〈大学が行う子育て支援〉の可能性

――『親子・子育て支援プログラム』の試みを通して

甲南大学心理臨床カウンセリングルーム　ルーム相談員
仁木　智子

1　はじめに

近年、『子育て支援』の重要性について取り上げられることが多くなってきた。現代社会の変化に伴い、虐待や育児不安を抱える親の増加傾向に、公的機関をはじめとする諸機関は、各地に子育て支援の拠点を設置し、相談窓口や親子が集うグループを作る等の動きが徐々に増えてきている。しかし、需要は供給をはるかに上回っており、核家族化や少子化による子育ての孤立化、押し寄せる情報の波に、日々の子育てに何らかの応援を望む親達は溢れ返っている現実がある。

そこで、〈大学ができる子育て支援〉の可能性に着眼し、平成十三年度より『親子・子育て支援プログラム』を甲南大学心理臨床カウンセリングルームにおいて開始した。これは文部科学省学術フロンティア推進事業の一環として、またカウンセリングルームの一事業として行われている。この試みにおける一年四ヵ月、平成十三年六月から平成十四年九月迄の活動を報告し、大学が行う子育て支援の可能性について考えていきたいと思う。

2　親子の求める支援とは？　大学が必要とするシステムとは？

プログラムの内容において考慮した点は、「現代の親子がどのような支援を必要としているか？」、「臨床心理学を学ぶ大学院生にとって意味あるシステムとは？」という両面からのアプローチであった。大きく分けて、次の五つの条件を想定した。

A　支援の入口としてのきっかけづくり

これは、子育ての〈流れ〉を少し変えるきっかけを提供していくことを指している。家から外へ、孤立から他者の中へ、葛藤の抱え込みから他者との共有へ、といった一歩の踏み出しにつながる機会提供を広く行っていくことが、支援の入口になるのではないかと考えた。

B　たかが場…されど場

親にとっての、そして子どもにとっての、それぞれの場の意味がある。親にとっての意味とは、とりわけ就園前の子どもを抱える時期、親子で外の世界と交わる場が切実に求められている現実がある。安心して足を運び、自分自身がリフレッシュできる場、仲間づくりのできる場を必要としている親がいること、必要な時期もあることを無視することはできない。一方、子どもにとっての意味とは、集団刺激を受けることのできる場の重要性である。少子化により、子ども集団に入っていく機会の激減が、親子関係や子

ども自身の社会性、心理面に与える影響は少なくない。そして、こうした場において、親子が『遊び』の要素と出会っていくことは、親子双方にとって意味深く、それぞれの心を活性化させ得ると考えた。

C　相談のあり方再考

当カウンセリングルームでは、平成九年にカウンセリングが有料化され、子どもから大人まで広く個人カウンセリングを行っている。プログラムを開始する前年の平成十二年における年間のべ来談者数は約二〇〇〇名で、四五名の大学院生の研修施設も兼ねている。個人カウンセリングでは、子どもは遊戯療法を受け、多くは母親との母子並行面接（一回につき五〇〇〇円）の形をとっている。だが来談する子どもを年齢別に見てみると、就学前にあたる六歳以下の子どもの割合は全体のわずか四％と非常に少なかった。これは、認知度や料金面、面接形態等によるものも大きいと思われるが、こうした点から、乳幼児を抱える親たちにとって、カウンセリングへの敷居の高さが依然として根強くあることが伺える。そこで、問題の根が深まってからの支援ではなく、根が深まる前に支援できるシステム、つまり、親子にとってより足を運び易くなるシステムを作れないだろうかと考え、地域の親子を支援していく方法そのものを再検討してみる必要性を感じた。

D　複数の支援体制

個々の親子に合ったプログラムを提供できるよう、単一の支援体制ではなく、複数の支援体制を作れないだろうかと考えた。というのも、グループでの関わりが適した親子もいれば、まずは個別の対応が必要な親子もいる。複数の選択肢を用意しておくことで、フォローアップの層に厚みを持たせることができればという思いからである。

E　臨床心理的地域援助

上記四点は、親子に対する支援であり、〈地域に密着した施設として、大学を地域に開放していく〉という趣旨も含まれている。だが、大学における子育て支援では、ルーム研修員である大学院生の研修的意義も自ずと必要条件になってくる。現在、臨床心理士資格取得の際に必要とされる臨床経験は、以下の三領域が挙げられている。第一に『臨床心理査定』、第二に『臨床心理面接』、そして第三に『臨床心理的地域援助』である。このうち第一、第二については当ルームで研修が可能なシステムが既にある。だが第三の『臨床心理的地域援助』においては、学外の保健所や保健センター等で一部の大学院生が研修を積んできたという現状がある。そこで、学内においても地域援助の研修を行えるシステムを整えることで、研修施設としてもより充実したものにしていくことが重要であると考えた。

こうした要素を考慮し、構成したプログラムの内容とその活動結果を以下の章で述べる。

3　『親子・子育て支援プログラム』の内容と活動結果

①～③の三つのプログラムで開始した。また、翌年の平成十四年度からは、新たに④も組み入れての活動になっている。

①『子育て講演会』の開催
②『親子相談』の開設
③【うりぼうくらぶ】
（『親子の遊び教室＆プレイルーム開放日』）の開設
④【子育てサークルまつぼっくり・プレイグループどんぐり】の開設

いずれも対象は〇歳～就学前の子どもと保護者を対象にしており、料金は一律、一回につき親子で一〇〇〇円としている。また、開催に先立ち、地域の区役所や開業小児科、児童館や地域福祉センター等に案内を配布・説明し、広報活動を行った。プログラムの準備及び運営には、希望する三三名の大学院生が筆者と共に行ってきている。以下、順に説明していきたい。

①『子育て講演会』

現代社会における乳幼児への虐待の増加、毎日の子育てに悩む親の増加傾向を踏まえ、子育て中の親がこれまでの育児を振り返ったり、これからの育児に方向性や励みを得る機会を提供することを目的に、本学文学部人間科学科の松尾恒子教授による講演会を託児つきで四回開催した。内容はスキンシップの大切さを中心に、親子の関係性や子どもの心の成長について分かりやすい具体例を交えてお話頂いた。のべ一四二名の保護者が参加し、託児にはのべ一〇一名の利用があった。参加保護者からは「初めて、子育てについてゆっくり振り返ることができ、毎日の子育てに勇気づけられた。同じ内容でも良いので、子育てへのモチベーションを保つために何度も聞きたいと思った」、「今の母親達は〈この育て方で良いのか？〉と常に迷っているように思う。自分自身も早く成長させたい一心だった。少しでも気持ちを整理していけるよう、このような講座がさらに充実して欲しい」、「託児を利用したのは初めてで、はじめは不安もあったが、数時間でも子どもと離れることで親自身リフレッシュできた。これから子どもを迎えに行くのが楽しみな気持ち」といった声が多く聞かれた。そして、希望する参加者には、以下の②～④のプログラムへとつないでいける形にしており、実際にも利用度は高いことから、支援を必要としている親子を掬い上げ、次なる受け皿へつなぐ重要な機会にもなっている。

②『親子相談』

子どもの情緒面や発達面、子どもへの関わり方等について不安を抱える親に対し、親子で気軽に相談に行ける窓口を開設することで、問題がより深刻化する前に親子を支援するシステムを提供していくことを目的に、予約制で毎月二回の相談日を設けている。新規で三五組、七八名の親子、のべ六四組、一三六名の親子が利用し、対象となった子どもの初回時

の平均年齢は二歳十ヵ月であった。割合的には一歳児と三歳児が二二％と最も多く、次いで二歳児が二十％、四歳児が十五％、〇歳児が十二％、五歳児が七％、六歳児が二％を占めた。相談内容は、子どもの問題としては、母子分離不安や人見知り、喜怒哀楽の激しさ、退行、心身症等、《情緒的な問題》を主訴とした相談が最も多く、次いで「他児や母親を叩く・噛む」、「自傷」、「登園しぶり」等の《行動上の問題》、言葉の遅れや自閉症等、《発達面の問題》に関する相談が数多くあった。また、親の抱えている悩みの中で圧倒的に多かったのが、「子どもにどう接して良いか分からない」、「自分に余裕がなく愛情を持って接することができない」、「甘えさせてやれない」、「叱り方が分からない」、「兄弟育児が難しい」といった、《子育てに対する不安やストレス》であり、「つい手が出てしまう」と罪悪感を抱えつつどうして良いか分からないと訴えるケースも多く見られた。また、《夫婦間や同居家族との関係性》について、育児観の違い等からくるストレスを抱えた親も多く、他児との交流の機会の少なさや就園に関すること等、《育児環境》に関する相談も並んで多かった。さらに、《親同士の関係性》で悩んでいるという相談、他に、睡眠、食事、排泄等、《生活習慣やしつけ》についての相談も見受けられた。来談者からは、「今まで話せずにいたことをゆっくり聞いてもらうことで、気持ちがすっきりした。何かあったら相談できる場所があると思うだけで、安心する」、「毎日、親と子の生活の中で、悪い方向にばかり考えてしまい、それが悪循環になっていた。少し違った視点を教わったことで、〈こういう見方もあったのか〉と気づくことができた」、「これまでは、子どもの育て方について責められたり説教されることの方が多く、不安な心がより一層強められていた。ここで初めて親として認めてもらった気がした」等の声が聞かれ、子どもと関わるスタッフもいることで、それを見ながら「〈こういう遊び方もあるんだ〉と発見できた」と話す親も多かった。また、『親子相談』の継続的な来談も可能にしているが、集団参加の機会を持っていくことが望ましい親子には、次に述べる【うりぼうくらぶ】や【子育てサークルまつぼっくり・プレイグループどんぐり】を紹介したり、親子分離での面接形態がより効果的と思われる場合には、当ルームでの親子並行面接へとつないでいく形にしている。

③【うりぼうくらぶ】

同年齢の子ども同士、また親同士が交流する機会が減りつつある社会の傾向を踏まえ、当ルームを地域に開放する日を設け、地域に開かれた施設としての交流の場を作っていくことを目的に、月二回開催している。親同士の仲間づくりや、とりわけ就園前の子どもたちが、集団参加の準備を親子で行える機会を提供していくことも重視しており、毎回予約制（月初めに翌月分を電話予約）で定員は十五組としている。学外から保育士スタッフを一名招いており、前半に集団での親子遊びの時間を設け、保育士による手遊びや親子体操、季節の行事や紙芝居等、参加親子が共有した形で楽しめる遊びを行い、後半は自由遊びとして、親同士・子ども同士の交流や、

スタッフとの個々の交流が可能な時間にしている。新規で一〇六組、二一四名の親子、のべ二九八組、六〇九名の親子が参加し、子どもの初回参加時の平均年齢は一歳八ヵ月であった。割合的には一歳児が四二％と最も多く、次いで二歳児が二八パーセント、〇歳児が二四％、三歳児が六％であった。また、継続して参加する親子が多く、参加者からは「普段、子ども同士で遊ぶ機会があまりなく、初めは泣いてしまっていたが、段々慣れてきて皆と遊べるようになってきた。家とはまた違った子どもの一面を発見でき、子どもの成長を焦らずに見守っていこうと思えるようになった」、「親同士の交流もできて、ここで知り合ったお母さんたちと友だちになり、一緒に散歩に出かけたりと外に出る機会が増えてきた」、「子どもとの遊びについて、実際にいろいろな体験ができたことが大きかった。家での遊びや関わり方が変わってきた」等の声が多く聞かれた。また、『親子相談』と併せての参加親子や、『親子相談』を一旦終了した後に参加していく親子も多く、個別の関わりとグループでの関わりという、異なる受け皿を用意しておくことで、様々な角度からフォローアップしていけたり、個々の親子にあった支援へと円滑につないでいくことの重要性を感じている。

④【子育てサークルまつぼっくり・プレイグループどんぐり】

【子育てサークルまつぼっくり】では、子育てに関するテーマに添ったグループワークを通して、子どもとの関わり方について再発見したり、視野を広げていくこと、さらには子育てから少し離れて個としての自分自身を見つめる時間を持ってみることを目的に、平成十四年度から新たに開始している。月一回の四回シリーズで、一クール十人程度の固定メンバー制である。内容は、一回目に松尾恒子教授による『子育て講話』、二回目に講師を招いての『遊び体験ワーク』、三回目に『自分発見ワーク』、四回目に『文集作り』と全体フィードバックとしている。また、親子分離の形で行っているため、子どもたちは【プレイグループどんぐり】で、自由な遊びが体験できるようにしている。現在二クール目に入っており、【まつぼっくり】には新規十五名、のべ四十名、【どんぐり】には新規十四名、のべ三一名が参加している。参加者からは、「〈目からウロコ〉のお話や体験だった。親自身も楽しく、いつも新しい発見があった」、「これまで子育てに悩む日々が長かったが、参加するといつも心に余裕ができ、ありのままの子どもを受け入れようと思えるようになってきた」、「いろいろなお母さんのお話に、悩んでいるのは自分だけじゃないと分かり、こ

『親子・子育て支援プログラム』のべ利用者数　（単位:名）

プログラム内容	保護者	子ども	計
①子育て講演会	142	101	243
②親子相談	66	70	136
③うりぼうくらぶ	299	310	609
④子育てサークル・まつぼっくり・プレイグループどんぐり	40	31	71
計	547	512	1059

（H13.6～H14.9）

れからの子育ての参考になった」、「安心して子どもと離れることができ、お互いリフレッシュできた。子どもにとっても親から離れて過ごす体験ができ、成長を感じた」という声や、両親での参加者からは「夫に子育てを知ってもらう良い機会になった。日々の子育てを言葉で説明しても伝わらない面が、一緒に参加することで理解を深めてもらえた」といった声が聞かれた。このサークルは他のプログラムと異なり、一クール同メンバーでの開催のため、回を重ねる毎に話し合いも深まり、次第に参加者同士が互いの話に真剣に耳を傾け、助言し合ったり、支え合おうする姿が見られる。また、【プレイグループどんぐり】においても、回毎にグループの雰囲気が作られ、目を見張るような遊びを子どもたち同士が繰り広げたり、自然に相手を思いやる場面等が見られ、子どものグループが持つ独自の意味を改めて感じることも多い。

4　考察――試みの中から見えてくるもの

I　『子育て支援』の必要性と〈大学における子育て支援〉の可能性

従来より、幼児教育科等を併せ持つ大学が、幼稚園教諭や保育士の養成コースとしてグループ実習等を行っている例は数多くある。だが、臨床心理学を専門に置く大学が、子育て支援を行っている所はまだほとんどなく、ひとつひとつ手探りの連続であった。しかし、予想を上回る反響があり、スタッフ一同、驚きと同時に、子育て真っ只中の親たちがいかに自分の子育てに不安を抱え、外へ出て交流できる場を求め、子どもだけでなく自らもリフレッシュする機会を欲しているかを実感として再確認した。プログラム全体では、のべ一〇五九名の親子が大学へ足を運んだことになる。この試みを通して、子育て支援を公的機関を始めとする他機関にお任せにしてしまうのではなく、比較的子育て支援とは縁遠いという印象もあろう大学もまた、親と子を応援していくスペースを丁寧に育てていくことが、自分たちにできる子育て支援を実行していく動きにつながるのではないかと感じている。

II　臨床心理的地域援助の視点と大学院生への研修的意義とのリンク

このプログラムの重要な趣旨の一つに、大学のカウンセリングルームをもっと地域に開かれたものにしていこうというのがあった。三つのプログラムの利用者全体で、九割以上が地元神戸の東灘区在住の親子であり、利用経路は、区の広報誌での案内や地域の小児科、区役所等に置かせてもらったチラシ、そして親たちの口コミによるものがほとんどである。地域の乳幼児やその親が、自分たちの求めるプログラムに気軽に足を運ぶということは、これまでの大学のカウンセリングルームとはちょっと違ったイメージであろう。だが、大学が研究のみに重きを置くのではなく、〈子育て支援の現場〉という色彩をも帯びるということは、それが地域サービスとなるだけでなく、臨床心理士をめざす大学院生が『臨床心理的地域援助』の研修を積んでいくシステムを大学自身が持つというメリットもある。いずれか一方が欠けても、〈大学における

子育て支援〉がめざすべき本質から離れてしまうのではないかと思われる。大学が子育て支援を行うこととは、実はこの重要な二点がリンクしてくることも実践の中から痛感したことの一つである。

III　臨床心理学と子育て支援―臨床研修の初期に携わる意味

多くの大学院生がプログラムに関わる中、臨床を始めた初期に、このような活動に携わっておく意味についても徐々に見えてきている。実際に行った活動を振り返り、大学院生が考察した内容を幾つか挙げておきたい。「小さな子どもにどう接していけば良いのだろうかと始めは戸惑い、躊躇していた。接触し辛く、焦りもした。まるで〈腫れ物〉に触るかのように警戒していたように思う。しかし、回を重ねるに従って、子どもの遊びの面白さを感じることができるようになると、自分も関わることを楽しめるようになった。子どもの自由さに触れることができ、知的にのみでなく体験的に学べたことが大きかったと思う」、「臨床を始めた頃に子どもと関わっておくことは、とても自信がつくと思う。というのも、子どもは自然に驚くほど成長するので、そうした成長を見守ることができるのは、援助者としての自信につながると思った」、「地域への愛着が増す。これまで、大学というのは〈研究する場〉という感じで、日常世界と完全に切り離して考えてきていた。しかし今回の活動を通して、実際に大学の周囲にはたくさんの人々が生活しているということを実感し、その土地柄も見えてきた。さらに一般論としても、援助していく上で、地域性というものを考慮することの必要性に気づくことができた」、「グループという形態のため、他の院生の関わり方を目の当たりにできた。勿論、ケースカンファレンスを通して、クライエントへの関わり方を知ることはできるが、実際に態度を目の当たりにするというのは、やはりインパクトが違った。これによって、他の人から良いところを盗んだり、自分の関わり方を反省し直したりすることができた。また、活動後すぐに行われるフィードバックによって、その時の関わり方をコメントしてもらうことも勉強になった。やはり、その時、その場で指摘してもらうというのは、身になると思う」等と述べている。たくさんの親子と出会いながらも、目の前にいる〈個人〉を大切にする臨床の姿勢を忘れることなく、一人ひとりの親と子に真剣に向き合い、受けとめ、見守っていこうとする彼らの姿は、場に特有の雰囲気を生み出し、プログラムを利用している親子にも、どこか新鮮で心地良い感触として伝わっているようである。そこに自然と流れているものは、いわば〈個育て支援〉のスタンスなのかもしれない。

IV　今後の課題

プログラムを開始して1年半足らずであり、これから取り組むべき課題も多い。例えば『親子相談』には、日々の子育てに不安やストレスを抱える多くの親が来談しており、中には深刻な悩みを話されることもある。相談を受ける経験を一つ一つ大切に積んでいきながら、日々、研鑽を積んでいくことはこれからもさらに重要になってくるだろう。そのために

も、プログラムを通して実践を行いながら、パラレルに、関連テーマでの研究会を開く等、より理解や考察を深められる機会を持っていきたいと考えている。また、三つのプログラムの内、複数のプログラムを併せて利用する親子も多く、大学内で行っていく支援の重要性は勿論のこと、これからは、地域において子育て支援を行っている他機関とのネットワークも重要な課題になりそうだ。こうした連携については、区内約三十の諸機関が集まり、『子育てサポートネットワーク』として活動を開始し始めているところである。

5　おわりに

プログラムの企画、準備、実践の中で、スタッフ一同、本当に多くのことを学んでいっている。子育て支援という言葉はかなり広い分野において使われつつある傾向もあるが、臨床心理学的な視点を踏まえての支援の意味を改めて認識することも多く、今後も活動を通して、『臨床心理学の立場からの子育て支援』について、充分に検討していくことが必要であると考えている。

付　記

〈現代の親子を支援していく必要性〉を抜群の直観力で先見し、これらプログラムの下地を築いてくださった松尾恒子先生には、いつもその大らかな眼差しで見守って頂き、折りに触れて適確な助言と頼もしいお力添えを頂戴してきました。松尾先生の存在がなければ、たくさんの親子の賑やかな笑い声が大学に響くこともなかったことでしょう。プログラムの源である松尾恒子先生をはじめ、事務サイドからもバックアップしてくださったカウンセリングセンター事務室の職員の方々、そして、いつも明るく、強力なマンパワーを発揮してくれる大学院生スタッフ、その他、多くの方々に、この場を借りて深く感謝申し上げたいと思います。