重点方針とし、平成 21 年に社会的養護を必要とする子どもの 15%を里親で受け止める事を目標として掲げた（しかし、平成 19 年時点での割合は、まだ 9%程度である）。（津崎、2008）

こうした里親による子どもの養育が注目される中、里親研修に関する研究も盛んになってきており、体系的な研修、特に初期研修の必要性が強調されている（庄司ら、2006）。専門里親が制度化され、児童相談所や里親会などによる研修内容も年々充実してきている。

しかし、被虐待児や近年注目されている発達障害などの問題を持つ児童の養育には特有の困難があり、里親が心身ともに追い込まれる状況がある。実の親子関係の中でも惹起する特有の困難さが生み出す心理的な葛藤は、里親と里子の間においても、起きうる。

そもそも、里親登録の動機としては、養子縁組を希望する場合は、「子どもがなく寂しい」「育ててみたい」「子どもが好き」などが多く、養育里親の場合は、「子どもが好き」「育ててみたい」に加えて、「困難にある家族・子を支援したい」というものがあるという（岩崎、櫻井、1999）。子どもの誕生前から潜在的な親子関係を築き、子どもの成長とともに親子関係を育む

という通常の親子関係とは異なる里子の養育と、社会に貢献したいという里親の思いが、里親だからこその養育上の葛藤やストレスを新たに生み出す可能性は否定できない。津崎（2008）も、里親による子どもの養育プロセスは、重要な基本的子育ての原理を提起していると言う。

親子分離を強いられた子どもたちと親子関係の育みを深めるためには、里親側の自己理解を深める作業が求められると思われる。つまり、里親支援を考える場合には、こうした葛藤・ストレスに焦点を当てながら、里親自身の自己理解を深めることに重点を置いた研修が必要と考えた。

#### 【研究の目的】

本研究は次の二つの目的により実施された。

##### 1) 新しい研修方法の提案

近年では庄司ら（2006）により、初期研修のモデルが提案されるなど、従来の座学や体験交流中心の研修から、一歩進んだものが待望される時代となっている。

本研究はこういった要請に応えるものとして「里親を対象とした養育支援のグループ研修（里親サポートプログラム）」を開発し、試行したものである。

本プログラムは以下の効果を想定して構想した。

- ① 養育力の向上を目指すものであるが、その前提として、養育者の自己理解やストレス軽減といった、里親自身に焦点を当てた構成とした。
- ② ワークショップ形式をとり、連続した時間の中で、講座、体験型の学習、意見交流を繰り返し行う。積極的に発言したい参加者も、知識を得ることを重視する参加者にも、効果があることを狙ったものである。
- ③ 数回に渡り、同じグループでの学習を重ねる。講師と参加者との関係に加え、参加者相互に影響しあうことで、学びが深まる。
- ④ 参加者が研修の主体であることを尊重し、参加者の意見や話し合いの流れを重視して、プログラムの展開を柔軟に変更する。

## 2) 里親支援に関わる問題の抽出

本プログラムの試行は里親への支援法を開発すると同時に、ワークショップ方式での意見交換を活発に行なうことにより、アンケート調査や個別インタビューでは得づらい、具体的に切実でありながら、かつ、里親に共通する課題を発見する機会になるのではという予測がある。支援プログラムを作成していく試みであると同時に、里親が抱える養育上の問題を検討し、支援の上での課題を抽出することも企図している。

### 【里親サポートプログラムの構成】

本プログラムは共同研究者の高山恵子が実施している『ペアレントサポートプログラム』（高山, 2008）をベースに、里親向けに改変したものである。『ペアレントサポートプログラム』は注意欠陥多動性障害（AD/HD）を持つ児童の養育者へのペアレントトレーニングを提供する中で開発されたもので、養育者のストレスに焦点を当て、自己理解を重視し、養育状況の改善を企図したものである。

ペアレントサポートプログラムは対象や狙いにより、実施回数や頻度を変更しているが、本プログラムの試行においては、参加する里親の負担を勘案して、隔週で3回のワークショップにより実施した。

各回のワークショップは2時間を基本としており、「ワーク」と呼ぶ、いくつかの講義や参加者の意見発表により構成されている。

以下に『里親サポートプログラム』の基本モデルを示す。なお、〔講義〕と表記したワークは、講師が解説してから、参加者の意見、感想を聞く形態のもの、〔発表〕と表記したものは参加者が課題を与えられて、ワークシートに記

入する・隣同士や小グループで討議するといった作業を経てから、参加者全体でシェアし、講師がコメントする形態のものである。〔ゲーム〕と表記したものは、カードゲームなどを通じて自己理解・他者理解を促すといったワークを指している。

### 1) 事前準備

効果的かつ、安全なプログラムの実施のために、ワークショップの開始に先立って、参加者に家族構成、里親としての経験（登録年数、受託児童数、処遇困難児童の受託経験など）、里親を志望した動機、養育で心がけていること、養育する上での悩みなどを事前に書面で提出してもらおう。この情報をもとに、各回のワークの構成を調整する。

## 2) 各回のワークショップの内容

### 第1回

#### ① オリエンテーション

日程・ワークショップのスタイルなどについての説明、講師自己紹介

#### ② ワーク1 「里親の役目」〔発表〕

里親の役目として考えていることを3点、参加者が各自ワークシートに記入後、自己紹介を兼ねて、家族構成・里親としての経験などとともに発表

#### ③ ワーク2 「何が今大切でしょうか（マズローの欲求の階層）」〔講義〕

下位の欲求が満たされないうちに上位の欲求の達成は求められないことを学習し、援助の順序の大切さを知る。

#### ④ ワーク3 「ちょこっとチャット」〔ゲーム〕

えじそんくらぶが開発したアイスブレイクに適したコミュニケーションカードゲームを実施。傾聴の大切さと、難しさについて体感し、感想をシェアする。親子の間の会話・コミュニケーションに置き換えて考えられるように経験する。

#### ⑤ ワーク4 「セルフエスティームってなに」〔発表〕

子どもが自信を持つ時の具体例について、発表交流する。

#### ⑥ ワーク5 「セルフエスティームを高めるための工夫」〔講義〕

『存在を認めること』『褒める』『人格と行動を分ける』『ありがとう』『共感・ねぎらい』『実力+1の課題』『達成感』といったキーワードをもとに、子どもがセルフエスティームを高めるための実際的な方法について提案する。

⑦ 次回までの作業について説明し、終了

ホームワーク（以下の3つ）と呼ぶ家庭で取り組む課題と次回、振り返りをするための第1回のワークショップについての感想の提出について説明する。

- 「ちょこっとチャット」の感想  
聴き手・話し手両方の立場でどう感じたか。
- 「マズローチェック」  
欲求の階層の表に合わせて、実際の子どもの様子を観察する。
- 「子どもと私のいいところ探し！」  
親子それぞれのいい状態の条件について考える。

第2回

① 前回の振り返り

第1回ワークショップの感想（先に提出済み）をもとに、前回のプログラムでの収穫や到達点をシェアする。

② ワーク1「ストレスマネジメント」〔発表〕

参加者自身のストレスの原因とストレスによる身体と心の変化をワークシートに記入し、その後、全体でシェアする。

ストレスを減らす方法として、『自分でトライ』『友人・家族に相談』『専門家に相談』の3段階で解説する。

③ ワーク2「子どもの行動の意味を考えてみましょう」〔発表〕

子どもの『問題行動』をリストアップし、その行動をとる意味を『わからない』『うっかり』『わざと』『その他』の4つに分類、整理して、子どもの持つ傾向を理解する。テキストとして、えじそんくらぶ発行パンフレット『子育てを応援します！～子育てストレスを減らす3つのヒント』を使用。

④ ホームワーク（以下の2つ）と感想の提出について説明し、終了。

- 「1週間の私のストレスは？」  
1週間期間を区切って、その間のストレスや不安を記述し、ストレスの程度を10段階で評価する。
- 「子どもと私のストレスレベル」  
ストレスレベルを5段階に設定し、子ども・参加者それぞれの身体と心の変化および対処法について記述する。

第3回

① 第1回・第2回の振り返り

ホームワーク「子どもと私のストレスレベル」と「マズローの欲求の階層」の関連を中心に解説する。

② ワーク1〔講義〕

えじそんくらぶ発行パンフレット『ストレスを減らす3つのヒント～よりよい親子関係のために』をテキストに、子供へのかかわりの実際について解説。

③ ワーク2〔ゲーム〕

価値観の多様性と集団の力学を体感する異文化理解のためのカードゲームを実施し、感想・気づきをシェアする。

④ 質疑応答

3回のワークショップの中での、気づきや疑問点について参加者と講師、参加者間で意見交換をする。

⑤ ワーク3「里親によるマルトリートメントの事件をストレスの視点から考える」

2009年2月に起こった里親の里子に対する傷害事件の記事を題材に、ストレスの観点から検討する。

⑥ 第3回および、すべてのプログラムについての感想の提出について説明し、終了。

発表の際は、「対話」に近い形で、必ず、すべてに講師からフィードバックされる。これにより、参加者の具体的な発表内容に即して、講義での解説が補完される。また、講義の時間帯に説明する用意をしていたものについても、参加者の発言の中に直接関連することが出てきた場合には、順番を変更して説明したり、講義部分を前倒しするといった柔軟な対応をする。

事前に用意した計画を変更してでも、参加者の発言や受け止めの状況など、いわば「場の流れ」を重視することは、すべてのワークおよび各回のワークショップの流れ、また全体のプログラムの展開に共通した方針である。

【プログラムの試行の内容と結果】

1) 実施の体制（日程、参加者の募集など）

ワークショップの日程は里子、実子が学校、幼稚園などに通っている時間の方が参加しやすいであろうと考え、平日の午前を設定した。また、各回のワークショップの間に、学習したことを家庭で実践したり、反芻する時間が、ある程度必要であることから、従来のペアレントサポートプログラムに倣い、隔週での開催とした。

参加者の募集に当たっては、午前中のワークショップに参加することが可能な地域の里親を対象とした。A児童相談所に協力いただき、案内状を送付する範囲の里親の選定を一任した。案内状を作成、封筒詰めした上で、A児童相談所の里親業務担当者に、宛名の貼付と投函

を依頼した。これは、参加を希望しない里親の分まで、住所などの個人情報研究者側に伝わらないように配慮したためである。

今回の試行においては、プログラムの説明会を兼ね、共同研究者の田中康雄(児童精神科医)による講演会『里子養育への支援の視点』を開催した。その際に、プログラムの申込書兼研究協力同意書を配布し、申し込みをした里親に、プログラムの詳しい内容と、事前情報を得るためのアンケートを送付した。

その後も、各回の事前、事後には郵送による感想やホームワークの依頼・回収が何度も行なわれている。これは、参加者による各回の受け止めや内容の定着を確認しながら、次のプログラムを修正するようにしたためである。

各回のワークショップは共同研究者のえじそんくらぶ代表高山恵子が講師となり、進行を含めて担当した。レジュメや用具などの準備は研究代表者が主に行い、ワークショップの際もアシスタントとなり、実質的に2名によって運営された。しかし、幼児を受託中の里親は、他に里子を預けなければ参加できない場合があるため、希望を取って、保育士資格を持つ協力者に託児を依頼し、会場建物内の別室で、託児を実施した。

## 2) 参加者に関する情報(事前アンケートから)

- ① 参加者は里父・里母一緒の参加2組を含む10人。
- ② 年齢は、最年長64歳、最年少36歳で平均52.2歳。50代が一番多く4名。30代、40代、60代が各2名。
- ③ 里親登録年数は、最長が21年3ヶ月、最短が4ヶ月で、8組の平均は14年7ヶ月。1年未満が2組。5~10年が2組。残りの4組はすべて15年以上登録している。
- ④ 今まで受託した児童(現在受託中も含む)の数は1人から15人、延べ受託年数は1ヶ月~28年。里子と養子縁組したことがある里親は1組だが、長期委託の後、解除後も同居を続けているケースもあった。
- ⑤ 単身で登録している1人を含めた2組以外はすべて実子のいる家庭である。
- ⑥ 事前アンケートに障害児や被虐待児の委託経験について明記した参加者は3組であったが、プログラムの中での発言からはほとんどの里親が、発達や行動傾向に心配のある児童を受託した経験を持っていた。
- ⑦ 里親志望の動機については、「家庭に恵まれない子どもを育てて社会に恩返ししよう」「家庭でできる社会貢献」「家庭に恵

まれない子どもたちに、こんな家庭でも利用してもらえたら…」といった理由で、社会貢献したい、子どもたちの力になりたいといった回答が10名中7名あった。

「実子がいないこと」「子どもを育てたい」ということを志望の動機として挙げている参加者は2名であった。

- ⑧ 現在抱えている悩みとしては、里子の発達や子育てに関わることを挙げるものが4名。里親制度や養育への支援の問題点について2名から指摘があった。
- ⑨ プログラムの中で学びたいこととしては、発達障害や非虐待児など、養育に困難がある里子への対応について5名から要望があった。

## 2) ワークショップの経過

### 第1回

「里親の役目」「何が今大切でしょうか(マズローの欲求の階層)」といったワークが設定されており、プログラムの意図としては、マズローの基本的欲求の階層の理論をベースに、養育者の役割を考え、自分の養育と子どもの行動の関連に気づくということを狙っている。

ワークショップの中での発言でも、終了後の参加者からの感想でも、印象に残った学びとして、子どもが「安心感」をもつこと、「セルフエスティーム」という考えなどが挙げられている。しかし、欲求の階層のモデルでは、「生理的な欲求」や「安全の欲求」が満たされることにより、より高次の欲求があらわれる。つまり、高次の欲求があらわれるためには、低次の基本的な欲求を満たすことが必要という考え方(ゴープル, 1972)なのだが、本試行では「基本的な生活能力」を身につけさせることが大切という形で理解した参加者が多かった。養育者側の行為よりも、子どもが表現することに視点が向けられたと考えられる。

ストレスマネジメントは第2回以降に集中的に取り上げる予定であったが、自己紹介を兼ねた最初のワーク「里親の役目」の発表の段階で、「支援者からのストレス」が話題になり、半数の参加者が同意している。「里子を迎え入れ、養育する熱意があるが、実際の委託が少ない(自身の家庭についても、他の里親についても)」「社会的養護が施設中心になっている」といったものの他、「委託児童に関する情報提供が限定されている」「事前の情報と受託した児童の実際の様子が大きく違い、養育に悩む」といったものがあった。「児相がそれに答えてくれないこともストレス」との声が上っていた。

## 第2回

「ストレスマネジメント」のワークでは、参加者自身のストレスについて、ストレスがかかる時については、「一番は子どもの状態、子どもが調子の悪いとき」「何回、言っても部屋を片付けない。」「子育てについて、夫婦で意見が合わない」といった子ども・子育てに直接関わるものの他、「委託の依頼がない」「援助職からのアドバイスがストレスになる」など、里親支援周辺の課題についても発言があった。

ストレスがあるときの体と心の変化として、「不眠」「肩こり」「食欲の変化」「行動がスローになる」「イライラ」「集中力がなくなる」「思考停止」「暴れる(子どもの場合)」などが挙げられ、大人の感じることと、子どもの行動に現れることが重ね合わせて考えられた。

ストレスの解消法については、「たくさん食べる」「趣味やボランティア」「汗を流す」「買い物」「音楽」「おしゃべり」といった、参加者が実際に行なっていることがシェアされた。

第2回のプログラムでは、子どもの問題行動をリストアップし、その理由を考えるとというワークが用意されていたが、個々の参加者が作業に取り組むよりも、分類が難しいものを質問し、講師が全体にシェアするように回答するという展開になった。

用意した順序や方法に縛られずに、場の流れを重視する方法を取っているからであるが、養育中、あるいは、受託経験のある児童の年齢や特徴が様々なので、なかなか個々人がワークシート記入するには難しいというところもあったようだ。

## 第3回

冒頭では、過去2回のワークショップで取り上げた内容を、再度、整理して解説した。3回に分けて行なうプログラムであるため、要点については、反復することで学習効果を高めることを狙っている。

第3回は当初、第2回で不十分だった「子どもの行動の分類」の作業を丁寧にし直す予定であったが、参加者の日ごろ抱いている疑問を確認したいという意向が見えたため、そこに時間を割いた。

価値観の多様性を体感するためのゲームは、異文化理解のために開発されたもので、ルール(常識)が違う人によって構成された集団にはどんな対立や葛藤が起こるのかが体感できるものになっている。第1回のワークショップでの講義で、「里子を迎えるのは外国人がホームステイするようなもの」という比喩がわかりや

すかったという反応が多かったが、それを体感でき、インパクトがあったという声がほとんどの参加者から聞かれた。

### 【試行プログラムの評価】

#### 1) 参加者の評価

第3回ワークショップ終了後、プログラム全体への評価のアンケートを配布し、郵送により回収した。いくつかの質問項目に記述式で回答してもらい、また、点数化した評価も依頼している。

#### ① 点数化

プログラムを『内容・構成』『実用・活用度』『満足度』の3つの観点について5段階での評価を求めた。『実用・活用度』で、未記入が1名あった。

全体を通して、評価「5」が1番多い(計20)。

『内容・構成』は「3」が1名、「4」が5名、「5」が4名で平均は4.3であった。

『実用・活用度』は「3」が2名、「4」が1名、「5」が6名、平均で4.4。

『満足度』は「4」が2名、「5」が8名、平均で4.5であった。『満足度』は全参加者において、一番高い得点が与えられており、『内容・構成』や『実用・活用度』が「3」でも、『満足度』に「5」をつける場合が見られた。

#### ② 記述部分

以下の4つのテーマについて評価を求めた。以下、各テーマごとにいくつかの回答を記載する。

1: ワークショップ形式を用いたことについて  
「講義ばかりでなく、ゲームもあり、楽しく学習することができました。」

「自分の考えや感じたことがその場で講義内容に反映されていくので、日々の生活に密着した自分のこととしてとらえやすくてよかったです。」

「知識主体のものではなく、自分自身が学習に参加している意識と同時に、主体であることを認識できることは大変に効果があったと思います。」

「私の場合は『こうだ!』と言いたくなることもしばしばなので、発言する機会があり、よかった。(中略)この形式だと他の人のこんな場合のことも聞くことができるので、3倍おいしい形式です。」

「一人で閉じ込めていた悩みを話し、聴いてもらえるだけでも気持ちが軽くなり、さらに個別

の悩みに沿った具体的なアドバイスや情報を得られることで、解決への道筋がみえて希望が湧いてきます。同時に他人の悩みや問題を聴くことで共感し、同じ経験をしたのと等しい知識や情報が得られるので、一石二鳥の効果があると思います。」

課題としては以下のような意見もあった。

「個人的体験談を語りた方が多いので、深めていくのはちょっと大変。」「出席されている皆さんの実体験をもう少し多く聞きたかったです。それによってもっと広いお話が講師からお聞きできたのではないかと思います。」

## 2：ストレスの自覚と対処を重視したことについての評価・感想

「いろんな講演を聞くと、子どものストレスをどうやって発散させるのかという話が多いが、今回は養育者のストレスの軽減に言及していたのがよかった。」

「ふだんからの自分の体調や感情の起伏に注意し、ストレスサインに早めに気づくことが大切だとかご提案はたいへん貴重だと思いました。」

「ストレスを自分自身で正確に自覚することが必要であると感じました。それをできるようにならないと子どものストレスを正確に見つけて対処できないと思います。」

「子どもたちも彼らを取りまく様々な環境から多くのストレスを受けていて、彼らのことば・行動・その変化から周りの大人がそれを正確に受け止め、対処することの重要性と技術を学びました。現在『問題行動』がある場合でも適切な対応をすることでその子のストレスを取り除き、本人が行動をコントロールできるよう手助けできるんだ、と思いました。」

## 3：プログラムに参加しての子ども観・里親観の変化

「里親の集いでは今回のように体系立てて、子育てのストレスとその解消法について、じっくり話し合ったことがなかったが、それができて、皆、苦勞と工夫をしていることがわかってよかった。」

「子どもの行動に納得がいった。『こういう子どもって割といるんだ。だからその子どもにこう対処しよう』ということがわかって、その子を前ほど異星人とは思わなくなった。」

「被虐待児は愛情を伴ったコミュニケーションの経験がないために、ADHD やアスペルガーのような行動をとることがある、というのは私にとって新しい知見でした。」

「今回のプログラムに参加して、せめて自分の周りからでも、里子も施設の子も実親と暮らす子どもたちも、皆、それぞれの個性や家族・家庭の多様性を認め合って、自然に一緒に生きられる社会に少しずつでもなっていけば、という思いが強くなりました。」

また、今回のプログラムの中での直接的な効果ではないかもしれないが、参加者が強調したこともいくつか挙げられていた。

「やはり、子どもはたとえ擬似家庭であろうと、家庭で育てるものだという事に確信を持った。もっとたくさんの子が家に来て欲しいと思った。」

「里親が現状のように、活用されないのはもったいないと思います。子どもは仮であってもお父さん、お母さんと呼べる人が必要です。」

「子育てが個人商店みたいなものだと思わためて感じました。特にある理由があり、里子となっている場合、周囲の理解が難しい場合も多く、更に孤立感が強くなるのではないかと思います。」

## 設問4：その他、意見や感想

とりあげたテーマについての意見がいくつか見られた。

「本や児相の担当の方のお話などを読み聞かしてもなかなか理解できなかった点が、数多く発見できた。自閉症、アスペルガー、ADHD など似たような病気の区別がわからなかったが、少しだけわかった。こうした扱いが難しい子どもとの付き合い方について、それぞれゆっくり学んでみたい。」

「2月に起きた里親の事件は、同じ里親をしているものとしてもとてもショッキングなことでした。里親にとってとてもつらい出来事ではありますが、これからの里親サポートプログラムにおいて、ぜひ組み込んで、再発を防ぐためにも十分に話し合ってほしい課題です。」

「親子関係で幼児の子が主だったような気もしましたので、反抗期の時の親子の関係、親はその時どうしたら良いのか、もし里子がうつ病を発病したときは・・・？とか 家庭内暴力はどうして起こるのかその原因など、もう少し掘り下げた話もお聞きしたかったです。」

「講師が高山恵子先生ということで、もっと発達障害・ADHD のある子どもとの生活についてのお話が聞けるかと期待していたのですが、その辺りのボリュームに少しもの足りなさを感じてしまいました。」

「里親の特別な状況を組み込んで、もう少し構成が変化していただくと、良いかと思います。一般的なこととしては、内容・構成は（５）だと思いますが。」

この回答には積極的な意味が含まれていると思われたので、回答者に電話でインタビューし、意図を確認した。以下はその要旨である。「育児に関するストレスに関しては里親も実親も変わらないと思う。」

里親特有というのは、ひとつは、養子縁組、特別養子縁組を結んだ里親は、子どもへの告知の問題を抱えるため、子育ての悩みについてオープンに話せない。つまり、秘密を抱えていること自体がストレスとなる。

ふたつめは、60代の夫婦が2歳の子を連れてきているということ自体がたぶん今の日本では、不思議な光景。里親という家族の形は、社会的に認知された存在ではない。それが内にこもる傾向を生み出すのではないか。

児相など専門機関や福祉関係者に対する不満も多く、子どもに関したことで、日常の養育の場にはいない第3者の存在がストレスになるという特殊な状況に里親はさらされる。

里親同士が交流して、悩みを相談しあうにしても、なかなか集まれないことが問題となる。これは距離が遠いということでもあるが、ひとつの市町村にいる里親さんの数が圧倒的に少ないからだ。

里親という存在には大きな意義があるはずと信じているのに、実際は少数派で、社会的に認知されていない。これも、プログラムの中で取り上げられていた、ストレスの源となる『理想と現実のギャップ』のひとつの形。里親は子育ての場面だけではなく、その根底にある『存在意義自体に理想と現実のギャップ』をはらんだものになっている。これが関係機関への不満や怒りにもつながっているのだろう。

実際の養育の場面でも、理想と現実のギャップがあり、高山さんのいう『プラス1(大きな目標ではなく、まず、小さな前進を目指すという意味)』の考え方は必要だと思うが、里子を育てる時の『プラス1』を誰も教えてくれないし、きっと、誰も知らない。その『プラス1』についてのサジェスションがほしい。

今回のプログラムで、たぶん参加者みんながよかったと思っていることは、プログラムの中身以前に、「里親のことを気にしてくれる人がいた」ということだろう。高山さんは「私はあまり、里親のことは知らないから」と言いながらも、結構勉強していると思った。それが嬉しかった。」

## 2) 講師による評価・感想

今まで発達障害など、発達に心配のある子どもの養育者を対象に『ペアレントサポートプログラム』を実施してきた講師の立場から、それらとの比較を含めた評価を行なった。

参加者の発言や感想から、プログラムの内容・構成で効果的であったと考えられるワーク

- ① ワークショップ形式に参加者の満足度が高かったが、『ちょこっとチャット』というアイスブレイクがワークで重要な参加者の発言を引き出すきっかけになった。
- ② 『ちょこっとチャット』を使うことによって、里親の経験年数と関係なく、参加者が、対等にスムーズに自己開示できる雰囲気を提供できた。
- ③ ストレッサーのワークでは、子育て以外のストレスの原因や里親特有のストレスが明確になった。
- ④ 5段階のストレスレベルとその対応法のワークにより、参加者自身のストレス状態へのセルフモニタリングを強化できた
- ⑤ 異文化理解ゲームにより、自分の価値観に対しての内省ができた。また里子が感じる委託家庭に対する違和感の疑似体験ができたことにより、里子の理解が深まった。
- ⑥ 実際の里親のマルトリートメントの記事のワークでは、里親特有のストレスに関して理解が深まった。

ペアレントサポートプログラムとの共通点

- ① 理解のない関係者（教師や夫や祖父母など）が親のストレスになっている、発達障害と同じで、行政や援助職などの関係者との関係が、子育て以外のところで大きなストレスになっている
- ② 親の自己理解やストレスマネジメントがまず重要で、親の状態が子育てに影響するということを、講座で体感できる参加者がいること。また自分のストレスを理解することで子どもストレスも見えてくること。
- ③ 講演会による知識よりも実際に話を聞いてもらうことに参加者が満足感を得ること。

ペアレントサポートプログラムとの相違点

- ① 男性の参加が多く、子育てに積極的に参加している（母親より父親が里親になりたいケースが多かった）。
- ② 自己実現のために、社会貢献への意欲が強いと感じた。

- ③ 毎回の感想で、子ども（の気持ちや行動）に関する発言が少なく、自分自身に関するコメントが多い。
- ④ 発達障害をメインにしたプログラムの参加者（主に実親）の場合、子育てに関しての罪悪感が潜在的なテーマとなっていると感じるが、その点はあまり感じられなかった。

#### 【考察】

##### 1) 参加者の傾向

「北海道の里親制度に関する里親の意識調査」（奈良ら、2006）では、札幌市を除く北海道の里親すべてに質問紙による調査を行い、60%の回収率を得ている。そこでは、児童相談所のサポートに対して、『満足』『まあまあ満足』との回答が約 2/3、児童相談所・里親会開催の研修にも『満足』『まあまあ満足』が 75%以上となっている。しかし、今回の里親サポートプログラムの試行に参加した里親は、従来の研修に対して、強い不満を感じていた。これには本プログラムを経験したために、振り返って、強く不満を感じた可能性もある。

同調査では、「里親になった動機」として、44.5%が「子どもが生まれなかった」と回答しており、「社会的使命から」は 10.7%、「子どもがかわいそうと思った」は 8.2%であり、この比率から考えると、今回の試行への参加者は、『社会貢献』を動機としている里親が多く、志望動機からは里親の中での平均的な層を表していると言いがたい。この点は、結果を評価する場合に重要と思われる。

##### 2) 里親サポートプログラムの効果

###### ① ワークショップ形式に対する評価

参加者からの評価（点数化、記述ともに）に見られるように、ワークショップという形式に対しては高い評価を得た。

一方的に話を聞くだけではなく、楽しみながら研修に参加できること。自分の発言がワークショップの展開に反映され、学習に主体的に参加する実感があること。同じ里親同士で意見交流をするので、理解してもらえ、また、他の参加者の意見にも共感できる。

「学習への主体的参加」と「共同の学び」が実現されたものになっていると考えられる。

###### ② ストレスマネジメント重視の内容

里親が感じるストレスを前面に取り上げたことにも評価が得られた。

自分の感情状態と子どもの行動との関係に

ついで理解を進めることにより、自身のストレスや感情の自覚に注意深くなる。このことにより、養育への悪影響、悪循環を予防することが期待される。

こういった視点は、参加者には新鮮なものであり、養育の改善につながることを期待される。

###### ③ 子どもの発達特性や問題行動への対応を 取り上げたこと

本試行の開始前には、里親にとっては、講演・座学形式の研修の経験は多いため、虐待児や発達に困難のある児童に関する概括的な知識はある程度持っていると思われていたが、本試行においては、こういった児童の特性や一般的な対応法といったことを取り上げたことについても好評であり、もっとそういった子どもの特性と対応に関して掘り下げてほしいといった要望もあった（発達障害に関する参考図書を紹介したところ、高い関心を寄せていた）。

この点については、特定の地域の里親を対象にしたため、その地域での研修の傾向の影響も考えられるが、ニーズの高い領域であると思われる。

##### 2) プログラムの課題と今後の可能性

###### ① プログラムの目的と限界

本プログラムは、緊急で困難な状態の家庭や里親を支援することを目的としていない。医療レベルの対応や措置の変更が検討される場合には、個別のアセスメントと対応が必要である。

本プログラムは、里親が自己理解を深め、日常的なストレスに対応し、危機的な状況には早めに気づき、支援を求められるようになることを目的としている。ストレスを自覚することと、直ちに問題が解決することは別なもので、プログラムで対応できることの限界を知ることは重要である。

###### ② プログラムの精緻化

他の研修方法に比べ、参加者の生々しい発言が行き来することが多いため、講師（コーディネーター）の力量や、各回のプログラムの事前事後の反省、準備は慎重になされることが必要である。今回は開発・改良のための試行であったため、十分な時間と人的労力がかけられたが、広く普及させるためには、簡素化やわかりやすい研修のモデルを作成することが必要である。

###### ③ 効果測定（長期の変容など）

短期間の試行であったため、プログラムによる養育行動自体の変化、さらには受託児童の変化まで見ることはできなかった。この検討には長期的、継続的な研究および効果測定の方法の

考案が必要である。このため、継続実施、あるいは反復的な学習の必要性や効果についても検討できていない。

#### ④ 様々なニーズへの対応

里親のニーズの幅への対応が示唆されている。発達障害、愛着障害、年齢による違いなどについて、学びたいという声が上がっていた。これらは、受託中の児童の問題であれば、直接援助機関からの個別の支援の課題となる。しかし、里親がこれからも児童の受託が続くことを考えるなら、受託以前に知識や養育技術を学ぶことには大きな意味がある。

養育縁組を希望する里親など、里親であることをオープンにすることに躊躇のある里親にも（むしろ、そういったケースほど）子育ての悩みに対する支援は必要である。前述のニーズの幅の問題もあり、里親サポートプログラムは参加者の構成やニーズに応じて幾通りかのバリエーションを用意するものになることも検討しなければならない。

#### ⑤ 発達支援との組合せ

今回、参加者の要望に応える形で託児を実施したが、もし、託児の時間を里子の行動観察の機会とすると、里親の持つストレスと、里子の行動を照らし合わせて検討し、より、各家庭にマッチした養育支援のプランを構想できる可能性があると考えられる。

#### ⑥ プログラムへの援助機関の関与について

本プログラムの主催が、児童相談所や里親会ではなかったことは、各回のワークショップやプログラム全体に影響していた可能性がある。「援助職からのストレス」は本試行において重要なキーワードであったが、これを取り上げることができ、後述する分析につなげることができたのは、平常、援助・被援助の関係にはない我々が主催したからであると思われる。児童相談所や里親会主催ではそのテーマが出なかったかもしれないし、また、出ても取り上げ方は違ったであろう。ここに他の機関が関わる意味があると考えられる。

しかし、援助機関が研修に加われれば、日常の支援に直接、研修内容を反映するという大きなメリットがある。援助機関の関与の度合いにより、本プログラムの持つ意味が変わることが予想され、それもひとつのバリエーションとなる可能性がある。

### 3) 里親支援に関わる問題の抽出

#### ① 里親の抱える多重のストレス

援助職、支援者からストレスを受けているという参加者が多かったことは無視できないテ

ーマである。個別の里親と担当者間にも様々な事情があるかもしれないが、里親である限り、かわいがって育てている子どもが、実親の事情の変化でひき取られていくこともあり、いつ、どんな子が委託されるのかは予測ができない。里親はそういった他の事情により、影響される、言い換えるなら脅かされることが多い。そういった『里親というもの』自体が抱えるストレスがあるという考え方ができる。

里子養育の上でのストレスの背後にある、『里親の存在意義に関わるストレス(理想・建前と実態のギャップ)』も、里親の意見から示唆された。

つまり、里親は自身の子ども観・養育観と受託した様々な問題を抱える児童の実際にギャップを感じ、ストレスを受けているが、その基底には、制度上の不備や、社会的な認知が十分ではないことがあり、常に潜在的なストレスにさらされているということである。

講師による評価にも、参加者の発言や感想に「自己実現のために、社会貢献への意欲が強い」「自分自身に関するコメントが多い」といった点が挙げられている。

里親が自身の存在やその意義に不安を感じ、ストレスをさらされているなら、自分自身の価値観や関心に固着したり、他者に依存的に求めるという可能性も考えられる。

#### ② 里親支援を進めるために

本プログラムの試行が参加者に好評であったのは、内容の評価以前に、行政サイド以外から、里親への支援を具体的に提供しようという姿勢自体を歓迎した、という印象を実施期間中から感じていた。

電話インタビューの内容にもあったが、「里親のことを気にしてくれる人がいたことがうれしい」というニュアンスは他の里親にも、プログラムの前後や休憩時の会話に現れていた。

点数化による評価において、『内容・構成』『実用・活用度』に比べ、『満足度』が高かったことは、発言し、聞いてもらえる場が得られたこと自体を評価している可能性もあると思われる。

里親は、支援する側でありながら、支援を待っており、その窮状があまり認知されていないということが、ストレスを増加していると考えられる。

以上、見てきたように、里親が置かれている社会的な立場による特有のストレスや困難を勘案した研修・支援の方法の開発が必要であり、

「里親サポートプログラム」は、今後の発展により、さらに効果が期待できる方法との感触を得た。

【謝辞】

里親サポートプログラムの試行に参加し、研究協力いただいた里親の皆様、心より感謝申し上げます。また、日々のご努力とご苦勞に敬意を表します。そして、お父さん、お母さんの勉強の時間、よい子にして待っていてくれた子どもたち、本当にありがとうございました。

最後になりますが、研究協力の申し出を快くお受けいただき、ご助力いただきました、児童相談所の所長様、担当者様、心より感謝申し上げます。

【文献】

津崎哲郎「里親と子育て論」そだちの科学, 10号, 2008

岩崎美智子, 櫻井奈津子「児童相談所における里親委託業務－児童相談所へのアンケート調査の分析－」新しい家族, 第 35 号, 1999

高山恵子「欧米式 AD/HD のペアレントトレーニングの課題－日本の文化にあったペアレントサポートプログラムの試み－」小児科臨床 Vol. 61, No.12, 2008

庄司順一, 小山修, 木ノ内博道, 篠島里佳, 鈴木祐子, 藤原雄三, 宮島清「里親初期研修モデル案」里親と子ども Vol. 1, 2006,

高山恵子「子育てを応援します！～子育てストレスを減らす 3 つのヒント」えじそんくらぶ, 2008

高山恵子, 浜島美樹「よりよい親子関係のために～ストレスを減らす 3 つのヒント～」えじそんくらぶ, 2009

フランク・ゴープル「マズローの心理学」1972, 産能大学出版部