

ペアレント・メンターの養成と発達障害者支援活動に期待される役割

長野県精神保健福祉センター(発達障害者支援センター)

○鈴木 理紗 小泉 典章 竹内 靖人 今井 敏弘
吉沢 詠子 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害のある子どもの養育経験のある親が、その経験を活かし、子どもが発達障害の診断を受けて間もない親などに対して相談や助言を行う人材である。

当センターでは、平成 18 年度に養成を開始した。その後平成 20 年～23 年度は自閉症協会長野県支部(当時)との共催で開催した。今年度より「発達障害者ペアレント・メンター事業」が県の事業として正式に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ている。今年度までの参加者を表1に示す。

今年度の研修の内容と効果の報告と、今後メンターに求められる役割について言及する。

実施年度	18	19	20	21	22	23	24
参加者(人)	27	13	22	13	9	15	38

II 長野県発達障害ペアレント・メンター事業について

1. 目的

発達障害の子どもの養育経験がある親が発達障害に関する基本的な知識・社会資源情報や相談技術を身につけることで、地域の発達障害支援の一員として活躍できる人材へと養成する。

2. 活動内容

ペアレント・メンターは行政機関などからの依頼により、発達障害の子どもの育てる親の集まる場に複数名で派遣される。活動の内容は以下の3点。

- (1) 相談者の体験や悩みを共感的な態度で聞く
 - (2) 地域の相談機関や利用できる機関の情報を提供する
 - (3) ファイリングシステムなど支援ツールを紹介する
- といった活動を行う。

3. 認定

養成研修を修了した方には、ペアレント・メンターとして認定証を発行する。

4. 調整機関

発達障害者支援センターが派遣依頼を受け、派遣するペアレント・メンターの決定を行う。また、随時ペアレント・メンターからの相談を受け、助言を行う。

III 平成 24 年度発達障害ペアレント・メンター養成研修について

1. 目的

ペアレント・メンターが活動するためには ①相談を受けるための面接技術の習得 ②自身の養育経験の範囲だけでなく、幅広い知識の理解 ③グループ場面で相談者をまとめる役割の 3 点が求められる。そこで、本研修ではこれらを ①傾聴スキル ②説明スキル ③集団対応スキルとし、講義、演習を通してスキルの習得を目指す。

2. 対象者

- (1) 発達障害のある子どもの養育経験を有すること
- (2) 発達障害のある子どもの親の会(「発達障害支援のための資源ハンドブック 2012」に掲載されている団体)における相談活動等の経験があること
- (3) ペアレント・メンターとして1年以上活動できることの3点を全て満たすものとする。

平成24年度の研修受講者を圏域別に表2に示す。

圏域	佐久	上小	諏訪	上伊那	飯伊	木曽	松本	大北	長野	北信
人数	1	3	5	3	0	2	11	4	9	0

3. 募集方法

「発達障害支援のための資源ハンドブック 2012」に掲載されている親の会(60団体)に養成研修の案内を郵送した。

4. 研修日程及び内容

研修は、長野県自閉症協会代表 新保文彦氏 を講師に招き、実際の活動に必要な傾聴・説明・集団対応スキルに関する講義および実習とする。詳しい日程を表3に示す。

日程・会場	内容	身につけてほしいスキル		
		傾聴	説明	集団対応
10月26日 10:00～15:00 松本合同庁舎	・講義「ペアレントメンターとは」			
	・講義「福祉制度について」		○	
	・講義「発達障害の基礎知識」		○	
	・講義「生活図の利用」		○	
11月9日 10:00～15:00 松本合同庁舎	・講義「相談技術の基礎」	○	○	○
	・ロールプレイ「傾聴①」	○		
	・ロールプレイ「傾聴②」	○		
	・ロールプレイ「育児体験の紹介」	○	○	
11月22日 10:00～15:00 松本合同庁舎	・講義「情報共有ツールの活用①」		○	
	・講義「情報共有ツールの活用②」		○	
	・講義「グループ相談」	○	○	○
【4日目予定】	・ロールプレイ「グループ相談」	○	○	○
	・個別面接			
3月7日 10:00～15:00 松本合同庁舎	・講義「ペアレントメンターについて」(復習) ・ロールプレイ「グループ相談」 ・個別面接	【目的】 メンター活動開始のために、地域の支援者と具体的なメンター活用方法について協議する。		

5. アンケート

研修の効果を見るため、活動に必要なスキルについて受講者に研修前後で自己評価を求めた。相談に必要なスキルとして、傾聴(話を聴く)・説明(正しい知識を持ち、必要に応じて説明する)・集団対応スキル(集団場面の対応)と活動の理解について全16項目についての5件法(そう思わない～とてもそう思う)で回答いただいた。

なお、研修は4日間だが、活動に必要な基本的なスキルの研修は3日までで修了するため、事後アンケートは3日目の研修終了後に実施した。

IV 結果

1. 研修の効果について

研修の事前事後アンケートより、傾聴・説明・集団対応スキルについて、研修前と後で自己評価の差があるかについてt検定を行ったところ(表4)、それぞれのスキルについて有意差が見られた(傾聴スキル: $t=-2.1, df=37, p<0.05$ 、説明スキル: $t=-3.47, df=37, p<0.01$ 、集団対応スキル: $t=-3.76, df=37, p<0.01$)。この結果と平均値より、それぞれのスキルについて研修前よりも研修後の方が自己評価が高くなっていることがわかる。

相談スキル	研修前		研修後		t検定
	平均	SD	平均	SD	
傾聴スキル	11.42	1.44	11.89	1.50	-2.10 *
説明スキル	9.79	2.55	10.68	1.63	-3.47 **
集団対応スキル	9.15	4.62	10.18	2.97	-3.76 **

*: $p<0.05$ **: $p<0.01$

また、長野県発達障害ペアレント・メンター活動の理解についても、研修の前と後で自己評価の差があるかについてt検定を行ったところ有意差が見られた($t=-2.04, df=37, p<0.05$)。研修を受けたことで活動について理解し、メンターとしての意識が高まったことがわかる。

2. 研修後の自由記述アンケートより

研修終了後のアンケートより、受講者の今後の活動への期待が挙げられた。自身も親である立場から今後の活動への期待やニーズがあることが分かる。表5にアンケート抜粋を示す。

表5: 研修後アンケートより 一部抜粋

- ・私たちが経験したことを、参考にしていただき、これから発達障害をかかえて生まれてくる子供たちの問題が少しでも減ってくれることのお手伝いをしたいと思います。
- ・思っていた以上に大変だと思いました。ですが、同じ境遇の親として自分で出来る事で協力できたらと改めて思いました。
- ・同じ悩みを持つ親だからこそ、実体験が生きてくると感じた。相談に来られた方には心強いと思う。

一方では、今後の活動についての不安も挙げられた。表6にアンケート抜粋を示す。

表6: 研修後アンケートより 一部抜粋

- ・三日間研修を受けたのですが、やればやるほど果たしてメンターとして活動できるのか不安です
- ・自分の体験を相手の押し付けにならないだろうかと思うと不安だと思った。

V 考察

<養成研修の内容と効果>

今回の養成研修では今後のメンター活動上で必要な相談スキルを講義、演習形式で行った。受講者は研修前よりも後の方が高く自己評価しており、一定の研修の効果があったと考えられる。受講者は相談技術や地域資源についてはじめて勉強する方もいれば、既に地域の中で相談を受けており、メンターの役割を担う方もいる。研修後は「意外と知らないことが多かった。」「相談を受けることの難しさを実感した。」等の感想が聞かれたことから、一定の基礎知識を学ぶ機会としてはどの受講者に大変役立ったと考えられる。

活動の理解についても研修前よりも後の方が高く自己評価している。メンター活動のメリットだけでなく、メン

ターの負担や相談のトラブルなどといった想定されるデメリットについても理解し、活動への意識を高めたと考えられる。

また、相談を受けることの難しさを実感したり、活動が具体的にイメージできないため、今後の活動が不安であるとの声が聞かれている。相談活動に慎重になるという意味では良いが、活動は少なからずメンターへ負担になるものと予測される。メンターのバックアップ体制やメンター同士が気持ちを共有する場の設定が必要である。さらに、活動をする中でさらなる知識・技能が求められると予測されるため、メンターのスキルアップのための研修体制も求められる。

<ペアレント・メンターに期待される役割>

ペアレント・メンターは専門家ではないが、発達障害の養育経験を活かし、「その気持ちが分かる」という共感から、相談者に寄り添い、相談を受けることができる。

これまで保護者同士が先輩、後輩のような関係の中で相談にのるメンターの活動は地域の親の会で行われてきた。今回、県の事業として養成していくことにより、メンターの活躍は親の会だけにとどまらず、発達障害支援の一員として地域に広がって行くことが期待される。また、地域の支援機関と連携することにより、養成されたメンターの活動の場が確保され、より幅広い活躍が見込まれる。

親の会では「診断後は今後の見通しがつかず不安だったが、専門家への相談には抵抗があった。」という声も聞かれる。支援機関につながりにくい保護者へメンターが共感的に話を聴き、必要に応じて地域の支援機関や支援ツールの情報を提供することで、支援者と家族をつなぐ役割が期待される。

また、就学先などのイメージがつかず不安のある保護者の方へ、メンターが自身の経験を話すことにより、相談者の今後の見通しを持たせることができる。

<今後の課題>

今回の研修では、活動に必要なスキルの習得には一定の効果が得られたが、実際の活動にはさらに多くのスキルが求められる。また、相談活動に不安を感じる方もいたため、活動へはメンターが一人で悩みを抱え込まないようにする配慮が必要である。

メンターは乳幼児検診後のフォーアップ教室などグループ相談場面で活躍できるよう力をつけている。受講者から「自分もメンターに相談したかった。」との声が聞かれ、保護者のニーズはあると思われる。しかし、ペアレント・メンターの存在が知られていなければ活躍の場は狭くなってしまふ。必要な方のもとに情報が届くようにまずは保健師など地域の支援者への周知が必要である。

ペアレント・メンターが安心して活動できるように、センターでは ①スキルアップのための応用研修の設定 ②地域支援者等と連携したフォローアップ体制の整備 ③地域での活動の場の確保をしていく必要がある。

VI まとめ

県の事業化を受け、当センターでは発達障害ペアレント・メンター養成研修を開始した。研修前後の受講者の自己評価より、スキルの習得に効果がみられた。養成されたメンターには、地域と連携し、発達障害の養育経験を生かして家族と支援者等をつなぐ役割が期待される。今後のメンターの活躍のために、センターはスキルアップのための応用研修の実施や地域と連携したフォローアップ体制の整備を進める必要がある。

*引用・参考文献/ホームページ

- ・井上雅彦ほか 発達障害のこどもを持つ親が行う親支援 学苑社 2011年
- ・社団法人日本自閉症協会 ペアレントメンター養成講座 2006 2007年
- ・厚生労働省ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/bunya/shougaihoken/hattatsu/gaiyo.html>