長野県発達障がいペアレント・メンター事業の取組とその意義について

長野県精神保健福祉センター（長野県発達障がい者支援センター）
○山嵜亜花里　小泉典章　中野和郎　今井敏弘
山口博幸　　伊藤真紀　小坂勇太

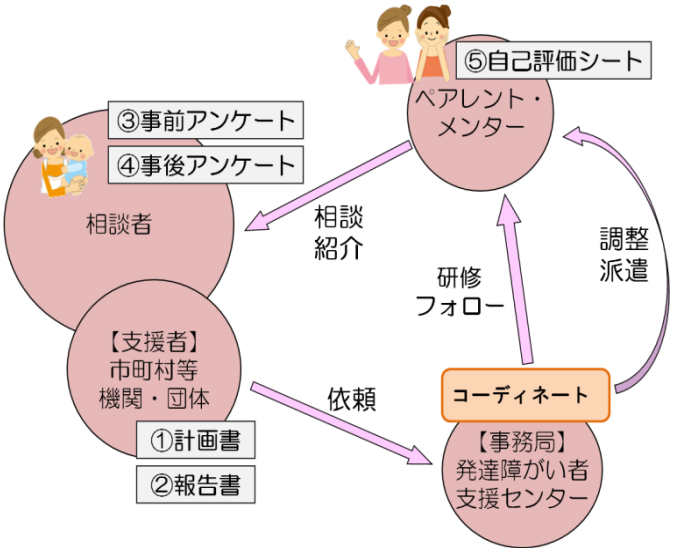
Ⅰ　はじめに

ペアレント・メンターとは発達障がいのある子どもを育ててきた親が、同じ親の立場で診断を受けたばかりの子どもの親やさまざまな子育ての困り感や心配を持つ親の話を聴いたり、地域の情報について提供を行ったりする人のことである。その存在は悩みや孤立感を抱えてしまう親達の支えや「信頼のおける相談相手」となるものである（長野県発達障がいペアレント・メンターガイドラインより）。

日本におけるペアレント・メンター事業は米国ノースカロライナ大学 TEACCH 部のペアレント・メンターを活用した家族支援サービスの実践とノースカロライナ自閉症協会によるアドボカシープログラム（ペアレント・アドボケーターの取り組み）を参考に、日本自閉症協会で平成 17 年より開始されている。また、平成 22 年度からは厚生労働省の発達障害者支援体制整備事業に組み込まれたこともあり、他県や他機関では個別相談（面談・電話）や普及啓発活動（研修会の講師・キャラバン隊）が開始される等、活動の内容や場面は多様化し、親支援の貴重な資源となってきている。

当センターでは、平成 18 年度より養成を開始し、その後平成 20 年～23 年度は自閉症協会長野県支部（当時）との共催で行った。平成 24 年度より「発達障がい者ペアレント・メンター事業」が県の事業として初めて予算化されたことを受け、当センターで養成研修を実施し長野県発達障がい者ペアレント・メンター（※以下、メンターとする）として今年度までに 78 名が県の認定を受けている。また、養成したメンターに対してはフォローアップ研修を年 2 回実施し、知識・スキル・意識の向上を図っている。派遣事業は平成 25 年度より開始しており活動の流れは図 1 に示すとおりである。長野県では派遣に際して、当センターが地域の支援者からの依頼を受けて、メンターの調整・依頼をするコーディネーターの役割を担っている。当センターのコーディネートの元で活動を行うこと、メンターを 2 名以上派遣し個別相談は行わないこと、地域の支援者等が活動場面に必ず同席することにより、相談者に心理的に巻き込まれる等のトラブルを防ぎ、安全に活動することができるシステムとなっている。

今回、支援者、相談者、メンターに質問紙による調査を実施し、分析することで、メンター事業の果たす役割とその意義について考察を行った。



【図 1】　派遣事業の流れと調査内容

Ⅱ　方　法

図 1 に示す①～⑤について質問紙を用いて調査を行った。

1【調査 i】依頼内容と活動状況

（1）対象：平成 25 年 5 月～平成 26 年 12 月の間に派遣の依頼をした支援者延べ 23 名。

（2）内容：以下の質問項目と自由記述で回答を求めた。

①計画書（支援者）：依頼内容・相談者の子どもの状況（年齢・診断の有無）

②報告書（支援者）：活動内容

2【調査ⅱ】相談者による事前・事後の評価

（1）対象：平成 26 年 8 月～12 月の間に相談会に参加した相談者延べ 31 名

（2）内容：以下の項目について「とてもそう思う」「そう思う」「どちらとも言えない」「あまり思わない」「そう思わない」の 5 件法と自由記述による回答を求めた。

③事前アンケート（相談者）：相談のニーズ（4 項目）／子育てについて（4 項目）

④事後アンケート（相談者）：相談後の変化（6 項目）／メンターに対する評価（5 項目）

3【調査ⅲ】メンターによる自己評価

（1）対象：平成 26 年 8 月～12 月の間に活動を行った延べ 14 名のメンター。

（2）内容：以下の項目について「とてもそう思う」「そう思う」「どちらとも言えない」「あまり思わない」「そう思わない」の 5 件法と自由記述による回答を求めた。

⑤自己評価シート（メンター）：自身の活動や意識についての自己評価（17 項目）

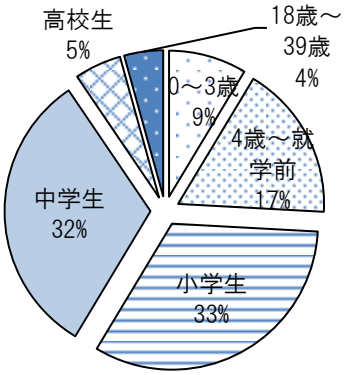
Ⅲ　結果

1　相談会の実施状況とニーズについて【調査ⅰ】

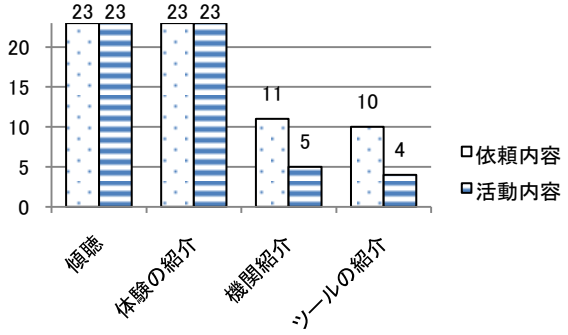
圏域別の認定メンター数と相談会の開催数は表 1 に示すとおりである。全 23 回の相談会のうち、約 6 割は同一の支援者が 2 回以上開催していた。上小・諏訪・大北の 3 圏域で多く、何れも相談者からの再相談の希望の声を受けて、開催されたものであった。相談者延べ 116 人の子どもの年齢層は図 2 に示す通りである。4 歳～中学生で 8 割強となっている。子どもの診断の状況については、発達障がいの確定診断ありが延べ 21 件、確定診断以外(疑いを含む)が延べ 15 件となった（重複あり）。活動の依頼内容と実際の活動内容を示したものが図 3 である。「傾聴」と「育児体験の紹介」は全 23 回全ての相談会で依頼があり、実際の活動場面でも行われていた。「支援ツールの紹介」と「支援機関の紹介」は依頼件数が前 2 項目の半数以下であり、さらに実際の活動では約 5 分の 1 となった。

【表 1】　認定メンター数と相談会開催状況

圏域	認定メンター数		開催数	相談者数（親）
	H25まで	H26現在		
佐久	1	1	0	0
上小	7	7	3	31
諏訪	9	11	4	13
上伊那	5	9	2	2
飯伊	2	5	0	0
木曽	3	3	2	12
松本	14	16	1	11
大北	4	5	7	16
長野	14	18	2	19
北信	2	3	2	12
合計	61(人)	78(人)	23(回)	116(人)



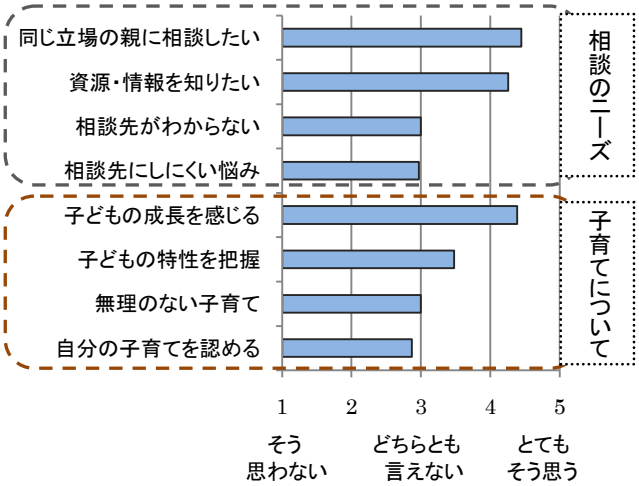
【図 2】　相談者の子どもの年齢層



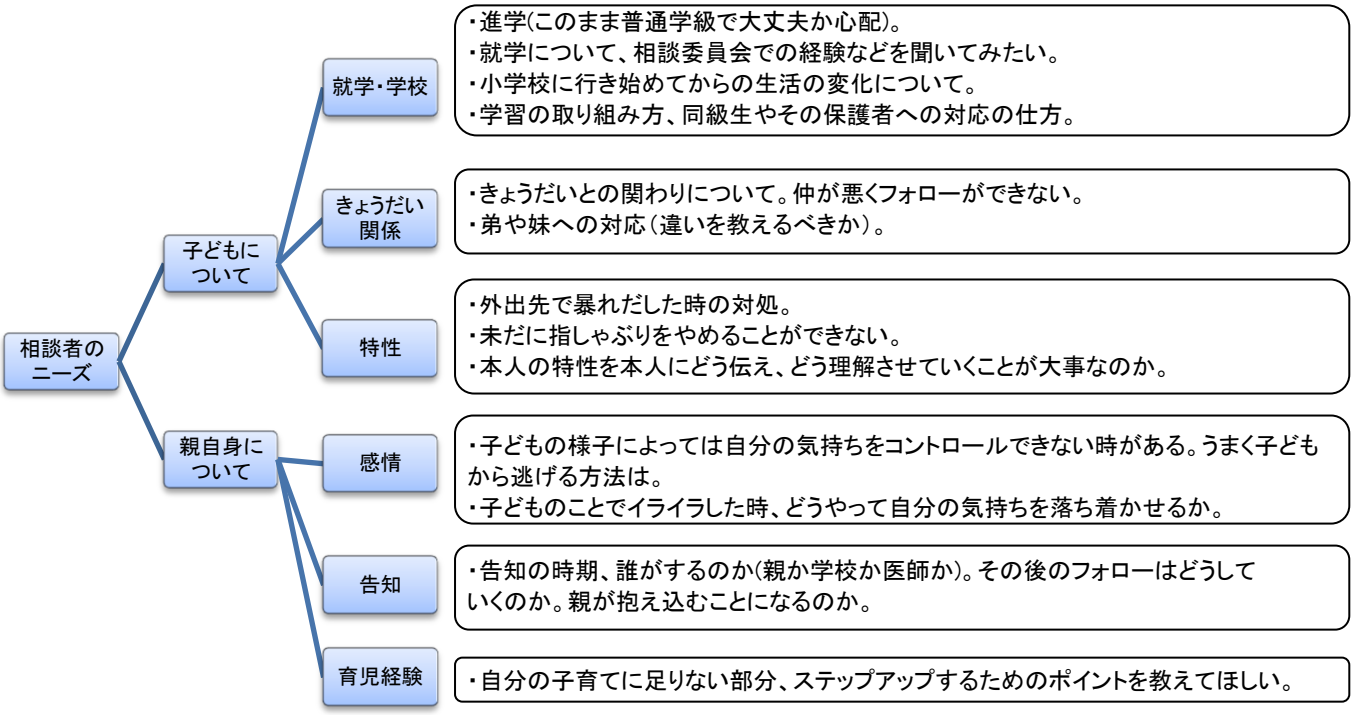
【図 3】　依頼内容と実際の活動

2　相談者の事前のニーズについて【調査ⅱ】

延べ31名の相談者に実施した③事前アンケートの平均値を図4に示す。相談のニーズについては、「同じ立場の親に相談をしたい」「地域の資源・情報を知りたい」の項目が高く、「相談先がわからない」「相談先にしにくい悩みがある」の項目はやや低くなった。また、子育てについては、「子どもの成長を感じることができる」という子どもに対する評価に比べ、「無理のない子育てができている」「自分の子育てを認めることができる」の項目が低くなった。また自由記述の内容はKJ法により図5のとおり分類することができた。相談者のニーズは大きく「子ども」と「親自身」の2つに分類することができ、「子ども」については、さらに「就学・学校」「きょうだい関係」「特性」に再分類ができた。また「親自身」については「感情」「告知」「育児経験」に再分類ができ、全ての自由記述がこれらの何れかに分類された。親自身のことよりも子どもの特性や就学といった具体的な心配や相談希望が多く全22件中19件を占めていた。



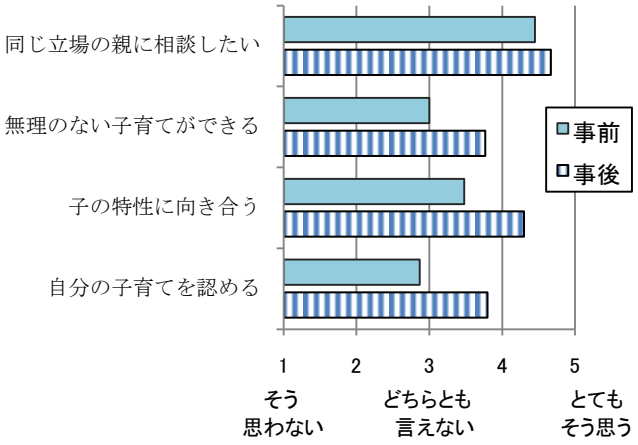
【図4】　相談前の相談者のニーズ



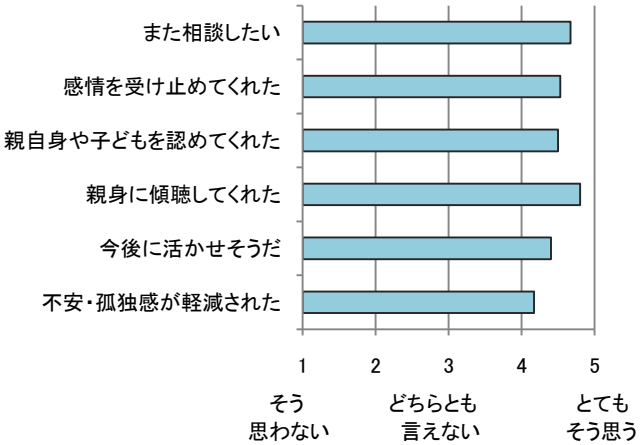
【図5】　相談者のニーズのカテゴリーと具体的内容

3　相談者の相談後の変化について【調査ⅱ】

相談者に対する③事前アンケートと④事後アンケートの項目を比較し図6の結果を得た。全ての項目において事後の評価が高くなっている。特に、「これから無理なく子育てに向き合うことができそうだ」「子どもの特性について考えることができた」「自分の子育てを認めてあげることができそうだ」の項目について相談後の伸びが大きい。また、メンターに対する評価は図7に示すとおり、いずれも平均値が4を超え高くなっている。



【図 6】　相談者の事前・事後の変化



【図 7】　相談者によるメンターの評価

自由記述の全 22 件の回答のうち 1 件が子どもについて、21 件が親自身についての内容であり、主な内容は表 2 のとおりである。

【表 2】　相談後の親自身についての感想

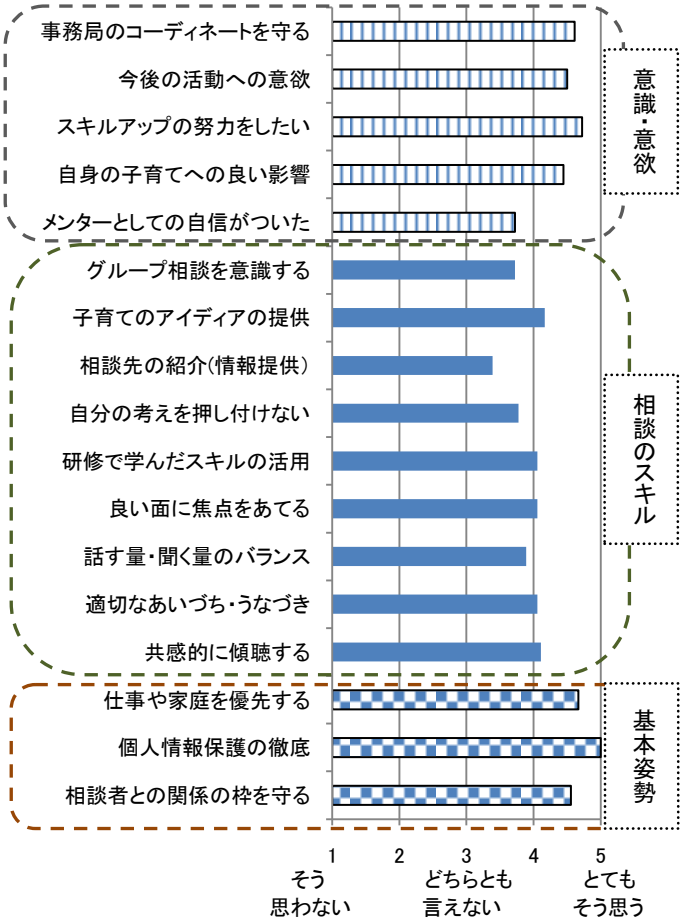
・子どものことは相談できる場があったが親の心を聴いてもらえる場はあまりないのでありがたいと思った。
・親が認めてもらう場、機会はとても大事だと感じた。また少し頑張る力が出てきた。
・迷っていた気持ちが少しほどけたような…。子どもの気持ちを後押しできるようにしていきたいと思う。
・悩んでいるのは自分だけではないということが分かり少し安心した。
・今まで話せなかった思いを口にすることで気持ちがとても楽になった。自分の子育てだけではなく性格も認めてもらい嬉しかった。これから子どもと一緒に成長していけると考えたら大変だと思っていた生活が楽しみになった。
・実際に経験されたことをもとに話されるのでとてもすんなり耳に入ってきた。子どもの特性は 1 人 1 人違うけれど同じような苦労をされていて長い目でアドバイスして頂いたので自分の視点（子どもや生活に対して）も変わった。
・豊富な経験からくる子育ての裏ワザを教えてもらい帰ったらすぐにでもやってあげたいと思った。
・初めて会う方々であったが、同じような経験をし、同じ気持ちを持つということで自然に話ができとても良かった。親の想いと子どもの想いが違うことが出てくるが見守っていくことがこれからの親のつとめ…という言葉が響いた。
（※回答をそのまま掲載）

4　ペアレント・メンターの活動後の評価について【調査ⅲ】

活動後のメンターによる⑤自己評価シートの結果は図 8 に示すとおりである。メンターの「意識・意欲」「基本姿勢」の全 8 項目については「メンターとしての自信がついた」以外は平均値が 4 を超えていた。相談のスキルの項目については、「意識・意欲」「基本姿勢」と比較するとやや低い傾向であった。また、メンターが相談場面での相談者の反応について自由記述で記入した内容を表 3 に示す。「抱えていた不安を話せたよう」といった“相談者の気持ちの開示”や、「話すことにより自分で答えを探しているよう」といった“相談者の気持ちの整理”、「同じ経験をもつメンターに理解してもらえた」といった“メンターに共感してもらえたことによる安心”が主な内容であり、後述の「共感による安心感」が半数以上を占めていた。

【表 3】　メンターからみた相談者の反応

・これまで一人で抱え込み悩んでいた様子で、話しながら涙していた。 ・自分も当時そうであったように、我が子の将来に見通しが持ちにくく不安を抱える方が多かった。 ・心の奥にあったモヤモヤや不安に思っていたことをようやく話せた様子であった。 ・相談者と同じ気持ちの時代があったという経験談を話すと、“自分だけじゃないんだ”とホッとした様子であった。 ・不安な気持ちを理解してもらえる事は精神的にも安心するようだ。 ・話せただけですっきりしたと表情がほぐれていた。まだまだ話したいことがある様子で、これまで話せる場所を求めていた印象。 ・話すことでご自分の中で答えを見つけていっている様子だった。 ・他者の意見を聴くことで今後の心持ちを自分の中で確認している様子であった。 （※回答を一部抜粋し掲載）



【図 8】　メンターによる自己評価

Ⅳ　考察

本調査を通して、以下の 4 点について考察する。

1　相談会の開催状況について

H25 年度までにメンターは全圏域で認定されているが、相談会の開催数は現状では圏域により大きな偏りがあることがわかった。多く開催されている圏域では再開催の割合が高いことから、相談者から再開催の要望があったことに加え、支援者自身もメンター事業の意義や効果を充分に認識したものと考えられる。開催実績の無い圏域では、支援者等に活動を周知していく必要がある。

相談者の子どもの年齢層について、「4 歳～就学前」「小学生」「中学生」の割合が高い要因の一つとして、診断の有無に関わらず図 5 で示したように集団生活の中で発達の特性や他の子どもとの違いが顕著になってきたり、就学や進学の心配、日常生活や学校生活での困り事が出てくる為、相談のニーズが高くなることが考えられる。

また、支援者からの依頼と全ての回で行われた実績から「傾聴」と「育児体験の紹介」がメンター活動の核であると言える。

2　相談者の相談前のニーズについて

相談前の状況について、支援機関とのつながりや相談経験は既にあるが、それとは別の“同じ立場の親”への相談のニーズが高いことが示された。子育てについては、子どもの特性を理解し成長を感じていながらも、自身の子育てに対する評価はそれほど高くなかったことから、親自身への支援の必要性がうかがえた。

一方で、自由記述では 8 割が子どもの特性や進路に関する具体的な相談事が挙げられており、親自身への支援を自ら求める傾向が低いことが考えられた。

３　相談者の相談後の変化について

今後の子育てに対する意欲や、自身の子育てに対する肯定感に大きな伸びがみられ、自由記述でも自身の感情についての事柄が９割強を占めたことから､相談は親自身に大きく影響したと考えられる。

全ての会で行われたメンターの「育児体験の紹介」や「傾聴」により、今後の子育ての見通しを持つことができ、感情を受け止めてもらうことで不安が軽減し、子育てに対する前向きな気持ちや余裕が生じたと考えられる。

相談前には子どもに関する具体的な相談を求めていたが、メンターと相談する中で、親自身への支援という潜在的なニーズが引き出され、満たされたものと考えられる。

以上のことが、相談者のメンターに対する高い評価につながったと言える。

４　メンターの自己評価について

メンターの基本姿勢の項目はいずれも高く、基本的な姿勢や活動のルール、倫理的な意識付けが徹底されていたことがうかがえる。「研修で学んだスキルを活用することができた」の評価が高いことからも、養成・フォローアップ研修の一定の効果が得られたものと考えられる。今後も繰り返し相談スキル等の練習ができるよう研修の機会を提供していく必要がある。

また、相談を通して相談者が気持ちを開示し、心配事を整理し、メンターに共感してもらうことにより安心感を抱き、相談者が変化していく様子を実感したことが、意識・意欲の項目が高い結果につながったものと考えられる。さらに、メンターが育児体験を紹介することは、メンター自身の子育てについて改めて見つめ直す機会ともなることが､「メンター自身の子育てに良い影響がある」という評価につながったと言える。

Ⅴ　結論

本調査を通して、メンター事業の意義を確認することができた。診断の有無に関わらず、発達障がいのある子どもを育てる親は、現在の支援機関とのつながりや相談経験とは別に、“同じ立場の親”への相談を求めていることがわかった。同時に、親が相談をしたいと考えていることの大半は子どもに関することであり、子育てに不安や負担を感じながらも親自身への支援を自ら求める傾向が低いことがうかがえた。顕在化しにくいニーズである親自身への支援のニーズがメンターとの相談だからこそ引き出されたものと考えられる。

“子育ての少し先を行く先輩”であるメンターの育児体験を聞き、傾聴や共感をしてもらうことで、今後の見通しや子育てへの前向きな気持ちを抱けること、メンター自身にも良い影響があることが本事業の独自性であり重要な意義である。市町村や保健所の母子保健や発達障がい児・者の支援に日頃携わる支援者には同じ立場の親への相談や親自身への支援のニーズを把握し、本事業を活用していただくことを期待したい。

【参考文献・資料】

1) 井上雅彦ほか：ペアレント・メンター活動ハンドブックー親と地域でつながる支援ー.学苑社,2011

2)『発達障害者支援施策の概要』厚生労働省ホームページ　http://www.mhlw.go.jp/bunya/shougaihoken/hattatsu/gaiyo.html

3) 長野県発達障がいペアレント・メンター事業実施要綱　，長野県発達障がいペアレント・メンターガイドライン
http://www.pref.nagano.lg.jp/seishin/heisetsu/hattatsushogai/pearentmenter.html