

1. はじめに

2019年5月3日より2020年4月15日まで、コロラド大学Boulder校にReserch Scholarとして滞在し、「アタッチメントとトラウマの観点からの心理療法および心理コンサルテーションの方法に関する研究」に従事した。当初は2021年3月末までの約2年間の予定であったが、2020年初頭からの全世界的な新型コロナウイルス感染拡大状況を受け、研究活動継続を断念せざるを得ず、約1年間の研究活動をもって帰国した。

在外研究の内容に関する報告は以下に詳述するが、在外研究における研究活動全体に大きく影を落とすことになった、在外研究期間の中断と中止に至るまでの経緯は以下の通りである。

2020年1月頃より、中国で発生した新型コロナウイルスの感染拡大状況がアメリカでも多く報道されるようになった。2月に入ると周囲の在外研究者や留学生らが母国所属先大学・機関からの要請により、相次いで帰国を始めた。3月16日からは訪問先のコロラド大学も閉鎖となり、実質的な研究活動が行えなくなった。家族を帯同しての渡米であったが、子ども達の通う公立小学校・高校・大学もすべて閉鎖となり、慌ただしくオンライン授業へと切り替わっていった。明治大学からも3月末日になって原則在外研究の中止の知らせが出され、急遽帰国する運びとなった。

2. 研究の目的

2020年度中に全国220の児相相談所が対応した児童虐待の対応件数は205,044件となり、過去最多を記録している。この数値は2019年度と比較すると+5.8%(11,264件の増加)となり、児童虐待の対応件数の統計が取られ始めてからずっと増加し続けている。児童相談所による対応件数の増加がそのまま児童虐待発生数の増加ではないことは明らかである。しかしながら、現代社会において子どもの養育が困難な状況が生じているのは事実であり、虐待を受けた子どもへの心理支援の方法や、養育者や虐待を受けた子どもの支援者への心理支援は重要な課題である。

虐待を受けた子どもの心理的被害の中核は、アタッチメントの障害と、トラウマによる被害であることが指摘されている。従って、子どもへの心理的支援や親子の養育関係への支援、そして児童虐待問題を抱えた家族を支援する支援者らのサポートにおいては、アタッチメントとトラウマの観点からの心理支援を検討することが必要であり、支援者支援においてもそうした観点からの心理コンサルテーションを行うことが重要である。こうした問題意識にもとづき、「ア

タッチメントとトラウマの観点からの心理療法および心理コンサルテーションの方法に関する研究」を在外研究期間の研究テーマとした。

児童虐待の状況と対策ならびにその心理的ケアについては、「アメリカは日本の30年先を行っている」と言われており、学ぶところが多い。特にコロラド大学は **Buttered Child Syndrome** として児童虐待という現象を世に知らしめた **Henry Kenpe** 博士が在籍していた研究機関であり、現在も **Kenpe Center** にて児童虐待に関する研究と治療が行われている。州内には、**Terry Levy** 博士の **Evergreen Psychotherapy Center Attachment Treatment & Trainging Institute** や **Pat Ogden** 博士の **Sensorimotor Psychotherapy Institute**, **Peter Levine** 博士の **Somatic Experiencing Trauma Institute** など、日本においても注目されている多くのトラウマを負った子どもと家族を対象とした治療・トレーニング機関があり、研究上のリソースが豊富に存在している地域である。

今回の在外研究では、具体的には **University of Colorado, Boulder** 校の行動科学センターの **Monica Fitzgerald** 博士が開発した、トラウマを負った子どものペアレンティングプログラムである **Let's Connect** プログラムを習得し、日本への適用を図ることを目的とした。

3. 研究計画と方法, 研究活動

1年目は、**University of Colorado, Boulder** 校にて日本の親族里親子に関する研究を行っている **Kathryn E. Goldfarb** 博士と同大学 **Institute of Behavioral Science** の **Monica Fitzgerald** 博士と連携し、日本及び米国の社会的養護の状況や支援状況について、文献調査やインタビュー調査を通して検討した。その上で、**Monica Fitzgerald** 博士が開発した、トラウマを負った子どものペアレンティング・プログラムである **Let's Connect** プログラムのワークショップに複数回参加し、プログラムの内容と実施方法を習得した。並行して、日本において実践できるよう、プログラムで使用するマテリアルの翻訳と準備を進めた。

以上をもって、日本への適用を図るべく、2年目以降は日本の児童養護施設にて介入実践を行い、**Fitzgerald** 博士のスーパービジョンを受けながら、同プログラムの均てん化を図る予定であったが、上述の通り新型コロナウイルスの感染拡大状況の影響により中断となった。

4. 研究成果

以上の研究活動を踏まえて、子どもへの心理的支援や親子の養育関係への支援、そして児童虐待問題を抱えた家族を支援する支援者らのサポートにおいて、トラウマインフォームドケアの観点を踏まえて行うことが重要であり、それを実践する具体的ツールとしての **Let's Connect** プログラムの習得を果たすことができた。

(1) レッツ・コネクト (**Let's Connect ; LC**)プログラム

① 社会的養護とトラウマインフォームドな養育支援の必要性

里親や施設職員など、社会的養護の場で子どもを養育する養育者の置かれた厳しい状況をふまえると、養育者への支援は欠くことができない。また、養育者を支えることが、子どものトラウマをケアしていくことにもなる。社会的養

護の場においては、トラウマインフォームドケアの観点から、養育者と子どもの両方を支援していくことが求められている。社会的養護の場における養育を含めて、具体的な養育理論や養育方法が明らかにされていない日本の現状においては、トラウマを負った子どもと養育者を支える、トラウマインフォームドケアの概念をふまえた具体的な養育支援を検討していく必要がある。

② レッツ・コネクト(Let's Connect ; LC)プログラムとは

レッツ・コネクト (Let 's Connect ; LC) プログラムの開発

トラウマインフォームドケアの観点からの具体的な子どもと養育者への支援方法として、レッツ・コネクト (Let 's Connect ; LC) プログラムがある。レッツ・コネクトとは、コロラド大学ボルダー校の行動科学研究所 (Institute of Behavioral Science) に在籍する Monica Fitzgerald, Kimberly Shipman, Lucianne Hackbert によって開発された、トラウマインフォームド・ケアにもとづくペアレンティング・プログラムである。コロラド州保健福祉局 (Colorado Department of Human Services) 及び全米子どものトラウマティックストレス・ネットワーク (The National Child Traumatic Stress Network ; NCTSN) の支援を受けて開発された。レッツ・コネクトを経験することによって、養育者の子どもとの支持的な情緒的コミュニケーションが有意に増加し、非支持的な情緒的コミュニケーションが有意に低下することが確認されている (Shaffer et al., 2019)。NCTSN のトラウマへの治療的介入プログラム (NCTSN, 2019a) にも掲載されており、将来が期待されるプログラムとして指定されている (NCTSN, 2019b ; Fitzgerald et al., 2019)。

③ レッツ・コネクト (LC) プログラムの構成について

レッツ・コネクトは、3歳から15歳までの、健康な子どもと養育者から様々なトラウマを経験した子どもと養育者までを広く対象としている。養育者が子どもの情緒的ニーズと行動を的確に把握し、それに応え、子どもと温かいつながりを築く方法を学ぶことによって、子どもの成長や情緒的安定を図ることを目指す (Shaffer et al., 2019)。個々の家族を対象とした個別家族用プログラムと、グループを対象としたグループプログラム、そしてレッツ・コネクトを学校に適用した学校版レッツ・コネクトプログラムであるライズ (Resilience in Schools and Educators ; RISE) がある。プログラムは通常、クライアントのニーズに応じて、8~12回のセッションで構成され、プログラムは単体で行われる他、トラウマフォーカスト認知行動療法 (TF-CBT) や家族のための代替案認知行動療法 (AF-CBT) などの標準化されたトラウマ治療と組み合わせて実施することができる。必要となるセッション数は、セッションの1回の時間、家族のニーズ、養育者のスキルのレベル、そして同時進行している他のエビデンスのあるトラウマ治療などに応じて異なる。可能であれば、毎週1回のセッションを行うことが推奨されている。内容は、子どもの心理や発達、行動やトラウマの影響などについての心理教育、養育者自身の自己覚知や内面へのアプローチ、子どもの成長を促し相互関係を築くための具体的な関わりのスキル、そして養育環境の整え方などから構成されている。

レッツ・コネクトのスキルは、セラピストによる講義、ロールプレイ、実践、セッション中のコーチングの組み合わせなどによって教えられる。ペアレンティングプログラムであるため、基本的には養育者を対象としてプログラムは進

行していくが、後半に行われるセッション中のコーチングでは子どもも参加し、セラピストがコーチとして、養育者が気持ちや人生の出来事、構造化された宿題(home practice)について子どもと一緒に話していく。このコーチングでは、養育者が自分や子どもの気持ちや人生の出来事、構造化された宿題の成果について子どもと一緒に対話することを、セラピストがコーチになってサポートする。セラピストは、養育者のみとの LC スキルの指導、モデル化、実践を行い、養育者と子どもたちと一緒にセッション中の会話を通してレッツ・コネクトスキルのライブコーチングを提供する。一方で子どもたちは、養育者との交流を通して感情について学び、スキルを身につけていく (Fitzgerald et al., 2019)。

④ レッツ・コネクト(LC)の対象について

レッツ・コネクトは、一般的な養育者と子どもに対して、問題発生の予防と子どもと養育者の健康促進とレジリエンスの促進のために用いることができるほか、里親、親族里親、施設職員などの代替養育者と子どもに対しても同様の目的で用いることができる。子どもと養育者との健全なコミュニケーションを増やし、子どもの情動体験をより深く理解し、子どもの感情表出や難しい行動に効果的に対応する方法やペアレンティングや養育者自身の情動的課題に対処する方法を学ぶことにより、よりよい養育が可能となる (NCTSN, 2019b)。

また、トラウマ、慢性的な医学的問題、離婚、離別、軍事派遣、突然の悲惨な出来事、自然災害、虐待や DV などの高ストレスのライフイベントを経験した養育者と子どもや、親族里親、里親、養子縁組の養育者で行動に問題のある子どもを養育しているハイリスクの家族や養育関係にも適している。トラウマが子どもに与える影響を養育者が理解し、適切に対応することを学ぶことによって、トラウマを経験した子どもに適した対処や養育行動を取ることができるようになり、問題が深刻化することを防ぎ、子どもの回復を促進することが可能となる (NCTSN, 2019b)。

さらに、トラウマの問題を抱えて治療が必要となり、TF-CBT や AF-CBT などのエビデンスに基づいた子どもと家族への標準化された治療を受けている子どもや養育者に対して、それらの治療と組み合わせて活用することができる。レッツ・コネクトにより、養育者が感情調節やサポートティブな応答、そしてコミュニケーションスキルを身につけることで、養育者と子どもとの関係の質を強化することができる。さらに子どものトラウマや虐待、離婚、離別、喪失など、難しい家族の問題について話すための特定のツールを手に入れることにより、養育関係の中においてトラウマ体験からの回復を促進させることができる。他のエビデンスに基づいた介入とレッツ・コネクトを統合的に活用することで、治療的介入を強化することが可能となる (Fitzgerald et al., 2019)。

レッツ・コネクトでは、適性を考慮する際には、対象となる家族が抱える問題に対して十分なアセスメントを行い、必要な場合はエビデンスのある治療法へリファラーすることの重要性を強調している。特に、トラウマや暴力、児童虐待などのマルトリートメントを子どもが経験している場合、それらの体験は、自己の感情への気づき、理解、情動調節、他者の立場に立って感情を理解すること、共感などの子どもの社会的情動能力の発達を妨げる。さらにマルトリートメントやトラウマの体験は、子どもが養育者や他者との安定したアタッチメントを形成する力を獲得することを妨げる。それにより生じる、自他への不信

や不安から生じる攻撃性や被害感が、学習や友達関係、支持的な大人との関係に影響し、必要であるはずの他者からのサポートを得る機会を制限してしまうことがしばしば起きる。つまり、こうした状況にある子どもを養育しようとする養育者との関係を、子ども自身が抱えるトラウマの影響から、遠ざけたり壊したり困難にしてしまうことが起きる。また、子どものことを保護することが目的の社会的養護システムであっても、一時保護や里親委託、施設入所などのシステムの中での経験は、子どもにとって大きなストレスのかかる体験である。社会的養護の領域にはこうした子どもたちが多く存在している。このような子どもを養育する養育者に対しては、トラウマインフォームドケアの観点から、子どもが経験している高ストレスで逆境的な生活上のできごととトラウマ体験の連続性とその影響について、基本的な理解を養育者に伝えることは非常に重要である。子どもの行動や情緒的ニーズ、生育歴に対する養育者自身の反応に気づき調節すること、心的外傷性ストレスの症状と子どもの自己調節の難しさや問題行動の関係性を理解すること、その子特有のトリガーを理解しコーピングを支援することなどが必要となる (Fitzgerald et al., 2019)。

子どもがトラウマに関する治療が必要な状態である場合、レッツ・コネクトは、エビデンスに基づくトラウマに焦点をあてた治療の代わりにはならず、その効果を高めるものであることに留意する必要がある。レッツ・コネクトでは、ハイリスクの家族を対象とした介入では、セラピストによるトレーニング、モデリング、親子の相互作用のライブコーチング、毎週自宅でレッツ・コネクトスキルを実践する宿題に加えて、毎週のセッションにおいて8~12(90分)の継続的なコンサルテーションを追加で行う。トラウマに関する個別の治療と組み合わせる場合には、標準的なトラウマに焦点をあてた治療プロトコルを行うために、通常はセッションを5回追加するとされている (Fitzgerald et al., 2019)。

⑤ レッツ・コネクトプログラムの理論的背景

レッツ・コネクトでは、養育者が子どもの情緒的ニーズと行動を的確に把握し、それに応えることで、子どもとの温かいつながりを築く方法を養育者に教えるペアレンティングによる介入方法である。それにより、子どもの情緒的能力、安心感、情緒的安定など、様々な面の改善をはかり、精神上/行動上の健康を促進させようとするものである。レッツ・コネクトとそのスキルは、社会性・情動性発達、感情の社会化、情動の神経生物学、ペアレンティングやアタッチメント、危機理論、レジリエンスとトラウマなどの、様々な発達理論と臨床研究の成果に基づいて開発されている。子どもの情動への養育者の反応は、子どもの感情調節などの社会的・情動的能力、情緒的安定、心理・行動・身体的な健康とレジリエンスを育てる上で核となることが示唆されている (Shaffer et al., 2019)。

レッツ・コネクトがトラウマを受けた子どものケアにおいて養育者に焦点をあてているのは、養育者の社会情動的能力 (Social Emotional Competence ; SEC) は、他者と安定し充足した関係を形成することや、養育を通して子どもの社会的情動能力を育成することの基盤になるという、多くの研究結果に由来する。社会的情動能力には、①感情への気づき、②感情を理解すること、③感情の受容、④感情表現、⑤感情調節、⑥他者の視点に立ち感情を理解する力、

⑦共感と思いやり, ⑧他者の感情への支持的な反応, のスキルが含まれる(表 4)。これらを養育者が十分に獲得することによって, 養育者自身が他者と安定した関係を形成することができ, これを子どもとの関係で展開することにより, 子ども自身の社会的情動能力が育つ。これに加え, レッツ・コネクトでは, 青少年との関係で具体的に用いることができるスキルとして, ①気づくこと, 良さを認めること, ②理解したり, もっと知るために聞くこと, ③子どもの気持ちを言語化すること, ④情動をサポートするスキル, ⑤情動をコーチングするスキル, ⑥問題行動を軽減するための方法, が示されている(表 5)。子どもが感情, 感情表現, 感情調節を学ぶ感情の社会化(emotion socialization)プロセスにおいては, 養育者がとりわけ重要な役割を果たす。レッツ・コネクトでは, 大人の社会的情動能力向上と, セルフケアの習慣を養うことに焦点をあて, 養育者自身のウェルビーイングとストレス軽減をはかることで, 子どもとの関係を構築し, 子どもの社会的情動能力を発達させ, 肯定的な行動を促進させることを目指す(NCTSN, 2019b)。

⑥ レッツ・コネクトプログラムの特徴

レッツ・コネクトの柱は, 1) レジリエンス, 社会的・情緒的発達, 家族の中の情緒的風土, 子どもの行動上の課題, その他トラウマなど, 個々の家族特定のテーマについての養育者への心理教育, 2) 自己への気づき, 他者の視点に立ち感情を理解する力, 感情調節や支持的な在り方など, 養育者自身の社会性・情動性のスキルとウェルビーイングの促進, 3) 支持的な関係の質, 社会的・情動的能力, そして子どもの心理・行動的健康とウェルビーイングを高めるような子どもとの関わり方の具体的なスキル, 4) 予測可能性や一貫性, 家族のつながりの機会を促すために日頃の習慣やルーチン, 生活のリズムを家庭に取り入れる, 意図的な環境づくりを養育者が行えるよう支援すること, という4つによって構成されている。これらを実現する具体的なスキルを, 直接的な教示やディスカッション, ロールプレイ, セラピストのサポートを受けながらのスキル練習, ふりかえり, サポートを受けながらのマインドフルネス, セルフケアの習慣づけ, などを通して学んで行く(Fitzgerald et al., 2019)。

2) の養育者の内面的成長と感情への気づきを促進するアプローチに用いられるスキルとして, シンプルなマインドフルネス/ウェルビーイングプラクティス, 自己を内省すること, そして感情が養育における応答にどうつながるのかについての洞察を深めることなどを理解する, Hand-to-Heart 3 ステッププロセスが用いられる(Fitzgerald et al., 2019)。Hand-to-Heart 3 ステッププロセスは, 子どもの感情や行動に対するサポータティブで意図的な応答をおこなうために養育者がどのような手順を踏むとよいのかを教えるものであり, 自分を見つめる- 子どもに思いをはせる- つながる, という3つのプロセスで構成されている。

3) 養育行動における具体的なスキルを獲得するアプローチでは, 子どもと相互関係を築くスキルとして, つながるスキル, 感情をサポートするスキル, 感情のコーチングスキルがあり, 意図的な環境作りとつながりを妨げる畏についても示されている。

レッツ・コネクトの特徴は, ①レジリエンスを促進すること, ②感情に焦点を当てること, ③トラウマ・レスポンスであること, ④研究に基づいている

こと、である。

レジリエンスは、ストレスやトラウマへ対応する力であり、子どものレジリエンスを促進する最も重要な要素は、安全で安定した大人との支持的な養育関係であることがこれまでの研究の中で明らかになっている。感情的な気づき、情動調節、共感、他者の視点に立ち感情を理解する力といった社会性・情動性のスキルも、養育者と子どもの両方にとってレジリエンスを促進する。そのため、レッツ・コネクトでは、レジリエンスを育成する方法で養育者と子どもとの関係強化を図る。まずは養育者の社会的・情動的な能力とウェルビーイングを高め、同じ能力を子どもが修得するために養育者がどのように関わればよいのかを、コーチングを通して養育者に教えていく (Fitzgerald et al., 2019)。

また、レッツ・コネクトでは、感情を重視する。ポジティブな感情もネガティブな感情にも全ての感情には役割があるととらえ、感情に注目していく。養育者自身の情動的な経験に注意を払い、子どもの情動体験に感情を伴い寄り添うことを通して、適応的で健全な方法で課題に取り組む力を育てていく。こうして養育者自身と子どもの情動的な経験に目を向けることは、養育者自身を落ち着かせ、感情調整を図り、子どもと養育者の絆を深め、思春期の子どもの難しい行動に効果的に対処することを可能とする (Fitzgerald et al., 2019)。

そして、レッツ・コネクトはトラウマリスポンシブである。トラウマを経験した子どもは、トラウマを経験したことによる特徴的な情動、認知、行動を示し、それに対して周囲が適切に対応することが、トラウマによる否定的影響を少なく留め、またそこからの回復にとって必要となる。レッツ・コネクトに限らず、子どものトラウマに対する有効な治療方法においては、ほとんどの治療法が支持的な養育者の関わりを重視している。レッツ・コネクトでは、子どもの情動的なニーズ、離婚、別離、喪失などの難しい家族のテーマや子どものトラウマ体験などを扱うために必要な、養育者の支持的なコミュニケーションや対応を学ぶ (Fitzgerald et al., 2019)。

最後に、レッツ・コネクトは様々な先行研究の成果に基づき開発されている。社会性・情動性発達、感情の社会化、情動の神経生物学、ペアレンティングやアタッチメント、危機理論、レジリエンスとトラウマなどの、多岐の分野にわたる最新の研究に基づいて開発されたペアレンティングプログラムである点が特徴である (Fitzgerald et al., 2019)。

(2) 今後の展望-レッツ・コネクト (LC) プログラムの社会的養護領域での活用に向けて

社会的養護の領域で暮らす子どもの多くはトラウマの影響を受けている。そのため、そうした子どもを養育する里親や施設職員が、子どもに対するトラウマと適切な養育方法を理解することは必須である。同時に、トラウマを経験した子どもを養育する養育者自身へのトラウマの影響を理解することも欠くことができない。社会的養護の場において、こうしたトラウマインフォームドなケアの方法とシステムを構築していくことが求められている。

社会においてしつけという名目で不適切な養育が行われ、里親や施設などの専門的養育を担う場においても子どもの養育するための養育論や、さらにはトラウマやアタッチメントの課題を抱えた子どもを養育する専門的な養育方法が十分でない現状においては、科学的根拠に裏付けられたペアレンティングプロ

グラムが果たす役割は大きい。特にレッツ・コネクトは、一般的な養育者からトラウマを経験し専門的治療が必要な子どもを養育している養育者まで対象が幅広く、実親から里親や施設職員などの代替養育者まで含み、さらには個々の家族を対象とした実施からグループでの実施も可能としている。社会的養護の領域においては、例えば実際に里親になる前の研修や施設での職員研修においてグループを対象としたレッツ・コネクトを受講し、さらに実際に養育に困難を抱えた時に特定の子どもと共に個別家族用のレッツ・コネクト、または標準化されたトラウマ治療とともに個別家族用のレッツ・コネクトに取り組むなどのことが可能であり、その利用可能性は広範囲にわたる。

今後は、研究の中断によって行うことができなかった、日本の社会的養護の実践現場においてレッツ・コネクトプログラムを実践し、その均てん化を図るとともに、その活用方法、領域の検討と、効果検証を行うことが必要である。