

臨床研修の初期に子育て支援活動に携わることの意義

大学院における心理臨床の実践現場から

仁木 智子

大嶽由佳・奥野玄子・木村早代・田代伸也

拝郷奈美・林佐知子・藤原雪絵・山口修一朗

はじめに

大学院で臨床心理学を学び、将来の臨床心理士をめざす者は年々増加傾向にある。これは、現代社会が生み出す様々なひずみに対し、まるで助けを求めるかのような現象が日々起きていく現実から、心理面を省みる必要性が急激に高まってきていることも無関係ではないだろう。昭和六三年に設立された日本臨床心理士資格認定協会は、平成二年には文部省（現文部科学省）の認可する公益法人格のある財団法人日本臨床心理士資格認定協会となり、平成八年より臨床心理学に関する大学院指定制度の整備が進められるようになった。臨床心理士資格認定制度が始まって以来、認証者数は一五年間で一〇〇八三名となり、今後も臨床心理士を志す者は増加することが予測されている。

こつした流れからも、「臨床研修のとりわけ初期にどのような経験を積んでいくか？」という点はとても重要な課題なのではないかと思われる。実際に、各指定大学院では独自の研修力

リキユラムの充実化がなされてきており、一種指定大学院の一つである甲南大学大学院では、現代における親子を支援していく必要性を踏まえ、平成二三年度より『子育て支援プログラム』の実践を行なっている。これは、大学院附属機関の心理臨床カウンセリングルームにおける活動の一環として、また、文部科学省認定学術フロンティア推進事業の一環としてなされており、多くの大学院生がプログラムのスタッフとして加わっている。

そこで本論文では、この『子育て支援プログラム』の実践を通して、「臨床を始めた初期に子育て支援活動に携わること」にどのような意味があるのか？というテーマをめぐる、大学院における心理臨床の実践現場から見えてきた事柄について考えていきたいと思う。

まず第 1 章では、『子育て支援プログラム』の実際について、その概要に触れておきたい。続く第 2 章では、プログラムに参加した大学院生スタッフの実践レポートを、生の声として載せておく。そこからは多様な感じ取り方が分かると同時に、共通する事柄も浮かび上がってくるのではないかと思われる。そして第 3 章において、これらを踏まえた上で考察へと導きたい。

臨床心理学領域における大学院が行なう子育て支援の 実際

プログラムのめざすもの

これまで、幼児教育科等を併せ持つ大学が、幼稚園教諭や保育士養成カリキュラムの一環として乳幼児を対象としたグループ実習等を行なっている例は数多くある。だが、臨床心理学を専門とする大学院において、その知見を踏まえて子育て支援を総合的に行なう所はまだほとんどないのが現状である。

しかし、親子を早期に援助していく必要性の高まりを踏まえ、大学を地域により開かれたものにするこゝで子育て支援の一端を担おうという視点、さらに、臨床心理学を学ぶ大学院生にとつて、臨床心理学的な子育て支援や地域援助の研修を積むことのできるシステムを構築するという視点、この両面を趣旨に、平成一三年度より『子育て支援プログラム』を開始した。後者には、臨床心理士資格試験に臨む際、資格認定協会が定めている臨床学習課題として、「臨床心理査定」、「臨床心理面接」に加え、第三の柱として「臨床心理的地域援助」が挙げられており、この第三の研修課題についても深めることのできる機会を設けるという目的がある。

こゝして実際にプログラムを開始したところ、多くの親子が大学に足を運ぶようになり、二年半の間でのべ二〇六八名が利用をした。大学は、「子育て支援の現場」という色彩をも帯びることで、地域援助へとつながる可能性を有しており、それによつてさらに、大学院生がより充実した形で親子と関わるこ

が可能になるといことが、徐々にではあるが、感じられるようになってきている。

プログラム内容と大学院生スタッフの参加形態

プログラムは、以下に述べる、の四つで構成されており、対象はいずれも歳々就学前の子どもと保護者である。プログラムの運営には、カウンセリングルーム相談員の仁木がコーディネートを行ない、加えて大学院生がスタッフとして参加している。個々のプログラムの詳細については省略するが、ここでは、大学院生スタッフがどのような形で参加しているのか、プログラムの概略と併せて触れておきたい。

『親子相談』

子どもの情緒面や発達面、子どもへの関わり方などについて不安を抱える親に対して、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していくシステムを提供することを目的に、毎月二回開催している。毎回三〜四組の親子が来談し、個々の相談を一名ずつの大学院生スタッフが担当する。相談の間、同室で子どもと関わる子ども担当の大学院生スタッフが付き、遊びを通して関わる。時には、子どもとスタッフとの関わりだけでなく、来談している子ども同士の様々な関わりが生じることもあり、そうした際には、子どもたちが織り成す展開も丁寧に見守っていくようにしている。一回のみの相談で終わる場合もあるが、継続して来談する親子が多い。発達面のフォローを

必要とする子どもに対しては、必要に応じて発達検査も行ってなっている。

『つりぼつくらぶ』

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、カウンセリングルームを地域に開放する日を受け、地域に開かれた機関として交流の場を作っていくことを目的に、毎月二回開催している。定員は一五組にて、継続参加の親子の割合が多いが、新規の参加希望親子も予約が可能な形にしている。前半は集団遊び、後半は自由遊びの二部構成で、前半には保育士スタッフも加わり、大学院生スタッフは集団遊びの補助や、集団に入りにくい親子等へのフォローを行なう。後半の自由遊びでは、スタッフは個々の子どもとの遊びを通じた関わりや、相談のある親、まだ場に馴染みにくい親子等へのフォローにも当たる。

『子育てサークルまつぼっくり&プレイグループどんぐり』
子育てサークルは、グループワークを通して子どもとの関わりを再発見したり、時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てみることを目的に開催しており、同時に親子分離の形で子ども対象のプレイグループを設けている。全五回を一クールとして年間二クール開催し、それぞれ一〇組程度の固定メンバー制である。大学院生スタッフは子どもたちのプレイグループを担当し、個々の子どもとの関わりだけでなく、子ども同士のグループという要素も重視し、子どもたちが繰り広げる遊びの展開を見守りつつ、個々の子どもが見せる心の動きを捉えていく。

『子育て講演会』

これまでの子育てを振り返ったり、これからの子育てに方向性や励みを得る機会を提供することを目的に、甲南大学の松尾恒子名誉教授を講師に迎えて開催している。大学院生は託児スタッフとして参加し、二〇〜三〇名の子どもたちと遊びを通して関わりながら託児にあたる。

さらに、これらプログラムでは、個別での関わりが必要な親子、集団参加の機会を持つていくことが望ましい親子、親子分離の機会を持つてみる事が望ましい親子等、個々の親子に応じて、また必要とする時期に応じてプログラムを紹介したり、複数のプログラムを利用したりできるようにしている。また、一対一の対応が必要な親子に対しては、個人カウンセリングの枠で親子並行面接やプレイセラピーへとつなぐこともある。よって、異なる性質の受け皿の中で、個々の親子に合った支援を見極めていくことも、スタッフの重要な役割である。

臨床を始めた初期に子育て支援活動に携わることで見えてきたもの

ここでは、プログラムに参加した大学院生スタッフが、活動を通して感じ、考えるようになったこと、とりわけ心理臨床を始めた初期に活動に携わる中で見えてきた事柄を中心に、実践レポートを挙げていきたい。修士課程一年目より活動に加わり、およそ二〜三年間の研修を経た大学院生のレポートである。

包まれる環境としての子育て支援プログラム 大嶽由佳

子育て支援プログラムには、毎回さまざまな子どもとお母さんがやってくる。初めて参加したときから場にすつと馴染み、自分から進んで輪に入っていきける子どもいれば、なかなかお母さんの膝から離れられず、何度か回を重ねるうちに少しずつ慣れてくる子どももいる。お母さんもさまざまである。子どもがいつも手の届く範囲にいなければ不安なお母さんもいれば、子どもの好きなように遊ばせて見守るお母さんもいるし、子どもが心配なゆえについ手を出してしまうお母さんもいる。ここには書ききれないくらいに、それぞれの子どもとお母さんには個性と特徴があり、その子どもとお母さんでしかあり得ない関係を作り上げている。

そして中には、いろいろな理由から親子関係が難しくなっているケースや、「落ち着いて遊べない」、「友達とけんかになる」等、子ども自身の問題にお母さんが対応に困っているケースもあった。しかし、私がプログラムに参加する中で印象的だったことは、何回か参加していくうちに、多くの子どもとお母さんが、少しずつであるが変化してゆくことである。そして回を重ねるうちに、子どもが心から楽しそうに笑い、遊び、豊かに自己表現をし、お母さんやスタッフと体験をつれしそうに分かち合い、お母さんも子どもに対してゆとりを持って接することができるようになっていったケースも多くなった。

私がこの子育て支援プログラムに参加して当初の頃は、このようなことは見えていなかった。それまでも子どもと遊ぶことは好きだったが、子育て支援プログラムの場はただ子どもと遊

ぶ場とは何かが違うと感じた。しかし何が違うのかはつきりとは分からず、子どもとお母さんを前にどう接してよいか分からなくなることも多く、子どもとお母さんを見つめる余裕などなかったのである。しかし、このプログラムに発足当初から関わっている先輩スタッフの方々の接し方を目の当たりにし、見て学ぶ機会が得られたのは貴重な体験だったと思う。その体験から学んだことは、子どもの視点に立って声かけをするということである。子どもが何を求めているのか、何を感じているのかを一緒に感じ取るうとし、そこから言葉をかけていくと、子どもの表情がぱつと変わり、その子どもの言葉で、声で、全身で応えてくれるようになったのである。そういつた瞬間が増えていくにつれ、子どもと関わることの楽しさを感じ始め、そしてただ子どもと一緒にいるということが新鮮な体験として感じられるようになった。こちらが何かしよつと考える必要はなく、ただ子どものそばで、子どもの視点で一緒にいることによって、さまざまなことが見えてくることに気づいたのである。

参加しているお母さんと話ができるようになったのは、そのように子どもと一緒にいることができ始めてからである。子どもが感じていること、体験していることを、お母さんと共有することが始まりであった。「ちゃん、すごく楽しそうですね」、「くん、今やった！っていつ表情していましたね」等、こちらが感じたことをそのまま伝えることによって、お母さんと一緒に体験を共有でき、またお母さんが気づいていなかった子どもの側面をこちらが取り上げること、お母さんにも新たな発見があるようであった。

子どもに何かを無理にさせることなく、自主性に任せ、見守り、一緒に楽しみ、変化や成長をつぶさに見つめていく姿勢は、甲南大学の子育て支援プログラム全体にある姿勢であると思う。そしてこのような姿勢や見守るまなざしによって、プログラム全体が「包まれる」場となっていると感じる。このような「包まれる」場にただいることそのものが、子どもにとってもお母さんにとっても、貴重で大切な体験になっているのではないだろうか。その安心感があってこそ、人は自分自身の可能性を開いていくことができるのではない。

臨床を始めてまだ間もない時期に、このような場に身を置くことができたのはとても貴重な経験であったと思う。そこは、私自身が包まれ、守られた環境を身をもって体験できる場であり、そしてそのような環境の中で、人がゆっくりと、しかし確かに変化し、その持っていた可能性を開いてゆく様を間近に見て、触れることのできた体験であった。

子育て支援プログラムでの気づき

田代伸也

この子育て支援プログラムに参加するまで、幼児と接する機会を持ったことがほとんどなく、一度目に参加したときの、走り回る子どもたちを目の前にしての戸惑いは今も忘れられない。このプログラムに参加するに当たっては「遊んでください」ということを言われており、こちらも気楽に考えていたが、いざその場に立つと「遊んでくださいって言われても…」と、何をしたらいいのか分からない状態であった。しかもこちら側には保護者の手前、「暴れてケガをしないように注意して見守る」

という大人の構えが多少あったため、なおさら体は硬くなっていったように思う。その結果、子どもに対してまるで「腫れもの」に触れるかのように警戒し、最初のうちは遊べないことへの焦りを抱きながらも、ただ見守ることしかできなかった。

しかし、そういう経験を重ねて子どもを眺めていくうち、子どもがとても自由に遊んでいることに気づき始めると、次第に彼らの遊びに気持ち引き込まれるようになった。彼らの遊びを「何かやっているんだ」ではなく、「何をやっているんだろ」と好奇心を持って見られるようになることで、単純に「楽しそうだな」と感じられるようになったのである。

彼らの空想力は、椅子を椅子と見ることに慣れすぎたこちらの型を軽々と飛び越えてしまうものであった。彼らは言葉がまだ十分発達していなかったが、未発達であるがゆえに言葉で理解してしまうことの影響は少なく、それによって空想が自由に展開させられたのかもしれない。その自由さや意外性には、驚きと興奮を感じさせられることが度々あった。

また、子どもの遊びを「何をやっているんだろ」と興味を持って見られるようになったことは、「彼らのこの言動はどういう空想によって生じてきたのか」と考えることを導いていった。そうなる、こちらも空想を持って子どもとの空想に関わっていくことになったのだが、もちろんそれらが一致することはなく、しかし重なり合う瞬間もあり、その点、子どもはともストリートで、そのズレと重なりへは子どもの反応によって判定が下される。するとなおさら彼らの言動には目が離せなくなり、結果、彼らの行動を眺めては色々と空想を膨らませるよう

になっていった。

そうなる、いつの間にかこちらの肩の力も自然に緩み、大人の構えも薄れて、子どもとの関わりを楽しめていた。現在、大学の内外で様々な子どもと接することがあるが、このプログラムに参加した当初では考えられないくらい、子どもの言動に反応しやすくなったように思える。言わば空想への瞬発力といったもので、それに目覚めたのが、こういった子どもとの関わりの中であつたように思える。そういう意味で、空想力の盛んな子どもたちとじっくりと接する機会を得られたことはとても大きなものだったと言える。子どもの遊びにおける空想に対して素直にすごいと思えたことや、こちらの持つ既成概念を簡単に打ち破られたこと、そういったことを知的にはなく体験的に学べたことは、今思うと大変重要なことだったのかもしれない。

子育て支援プログラムを振り返って

木村早代

大学院に入学してまだ一〜二カ月の頃に、もうすぐ始まることになっている子育て支援プログラムについて知った。大学を地域に向けて開放する、院生にとっては研修の場にもなるといったほんやりとしたイメージしかつかめていなかったが、まあおもしろそうだからできることから手伝おうかな、と深く考えないまま参加することにした。また、フェイスシートからスタッフの名札に至るまですべて作っていたので、近くで見ながら、なにやら大変そうなおことに首を突っ込んでしまったかもしれないと少し焦った記憶がある。そんなこんな準備段階を経て、さあスタート。『うりぼうくらぶ』に参加した。集団遊びでの保育士さんの子どもへの関

わり方や、だんだんと場に慣れ緊張がほぐれていく親子を見るにつれ、肩に力が入っていた私の方もほぐれていき、自由遊びの時間には折にふれて参加者の方に声を掛けていけるようになった。心理臨床の世界に足を踏み入れたばかりの頃の私にとって、援助的に、でも気負い過ぎずにどう関わるかというのが大事なテーマだったように思うのだが、『うりぼうくらぶ』という場では不思議にすつと余分な力が抜け、子どもに対してはできる限り思い切り遊んで帰ってもらおうと、親に対しては多少なりとも息抜きをして帰ってもらおうという気持ちでゆつたりと構えることができた。援助的な関わりというのが果たしてできていたかどうかは分からないが、まず『うりぼうくらぶ』というものが存在すること、それに参加しようという親子で出向いてきたこと、このことだけで半分くらいは終わっていて、あとはスタッフがいなくても大丈夫なように、自然と起こってくるプロセスと一緒に楽しむ位の姿勢がちょうどいいのではないかと今思う。これは『親子相談』に親担当として参加するようになってからでも基本的に変わらない姿勢だった。

これまで子育て支援プログラムに関わってきた経験が他の子育て支援以外の臨床にどう生かされているか、自分の中でどういう位置付けになっているのか振り返ってみると、次の三点が挙げられると思う。

1 心理臨床家になるためのトレーニングを受ける早い時期から、実際に対象者に出会うことができるというメリット

修士課程二年目になると、現場に出っていく機会が増えるが、大学院にいながらにして子どもや保護者と接することが

できるのは大変貴重なことだと思ふ。臨床心理学というのは、理論と実践のどちらか一方だけでは成り立たない学問だと思ふが、子育て支援に参加することで、ともすれば理論偏重になりがちな初心者には、生で子どもの世界や親子の関わりを体験し、実践の中で学ぶことが可能になる。

2 彼の院生の子どもや保護者に対する態度、接し方、聴き方を学べる

一対一の心理療法やプレイセラピーでは不可能なことだが、他の人がどのように関わっているのか、すぐ近くで見ることが出来るのは、自分自身の臨場感覚を見直す上でも大変勉強になるし、またある種の緊張感を感じながら対象者と関わることになる。また、プログラム終了後のスタッフ間のフィードバックにおいて、それぞれの報告を聞けることで、自分が見ていなかった点を他の人が詳しく見ていることに気づいたりでき、自分の見方がどこかに偏っていたりするのを改め、全体を見る視点を養つよいチャンスになる。

3 子どもの発達、成長を目の当たりにできる

それぞれ背景の事情は違うが、なによりも子どもは潜在的に力を持っている存在だから、それをじゃましないようにと心がけてきた。子ども同士の関わりによってこちらがはっとさせられることも多く、一つの空間を共有することで生まれる子ども同士の出会い、やりとりには、ただひたすら感心するばかり。

以上、思いつくままに書いてみた。これからもたくさんのおいしな出会いがありますようにと願って…。

子育て支援プログラムに参加して

藤原雪絵

私は修士課程一年時に数回、二年時にはほぼ毎回子育て支援プログラムに参加してきた。単に子どもとの面倒を見るということではなく、心理臨床の知見を活かして多くの親子と集団の中で関わるという経験は、初学者である私に多くのことを感じさせ、考えさせてくれるものであった。そこで、甲南大学の子育て支援の特徴や、私がこの活動を通して感じたこと、自分の中に起こった変化を通して、心理臨床を始めた初期に子育て支援活動に携わることの意味について考察してみたい。

甲南大学の子育て支援の特徴は、スタッフがたくさんおり、子どもに強く禁止したり集団の中に無理やり入れて動かそうとしたりせず、一人一人の興味や動きに合わせて動くところにあると思ふ。例えば玩具の取り合いが起こった時には、「あれで遊びたかったのにねえ」と取られた子に共感するスタッフもいれば、取った子に「これ欲しかったんやなあ」と共感するスタッフもいるという具合である。これによって、お母さんたちが「こういう接し方もあるのか」と思われたり、わが子の意外な力に気づかれたりもするようであるし、何より子ども自身が受け入れられていると感じる空間を作り出すことができていのではないかと思ふ。また、スタッフの人数が多いことで、一人ひとりの子どもと遊んだり、全体を見回したりと様々な角度から親子を見ることができ、フィードバックの時間でそれぞれ感じたことを出し合い、話し合えるので、多面的な理解も可能になっているのではないかと感じられる。

そのような中で、私が参加した当初に強く感じたことは、自分と他のスタッフの違いについてであった。他のセラピストたちがどのようにクライエントと接しているのかということは、一対一で行つ心理療法では見ることができないので、その雰囲気ごと肌で感じる事ができるというのがとても貴重な機会である。私自身、自分に足りないことや、自分の特徴について等、多くのことに気づくことができたと思う。例えば、他のスタッフの自然な対応を見て、自分のタイミングの悪さやきこちなさに気づき、*『してはいけない、』*とすべき、*『という考えに縛られて自由に動けない自分について気づいたり、』*どうすればより相手の気持ちに沿つことができるかというヒントを見つけて少しずつ取り入れたりすることができた。また、自分には葛藤が起こりそうになると先回りしてそれを避けさせようとする癖があることや、少々荒っぽい遊びにも対応できる方であること、お母さんに子どもいい面を見て欲しいという思いが強くて、良い面ばかりを強調してしまふ傾向があること等に気づくことができた。これらを意識することで、一対一の場面においても客観的に自分の対応について考える余裕が持てるようになったという実感を持っている。

また、参加した当初は、プレイセラピー的な関わりがお母さんたちの望むしつけとは相反するのではないか、お母さんたちに何か意味のあることを言わなければならないのではないかと考え、随分窮屈な思いをしたが、次第にその親子のために何かしなくてはならないという焦りはなくなり、逆に子どもが感じていることを通して、お母さんと自然に会話をできるよつになつてきたよつに思ふ。それは、その窮屈さを抱えながら参加

できたことで、相手を感じていることに焦点を当てて関わることとの大切さを実感し、実際の関わりの中で身につけていくことができたからなのではないかと考えている。

終了後のフィードバックは、このような態度について学ぶという面に加えて、客観的な指標について学ぶという面でもとても重要で、役に立つものであった。様々な個性を持つ子どもたちと出会い、フィードバックで先輩方の意見を聞くことで、発達のな知識が実感を伴って得られ、子どもを見るときに着目点を知ることができるようである。一対一のプレイセラピーにおいても、クライエントについて客観的な視点を持つ助けになると考えられる。また、子どもだけでなく、親に対しても同様である。具体的なアドバイスを必要としている人、話を聞いてもらうことを必要としている人等、同じ子育ての悩みでも一人一人全く違うということを感じることができ、その対応や実際の変化を身近に見ることができるとは、自分のセラピーに対する考え方の枠を広げてくれるものであった。

以上、子育て支援に参加する意味について考えてみた。まだまだ参加して日も浅く、臨床活動も始めたばかりなので、どの程度のことか捉えられているのかは分からないが、少なくとも私は、現時点において、この活動に参加したことで教科書だけでは分からない貴重な体験を得られたと感じている。

「構え」と子育て支援

山口修一朗

「ふりかえつて見ると、七歳くらゐの、かはいらしい男の子が牛の仔をつれてたつてゐました。(中略)「この牛、持つてゐてね。」かしらが何もいはないさきに、子供はさういつて、ついとそばに来て、赤い手綱をかしらの手にあづけました。(中略) かしらは嬉しかつたのです。じぶんは今まで、人から冷たい眼でばかり見られて来ました。じぶんが通ると、人々はそら変なやつが来たといはんばかりに、窓をしめたり、すだれをおろしたりしました。じぶんが声をかけると、笑ひながら話しあつてゐた人たちも、きふに仕事のことを思ひだしたやうに向かふをむいてしまふのでありました。池の面にかんでゐる鯉でさへも、じぶんが岸に立つと、がはつと体をひるがへしてしづんでいくのでありました。あるとき猿回しの背中に負はれてゐる猿に、柿の実をくれてやつたら、一口もたえずに地べたにすててしまひました。みんながじぶんを嫌つてゐたのです。みんながじぶんを信用してはくれなかつたのです。(中略) 子供も仔牛も、じぶんを信用してゐるのです。こんなことは、盗人のじぶんには、はじめてのことです。あります。人に信用されるといふのは、何といふうれしいことでありませう。……」

これは、新見南吉の「花のき村と盗人たち」という童話からの引用である。この引用部分は、盗みに入ると、花のき村の様子を手下に見に行かせて寝転んでいた泥棒のかしらが、改心していく様子を描いた部分であるが、子育て支援に関わっていく中で我々のうちに生ずる変化を説明するのに有用

であるように思うので初めに引用した。

つまり、筆者の言いたいのは、こういうことである。我々は、子育て支援に関わる中で、子供と遊ぶことを通じて、子供がほとんど無条件に我々を信用してくれる、ということを経験する。無条件に信用してくれる、といっても、例えば、何かをしてほしいと、指をつかんでひっぱっていいこととする、膝に乗せて欲しいとよじ登ろうとする、座っていると、赤ん坊が這つてきて足にしがみつくと、走つておもちゃ箱から指人形を取つてきて、笑いながら、期待に満ちた目で無言で差し出してくる、等の、非常に些細なことである。しかし、このような体験は、援助者としての我々にプラスの影響を、それこそ、童話の中での、盗人のかしらの改心と比することができるとの大きな影響を与え得るものではないのか。

もちろん、我々は盗人ではないし、盗人のかしらのように、他者に対して不信に満ちていたわけでもなからう。しかし、援助者といえども人間であり、社会生活を営むうえで、他者に対して、いつもいつも肯定的な態度を持つて接していれば、いつか、上述のような盗人のかしらのような悲しい思いをすることを避けられない。それゆえ、知らず知らずのうちに、我々は、このような世界に対する「構え」とでもいふべきものを身につけざるを得なくなる。そのような「構え」が、援助的関係の妨げになることをC・ロジャーズは、次のように述べている。「この相手に対する肯定的な態度 温かさ、配慮、好意、関心、尊敬 をあるがままに経験することが、私にはできるであろうか。これは容易なことではない。このよ

うな感情に対するある種の恐れが、私自身のなかにもあり、また他の人々の中にもみることが多い。私たちは、他人に対するこうした肯定的な感情を自由に経験していると、その感情の虜となってしまうのではないかと恐れているのである。それは何かを要求してくるかもしれないし、あるいは信頼して失望することになるかもしれない。そんな結果を恐れているのである。」

具体的にどのようなことを通じて肯定的な態度をあるがままに経験することが可能になっていくものなのか、ということとは、必ずしも明らかではないが、少なくとも、子育て支援における上述のような「無条件に信用してもらえぬ」経験は、盗人のかしらに起こった変化のように、我々の世界に対する「構え」を少しだけ緩めてくれるものであるように思える。

「ある関係のなかで、あるいはその関係のある時点で、好意をもつことは危険なことではないということ、肯定的な感情を抱いているひとりの人間としてその人にかかわることは危険なことではないということ」が体験的にわかり、そして、「そのことを学ぶことができれば、それはすばらしいことなのである」と感じ、そうありたいと思うようになること、その今後の臨床に対する姿勢こそが、子育て支援に関わることから得ることができる、そして、他の経験からは得がたい、珠玉であるように思う。

子育て支援と私

拝郷 奈美

子育て支援プログラムに参加する前には、子どもと関わる機

会はほとんどなく、私の中にかつてあっただろう「子どもワールド」は小さな世界になっていた。そのため、実際に子どもたちを目の前にして何をしたらいいのか分からないという状況から私の子育て支援プログラムの参加が始まり、現在に至っている。子どもたちと一緒に遊んだり、じっとその様子を見ているだけでも、私の中の「子どもワールド」は少しずつ広がっている気がする。これは他のスタッフにも共通しているようで、スタッフが子どもと遊んでいる様子には心から遊んでいる感じがあふれる。その日の子育て支援が終わると「遊び疲れた」という言葉が適切な表現になる時も多い。子どもと遊んでいるようで実は遊んでもらっているような、スタッフと子どもたちとの関わりを通して、「発達」と一言で言っても、その様子を本で学ぶことと、実際に目で見て感じていくこととは大きな違いがあり、その両方が連動して学べるといふ事にとても意味があるのだと今では感じる。臨床経験の初期に、それほど発達に関する知識が入っていない中で、生身の子どもたちとの関わりを通して発達の過程を見ていくことは、先入観もなく、発達というものをすんなりと私の中に消化することができたようである。その上で、子どもの「発達」を本を通して学ぶということには、私にとってより強いインパクトをもって取り入れることができたように思う。特に、一回だけの子育て支援に終わるのではなく、継続的な活動となっていることが大切なのだらうと感じる。その継続的な流れの中で、プログラム終了後になされるフィードバックでは、初めはただ聞いていただけだった頃から、次第にそれぞれの子どもの成長の様子を自分なりにつかん

でいくことができるようになる。この過程はすくく自然な流れである。

また、玩具の取り合いといった状況の中で子どもたちがそれぞれの個性的な面（ぐっと我慢したり、涙を流したり、抵抗したり、と様々）を発揮しているのを見たりすると、乳幼児期から育っている個性に目を見張ることもある。当然、成長にも個人差があり、関わり方によって変わっていくことができるといったことを確認する機会をもつことができ、子育て支援プログラムは私自身、子ども自身の成長の力を強く感じる場となっている。また、継続的な参加を通して母親の雰囲気や子どもへの対応が変化してきたといったようなことを見ていけることも、母子関係について考える良い機会となる。子どもだけでなく母親と接する機会が多いことも貴重な経験である。すべての活動の中で母親と話す機会が得られるし、親子相談では子育てにおける母親の不安や葛藤に出会い、目の前で他のスタッフと遊んでいる子どもを窺いながら一緒に考えることができたり、何かに気が付くことができたりする。そして、この活動全体に流れている特有の雰囲気は、スタッフが意識的ではないところで共通の姿勢を持って子どもに接しているところにある、その姿勢がいつのまにか新しい学年へと引き継がれるものとなっている。それは、この子育て支援に継続的に参加してくださっているお母さんたちの言う「安心」の源なのだろう。そして、この子どもへの関わり方の姿勢は他機関で活動する際にも、変わらないものとして私の中にあるものとなっている。他機関での子育て支援活動では、子どもと接する雰囲気は甲南大

学のそれとは多少異なっている。その中で『うりぼうくらぶ』等で身につけた姿勢は、一つのスタイルとして揺るがないものとなっている。また、臨床経験の初期にこのようなスタイルをいつのまにか身に付け確立できることは、他機関で活動する上での自信にもつながっていくのではないかと感じる。

母子がともに「守られて」いることの大切さ 奥野玄子

子育て支援プログラムの中で、子どもたちと関わりながら、私がいつも感じていることは、毎回様々な発見と驚き、喜びに出会うということである。子供たちは遊びを通して自由に自分を表現し、そこから自分の中に生じてくる感情や感覚を全身で体験しつつ自分の中に収めていく。例えばプログラムに参加しているある子どもは、気に入らないことがあるとすぐに他児に手を出してしまっていたが、ある時泣きながらも、スタッフに見守られつつ、「ごめんね」と謝りにいくことができた。一方、謝ってもらった子どもも、泣きながら「いいよ」とその子のことを許してあげることができ、2人は互いに気持ちを収めることができたようであった。これには一緒に遊んでいた私たちも驚いたが、その子の母親にとっては、もっと信じがたいできごとだったようである。

母親は、子どもの成長を願いながら、様々な不安や悩み・戸惑いを抱え、時に子どもの言動を受け入れられないと感じ、そうした自分に傷ついてもいる。また、子どもとの関わりの中で、自分自身の問題に気づかされることも少なくはなく、それゆえ、子どもが遊びの中で生み出した思いがけないできごとに出会う

ことは、母親が子育てをしていく上での大きな支えになるようである。親子双方との関わりの中で、こうした体験が少しずつ反映され、親子の関係がより深くなっていくというのを感じようになるにつれ、私は、親子の関係がより自由で安定したものに発展していくということが、容易なことではないということも実感するようになった。子育て支援プログラムの中である時実施されたアンケートの中には、「スキップ等、子どもとどこまで関わっていいかわからない」、「何をしてはいけないのか、自分のしていることが正しいのかどうか」、「他の人の子育てはどんな風なのか知りたい」といった不安や悩み、子育ての環境に対する不満などが多く綴られていた。子どもは、そうした母親の様子を敏感に感じ取るため、母親はかえって追いつかれてしまうという現状があるようだ。

こうした母親の声は、母親自身が「個」として安心して心の揺れを表現し、支持され、その揺れを収めていく場が必要であるということを私たちに教えてくれる。プログラムには様々な親子が参加しているが、どの母親も何らかの不安や悩みを抱えている。母親が、安心して子どもと別々の時間を過ごし、あるいは、目の前で遊んでいる子どもの姿を見守りながら、母親自身も自分の感情を自由に表現し、それが保証されることで、少しずつ不安をやわらげ、子育てへの希望や楽しみを見出されていく。母親がサポートされると感じ、気持ちにゆとりが生まれはじめると、それに呼応するように子どもはさらに自由に遊びはじめると、母親がつかの間安心して「守られた空間」に身を委ねるといふ体験も重要であり、「子育て」を支援するとい

うことは、子どもの支援だけでも母親の支援だけでもなく、親子の関係性のバランスに働きかけていくことが大切であることに教えていただいたように思う。

「守られた空間」は、自由な表現を許容し、内的な変化や成長を促す。甲南大学のプログラムでは、参加する親子の人数に合わせて院生がスタッフとして入るため、一人ひとりの子どもと、プレイセラピーに近い形できめ細かく関わっていくことができ、安定感のある温かい空間をそこに形成することができる。誰かを「支援する」ためには、支援される側が安心できる場であるだけでなく、支援する側のセラピストも安心し、守られていると感じられる空間であることが重要なかもしれない。そして、このような「守られた空間」が全体として保持され、そこに居あわせる人々が安心してその時間を過ごすことができるからこそ、親子の自由な表現を抱える「器」としてプログラムが機能しているのだろう。

母親と共に子どもの成長を見守りながら、母親の声にも耳を傾け、気づいたことを分かち合っていくことは、様々な可能性を探っていく共同作業であり、それが援助させてもらう側の喜びでもある。院生のうちに、新鮮な気持ちでこうした活動に携わることは、セラピストとして基本的な関わりの方針を自分なりに模索し、身につけていく体験であった。それは、今後何かの折に行き詰まりを感じた時の支えになるようにも思う。一つ一つの体験を大切に受け止めながら、今後も活動に参加していければと思う。

体験をおして得たこと

林 佐知子

母親や子どもと接する機会の少なかった私にとって、子育て支援プログラムは守られた空間の中で安心しながら母子と関わることの出来る場であった。それは参加する親子だけではなく、私自身をも守り育ててくれる場であったように思う。支援プログラムに参加してきたこの一年を振り返ってみると、最初の頃は子どもと遊ぶのにぎこちなさや不自由さを感じる場面が多々あったことを思い起こす。子どもの言葉にどのように反応すればいいのか戸惑ったり、抱っこの方が分からなかったり、大声で母親を求めて泣く子どもに困惑したり…。そんな時、ぎこちない笑顔を浮かべながらなんとかその場を切り抜けたいとの思いが最初に頭をよぎっていた。しかし、時間を積み重ねて行く中で、少しずつではあるが親子と自然体で接することが可能となっていくように思う。このような変化を自分が感じるようになったのはどのような要因が働いていたのか、それが自分にとってどのような体験であったのかを考えてみたい。

まず一つ目に思いつくことは、子育て支援に携わることで母子への関わりを体験を通して学べたということが挙げられる。本を読んだり講義を受けたことだけではピンとこなかったことを、実際の関わりの中からまさに身をもって学ぶことができた。それは、人との関わりは頭で考えて正解を得ることが出来るものではなく、また必ずしも正解があるわけでもないということを実感したということでもある。当初は自分の発した言葉や態度が適切であったのかどうか気がかり、どこかで「あらねばならない」姿を想定しつつ関わっていたように思

う。そのため、最初はスタッフの声掛けや関わりを取り入れ、真似ようとするが多かったように思う。しかし、次第に接するスタッフの態度が必ずしも一様ではなく、関わりの中にそれぞれ個性があることを見出す中で、自分なりの関わり方を模索していくことができた。

二つ目にはプログラム終了後になされるフィードバックの大切さに関してである。子どもや母親と接している時は、目前のことで一杯になってしまい、ともしれば客観的な視点が失われがちになる。終了後に気付いたことをお互いにフィードバックすることで自分とは違った他者の視点に触れ、自分には欠けていた視点や自分の関わり方の特徴や傾向に気付くことができた。このような時間があることで、親子を多面的に捉えることが可能となり、次回へとつなげていく指針のようなものも与えてもらえたように感じる。このことはまた、支援プログラムに参加する親子が多くの「目」に守られていることも同時に示しているように思う。

三つ目は親子が共にいる空間に身をおき、その場を共有しつつ関わることで両者の関係を間近に感じることができたことである。これはプレイセラピーや親面接などの一対一の関係性の中ではできない体験であり、それゆえ貴重な経験であると思う。母親の悩んでいる姿と子どもの葛藤や思いなどを同じ場で同時に感じることは、関わる側にもより複雑な思いを生み出すことでもある。が、子どもとの関わりに戸惑い、距離をおいていた母親が、子どもをギョッと抱きしめる場面に遭遇すると嬉しさもひとしおであった。

最後に支援プログラムに参加した私にとって何よりも大きかったことは、母子に関わる楽しさや面白みを見出すことができたことである。それは上記に述べてきた支援プログラムの様々な要素が土台となつて得られたことであると思う。

考 察

前章におけるレポートでは、その多くが、たくさん親子を前にした当初の戸惑いや焦りの気持ちについて触れている。しかしそこから、自らの気づきを通して、各人なりの視点や関わりを発見していく様子が分かるだろう。この変化は著しい。恐らくは、この最も柔らかな時期に感じ得る戸惑いや、それに付随して起こる内省は、意外にも重要な通過点であり、その気持ちを抱えつつも様々な要素が組み重なって、自身の中に変化が生じてくるのである。その要素となるものには、異なるそれぞれの体験が関与していると思われるが、同時に共通した幾つかのポイントを見出すことができる。

ここではそうしたポイントに着目することで、臨床活動における初期に子育て支援活動に携わることの意味について考察を深めていきたい。大きく分けて、五つのポイントを挙げていくことにする。

1 実践を通して知る子どもとの遊び・親との関わり

支援のスタンスや意味を学ぶ

子どもとの関わりが、「入口」となつて、子育て支援の場に徐々に慣れていき、そこから様々な事柄を発見するきっかけと

なつたことを振り返るレポートが多く見られる。ここでは、当初、自らの硬さやぎこちなさを感じつつ、それでも何かをつかんでいこうとする時、相手のためにこちらが何かをしなくてはと先回りするのではなく、子どもの視点で、子どもが何を感じているのか、に焦点を当ててみると、様々なことが見えてくることを発見していつている。イマジネーションを持ちつつ子どもとの遊びに入っていくことで、互いのイマジネーションの重なり合う瞬間を体験し、またこうした瞬間を積むことで自然に構えが薄れ、子どもとの関わり方の醍醐味を知る。そこからは、たとえグループの中で会っていても、単に子どもと遊ぶ、子どもの面倒を見る、ということではなく、関わる時に生ずるこちらの心の動きにも目を向け、子どもが感じていることへ自らのイマジネーションを働かせるという意味において、プレイセラピーの重要なスタンスにもつながるものを体得していつているのが分かる。こうした体験を臨床活動の初期に積んでいくことは、子どもとの心理的な関わりを学ぶ上で、そして子どもを持つている力を真に知る上で、重要な意味を持つと思われる。

さらに、関係を作っていくことで得られる子どもの感じ方、子どもの内なる変化等を通して、それを親と共有することで、自然な形で親とつながっていくことができたことを振り返るレポートも少なくない。こうした関わりは一見遠回りなようであっても、ややもすれば子育て支援で陥りがちな、「支援する立場から、すぐさま何かを言つて（して）あげなければ」という視点とは異なる。上から援助してあげる者、というスタンスではなく、その場で起こってくることに心から興味を向けなが

ら出会い、その出来事から感じるこちらの気持ちにもきちんと向き合うということは、実はその親子自身と丁寧に出会っていく重要な要素なのではないだろうか。こうしたスタンスの違いには、参加する親にとって、ある種、新鮮な受け止めと発見があるようで、心理臨床の視点を併せて、親子を支援していく一つのあり方を示唆しているようにも思われる。子どもの持っている力、親自身のうちにある力を最大限に生かせる場を作るために、我々が大切にすべきスタンスを実践を通して模索しようとすることは、とても有用である。このように、子育て支援における子どもとの関わり、そして親との関わりについて、理論だけでなく実際の体験の中で思考錯誤しつつ、支援の流れやスタンス、その意味を学んでいくということは、重要なことではないかと思われる。

2 親子のダイナミズムを体験的に学ぶ

回を重ねて活動に参加するうちに、多くの親子が少しずつ変化していく過程を目の当たりにし、親子の持つ力を実感していったことに触れているレポートも多い。親と子が共にいる空間に身を置き、その場を共有しつつ関わることで、親子のダイナミズムを直に肌で感じるということは、一対一で行なわれる心理療法の場だけでは目の当たりにすることのできない体験である。子どもが遊びを通して豊かに自己表現し、その体験を親やスタッフと分かち合い、子ども自身に変化が見られ始めると、親も子どもに対してゆとりを持って接することができるようになってくる。また、親がスタッフや他の親たちと共に子育て

での不安や喜びを分かち合う中で、次第にリラックスした表情を見せ始め、親自身に変化が見られるようになる。子どもの表情や親子の関わりにも目に見える変化が起きてくる。つぶさに過程を追う中で感じられるこうしたダイナミズムには、本当に心打たれる。目の前で、親子の「生きた関わり」を見出していくことは、非常に貴重な体験であろう。親子関係の初期に受ける支援の重要性を直に知る機会にもなるだろう。また、親子関係の変化には決してマニュアルは無いが、その変わりゆくダイナミズムをしっかりと肌で感じておくことは、親子を支援するあらゆる臨床活動において、こちらが可能性に開かれておくという意味で、とても重要な要になると思われる。

3 他のスタッフの視点や関わりから学ぶ

レポートでは、大学院生スタッフが自身に変化をもたらした要因の一つとして、先輩スタッフや自分以外のスタッフの様子を実際に目にし、耳にし、その雰囲気ごとを感じる事ができたことを挙げているものも非常に多い。当初は、自らのぎこちなさや不自然な構えを感じることから始まってはいるが、そんな時、周りにいる先輩スタッフの親子に向ける視点、声のかけ方、話の聴き方、遊ぶ様子などに触れ、さらにはそうした関わりが親や子にどう反映されているか、を目の当たりにするという体験は、自らに必要なものを自然な形で取り入れ、親子への関わりの姿勢そのものを吸収する重要な機会になるように思われる。ここから得られるものは、とてもダイレクトに感じられるだけに、吸収していくスピードもとても速い。また他のスタッ

フの関わりも決して一様ではなく、それぞれの個性があるからこそ、一つの角度から見るとはならず、色々な視点で見える力が養われ、自ずと自らの特徴がプラス面もマイナス面も併せて見えてくる。自分自身の傾向を知り、それを意識する中で関わりのヒントを学んでいくということは、グループにおける臨床の姿勢のみならず、一対一の臨床の場面においても有効に働く要素となるように思われる。

4 フィードバックによる吸収と再認識

多面的な理解への広がりとの尊重

実際に多くの親子と出会う時間の中で得られるものに加え、毎回のプログラム終了後に行なわれるスタッフ間のフィードバックも研修意義の一つとして挙げておく必要があるだろう。このフィードバックでは、個々の参加親子について、その日の様子やこれまでの変化等、気づいた点をスタッフ同士で話し合い、共有する。心理療法の面接後、個々に、あるいはスーパーバイズで丁寧に戻り振り返りをするのと同様の意味合いとして、一人一人の親子の状態や流れを受け止めておくことで、次へとつなぐ機会となることを目的としている。そこでは、他のスタッフの様々な視点を知ること、自分にはなかった視点へと開かれることができたり、自らの持つ傾向に目を向けていく契機となることもある。出会っていく親と子を、皆で丁寧に見ていくということが可能であること、また子育て支援においてそうした視点が生きてくることを実感することもあるだろう。また様々な着眼点に触れることで多面的に親子を捉え、今に到る変

化や現在の状態、そして今後の課題等をスタッフ同士が共有し、支援を深めていく意味があるのではないかとと思われる。その中では、例えば、発達の視点について学ぶことができたり、フォーローを必要としている親子について、まずは何を課題に会っていかを方向づけ、再認識していく場合もある。また、プログラムの活動に加わる際、どのような視点を併せ持っていくと良いか、と今後に向けての自らの指針を得るといった意味もある。こうした面において、フィードバックは、実際のプログラムの活動時間と並び得る重要な要素である。またこのように親子一人一人を丁寧に振り返り、見つめ直すということには、たとえグループという枠の中で多くの親子と出会っていても、決して個をひっくり返るめて捉えるのではなく、あくまで個を個として、その親自身、その子ども自身を見ていくという姿勢を守る意味もあるように思われる。こうした姿勢を常に意識しながら研修を積んでいくことは、臨床におけるどんな支援形態においても、相手の「個」を尊重する重要な姿勢を体験的に身につけることにもつながっていくかもしれない。

5 「自由にして保護された空間」を守る意味と臨床の礎

院生スタッフのレポートには、プログラム全体に流れている特有の雰囲気や共通の姿勢について触れているものも多く、そこに親子への支援の要とも言うべき意味を見出していることが分かる。確かに、親と子に自由な表現を許容し、見守り、共に楽しみ、内的な変化や成長をつぶさに見つめていこうとする姿勢やまなざしは、とても自然な形で後輩スタッフへと受け継が

れている印象がある。だからこそそれを「守られた空間」と捉え、こうした包まれる環境に身を置く体験が、親と子それぞれにとって内なる可能性が開かれてくる土壌となることを実感を伴って感じているのだろう。河合は、心理療法がクライエントの自己成熟の力に頼っていることを指摘し、「自由にして保護された空間」が与えられることによって、人間の心の奥にある自律的な力に頼り、生き方の新しい方向性を見出そうとする、と述べているが、これは子育て支援の場においても全く同様のことが言えるのではないだろうか。「心理臨床の視点を伴った子育て支援」は、今後一層、重要なものになってくると思われるが、このような支援のあり方について考察していく際にも、大事な要素の一つとなるだろう。「自由にして保護された空間」においては、その親子にとって大切な課題とも言うべき真髓の部分が、直接的な援助によってではなく、その親、その子自身の力で変わっていくとする可能性を多分に引き出すのだと思う。そうした意味で、親と子の可能性を切に感じさせてくれる場なのではないだろうか。一対一の心理療法においてクライエントの内面的な世界が変容し得るように、グループにはグループの持っている力があり、こうした空間の持つ意味や力、そこで生ずる自ら変わろうとしていく人間の力を、自身もまた空間を守っていく一人として肌で感じていくことは、心理療法も含む臨床の礎となり得るように思われる。「自由にして保護された空間」の重要な要素となるのは、そこに身を置く者の姿勢であり、まなざしなのだと感じている。これは、今後も臨床活動を続けていく重要な原点の一つとなっていくだろう。

おわりに

以上、五つのポイントを挙げて述べてきた。臨床研修の初期に子育て支援プログラムに携わるこの意味は、大学院生入タッフが、親子の変化に目を向けるだけでなく、徐々に感ずる自身の変化や、今後の臨床に対する姿勢を発見していく過程を通して見えてきたように思う。こうした体験を持つことができただのも、プログラムを理解し、大学へ足を運んでくれるたくさんの親と子のおかげである。まさに親と子の持つ力と可能性に育ててもらっている。これは折に触れ、ひしひしと痛感する。これから長く続くであろう臨床活動に、礎となり得る大切なものを付与してくれている親子との出会いが、親子たちにとってもまた、永く続く親と子の関係を、どこかでそっと支える出会いの一つとなれば、本当に嬉しい。

註

- (1) 財団法人日本臨床心理士資格認定協会「臨床心理士になるために」(第十五版)誠信書房、二〇〇二年、一八頁。
- (2) 財団法人日本臨床心理士資格認定協会「臨床心理士報」第十四巻第三号、二〇〇三年、五頁。
- (3) 財団法人日本臨床心理士資格認定協会「臨床心理士になるために」、七八―八三頁。
- (4) 仁木智子「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、甲南大学学術フロンティア研究室編『心の危機と臨床の知』第四号、二〇〇二

年、一〇六一〇七頁。

(5) 同書、一〇一一〇八頁。

(6) 新美南吉「花のき村と盗人たち」、『校定新美南吉全集 第三巻』大日本図書、一九八〇年。

(7) C・ロジャーズ「援助関係の特質」H・カーシエンバウム、V・L・ヘンダーソン編『ロジャーズ選集 カウンセラーなら一度は読んでおきたい厳選³³論文(上)』伊藤博、村山正治監訳、誠信書房、二〇〇一年、一二九 一五一頁。

(8) 同書、一二九 一五一頁。

(9) 河合隼雄『心理療法序説』岩波書店、一九九二年、二二一 一四頁。

(にき ともこ・臨床心理学)