

プログラムの概略（全体像）

序 プリペアー・エンリッチとは：

このプログラムは、カウンセラーや聖職者が、結婚前、あるいは結婚後のカップルに対するカウンセリングをより効果的なものとするために開発されました。カウンセラーもカップルも、二人の関係における重要な問題を客観的に知り、取り組めるように工夫されています。このプログラムによって、二人の関係における「成長が必要な領域」と「強みの領域」が正しく評価され、健全な成長が促されることでしょう。

また、カスタマイズ版では、関係の基となる個人の内側の土台となる「性格」、そして、個人を取り囲む環境など外側からくる「ストレス」にも注目して、SCOPE 性格チェック、カップルのタイプの分析とその傾向性など、お二人の関係を示唆する多面的な診断、教育プログラムへと進展し、変化を遂げてきました。

1. プログラムの目標：PREPARING & ENRICHING Marriage

その名の通り、結婚に対する「PREPARE」：準備 と結婚を「ENRICH」豊かな成長に導くことを目標としています。なぜなら、結婚ほど複雑でむずかしい関係は、人類には他にないからです。

二人の人間が、愛し合い、協力し合い、赦し合って、しかもいのちの続く限り…家族を築きあげていくことが、人並み知れぬ努力が必要だと、どのくらいの人が気づいて、実行しているのでしょうか。

厚生労働省の推計では、2012年の一年間、66,9000組が結婚し、23,7000組が離婚しました。1980年代に5組に1組だった離婚が、最近では3組に1組となっています。

離婚率の増加は、世界的な動きでもあり、アメリカの50%をはじめ、東欧諸国、とくにロシアの50%以上、スペインの64%、ベルギーは70%以上の離婚率が報告されています。結婚という関係の質の向上どころでなく、二人が一緒にいるという(結婚の約束)さえも守ることが難しく、おそろかになっている現状ではないでしょうか。

また、日本においては、非婚化・晩婚化という課題も現れてきています。それは、初婚の平均年齢の移り変わりより一目瞭然となります。1950年には、初婚の平均年齢は夫25.9歳、妻23歳だったものが、2011年には、夫30.7歳、妻29歳と5年余りも遅くなっています。その遅れた5年間にも、男女の交際は継続されますし、結婚のかたちをとらずに、「愛を実らせる」または「結婚前のお試し」としての『同棲』も若い年代の中で支持され、増加していると思われまます。

アメリカの調査では、カップルの半数が、結婚前に同棲を体験していたと示されています。(2008年 U. S. 国勢調査) 日本での2009年の調べには、できちゃった婚は、25.3%とあり、4組に1組は何の準備もないまま、結婚、子育て、家族へと飛び込んでいかざるを得ない現状ではないでしょうか？

「備えあれば憂いなし」と、多くの災害を通して、備えの大切さを学んでいる日本ですが、人間社会の一番の基本である、夫婦の関係を築くための備え「プリペアー」の必要性を、どのくらいの人が痛感し、実施しているのでしょうか？

「プリペアー」プログラムのような良質の結婚準備プログラムを受けることにより、離婚の可能性が減り、関係を築き上げるスキルを身に付け、結婚の満足度が高まります。実際、3334組への調査では、結婚準備教育を受けたカップルは、受けていないカップルよりも、離婚に至る確率が31%少なかったことが報告されています。(Stanley, Amato, Johnson, & Markman, 2006)。結婚準備教育の受講者は、より高い結婚の満足度を持ち、よりお互いに対して誠実で、そして夫婦の対立が少ないことも明らかにされています。

「プリペアー」プログラムを受けたカップルも、関係における重要な13領域の中の10領域においての成長と満足度の上昇が認められました(Knutson & Olson, 2003)。詳細はホームページに。

また、「エンリッチ」のような結婚を成長させるプログラムへの参加者は、結婚関係が向上しただけでなく、そのようなプログラムへの満足度が非常に高く、他のカップルにも参加を呼び掛きたいとの多くの声が聞かれました(Hawley and Olson, 1995)。

では、具体的なこのプログラムのねらいは:

- a. 二人の関係における「成長が必要な領域」と「強み領域」の認識
- b. 二人の関係について考え、働きかける「フィードバック」を持つ
- c. 二人の関係について、お互い率直に話し合う時を持つ
- d. カップル&ファミリー・マップを用いて、二人の生まれ育った家庭や、現在への影響を知る
- e. 役立つ実践的な対処法;
コミュニケーション・スキル(アサーティブネスや積極的傾聴)、
問題解決の方法、金銭の管理、ストレスの管理を学ぶ
- f. 性格診断により、お互いの性格を知り、二人の性格の似ている点、違う点を比べる
- g. 性格の違い、役割、信仰や信念、性、お互いへの期待などの重要な領域を知り、視野を広げる
- h. 個人として、夫婦として、家族としてのゴールの設定

2. プログラムの特徴

このプログラムは、科学的に二人の関係を分析する心理テストに類するものです。

「プリペアー・エンリッチ」プログラムの科学的基盤

- それぞれのプログラムは信頼性と有効性(妥当性)を長い歴史の中で、厳密に検証されてきました。その結果、高い信頼性と有効性が示されています。また、カップルタイプについては、多種民族において検証され、確認されています。

- プリペアー・エンリッチに関する詳細は、www.prepare-enrich.com のウェブサイト「Research」のページをご覧ください。(英語のみ)

〈科学的健全さ〉

◇●高度な妥当性: Validity

- プリペアーは、婚前のカップルが別居・離婚するか、あるいは幸せな結婚生活を築くかを、80－85 パーセントの確立で見分けることができると、その妥当性が示唆されています。(Fowers and Olson, 1986 年)。この研究はブレン・J・ファーズ博士によってなされたもので、アンドレア・S・ラーセン博士の別の研究によっても確認されています(Larsen and Olson, 1989 年)。
- エンリッチにも高い妥当性があり、85 パーセントの確立で、問題のあるカップルと幸せなカップルを見分けることができます (Olson, and Olson-Sigg, and Larson, 2008 年)。

◇●高度な信頼性: Reliability

- プリペアーとエンリッチは高い信頼性を得ています(アルファ信頼性は.75-.85)。試験・再試験の過去の記録では、高い信頼性が示されています(平均相関性は.80)。

〈幅広い全国におよぶ基準的なデータベースに基づく〉

- ◇●プリペアーは50万組、エンリッチは25万組のカップルのデータに基づいています。

〈結婚前と結婚後のカップルタイプ〉

- プリペアーにおけるカップルタイプの分析は、そのカップルが、幸せな結婚生活を送るのか、または別居・離婚などに至るのか、二人の将来を高い確率で予測します (Fowers, Montel, and Olson, 1996)。「イキイキ型」、「調和型」、「伝統型」、「対立型」の4つのカップルのタイプに分析されます。
- エンリッチによって5つの結婚のタイプが分析されています (Olson, and Fowers, 1993 年)。その5つのタイプとは、「イキイキ型」、「調和型」、「伝統型」、「対立型」、「無気力型」に分けられています。
- 妥当性、信頼性について、また他の研究結果がウェブサイトの「Research」のページに掲載されています。(www.prepare-enrich.com)

◇その他の有効性

〈ファミリーテーターへの利点〉

- a. カップルの関係の診断に役立つ、膨大な情報が得られます。
- b. 婚前・既婚どのようなカップルの現状にも、より良い対応ができるようになります。
- c. 二人の関係の重要課題に関する細かい要約が得られます。

- d. 彼の視点、彼女の視点、そして二人の共通点・相違点が見えます。
- e. それぞれの性格を知り、関係への影響に対処できます。
- f. カップルに関する効果的、かつ効率的な情報源が得られます。

〈カップルへの利点〉

- a. お互いの長所、また成長すべき領域を認識できるようになります。
- b. 二人の関係の重要課題に関するコミュニケーションが促されます。
- c. 有意義なコミュニケーション・スキル、また問題対処法のスキルが養われます。
- d. 重要な課題を認識して、それらが大きな問題に発展するのを未然に防ぐことができます。
- e. お互いの性格を認識して、その違いなどへの対処法・活用法を学ぶことができます。

◇プリペアー・エンリッチの不適切な使用

- このプログラムは多くの利点を生み出しますが、下記のような活用のために作られたものではありません。そのような使用はお避け下さい。
- 結婚の成功を予測するものではありません。高い妥当性のゆえ、予測はできませんが、それを伝えるためだけのものではありません。
- 合格・不合格をしめすテストではありません。もちろん低いスコアの領域が成長するためには、お二人の努力(カウンセリングなど)を要するでしょうが。
- 専門家がお二人の関係を断定するために作られていません。客観的に見る一つの情報として提示してください。
- ファシリテーター用の報告書(カップルの分析レポート)は、カップルに譲渡しないでください。カップルに差し上げる「カップル用のレポート」をお渡してください。
-

◇幅広い働き人により用いられます

一般的に心理テストは、心理専門家による実施が条件付けられていますが、このプログラムは心理専門職に限らず、多くの結婚に関する働き人に開かれています。下記の働き人は、セミナーに参加することにより、認定 ID ナンバーを取得できます。

- 聖職者・牧師のカウンセラー: 通常、婚前カウンセリングを行い、結婚式の司式をしている。
- 結婚の教育者: 聖職者ではないが、結婚教育の訓練を受け、教会その他の場所で結婚カウンセリングの経験がある。
- リレーションシップ・コーチ: 企業の必要から生まれた働き人として、人間関係の問題への具体的な対処法を教える。多くのコーチはプロとして、カウンセリングの訓練を受けているか、コーチの認定を受けている。
- 結婚メントル: 訓練を受けた信徒のカップルで、教会、またはコミュニティーの場で、婚前、あるいは既婚のカップルにカウンセリングをしている。

- レイカウンセラー: 組織・教会でのカウンセリング・コースを終了した人で、ボランティアとして教会かコミュニティーでスーパーバイザーの指導下でカウンセリングをしている。
- 執事・長老: 教会のリーダーとして、結婚カウンセリングのミニストリーを監督する立場にある。
- 養子縁組・里親制度のワーカー: 養父母・里親の調査をする人で、家庭訪問でエンリッチを用いることが多い。
- 精神医療のプロフェッショナル: カウンセラー、心理学者、ソーシャル・ワーカー、結婚・家族セラピストなど。