

# 京都橘大学心理臨床センターにおける子育て支援と男性を対象とする臨床心理学的子育て支援プログラムの開発に向けて

濱田 智崇 (京都橘大学健康科学部)

## I はじめに

筆者らは、2014年度から2015年度にかけて「男性を対象とする臨床心理学的子育て支援プログラムの開発」をテーマとした研究を進め、京都橘大学共同研究助成に採択されている(連携協力者:青木剛助教、井上裕樹助教)。そして本研究は、以下3つのプログラムを、実証的検証の場として運営しながら進められている。

- ①パパとママのこころ育て広場(京都橘大学心理臨床センター)
- ②パパの子育てカフェ(大阪市内の交流スペースeトコ)
- ③大宅保育園保護者向けセミナー(2015年度からおおやけこども園「おおやけイクメンパパの会」)

さらに2015年度は、草津市社会実験推進事業として滋賀県草津市の保育所、幼稚園に子どもを通園させている保護者(両親)を対象とした意識調査「子育て環境と子どもに対する意識調査(草津市版)」を実施しており、この調査の中の父親を対象とする部分が、本研究のデータ収集に該当する。

現在進行中の本研究であるが、2014年度共同研究助成報告を兼ね、京都橘大学心理臨床センターにおける子育て支援事業の現状とともに、その進捗状況と今後の展望について述べることにする。

## II 本研究へ至る経緯と本研究の目的

筆者は1995年に、日本で初めての男性による男性のための電話相談窓口、『男』悩みのホットラインを開設して以来、男性を対象にした臨床心理学的支援の実践を重ねてきている。この実践活動は、『〈男らしさ〉のゆくえ』(1993、新曜社)等で「男性学」を提唱した伊藤公雄等から直接の助言

や協力を受けながら立ち上げ、運営してきたものである。伊藤に代表されるように、社会学の分野では、男性の抱える心理的問題をジェンダーの視座から捉える試みはあったものの、その実践を担うべき臨床心理学の分野でジェンダーの視座を含んだ研究は、現在までほとんど見られない。筆者は、臨床心理学的援助にもジェンダーの視座を取り入れることの重要性を指摘してきた。社会学の分野で指摘されてきた「男性性」が男性の心理的援助を行う場合にも、その特性として作用し、心理的支援が男性に届きにくい原因になりうることを指摘している。

並行して、子育て支援の実践と子育てに関する意識調査に基づく研究も行ってきた。筆者は甲南大学人間科学研究所において、2009年に就学前の子どもを持つ父親へのインタビュー調査、2010年に「第2回子育て環境と子どもに対する意識調査—父親版—」を実施し、父親が子育てに対してどのような感情や意識を持っているかを、子どもとの関係や配偶者との関係も視野に入れる形で検証した。その成果は、「父親が感じている父親の役割—就学前の子どもをもつ父親インタビューの分析を通して—」(2009年、日本心理臨床学会第28回秋季大会研究発表)、「父親の役割意識をめぐって—〔第2回〕子育て環境と子どもに対する意識調査—父親版—から—」(2011年、日本心理臨床学会第30回秋季大会研究発表)、等で発表している。これらの実践と研究を踏まえて、2011年度から筆者が企画、開催してきたのが、男性のための子育て支援活動(大阪市立男女共同参画センター主催「子育てパパの語り場」「パパのこころ育てセミナー」、交流スペースeトコ主催「パパの子育てカフェ」、京都橘大学心理臨床センター主催「パパとママのこころ育て広場」。大阪市立男女共同参画センター主催事業は2年間のみ、他は継続中。)である。

国の第3次男女共同参画基本計画の中で「男性にとっての男女共同参画」推進が重点項目として盛り込まれたことを受け、内閣府男女共同参画局推進課において「地方自治体等における男性に対する相談体制の整備支援のための調査検討会」が2012年度に設置された。筆者は、臨床心理学の専門家としては唯一、本検討会の委員に任命され、「地方自治体等における男性に対する相談体制整備マニュアル」(2013年3月発行)の作成に携わった。2013年度は引き続き、このマニュアルを使用して内閣府男女共同参画局推進課が主催する、地方自治体担当者向けの研修会で講師を務めている。本マニュアルでも指摘されているとおり、男性は「男は弱音を吐くべきではない」という意識から、相談につながりにくい傾向にある。内閣府「男性にとっての男女共同参画に関する意識調査」によると、「他人に弱音を吐くことがある」と回答した男性は全体(20歳代～60歳代)の28.1%、「悩みを気軽に誰かに相談する」と回答した男性は17.2%に過ぎず、男性の規範的な意識として「男は弱音を吐くべきではない」と回答した男性は、45.6%に上る。相談室で来談者を待つ「ウェイトイング・モード」の従来型臨床心理学的援助だけでは、男性には必要な援助が十分届かないことになるが、こうした現状が臨床心理学の分野で十分に認識されているとは言えない。我が国が自殺大国であり、男性の自殺者数が女性のその2倍に達している現状を考えると、臨床心理学的地域援助あるいはコミュニティ心理学の観点から見れば、現状の心理的支援体制は不十分と言わざるを得ない。援助者が主体的に当事者集団の中へコミットしていく「シーキング・モード」への変換が求められるが、男性を対象としてそれを実現するためには、援助者と当事者の橋渡しをするある種の「仕掛け」が必要である。特に男性は、自らの個人的状況やそれに伴う感情について、自己開示することに抵抗が強いため、そうしたジェンダーの視点を取り入れた、男性に抵抗をできるだけ感じさせないようなグループワーク等のプログラムを「仕掛け」として介在させることで、援助につなげていくことが考えられる。

一方で、男性の子育て参加を促進しようという社会的な動きを背景に、厚生労働省の育メンプロジェクトが2010年から開始されている。これに呼

応して、父親の育児に関する社会的取り組みが展開され、NPO法人ファザーリングジャパン等が代表例であるが、父親の育児に関する実態調査もいくつか行われている。ただ、それらの取り組みは、父親が現実的に「何をするか」に着目したものであり、父親が子育てをするときに感じるさまざまな感情面については、取り上げているものがほとんどない。また、こうした取り組みは、「育メン」が「子育てを楽しむ男性」と定義(厚生労働省育メンプロジェクトホームページ)されていることから、子育ての楽しさなど、ポジティブな側面を強調することによって男性の意識を育児へ向けるという手法が基本となっている。臨床心理学的視点から考えれば、子育てにまつわる苦労等、さまざまなネガティブな感情についても、もっと取り扱われる必要があり、そうしたものの受け皿が存在することが、父親の育児支援としては重要であると考えられる。自分の内面のネガティブな側面と向き合うことに抵抗のある男性が、子育ての「楽しい」「現実的な」側面にばかり意識を向けることで、それらを回避する可能性があることは容易に想像でき、それでは真の意味で子育て支援とは言えない。男性が、子育てにまつわるネガティブなものも含めて抵抗なく開示できる場を作ることが重要であると考えている。

父親対象のグループワークの効果は、そうした場そのものがまだ少ないこともあり、十分な検証をするには至っておらず、それを実証すること、その成果に基づいて、男性に対する子育て支援のプログラムを開発するのが、本研究の目的である。それは、子育て支援のみならず、夫婦間や職場での人間関係に悩む男性など、さまざまな対象を想定した、心理的支援に応用していくことも期待できる。

### Ⅲ 実証的検証の場としてのプログラムの現状

先述のとおり、本研究の実証的検証部分として、3つのプログラムが進行している。そのうち、京都橋大学心理臨床センターで開催している「パパとママのこころ育て広場」を中心に述べていく。

パパとママのこころ育て広場は、当センターが開催された2013年夏から開催しており、現在3

クール目が進行中である。今年度から、京都市山科区の「山科“きずな”支援事業」に採択され、その助成金を得ながら運営している。年間8回(初年度のみ6回)、土曜日の10時30分から12時30分の2時間で設定され、対象は小学校入学前の乳幼児とその両親で、定員は10家族としている。スタッフは、京都市の公立保育所を定年退職されたベテランの保育士2名(更に1名ボランティアで加わることもある)、臨床心理士である本学心理学教員3名(筆者、井上裕樹助教、坂本久美非常勤講師)、それに心理学科2～3回生で自ら希望した学生ボランティアである。学生ボランティアは、初年度と2年目は、希望者20名程度を全員登録し、その中から数名ずつローテーションで担当させる方式であった。しかし、毎回継続して参加する子どもに対しては、担当制として同じ学生が継続的に関わる方が、子どもとの関係性の構築がスムーズであり、子どもの変化などにも気付きやすいことから、今年度は登録者数を11名に絞って原則全員毎回参加としている。

毎回のおおまかな流れは以下のとおりである。

- 9時30分 集合・スタッフミーティング・準備
- 10時 受付開始
- 10時30分 保育士が進行役となる親子合同の遊びの時間
- 11時 親子別々の部屋に別れ、親は筆者がファシリテーターを務めるグループセッション、子どもは学生ボランティアが1対1で付いての自由遊び
- 12時 親子が再集合し、保育士が進行役となる親子合同の遊びの時間
- 12時30分 終了・片づけ
- 13時～15時頃 スタッフによるカンファレンス

親子合同の遊びについては、毎回保育士に組み立てをお願いしている。絵本の読み聞かせ、パネルシアター、手遊びやリズム遊びなどを組み合わせしており、親子が触れ合うことができる内容が盛り込まれている。12時からのパートでは特に、毎回同じリズム遊びの「定番ネタ」を意図的に取り入れるようお願いしている。毎回同じでは飽きるのではないかという懸念もあったが、子どもたちに「ここに来ればこれができる」ということを感じ

させることによって、安心感や、この場の独自性を感じてもらいつつ、その日の締めくくりができ、次回以降の継続参加につながると考えている。

保護者のグループセッションには、ファシリテーターとして筆者が入り、さらに可能な限りコ・ファシリテーターとして坂本非常勤講師にも入っていただいている。子どもの自由遊びについては、井上助教と保育士に、全体を見ながら、それぞれの子どもや学生とのかかわりを観察していただいている。終了後のカンファレンスは、学生ボランティアも含めたスタッフ全員が参加し、学生ボランティアから子どもの様子や、どのように関わったかの報告がなされ、その内容と他のスタッフからの情報(観察の結果、保護者からの話)を総合して、それぞれの子どもの見立てを行い、子ども自身や保護者に今後どのような働きかけが必要か等を議論している。

参加者数は開始以来徐々に増える傾向にあり、毎回継続して参加する親子も増えている。今年度のこれまでの参加申込家族数は以下の通りである。

- 5月：4、6月：6、7月：6、(8月休み)、
- 9月：9、10月：7、11月：8、12月：9

きょうだいで参加、両親での参加もあることから、最近子ども、保護者それぞれ10名ずつ程度と、部屋の広さやスタッフ数を考えるとほぼ限界に近い状況になっている。保護者グループに関しては、いずれは母親グループと父親グループを別にしたいと考えているが、母親の参加人数の方が多い(ファシリテーター以外全員母親ということもあった)、父親グループの恒常的な「独立」には至っていない。しかし、2015年12月の開催時には、初めて母親と父親の人数が同数(4名ずつ)となり、父親のグループセッションを母親のセッションとは別室で実施している。

一方、大阪市内の民間交流スペースeトコで筆者らが月に1度開催しているのが「パパの子育てカフェ」である。これは、「子育てパパの語り場」(2011年度)、「パパのこころ育てセミナー」(2012年度)として開催していた、大阪市立男女共同参画センター主催事業(筆者らが企画)を引き継ぐ形で、開始したものである。父親同士がその名の通りお茶でも飲みながら語り合うという趣旨で継続

している。父親が子連れで参加できるように託児を設定していたが、現在ではその託児部門の方が発展し、近隣に住む子どもたちがさまざまな活動をする「てらこや」として開催されるようになってきている。「パパの子育てカフェ」本体は、参加者数で最近伸び悩んでおり、スタッフ兼当事者である子持ちの男性臨床心理士3名程度のみ、という回も見られるようになってきた。フェイスブックを使用してインターネット上で広報をし、回ごとにトークのテーマを決めるといった工夫も行っているが、参加者の拡大が目下の課題である。

また、京都橋大学と提携を結んでいる近隣の、おおやけこども園でも、2015年度になって父親グループ「おおやけイクメンパパの会」が結成され、筆者が顧問を務めている。今年度は手始めに3回のイベントが予定されており、1回目は父親たちが集まって園の給食の人気メニューを試食しながらのランチミーティング、2回目は親子そろってのパウムクーヘンデコレーションと、既に2回が終了している。各回とも7～8名(組)の父親(と子ども)の参加があり、なかなか集まりが良いとは言えない父親の会としては、順調な滑り出しと言える。3回目は2016年3月に、上記の「パパの子育てカフェ」メンバーが大阪から遠征して、交流会を持つことになっている。

#### IV 調査研究の概要と進捗状況

2014年に京都橋大学が滋賀県草津市と包括協定を結び、これに伴う連携事業の一つとして、2015年度は、草津市社会実験推進事業を実施している。これは、子育てに関する講演会と個別相談会、および保護者を対象とする意識調査からなっており、意識調査の部分に関しては、筆者が研究代表者となって「子育て環境と子どもに対する意識調査(草津市版)」を実施している。

「子育て環境と子どもに対する意識調査(草津市版)」は草津市内の幼稚園、保育所に子どもを通わせている保護者を対象とする質問紙調査である。質問紙の内容は、甲南大学人間科学研究所において、2010年に実施した「第2回子育て環境と子どもに対する意識調査—父親版—」をベースとしながら、その結果を踏まえ、また今回は回答者が父親だけではないことも考慮して、改良を加え

たものである。質問紙の作成は、甲南大学人間科学研究所の共同研究者であった新道賢一、川口彰範両氏らと2014年中から研究会議を開催し、その中で進めてきた。具体的には以下のような質問項目から構成されている。

##### ①基本情報

子どもの年齢や昼間過ごしている場所、家族の状況、世話を頼める人の有無、保護者の就労と育休の状況、子どもと関わる時間の長さ、家事をしているか、夫婦間や知人と子育ての話をするか

##### ②子どもと一緒に以下をどのくらいしているか(頻度)と進んでしているか(気持ち)

夕食・入浴・遊び・スキンシップ・おむつ替え・寝かしつけ

##### ③子育てに関する気持ちや考え方で、以下にどのくらい当てはまるか

楽しい・苦痛・悩みがある・好き・面白い・実感がある・成長を見るのがうれしい・自分は向いていない・視野が広がる・犠牲になるのは仕方がない・子に愛情を感じる・子と一緒に時間がもっと欲しい・自分の時間がもっと欲しい・長時間の相手は苦痛・良い親であろうと無理している・母親は家にいた方がよい・父親の在宅時間長い方がよい・自分も成長したい

##### ④父親の役割と母親の役割について、以下にどのくらい当てはまるか

理想的な父親のイメージを持っている・理想的な母親のイメージを持っている・自分は理想的な親だと思う・父母の役割の差はない・父親は母親にはかなわない・父親/母親はなくてはならない・他の親の子育てが気になる・父親/母親にしかできないことがある

##### ⑤子育ての情報と支援について

どこから情報を得るか・どんな子育て支援を利用したことがあるか・相談したことがあるか・どのような子育て支援を望むか

##### ⑥SCT(文章完成法)の手法で

私にとって子どもは・子どもにとって私は・私にとって配偶者は・配偶者にとって私は・私にとって家族は・家族にとって私は・子育てでは

### ⑦子育てに関して感じていること(自由記述)

質問紙の配布は、草津市幼児課から、各園を通じて行い、回収も保護者から各園へ提出されたものを幼児課が集める方法を使った。父親、母親両方からの回答があることを想定し、各家庭に2部ずつ配布している(1家庭で2名回答があった場合、それぞれ封筒に入れて見えないように回収)。草津市内で子どもを幼稚園や保育所に通園させているのは3884世帯あり、2部ずつの配布で合計7768部配布したことになる。現時点での集計で、回収数は3443部、これに基づく回収率は、44.3%となっている。甲南大学人間科学研究所で、神戸市東灘区を対象として行った同様の調査では、保護者からの直接郵送であったが、今回は園での回収となったため、回収率が上がったものと考えられる。現在、データ入力作業中であり、入力作業終了次第、分析に着手する予定である。

## V 考察と今後の課題

ここではまず、「パパとママのこころ育て広場」が担っていると思われる役割について考える。保護者のグループセッションでは、保護者同士が基本的に自由に語り合い、その時その場の流れで話が展開していく。筆者と坂本非常勤講師は、時として、子育てに奮闘する一人の当事者として話に加わることもあり、またある時は、臨床心理士という専門家として保護者への助言をすることもある。さらに坂本非常勤講師は、高校生を筆頭とするお子さん3人を育てているという、「先輩ママ」としての立場での発言を求められる場合もある。しかし、基本的に我々の役割は進行役であり、保護者自身の自由な表現や、保護者同士の相互作用を促進し、各自の気付きにつながるような展開を心がけることになる。保護者にとっては、情報を交換する場となると同時に、子育ての大変さを共有することで、安心感を得る場ともなる。子育てに関する悩みは、すぐに解決するものばかりではなく、むしろ「どうしようもない」抱え続けていかなければならないものの方が多いのかもしれない。そうしたことをグループで話し合ったところで、現実には何も解決にならないこともあろう。ところが、そうした話題になると、グループの中

にたいてい「笑い」が起きる。これはパパとママのこころ育て広場にも、これまで行ってきた他の父親のグループでも共通していることである。「どうしようもないこと」を語り、それが当事者同士で共有され、「いずこも同じなんです」と共有、共感がお互いになされたとき、ふと緊張がほぐれて「笑い」が生じるのであろう。自分一人で「自分だけがこんなことで悩んでいるのではないか」ひいては「自分だけが子育てをうまくやれてないのではないか」と考えがちな保護者にとっては、「いずこも同じ」と知ることが救いとなり、そのしんどさを抱え続ける続けることができる原動力になりうると考えられる。また、保護者同士が、アドバイスをし合うということもしばしば生じる。そこには、自助グループの効果を説明するときによく用いられる言葉を使えば、ヘルパーセラピー原則と呼べるものが生じていると考えられる。つまり、自分が当事者として悩みつつも、同じような立場の当事者に助言もできる、助けてあげられるということのある種の自己効力感を得ることにより、自分自身もエンパワーされるということである。

もちろん、子育て上の悩みが大きかったり、あるいは、子どもの発達上の問題が顕在化していたりする参加者に関しては、お子さんをこちらで観察した結果から言えることをフィードバックしたり、あるいはお子さんに必要と思われるかわりを毎回積極的に行ってみたり、場合によっては、当センターの個別相談の枠で継続的に対応したりすることもある。その意味では、保健センターにおける三歳児健診の事後フォロー的な役割も、パパとママのこころ育て広場が担っている部分があり、実際に筆者が担当している山科保健センターでの三歳児健診で情報提供を受けて参加に至るケースも増えている。

パパとママのこころ育て広場において、プログラム構成上の工夫として挙げられるのは、親子一緒に遊びを、親子別々のセッションの前後に配置していることである。保護者のグループセッションの前に親子での活動を入れるのは、2011年に大阪市立男女共同参画センターの要請で、初めて父親のグループワークを実施するときに筆者が試み始めたスタイルで、いきなり父親同士が集団で話をするということのハードルを下げ、スムーズに

語り合いの時間に移行し、また語りの内容も深まりやすくするための工夫である。特に父親(男性)同士話してもらおうとする場合、仕事上のつながり等のない人と話をすることに苦手意識を持ち、構えてしまう人が多い。男性が無意識的に陥りがちな「理屈モード」「レポート・トークモード」を緩めて「感情モード」「ラポール・トークモード」に変換する仕掛けとして、最初の子どもの触れ合い遊びやリズム遊びが機能していると考えられる。このいわばウォーミングアップを経ることにより、語りやすくなるという点は、これまでの取り組みの中で、参加者から寄せられた感想からも裏付けられている。さらに、保護者グループ終了後の、親子が再集合して行うセッションは、パパとママのこころ育て広場から導入したものであるが、こちらにも意味があると感じている。一旦我が子から離れ、少し自分の子育てを俯瞰してみることができるのが、保護者グループの時間であるとすれば、元の親子に戻って、日常へ帰っていくためには、何かワンクッション、親子再統合セッションのようなものがあるとスムーズであろう。先述の通り、ここには毎回同じ「定番メニュー」を入れているのも、それを定点として、あるいはある種決まった「儀式」として体験し、安心して日常へ戻ることができるようにという工夫である。

筆者が中心テーマに掲げる「男性を対象とする臨床心理学的子育て支援プログラム」という意味においては、父親の参加者そのものがまだあまり多くないことから、今後の課題とせざるを得ないが、2015年12月にパパとママのこころ育て広場において初めて、父親と母親と別室でワークを実施したときの手ごたえは感じている。それまで母親と一緒に(自分の配偶者である場合もある)場では語れないことが語れてよかった、というのが参加者の共通した感想であった。大阪のeトコ、おおやけイクメンパパの会でも、少しずつ実績を積みながら、継続して考えていきたい。また、草津市の質問紙調査でも、現在入力途中ではあるものの、父親からの回収率も低くないことが推測され、そのデータも父親に対する育児支援の在り方を考える上で、貴重な資料となると考えている。

## 文 献

- 甲南大学人間科学研究所(2011). 第2回子育て環境と子どもに対する意識調査—父親版—報告書.
- 濱田智崇(2005). 相談の現場から見たジェンダーの「今」. 甲南大学人間科学研究所紀要「心の危機と臨床の知」. 6.
- 内閣府大臣官房政府広報室(2012). 男女共同参画社会に関する世論調査.
- 『男』悩みのホットライン編(2006). 男の電話相談—男が語る・男が聴く. かもがわ出版.
- 新道賢一・濱田智崇・川口彰範(2013). 父親の子育て意識の可能性を探る「[第二回]就学前の子どもを持つ父親へのインタビュー調査」から. 甲南大学人間科学研究所紀要「心の危機と臨床の知」. 14.