

BPファシリテーター体験記 東京都北区

親支援を原点に戻って考える貴重な機会

東京家政大学ナースリールーム 元保育士 竹田 絹代

子どもの代弁者になりたい

子ども達はじめ家族に支障ないよう、時間が比較的自由に子どもに関われる仕事のベビーシッターを始めたのは約20年のことです。しかし学生時代に学んだ事をほとんど現場で生かすことなく結婚、出産の状況でしたので、正直仕事より学びなおしたい気持ちが優先。深く考えずにスタートしましたが、たかがシッターされどシッターでした。

ベビーシッターという仕事は、家の中に入り込み冷蔵庫の中まで見てしまう仕事です。言わばそのご家族を取り巻く人間関係を含む全てが見えてしまうといっても過言ではない仕事です。ご主人やご両親と話す機会も多く、愚痴を聞かされることも珍しくありません。特に新生児ケアで伺うお宅では沐浴などのお世話以外はママの不安を聞く時間が多く、赤ちゃんの心配だけでは片づけられない事もあり、もっと深いものを感じました。私の基本は「子どもを守りたい」ですが、その前にママを守らなければ子どもたちは守れない、と感じることが度々ありました。私は「子どもの代弁者になりたい」のですが、ママの前では本音が言えずいい子になる子どもたち。泣きたいのに泣けない子どもたちに疑問を感じ、どんな時も正面から受け止められるママたちになって欲しいと常に考えるようになりました。一方では信頼関係が成り立っているからこそ成立する仕事なので、私たちの発する言葉は影響力があることも実感していました。更に個人プレー的な仕事なので、ややもすれば自己満足に陥りやすい仕事です。

レベルアップのために様々な研修会、勉強会、講演会に参加してきましたが、私の根はどこまでも我が子で、子ども達が私を育ててくれたと思っています。長男と末娘は14歳離れ長〜い子育てを楽しみました。家庭環境、社会状況の違う中で個性派揃いの子ども達を通しての経験は私の宝物。子ども達からもらった私の「心の安定根」です。

NPを経験して

母校の東京家政大学内にあるナースリールーム(0~3歳の保育室)の産休、育休の代替保育士として声をかけて頂いたのを機に、10年続けたシッターを辞めました。と同時に、北区内で活発に活動しているママグループを子育てネットワークとして繋げていこうとする方々と知り合い、参加することで地元デビューを、更にNPのファシリテーター(FA)デビューもしました。現在までに他の地域や共同FAでのNP合わせて17回経験してきましたが、2年程前から月齢の低さに驚かされていきました。2~4か月児のママたちが一緒だとどうしても無理があります。聞く一方のお客様に



ならないよう悩みますし、難しさをとっても感じていました。2012年のNPフォーラム(CCC主催)でBPを知った時から受講可能なお知らせが届くまでどんなにか長かったことでしょう。家の事情でどうしても2012年に受講したく、東京で無理なら大阪まで行く覚悟でした。今、思うと虫の知らせ? なぜなら翌年なら受講不可の年齢域なので、感謝せずにはいられません。

苦勞した参加者募集

東京家政大学が地域と繋がる目的で立ち上げたヒューマンライフ支援センターは板橋区の補助金を受け、地域子育て支援拠点事業「森のサロン」を充実させました。親子あそびイベント、保育相談、一時預かりなど大学の特色を生かした親子とくつろげるひろばとなり人気があります。その一環で親支援プログラムとして6月にBPを開催することになりました。サロンは板橋区と北区の区境にあり、2500人以上の登録者中、板橋区外の方が4割ほどを占めています。その関係で定員10名ですが板橋区の区報では定員8名で募集、2名は区外からも可なのでサロンでチラシ配布しました。ところが区報を見てビックリ。スペースの関係で提出原稿が大幅カット、伝えたい「親子の絆」も削られ更に乳幼児向けイベント満載でした。申し込みが3日経っても4人なので区を関係なくして締め切りも伸ばすという報告受け、あわてた私は近くの児童館に走りまわりました。しかし北区では25ある児童館で年間36のNP講座を開催予定で人集めが大変、これ以上は…と断られました。しかしNPのFAでもある職員の方がBPの必要性を感じていたこともあり私を応援、個人的にチラシを配り応募もありました。サロンでも積極的に声かけ、私も町を歩く時はキョロキョロ赤ちゃんにしか目がいけない開催までの日々。踏み切りでの奇跡的な出会い、声をかけた方が嬉しい定員最後の10人目。サロンの保育士の方にアシスタントをお願いして、無事BPのスタートができました。

実践して5つの基本的な考え方を実感できた

参加者に助けられて

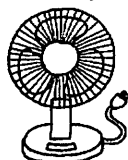
B Pはガイド通りにすすめればいいと、スクリーンの位置、音量など準備した後は内心チョット安心していました。しかし、予想しなかったことが次々と。名札ひとつでも赤ちゃんと一緒にいるママたちの姿勢からは見えづらく、自分の居る位置も円陣の中では指定席に、たったこれだけの理由で冷や汗がダラー。他己紹介のためのシート記入では、赤ちゃんを抱いてしまうという大失態を演じてしまいました。

今日の振り返り、一人一言の後の交流タイムへの移行が難しく、ママたちのシーンとした状態を我慢できませんでした。申し込み時の手違いで赤ちゃんの男女別を聞き忘れ、名前でも判断しにくく、更はその日の洋服でもわからなかった赤ちゃんが一人いて悩んでいたのも、男女を挙手で教えて貰いました。貴重な参加者の時間を使ってしまったこと、FAがママたちの輪に入ってしまったことも大きな失敗だったのですが、「心が軽くなった」「平和な幸せな時間だった」と嬉しい言葉もあり、申しわけなさ倍増です。

2回目、「数珠つなぎ自己紹介」でまさにアイスブレイク使用前、使用後の大きな表情の変化が見られました。偶然“なお”と“なおこ”が隣同士で“ちゃん”と“さん”で変化をつけた部分あたりから笑顔が多くなり、顔の筋肉が緩んだ感じがしました。こんな小さなできごとにも感謝したくなるほど私の気持ちは張りつめていました。DVDを見た後の話し合いでは、「体温調節下手になるからクーラー使ってはダメ」「熱中症になるからクーラー使いなさい」どちらも親からの言葉。一体クーラーはいいの？ 扇風機がいいの？ 正解が欲しいのが伝わってきます。赤ちゃんの機嫌の良し、悪しの判断ができないわけではないのに不安。一日の過ごし方を話し合う事でそんな不安を含めて皆一緒、自分だけではない安心感が湧いたようです。交流タイムでは「皆に聞きたい」と全体に問かける参加者に助けられました。「布団とベッドどっちがいいの？」「パジャマは使っている？」「汗とりパットは必要？」次々と出てくる質問。いかに赤ちゃんに最高の環境を用意してあげたいのか健気で、聞いている私は自分の子育てを思い出していました。

FAガイドどおりすすめると

参加者の距離感がグッと近づいた3回目「泣く」に焦点が当たったセッションでした。まどめの後の一人一言では、「泣く」に対して「自分に余裕がないから」「ネガティブにしか考えていなかった」「ゆったりと向き合いたい」など聞かれました。4回目の初めの一人一言では「泣くと立ち抱っこだったけど1週間せずに過ごせた」「泣きの理由がわかりやすい子どもだった」「歌うことで



泣きが減ったかも？」など前回を受けての内容も多かったです。チェックインで簡単に前回は振り返ることでプログラムが繋がっていくのだと感じました。交流タイムでは4か月児ママが「動物園に連れて行ったほうがいいでしょうか？」の質問を皆に投げかけました。すると「アレルギー対策ですよ？」「2日に1回連れていかないと意味ない」「動物園の隣に住むぐらいでないとダメらしい」「イヤ、同じ空気吸えば大丈夫」「猫飼っているから大丈夫」「毛を嘗めない」と「2匹以上飼わないと効果ないらしい」等、もうびっくりする話があっちらからこっちから飛び交って唖然としました。テレビとネットからの情報に振り回されている様子が怖くなりました。アレルギー体質も自分の責任と思っているような一面もあり、ママたちの一生懸命さが辛くもあります。NPにもよくある「ねじ伏せても歯みがき」と同じで、ママたちの意気込みに悪寒を感じ、なぜそんなにも自分を追い込むのか、責任を感じるのか、愛情だけでは説明できない悲しさを感じました。

4回目のテーマ「ピエロバランス」はB P研修の時に経験しましたが、正直自分でじっくり理解できていなかったもので、申しわけないけれど騙されたつもりでガイド通り一語一句忠実に進めました。すると、次々と出てくるママたちの深い話にビックリで、ここでも構造化されているプログラムの素晴らしさを感じました。「欲求を言うわがままな自分を罵倒したくなる」「夫がしているのに私はできない」「稼いでくれるから何も言えない」「辛いけど逃げたくない」「預けても心配」「手を抜く事が逆にストレス」等々、時間切れでテキストへ。もう少し話をと感じたのは私だけで、ママたちはスッキリ顔で交流タイムはアドレス交換に盛り上がっていました。

完璧な親と完璧な子どもはいない

せめてゆっくりお茶を飲ませてあげたい。話が弾んで楽しそうだから時間延長してもいいのでは。「トイレに行く方は赤ちゃん見えます」の声かけ。等々自分では良かれとした事の失敗です。指摘されて気づき、親を助ける、支えるとは何か？ 改めて考える機会を頂きました。情報に振り回されているママたちを見ているのは私にとっては辛く、言わない罪意識まで感じましたが、この時も親を信じるとは何か？ 待つ大切さを学びました。トレーナーは毎回セッション後すぐに疑問に答えて下さり、丁寧にフォローして頂き安心して次の回を迎えられたこと、多くの気づきを頂き心から感謝しています。初めてでしたがB Pプログラムの5つの基本的な考え方を実感でき、親支援とは何かを原点に戻って考える貴重な機会でした。“あなたはあなたでいいよ”“完璧な親なんていない、完璧な子どもなんて存在しない”私の大好きなこの言葉のメッセージャーになり続けたいです。