

実践報告

子育て支援を受けた母親の子育て意識の変化 —子育て支援講座後のアンケートからの考察—

笹瀬 ひと美

A Study of the Change in Attitudes of Mothers Receiving Provide Support to Families
Raising Children : An analysis of data acquired by questionnaire

SASASE Hitomi

1. はじめに

本研究は、愛知県内の幼稚園で子育て支援の一環として実施している母親講座に参加している母親の参加当初から講座参加の回数を重ねる中での育児に対する意識の変化について明らかにすることを目的とした。

2004年に「子ども・子育て応援プラン」が策定され、子育てや親の育ち支援が必要となってきた。また、その背景には、都市化や核家族や少子化および共働きの一般化など子どもの取り巻く環境の様々な変化が要因であることが述べられている。このような環境の変化は一時的なものではなく現在でも大きな課題である。したがって、継続的に子育て支援を実施していくことが今後も必要となる(古川, 2010)。

また、ただ単に継続的に子育て支援を実施するだけでは意味がなく、そこに参加した親子などが育児不安を軽減することや講座を受講することで育児に対して前向きに捉え前進できるような関わりが必要となる。この点に関して、母親を対象とした講座受講時における意識の変化を検討している先行研究(木村ら, 2001)によると、講座を受講することにより、子どもの行動の意味に理解が深まり心にゆとりが持てるようになることが明らかとされている。また、金岡(2011)によると「情緒的支援」を感じるほど、「育児に対する自己効力感」が高く、「育児負担感」が低い傾向が明らかとなっており、「情緒的支援」を感じると「精神的健康」は良好となり、「育児に対する自己効力感」は高くなることが示されている。自己効力感とは、ある状況において、ある結果を達成するために必要な行動を自分がうまくできるかどうかの予期のことである(Bundura,1977)。さらに、自己効力感と育児ストレスを検討している先行研究では、自己効力感の高さと「子育てで困ったことがあれば、人に頼ることができる」といった因子が関係していることを明らかとしている(野口ら, 2015)。

以上のことから、現在、子育て支援に求められていることは継続的支援と講座などを通じて受講者の意識などが前向きに変化し、育児に取り組むことと考えられる。

しかしながら、これまでの先行研究では主に質問紙を用いて育児における自己効力感や育児ストレスの要因を検討されている研究 (e.g., 金岡, 2011; 野口ら, 2015) が多く、母親が育児不安に感じていることを聞き、助言したことでの母親の意識や子どもの行動変容まで検討した研究は見当たらない。

そこで、本研究は著者が愛知県内の幼稚園で5年にわたり1か月に1回、継続的に子育て支援の一環として実施している母親支援の効果について、自由記述をもとに講座受講前から参加および相談後に思う意識と子どもの行動の変化を検討した。なお、5年間すべてのデータを本研究では述べることは困難であるため、その中の一事例を抽出し分析を試みた。

2. 母親講座の特性

筆者が開講している講座の性格・特徴などについて概観しておく。本講座は1か月に1回、愛知県西部の私立幼稚園を会場として開催されている。

2-1. 本講座を実施するにあたり心がけている点

表 1. 講座実施において心がけているポイント

①	・母親の気持ちに寄り添う
②	・子どもに対しても、母親に対しても認めること
③	・子どもそれぞれにあった具体的なアドバイスを提供すること
④	・母親の話に共感する
⑤	・子育てに、見通しをもたせる

以上5つの点等に留意しながら実施している。また、各回の講座の中では、母親たちのニーズにより適した内容とするため、次回どんなことが聞きたいかなども聞いておくよう配慮した。同時に特にテーマを決めないフリートークをする回も設けた。

母親からの質問に対しても、その都度話を聞きその場で相談に応じた。相談内容によっては、講座に来ている参加者同士で悩みを共有することも行い、悩みは自分だけではないことを知る機会にもなるので、話す前に「みなさんの前で、相談しても構わないようでしたら話を共有しましょう」と提案するときもあった。

講座時間は通常は1時間半だが、時間が許す時は2時間近くなる場合もあった。講座終了後にも相談希望者に対しては個別にアドバイスを行った。

3. 調査対方法

3-1. 実施場所：愛知県西部の私立幼稚園

3-2. 対象者

対象者	受講期間	子ども
Aさん	3年間	長男・長女
Bさん	5年間	長男・次男・三男
Cさん	4年間	長女・次女
Dさん	2年間	長男
Eさん	4年間	長女

(卒園した幼児の母親も少なからず受講していることが特徴である)

3-3. 調査時期：2014年11月下旬

3-4. 調査内容：以下の項目について自由記述で回答を求めた。

- ① 講座を受けた期間
- ② 子育て支援講座を受け始めた時期の状況と、受講した経緯
- ③ 受講による自分自身の変化

3-5. 調査方法：アンケートを配布し個別に回収した。

3-6. 分析方法：調査対象者に対して、アンケートを実施後、記述をもとに講座受講前から参加および相談後に思う意識的变化を検討した。子どもの状況、母親が今思っている育児に対する不安(以下、育児観とする)、アドバイス、子どもおよび母親の行動・意識的变化である(図1参照)。



図1. 主な流れ

4. 結果

事例(1) Aさん 期間：3年間 子ども2人：①長男・②長女

① 長男への対応

育児観
跡取り息子ということで周りからの期待が強く、完璧な子どもに育てるにはどうしたらよいかと悩み色々な育児書を読んでいた。
子育てを完璧にやらなければいけない、泣き言をいってはいけないという思いを持っていた。周りの大人から悪く言われないよう、良い子にしなければならぬと必死になっていた。
子どもの状況
なかなか自分で朝起きられない。(6歳児)
アドバイス
自分で起床できるようにするための対応として、以下のサイクルを作るようアドバイスした。

<p>① 母親が目覚まし時計を渡して子どもに起床時間を決めさせる。</p> <p>② 子どもが朝、自分で起きなくても絶対に母親は起こさない。困った環境をつくってみる。</p> <p>③ 子どもが困った状況になった後、親子で話し合って今後にかすようにする。</p> <p>上記のアドバイスは筆者自身の子育て経験に基づく。このような事例では、子ども自身が問題点に気付くことが重要と考えられるため、それを目的に上記のサイクルを作り、その結果良い効果があらわれた。</p>
母親の意識の変化
<p>育児書を読んで対応していた頃は子どもをみているようでしたが、<u>本の中の子どもと比べてしまい上手くいかないことに焦っていた</u>。<u>自分の子どもをきちんと見ていなかったことに気付いた</u>。講座を受けているうちに、<u>その子自身に向き合うようになっていった</u>。</p>
子どもの行動の変化
<p>最初の1週間は目覚まし時計の物珍しさなのか、ちゃんと起きてきたが、2週間くらいになると目覚まし時計が鳴っても起きてこない日があり、再度母親から「明日からはなにがあっても起こしません。時間になったら朝食を食べます。」と宣言すると、次からはまた一週間起きてきた。<u>このような状況を繰り返しながら、次第に自分で起きられるようになっていった</u>。</p>

② 妹（長女）への対応

育児観
<p>娘が3歳頃の当時、兄と良く比較して子育てをしていた。長男と同じように育てているつもりでいた。男尊女卑の考えが強い夫の親族の中で、娘をどのように育児するべきか悩んでいた事もあり、その反発心から娘を厳しく育てていた。</p> <p><u>子育ては、完璧にやらないといけなく、泣き言を言うてはいけなく</u>と思っている。</p>
子どもの状況
<p>自分でできるのに「できない、できない」の言葉を、よく使うのが気になっていた。何をしても、母親の意見を待っていることが多かった。</p>
アドバイス
<p>講座内で以下のような内容を話す。</p> <p>1. 自尊心を育む</p> <p>今の子ども達は、親から認められていない現状にある。子どもの「できた」を認めることができないので、子どもは親の顔色を窺ってから行動をとるようになる。</p> <p>* 自尊心を育てるのは、幼児期にある。</p> <p>「自尊心」とは、自分を認め、好きでいられる、大切に思う心のこと。</p> <p>自尊心があると自分の考えや行動に自信を持つことが出来、人の気持ちが分かる「共感力」のある子に育つ。まず親は子どもの話をきちんと受け止め、そしていいところをたくさん認めてあげることで自尊心を持てるようになる。</p> <p>子どもの心に響く言葉がけ＝助かったよ！うれしいよ！教えて！ありがとう！任せたね！ごめんね！など、大人もきちんと言葉にすること。</p> <p>自分で自分を制御できる「律する心＝自律」を育てる。</p> <p>子どもを叱るときに、言い過ぎたり、厳し過ぎると子どもの自尊心を傷つけます。</p> <p>親の見栄や世間体をおさえ、子どもの自尊心を育てよう努めましょう。</p> <p>叱るのではなく、丁寧に、穏やかな調子で言い聞かせます。</p> <p>2. やってはいけなく叱り方10のポイント</p> <p>(1) 感情的に叱らない</p> <p>感情的に叱らないためにも、一度深呼吸をして気持ちを落ち着かせると良い。</p>

感情的に叱ってばかりいると、情緒不安定な子どもになる場合もある。

- (2) 子どもの言い分を聞かずに叱らない
頭ごなしに叱らず、冷静に子どもの話を聞いてあげる。なかなか心に余裕がないとできないが心掛けると良い。
- (3) くどくどいつまでも叱り続けない
くどくどいつまでも叱り続けると、かえって親の意図が伝わらない。親の伝えたい内容は心に残らず、怒られているという印象だけが残ってしまう。
- (4) 自分の都合で叱らない
自分が後悔するだけになる
- (5) 両親が一緒になって叱らない
両親が一緒に叱ってしまうと、子どもの逃げ場がなくなってしまう。
- (6) 誰かと比べて叱らない
同じ子どもと比較していると、その子どものことが嫌いになる場合もある。これは、兄弟間でも言えること。
- (7) 昨日と今日でいうことを変えて叱らない
一貫性を持って叱らないと、子どもは親に不信感を抱く。
人によって言う言葉が違っていると、子どもは迷ってしまう。
- (8) 全人格を否定する言葉や子どもを突き放すような言葉を使って叱らない
子どもに対して全人格を否定する言葉や、突き放すような言葉は子どもの心に深い傷となって残るので言うてはいけない。
- (9) 昔のことまで引っ張りだして叱らない
子どもを叱っているときに、そのことに関連した過去の過ちも思い出しつつ、つい昔のことまで叱ってしまいますことがありますか。終わってしまったことを言っても意味が無い上に、子どもが嫌な思いをするだけである。
- (10) 愛情のない体罰はダメ
体罰を与えることによって、親の意図が伝わりにくだけでなく子どもの心に深い傷を残す。さらに恐怖から嘘や隠し事などで自分を守ろうとしたり、また、友達にも乱暴になる場合もある。
上記の内容を、実体験を踏まえて話をすることにより筆者が、母親と子育てに対する悩みを共感し合うことになる。項目内容はなかなか実行できない時もあるが、その場合は、「できなくていいのです。出来る時にできることから初めてみてください。」と話をし、子育てを頑張っている母親の気持ちを共感することにより、子育てする気持ちが楽になることを実感している。
この講座において筆者がもっとも大切にしていることは、子育てに悩む母親と「共感しあうこと」である。

母親の意識の変化

子どもに対して大切なのは「共感」だという事でした。子どもの話を聞くこと、子どもの「できない」を一緒になって「復唱」する。という簡単な事のようにですが、当時は子どもに、対して共感することは、できてなかった。それと、「叱り方のポイント」も気にしてみると、いくつか子どもの心を傷つけていたことに、気づき反省をする。

いくつかの点を自分なりに気を付けて娘の話を聞くようにすると、その日に頑張ったことや失敗してしまったことなどを沢山話してくれるようになった。

母親自身も、子どもの出来ないことばかりを見つけないだけでなく、何回も挑戦する娘の姿を見て娘の良い点を見つけることができるようになった

この講座を受けて、先生からの助言や色々な悩みを抱えているお母さん方の話を伺うことができた。それは、少し前の悩みや、これから起きるであろう悩みを聞くことで反省することや、今後の備えができる

ようになった。以前なら悩んでいた事も、どのように対処するのかを事前に考えることができ、子育てに対して気が楽になったように思います。

今では「お母さんも失敗するし、ダメなところもある」と言えるようになった。おかげで、子ども達は以前に比べて家の中でリラックスしているようです。

子どもの行動の変化

少しずつ自分で行動して結果を報告するようになった。

「自分もできる」と思うようになり、挑戦する気持ちが出てきて何か行事がある時はそれに向けて一生懸命練習をしたり、どうしたらできるようになるかを兄に聞く姿も見受けられるようになった。

事例 (2) Bさん 期間：5年間 子ども 3人：①長男・②次男・③三男

① 長男への対応

育児観
<p>教育関係の仕事に携わっていた。</p> <p><u>完璧主義で子育ては、きちんとしなければならないという思いで、子どもに手をかけ過ぎていた。手を抜くことができない。</u></p> <p><u>子どもに失敗をさせないようにと、先回りをした関わり方をしていた。</u></p>
子どもの状況
<p>3歳になって幼稚園に入った頃、長男が失敗を怖がって消極的になっていた。</p>
アドバイス
<p>講座内で以下のような内容を話す</p> <p>1. フリートーク</p> <p>同じ悩みを持つ母親達とフリートークの中で、筆者がアドバイスを行う。</p> <p>子どもの「できない」ことに悩むのではなく、出来なくても「大丈夫なのだ」と思うことが大事であること。そして母親達に筆者が「少しずつ気をつけていけば良いのです」という言葉をかけ、不安を解消させる。</p> <p>子どもにはできるだけ小さいうちに、たくさんの失敗を体験させて気付かせれば良いという事を話す。</p> <p>2. リンパマッサージ</p> <p>ストレッチ体操</p> <p>母親の気分転換をはかるなどのアドバイスを行う。</p>
母親の意識の変化
<p>先生のアドバイスを受けて、<u>自分の肩の力が抜けた。</u></p> <p><u>「出来なくても大丈夫」「少しずつ気をつけていけばいいんだよ」の言葉で完璧でなくても大丈夫なんだと思えるようになった。</u></p> <p><u>「子どもにはできるだけ小さいうちに失敗をたくさんさせて、気付かせれば良い」の言葉は今も私の心に留めている。</u>今では子育てに大雑把になったように思う。</p> <p>親の子育てに対する考え方を変えれば、子どもも変わるということが気付けた。</p>
子どもの行動の変化
<p>失敗を経験していきながら心身共に強くなっていった。今は自分のことは自分でやり、弟たちのことも見てくれて母親ともいろいろな話をするようになって頼もしくなっている。</p>

② 次男への対応

育児観
マイペース過ぎるので何かと声掛けが多くなっていた。母親と気が合う次男なので叱ることは少なかった。
子どもの状況
<p>3歳年上の兄がいる。いつも兄の行事についてきて大人しく寝ている子。</p> <p>長男に気をとられているうちにあっという間に育ってしまって何でも自分でやる子であった。そのため、親にいろいろ確認することが無い為に、自分の髪をハサミで切ってしまったり、壁に落書きをしたり、チョコレートと間違えて石鹸を食べてしまったりとエピソードが絶えない子であった。</p> <p>幼稚園では、自分で何でもやり、ダメなものはダメとルールを重視するようになりリーダー的存在だと先生から言われた。しかし、家では全くの別人で、食事には時間がかかり、いつもマイペースで急ぐこともなく何かに集中してしまうと何も全く聞こえない子であった。</p>
アドバイス
<p>母親からの個人的な相談を受けて具体的にアドバイスをする。</p> <p>次男に対して、</p> <ol style="list-style-type: none"> 1, 食事の時間を区切る。 2, 何度か次男の話聞く中で、自分で出来る子なので、大人の都合で急がせないで「子ども時間」に合わせてみる。 3, 幼稚園の支度が遅くなるなら遅刻をさせてみる。体験させることが大切。 4, 子どもと根気良く向き合う時期である。
母親の意識の変化
<p>講座を受けているお母様方も同じような悩みがあり、<u>皆さんも同じ悩みなのだと思う事ができた。急がせることをやめて「子ども時間」に合わせてるようにした。ゆっくりの行動に対してうるさく声掛けをすることは少なくなった。</u></p> <p><u>マイペースは集中力があって良い長所だと見方をかえて、良いところは伸ばして、直すところは根気良く直していきたい。子育ては悩みの連続ですが、根気良く子どもと向き合っていきたい。</u></p>
子どもの行動の変化
<p>食事は今でも時間はかかりますが、なるべく時間を決め、それ以降は片付けるようにしている。出かける準備も「〇時に家を出るからね」と伝え、時間になったら準備が出来ている子だけで外に出ていました。始めの頃はカギを掛けられて泣いていたが、今では予告時間に出かけられるようになった。</p>

③ 三男への対応

育児観
三男が生まれてからの夫婦仲は最悪の状態が続いていた。自分自身の精神状態も良くなく三男と向き合うこともできずにどんどん心が荒んでいくことが辛かった日々でした。そんな状況を長男は察してくれて兄として三男の面倒を見てくれていた。
子どもの状況
何でも長男がやってくれる。兄たちが何でもしてくれて、何でも許してくれるので「王子様」のようになっている。自分が気に入らないと固まって動かなくなる。
アドバイス
<p>個別的に相談対応を行う。夫婦関係、子どもにとっての両親等について夫婦関係について</p> <ol style="list-style-type: none"> 1, 二人の時間を持つ。

- 2, 子育てについての方向性を話し合う。
- 3, お互いが理解できる関係を持つ。いたわり合う。
- 4, 夫婦の役割分担を話合う。
- 5, お互いにいたわり合う気持ちが大切。 など提案した。

夫婦で話し合いをしようとしてもどちらかが聞こうとしないでいると話し合いにならない場合がある。お互いの気持ちが時間をかけて変化してきてはじめて「いたわりの気持ち」が出てくるのだが、夫婦はそれぞれ生まれた環境が違い、それぞれに家庭の文化があったので、夫婦となった自分たちの「家庭の文化」を構築していくことは、理解し合うのに時間がかかる。そのためにも、夫婦で語り合える時間を持つことはとても重要な意味がある。子どもにとって何が大事かもその中で話し合っていく必要がある。

子どもは、特に母親の表情、行動にとっても敏感で気にかけている。夫婦仲が悪いと、母親はつい子どもに感情をぶつけてしまうときがある。そんな時は、心許せる人に話をしたり、相談できる人がいれば少しは心が落ち着くという話をする。

Bさんからの相談の頃は、長男も少しは夫婦の状況を理解できる年齢になっていたので「お母さんの気持ち」を話していくのも大切なことかもしれないとアドバイスをする。

母親の意識の変化

講座を受けている期間に育った子なので、私自身も子どもに対して気をつけた行動ができています。先生のアドバイスにより長男を三男育てに巻き込み、わがままになっている三男を「一緒に直していかない？」と相談したところ長男もとても話ののって来て、何でもしてあげてをやめて「ダメなものはダメ」と言って対応するようになった。

子どもの行動の変化

私が長男に頼ることにより、長男が自信をもって来て、何とか助けてくれるようになった。おかげで三男も訳のわからないわがままもなくなり、今では一番空気が読める子になった。

事例 (3) Cさん 期間：4年間 子ども 2人：①長女・②次女

① 長女への対応

育児観
第一子ということもあり、子どもに関わる全てのことが気になっていた。何事にも心配で、失敗しないように先回りしレールを引き、そこから脱線しないように口うるさく子育てをしていた。
「子育て」イコール規則正しい生活習慣と食生活・道徳心・マナー・学習・体力作りなどを完璧にこなしてこそ母親、という脅迫観念に駆られていた。
子どもの状況
友達との関わりが苦手である。何をしても不安で消極的な性格。 神経質で何を行うにも、母親の顔色を伺いながら活動する子どもであった。
アドバイス
親が先回りして失敗させないのは子どもが大きくなった時、もっと大変なことになる。「失敗は年齢が小さいうちにさせる」ことが大切。
子どもにやらせて失敗してしまった時は、それは頑張ってやっけてからの失敗だからまずは、褒めてあげることが大事。その後、具体的に失敗となった原因を話すことをする。その繰り返し（根気）が必要になる。
子育ては、「面倒くさい」ですがこの「面倒くさい」の手を抜くと子どもが中学生になった頃に、もっと「面倒くさい」ことになる。だから今を根気よく子どもと向き合わなければならない話をする。毎日子どもと向き合っている親に「しっかり向き合わなければいけません」などと言い切ってしまうと、それが、気持

ち的に不安が増し「やはり子育てできない」になる。そうならないためにも、母親には「根気良く向き合いなさい」とは言わずに、「出来るときにやればいい。最初は100回中1回でも良いのです。それが何回かに1回できたらそれでいいのです。」と話をします。

筆者自身、性格は変わらないと思っていたが、子育てしているうちに「自分が変わらなければ、子どもは変わらない」と感じて2人目の時には、随分その対応ができるようになった実体験が上記のような話になった。

母親の意識の変化

子どもの行動にすぐ口を出したくなるが我慢できるようになった。

子どもの失敗に目をつむることにより失敗の経験をさせて、成長させるという事の理解ができた。

子どもの行動の変化

失敗する経験をして、少し自信がついてきた。自分で修正していこうとする姿がみられる。

② 次女への対応

育児観

常に上の子に意識がいってしまい上の子中心の生活で、上の子とばかりの会話をして悪循環をうんでいた。入園で新しい環境で子どもは、揉まれている最中だったのにしっかり向き合っていなかった。

子どもの状況

多くをあまり話さない。

アドバイス

1、「その子との1対1の特別な時間をつくる」

兄弟姉妹がいるとなかなか母親との1対1の空間をつくることができない。その環境の中ではどちらかの子どもが我慢している傾向にある。ほんのわずかな時間を母親と過ごすことにより子どもにとって「特別な時間」となって心が落ち着き、母親との信頼関係が築かれる。

2.子どもが話してきた時は、忙しくても一旦手を止めて子どもの話をきちんと聞く姿勢が大切。子どもが困った事などの話をしてきたときは、その言葉を復唱して一旦気持ちを受けとめ認めてあげることが大切。

母親は、子どもの気持ちに共感する。これを繰り返し対応する。

母親の意識の変化

上の子が習い事でいない時間は、家事を事前に済ませ、その時間をその子だけのために充てるようにしていった。子どもが母親に「話したい」という気持ちを聞こうとしていなかった自分を反省し、この子は「あまり話さない子」ではなく、母親に「話をさせてもらえなかった」のだと気付かせてもらった。

この講座で「復唱して一旦気持ちを受けとめ認めてあげること。」を意識して子どもの話を聞くことで、本人も落ち着くのかその後の言動も悲観的にならなくなったように思えます。「この子はこうだ」と決めつけるのではなく母親の対応次第で少しずつでも子どもは変わるという事を勉強できたと思います。

子どもの行動の変化

「特別な時間」をつくったことで、子どもは嬉しかったようで園のことをポツリポツリ話せるようになった。

事例 (4) Dさん 期間：2年間 子ども 1人：①長男

① 長男への対応

育児観

入園前に身の回りでいろんなことが起こり私の精神が安定していなかった。実家の母親もあてにならず、主人の母親にも相談したが何も解決しなかった。子どもがいうことをきいてくれず、イライラしていた時もあった。津島に知り合いが居らず、お友達を作ろうと努力したが無理だった。

母親の不安な行動、言動が子どもには、わからないと思っていたが敏感に感じとっていた。
子どもの状況
とても落ち着きが無い子供で、3歳児検診時に保健師さんより「個別に相談しましょう。」と言われた。
アドバイス
事例(3)の助言項目に記載した内容と同様の講座をDさんも聞く。 講座終了後に、個別に対応をする。子育てにとても不安を抱えている様子が伺えた。いつも悩みを持っていそうな方には、私自身からは話かけはしなくて、相談できる雰囲気を出しながら本人からの相談を待つようしている。それは、話をしたくない人、人見知りですぐには話できない人が中にはいて、数回通いながらようやく話が出来た人もいたので、人によって対応を考えている。 実際、この相談も母親から話をしてくれてきたので、時間をかけて話を聞いた。母親の悩みを聞くことで、共感し頑張っていることを認める。
母親の意識の変化
子どもをしつけようと何度言ってもわからずイライラしていたが、この講座で「何度でも繰り返し言う」「根気よく向き合う」と言う話を聞いて、それからは我慢くらべだと思って何度でも根気強く繰り返し言うようにしてきた。何度言ってもわからないと思うとイライラすることもありましたが、もう1回言ったら分かるかもしれないと思い直し、根気強く繰り返ししていると、ふとその行為が身に付いていることに気付いてうれしくなっていた。私自身が辛抱強くなり、少しのことでも動じなくなっていた。
子どもの行動の変化
認めてもらえるようになったので、自信のある行動になっていった。落ち着いて話が聞けるようになった。

事例(5) Eさん 期間：4年間 子ども 1人：①長女

① 長女への対応

育児観
しっかり育てなければという気持ちが強かった。 自分で立ち直れる子・精神的にも自立して育てたいと漠然と思っていたがうまくいかず、日々の生活で精一杯になっていた。 ひとつの事例に悩んで友達に聞いたりしていたが、良い回答が得られずに余計に悩む繰り返し。 いろいろ学びたくても子どもを預けてまで出かける勇気がなく、精神的にも不安定になりパニック障がいになる。
子どもの状況
神経質で、行動するのに時間がかかる。すぐに「できない」とあきらめてしまう。母親の顔色を伺う。どもり吃音がある。
アドバイス
Dさんに対しては、個別に対応する時間を増やした。 全体に向けての内容でDさんが心に留めていた助言の内容で、「母親が元気で生き生きしていなければ夫も子どもも元気にならないこと」を伝え、体をほぐすストレッチ方法、食事、栄養面、子どもの年齢に見合った能力や発達時期の対応ポイントについて話をする。他には、事例(1)―②のアドバイスの内容と、スキップの方法、感情的にならない叱り方、夫婦円満の秘訣、食事の内容と取り方・食べ方、父として夫としてどうあるべきかなどを話す。 子どもの吃音については、子どもの話をゆっくり聞くようにして、せかさないで最後まで聞く姿勢を持つ。母親が先回りして子どもの発する機会を奪わないようにすることなども伝える。

母親の意識の変化
<p>毎回参加するようになって先生に相談してした内容を次の講座までに実践していると、気持ちが前向きになっていった。講座内容をメモしては、生活の中で目につく場所に貼ってその都度、そのメモを復唱して子どもと向き合った。吃音も、子どもが話をするときはゆっくり話をしたり、聞くようにしたり、絵本を読ませたりして関わりを多くしたその結果、今ではそれほど気にならなくなった。</p>
子どもの行動の変化
<p>少しずつではあるが吃音が気にならなくなった。自信がでてきて時間はかかるが、自分でやれるようになった。</p>

4-1. 講座を受けた母親自身の感想

A 母親自身の感想
<p>育児書を読んでは対応していたあの頃は、子どもを見ているつもりでしたが本の中の子どもと比べてうまくいかないことにあせっていた。私自身が、その子自身を見てあげていなかったのではないかと思います。講座を受けているうちに、子ども自身と向き合うようになっていったように思います。</p> <p>この講座は先生の話聞くだけの一方的に聞く講座ではなく、いろいろなお母様の実体験している悩みや報告会のような感じですめている。その話を聞いて先生がアドバイスをするような形で進めていて「みんな同じ悩みを持っている」と少しほっとしたことを覚えています。</p>

B 母親自身の感想
<p>幼稚園内でのこの講座は、気になった事がすぐに相談できることが一番の支えであり、同じ悩みを共有できる場があるということはとても助かった。その情報は必ず子ども達に還元されている。こんな素晴らしい場所が身近にあって本当に良かったと思います。ありがとうございます。</p>

C 母親自身の感想
<p>この講座で自分の悩みを聞いてもらうことは、まさに親でもある私の笹瀬先生に「一旦気持ちを受けとめ認めてもらえる」ことでありました。母親業をきちんとこなすことができているかはどうであれ一旦は先生に認めてもらえることで、自分を肯定でき、子どももこうして認めてあげることで私と同じような気持ちになれて、前向きになれるのでと気付くことができました。</p> <p>笹瀬先生の専門知識や実際の子育て体験談を踏まえた講話に加え、講座に参加されている他のお母様方の悩みを聞くことにより自分の悩みが「私だけでないんだ！それでいいんだ！」と思え、その思いを共有しつつ自分の悩みをきいてもらいアドバイスしていただくことで気負い過ぎていたのが楽になり理想の「ニコニコお母さん」に近づけるようになったと思います。</p> <p>実際に2人のお子様を育てられた先生の具体的な体験談を聴いて教えていただくことは育児書を読むより、育児経験のない人の講演会に出るより何より染み入り励みになったと思います。</p>

D 母親自身の感想
<p>月に一度の講座が待ちどおしくて、都合で参加できない時はがっかりしていました。</p> <p>講座は先生の話聞く内容や、体を動かす体操の内容もあるので参加をする度に気持ちがリラックスでき、子どもにやさしく接することが出来るように思います。また、他のお母様方とも子どもの話やたわいもない会話をすることも気分がリフレッシュされて講座を受けた後元気が出て、何事にもチャレンジしたくなります。私にとって元気になれる場所です。</p>

E 母親自身の感想

講座に通い始めて4年になります。私にとって救いになり、自分を高め今後の生活ビジョンの方向性も見えてきたとても大切な時間でした。机上ではない実践に基づいた講座は、思い悩む私にとって救いでした。自分が変わることによって子どもも随分変わりました。

この講座のはじめは、受講している時も涙でしたが毎回その都度の先生の対応で元気をもらって、笑顔になっていました。このような講座は、今後も継続していただきたいし、まだ参加されていないお母さまにも是非知ってもらいたいです。卒園してもこうして受け入れていただき受講させてもらっていることに感謝します。小学校に行ったらまた悩みが出てきますので、すぐに聞いてもらえることが良いところです。まだまだ試行錯誤の毎日です。なかなかすぐに先生がお話しされるように結果は出ませんが、根気よく頑張っていきたいと思います。

考察

本研究の目的は、愛知県内西部の私立幼稚園で子育て支援の一環として実施している。母親講座の参加者を対象として、参加当初から講座参加の回数を重ねる中での育児に対する意識の変化について明らかにすることであった。この目的を達成するために個々の事例を5つの視点から分析を試みた。その結果、全ての事例において共通することは現象が違えど、子育て支援に参加した母親および子どもの意識や行動にはアドバイス後、プラスに変化しているということである。例えば、結果の事例1(3)のCを見ると、母親が子どもの行動の先読みをし、自己実現失敗を意図的に防衛してきたのに対して子育て支援の中でアドバイスを受けたことでじっと見守ることができるようになったり、子ども自身が自分で選択し自ら行動を起こすようになっていく様子が見える。また、母親の変化から読み取れるのは、アドバイス後に情緒が安定し、育児に対して不安感が軽減され自己効力感が向上しているように思われる。例えば、事例(5)Dさんのアドバイス後に記載されている内容を読み取るに、前向きになれるようになったなどといったポジティブな言語が表出している。

以上のことから子育て支援に継続的に参加し、適切なアドバイスを受けることで、子どもの行動や母親の意識は良い方向へ変化していると考えられる。この点に関して、メタ認知的視点が影響していると考えられる。メタ認知とは、第3者の視点で自分を客観視しながら調節する認知的役割(Zimmerman, 2000)のことを示すが、その視点で母親の悩みを受容しつつ、専門家としてのメタ認知的視点をもってアドバイスしたことがプラスに働いていると考えられる。

しかしながら、適切なアドバイスとはなんだろうか。例えば、アドバイザー自身が自分では良いと思っていても参加者が受け入れなければ適切なアドバイスとはなりえない。この点に関して、専門的知識と実践の中で培った実践的なカウンセリング力がアドバイザーに問われると思われる。例えば、本研究における結果として、事例ではほとんどがポジティブな言語表出していた。しかしながら参加者の内面までは測定することができない。したがって、今後の課題として対象者がどのように感じ、思っているのか科学的根拠に基づいて検証していくことや測定方法および分析について検証していく必要があると思われる。

引用文献

1. 古川洋子 (2010) 子育て支援から生み育て支援への発展. 龍谷大学大学院研究紀要社会学・社会福祉学, 17, 87-99.
2. 木村留美子, 津田朗子, 五十嵐透子, 河田史宝, 関秀俊 (2001) 子育て支援セミナー受講前後における母親と保育士の子どもに対する意識の変化. 金沢大学医学部保健学科紀要, 24 (2), 141-150.
3. 金岡緑 (2011) 乳幼児をもつ母親の生活習慣と精神的健康および育児に対する自己効力感との関連. 日本助産師学会誌, 25 (2), 181-190.
4. Bandura, A. (1977) Self-efficacy : Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
5. Zimmerman, B. J. (2000) Self-efficacy : an essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 82-91.

[謝辞] 本研究に御協力いただいた学校法人瑞泉寺学園 つしま幼稚園様、アンケートにご協力していただいた皆様に感謝致します。