

育児に悩む保護者に

保育者ができること



渡邊 ユカリ

小さい子どもをもつ保護者の育児不安や虐待の事件は、毎日子どもと保護者に接する保育者にとっては他人ごとではありません。かわいいわが子を育てるのに、なぜ不安になったり、虐待するのだろうか…、と疑問に思う人も多いことでしょう。保護者が「子育てがうまくいかない」と感じるのは、なぜなのでしょうか？保育者にはいったい何ができるのでしょうか？

東京都公立幼稚園教諭として八年間勤務し、私自身が幼児をもつ母親であり、育児に不安をもつ保護者の気持ちをより深く理解したいと考えました。そこで、「育児中の保護者がどんなことに不安を抱くのか。その実体を子育て支援センターにどのように反映させていくか」を目的としてアンケート調査をしました。（データはすべて私と秋草学園短期大学の中村陽一先

生が、都内の幼稚園の保護者一六三名から回答を得たアンケート調査の結果です。アンケート実施は一九九九年。二〇〇〇年度日本保育学会にて一部発表) このアンケートの結果を見ながら、育児中の保護者の悩みや保護者へのサポートについて、私の経験から述べたいと思います。

育児がうまくいかないことよりも、

「わたしのだけが悩んでいる」

と思うことが保護者の悩み

約七割の保護者が、

子育てに何らかの不安をもっていた

まず、図2の結果を見えますと、「子育てにたいへん苦勞している」「わりと苦勞している」と感じている保護者は二割、感じていない人は約三割でした。

ただ、「子育てをする上で、不安になることはありますか」という問いには、七割近い人たちが「はい(ある)」と答えています。地域性や質問のしかたに

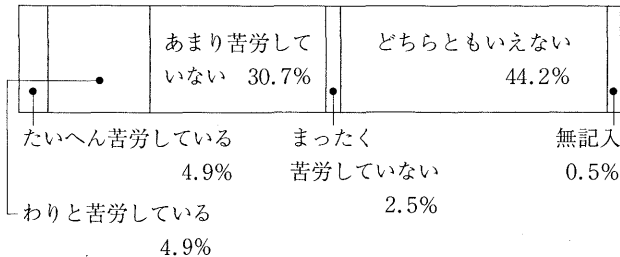
図1

Q 子育てをする上で、不安になることはありますか？

| | |
|-------------|--------------|
| はい 68.7% | いいえ 31.3% |
|-------------|--------------|

図2

Q 子育てに苦勞していますか？



よっても大きく左右されますが、半数以上の保護者の方が、多かれ少なかれ子育てに対する不安を抱いているといえます。

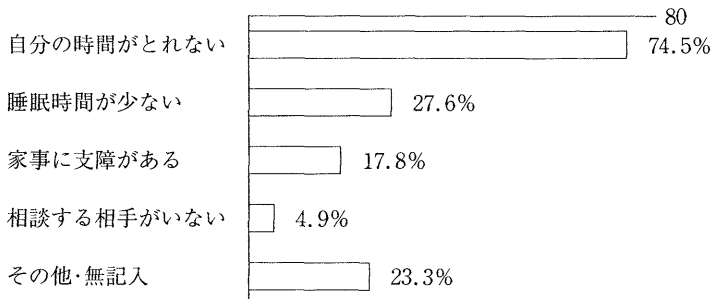
保護者の悩みの内容もさまざまですが、小さい子どもに対する悩みが、発達や健康など子ども自身にかかわるものが多かったのに対して、三歳以上になると友達との関係など、子どもを取り巻く環境や人間関係に対する不安が多くなる傾向がありました。

たいたいたり、強くしかかったりと、しつけのエスカレートに対する悩みも一部にみられます。数はあまり多くはありませんが、こういうケースは、保護者本人へのサポートをしていかないと、大きな虐待につながる場合があるかもしれません。

一人で思いつめていく保護者たち

保護者の方たちの不安の内容をみると、特殊なものではなく、みんなが同じようなことで悩んでいるように感じます。

Q 子育てをしていてつらいと思うのはどんなときですか？（複数回答）



「睡眠時間が少ない」という回答は、3歳未満の子どもがいる保護者に多くみられます。また、「自分の時間がとれない」という悩みは3歳以上の子どもがいる保護者の回答にも多くみられ、育児に時間をとられてしまうことを、不安や苦痛に感じる人が多いことがわかります。

Q 子育てで不安になることはどんなことですか？（自由記述より）

- 食事に時間がかかる
- 子どもが2人とも寝付きが悪く、眠らせるのがたいへん。
- しかるときにすぐに手をあげてしまい、子どもに精神的苦痛を与えているのでは不安
- 友達とのコミュニケーション（友達づくり）がなかなかできない。特定の友達としかおしゃべりできない。
- 今の自分の子育てがよいのか悪いのかは、何十年後かにかに結果がでるので不安。
- 自分の都合で思いどおりにことがすすまないと、つい子どもを強くしかってしまうことがある。

実際、私が現場（幼稚園）で接していた保護者の方からも、お友達と仲良く遊べないとか、一人遊びばかりしている。ボタンが掛けられない、ハサミが使えないといった心配ごとが、毎年のように出てきました。

たくさんの子どもを見てきた保育者からすれば、四歳でも、お友達と遊べない子、ボタンが掛けられない子などは特殊な存在ではありません。

ところが保護者は、育児書に「三歳をすぎるとお友達と遊べるようになってくる」などと書いてあると、「なぜうちの子はできないんだろう」「お友達みんなができているのにどうしてうちの子だけできないんだろう」と考えてしまいます。

保護者の悩みの問題は、子どもができないことではなく、「自分ばかりが」「自分の子だけが」というところにあると思います。

育児書の情報はたくさんもっていても、生きた情報に接する機会が少ないと、まわりの数人のお友達と比べて、ちよつと違うことがあると、一人で悩んでしま

うのでしょうか。中には、一人で思いつめて、子どもを責めたりする方もあるかもしれません。

けれども私の経験からいうと、「自分だけ」と悩んでいる方には、「○○さんだけでなくて、ほかの方も同じように悩んでいらつしゃいますよ」と伝えるだけで、とても安心なさるようです。

早い段階で、ほんの少し視野を広げてあげること、そこまで深刻にならないですむケースが多いのではないかと思います。その役割を、保護者と身近に接する保育者ができればよいのではないのでしょうか。

保護者の気持ちは否定しない

—みんな悩みながら子どもを育てている、

ということを伝えたい

まずは、保護者のいいたいことを

受け入れるところから始める

現場（幼稚園）で保育者として私自身が心掛けていたのは、カウンセリングマインドでした。保護者の気

Q 子育ての不安や悩みを解決するために、どのような施設やシステムがあるといいと思いますか？（複数回答）

- | | |
|---------------|-------|
| ●子育てセンター | 38.0% |
| ●幼稚園で相談できるとよい | 23.9% |
| ●児童館 | 16.6% |
| ●児童相談所 | 11.7% |
| ●保育所 | 6.7% |
| ●保育所で相談できるとよい | 6.7% |
| ●その他・無記入 | 34.3% |

※回答者が、幼稚園の保護者だけに、子育てセンターだけでなく、園に対しても育児の悩みなどを相談したいという期待感が表れています。

持ちを受け入れて、共感することを第一に考えました。

具体的にいうと、保育者の側から「こうしてください」「ああしてください」と、一方的に指示はしません。とにかく保護者の気持ちを十分に聞いて、受け入れられるようにしました。悩みや問題が大きいほど、保護者は言いたいことが積もっているものです。また、悩みを相談できる人がいないということが、さらに悩みを深くしているといえるでしょう。

気がつくと一時間以上保護者の話を聞いていたということがあります。その内容は子育てをしていくうえでの悩みや、園生活への不安などさまざまですが、とにかくじつくりと聞きました。

保護者の、いわゆるストレスになっていることをよく聞き、十分に受け入れることで、保護者に安心感をもってもらえることができると思います。お互いに安心感をもつことが、本音で話し合えるのでできるコミュニケーションと信頼関係を築く基本であると実感しています。

ます。

保護者に伝えたいことは、直球ではなく、カーブでときには保護者に対して、保育中に気になった子どもの様子や対応のしかたなど、言いにくいことでもお伝えしなければならぬこともあります。

保護者との信頼関係がどのくらいできているかによって、表現のしかたも違ってきますが、「子育てを園と家庭と同じ方針でやっていきましょう」ということを確かめていくことが大切です。そのためにも、子どもの気になる姿を、適切に率直に保護者に伝えたいと考えていました。

けれども、子育てに悩んでいる保護者の場合、その伝え方によっては、さらに悩みを深めてしまうこともあります。ですから、保護者への伝え方をボールの投げ方に例えるならば、私は「ストレートに言わずに、はじめは緩やかなカーブを投げるように」をモットーにしました。

保護者の話を聞きながら、伝えておきたいことを、思いやりをもってやさしく伝えるようにします。いつまでもカーブのままでは伝わらないこともありますので、信頼関係ができたところでストレートな伝え方をしました。その辺りの見極め方は微妙ですが…。

保育者が子どもをみていてくれる

と思うことが、保護者の安心に

育児に自信のない保護者は、子どもが園でちゃんとやっているのかどうか心配していることも多いので、園での子どもの姿を具体的に伝えるようにしました。

伝える内容は、ほんのささいなことでもいいのです。例えば「今日はカタツムリを十匹も見つけたんですよ」とか、「色水が上手にできました」など、細かいことをていねいに拾って、お帰りのときに一人に一つずつ、その日にあったことを伝えるようにしました。

とはいえ、入園当初などは、一人一人の子どもの様

子をみていくこともたいへんです。私も、名前と顔が一致しないうちは、メモをとっていたこともあります。一日に全員が

無理なら、はじめは一日に何人と決めて、一週間で全員の子をみられるようにしてもよいでしょう。

保育者自身が、その子をとってもかわいいと思ってる、その成長を喜んでいいるということは、保護者にとっても喜びです。

また、園全体でその子を育てているんだということが、保護者に伝わるようにすることも大切です。「園長、主任、担任、職員、みんなみていますよ」という心のつながりが、一人で悩んでいる保護者にとっても、気持ちの支えになっていくと思います。

深刻なケースは、一人で抱え込まず、みんなの問題に

保護者の育児の悩みに接するのは、若い保育者に



とって不安が多いものです。

私自身、いろいろとわからないことが山積していたと、今あらためて思います。けれども、若くても、経験が浅くとも、保育のプロとして自信をもって保護者に接してほしいと考えています。

若い保育者でも、「園と家庭と、一緒に子どもを育てていきましょう」という気持ちを伝えることが、保護者に安心してもらう一つのきっかけにもなるものです。

しかしながら、育児不安の問題は、とても深刻なケースも多いので、保育者もすべてを一人で抱え込まないように気をつけてほしいと思います。

経験が少なければ、それだけにパニックになることも多いわけですから、そうなる前に、いろいろな人に相談することです。自分にはみえていなくても、実は別の保育者がみていてくれることもあります。

子どもがいる先輩や同僚の保育者に、保育者としてではなく、保護者としての本音の部分聞いてみて

いいのかもしれませんが。私自身、保育者でありながら、自分の子どもの入園のときには緊張したものです。そんな話を聞くことができれば、保護者の不安や悩みも、ずっと自分の気持ちの中に入ってくるのではないのでしょうか。

育児に悩む保護者にとって、特に相談できる相手が生身に得られないことによる育児不安の増大は、解決すべき重要課題です。しかし、実は、一番身近にいるのが保育者なのであり、相談できる関係（信頼関係）を築いていくことが解決への近道であるということが認識すること“が、育児に悩む保護者に保育者ができることの原点ではないでしょうか。

（秋草学園短期大学）