

## 今緊急に求められる、「親育て」プログラムの実践

### 子育て支援ボランティア活動と子育て実態調査から

大阪人間科学大学社会福祉学科（精神科医）

こころの子育てインターねっと関西 事務局長

原田 正文

## 【 】ほんの20年の間に、子育て現場はこんなにも大きく変化している！

かつて私は、現在「大阪レポート」<sup>1, 2)</sup>と呼ばれている1980年生まれの子ども達を対象とした大規模な子育て実態調査の集計・分析を担当しました。この種の調査は多いが、科学的検討に耐えるデータは意外にないようで、平成15年度の「厚生労働白書」にも育児不安の項では「大阪レポート」のデータが使用されています。今回私たちは、厚生労働科学研究として、「大阪レポート」に匹敵する調査を実施することができました。この調査をここでは「兵庫レポート」と呼ぶことにします。

私は1995年に、親と専門職でつくる子育て支援のボランティア団体『こころの子育てインターねっと関西』(URL: <http://www9.big.or.jp/~kokoro-i/>)を仕事仲間や地域でグループ子育てを実践している母親たちと一緒に立ち上げました。私はあまり意識していませんでしたが、「エンゼルプラン」が始まった年は、ちょうど『こころの子育てインターねっと関西』が生まれた年にあたります。そのため、私は国の子育て支援策の動向を子育て現場から、母親の視線を通して、ずっと見続けてきました。<sup>3)</sup>

ここではまず、2003年の「兵庫レポート」と1980年の「大阪レポート」の結果を比較検討します。そのことにより、20年の間に子育て現場はこんなにも大きく変わっていることを実感してもらいたいと思います。その上に立って、今ほんとうに必要な子育て支援とは何か、次世代育成のために何をしなければならないのか、について述べさせていただきます。

なお、回答者の99%が母親であったため、子育て現場の実態としては、母親の現状という形で報告します。

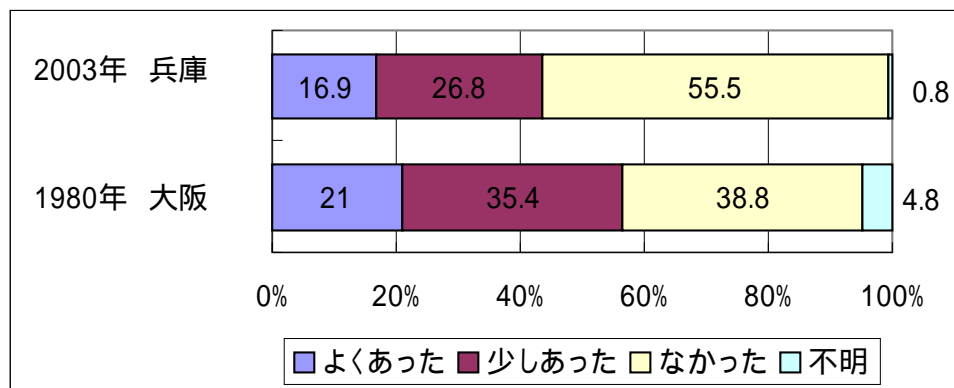
### 1. ますます増える乳幼児をまったく知らないまま親になる親たち

人間にとって経験ほど大切なものはありません。人の思考や感情などは、自分自身の経験に支配される部分が非常に大きいものです。それは私が担当する精神科「小児・思春期」専門外来でも、私は強く実感しています。

図1に「あなたは自分の子どもが生まれるまでに、他の小さな子どもさんに食べさせたり、おむつをかえたりした経験はありましたか」という質問結果を比較して示しています。1980年の段階では、そのような育児経験が「まったくない」という親は39%前後であったが、2003年の調査では、56%と増加し、半数以上になっている。逆に「よくあった」

という親は21%から16%へと減少しています。現代日本における子育ての困難さは、「親が乳幼児を知らない」ことにある、と私はボランティア活動などを通して強く感じてきました。ここに示した調査結果はまさにそれを実証するものです。

図1 あなたはご自分の子どもが生まれるまでに、他の小さい子どもさんにたべさせたりおむつをかえたりした経験はありました



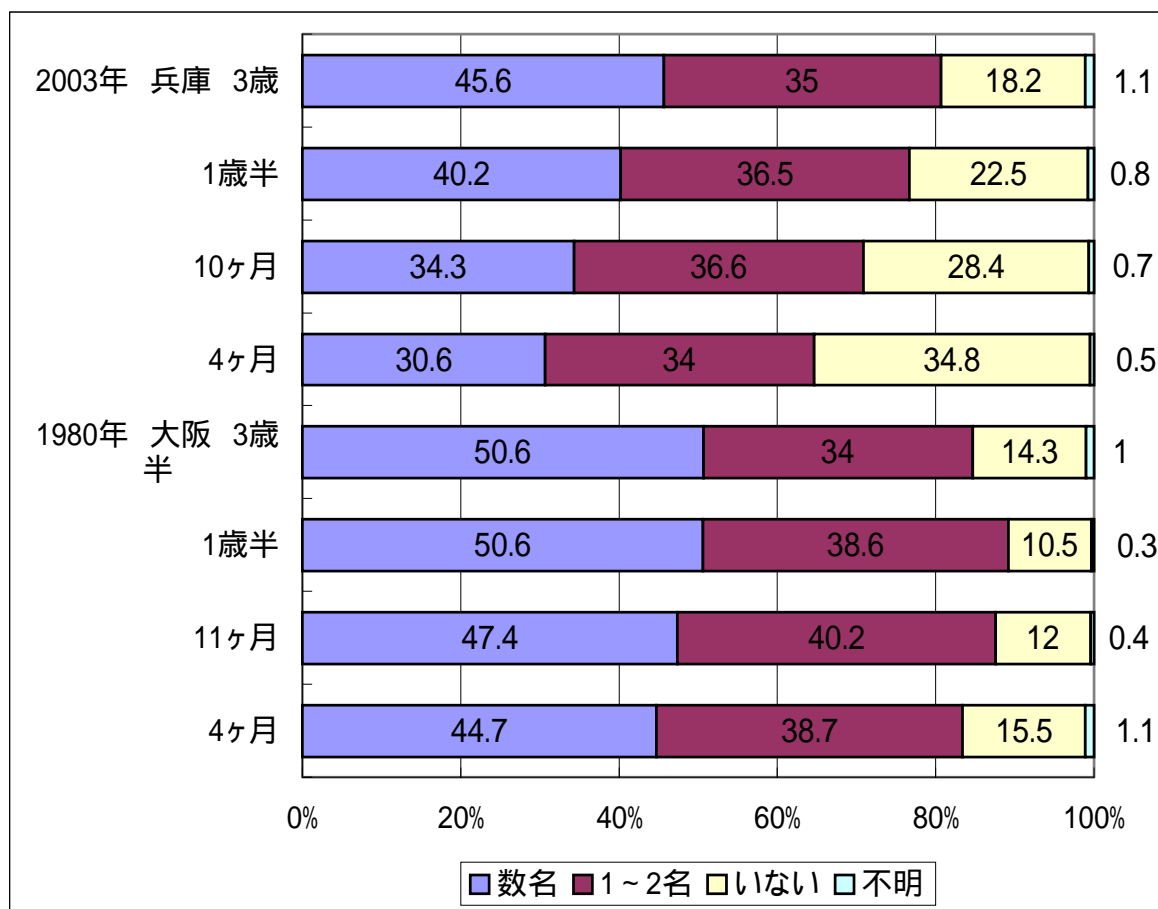
「大阪レポート」の場合、比較するデータが無かったため、その結果としてでてきた数値が、果たして多いのか少ないのか判断できない部分がありました。しかし今回は、同じ質問を23年後におこなっているため、比較してみることが可能です。そのため、この23年間の変化の方向やその大きさがわかり、かなり明確な結論が得られます。例えば、図1の質問結果からは、「自分の子どもを生むまでに、小さな子どもの世話をまったくしたことがない母親がかなり増加している」と結論づけられる。この傾向は「大阪レポート」の時点でも予測されていたものであるため、その傾向がさらに強まったという方が実態に則していると思います。今回の「兵庫レポート」は先行研究としての「大阪レポート」が存在するため、一層価値があると考えています。

## 2. 進行する子育て家庭の孤立化

すべての人にとって「孤立」は最大の精神的ストレスです。特にまったく乳幼児を知らないまま親になった母親にとって、子育てについて日常的に話し合える子育て仲間の有無は、精神的安定にきわめて大きな影響があります。そして、親の精神的安定は、子どもとのかかわり方にきわめて大きな影響を持つものであり、子どもの心身の発達に及ぼす影響も大きいと考えられます。

図2に「近所にふだん世間話をしたり、赤ちゃんの話をしたりする人はいますか」という質問結果を示している。まず気づくことは、1980年の「大阪レポート」と比較した場合、乳児期の親の孤立化が極端に進んでいることです。4カ月児健診での結果を比較すると、「1～2名」もいない全く孤立している母親が16%から35%へと2倍以上に増加し、3人に1人の親が孤立しています。

図2 近所にふだん世間話をしたり、赤ちゃんの話をしたりする人はいますか



### 3. 子育てにおける母親の心の動き

子育てにおける母親の心の動きについていくつかの質問をしています。それらの結果をいかに紹介します。

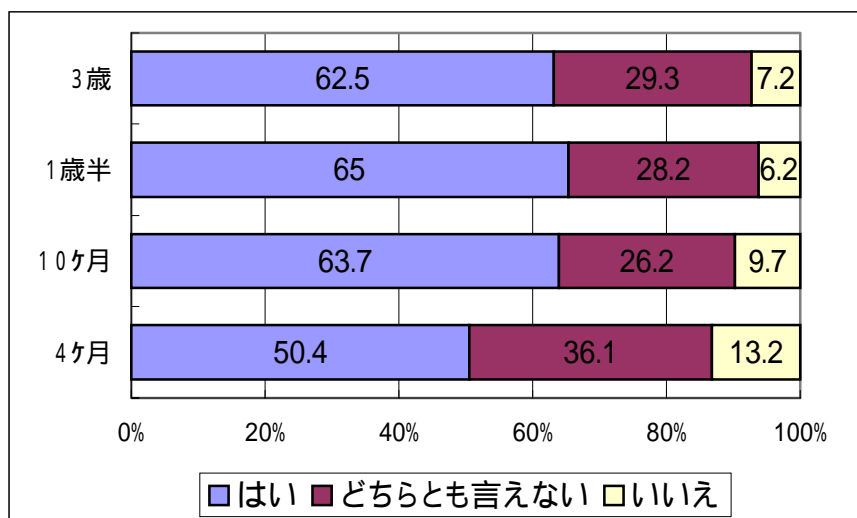
#### (1) 多くの母親たちは精神的には健康である

「赤ちゃん（お子さん）をかわいいと思いますか」という質問では、児の月齢と共に率は減少するが、97～99%の母親が「はい」と応えています。また、「赤ちゃん（お子さん）と一緒にいると楽しいですか」という質問でも、児の月齢と共に率は減少するが、87～95%の母親が「はい」と応えています。このように母親たちは子どもに対するプラスの感情をしっかりと持って子育てをしていることがわかります。これらの結果は大多数の母親が精神的に健康である、ということを示すものです。

#### (2) 大きい「子育ての負担感」

一方、「子育てをたいへんと感じますか」という質問では、図3に示すとおり、60%前後の母親が「はい」と応えており、子育ての負担感が大きいことを示しています。子育ての負担感は、4カ月健診よりも他の健診時点で増加しているのが特徴です。子どもの自我がめばえてくるにつれ「子どもを知らない」という現代の親たちの戸惑いが増え、また子育てしにくい日本社会の現実が子育ての負担感を増大させているものと考えられます。

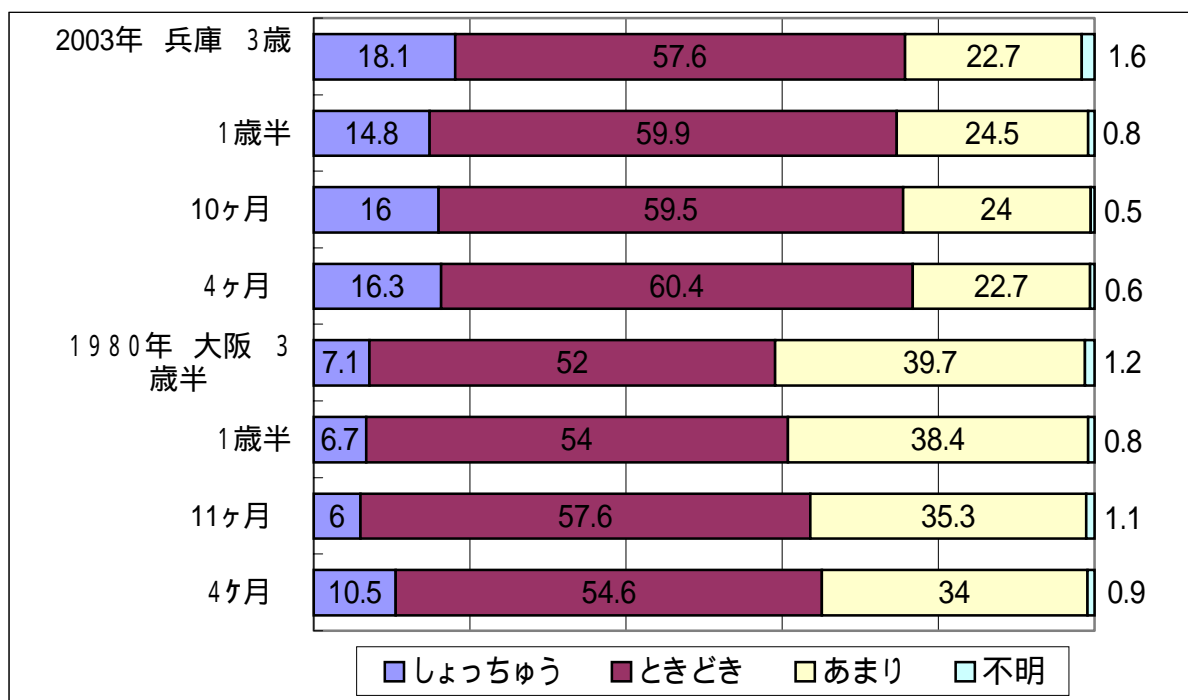
図3 子育てをたいへんと感じますか(2003年 兵庫)



### (3) 子育て不安は大きく増加している

「育児のことで今まで心配なことがありましたか」という質問結果を図4に示します。児の月齢での変化はほとんどないが、「大阪レポート」と比較すると、「しょっちゅう」心配だったと訴える母親が、6~7%から16%前後へと大きく増加していることがわかります。逆に、「あまり」心配ではなかったという母親は、34~40%から22~25%へと減少しています。

図4 育児のことで、今まで心配なことがありましたか

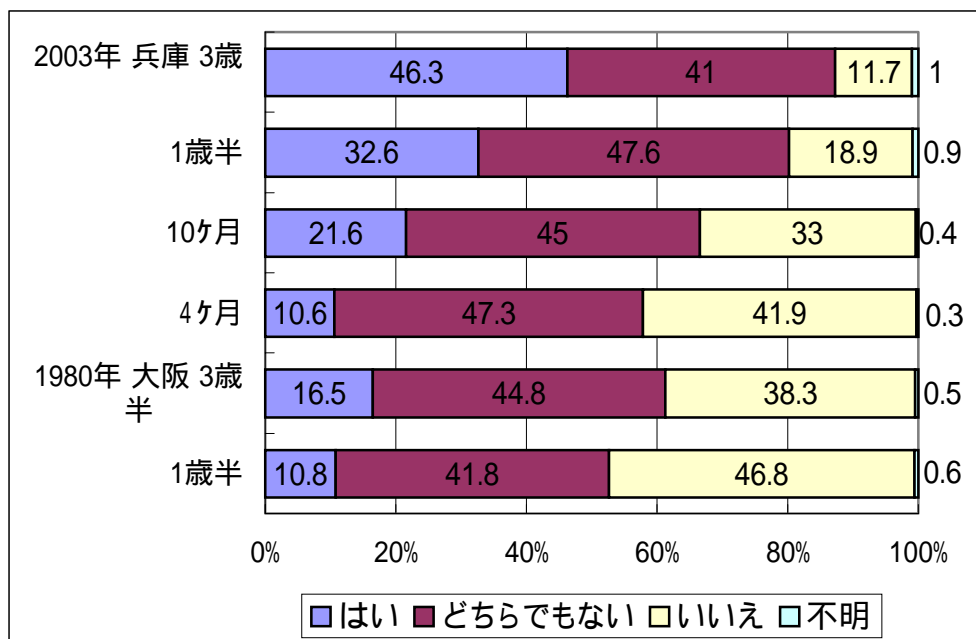


### (4) 児の月齢ともにつのる「イライラ感」

子どもに対するプラスの感情をしっかりと持っているにもかかわらず、多くの母親が

「子育ての負担感」を訴えていることがわかった。図5に「育児でいらいらすることは多いですか」という質問結果を示します。今回の調査では、「いらいら感」が児の月齢とともに急増することがわかります。特に3歳児では、「大阪レポート」では「はい」が16.5%に対し、46.3%と3倍にも増加しています。この「イライラ感」の急増は、児童虐待と深く関係しているものと思われます。

図5 子育てで、いらいらすることは多いですか



ここまでは、「大阪レポート」と今回の「兵庫レポート」のいくつかのデータを概観しました。まとめますと、

自分の子どもを生むまでに、小さい子どもとの接触経験がまったくないままに母親になる人が急増している

子育てについて話しができる相手がまったくない母親は急増しており、子育て家庭の孤立化がますます深刻になっている

「子どもと一緒にいると楽しい」「あかちゃん(子ども)は、かわいい」とほとんどの母親は答えるが、一方で「子育てでの負担感」や「イライラ感」、育児不安と訴える母親が急増している

このように、ほんの20数年の間にも子育て真っ最中の母親の状況は大きく変化しています。その変化の方向は残念ながら、「大阪レポート」で警鐘を鳴したにもかかわらず、さらに悪い方向に向かっているのです。

私は子育て支援ボランティア活動をしながら、「今なぜ子育て支援が必要なのか」という最も根本のところ、支援者側が納得できていない、と強く感じてきました。この調査結果は、今なぜ子育て支援が必要なのか、親育てプログラムが必要なのか、を如実に表しています。

## 【 】 今なぜ、親育てプログラムが必要なのか？

### 1. 「乳幼児を知らないまま、親になってしまう」という事態

「親になるまでに、小さい子どもに触れたことがない」という、育ちの中で、親になるための準備がほとんどできていないこと、当然の結果として「親が子どもを知らない」という実態に焦点を当てて、今何をすることが求められているのか、について考えたいと思います。子どもを生んで親になったからと言って、親の役割がすぐに果たせる訳ではありません。上記の調査結果は、親を親として育てるための支援の必要性を示しているとも言えるものです。

私が事務局長をつとめています親と専門職でつくる子育て支援のボランティア団体『こころの子育てインターネット関西』(<http://www9.big.or.jp/~kokoro-i/>)は、活動をはじめて9年目になりますが、2002年の4月、カナダの子育て中の親支援プログラム「Nobody's Perfect」を日本でも展開するためのプロジェクトを立ち上げて、取り組みをはじめています。ここで、みなさんにお伝えしたいことの結論を先に言いますと、欧米先進諸国ではすでに20年以上も前から広汎に実施されている「親育てプログラム」を、日本でも開発し、実践することが求められているのではないかと、ということです。

### 2. 乳幼児期の親子関係クリニック??

2001年の夏前に、東京のあるテレビ局のディレクターの方から、「“こんな乳幼児期の子育てが、少年犯罪を犯す子どもを育てる” というようなデータはありませんか」という問い合わせ電話がありました。あまりにも短絡的な発想に、私はびっくりしました。もし、そんなデータがテレビで放映されたりすると、ただでさえ育児不安の高い現代の親たちをさらに追いつめるのではないかと心配になりました。

そのディレクター氏は、「東京では、乳幼児期の親子関係のクリニックが今注目されています。先生はされていませんか？」とおっしゃいます。そのときは、「乳幼児期の親子関係のクリニック」と言っても、何をどうするんだろう？ 子育てなんて、日常の営みなんだから、「専門職がクリニックとして」と言われても切りがないのになあ、というのが私の印象でした。そのため、そのディレクター氏の依頼は素っ気なく、断りました。

一年後にそのディレクター氏とたまたま出会いましたが、意外なことに、すごくまじめそうな若い、たぶん結婚前の女性でした。もしかしたら、真剣に「乳幼児期の親子関係のクリニックが欲しい」と思っておられたのではないのでしょうか。彼女が言っていたところかどうか、知りませんが、偶然そのような取り組みを20数年来続けているという、小平記念会・日立家庭教育研究所のみなさんと一緒に2001年の夏に講座をもつ機会がありました。

### 3. 能面のような赤ちゃんの登場

小平記念会は、企業の社会還元事業の一環として、1978年に設立された家庭支援施設で、親子教室(0~3歳)をもう20数年続けているとのこと。親子教室というと、早期知育教育などをすぐ連想しますが、小平記念会の2つの教室は、臨床心理士と保育士が中心になって運営している「親子関係づくり」のクリニックのようなイメージです。20数年の実践に裏付けられた考え方は、『21世紀の親子支援 保育者へのメッセージ』(中

野由美子・土谷みち子編著、ブレーン出版、1999年)に紹介されています。この本を読み、また講座で話を聞かせていただき、ずいぶん勉強になりました。中でも、「預かり型支援」から「親子関係づくり型支援」へ、という提案は、現代の子育て現場に密着した実践からの提案であり、そういうところまで来てしまっているのだ、と私は改めて現代日本の子育て現場の深刻さを実感した思いでした。

なぜ「親子関係づくり型支援」なのか、というと、ここ5・6年、親に抱かれたことがないために抱くとそっくり返る赤ちゃんの話や能面のような表情のない赤ちゃん、眉間にシワを寄せた赤ちゃんが加速度的に増えてきたとのこと。私たちも、まだ話ができない赤ちゃんにどう話しかけたらいいのかわからない、という親の訴えを最近よく聞くようになっています。聞いていますと、話しかけても返事が返って来ないと、シカトされたような気分になるようです。そして、“赤ちゃんが、私を無視している”と、赤ちゃんと2人きりでいると緊張して怖い、と訴えるのです。

#### 4. 極めて具体的な親へのメッセージ 米国の親育てプログラム「ECFE」

私は2002年の夏、米国ミネソタ州ミネアポリスに長期滞在して、米国の子育て支援や学校、精神障害者対策などについて、実際にかかわっている人たちの話を聞いたり、行政にインタビューをしたりして来ました。子育て支援関係では『Washburn Child Guidance Center』というNPO団体を訪問し、話を聞きました。また、州政府の「子育て支援課」の中にあるECFE (Early Childhood Family Education) の職員で、実際に地域で実践している人にも話を聞きました。

今回、私が最も印象に残ったものは、小平記念会がしているような「親子関係づくり型支援」のプログラムが、0～3歳の子どもの親子を対象に地域でたくさんされていることです。

そして、何よりも、その基本理念が「子育ては、いつも楽しい訳ではない」「四六時中子どもといると、イライラするのは当たり前だ」「時には、夫婦二人だけの時間をつくらないといけない」「誰も完璧な親はいない」というものです。それでも、子育ては価値ある経験であり、苦勞するだけの値打ちがあることを伝え、親が“親としての自信”がもてるように教えようとしています。それも極めて具体的に、赤ちゃんの抱き方から声のかけ方、水遊びのさせ方、物の置き方・遊ばせ方、などなど、イラスト入りのテキストなども用意されています。小さな短冊型のものですが、これを「いつも目にとまるところ、例えば冷蔵庫のフタに貼っておいてください」という助言が書かれたものもあります。

ところで、ミネソタ州のECFEは、10年近くの実践研究の評価により「乳幼児期に1ドル惜しむと、あとで7ドルの付けが廻ってくる」という結果が出たとのこと。その結果を受けて、1984年に州議会で「ECFEの実施」が決議され、実践されているものだそうです。詳しくはホームページ [http://cfl.state.mn.us/html/intro\\_fam\\_ed.htm](http://cfl.state.mn.us/html/intro_fam_ed.htm) をご覧ください。

#### 5. 「Nobody's Perfect」プログラムを日本に広めたい!

そんなことに感心して帰国したところ、『完璧な親なんていない! カナダ生まれの子育てテキスト』(三沢直子監修、ひとなる書房)という本が届いていました。まさに、ミネソタで見聞きしてきたものと共通の理念で書かれたものでした。そこで、さっそ

く明治大学の三沢直子教授と連絡をとり、いろいろと相談し、連携して「Nobody's Perfect」を日本で展開していくことになりました。そして最初に書きましたように、ボランティア団体『こころの子育てインターねっと関西』の中にプロジェクト・チーム（NPプロジェクト）を2003年4月に立ち上げ、取り組みを進めてきた。

2003年9月にはカナダより、カナダ保健省公認のスーパー・トレーナー、バーバラ・オローク氏を招き、「Nobody's Perfect」のファシリテーター養成講座を開催し、私も含めて13名のカナダ保健省公認のファシリテーターが『こころの子育てインターねっと関西』の中に誕生しました。そのあたりのことは、「Nobody's Perfect Japan」設立の経緯をご覧ください。

私たちは今、Nobody's Perfectプログラムのファシリテーター認定機関として、NP-Japanを設立する準備を進めるとともに、「Nobody's Perfect」プログラムを関西各地で実践しはじめています。「Nobody's Perfect」を真に日本に合うプログラムに改良するとともに、全国展開していくための準備を進めています。

#### 参考文献

- 1) 服部祥子、原田正文編著：乳幼児の心身発達と環境 「大阪レポート」と精神医学的視点、名古屋大学出版会、名古屋、1991.
- 2) 原田正文著：育児不安を超えて 思春期に花ひらく子育て、朱鷺書房、大阪、1993.
- 3) 原田正文著：『子育て支援とNPO 親を運転席に！ 支援職は助手席に！』（朱鷺書房、2002年）