

BPプログラム 取り組み紹介 神奈川県横浜市戸塚区

多くの母親にBPを

“とつとの芽”子育てサポーター 坂田 裕子

これまでの活動

子育てが一段落した平成5年に、横浜市教育委員会が女性の社会活動のきっかけ作りとして毎年開催していた「生涯学習ボランティア養成講座」を受講(19期生)したことが、現在の子育て支援活動に繋がっています。

「生涯学習ボランティア養成講座」は講義だけでなく、参画型のグループワーク形式での学び合いと更にその学びを活かしたボランティア活動の企画、実践と報告集の作成まで10か月間に及び、新鮮で楽しく学生時代にタイムスリップしたようでした。その後、当時横浜市婦人会館(現在は南太田フォーラム)に設置されていた「乳幼児家庭教育センター」の電話相談員に、有償ボランティアとして6年間携わりました。そこでは電話を通して「よく泣く」「食べてくれない」「寝ない」など日常生活の何気ない悩みから、話を聞いていくと夫や親や近隣との人間関係、また子どもや親自身の健康問題が絡んでくるケースに多く出会いました。私は子どもができるまで保育士として働いていましたが、その時は子どもの側から親を見ており、「親への視点」は持てていなかったと未熟さを反省しました。また、相談者は答えを求めているわけではなく「話せてすっきりした」「問題に気づいた」「自分のやり方でやってみる」などと電話を通して自分自身を振り返り整理し、自ら解決していく力を持っていることに気づかされると共に「聴く」事の難しさを知り、学び続けるきっかけともなりました。

相談員の任期終了後に、たまたま同区の社会教育指導員の募集があり「地域の人たちが共に学びあう中でつながりを持ち、地域の活性化を図る」ことが、子育てしやすい街づくりにつながると思い応募しました。そこでは生涯学級や家庭教育学級を通して様々な人たちとの出会いがあり、学級で生き活きと学ぶ親たちや、ともに携わる保育ボランティアの活動から「子育て支援は親支援」であることを学び得ました。この中でNPとの出会いがあり、NP仲間と一緒に地域ケアプラザなどで活動を始めるようになっていきました。

養成講座申し込みへ

平成21年に設置された「戸塚区子育て支援拠点“とつとの芽”」でも、毎年NPプログラム『ママの自分力アップ講座』を開催してきました。参加者にとって自らの課題を話しあい、学びあう参加型プログラムが、「自分と向き合う良い機会となった」「同じような悩みを持っている人たちと話せて少し気持ちが楽になった」「相手の気持ちを考える余裕が持てた」…など、様々な気づき



を得る機会となっています。また6回を通して仲間意識が芽生え、終了後は同窓会を開催したり、事後グループになって繋がりを持ち続けるケースが多く、ファシリテーター(以下Fa)にとっては何よりの喜びであり次への活力となっています。

24年度NPの企画時に「福岡の方で0歳児の親子一緒で行われているNPがあるようだが、この利用者のニーズにもあうのでは?」と施設長に尋ねられ、「0歳児だけのNPは聞いたことはないのだが…」と答えてみたもののよくわからず、調べてみるとNPO法人こころの子育てインターねっと関西(KKI)製作のBPに行きつきました。「NPを基本理念とした0歳児親子対象のプログラムであり、“とつとの芽”に来る母親たちの現状のニーズに合った内容である。また親子同室なので部屋が一つでよい」等のことから「今年はNPでなくBPを実施しよう」とBPを熟知せずと考えてしまっていました。

“とつとの芽”では1~2か月の赤ちゃんを連れて来所する母親が増えてきています。なかには産後数週間での来所者もあります。母親の孤立した育児や子育て不安を心配した保健師が「産後1か月過ぎたら“とつとの芽”や広場にも行ってみては」と赤ちゃん訪問などで声かけをしているようです。母親たちは腕の中にすっぽりと赤ちゃんを抱き込んで、「家にいても不安な気持ちになる」「赤ちゃんが泣いてばかりで近所に気を使う」「床に置くと泣くので一日中抱っこしていて辛い」また到着するやいなや受付で「子どもがちゃんと育てているのか不安で、またどのように関わってやればいいのかわからない」と涙ぐむ母親たちの姿がありました。BPの「初めから一人前の親はいない、母親1人で子育てはできない、母親が穏やかな気持ちで接することが親子の絆を深め、子どもの心に『心の安定根』を育む」という内容を知り1人でも多くの母親に伝えたい思いを強くしました。その思いが「恐いもの知らずの勇み足」となり「BPファシリテーター養成講座申し込み」へと走り出しました。その後何度も冷や汗をかくことになってしまうのですが…。

回を重ねる毎に仲間意識が芽生えて

受講して思ったこと

送付されたテキストやガイド、DVDを見て「たいへんだ！NPとは違う！」「構造化されたプログラムをどこまでファシリテートできるかな？」「NPのように楽しく学び合えるかな？」など不安続出でしたが、すでにBP開催を養成講座の3週間後に決定し、施設の担当者や保健師との打ち合わせを始めてしまっていたので後には引けない状態でした。大阪での講座は、この日までにテキスト、ガイドを読んでできたつもりでしたが、理解できていなかった事を改めて思い知らされる2日間となりました。

BPのプログラムの基本構造を念頭にFaとしての進め方や関わり方、受講生（母親）としての思いや動き方について考えながら参加するという、私にとってはハードな講座でしたが、2人の講師の穏やかで的確な進め方に接してFaについて学び直せた事、いろいろな地域の人たちと知り合い、情報交換や、楽しくグループワークができた事で何とかショートせず乗り越える事ができました。1日目終了後、ホテルで明日の実践に向けての予習をと思いつつ睡魔に破れ、朝まで爆睡でした。2日目の模擬セッションは、まさに1日目の自分の理解度の再確認の場となり、3週間後のBP開催を思うと身の引き締まる思いでした。この模擬セッションで何とか自分なりの動きのイメージをつかむ事ができました。

KKIに承諾も得ずに配信してしまった「ちらし」を見て頂き、保健師さんのプログラムの関わり方や準備についてアドバイスを頂き少しほっとして横浜に帰る事ができました。

BPを実施してみても

BP「親子の絆作り 赤ちゃんがきた！」には23名の申し込みがありましたが、抽選で2か月～6か月の親子10組に絞って実施しました。“とつとの芽”のスタッフの協力もあり準備万端で初回を迎えましたが、赤ちゃんと一緒に母親たちがどこまで集中して参加できるのか不安と緊張で一杯でした。母親たちは不安そうな硬い表情で入室し、泣く子どもも多く親子10組の存在感に圧倒され緊張度も高まりました。進行の時間配分とグールダウンを心の中で唱えながら何とか規定どりに進行していきましたが、振り返りでは「同じようなママたちと話せて良かった」「次来るのが楽しみ」「友だちができそう」などの声が聞かれ、ほっとすると共に責任の重さを痛感しました。また「ちらしではこのような講座とはわからなかった」「話すこととまどった」「書くことなどは事前告知できないか？」など率直な意見もあり、次回への良い反省点となりました。

2回目からは準備をできるだけ早くし、一人ひとりと顔をあわせ、ゆとりを持った迎え入れを心がけました。また親しみをもち、気楽に話し合え

るように少人数での話し合いや全体では少し小さな円になるように座ってもらい、泣き声があっても聞き取れるような場の設定に気がつけました。赤ちゃん同士も近くなるので他の子の様子を見たり、あやしたり、見てもらったりなど思わぬ効果をもたらしました。「自分の家と同じように過ごしてください」のメッセージも、母親たちがリラックスして子どもに関わる様子から、回を追う毎に伝わっていくのがわかりました。

参加者同士の距離も徐々に縮まり、和やかな雰囲気の中でセッションを進めることができました。

しかしFaとして話を引き出そうとしてしまいがちになり、アドバイスでもらった“急がずゆっくり”“待つのを恐れない”“お母さんたちは考えている”の言葉を意識してセッションに臨むようにしましたが、内容をしっかり理解していないと焦る自分があることもわかりました。安心感を生み出し、話しやすい雰囲気作りは難しいですがFaとしての大きな役割だと思えました。

今回実施して「自分の子どもに合わせた子育てを工夫する」「気持ちにゆとりができて安心できた」「0歳期を大切に心安定根を形成したい」「ピエロバランスで少し安心した」などと、このプログラムを理解し学び取っていく母親たちの力を見た時、このプログラムが0歳児の親たちにとって大切であり必要であると確認できました。NPと根っこは同じでも、プログラムの内容や進め方の違いがよくわかりました。

何よりも良かった事は回を重ねる毎に仲間意識が芽生え、最終回ではアドレス帳の作成や9月の同窓会を持つ事などが参加者から自然に声があがり、グループとして繋がっていったことは大きな成果であり、Faとしての達成感や次への意欲喚起につながりました。

大きな反省点は、サポーターや見学者として関わりを持たずにFa一人でBPを実施してしまった事です。セッションのシュミレーションだけでは、展開の見通しが立たない不安を抱えたままでした。今回は、終了毎にトレーナーからのアドバイスや励ましで最後まで乗り切ることができましたが、その場でちょっと「説明したことがどこまで理解できているのか」「これでよかったのか」などと話せる人がいれば、少し気持ちが楽になったかなと思えました。

今後は一人でも多くの母親にBP受講の機会を作っていきたいと思っています。今までのNP開催場所や保健センターに出向き、BP実施体験を話していく事から始めようと考えています。また、保健師や地域の施設とのネットワークが広がっていくことも期待しています。

