

「親子未来プラン」ガイド

保護者編

(Ver.1)

平成28年3月

社会的養護における「育ち」「育て」を考える研究会編

はじめに

～ 「親子未来プラン」で未来を築こう！ ～

これから豊かな家族の生活を築くために、これまでの自分や家族を振り返り、今の自分や家族を見つめ、将来なりたい自分や家族について考え、それに向かって目標を持って生活することは大切です。

子どもの親として、大人として、自分が将来なりたい自分や家族を描き、目標を立て取り組むための計画が「親子未来プラン」です。

その「親子未来プラン」をつくるための手引きが、「親子未来プラン」ガイド（保護者編）です。

この手引きを参考にして、ゆっくりと時間をかけて家族のための「親子未来プラン」をつくって、具体的な目標をもち、目標達成に親子で取り組んでみましょう。

1. 「親子未来プラン」の目的

児童相談所や施設ではそれぞれお子さんの自立支援計画を策定しています。お子さんも将来のことを考えて計画を作っています。それとともに、保護者のみなさんも将来への計画を持ち、目標に向かって暮らしていきませんか。「親子未来プラン」は、保護者のみなさんが、これからお子さんとともに、健康で幸福な家族生活を育むために、自分や家族を理解し、家族として目標をもって豊かな歩みをし続けていくことを目的にして、つくるものです。

2. 「親子未来プラン」のメリット

- (1) 自分やお子さんが今抱えている問題等を整理し、それを見つめ直すことにより、自分や家族についての理解が深まります。自分やお子さん、それ以外の家族の良さや強み、あるいは短所や気になるところなどに気づけ、今後歩むべき道をさぐる手がかりとなります。
- (2) 目標を立てて家族生活を営むことにより、生活意欲が高まり行動の変化や将来営みたい親子・家族生活に近づくことができます。
- (3) 小さな目標を達成することにより、喜びを持って次の目標に向かえ、自分や家族に対する自信が高まっていきます。
- (4) 継続的に取り組むことにより、目標を立てて生活することが、将来への希望につながります。
- (5) 家族の意見を反映しながら目標を策定し、伴走者として施設職員や児童相談所の担当ワーカーが応援します。

3. 「親子未来プラン」を策定する対象

「親子未来プラン」を策定する対象は、里親家庭や児童福祉施設にお子さんを預けている保護者と家族、母子生活支援施設で暮らしている保護者の方です。

4. 「親子未来プラン」の策定者

保護者自身が、家族、施設職員、児童相談所の担当ワーカーなどと相談して策定します。作成に当たっては、あなたの相談に乗ってくれる職員さんがいます。その人は、何のために作るのか、どのように作るのか、そしてどのように使えばいいのかを説明してくれます。その人によく相談に乗ってもらい、自分

の納得のいくプランを作りましょう。

5. 「親子未来プラン」を策定しはじめる時期

「親子未来プラン」は、里親家庭や施設でお子さんが、また母子生活支援施設で親子が生活しはじめてから、3か月間経過した頃から考えてゆきましょう。

6. 「親子未来プラン」策定のガイド（保護者と養育者が一緒に活用します）

（1）家族理解（自己アセスメント）

ア) 情報集め 【プランの(1)】

養育者と保護者が一緒にお子さんの様子や家族の様子を共有しましょう。その際に分からないことがあれば、教師、里親、施設職員、児童相談所の担当ワーカーなど、あなたやお子さんのことを知っている方から聞いて下さい。

イ) 情報の整理 【プランの(2)】

自分や家族を理解するために、ご自分が知っていたことや、新しく知ったことをもとに、これまでの自分や家族、今の自分や家族についての情報を整理しましょう。

（2）養育者が理解しておくべき保護者の意向 【プランの(3)】

養育者が理解しておくべき保護者の思いや将来の希望を記入しましょう。

（3）プランの策定 【プランの(4)】

ア) 何に取り組むかを決めましょう

保護者の思いや将来の希望を達成するために、具体的な取り組み課題を決めましょう。（できればスケジュールも作成しましょう）

例. 面会、外出、退所、自立、よりよい親子関係の形成などに向けて

イ) 相談・確定

作成した「親子未来プラン」を、子どもや、子どもにかかわっている職員、里親さん、児童相談所の担当ワーカーなどにも見せ、アドバイスを貰った上で確定しましょう。

ウ) 取り組み

「親子未来プラン」が確定したら、継続的に取り組みましょう。ただし、無理の無いように、自分のペースにあった取り組みにしましょう。

エ) 取り組み状況の確認

自分や家族が、「具体的な取り組み内容」について無理なく継続的に取り組むことができているのか確かめましょう。

「親子未来プラン」で立てた「具体的な取り組み内容」がどの程度達成されているか、またそれが「これからなりたい家族（大きな目標）」にどれくらい近づいているか確認してみましょう。

オ) 取り組み状況の評価（振り返り）

取り組みがとれくらい進んでいるかは、自分だけではなかなかわかりにくいものです。そこで、子どもや施設の職員さん、里親さん、児童相談所の担当ワーカーなど、あなたに関わっている人からも聞いてみましょう。自分だけでは見えない、わかりにくいけれども取り組みが前進したところを見つけてもらえると思います。また、なかなか前進しないところは、なぜなのかを一緒に考えてもらいましょう。

(4) プランの見直し

評価結果に基づいて、「親子未来プラン」の見直しを行いましょう。再度、家族理解を深めて、目標や具体的な取り組み内容などについて検討し、目標や具体的な取り組み内容などを見直してみましょう。検討した結果で、もっとよりよい計画に作り直してもいいですし、同じ計画で進めていくということになるかもしれません。どちらにしても、もう一度計画を見直し、このあとどうしたらいいか見直しをすることは大事だと思います。

親子未来プラン

記入日： 年 月 日

お子さんの名前： 生年月日： (才)

(1) 最近の状況

お子さんの様子

ご家族の様子

(2) 家族について

これからなりたい家族

これまでの家族

今の家族

お話をもらった担当者： _____

記入日： 年 月 日

(3) 保護者の方の思いや意向

お名前： _____

子どもについての思いや意向

ご自身について（自己理解）

今の生活についての思い

将来の希望をお聞かせ下さい

担当者： _____

(4) 「 」に向けてのプランニング

よりよい親子関係の形成に向けて作成しましょう。

この用紙は、目標に向かってどのように具体的に取り組むかを計画し振り返るために活用します。定期的に振り返り、無理のないようにプランの変更も含めて検討し、幸せな親子生活が送れるよう施設・児童相談所などが支援します。

お名前：

作成日： 年 月 日

	目標	具体的取り組み	振り返り
1			予定 月 日 (済チェック欄 <input type="checkbox"/>)
2			予定 月 日 (済チェック欄 <input type="checkbox"/>)
3			予定 月 日 (済チェック欄 <input type="checkbox"/>)
4			予定 月 日 (済チェック欄 <input type="checkbox"/>)
5			予定 月 日 (済チェック欄 <input type="checkbox"/>)

担当者： _____