

大阪12月「BPファシリテーター養成講座」 受講して思ったこと

子どもへの接し方、子育ての仕方が変わるだろうな

菜の花保育園(長崎市) 保育士 東尾 愛子

子育て支援の場で悩んでいたとき

「BPプログラム? 何?」と思った1年前。会報を読んでいるうちに、0歳児を初めて育てている母親のためのプログラムだと知り「これだ!」と思ったのがBPプログラムとの出会いでした。(BP:親子の絆づくりプログラム“赤ちゃんがきた!”の愛称)

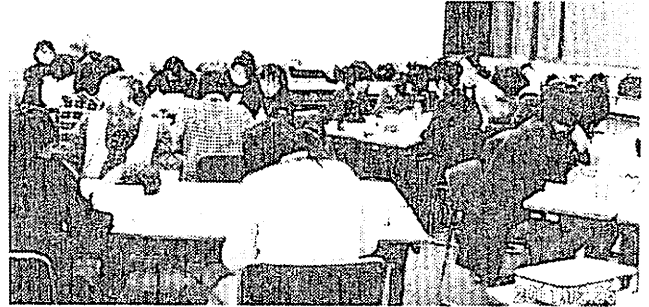
私は、保育園で保育士をしています。主に子育て支援の担当で、園解放や広場型の支援ではなく出張支援を行っていて、公民館などで40~50組くらいの親子を対象に子育て支援をえています。子育て支援の仕事に携わって8年。このたった8年の間でも、子育てするお母さんたちの状況・情報も大きく変わってきているように思います。ネット社会でたくさんの様々な情報が行き交う中、どのようにして子育てをしていけばいいのか日々悩みながら子育てをしているお母さんたち。私自身も、参加者に悩みを相談されるとすぐアドバイスをしてしまう。そんな日々の中、「完璧な親なんていない」という本に出会い、子育てする上で「なんてすごい本なんだ。子どもの成長に合わせてすべてが記載されている。この1冊で…」と、支援の場で常にお母さんたちが手に取って見られるように本棚に並べました。お母さんたちは、手に取って見たり見なかったり…紹介している間は良かったものの、あまりお母さんたちの間には浸透はしませんでした。

子育ては1人ではできない。そのために、子育て支援の場はどうあるべきかと悩んでいた2年前、園長の勧めでNP(Nobody's Perfect)ファシリテーター養成講座を知り受講。正直「NPって何?」と思いながら受講しましたが、NPと「完璧な親なんていない」の本が繋がりが、「これかぁ」と感動しました。

NPの凄さを感じたけれど

保育士という職業上、どうしてもすぐ声を掛けたり、困っていると助言したくなります。自分自身と正反対のNPの手法に「こういうやり方もあるんだ」と、NPだけでなく日ごろの保育・生活にも取り入れられると思ひながら受けた4日間の養成講座。無事修了してNP講座をすぐ実践しました。

始める前は、「こんな8回セッションでどうなるの」と思っていたのですが、終了後の参加者の変化にびっくり。転勤の方、乳児のお母さん、と様々な参加者が8回を終えるときには、絆ができており、サークルを立ち上げたり、一緒に出かけたりと今もつながっていること。初めての講座で参加者にとってどうだったのかすごく気になって



いたのですが、同窓会をしたときは「やってきた事を覚えていたこと」「子育てして子どもへの接し方・怒り方・褒め方が変わったという意見が多かったこと」「問題解決アプローチを基に子育ての悩みを解決していたこと」「すべてに関して参加者にプラスになっていた」など、思った以上の効果にNPの凄さを感じました。

しかし参加者の中に0歳の子どもの持つお母さんが2名参加していて、0歳のお母さんの悩みが1歳過ぎた子どものお母さんと違い、「本当にこの場が0歳の子どもの持つお母さんにとって、安心できる場になっているのだろうか?」と、ずっとNPをやっていて何か自分の中に引っかかりがありました。しかし、どうすることもできず…。それで目に留まった「BPファシリテーター養成講座」。大阪で開催、と遠くはありましたが、連休のため通常の保育に支障も出なかったため、思い切って受講しようと思い申し込みました。

そのまま実践できるように組まれていた講座

どんな学びがあるのか、どんな出会いがあるのか楽しみにしていました。講座会場に入った時は、ドキドキしていたのを覚えています。自己紹介が終わって1番に感じたのは、関西のBPに対する関心力・浸透力が凄かったこと。九州の方は私を含めて2名。(残念ながら長崎は全く浸透していません…)参加者もNPの時は、様々な職業の方が多かったのに対し、BPは赤ちゃんに携わる職業(保健師・保育士など)が多く、これもBPの特徴かなあと思いました。

講座は、受講し終えてそのまま実践できるように組まれていました。NPファシリテーター養成講座の時も講座全てが実践に生かせるように組まれていたのに、その時は何もわからずイメージも湧かず、受講後、実際に実践してみて「あの時どのようにしてたかな?」「何かしたような?」と講座を振り返ることが多いでした。そのためNPファシリテーター養成講座の時の反省をBPファシリテーター養成講座では1つ1つをイメージ化して受講しました。

早い時期からの仲間づくりがお母さんの安定につながる

構造化されたプログラム

1日目は、BPの基本となる部分の学びでした。BPは構造化されたプログラムで、ファシリテーターは決められた構造をしっかりと守って進めなくてはならないというのが自分の中で衝撃的でした。「構造的なプログラム？参加者のニーズではないの？」「毎回セッション計画は立てないの？」と不思議がたくさんありました。BPとNPは違うと思っているものの、どうしてもNPとBPを比べてしまう自分がいました。それで構造化されたプログラムが衝撃的だったように思えます。BPプログラムがめざす「子育ての仲間づくり」「育児についての基礎的な知識を提供する」というのはこの2か月の時期からできるのはすごいことだと思いました。子育て支援の場でも「公園に行っても誰もいないので、ずっと家にいます」「友だちがほしい」「もっと早くからこの場に来たかった」と参加する理由は様々ですが、家に居るのがだんだんつらくなり、子育て支援の場を求めてくる人も少なくありません。BPのプログラムは、2か月から仲間を作る事ができます。早い時期から仲間作りができると、どれだけお母さん自身も安定できるんだろうと、今の子育て支援の参加者を見て思いました



擬セッションはBPが構造化されたプログラムだからこそ、毎回「こうするんだ」と学べました。

安心と安定

BPプログラムのなかの「育児についての基礎的な知識を提供する」というのも、BPのすごい魅力だと思いました。模擬セッションをしていて、参加者の気持ちになって悩みを出したものの、赤ちゃんの悩みって決まってみんな同じで、育児書を見ても同じような事を書いてあります。ビデオとテキストでしっかり参加者に方向性を持って伝えていけるのは、初めての子どもを持つお母さんにとって「このようになっていくのかあ」と見通しを持って不安も少なくなります。そして、このBPで出会う他の参加者と繋がることでの安心感も大きいように思えます。

また、ビデオの中の「親子のふれあい」は、実際やってみて、親子でゆっくり接し、向き合い、肌を触れ合って遊ぶ5分は短いですが、すごく貴重な時間で、「こんなにゆっくり親子で触れ合う遊びは、子どももお母さんも安定するだろうなあ」と思いました。「家庭の中で、子どもが機嫌のいい時にゆっくり接する時間はあるのだろうか？」「泣くとあやし、機嫌のいい時は今の間とばかりに家事をやっているのではないのだろうか？」実際自分が子育てをしていてそうだった分、たった5分の時間は貴重な、触れ合い遊びを2か月の頃から伝えてもらえる、ゆっくりした音楽の中、心地よい時間でした。

あっとうしよう！？

2日目は2人1組のペアで模擬セッション。2日の講座はあまりに過ぎるのが早く「もう模擬セッション？」焦ってしまいました。6回の部分セッションで、ファシリテーター役・参加者役・観察者と分かれての模擬セッション。参加者になってみて、赤ちゃんが実際にいると普段できることもできないし、抱っこしたままって難しいなあ…。赤ちゃんが泣くとあやすので、周りの言葉は耳に入るのだろうか？など、人形を持っただけで疑問がたくさん出てきました。家みみたいな雰囲気、おむつ交換も自由・授乳もOKの中で赤ちゃんの泣き声もあり、いろいろな考えると頭の中がパニックに…。しかしいろいろあるけど大事なものは安心で安全な場を提供できるように、必要な時に声をかけるようにするとよいと思い、皆さんがやっている模擬セッションを受けながら自分だったら…と1つ1つ学んでいきました。

ファシリテーター役の時、どのようにわかりやすくプログラムを進行していくかを気に掛けてやったものの、「どうしよう」と正直困った事があります。NPは託児があるので親子同伴ではなく、テーブルの上でセッションを進行するには、BPはじゅうたん…。「あっとうしよう！？」「模造紙は？」「赤ちゃんも寝てる…」と、おどおどしてしまいました。しかし、じゅうたんの上だから、赤ちゃんが寝てるから、という現状をどうするといいか、やってみて感じて自分なりに工夫してくことを見つけることができました。模

手助けしていきたい

カナダでは親支援で赤ちゃんが生まれる前に、母親・父親どちらにも親になるための勉強会が開かれると知った時はとても衝撃的でした。今の日本はまだまだ子どもが生まれる前に、母親になるため・父親になるための学びではなく、産むにあたっての心得のような母親学級が主で、これから赤ちゃんと出会い育てていく上での不安を取り除けるようなプログラムになっていないように思えます。しかしBPプログラムが生後2か月からというのは、これから子育てをしていく上で、子育ては一人ではできない、完璧な親なんていない、親1年生！と周りが同じ状況だからこそ心強く、もっとBPが広がり一人でも多くの人に受けてもらおうと、これから先の子育てに対する安心感・子どもへの接し方が変わってくるのではないかと思います。BPを受けた子どもたちが思春期になった時、どのように成長しているか楽しみです。私自身、1日でも早くBPプログラムを行い、自分の手ごたえでどのように親子が成長していくのか、手助けしていきたいと思います。また、1人でも多くのBPファシリテーターが全国に広がっていったらなあと思います。たいへん学びの多い2日間でした。どうもありがとうございました。