



里親養育における子どもの安全基地を作る

安全基地モデル（SBM）スコアカード

里親および里親支援機関の管理者／スーパーバイザー用

良質な養育開発のための実践ツール

- **子どもの生き立ち**
里親としてのタスクにおける課題
- **目標設定**
リソースと改善部分の特定
- **対話**
里親とスーパーバイザー／ソーシャルワーカー／その他の相談員間のコミュニケーション
- **取り組み計画**
社会的つながりを日ごとに改善するための重点



はじめに：スコアカードは里親としての仕事のためのツール

このスコアカードは里親の仕事を支援します。里親は、里子の人生において最も重要な人物です。スコアカードへの記入を通じて、里親団体のスーパーバイザーや相談員との連携を図ります。このスコアカードはまた、里親としてのネットワークの分析、改善部分の特定、関係者との前向きな対話、すでに実施していることを改善するための体系的計画に役立てられるツールでもあります。小さな変化が大きな改善につながります。

また、フェアスタートトレーニングのどのセッションを使用することが自分にとって最優先であるかを決める際にも役に立ちます。

家庭が職場。職場に改善はつきもの

里親養育者になると、家庭自体が職場になります。単なる親になるのではなく、里親になる、つまり社会から養育を委任された養育責任者として、自分の家庭を用いて、里子に安全基地を提供しなければなりません。

里親の仕事には、相談所の依頼者、配偶者（パートナー）、里子の実親との仲介者などさまざまな社会的なつながりが関係し、実子、隣人、友人、親戚などとのつながり、さらには里子にも親しい友だちや同級生とのつながりが関係していきます。

これらのすべてのつながりの質が、仕事の枠組みを形作り基盤となります。

仕事の質を高め、重視すべきことを見極めるには、職場の改善に努めなければなりません。職場での居心地が良く、安心感があり、自分と社会的なつながりを持つ人全員との関係が良好であれば、自分を高めることができ、里子にとって、素晴らしい養育者になれます。

自分の仕事と里子のための環境作りを計画的に行うためのツール

このスコアカードには、複数の質問が用意されています。とても良い、悪い、またはその中間といった選択式で「つながり」について回答していきます。記入が完了すると、つながりについての概要を把握することができます。

配偶者にも回答に協力してもらおうとよいでしょう。配偶者から自分とは異なる見解や良い考えが出されることがあります。または、自分のことをよく知っている友人などに協力してもらうのも良いアイデアです。

スーパーバイザーや子どものソーシャルワーカーと定期的に会うまたは電話などで話をする際に、スコアカードの結果を参考にしながら、今後の改善や解決策について話し合うこともできます。



スコアカード採点後は、それを参考にしながら、自分にとって最も大切なつながりを改善するために、このトレーニングプログラムをどう活用するかについて実践計画を立てることができます。里親支援機関の相談員やスーパーバイザーが家庭を訪問する際に、スコアカードの採点結果と実践計画を共有して、アドバイスを受けるとよいでしょう。

里親養育という仕事に求められるもの

里親として里子を迎え入れる際に予想されることは何か、それに対して、仕事として担う役目をどう理解すればよいのか。この質問の答えを以下の質問で探っていきます。

まず、自分の里子について、その里子を養育する仕事は大変かどうか、その里子は問題をいくつも抱えているかどうか、抱えている場合は、それが自分にとって難しい課題になるかどうかといったことを考えてみます。これらの質問の答えは、里子の生い立ちに関するものですので、スコアカードの採点には含まれません。

自分の里子について：子どもの年齢と生い立ちに対する自分の役割と期待

該当するものに「O」を付けてください。

- A. 里子が自分に託されたときの里子の年齢は 0～3歳である。
- B. 里子が自分に託されたときの里子の年齢は 4～10歳である。
- C. 里子が自分に託されたときの里子の年齢は 10代～中高校生である。

この質問が重要な理由

里子が里親に託されたときの里子の年齢に応じて、一般的に考えられることと予想されることがあります。これは、里親としての仕事の役割を定義する上で役に立ちます。ただし、これは「一般的」なことであるため、必ずしもそれが自分の状況に当てはまるとは限りません。

回答 A の場合

3歳になる前に託された里子の多くは、抱えている問題から回復して、子どもが親に自然に抱くように、里親への愛着を形成します。里子が幼少であればあるほど、里親の里子への愛着も高まり、里子も里親を実の親のように捉えます。

そのため、里親としての仕事は、*実の親のように子どもを育てる*ということになります。

生みの親にとって、実の子の養育を放棄することや、裁判所の命令で剥奪されてしまうことは、極めて耐え難いことです。（里子の実親との関係がある場合は）実親の気持ち（嫉妬や怒り）を理解することが大切になります。



回答Bの場合

幼児期になってから託された里子は、すでに実親に愛着を形成しているため、実親と里親という2つの家族がいることを自ら認識します。里子が里親に愛着を形成するまでには、しばらく（数年）かかる可能性があります。また、見捨てられたという感情から、行動上の問題を呈することがあるか、または生後の養育不足による問題を抱えていることがあります。「2つの家族を持つ」ということを里子に率直に話す必要がありますが、里子にとっては理解し難いことであるということをも解しておかなければなりません。発達に遅れが出ることもありますので、忍耐強く接することが大切になります。

回答Cの場合

思春期前後または中高校生を里子として迎え入れた場合、里子は、壊れた関係の中で、長きにわたる過酷な人生を過ごしてきたということを考慮しなければなりません。里子は、生涯を通じて問題となりうるか、または長い経過を必要とする問題を抱えていることがあり、里親家族への仲間入りや親密さを築こうとするはたらきかけにより、そのような問題が誘発されてしまうこともあります。里親は、実質的な親として、里子が社会的に機能し、毎日のリズム（料理、掃除、起床、宿題、通学など）を学び、自立することを学ぶために子どもを助ける存在であると考えることができます。里親は、自分を飾らずに、優しさと厳しさのバランスを取りながら里子と接し、里子にとっていつでも相談できる人生のパートナーのような存在として接するとよいでしょう。若者が、里親のもとから巣立ってから生きていくために必要なことに、備えておけるよう支えることに重点を置き、それが里親と里子の相互に課せられた役目であり、そのために里親に託されたということを里子に説明しなければなりません。

里親に託される前の里子の生活。該当するものに「○」を付けてください。

- A. 里子にとって、我が家は、実親と離れて暮らす、最初の場所である。
- B. 里子にとって、我が家は2番目の場所である。
- C. 里子にとって、我が家は3番目またはそれ以降の場所である。

この質問が重要な理由

さまざまな研究や体験によると、子どもの生活環境が変われば変わるほど、特に幼少期にその変化が激しいと、養育者や周囲の者を信用すること、愛着を形成することが困難になり、長期的なつながりがあってこそ学べることも、学べなくなります。初めて実親と離れて生活する最初の場では、比較的良好な展開を期待できますが、養育者の頻繁な入れ替わり、または幼少期の愛情不足、あるいはこの両方を里子が経験している場合、里親は、行動上または学習面での問題に備え、他の子どもよりも発達が遅れている子どもを養育することになることを理解する必要があります。里子が自立するまでに、日常的な支援が長期的に必要なこともあります。



実親と、里親に対する実親の行動

里子の実親について（知っている場合）。該当するものに「○」を付けてください。

- A. 実親は実子愛しているが、実子を社会的養護に託さなければならなかった。子どもを養育できない事情があった（死別、事故、貧困、非嫡出子など）。
- B. 実親は麻薬またはアルコール依存症または深刻な精神疾患を患っているか、または生活状態が極めて混沌としている（災害、戦争など）。
- C. その他の理由。実親が責任ある大人として実子を育てることが不可能である。

この質問が重要な理由

ある研究によると、正常な両親（止むを得ない事情により実子の養育を他人に託した実親）の子どもは、里親のもとで健全に発達するということが示されています。この正常な両親は、抵抗なく里親を受け入れ、連携することに抵抗がなく、その子どもは生後から健全な養育を受けていたため、里親家庭でも健やかに育ちます。

実親が親として機能していなかった（自覚していなかった）場合、その子どもは、初期のケア不足により、問題（アルコール摂取による脳障害のように妊娠中からの問題も含みます）を抱える傾向にあります。家族として機能していなかった実親の多くに、里親と連携したり、里親の意見を受け入れたりすることに抵抗を感じる傾向が見られます。

里親としてどの程度のことができるかは、その子どもが里子として託されるまでの実親との生活がどうであったかにも依ります。

ここで、上記の質問の回答について考えてみます。回答がどれも「A」であった場合、里子を家族の一員として育て、健やかな成長を期待することができるでしょう。どれも「C」であった場合、里親としての仕事で大きな壁に突き当たることが予想されます。短時間での進展は見込めない可能性があります。可能な限り、行政や支援団体の専門家からのスーパービジョン（指導）や特別な支援を得る必要があります。支援を得られない場合は、他の里親、同僚、友人などに相談するとよいでしょう。里親としての悩みを話すだけでも解決の糸口が見つかるかもしれません。

里子についての考えと期待

上記の質問の回答を踏まえて、以下の質問について、自分の考えを書き入れてください。



自分の考え：里子の生い立ちは、困難が多いものだったか、それとも健全だったか？

自分の考え：里子の正常な発達を期待できそうか、それとも忍耐強さが求められるか。

里子の生い立ちについての考えをまとめた後、次のページでは、いよいよ、スコアカードに記入して、その結果について考え、自分の仕事について計画を立てます。



自分のネットワークに里親としてのつながりを確立する

前の質問では、里子の生い立ちについて把握し、里親としての基本的な役割について考えました。次の質問では、里親の社会的つながりについて「鳥瞰図」を作ります。

とある研究では、里親の社会的ネットワーク（規模や質も含めて）は、里親としての生きがいと、里子の健全な発達に欠かせないものであることが示されています。そのため、スコアカードの質問に回答した後に、自分の社会的つながりをどう改善するかについてアイデアが出てくることがあります。そのような学習プロセスを通じて、里親としてのバランスを確立し、平穏で幸せな養育者になることを目指します。

ここからの質問は、選択式です。

スコアカードの採点方法

このカードは自分のために使うものですので、**現実的かつ正直**にお答えください。

各質問に、以下のごとく 0~6、または X でお答えください。

- 0 - 「全くない」、「ありえない」
- 1 - 「極めて稀」、「1 割程度」
- 2 - 「稀」、「2 割程度」
- 3 - 「ときどき」、「少し」
- 4 - 「ほぼ」、「7~8 割程度」
- 5 - 「ほぼ常に」、「大部分」
- 6 - 「常にそうである」、「100%そうである」
- X - 「不明」、「無関係」

では、次の質問にお答えください。

里親と公的機関（児童相談所など）の関係について

1. 里子のソーシャルワーカー（ケースワーカー）と交流があり、里子について話ができる（相談できる）。里親として、何が期待されているかを把握している。

スコア： _____ 点



2. 里親管理・支援機関の相談員に時々会ったり電話やメール等で話ができる。里親の仕事について有益な対話ができる。

スコア：_____点

3. (里親養育の) 専門家と良好な関係があり、必要なときに相談しアドバイスをもらえる。

スコア：_____点

4. 里子のケース管理者による里親に対する考え方(見方)、里親の養育タスク、里親の在り方についての考えが、自分たち(里親)と一致している。

スコア：_____点

5. 他の里親と会うことが時々あり、里子について話すことやお互いに支え合うことができる。

スコア：_____点

自分の考えと反省点

上記の質問の回答について、自分の考えを書き入れてください。

雇用者との関係について



公的機関（児童相談所など）との関係について

里親家庭内の関係と、実親との関係

6. 配偶者（パートナー）との関係は良好である。何か問題があれば、話し合っ解決できる。自分の配偶者は里親としての仕事をサポートしてくれる。（一人でも里親になることが自分にとって有意義なことであり、相談相手となる友人や家族と良好な関係がある。）

スコア： _____ 点

7. 里親としての経験があり、里子との接し方には自信がある。心配事があっても、解決策を見つけ出せると信じている。

スコア： _____ 点

8. 実子は、自分の里親としての仕事に理解を示し、里子を受け入れられる。実子は里子を自分の兄弟姉妹のように接している。

スコア： _____ 点

（実子がない、または独立している場合は、「3」と記入してください）

9. 友人、親せき、隣人、および学校と、里子について率直に話している。そのため、里子であることが恥ずかしいことまたは劣等感を抱えるべきことではないということを、里子自身が分かっている。

スコア： _____ 点



10. 実親は、実子が里親と暮らす必要があるということを理解している。嫉妬することなく、協調的である。正常に話ができる。

スコア： _____ 点
(実親のどちらとも全く接触がない場合は、「3」と記入してください)

11. たとえ里子の実親が実子を育てることが困難または不可能であることが明らかであっても、あるいは実親との接触が全くなくても、里子に、里子の実親を尊重して前向きに話をしている。

スコア： _____ 点

12. 里子に「2つの家族」がいることの問題（例えば、里子が実親を求めたり、捨てられたという気持ちになったりすること）について率直に話をしている。里子を「実親と協力して育てる子ども」と理解している。

スコア： _____ 点

自分の考えと反省点

上記の質問（5～11）の回答について、自分の考えを書き入れてください。

里親としての仕事を首尾よく遂行するための自分の家族の相互協力について



実親との連携について。子どもの実親に対する率直な姿勢

里子との接し方について

13. 里子に対する自分の接し方は予測可能で生活にリズムがある。里子に対して首尾一貫した接し方をしている。感情的に行動したり、計画を突然に変更したりしない。変化に対する里子の心の準備ができるまで長い時間をかけている。

スコア： _____ 点

14. 里子と接するときは敏感に反応している。里子に日常的なことをして欲しいときに、子どもを叱ったり、押し付けたりしない。里子への要求に対して、里子が渋ったり、落ち込んだり、怒ったり、攻撃的になったりしても、要求について説明して柔軟に対応できる。子どもの心の状態に応じて、要求にバランスを持たせることができる。

スコア： _____ 点

15. 里子が安らぎ、対話、または保護を必要とするときに、自分は里子にとって、それを求めやすい存在である。里子は、長いこと待たずして、(里親の) 助けが得られる。子どもが助けを必要とするときは、自分がしていることの手を止めて、里子と話をしたり、なぐさめたりする。

スコア： _____ 点



16. 里子が怒っていたり、攻撃的だったり、落ち込んでいたり、悲しんでいたとしても、自分がそれに流されることはない。どちらかという、里子の気持ちを理解する（感情移入して、里子の気持ちを理解していて、受け入れているということを示す）傾向にあるけれども、里子と同じように感じるのではない（例えば、里子が不満を言ったり、反抗的であっても叱ることはない、里子が怒っているときにカッとならない、大抵の場合は、冷静にバランスを保つ）。

スコア： _____ 点

17. 里子が感じていることや考えていることを考えて、それについて話すことがよくある。里子が他の人の気持ちや考えを理解しようと心掛けることを覚られるようにしている。

例えば、「私たちと住んでいることをどう思う?」、「なんで、〇〇くんは、〇〇ちゃんのことを怒っていたんだと思う?」、「〇〇ちゃんのかみさん/お人形さんは今日、何をしているの?怒ってるのかな?嬉しいのかな?それとも悲しいのかな? かみさんは私のこと好きかしら?」

スコア： _____ 点

18. 里子と意見が合わなくても、そのままにすることは決してない。里子とのバランス（力関係）がもとに戻るまで努力し続けて、有意義な日常生活に集中することができる。意見が合わないままのこともあるけれども、里子は、人と意見が合わないことがあっても、仲の良い関係を持つことができるということを承知している。

スコア： _____ 点

19. 里子が厄介な振る舞いをするときは、その問題を里親自身とも結び付けて理解するよう心掛けている。自分の養育スタイルについて検討して、里親自身の振る舞いが、里子にそうさせているのかどうか自問自答している。振る舞いについて里子と話すときは、その状況に対する里親自身の責任を説明するようにしている。

例えば、「すごく怒ってしまっておめんね。マッチをいじっている〇〇ちゃんを一人にしたのは私なのよね。〇〇ちゃんはまだ小さいから、火の扱い方は知らないのよね。私が注意していればよかったのよね。マッチについて教えあげるわ。マッチはね、危ないものだから、とても注意しなければならないのよ。」

里子を叱ったり、怒るのではなく、このような接し方をしている。

スコア： _____ 点



20. 里子は、里親の両方またはどちらかと明らかな関係を持っている。つまり、里子は誰にどんな責任（役割）があって、里親のどちらかから助けを得るにはどうすればよいかを知っている。

スコア： _____ 点

自分の考えと反省点

上記の質問の回答について、自分の考えを書き入れてください。

里子に対する行動の仕方と、里子とのつながりを持つことについて

（上記のことについて）どうすれば改善できるかについて



里子の社会的つながりと里親の職業上のつながり

21. 里子には、友達や遊び仲間などの社会的つながりがある、または同じ年頃の仲間グループに所属している（スポーツチームなど）。里子は、仲間に溶け込み、里親は里子の社会的つながりに協力している。

スコア： _____ 点

(里子が2歳未満の場合は「3」と記入してください。)

22. 里子には引きこもりの兆候や孤独な様子はあまりない。里子の他の人に対する行動の仕方はあまり、攻撃的または神経質ではない。他の子どもたちが里子を受け入れ、里子は他の子どもたちと分別のある接し方を学んでいる。

スコア： _____ 点

(里子が2歳未満の場合は「3」と記入してください。)

23. 里親は里子の託児所、保育所、学校、課外活動などの保母さんや先生、その他日常的に接する人たちと良い関係があり、協調している。里子の偶発的な問題について関係者に説明済みであり、関係者も里親の取り組みに協力する傾向がある。

スコア： _____ 点

(里子にそのような関わり合いがない場合は「3」と記入してください。)



自分の考えと反省点

上記の質問の回答について、自分の考えを書き入れてください。

仲間に溶け込んでいる里子について

保育所／学校などの職業上、接する人たちとの連携について

次に、すべての質問の回答（点数）を、以下の所定の欄に書き入れて、計算します。

質問の回答に「X」がある場合は、その質問の欄に「X」と記入してください。



質問 **点数**

1. _____ 点

2. _____ 点

3. _____ 点

4. _____ 点

5. _____ 点

6. _____ 点

7. _____ 点

8. _____ 点

9. _____ 点

10. _____ 点

11. _____ 点

12. _____ 点

13. _____ 点

14. _____ 点

15. _____ 点

16. _____ 点

17. _____ 点

18. _____ 点

19. _____ 点

20. _____ 点

21. _____ 点

22. _____ 点

23. _____ 点

合計点 _____ **点**

合計点を 23 で割ります。

注記：質問の回答に「X」がある場合は、その分を質問数から引いてから、平均を出します。

例えば、「X」という回答をした質問が 2 つある場合には、23 から 2 を引いて、21 で割ります。

平均点 _____ **点**

(合計点を回答した質問の数で割る)



里子に安全基地を与える

平均点は里親の仕事ぶりの是非を問うものではありません。

里親としての作業条件を良くするための適切な社会的基盤（土台）が既に確立されているかどうか確認しているだけのものです。

特定の質問の点数や全体的な点数が低い場合は、この土台を改善することに取り組むことができます。

- **平均点が 5.0 点以上の場合**

里子にとって安全基地を提供するために必要な土台がある里親家庭です。

一般的に、里親という仕事をするための良好な土台があるため、里子は次第に安心するようになり、探索し、遊び、学ぶという行動をし始めると考えられます。スコアカードに目を通して、さらに改善できることについて考えてみてください。フェアスタートのオンライントレーニングプログラムのセッションからインスピレーションを得ることができます。

ソーシャルワーカーまたはスーパーバイザー向けのコメント：

この家庭におけるソーシャルワーカーまたはスーパーバイザーの役割は、里親がすでに実践していることをサポートすることです。スコアカードに目を通して、それについて対話し、アドバイス、インスピレーション、およびアイデアを提供してください。

- **平均点が 3.0~4.9 点の場合**

里親組織との連携は良好のようですが、スコアカードを見直して、これから改善していく部分を特定する必要があります。里親のひたむきな気持ちから、里子の発達が進むことへの期待が大き過ぎる可能性があります。または、社会的なつながりが少ないか、何かの衝突に悩まされている可能性があります。その場合、里親として里子を養育していることについて、誰かに話したり、自分の関心を示したり、より開放的になることをお勧めします。

ソーシャルワーカーまたはスーパーバイザー向けのコメント：

スコアカードに目を通して、前向きな(評価できる)回答を見つけて、それをさらに生かすべき部分として里親に提示します。スコアカードの点数が低い項目については、現実的な解決策について話し合い、提案してください。里親からは何かの不満の声が上がる可能性があるため、それに対する備えて、里親の話に耳を傾ける必要があります。バランスを取りながら、実用的な支援をし、現実的なタスクと目標に重点的に取り組むことが大切です。



- **平均点が 0~2.9 点の場合**

里親という仕事をするにあたり、社会的つながりがまだ確立されていない可能性があります。ストレスを感じ、燃え尽きたと感じているおそれがあります。油断のならない状況が続く可能性もあります。支援団体のスーパーバイザーなどに、協力を求めてください。期待が高すぎるか、または社会的つながりが不足していて、里親として社会から孤立している可能性があります。これは、里子にも伝わり、問題のある振る舞いに拍車をかけ、不安定な行動を引き起こす原因になりかねません。里親にストレスがかかり過ぎると、適切な養育を実践することが困難になります。そのため、ストレスを和らげ、里親としての社会的つながりを改善し、誰かに助けを求めたり、話をしたりすることをお勧めします。

ソーシャルワーカーまたはスーパーバイザー向けのコメント：

積極的な対話とサポートを必要とする里親家庭であると考えられます。里親を全面的に支援して、改善に向けてステップバイステップの小さな目標を設定して、頻繁に励まし、話をすることが不可欠です。里親の社会的つながりの拡大を助け、里親と学校の先生などとの間にある意見の不一致などの衝突を解決できるよう手助けする必要があります。

もし、このままでは里親も里子も前進できないリスクがある場合は、里子の委託先変更を検討してください。

特定の問題を解決するため、または小さなことから里親養育を改善していくための計画を里親と立て、頻繁にフォローアップ、サポートしてください。



スコアカードの結果を用いた対話と計画

平均点は、里親としての土台の質についての状況を明らかにするものですが、点数よりも大切なことは、里親がそれをどう考え、内省するか、そして里親養育の改善に向けた決意です。

ある研究によると、里親であることについて話しができる相手がいると、里子は、より元気に育ち、より安心するということが示されています。里親が孤立すると、里子はより多くの問題を抱える傾向にあり、その問題が里親家庭の崩壊を招くことがあります。

自分の考えていること、問題、課題、および計画について誰かに話すことが、里親としての仕事を改善する最適な方法です。今は絶望的と思えるような問題であっても、コーチングと対話のパートナーを見つけると、次第に解決されることがよくあります。

里親管理者またはスーパーバイザー、あるいは信頼できる友人との対話において、里親（単身または夫婦）にとって有意義な発想

まず、1 時間ほど、集中して話ができる時間と場所を確保します（お茶の時間など）。

話し相手に、これから自分がする話を中断することなく一方的に聞いてほしいということ、そこから、自分の話が終わってから、相手の考えを聞きたいということを伝えます。その際に、提案やアドバイスが得られるかもしれません。

1. **権限機関との関係**（質問 1～4）について、自分が考えていることを話す。
例えば、何が良くて、何を改善する必要があって、それにどう取り組むかという自分の考え、どの部分について他からの提案、アドバイス、アイデアを必要としているかといったことを話す。最も重要な考えやアイデアについて話ながら、簡単なメモを取る。
2. **里親家庭内の関係と、実親との関係**について、自分が考えていることを話す（質問 5～11）。前述の権限機関との関係と同様に、「何が良くて、何を改善する必要があって…」といったことを話す。
3. **里子の養育の仕方**について、自分が考えていることを話す（質問 12～19）。
4. **里子の社会的つながりと里親の職業上のつながり**について、自分が考えていることを話す（質問 20～22）。



仕事の計画とスケジュール

里親養育には複雑な要素が絡み合っているため、さまざまなことを考えてきたことでしょう。改善または発展のために何から手を付ければよいか決めかねてしまうことがあるかもしれません。

ここで重要なこととして、いま明らかにした4つの要素、つまり「鳥瞰図」の中から、**仕事を改善するために1ヵ月間集中する部分を1つだけ決めます。**

成果が得られそうなこと、例えば、取り組むことができそうな提案が得られたことを選び、何をどうするかということを明確に宣言できるようにします。

例えば、「いい里親になりたい」または「ネットワークを広げたい」という漠然的な目標は、好ましくありません。改善とは、些細なことを変えるだけでも、もたらされるものです。

ですから、「明日、学校の先生に、里子の宿題のことについて話して、私がどう里子を支えてあげればよいか相談をしに行く。そのときに、里子の失敗への不安について話し合うきっかけを見つけられるかもしれない。とにかく、明日、そうしてみ、宿題に対する里子の消極的な姿勢に、それが役立つかどうか確かめてみる。」

または、

「主人に、昼間に（里子の目の前で）口論をし過ぎるという話をします。度が過ぎると、里子を不安にさせてしまうので、夜になって里子が寝てから、私たちの問題について話し合っ、解決すればいいと思う。そのお膳立てとして、夕飯に主人の好物を作れば、機嫌よく私の話を聞いてくれると思う。」

または、

「里子の父親（里親）として、この子は、ときどき極端に活動的になると思う。毎日、十分に運動をする必要があるの、サッカーチームに参加させるか、夕方一緒にランニングを始めようと思う。」

または、

「里子のすることが心配になるあまり、里子に少し厳しくし過ぎていると思うことがある。これらかは、里子と話をするときは、もう少し敏感になって、ただイライラする代わりに、料理の手伝いをお願いしてみようと思う。」

または、

「自分はすべての問題を自分ひとりで抱え込んで、解決しようとする傾向にあるようだ。自分を追い込んでしまっているようだ。」

実際には、私がしていることをスーパーバイザーに話さなければならないのだから、電話して、話し合いたいことがあるということを主張しようと思う。そのときに相談員が気を悪くしないように、褒めちぎるという作戦で行こうと思う。