

心理相談室主催

2017年度 CARE 専門家向けワークショップ実施報告

國吉 知子

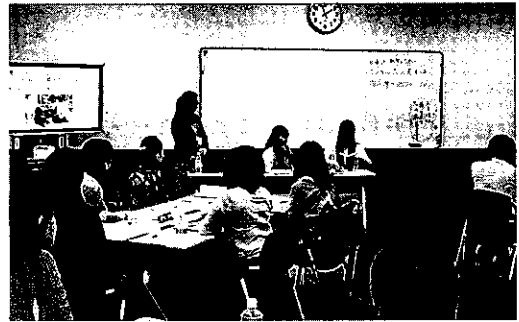
(人間科学研究科教授)

昨年に引き続き、今年も10月9日(月・祝)に【CARE(子どもと大人の絆を深めるプログラム) 専門家向けワークショップ】を本学にて開催することができました。今回は、特に本学大学院修了生、神田有里子さんと池田くるみさんの2名が、CAREのトレーナー資格を取得したこともあり、筆者と3名で講座を担当しました。トレーナーが増えたことで、定員を前回より増やすことができ、また時間も前回より多めに余裕をもって4時間半で設定したので、質疑応答もより充実した講座となりました。

1. CARE(子どもと大人の絆を深めるプログラム)を本学で開催する意義

昨年の実施報告でもご紹介していますので、再度のご説明となりますが、CARE(Child Adult Relationship Enhancement)とは、子どもの問題行動や親子関係の改善に高い効果を上げているEBP(Evidence Based Practice)である『親子相互交流療法(PCIT:Parent Child Interaction Therapy)の子育て支援スキルのエッセンスをコンパクトにまとめた心理教育プログラムです。2歳～児童期を中心に、思春期を含めた子どもの親および子どもと関わるすべての大人に有効です。CAREは米国シンシナティ子ども病院で開発され、解離研究の世界的第一人者であるPutnam氏もCAREを推奨しています。CAREが日本に導入されたのは2008年のことで、まだ日本では歴史が浅く、これまで関東圏中心に広がってきていました。関西ではCARE講座を実施している機関は、女性ライフサイクル研究所(大阪)や本学など少数に限られ、これまでから関西地域におけるCAREワークショップの開催が強く求められてきました。昨年度の専門家ワークショップはそれらのニーズを踏まえての開催でしたが、定員枠の3倍も申込があるなど非常に反響が大きいものでした。それだけに今年も

“CARE-Japan 認定” “専門家向け” ワークショップを、本学心理相談室地域実践部で継続実施できたことは、PCITとCAREの有効性を関西で広く知っていただくうえで、大変意義のあることでした。



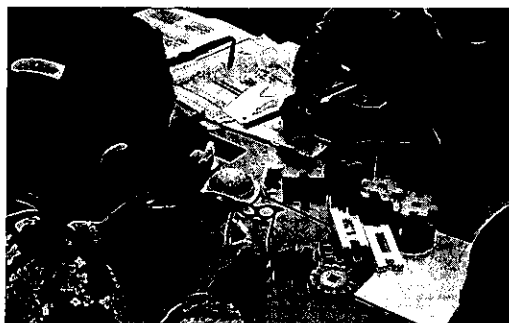
CARE 実習風景「デモンストレーション風景」

2. 今回のワークショップの概要

プログラムは、CARE-Internationalの最新版正規マニュアル(CARE-Japan 2016年版)に基づいて実施しました。自己紹介と研修目標の確認の後、①CAREで推奨されるスキル(3P)と避けるべきスキル(3K)の解説とロールプレイ、②3Pと3Kのスキルチェック実習、③選択的注目の解説と実習、④思春期の子どもへの対応、⑤適切な命令の出し方、⑥こわれたレコードの技法の説明とロールプレイなどを、流れに沿ってトレーナー3名で協力して行いました。その後、質疑応答の時間を持つことで、より深いCAREへの理解を促進することができました。

今回の専門家向けワークショップでは、14名の新規受講者があり、さらに7名の方がオブザーバー参加をされ、実習でのチュータリングを体験されました。オブザーバーの先生方のアドバイスやコメントも非常に熱意にあふれ、講座全体の充実度に大いに貢献くださいました。

これら総勢21名の医師、大学教員（心理学系）、臨床心理士、看護師、保育士、福祉職などの専門家の先生方が、非常に意欲的に、楽しんでワークショップに参加され、CAREのスキルを実践的に学ぶ充実した時間となりました。



CARE 実習風景「ロールプレイの様子」

3. 振り返りシートによる評価

(1) 新規参加者の振り返りから

実施後に参加者の方々に「振り返りシート」の記入をお願いしましたが、14名の新規参加者の方から（いずれも経験豊かな援助専門職の方々）、89%もの肯定的評価をいただくことができました。（CARE-Japan 指定の振り返りシート：15問の設問を5件法にて回答を求める。本講座は、平均67点／満点75点中の高評価でした。）さらに、11名（79%）の方が「CAREは子ども／ティーンエイジャーとの接し方に影響を与えそうですか？」の問いに「はい」と回答しておられました（3名は当該項目未記入）。

自由記述の感想には、CAREのスキルに関連しては、

「養育者だけでなく、大人との信頼関係が築きやすくなる」「親子関係の形成に大事なスキル」「具体的賞賛と言うところが今まで欠けていたと思うので3Pを活かしたい」「子どもは褒められて嫌な気分にはならないので素直に反応できるようになる可能性もある」「子どもと向き合うときの心構え、指示を与える際にじっくり考えてみることに影響を与えると思う」「(CAREは)子どもへの敬意を払った関わり方」「子どもの行動に対しての視点が変わりま

した。客観的に見るように意識すること」「不要な3Kをなくしていくこと、3Pのスキルを使って実践していきたいと思いました」「こわれたレコードのスキルは親側が少し冷静に対応できるのではないかと思います」「我が子との関係を（中略）3P、3Kからスタートし、関係を戻していきたいです」

といった意見がありました。また、研修方法に関しては、「ロールプレイが非常に勉強になりました。やる側とオブザーバーとして見る場、の2つの視点が役立ちました」「段階をおった研修が構造化されていることに感心しました」といった意見をいただくことができました。参加者の方々の感想からも、CAREがロールプレイを取り入れた具体的で実践的な講座であることが理解されます。

子育て中の養育者は、目の前の子どもへの即時的な応答について困っていることが多いものです。そのようななかで、養育者のとるべき具体的な行動指針とその根拠が明確化されているCAREのスキル体系は非常にわかりやすく、実践しやすく、すぐに役立つ行動の鋳型と言えます。また、このスキルに照らして個々の子どもの行動や親の反応を考えると、より複雑な場面にも対処するためのビジョンを得ることができる点はCAREやPCITの優れた特長と言えるでしょう。

(2) オブザーバー参加者の振り返りから

オブザーバー参加とは、CARE独自の教育システムで、既受講者の方が新規参加者のロールプレイなどの実習に指導的立場から参加する形態です。オブザーバーは、受動的参加ではなく、新規受講者のCAREのスキルを観察し、適宜コメントや助言を入れるなど実践的な関わりを行うことで自らのスキルも磨いていきます。CAREワークショップは、このように“ピアサポーター”な構造の中でトレーナーになるためのトレーニングを兼ねている点が非常にユニークであると言えます。CAREトレーナーを目指す者にとって、オブザーバー経験は必須で重要な体験となります。このように、CAREワークショップでは、新規参加者に負担のない範囲で若干名のオブザーバー参加を認めています。本学でも今回、昨年の新規参加者の方がオブザーバーと

して戻ってきて、我々のワークショップをアシストして下さるなど、継続してワークショップを行った意義を強く感じる事ができました。

今回、オブザーバーにも振り返り用紙への記入をお願いしたところ、90%（7名の平均値）の肯定的評価を得ることができました。（本学独自に作成した「オブザーバー振り返りシート」：10問の設問に5件法にて回答を求めるもの。平均45点／満点50点中の高評価をいただきました。）自由記述の感想には、オブザーバー体験の意義に関するもの「一般参加では全体をざっくりとした理解になっていたが、（今回のオブザーバー参加で）3Pの大切さにあらためて気づくことができました」「実践していく上で、あらためて大切なポイントに気づけました」「オブザーバー2回目でも改めて理解できる事が多くて、爽りある時間になりました」「アップデートされたプロトコルに沿って最新のCAREが学べました。ありがとうございます」と、さらに、「とても優しい雰囲気の中で楽しくオブザーバー参加することができました」「（別のWSでオブザーバーは）“見るだけだった”と聞いて参加しましたが、グループに入れていただけて、おかげでとても勉強になりました」「3Pの関連性（子どもの行動に注目することによって、ほめるための閾値を下げて褒められるところにつなげることができる）がよくわかった」「CAREの研修を関西で受けられて大変嬉しかったです」など、本学のワークショップがオブザーバーの先生方にも良き学びの場を提供できていたことが伺えました。

4. 最後に

今回のワークショップでは、冒頭で述べたように、初めて本学大学院の修了生2名がコ・トレーナーとして、筆者とともに講師を務めた点が画期的



CARE 実習風景「質疑応答」

なことでした。これまでCAREやPCIT実践を筆者の背後でサポートしてくれていた院生たちが、このような形でトレーナーデビューを無事に果たすことができたことは、筆者にとっても大きな喜びです。担当した二人は事前に入念な打ち合わせと準備をして臨み、期待を裏切らないトレーナーぶりを発揮してくれました。彼女たちは本学の後輩たちの良きロールモデルであり、これからも二人に続いてCAREトレーナーやPCITセラピストを目指す院生が増えてくれることを願っています。なかでも特にCAREは、内容が極めて構造化されているため、若手の臨床家であっても十分講師として指導可能なプログラムパッケージです。さらに、CAREを学ぶことで心理士としての引き出しも増え、親面接をさらに有効に進めていくことができるでしょう。これからも、本学のCAREプログラムが、より多くの方々に子育て支援に役立つ情報をお届けできる機会となれば幸いです。CAREワークショップは、心理療法であるPCITとともに、これからも本心理相談室における心理教育プログラムの一環として開催してまいります。今後とも、本学心理相談室の子育て支援プログラムにどうぞご期待ください。

④ 神戸女学院大学大学院 心理相談室 主催

CARE Child-Adult Relationship Enhancement ～子どもと大人のきずなを深めるプログラム～ 専門家ワークショップのご案内

Child-Adult Relationship Enhancementとは、米国で開発された、子どもと関わる大人のための心理教育的介入プログラムです。2歳～児童期を中心に、思春期を含めた子どもとの関係改善や親への支援に有効です。CAREのスキルを体験的に学ぶことで、今後の子育て支援に活かしていただけます。詳しくはCARE-JapanのHP (<http://www.care-japan.org/>) をご覧ください。

***日時** 2017年10月9日(月・祝) 13時30分～18時00分
***場所** 神戸女学院大学 E8-101教室 (阪急『門戸厄神』駅 徒歩15分)
***講師** CAREシニアトレーナー
國吉 知子 (神戸女学院大学教授・臨床心理士) 他
***定員** 初回受講者16名・オファザー・受講者 若干名
 申込者多数の場合は抽選とさせていただきます

本ワークショップは、子育て支援の専門家・スタッフを対象に、CARE-Japan認定ワークショップとして開催。参加証を授与します。



***申込方法** メールに①～④の必専事項を記載し、下記アドレスにお申し込みください
***申込先** office.carekobe@gmail.com
***申込期限** 2017年 9月 15日(金) 参加可否は 9/22(金) 迄お知らせします
※昨年(2016年)度CAREのWSに参加の経験で受講していただかなかった方は、お申し込みの際にその旨をお書き添えてください。

<p>◆初回受講者◆</p> <ul style="list-style-type: none"> ・参加費 一般 5,000円 <small>※院生・本学修了生 4,000円</small> ・申込事項 <ul style="list-style-type: none"> ①氏名(漢字・ローマ字表記) ②性別 ③ご所属および職種 ④連絡先メールアドレス ⑤参加形態(初めてCAREのWSに参加される方は、受講者とお書きください) ⑥今回のWSをお知りになったきっかけ 	<p>◆オファザー・受講者◆</p> <ul style="list-style-type: none"> ・参加費 2,000円 <small>*院内トレーナーのオファザー参加はありませぬ</small> ・申込事項 <ul style="list-style-type: none"> ①氏名(漢字・ローマ字表記) ②性別 ③ご所属および職種 ④連絡先メールアドレス ⑤参加形態 (4回以上CAREのWSに参加経験のある方は必ずオファザーとご記載ください) ⑥前回のWSに参加の年月日とトレーナー名を分かる範囲でお書きください
---	---

***振込先** 三井住友銀行 甲東支店 普通口座 1004210 学)神戸女学院 【ｶﾞｸｸﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞ】
 ・振込の際は、必ず名前前に「CARE」と入れてください。
 ・手数料はご本人様負担となります。なお、理由の面問を問わず、返金は致しかねます。
 ・銀行振込票 当日由りご持参ください! (受付でご提示いただきます)

☎ 問い合わせ先 神戸女学院大学大学院 心理相談室
 〒662-8505 兵庫県西宮市岡田山 4-1
 ☎0798-51-8554 (10時～17時) / 0798-51-8553 (当日) ✉office.carekobe@gmail.com

CARE ワークショップチラシ