

第11章

家族支援・当事者支援



改正発達障害者支援法では、家族への支援が強調されています。国としても積極的に進めている家族支援のアプローチについての紹介や、発達障害のある当事者たちの活動について紹介します。

家族支援①

家族支援の必要性

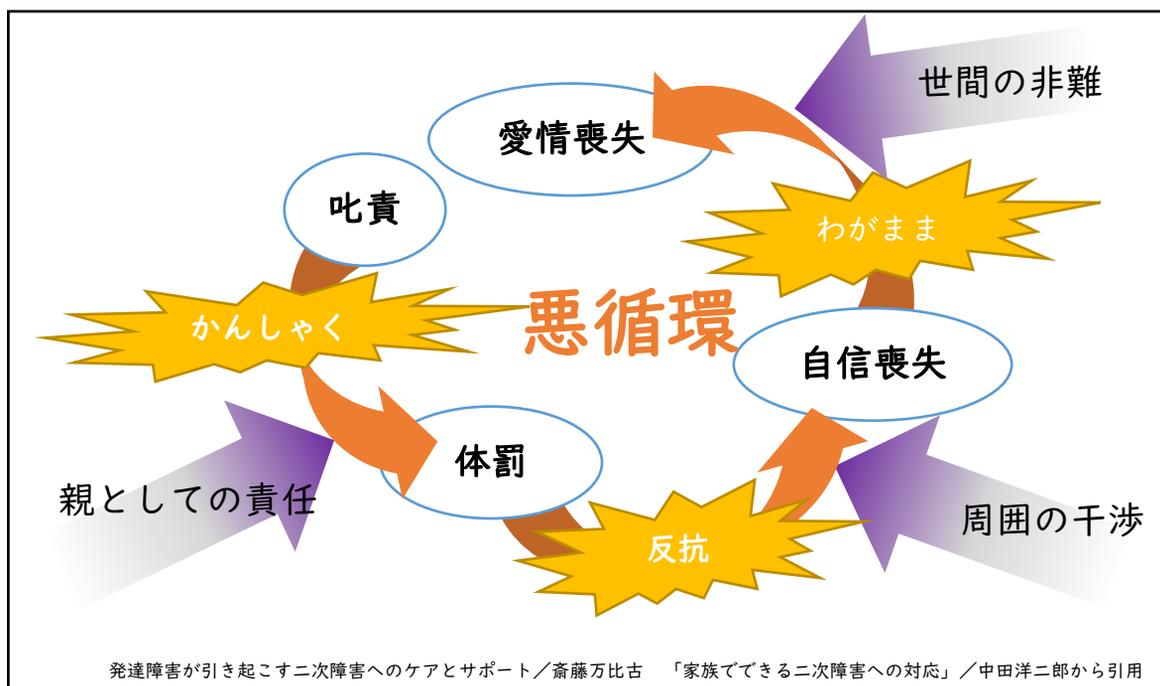
発達障害者支援法（第三条の2）には「家族支援について必要な措置を講ずること」と記載されています。

家庭という環境は、乳幼児期から青年期まで本人が過ごす時間の割合が高く、家族自身も不安やストレスが高い状態であると言われていることから、家族への支援は欠かせません。

支援機関や保護者同士がスムーズに繋がれたり、障害特性に基づいた子育ての工夫を身に付けられたりする仕組みが、身近な地域で構築されることが求められています。

発達障害と子育ての悪循環

認知特性があることで、注意の意味やその理由を理解できない状況が子供に生まれるため、保護者の「叱って分からせる子育て」では状況は改善しません。さらに周囲の理解や適切なサポートが受けられない事で、保護者は孤立し、子育ての悪循環に陥りやすいと言われています。

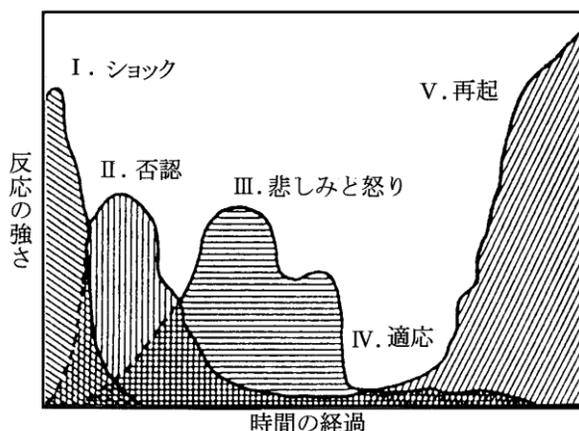


家族支援②

子供と向き合うための支援

自分の子供に障害があることを受け入れたくないというのは親としては自然な感情です。また、一見受容ができていように見える保護者でも、本音では「治るものなら治ってほしい」と思っている等、複雑な感情を持っていることも少なくありません。支援者は必要に応じて関係機関と連携を取りながら、保護者の思いに寄り添い、保護者自身が子育てを肯定的に受け入れることができるよう支援します。

障害受容の段階的モデル【Drotar et al.(1975)】



ドローターは、障害の受容の入り口で、「ショック」や「否認」、「悲しみと怒り」というステージを経るという仮説を提唱しました。さらに「ショック」が終われば「否認」という単純な展開ではなく、時にそれぞれが重なることもあり、大変な困難さとなることもあるとされています。

保護者理解と支援のスタート

支援者が子供の困難さに気づき、保護者に医療機関の受診を勧めても拒否されることも少なくありません。保護者が発達障害に気づき、取り組む準備ができていない場合には、無理に専門機関に繋げようとするよりも、まずは、支援者自らの現場で生じている問題の整理とその時点で取り組むことができる具体的な対処を始めます。「発達障害かも？」ではなく「支援が必要かも？」と考え支援をスタートし、「〇〇のような支援があれば安心して活動できる」といった具体的な提案を行うことで、保護者に支援に対して前向きになって頂くことを目指します。

ペアレントメンター

ペアレントメンターとは

自らも発達障害のある子供の子育てを経験し、且つ相談支援に関する一定のトレーニングを受けた親を指します。メンターは、同じような発達障害のある子供をもつ親に対して、共感的なサポートを行い、地域資源についての情報を提供することができます。高い共感性に基づくメンターによる支援は、専門家による支援とは違った効果があることが指摘され、厚生労働省においても有効な家族支援システムとして推奨されています。

(日本ペアレントメンター研究会HPより抜粋)

広島県での取り組み

広島県では、平成29（2017）年度からペアレントメンターおよびペアレントメンターコーディネーター※の養成研修を行っています。

広島県の特徴は、市町が主体となって、地域ニーズに合わせた事業運営を行っている点です。グループ相談会だけではなく、子育て支援センターの企画や、他の保護者支援プログラムと組み合わせる等、メンターとコーディネーターが意見を出し合いながら、お互いの経験や得意分野を活かしたユニークな活動がされています。

※ペアレントメンターコーディネーター：メンター活動を調整する人のことで、広島県では市町の行政担当者や基幹相談支援事業所のスタッフが担っているケースが多いです。メンターがスムーズに活動できているかチェックをしたり、それぞれのスキルを上げるためにフィードバックをしたりします。また、要請に応じてメンターをマッチングしたり、活動報告を県へ行ったりといった事務局の役割も担います。



メンター養成研修の様子

ペアレントトレーニング

ペアレントトレーニングとは

子供の行動変容を目的として、親が褒め方や指示等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、親が日常生活で子供に適切に関わることができるようになることで、子供の行動改善や発達促進が期待されます。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、子供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になっています。

(ペアレント・トレーニング実践ガイドブック／日本発達障害ネットワーク JDDnetより抜粋)

広島県での取り組み

広島県では、身近な地域で保護者に提供できる体制を構築することを目的に、平成30（2018）年度から、ペアレントトレーニング実施者養成研修を実施しています。広島県で取り上げている肥前式ペアレントトレーニングは、子供に適応行動を身に付けさせるための具体的な方法を学ぶことができることが特徴です。児童発達支援センター等の職員が技術を習得し、地域で活躍できる支援体制を、市町担当者や基幹相談支援事業所等とも連携しながら構築していきたいと考えています。



事前	準備事項
1	ペアレント・トレーニングを知ろう
2	観察上手になろう
3	褒め上手（伝え上手）になろう
4	指示上手になろう
5	伝え上手、褒め上手になろう
6	終了式
事後	フォローアップ

保護者への支援

発達障害のある子供のいる保護者との関係を築く中で、支援者が留意することは、保護者の気持ちは簡単には分からないということです。保護者は支援者とは違う場面を違う視点で見ているため、異なった捉え方になってしまうことは仕方ないことです。しかし、保護者の心理的・身体的負担は、結果として子供に影響を与えてしまうため、保護者に対しても支援を行っていくことが重視されています。

保護者へアプローチする際の留意点

- ①保護者に対してよくあるケースでは、「保護者が認めない」「受容できていない」といった視点で捉えることが少なくない。
- ②親の気持ちが追いつかないことを尊重し、障害受容を焦らない。
- ③援助を必要としている保護者もいる。
- ④保護者の揺れ動く気持ちを受け止め、寄り添う姿勢が必要。
- ⑤子供の成長に対して、共に考え、伴走していくことが大切。



保護者との協働のポイント

- 保護者の意見を受容というよりは尊重することから。
- ポジティブに客観的な情報を伝える。
- 保護者のニーズから始めることは有効である。
- 目的を明確に伝える。
- 分かっている情報は客観的に伝え、分かっていない情報を推測で言わないこと。
- 安易に「問題はありませんよ」とは言わないこと。
- 支援者が発達障害に対してネガティブなイメージを持ったまま相談に当たることは厳禁。

当事者活動（ピアサポート）支援

当事者活動（ピアサポート）とは

同じような悩みを持つ人たち同士で支え合う活動のことをいい、従来の「支援する・される」の関係ではない、「当事者による当事者のための活動」です。

近年は発達障害の成人当事者の増加もあり、地域においても当事者活動のニーズは高まっていると言われています。活動形態がSNSで繋がるグループや就労支援機関のOB会等であったり、活動内容も茶話会等の集いの場の提供や、コミュニケーションや自己理解の学習会をしたり等様々です。

会の企画・運営については、当事者同士で全て担っている会もありますが、親の会や基幹相談支援事業所のサポートを受けながら運営されている会もあります。

広島県での取り組み

ネット検索でも広島県内の当事者活動がヒットしますが、身近な基幹相談支援事業所等に問い合わせると、その他の情報も見つかるかもしれません。

当事者活動の一例として、広島県発達障害者支援センターが運営を補助しているSPECS（スペックス）をご紹介します。

名称	スペックス (Spectrum Person's Experience)
活動場所	広島県発達障害者支援センター他(屋外活動あり)
活動頻度	月に1回程度
活動内容	○学習会(自分の特性について/不安やストレスについて 等) ○余暇活動(バーベキュー/ボウリング/調理/食事会 等)
参加資格	当センターに来所相談があり、会の趣旨を理解して参加いただける方

