子育て支援の可能性を探る
—予防的心理臨床実践の場としての子育て支援グループ—

日本女子大学「子育て支援グループらっこっこ」
稲垣 馨　（大河内メンタルクリニック）
岸 敬子　桂 玲子　鈴木 文恵
伊藤 亜子　今井 直子　山口 朝子
（日本女子大学）

<要旨>

今回コミュニティの中での心理臨床実践の一つとして，セルフヘルプ機能を有した子育て支援グループを実施した．今回のプログラムの特色は，行政主導型等の「与える側と受け取る側」という「指導型」の支援プログラムとは以下の二つの点で大きく異なっていることである．

まず第一に，心理臨床実践としての側面から，グループを抱える環境の整備とグループと個人の力動の相互作用に着目した点である．その結果，母親がスタッフに支えられ安心できる環境においてメンバー間で「子育て」を共有し，さらにその過程で自己理解を深める場としてグループが機能することができた．またグループ内で子育ての不安を訴えたケースに対して，スタッフによる心理臨床的アプローチの実践に加えて，メンバーによるサポーティブな関わりも生まれ，グループ全体を良い方向に進めることができた．

第二に，グループでの成果を「互恵的な地域の子育て力」としてどのように地域に還元していくかという視点を重視した上で，プログラムの企画・構成を行った点である．母親のエンカウンター的な話し合いを行って，母親が「いま，ここで」必要と感じる支援を取り扱っていくという，母親を尊重した，母親主体の柔軟なプログラムを組んだ．その結果グループ終了後の母親の満足感が高く，グループとしての凝集性も高まってグループ外でのメンバー同士のセルフヘルプ的活動が地域に広がって行った．

支援プログラムを提供する側がただ支援を与えるのではなく，常に「いま・ここで」母子の側に寄り添う姿勢を忘れずに，母子と同じ目線で共に考えていくという取り組みを行うことこそ，子育て支援の核であると言えるのではないだろうか．

<キーワード>

子育て支援　共感的　セルフヘルプ機能　予防的心理臨床実践

Ⅰ．はじめに

エンゼルプラン，新エンゼルプランの施行を初めとして，公的な機関や民間の団体が主催するさまざまな子育て支援が展開されている．一般的な「子育て支援」と呼ばれるものは，指導型の保育的な要素が強く，またその主な対象は共働きの母親（もしくは父親）となっている．しかし実際には無職の母親の方が高い育児不安を感じているという研究もある（長津・真下，1998）．専業主婦やパート就業者等，共働きの母親と比較して子育てに関わる時間が長い母親達が抱えている「子育てとは何か，どうやって子どもと向き合えばよいのか」という疑問を気軽に相談出来，答えている支援プログラムが今実際の子育ての現場では必要とされているものなのではないだろうか．

そこで今回は，養育者（母親）側の必要としている子育て支援のニーズを的確に捉え，効果的なプログラムを提供するという視点を重視した子育て支援グループ活動を立ち上げ，地域サービスの一環として実施したものである．

まず実践の目的の一つとしては，グループ全体が，互恵的な「地域の育児力・問題解決力」を獲得できるようなプログラム作りを行なうということであった．単なる恩恵的な子育て支援ではなく，セルフヘルプ機能を持つグループから生まれるグループ・ダイナミックスを利用することにより，メンバー間のコミュニティでの結束が強まり，相互啓発機能が高まっていくのではないか，と考えた．

次に，予防的な心理臨床的取り組みをグ

ループ活動と併行して行なうことも今回の実践の目的とした.

今回のプログラムの企画及び運営を行なった中心スタッフは，心理全般の広範な知識を持った心理学専攻の大学院生であった．最初に，母子にとって身近な立場であるスタッフが，グループの活動の中でサポートの必要なケースについての見極めを行なう．さらにスーパーバイザーのアドバイスに基づいて，早い段階で個別に母子への働きかけを行なうことで，問題の深刻化を未然に防止できるのではないか，と考えた.

依田（1997）の吉祥寺0123における子育て支援の研究では，子育て支援のプログラムにおいて，スタッフによる個人差を配慮した個別的な対応が必要となってくる可能性を示唆している．グループの良さを残しつつ，個別の母子に対応していく形でプログラムを実施することの意義は大きいと考えられた.

Ⅱ．プログラムの概要

日本女子大学西生田生涯学習センターに於いて，2002年1月～2002年3月までの全7回の第一期子育て支援プログラム「らっこっこ」を実施した．対象は募集に対して応募のあった大学近隣在住の 8 組の未就園児の母子（平均年齢は子 2 歳 4 ヶ月，母 32．6 歳）であった.

今回のプログラムの立案に際しては，以前２度試験的に行われた母親の出会いグループ（エンカウンターグループ）のプログラムと，事前に見学した日立家庭教育研究所で実施されている子育て支援のプログラムを参考にした．今回のプログラムは，全体で大まかな枠を設定した上で，「いま・ここで」のグループの状況に則して柔軟に対応する形をとった．毎回スタッフによるプログラムの検討・練り直しを事前に充分行なった上で次回の実践に移すという方法であった.

プログラムは前半25分，母子分離時間5分，母子分離プログラム50分，母子再会・片づけ・さよならの歌10分という全体で１時間30分のものとなった．前半は母子とスタッフが主に遊びを通じてグループとしての活動を行うプログラム，母子分離後の後半部分では，子どもは大学院生と学部生らスタッフによる自由遊び，母親はエンカウンター的雰囲気を持つグループでの話し合いという構成となっている．母親グループの話し合いのテーマは，毎回その場で出された話題に沿って次回の内容を決定し，関連した文献等によるレジメを作成した.

Ⅲ．プログラムの内容

第一期は日本女子大学西生田キャンパス近隣の多摩地区在住未就学児を持つ母子８組を対象とした．2002年１月から３月まで毎週計7回，毎回１時間30分のグループ活動を行なった.

１．プログラム開始以前

（１）グループ実施前の告知

グループ実施に際して，作成したチラシの配布，地域ミニコミ紙への広告掲載によって告知を行い，大学の近隣に在住する未就園児を持つ母子を募集した.

（２）グループ前の手続き

①事前面接

まず，個別に心理臨床的支援の必要性を見極めることに加え，日頃の子育ての状況や子育てに対する母親の考え方等を知るために事前面接を実施した．応募のあった母子８組に対して，グループ開始前にメンバーが個別に１時間の事前面接を行った．事前面接では以下の二点に着目した.

ａ． 面接の中での母子の関わり，子どもと面接者の関わりの様子を観察後，留意点についての記録を行った.

ｂ．子育てに対する不安や今回のグループに対する期待，及び参加動機についても聞き取り調査を行った.

②フェイスシートの配布と記入

③質問紙調査の実施…後述Ⅳ－１を参照

母親の育児ストレス，孤独感，夫の育児サポート認知に関する質問紙調査を実施した.

２．プログラムの立案，実施内容

今回の母子のグループ活動部分は日立家庭教育研究所で行われている子育て支援のプログラムを参考にしており，五感の体験を重視したものであった．母親グループは，エンカウンター的雰囲気を残した話し合いとなっており，第一回目と第七回目にスーパーバイザーに同席してもらった．実施したプログラムの詳細は以下の通りである.

（１）第一回（１/31/02）…グループへの導入の回

・母子グループ活動 … 子の名札作り

・自由遊び

・母親グループ … スタッフを含めた自己紹介，スーパーバイザーとの子育てに関する質疑応答とグループの話し合い

（２）第二回（2/7/02）…母親グループのテ

ーマの模索
・母子グループ活動 … ふわふわ体験（和紙とうちわを使った感覚遊び）
・自由遊び … ふわふわ体験の続きと自由遊び
・母親グループ … 前回の振り返りとグループメンバーによる子育ての悩みを話し合う．今後の話し合いのテーマとなるものを探る，次回以降の話し合いの参考となるような話題探しを行なった．

（3）第三回（2/14/02）…話題を設定，資料を使用した話し合いー第１回
・母子グループ活動 … おみせやさんごっこ
・自由遊び
・母親グループ … 前回話し合いで出された話題の中から，テーマを決めて話し合いを行った．
　テーマ　「子どもの社会性」
　資料　「社会性の発達」（スタッフ作成）

（4）第四回（2/21/02）…話題を設定，資料を使用した話し合いー第二回
・母子グループ活動 … お話グループ「大きな花輪」によるプログラム
・自由遊び
・母親グループ … テーマを決めた話し合い
　テーマ　「しつけ」
　資料　「自我の発達」（スタッフ作成）

（5）第五回（2/28/02）…話題を設定，資料を使用した話し合いー第三回
・母子グループ活動 … ねばねば体験（小麦粘土を使った感覚遊び）
・自由遊び … ねばねばの続き
・母親グループ … テーマを決めた話し合い
　テーマ　「夫・父親の役割」
　資料　「乳幼児のいる家族」（スタッフ作成）

（6）第六回（3/7/02）…前回から引き続いたテーマの話し合いー第四回
・母子グループ活動 … みんなのお城を作ろう
・自由遊び … お城作りの続き
・母親グループ … テーマを決めた話し合い
　テーマ　「夫・父親の役割」
　資料　「乳幼児のいる家族」（前回の物を要約したもの）

（7）第七回（3/14/02）…最終回ーまとめの回，今までの振り返り
・母子グループ … 第一期終了式
・自由遊び
・母親グループ … グループ全体の振り返りと感想

３．グループ経過の評価
（１）行動観察…後述Ⅳ－２を参照
（２）質問紙調査の実施…後述Ⅳ－１を参照
　母親グループの体験過程における内的経験の変化（個人力動－サイコダイナミックス）を見るために，質問紙調査を実施した．
（３）連絡ノートの活用
　メンバーのプログラム評価とスタッフへのフィードバックのため，参加者個別に連絡ノートを配布した．
＜手続き及び方法＞
　毎回スタッフが保育時間の子どもの様子を観察し，記入後母親に持ち帰って貰った．母親グループの感想を中心に各回に感じたことを記入して貰い，次回に持参するという形式をとった．母親の意見や感想に対しては，グループ時間内で回答できる限り可能な範囲でスタッフが回答した．母親が記入した部分はスタッフ会議の際にフィードバックの材料として使用し，プログラムの反省点や改善点を検討した．さらにノートの記述からうかがわれる個別の心理臨床的アプローチの必要性については，スーパーバイザーより助言を受けた．

４．グループ終了後の評価
　プログラム終了後に，日頃の子育ての状況や子育てに対する母親の考え方等に変化が見られたか，ということをグループ実施以前と比較するために事後面接を実施した．また今後のプログラムの立案・運営に活かすため，プログラム全体を通じて母親が感じた率直な感想を聞いた．手続きとしては事前面接と同じであった．

Ⅳ．研究の概要

　グループの効果を検証するため，質問紙調査の実施と行動観察を行なった．

１．質問紙調査
　グループによる変化を捉えるため，以下の二点に焦点をあて，質問紙調査を実施した．
（１）母親グループにおける内的経験（個人力動－サイコダイナミックス）の変化
＜目的＞
　母親グループの話し合いを通して母親メンバーが，グループの場や他のメンバーと自分自身との関わりをめぐってどのような内的経

験（個人力動ーサイコダイナミックス）をし，どのように変化するのか検討することを目的とした．仮説として，グループの活動を通して，母親が自己や子育てに関する振り返りを行い，その振り返りの結果を再度グループ活動に活かしていくという循環的な動きがあるのではないか，と考えた．

＜方法＞

平山（1993）による30項目からなるエンカウンターグループにおける個人過程測定尺度質問紙を毎回グループ終了後に配布し，次回までに記入して持参してもらう形式とした．本研究ではグループの話し合いを対象とするため質問紙の表現を，“セッション”から“グループ”と修正を加え，回答は5段階評定で行った．

（２）グループ前後での「子育て」に関する母親認知の変化

＜目的＞

グループの前後で母親の育児ストレス，孤独感，夫の育児サポートに関する認知に関する変化が見られるかということを検討する目的で，以下の質問紙を実施した．仮説として，グループ活動を通じて育児の悩みを共有することで，育児に関する母親の負担感が軽減するのではないか，と考えた．

＜方法＞

①母親の育児ストレスについて－日本版Parenting Stress Index（ＰＳＩ，奈良ら，1999）… 育児支援プログラム参加者への負担と項目の適切さを考慮し，40項目を抽出し，使用した．

②母親の孤独感について － 孤独感尺度 … 工藤・西川（1983）による全20項目からなる邦訳版の改訂版UCLA孤独感尺度（Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E., 1980）を使用した．

③夫の育児サポートに関する母親の認知について－父親の育児サポートに関する母親の認知尺度（中島，2000）… 前述日本版PSIの夫との関係に関する４項目を加え，全15項目のものを作成し，使用した．

２．行動観察

＜目的＞

グループの経過における母子の関わりとメンバー同士の関わりに関する行動の変化を検討する目的で，行動観察を行なった．

＜方法＞

毎回会の終わりに行なう「さよならの歌」の場面における特定の母子５組みの行動をタイムサンプリング法により評定した．８ｍｍビデオを対角線上に２台用意し，部屋全体を撮影したものを分析に使用した．

＜分析方法＞

ビデオを再生しながら10秒を１単位とし，10単位（100秒）について，視線を向ける，声かけ，身体接触，一緒に活動，膝の上にのせる，の５カテゴリにそって分類したチェックリストを用いて行なった．評定はスタッフを含めた３名で行なった．

Ｖ．研究結果

１．質問紙調査

（１）母親グループにおける内的経験（個人力動ーサイコダイナミックス）の変化

主因子法，バリマックス回転による因子分析を行った結果，「グループ可能性と自己のあり方」「グループへの主体的関与」「自己の気づき」「他者理解」「グループでの居心地」「共感による自己理解」の6因子（24項目，累積寄与率70.3%，因子負荷量.50以上，各下位尺度のクロンバックのα係数は.63～.93）が得られた．次に，各回の変化を調べるため，因子ごとに分散分析を行った結果，有意差はみられなかったが，全体的に得点は上昇する傾向がみられた．個別の変化としては，心理臨床的サポートが必要とみられたAさんのケースの場合，「共感による自己理解」「自己の気づき」「グループへの主体的関与」「グループ可能性と自己のあり方」において4回目まで大きく下降し，その後上昇するという動きとなった．

（２）グループ前後での「子育て」に関する母親認知の変化

①母親の育児ストレスについて

PSI における「母親の育児ストレス（親領域）」及び「母親の育児ストレス（子領域）」ともグループ前後のｔ検定で有意な差は見られなかった．（ｔ＝1.75,n.p.，ｔ＝－.90,n.p.）．

②孤独感について

孤独感尺度項目の合計得点を算出し，グループ前後でのｔ検定を行なった結果，有意な差は見られなかった．（ｔ＝.73,n.p.）

③夫の育児サポートに関する母親の認知について

「夫のサポート認知」尺度項目の合計得点を算出し，グループ前後での検定の結果，有意な差は見られなかった．（ｔ＝-.39,n.p.）

２．行動観察

母子の関わりについて，母親から実子への関わりの中で５つの行動カテゴリについて検討した．全体の傾向として，声かけ，膝の上にのせる，身体接触の生起率は５回目で上昇しているものの，７回目では下降している．「視線を向ける」，「一緒に活動」は下降の経過を示している．回を重ねることで，全体的に母親から実子に対する関わりは減少している．全体を通して見ると，母子の関わりが多くの項目において回を重ねるごとに減少している一方，異母子間，子同士の関わりは，「視線を向ける」，「声かけ」「一緒に活動」において増加が見られた．

Ⅵ．実践結果

事後面接の感想では，参加者の評価及び満足度は高かった．メンバーの中で４月に幼稚園に入園する一組を除いた全員が５月以降の第二期「らっこっこ」に引き続いて参加を希望する，という状況となった．またプログラム終了後に「言葉が増えた」という感想を持った母親もおり，グループ活動をうまく子どもの成長に利用できたという点からも，母親側の満足度は非常に高かった．

グループ外の場所でもグループ成員が集まって保育の活動を行う機会がもたれ，今回のグループでの活動を通じてコミュニティにおいて自助的な保育の輪の広がりが感じられるものとなった．

Ⅶ．研究結果の考察

１．質問紙調査

（１）母親グループにおける内的経験（個人力動－サイコダイナミックス）の変化

エンカウンターグループを対象とした先行研究では個人過程に変化がみられたが，本研究では，グループ全体として得点が上昇する傾向がみられたものの統計的に有意な変化をみることはできなかった．これは，母親主体のプログラム作りを重視したことでエンカウンター的要素が薄れたことに加え，子どもが母親と分離できずに話し合いに充分に参加できなかった母親メンバーもおり，グループの体験過程を検討するという点で，統制された条件ではなかったということが一因として考えられる．しかし，個別にみた場合，子育ての難しさを訴え，グループのなかで自己の存在や関わり方に戸惑いを感じて方向性を見失っていたAさんが，5回目以降に4因子において得点の上昇を示した．これは，6回終了後の感想において語られたように，子育ての大変さを他者と共有することや，スタッフやメンバーによる心理的サポートを得ることで，自身の子育てや自己，さらには他のメンバーに対して肯定的な評価に傾いた結果であると言えよう．回を重ねてグループに対する関わりが深まり，グループメンバーと子育てを共有する中で自己理解を行なう，つまり他者への共感を通しての自己理解を深めることが出来ていたと言えるのではないか．また，その体験をすることでグループに対してもより主体的に関わり，子育てに関してグループ全体として何か出来るという可能性を感じる事が出来るようになっていったと言えるのではないだろうか．つまりグループ体験を通じて母親の個人力動（サイコダイナミックス）に変化が生じ，グループとしての力動（グループダイナミックス）にフィードバックしていく，という循環的な動きが見られた結果であると思われる．

（２）グループ前後での「子育て」に関する母親認知の変化

母親の育児ストレス，孤独感，夫のサポート認知のいずれの質問紙において，グループ前後での結果で統計的に有意な差は見られなかった．全体の傾向としては，母親の育児ストレス（親領域）はグループ後に減少したメンバーが８人中５人と多かった．それに対して母親の育児ストレス（子領域）は，グループ終了後に増加したものが８人中５人であった．これは，多くの母親が，グループに参加することで日常の母子二人きりの子育て空間から抜け出して，子ども同士の関わりを見たり，じっくりと子どもとの関わりを体験でき，従来とは違った新たな視点を持つことはできた．しかし子ども同士でおもちゃを取り合ったり，母子分離が出来なかった等の母親にとっては，子育てに関する好ましくない新奇な気づきとなり，ストレスが上昇したということが言えるのではないだろうか．

また，夫の育児サポートに関する母親の認知は，グループ後に上昇したものが８人中５名であった．これは母親グループの話し合いを通じて，夫のサポートに対する不満をメンバーと共有できたこと，夫との関わりの中でサポートの求めかたに対しても従来とは違った工夫がなされた結果であると思われる．

２．行動観察

全体傾向としては，５組みのうち３組の子どもは最初から母との関わりが多く，次第に

探索行動が見られるようになった．実母子間で全体的に関わりが減ったのに対して，異母子間の関わり及び子同士の関わりが３つのカテゴリにおいて増加が見られたという結果となった．これは，はじめは子どもが新奇な場面に不安を感じた母親の元から離れられなかったため，母子間のみの関わりが主であった．しかし回を重ねることで次第に周りの環境に関心を抱くようになり，母親を安全基地にした探索行動ができるようになったことと同時に，場に慣れ伸び伸びとできるようになった子どもを見て母親も安心し，子どもと自分が関わらなくてもグループの中で支えられているというグループへの信頼感が形成されたと言えるのではないだろうか．

Ⅷ．まとめ

今回は実践に重点を置いた結果，予測した研究結果が得られなかったことは残念であったが，当初の実践の目的は達成出来たものと思われる．メンバー同士の関心や自主保育活動等の関わりが増加したことは，子育て空間を共有するというグループ活動を通じて，参加メンバーがコミュニティーの中で「共に育てる・育つ」という意識が高まった結果であると言えるのではないか．

子育ては形を変えながらいつか終わりがくるものであるが，当事者の母親にとっては「今，ここで」の悩みや苦しみを理解してもらい，共有しあうという空間を体験をすることは，子どもと向き合い，子育てに取り組む力や意欲を獲得できるものなのではないだろうか．

今回はきめ細かい事前・事後の面接の実施により参加メンバー理解を深め，さらに毎回プログラム実践の振り返りを行なって，個別の心理臨床的なアプローチも行なった．グループ活動ながらも，各個人（母子）のサイコダイナミックスをつかみつつグループ活動（グループダイナミックス）に活かしていく，というミクロな視点とマクロな視点を同時に持ちながらグループの活動を行なったことが今回のプログラムを成功裡に終わらせることができた大きな原因の一つであると思われる．

今後の展開としては，今回実施できなかった父親を対象としたプログラム（既に二期のプログラムで実施済み）や母親による自主的なプログラム企画・運営も次期以降順次実施していきたいと思っている．

【参考文献】

堀 洋道他　1994　心理尺度ファイル－人間と社会を測る　垣内出版
長津 美代子・真下 由佳 1998 夫婦の役割葛藤と育児不安 － 乳幼児の母親を対象とした調査から　群馬大学教育学部紀要　芸術・技術・体育・生活科学編　33，p.251－260
中嶋和夫・桑田寛子・林仁実・岡田節子・朴千萬・齋藤友介・間三千夫　2000　父親の育児サポートに関する母親の認知　厚生の指標第47巻　第15号
中村伸枝・武田淳子・白畑範子・工藤 美子 1999　日本版 Parenting Stress Index(PSI)の信頼性・妥当性の検討　小児保健研究　第 58 巻第５号
奈良間美保・兼松百合子・荒木暁子・丸光恵・平山 栄治　1993　エンカウンターグループにおける参加者の個人過程測定尺度の作成とその検討心理学研究,63,Pp.419-424
依田 典子　1997 母親による育児と子育て支援 －＜吉祥寺 0123＞の試みを中心に　白百合女子大学発達臨床センター紀要 1,p.45－54