

## B Pプログラム 取り組み紹介 兵庫県尼崎市

# 「やってみてわかる」奥深さ

尼崎市立すこやかプラザ 職員 藏原 亜紀

### 子育て支援担当職員として

今年7月～8月「尼崎市立すこやかプラザ」では、14組を対象に尼崎初の「B Pプログラム(前期)」を実施しました。

当プラザは、JR神戸線立花駅前にある、子育て・高齢者支援の複合拠点施設です。尼崎市から指定管理を受けた「NPO法人子どものみらい尼崎」が管理運営して4年目になります。ここでは、子育て支援、高齢者支援、世代間交流などを柱とした数々の事業実施と、子育てひろばPAL(パル)の開設、多目的ホールの貸室業務等を行っています。私は、この施設の子育て支援担当職員として勤務して2年目。主には、子育て支援に関する講座等の企画運営を担当しています。本年度は、子育て支援者養成のための講座やNP(Nobody's Perfect)実施などをコーディネートしているところです。

今回、初めてB Pファシリテーターを務め、一見シンプルなこのプログラムの「やってみてわかる」その奥の深さを思い知ることとなりました。毎回の報告書を書く作業は、ファシリテーターとしての自分の内面に向き合う時間になりました。本稿では、一喜一憂、迷走道中であった私の“ファシリテーターデビュー”を振り返ってみたいと思います。



### 再び実践へ

私が養成講座を受講したのは2011年3月。養成が始まって間もなくの時期で、配布された「ファシリテーターガイド」にはまだ白紙ページが混じっていました。そのときの受講者は、NP経験の豊富な方ばかりで、私のようなファシリテーター未経験者は僅か。模擬セッションでは指摘が飛び交い、会場は熱気にあふれていました。

当時、私は40歳半ばにして大学院生で、子育て支援に関する修士論文を提出してほっとしていた頃でした。それまで勤務していた市の地域子育て支援拠点での経験をもとに、現場が抱える課題の解決糸口を研究に求めて社会人入学していたのです。そして、そのように実践から離れている自分は何だか場違いな気もして、やや気後れしながら受講したことを記憶しています。

B Pとの出会いは、本当に偶然でした。お世話になっていたNPファシリテーターの方から「0歳児期親向けのプログラム開発が進んでいるらしい」ことをたまたまお聞きしたのがきっかけです。

勤務先だった拠点では、0歳児親子を対象とした「赤ちゃん交流会」という事業にも関わってきました。親子ふれあいあそびや小グループでの交流タイムで構成される「赤ちゃん交流会」は、毎週申込み不要で実施しており、仲間づくり・情報

交換などを通して学びあい育ちあえる機会となっています。そこで、徐々に親としての覚悟を決めていくお母さん方の様子を目の当たりにして、0歳児期親への支援の意義を強く実感してきました。

0歳児期親向けプログラムの開発は、非常にタイムリーに感じました。B Pプログラムは、0歳児期親に必要な学びや支援が効果的に構造化されています。また、親の主体性を尊重すべきファシリテーターのスタンスが徹底されていることにも共感を覚えました。HPにB Pファシリテーター養成講座がアップされるのを待ち、さっそくエントリーしました。BPとの出会いは「再び実践へ」という私の思いを後押ししてくれたように思います。

### とにかく不安で

大学院卒業後、縁あって「尼崎市立すこやかプラザ」にて、私は子育て支援の現場に戻ることとなりました。今年に入って同僚のひとりが養成講座を受講し、当プラザにはふたりのファシリテーターがそろいました。そこで、すこやかプラザ事業「0歳児の母親講座」の枠にB Pを導入することとし、今回の実施に至りました。

実は、拠点での見守りスタッフとして、常に乳幼児親子に接していた以前に比べ、今の私は、子育て中のお母さん方とやや距離があるような気がして、落ち着きませんでした。子育て歴2か月から6か月の母親たちがどんな思いを抱えているのか、どんな状況なのか、実感としてとらえきれなくなってしまう自分がとにかく不安でした。その上、今回の募集には多数の応募があり、抽選で参加者を決定したほどです。寄せられた期待の大きさに、不要なプレッシャーを抱え込んだような気がします。セッション直前、ただ黙々と付箋だらけのテキストを読み焦ったのを思い出します。

### こんなにも人をつなぐのか

部屋に響くのはオープニングの音楽だけ、お母さん方は互いに言葉も交わさず、ファシリテーターデビューの私たちも何だかそわそわして、緊張感いっぱいスタートでした。けれども最終日は、写真撮影や連絡先の交換、次の集合を相談し、それでも名残はつきず本当に賑やかでした。4回のセッションがこんなにも人をつなぐのかと正直驚き、B Pが確かに「相談し合える仲間づくり」に効果を発揮することをあらためて実感したのです。

さらに、赤ちゃんたちの成長にも目覚ましいものがありました。初めての寝返りを披露してくれたり、泣いていた赤ちゃんが騒音ものともせず寝るようになったり、途中からハイハイが始まった赤ちゃんには色々してやられたり…そして何とな

## BPでの出会いが人生の支えになれば

く、赤ちゃんどうしが互いの存在を意識し始めているような、そんな気さえしました。その様子をみんなで見守ってきたことが、心地の良い連帯感をうみました。

「赤ちゃんと二人連れで初めて電車に乗りました。緊張のあまり、前日はよく眠れなかったんです」と話すお母さんがいました。「お出かけ持ち物リスト」を見ながら慎重に準備をし、全員が時間通りにこの場にそろおうということがいかに意味をもつことなのか、そして、この時期の皆さんにとって今日の2時間、この場がいかに貴重なものであるかを今さらながらに思いました。お母さん方は、本当に意欲をもって参加してくださっていました。

### 目先の手応えを求めている自分

反省を含め、印象的だったのは初日ラストの振り返りです。その日、私は、セッション途中で何度も訪れた「沈黙」にうろたえ、道に迷いました。皆さんが、何を感じているのかがよくつかめなまま、プログラムの進行に気をとられてばかりいました。「期待外れと思われてるかも…」「次、来てもらえるのかな…」などとマイナス思考に。ところが、感想を聞いてみると「みんなでしゃべりながらつくっていく感じの講座で、安心した」「みんな思っていることが同じってわかって、ストレスが解消できそう」「ひきこもっている状態だったのに、今日はたくさんの人と話ができてよかった」「他のママがあやしている様子とかが見られて、勉強になった。参加できてよかった」などなど、次回も楽しみに来てくださると言うのです。手応えをはかりかねていた私とお母さん方の思いには、ギャップがありました。涙が出るくらいほっとしたのと、拝みたいくらいありがたかったのと、「えっそうなの？」という驚きが、正直混在していました。

その日、報告書を書きながらわかったことがありました。決して、私が何かをしてあげる場ではないのだと。拠点での支援に携わり、支援者は黒子であるべきと心がけてきたはずでした。でも、いつしか「期待にこたえたい」「うまくやらなくては」と、「私が」の思いにとらわれていました。「沈黙」の時間、うまく話を深められない自分に焦りました。手応えがつかめず不安になって、進行に迷いが生じたこともありました。でも、自分を安心させるために目先の手ごたえを求めていることが、ピント外れでした。

皆さんの振り返りをうかがうと、それぞれの方がそれぞれの状況に落とし込んで、BPを通して気づきを得ていらっしやいました。例えば、生活時間のセッション(第2回)では、「これまでどうしたらいいのかわからなかったけれど、DVDを見てそうなんだと思った。これからがんばっていききたい」という感想がある一方で、「規則正しいリズムにとらわれすぎて、子どものペースをうか

がってなかった。これからは、子どもの様子にも合わせて生活したい」「最初は規則正しくと一生懸命していたけれど、この頃思った通りにはいかないこともあるなってわかってきた」など、多様な視点が出てきました。セッションを通じてそれぞれに自分たちの生活、心境を振り返り、内面と対話しておられたことがわかります。そして互いに話を聞きあう中で、それぞれに気づきを得て、親としての器を広げておられたように感じました。

### 「信じる」ことは「待つ」こと

今回の経験の中で、プログラムには自然と気づきの仕掛けが組み込まれていることと、お母さん方が学ぶ力を、もともと持っておられることを体験として実感させてもらいました。プログラムを「信じる」こと、お母さん方の力を「信じる」こと、それは「待つ」こと、自分との葛藤です。BP参加の皆さんに、ファシリテーターとしての私を育てていただいているといえるかもしれません。

今回は、相談しあい、慰め合えるパートナーと共にあったことが何より心強いことでした。また、KKI事務局からは、その都度、丁寧なアドバイスをいただき、次回セッションに向かう勇気をいただきました。お母さん方同様、私たちにも相談したり、支え合える仲間がいてこそと思います。支えてくださる方に恵まれて、初BPにトライできたことをとても感謝しています。

終了から1か月がたち、BP卒業生が同窓会に集まりました。プログラムの時のようにはセッティングされていない部屋を見て、ちょっと絶句。赤ちゃんを抱えながら机を移動しマットを敷くのは大変そう…と思いましたが、「相談しあって、助け合って、がんばれ～」と見守りました。それぞれの赤ちゃんの1か月の成長ぶりにさっそく話の花が咲き、グループ名も決めて、これから定期的に集まることになりました。皆さんの表情が生き生きと、頼もしくみえました。子育てをしていたからこそこの出会いが、子どもたちの豊かな成長の助けになり、お母さん方の人生の支えにもなることを祈っています。



### 学びを心に刻み

さて、9月にはひきつづき、私の地元、川西市での実施を予定しています。プライベートでの活動ですが、私が代表をしている子育て支援グループ「ブーケ」が主催し、兵庫県助成金事業として実現の運びとなりました。何せ、知名度ゼロに近い一地域団体としての実施ですので、こちらは何かと苦労続きです。メンバーは、チラシ片手にBPを語って歩くのに、ひと夏を費やしたといってもいいでしょう。今、10組の親子が出会いや学びを求めてこの機会を楽しみに待ってくださっています。私も今回の学びを心に刻みつつ、心新たにプログラムに向き合いたいと思います。