

サイコエジュケーションによる 子育て支援の一実践

——ソーシャル・サポートの視点から——

小 谷 正 登

問 題 と 目 的

近年，都市化，核家族化，地域における地縁的なつながりの希薄化などを背景に，家庭の教育力の低下が指摘され，また，少年非行や児童虐待の深刻化，急速な少子化の中で，すべての親に対するきめ細やかな家庭教育支援を充実することが求められている。さらに，今日の少子化の急速な進行は社会の根底を揺るがしかねない事態であり，法の整備がなされる中，国策として家庭教育への支援の充実が図られている。さらに，平成 17 年度においては，全ての親に対するきめ細やかな家庭教育支援を最重要課題として，親が子育て中の悩みや不安を払拭し，自信を持って子育てができるよう，IT を活用した家庭教育支援手法の開発・普及，行政と子育て支援団体などが連携した家庭教育に関する学習機会の提供など，家庭の教育力の向上をめざした総合的な施策が推進されている。

さて，以上のような家庭の教育力の向上をめざした総合的な施策は，鯨岡（1998）が述べるところの「育てられる者」の一種の変身の過程を援助するものと捉えることができる。さらに同氏は，養育者としての大人の両義性として，自分の親への同一化と反同一化，わが子への同一化と反同一化，そして，社会通念としての養育行動への同調と非同調の 3 つをあげている。そして，この 3 つの両義性が重ね合わされ，錯綜した両義性が立ち現れ，そこに生じ

る共振や揺らぎの中で「育てられる側」から「育てる側」へと移行するとしている。すなわち、このことは成長し親になった時にそこで成長が完成したと考えるのではなく、そこからが「育てられる側」から「育てる側」への未熟な発達の始まりの第一歩であり、自らが「育てられる側」を育てながら「育てる側」として育つということである。さらに、この過程には今日の養育者を取り巻く諸環境を考えると、適切な「子育て支援」であるところのソーシャル・サポートが必要であることを示している。さて、現在の養育者を取り巻く状況を見てみると、情報化社会の名のもと、多くの育児雑誌が出版され、情報過多や情報の先走りによって養育者である母親および父親による子育てが混乱している。そこで、正確な情報を伝えるなどの適切なサポートを提供することで育児不安を軽減する必要があると考えられる。ソーシャル・サポートは **Shumaker & Brownell (1984)** によれば、狭義の概念において「送り手あるいは受け手によって受け手の幸福感 (**well-being**) を高めようとする意図が知覚される、2人以上の個人間での資源の交換」とされる。すなわち、ソーシャル・サポートは、人が取り結ぶネット・ワーク（社会的関係・対人関係）の成員間で、個人のウェル・ビーイングを増進させる意図で交換される心理的・物質的資源をさす。広義の概念では、配偶者の有無、友人との接触などを指標とし存在する重要な他者との社会的関係である社会的統合や、構成人員規模や密度などを指標とし個人が網目状に張りめぐらしている人間関係の構造である社会的ネットワークも含むものである。さらに、**Berndt (1989)** は、サポートを①情緒的・自尊感情的サポート (**emotional support/esteem support**)、②情動的サポート (**informational support**)、③道具的サポート (**instrumental support**)、④共行動的サポート (**companionship support**) の4つに分類している。

次に、情動的サポート提供の有効な方法としてサイコエジュケーション (**Psychoeducation** 心理教育、心理学の理論や技法を教育に援用すること) があげられる。國分 (1998) は、サイコエジュケーションを「①集団に対して、②心理学的な考え方や行動の仕方を、③能動的に、教える方法である。」とし、治療的カウンセリングとされる伝統的なカウンセリングに対し、開発的・予防

的・育てるカウンセリングと位置づけている。さらに、その学習形態として、「①授業方式（訓話・情報提供・説明）、②ワークショップ方式（ロールプレイ、エンカウンター、スキル訓練）、そして③メディア方式（パンフレット、ビデオテープ）」をあげている。そこで、サイコエジュケーションの技法を用いて、発達心理学、臨床発達心理学および幼児教育学などの見地に基づく正確

TABLE 1 「子育て，自分育ての会」実践内容

	回	年月日	テーマ	実施形態
第1セッション	1	02. 6/26	発達とは	講演と質疑応答
	2	02. 7/16	遊びとは	ブレイン・ストーミング(BS), 小講演と質疑応答
	3	02. 9/20	思いやりとは	BS, 説明, ロール・プレイ, まとめと質疑応答
	4	02. 11/15	コミュニケーション・ことばとは	ワーク・ショップ, 説明, BS, まとめと質疑応答
	5	02. 12/11	自律性と衝動性	問題提起, 説明, ブレイン・ストーミング
	6	03. 2/19	体のリズムと心	ワーク・ショップ, 説明, BS, まとめと質疑応答
	7	03. 9/17	ケンカはトラブルそれとも①	小講演, ワーク・ショップ, まとめ
	8	03. 10/20	ケンカはトラブルそれとも②	小講演, ワーク・ショップ, まとめ
	9	03. 11/16	テレビとゲーム	問題提起, 説明, ブレイン・ストーミング
第2	10	04. 1/14	ストレス事始め	小講演, ワーク・ショップ, まとめ
	11	04. 2/13	ストレス・マネジメント	小講演, ワーク・ショップ, まとめ
第3	12	04. 6/30	会話を科学する①	話題提供, ワーク・ショップ, まとめ
	13	04. 9/15	親子とともに体と対話する中で①	小講演, 質疑応答, まとめ
	14	04. 11/2	会話を科学する②	ワーク・ショップ, 解釈・説明, まとめ
	15	05. 1/18	お父さんの役割・働き①	話題提供, ワーク・ショップ, まとめ
	16	05. 2/16	お父さんの役割・働き②	小講演, ワーク・ショップ, まとめ
第4セッション	17	05. 7/11	親ができるポイントを考える	小講演, ワーク・ショップ, まとめ
	18	05. 9/21	子どもへのまなざしはどこへ頭, 心, 体	話題提供, ワーク・ショップ, まとめ
	19	05. 11/7	ガマンする力を生きる力へ	話題提供, ワーク・ショップ, ビデオ視聴, まとめ
	20	06. 1/20	IT 社会の中で生きる力を育てる	ゲーム, 小講演, まとめ
	21	06. 3/8	デンマークの教育に学ぶ	小講演, 質疑応答, まとめ
懇談会	小	05. 5/18	3 歳児の姿から学ぶこと	小講演, 質疑応答
	中	05. 5/23	4 歳児の姿から学ぶこと	
	長	05. 5/25	5 歳児の姿から学ぶこと	
懇談会	小	06. 5/11	5 歳児の姿から学ぶこと	ワーク・ショップ, 説明, まとめ
	中	06. 5/15	3 歳児の姿から学ぶこと	小講演, 質疑応答
	長	06. 5/19	4 歳児の姿から学ぶこと	ワーク・ショップ, 説明, まとめ

な知識の提供すなわち情動的サポート（**informational support**）の提供が、子育て中の保護者が抱える育児不安を軽減し、楽しい子育てを実現するために有効であると考ええる。そして、本論文はその実践内容を示し、その実践による子育て支援の効果を参加した保護者のコメントによって明らかにするものである。本郷（2002）は、子育て支援のターゲット・方法として、①「当該児に対する支援」（子ども自身の発達への支援）、②「クラス集団への支援」（クラス集団の安定）、③物的環境の調整、④保育者への支援（保護者との関係調節など）、⑤保護者への支援（親子関係（子育て・親育て）の支援、家庭内の関係調整など）をあげている。本実践研究は、「保護者が変われば子どもは変わる、子どもが変われば保護者も変わる」という言葉に示されるように、保護者と子どもの相互関係を視点に「⑤保護者への支援」をターゲットに、子育てをする親を「育てる」ものである。さらに、社会人としての親の生き方を支援することを目指すもの、対象者の家族への支援を行うという臨床教育学の新しい視点に立つものでもある。

方 法

〈対象〉

兵庫県内の私立幼稚園（在園児 3～5 歳児、2002 年度：71 名、2003 年度：73 名、2004 年度：65 名、2005 年度：68 名）の参加を希望した保護者を対象として実践を行い、研究の対象とした。なお、同幼稚園が位置する地域は都市部かつ私・国立中学校受験の盛んな地域であり、保護者の教育・育児に対する意識が高い地域である。なお、筆者が同地域に居住していることもあり、卒園後も一部の子ども・保護者に対して一定の支援関係が成立している。

〈期間〉

2002 年 6 月～2006 年 3 月の 5 年間、全 21 回の実践を実施した。

〈内容〉

実践内容の全体は、TABLE 1 に示されるように 4 つのセッション全 21 回

からなっている。なお、第1セッションは「友だちの中で育っていくとは」という大テーマのもと計9回（第1回～第9回）、第2セッションが「子どももストレス感じるの？」を大テーマとし計2回（第10、11回）、第3セッションは「親と子の関わりを考えてみましょう」の大テーマのもと計5回（第12回～第16回）、最後の第4セッションは「子どもの伸びる力を育てる」とし現在5回目（第17回～第21回）となっている。会の名称を「子育て、自分育ての会」とし、実施日の2週間前に全保護者に向けて案内を配布した。参加人数は回毎に異なるが、平均して約16名が参加した。実施時間は午前中の75～90分間、園児の降園時間に終了できるよう時間設定を行い参加が容易になるようにした。なお、同会実施のきっかけは同幼稚園から要請によるものであった。同幼稚園は、3歳児からの3年保育を長年行っている。ところが、元来保育に困難さが常であった3歳児の保育現場に新しい課題が発生してきたことがその背景となる。3歳児は、第1次反抗期の中にあるとともに「自己中心性」が強い時期である。そのため、保育現場で展開される遊びの中でおもちゃの取り合いなどでけんかやトラブルがおこることは発達上自然なことであり、対人関係を学び社会性を高める働きもあると考えられる。ところが、保護者の中に「みんな仲良く」という標語のもと、けんかやトラブルは排除すべきものとの考えが広がり、保護者間および保育者と保護者間の関係に影響を与えるようになった。そこで、サイコエジュケーションの技法を用いて、発達心理学、臨床発達心理学および幼児教育学などの見地に基づく正確な知識の提供すなわち情報的サポート（informational support）の提供を行うこととなった。このため、第1回～第9回までの第1セッション（全9回）は、「友だちの中で育っていくとは」という大テーマのもと、第1回の「子どもの発達についての概論」から開始し、次第に具体的な内容へと進めていった。第2セッション（全2回）では、子どもの精神的問題から、保護者の精神的問題へと話題を広げ、子育てにおける保護者の精神的安定の重要性を伝えた。続いて、第3セッション（全5回）では、「親子の会話」を中心により実生活に即した内容へと切り替えた。また、参加保護者は実施時間帯の関係もあり、母親のみで

TABLE 2 懇談会事前アンケートの内容（概要）

1. 子どもの姿を見て、日頃疑問に思うことは？
①園内：登園時・降園時の様子、園内での生活、友だち関係について、協調性など ②園外：指示待ち傾向、同じ注意の繰り返し、生活習慣、気持ちのコントロールなど
2. 子育てに関する現在の不安を答えて下さい
・叱り方とほめ方、早期教育（お稽古事）、一人っ子の育て方、食事に関すること ・友達関係（言葉、行動）、兄弟関係など
3. 子育てに関する将来の不安を答えて下さい
・TV ゲームや携帯電話、いじめ・少年犯罪、聞き分けが良すぎて将来が不安である ・学校での授業、公立小学校への不安、学校での授業について行けるか不安である ・思春期での対応、受験について、治安の悪化など

はあるが、父親の子どもとの関わりの意義もその内容とした。なお、実践開始当初から、参加者からの感想を同幼稚園の教諭を通して収集をするとともに、会の終了後に簡単なアンケートを実施し、次回の実践内容にフィードバックするようにした。現在にいたる第4セッションの初回である第17回「親ができるポイントを考える」（2005年7月11日に実施）では、クラス毎の懇談会（2005年5月18日・23日・25日、全員参加）に備えての事前アンケート調査結果（TABLE 2）をもとに内容を設定した。なお、同懇談会は、「子どもの姿から学ぶこと」を大テーマとし、年少組（3歳児クラス）・年中組（4歳児クラス）・年長組（5歳児クラス）のクラス毎に各年齢における発達の特徴を、動作・認知面、言語面、情意面の側面から情報を提供するとともに、具体的な対応の方法を小講演、質疑応答の形態で伝えた。さらに、クラス別の懇談会は2006年度においても、2006年5月11日・15日・19日の日程で実施している。

実践研究として発表することについて了承を得た参加者からのアンケート内容を、質的研究方法の視点によって分類し、考察を行った。

結 果 と 考 察

以下に示すアンケート内容を通して、今回の実践によって①子ども観・子育て

て観の変化，②具体的な知識の提供による生活の変化，③サポート内容の変化，④支援関係の成立と促進による専門機関の紹介，および⑤児童期・思春期をみすえた子育て意識の芽生えの5項目に分類される広範囲にわたった支援の効果が得られた。

①子ども観・子育て観の変化

- ・粘土モデルに当てはまった子育てですが，子育ての話を様々な角度から聞けて勉強になりました。
- ・今まで絵本として読んでいましたが，子どもの内面の気持ちなどを見ながら次回から読んでやれます。
- ・いろいろな方向から，子どものことを見ていく大事さを教えていただきました。

②具体的な知識の提供による生活の変化

- ・歩くことが子どもにとって大切であると学んだ後，登園時歩いて通園してくる子どもが増えました。
- ・学ぶ以前は，我が家では夕食の時，子どもの決めていた番組の時間になるとテレビをつけて見ながら食事ということも多かったが，学ぶ中で食事の会話の大切さを痛感し，ビデオにとっておいて食後に見るようになりました。
- ・「子どもの行動，言葉に対してどう言葉かけをするか？」で「悪いパターン」とのテーマでしたが，つつい普段，言葉かけしてしまいそうなこともあり，自分を見つめ直す良い機会でもありました。

③サポート内容の変化

同会の実践は，情動的サポートの提供に主眼をおいたものであったが，回を重ねる中で在園児のみならず，兄弟姉妹についての個別相談を受けるようになった。以下の感想に示されるように，情緒的・自尊感情的サポートの提供もなされたと考える。また，これによって保護者同士のネットワーク形成による共行動的サポートへと展開する方向性も見られた。また，卒園後も支援関係が継続している保護者もある。なお，保護者同士のネットワーク形成による共行動

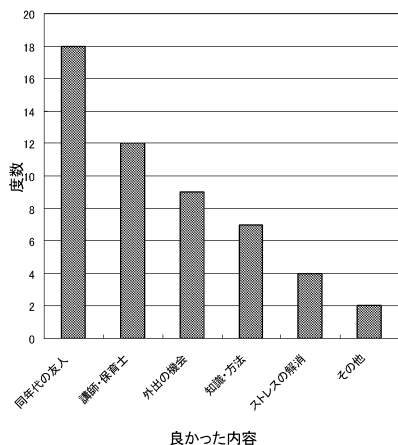


FIGURE 1 参加して良かった内容
(2003)

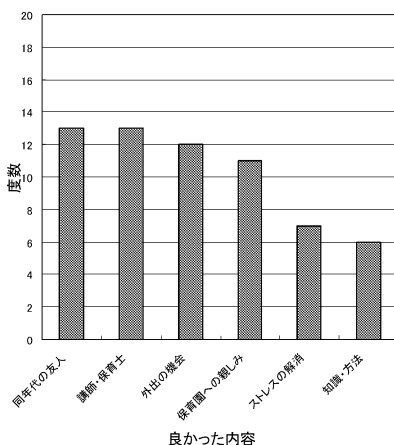


FIGURE 2 参加して良かった内容
(2004)

的サポートの重要性について、小谷・土井（2006）は、私立保育所で実施された「子育て支援」事業に参加した0歳児（第1子）の子どもを養育する母親、計38名を対象としたアンケート調査の結果から、参加者の多くが「参加して良かった内容」として「母子共に同年代友人ができた」、 「講師・保育士との交流」をあげ高い評価を示している（FIGURE 1・FIGURE 2）ことを報告している。

- ・学びに参加されている方は、不登校児を持つ親であったり、子どものことで悩みを持っていた方も多く、この学びを一つの支えとして来られた方もいました。
- ・グループで話し合ったりする時、クラスを越えて、日頃の思いを語ったり、同じようなことで悩んでいた、違ったアプローチの仕方があることを知ったり学ぶところが多かったです。
- ・学ばれたお母さん方、個々にはたくさんの変化があったことと思います。それを最後にみんなで分かち合うことができたと思います。

④支援関係の成立と促進による専門機関の紹介

上記の③に関連して、保護者が抱えている問題に即してカウンセリングや発

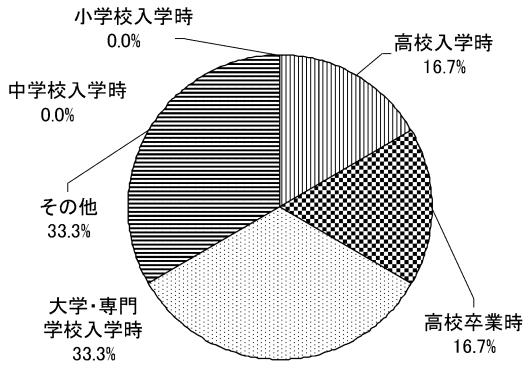


FIGURE 3 子育てが終わる時

達診断を行う外部の専門機関を紹介し、その後のケアにもあたった。

- ・子どものことで悩みを持っていた方も多く、個人的に相談にのっていただけということもありこの学びを一つの支えとして来られた方もいました。

⑤児童期・思春期をみすえた子育て意識の芽生え

小学校から始まる学習および教育問題に対する不安が表明された。また、第18回（2005年9月21日実施）で行った「子育てが終わると考える時期について」のアンケート調査の結果（FIGURE 3）では、12名という限られた回答数であったが83.3%の保護者が「高校卒業時以降」と答えるなど、視点を遠くにおいた子育てがなされていることが明らかにされた。

- ・就学前の習い事などの必要性に少し悩んでいます。ゆとり教育が見直されている今日、今後の教育のあり方や地域での子育てのあり方等というのがベストなのか…。
- ・卒園しますので、今回が最終回となってしまいました。前にも書きましたように自分を見つめ直す良い時間でした。卒園後にもこういう時間が持てるとよいのですが。
- ・まだまだ集団での自分の居場所を見つけ出せないことも多く、社会性の未熟さを感じますが、その子の個性の1つとして見てやりたい気持ちもあ

ります。小学校に上がる不安が無いといったラウソになりますが、親子関係、家族の関係を健全なものとし支えられたらと思います。

- ・突然、怒りだしたり、暴力をふるったり、時には殺人を犯してしまう子どもがいる現代。親が望むように心やさしく、人の気持ちが分かる子どもに育ててほしいです。

渡辺（2004）は、保育所を中心に進められている「子育て支援」に対する幼稚園の子育て支援機能の意義と重要性として、親子関係を巻き込む形で子どもの育ちを伝えることによって将来のさまざまな問題を未然に防止する可能性を述べている。本実践において、以上の①～⑤にわたる広範囲な支援の効果が見られたことから、従来から見られる支援事業のような諸問題に対する対処療法的な解決策に加え、本実践研究のような適切な時期に「親となる教育」を実施し、予防医学的な方策をとることで子育て支援の効果および家庭の教育力がさらに向上すると考えられる。

引用文献

Berndt, T. J., & Perry, T. B. 1986 Children's perceptions of friendships as supportive relationships. *Developmental Psychology*, 22, 640-648.

國分康孝（編）1998 サイコエジュケーション 学級担任のための育てるカウンセリ
ング全書2 図書文化

小谷正登・土井由美 2006 全人教育プログラム（ETM）を通じての「個」の育ち
（2）——「子育て支援」の視点から——日本発達心理学会第17回大会発表論文集
524.

鯨岡 峻 1998 両義性の発達心理学 ミネルヴァ書房

Shumaker, S. A. & Brownell, A. 1984 Toward a theory of social support : Closing
conceptual gaps. *Journal of Social Issues*, 40(4), 11-36.

本郷一夫 2002 現場での支援のための方法の基礎 藤崎真知代・本郷一夫・金田利
子・無藤 隆（編）育児・保育現場での発達とその支援 ミネルヴァ書房 pp.
63-77.

渡辺英則 2004 幼稚園の今：子育て支援の流れの中で 発達, 98, 9-15.

——大学院文学研究科助教授・教職教育研究センター助教授——