

子育て支援グループ活動報告

著者	岩本 沙那佳
雑誌名	心の危機と臨床の知
巻	21
ページ	143-145
発行年	2020-03-20
URL	http://doi.org/10.14990/00003557

子育て支援グループ活動報告

一、はじめに

本稿では甲南大学人間科学研究所と甲南大学心理臨床カウンセリングルームの共催で実施された子育て支援グループにおける活動報告を行う。子育て支援グループ活動「親子相談」「うりぼうくらぶ」「子育てサークルまつぼっくり&プレイグループどんぐり」の詳細は次のとおりである。

二、親子相談

親子相談は、就学前の子どもをもつ保護者を対象とした個別相談である。毎月第一・三水曜日の午前中に設定している。

三、うりぼうくらぶ

毎月第二・四水曜日の午前中（十一時から十二時半）に開催した。対象は、就学前の子どもと保護者である。うりぼうくら



ぶは、育児相談の場や子どもの遊び場、保護者の交流の場として活動している。スタッフは、主に本学心理臨床カウンセリングルーム相談員（筆者）と子育て経験者二名、学部生二名であった。活動は、主に二部構成から成る。前半の設定遊びは、絵本の読み聞かせや手遊び、親子ふれあい遊びなど、親子が一緒に楽しく過ごせるような内容である。

また、季節を感じられるような製作や家庭でも実践できる体操などを行った。後半の自由遊びは、子どもの自主性を尊重しつつ、スタッフが受容的に関わった。また、活動のなかで、スタッフが親の育児相談を受けた。本年は、年間二三回開催し、新規三〇組、のべ二二五組二八二名の親子が利用した。

四、まつぼっくり&どんぐりグループ

本年は一クール全七回、十月から十二月の水曜日午前中（十

時半から十二時)に五回開催し、一月に二回予定している。保護者が発達心理学における研究知見に触れ、子育てについて学びを深めたり、自身の子育てを振り返ったりすることを目的としている。また、保護者自身がリフレッシュできることも大切にしていく。本年は、○歳児から小学五年生の子どもをもつ保護者が参加した。また、母親がグループに参加している間、子どもは、別室で子育て経験者による託児を受けた。

二〇一九年度(第三三期)

第三三期は、単発の参加も可能とした。二〇一九年二月現在、新規参加者一名、継続参加者四名で、母親のべ人数は二〇名、子どものべ人数は八名だった。各回のテーマと参加者の感想は次のとおりである。

第一回・「産後のメンタルヘルス」

マタニティブルーズや産後うつ病に関する講義を行った。参加者からは、「多様な視点をもつことができて、発見があった」「産後という時期は、自分にとって随分と前のテーマだったが、気づきも多く、学びがあった」との感想が寄せられた。

第二回・「乳児期の子どものこころの発達」

発達心理学における知見を紹介しつつ、参加者の育児に関する困りごとを話し合った。参加者からは、「勉強になった」「モヤモヤしていたことを話せて、心が軽くなった」等の感想が寄

せられた。

第三回・「学齢期の子どものこころの発達」

参加者が子どもに対して抱えている印象や参加者自身の困りごとや悩みについて話し合った。参加者からは、「座談会形式で、他の参加者の貴重な話を聞くことができた」等の感想が寄せられた。

第四回・「メディアと子育て」

参加者がテレビやインターネット利用の長所や短所を考えた後、講師がテレビやインターネット利用の実態やインターネット依存症などについて講義を行った。参加者からは、「新しい情報を得ることができてよかった」「メディアに対する悪い点だけでなく、メディアとの付き合い方やメディアを通じたコミュニケーションをとることが大切など、良い点も知ることができてよかった」「自分が悩んでいること(テレビの視聴時間やスマートフォンを与える時期など)について、いろいろな意見を聞くことができた」等の感想が寄せられた。

第五回・「育児ストレスのチェックと理解」

参加者が育児のなかでストレスを感じやすい場面や出来事を振り返り、自身の育児に対する気持ちを視覚化するためにワークを行った。参加者からは、「客観的に日々の自分を見直す良い機会だった」「ワークが楽しかった」「知識を得ながら、子育てをしていきたいと思った」などの感想が寄せられた。

二〇二〇年一月に、第六回「夫婦関係について考える」と第七回「茶道体験&幼少期の体験について」の開催を予定している。

五、おわりに

二〇一九年八月二四日(土)に「うりぼうくらぶ」と本大学人間科学研究所が実施している「子育てライブラリー」を同時開催した。参加者は、子どもと母親に加え、父親や祖父母も一緒に、夏まつりの製作やゲームを楽しんだり、絵本に親しんだり、和やかに過ごした。また、「まつぼっくり&どんぐりグループ」では、子どもの発達や育児のなかで抱えやすいテーマを取り上げ、講義形式で行った。これまではクローズドグループだったが、本年は単発での参加も可能とし、育児中の親が参加しやすいことを重点に置いた。今後も、地域の親子や家族が気軽に参加でき、子どもの発達や日頃の育児について学べたり、相談できたりする機会として、幅広く参加者のニーズに応じていきたい。

(岩本 沙耶佳)