

子育て支援プログラム

子育て支援プログラムは、人間科学研究所と心理臨床カウンセリングルームが共同で行っている「臨床心理学の知見を生かした子育て支援」の実践活動である。平成十三年にスタートしたこのプログラムには、現在（十一月三十日現在）までのべ約七千二百名の親子が参加している。グループ開設当初、地域では以前のような交流の機会は減少しながらも、親子が参加できる支援活動はまだ限られていたため、参加を希望される親子が予約をとるのも難しいほど申し込みが集中した。また地域の親子だけでなく、子育て支援の実際を学ぶ院生にとっても貴重な場として活用されてきた。そうしてグループを経験した院生スタッフは、修了後に地域の発達相談や幼稚園の相談業務など親子の支援に携わっている。さらに昨年度から、修了生がスタッフに加わり院生指導にあたっており、当初の目的のひとつである「臨床心理学を学ぶ院生が、地域援助の研修を積み機会としてのシステムを構築すること」については一定の成果が得られたといえるだろう。今年度は、子育て支援プログラムへの新規参加が減少傾向に、再来参加が微増傾向にある。各地で様々なプログラムが提供されたことも背景にあると考えられるが、臨

床心理学を基盤とする子育て支援のエッセンスがより感じられる活動に、ニードの高い参加者が増えてきたといえよう。以下に今年の子育て支援活動を、「親子相談」、「うりぼうくらぶ」、「子育てサークルまつぼっくり&ブレイグループどんぐり」、「まつの木くらぶ」の四グループそれぞれについて報告する。

「親子相談」は、就学前の親子を対象とした個別相談である。相談日は毎月二回、第二・第四水曜日の午前中に設けており、親子のどのような相談にも対応している。相談活動は、親と子それぞれにスタッフが一対一で関わりながら同室で行う。定員は三組までとし、複数組が同室する場合には親子以外の相互交流が生じることも特徴のひとつである。今年度は担当スタッフの人数と調整して四月以降は一組ずつ相談に応じたこともあり、相談者はのべ九組であった。相談の内容は、親子関係、子どもの対人関係、子どもの発達に関する事で、子どもの理解を深めるため、相談内容に応じてカウンセリングルームで発達検査を実施した。前年に引き続き、全3、4回の相談で一旦の終結となるケースが多く、親子関係や子どもの問題が大きな悪循環に陥る前のきっかけとして、予防的に働いているようである。

「うりぼうくらぶ」は、就学前の親子が一緒に参加できる親子ふれあい遊びのグループである。毎月二回、第二・第四火曜日の午前中の活動で、年間二十三回開催している。できるだけ自由に参加できるように申込みは月ごとに、一回の参加から受け

付けている。毎回のプログラムは、前半六十分の親子ふれあい遊びと、後半三十分の自由遊びの二部構成である。親子ふれあい遊びでは、保育士が、異年齢の子どもそれぞれ楽しみを感じられるような活動を、季節に合わせて立案、実施している。回ごとにメンバー構成が異なるため内容や実施方法に工夫が必要だが、保育士の長年の経験と、十二年間の継続から得られた「うりぼうくらぶ」での知見、何よりスタッフ間の連携により、参加者のニードである、〃個が尊重される集団〃体験として好評を得ている。今年三月のアンケートでは、年中行事にまつわる制作を「子どもが父親にプレゼントした」り、音楽に合わせた体操を「家でも一緒に踊った」など、九十分間の遊びの体験が、家庭にも持ち帰られるエピソードが聞かれた。

「子育てサークルまつぼっくり&ブレイグループどんぐり」は、就学前の親と子がそれぞれ別のグループに分かれて活動するグループである。全五回のプログラムを一クールとし、年間二クルールの開催である。各クールで参加者を募集し固定メンバーで全五回のプログラムをすすめている。親グループ「子育てサークルまつぼっくり」では、フリートーク、松尾恒子名誉教授による子育て講話、臨床心理士によるグループワークなど定例の回に加えて、各期にゲスト講師によるワークを設けている。今年第二十期に野島美奈子先生のヨーガ、第二十一期では椋田三佳先生のアートグループを実施した。ヨーガでのゆったりと

集中する時間や、アートグループでの生き生きと自分を表現する時間は、日常では味わいたい体験のようで、終了後に多くの方が「リフレッシュできた」と感想を述べられた。また毎回最後に設けている振り返りの時間も、子どもと自分自身について考えをまとめる希少な機会になっており、「普段友人と話しているのとは違う、特別な時間になった」、「子どものことをゆくり考える唯一の時間」などの感想が寄せられた。親グループでは、親が自分自身の内面に出会い、〃気づく〃こと、そしてその体験をメンバー同士で共有することが活動の中心にあり、そのため普段の関係とは異なる関係性が生じえるのだろう。年間十回では物足りないようでありながら、半年に一クールという設定だからこそ、リラックスした中にも適度な緊張感があり、ほどよく保たれる関係が築かれている。

子どもグループ「ブレイグループどんぐり」では、院生スタッフが修了生である臨床心理士とともに一対一で子どもに寄り添いながら過ごした。今年は少人数ながらも子ども同士の関係が育まれ、初回は泣き通しだった子どもが、次第に友達に会うのを楽しみに来るようになるなど、集団の力を感じるグループであった。子どもが安心して過ごす様子を見てようやく親も安心できるようであり、グループ全体を支えているのは、子どもグループのスタッフの力であることを実感している。

「まつの木くらぶ」は、「子育てサークルまつぼっくり&ブ

レイグループ「どんぐり」卒業生のフォローアップグループである。学童期の親子関係を支援することを目的に、毎年二回、夏休みと冬休みに開催している。今夏は初めての試みとして、「子育てサークルまつぼっくり&ブレイグループ「どんぐり」と合同開催した。乳幼児期の親にとっては、少し未来の子どもの成長や親子関係を知ることや過去を思い出すことで目の前の学童期の親にとっては、少し過去を思い出すことで目の前の子どもの成長に改めて気付かされるが多かったようである。「まつの木くらぶ」には、子育てと親の介護問題を同時期に担う世代の参加者も少なくなく、親と子の双方を取り巻くストレスの大きさがうかがえた。

以上四グループの支援活動は、子と親の自然な育ちに伴走歩するような取り組みである。支援者が先立つことなく、子と親が自由に走り歩けるよう緩やかな距離を保つことを大切にしてきた。伴走伴歩者として、親と子の表現に関心を持って寄り添い、受け止め、親子だけでなくスタッフとも共に感じ合うことが、子と親の何気ない成長の一コマに小さな変化を起こし、大きな効果を生み出すのかもしれない。

(池内 まり)