

「ことばの介入方法」を用いた子育て支援の効果の検討

A study of the effects of the intervention of the meaningful word for supporting raise child

浦山晶美^{1), 2)}、田中和子¹⁾、三谷明美¹⁾

Akimi Urayama, Kazuko Tanaka, Akemi Mitani

要旨

目的:子育て支援として母親に「ことばの介入方法」を用いた子育てワークショップ（以後WSと略す）を実施し、その効果を検討する。

方法:子育て中の母親を対象に美德実践プロジェクトの方略のアプローチを応用し「ことばの介入方法」を用いた4回シリーズのWSを実施し、毎回参加後に自記式質問紙調査にて思いや体験などを記述してもらった。データは質的記述的に分析し効果を検討した。

結果:母親のWS参加後の体験や思いとして【有意義な時間の享受】【安心感から自信がもてた】【人との交流の喜び】【ことばの力の発見】【新しい子どもとの接し方の学び】【次回への期待】が示された。

結論:「ことばの介入方法」を用いたWSは【新しい子どもとの接し方の学び】の効果あり、ことばの効力を意識する子育て支援として有効であると考えられる。

Abstract

Objective: Conduct a workshop using the intervention of employing special meaningful words by mothers to support the raising up of their children and examine their effect.

Methods: Used the established strategies of the virtues project approach during a series of four workshops. The participants wrote their thoughts/impressions using a self-administered questionnaire after each workshop. Their writings were analyzed using a descriptive qualitative analysis tool.

Results: 6 categories were extracted from the data. These are [shared precious meaningful time] [gained confident through feeling safe] [experienced pleasure from interacting with people] [discovered power of the meaningful words] [experienced a new method of interacting with their children] [anticipation of the next steps].

Conclusion: The effect of using the special meaningful words [experiencing a new method of interacting with children] helped mothers appreciate the power of meaningful words in supporting their interactions with their children.

キーワード：子育て支援、ことばの効力、美德、母親

keywords：Supporting raising up children, Effectiveness of words, Virtues, Mother

1) Division of Midwifery, Yamaguchi Prefectural University

2) Graduate School of Health and Welfare, Yamaguchi Prefectural University

I. 緒言

多様な子育て支援が試みられているが育児困難や虐待件数は増加し続けている。児童相談所によせられる虐待の内容別で見ると、平成29年度の報告では心理的なものが全体の54%、次いで身体的なものが25%、ネグレクトは20%、性的なものは1%で心理的な虐待が増加してきている¹⁾。心理的虐待には、無視、ことばの暴力、感情的な八つ当たり、脅すような行為などである。このような心理的虐待では、乳幼児期に訴える術がないことから統計で出された数値よりも現実はもっと多いことが予測される。

近年の研究から暴言などの心理的虐待は聴覚野容積を拡大させ、子どものころ長期にわたりことばの暴力や体罰を受けた人は、受けていない人より脳の前頭葉の一部が最大で約19%縮んでいることがわかってきている²⁾。その結果、多様な障害があらわれるがその一つとして認知機能を低下させ、ものごとを適切に認知できないことがある³⁾。そして、被虐待者は将来的にはうつ病やPTSDを引き起こす危険性が非常に高く、疫学調査から精神疾患は児童虐待に原因があることもわかっている⁴⁾。このように、子どもへのことばによる暴力などの虐待は子どもの発達に多大な悪影響をおよぼすことが研究で明らかになってきている。また、虐待の定義は難しく、普段の育児の中でも母親たちはストレスのある状況下では、無意識に子どもに八つ当たりをして暴言を吐くこともある⁵⁾。しかし、どんな状況下であっても子どもに暴言を吐くことは子どものこころを傷つけていることが考えられる。よって、母親にことばがもつ影響力や効力についての知識を伝え、かつ、子どもとの接し方でことばの使い方を意識するような支援は重要であると考えられる。そこで、本研究は母親を対象に『ことばの介入方法』のWSを実施し、その効果を検討することを目的とした。

本研究では、『ことばの介入方法』は国連の「国際家族年」で最優秀賞を受賞した Virtues Project (美德実践プロジェクト：以後VPと表現する)を応用した。VPは国際児童年における課題として、子どもの人格形成における家族そのものが危機的状態を深めている現状から発展してきたもので、1995年に「国際家族年」の会議で最優秀モデル・プログラムとして選出されたものである⁶⁾。VPは、円滑な人間関係構築を目標に、日常の生活の中で美德のこと

ばを使い、またそれを実践し自己と他者を尊重し合う態度を学ぶプロジェクトである。VPは1991年に Linda Kavelin-Popov (臨床心理士) Dr.Dan Popov (小児精神心理学者)らによって開発された⁷⁾。VPは、文化や価値観を超えた人間の本質的な美德の実践はお互いが尊重しあう人間関係を構築し、かつ、自己の自尊感情の向上につながるという基本概念がある。人間が本来潜在的に持っている美德、または、ポジティブな人間の資質や人格を表す代表的なことばとして図1で示した。これらは、一般的な家庭、子どもの人格の発達、自尊心の形成の助けとなる。

II. 研究方法

1. 実施方法

A 保健センターの協力を得て、健診や相談に来所された育児中の母親に手渡しのチラシを配布し対象者を募った。参加定員人数は効果的なWSができることを考慮し12人とし、参加者決定方法は先着順とした。

< WSの実施内容 >

VPには5つの方略があり⁸⁾、以下に方略の名前と簡単な説明を記述する。方略1は、日常生活で美德に基づいたことばを使うことを意識する。これは、日常生活の人間関係の中で相手の美德に気づき、認め、また、自分も相手から認めてもらう体験を積み、美德のことばを工夫して使い認知の概念枠組をポジティブに変えていく方法である。方略2は、教えるのに最適な瞬間に気づくことである。生きていく中での試練は、成長するチャンスとしてとらえる視点を培うことを、参加者で話し合いをして例を挙げながら深めていく。方略3は、明確な境界線を引くことで、育児や生活の中で美德の内容を使って基本的なルールを設定する。例えば、人間関係の中で、ここまではいいが、これ以上はできないということを「尊敬・思いやり・礼儀」などで境界線を引き、それを逸脱した時には断る勇気と行動をとることを学ぶ。方略4は、精神的な同伴の仕方を学ぶである。相手の心に深く寄り添うような在り方・聞き方を学ぶもので、受容、傾聴、共感の仕方を伝えるものである。方略5は、スピリットを重んじることである。人間は物質的なものがなければ生命存続は難しいが、しかし、スピリットをもっている存在であることを思い出してもらう。

愛	信頼性	誠実	名誉	共感	親切	忠誠心	ゆるし
いたわり	自制心	辛抱強さ	優しさ	協力	信頼	慎み	喜び
思いやり	やすらぎ	整理整頓	自信	勤勉	識別	手伝い	理解
感謝	柔軟性	責任	正直	決意	正義	忍耐	真摯
寛大	目的意識	節度	勇気	謙虚	清潔	奉仕	和
寛容	自己主張	創造性	友好	優秀	情熱	無執着	礼儀
気転	理想主義	尊敬	コミットメント				

(注) 価値観は文化によって変わるがこれらの言葉は特定の宗教やイデオロギーに偏っておらず、人間の資質の要素である(Linda Kavelin Popovが提唱した52の美德)

図1. 美德のことば

これらの5つの方略は日常生活の中で、図1に示したポジティブな美德のことばを意識して使い、それを実践する意識を培うものである。これらの内容を4回シリーズでWSを行い、1回の所要時間を90分程度した。

2. データ収集方法

調査内容はWSの初回時に社会的属性（年齢、仕事、子どもの数など）を、毎回WS終了後に感想や思いや体験の内容を記述していただき回収ボックスに投函してもらった。データ分析は質的記述的分析方法を用いた。

3. WS実施場所

A市の公民館をWS実施場所とし、母親と同伴した子どものために同施設内の別室で託児ができる場所を確保し、専門の保育士に保育の依頼をした。

4. 研究(WS)実施期間

H28年9月1日からH28年9月30日まで

5. 倫理的配慮

WSの参加者には研究の主旨と匿名性の保持、自由意志での参加、途中辞退の権利、結果の広報について書面と口頭で説明し、協力の意思の確認を行い同意書にて同意を得た。本研究は山口県立大学生命倫委員会での審査の承認を得た(承認番号:28-27号)。

Ⅲ. 結果

1. 対象者の概要

対象者の平均年齢は36.4歳、平均結婚年数は8.6年、平均の子どもの数は1.9人、無職の者は10人、パート1人、休職中1人であった。

2. 参加後の感想分析結果

WS参加後の思いや体験の記述は質的記述的に分析した。参加者の思いや体験は81のコードからなり、その意味内容から18のサブカテゴリーが説明さ

れ、【有意義な時間の享受】【安心感から自信がもてた】【人との交流の喜び】【ことばの力を発見】【新しい子どもとの接し方の学び】【次回への期待】の6のカテゴリーが抽出された。以下、文章中ではカテゴリーを【 】, サブカテゴリーを〈 〉で表し、各内容の一覧を表1に示す。

1) 【有意義な時間の享受】

〈楽しかった〉〈積極的に参加できた〉〈充実した時間だった〉〈感謝の気持ち〉の4つのサブカテゴリーで構成された。具体的な感想の例として以下のような思いの記述があった。

「子供と少しはなれて、母親という立場から、一人の女性としていろんな話もできて、貴重な時間が過ごせました。こうして、いろんな話を聞いて、人と関わるのが人生を豊かにすると感じ、とても充実した時間だったです。自分が発することばは美德のことばを使い、まわりの人にプラスであるようにしたいと思うようになりました。時間があつという間ですよね。楽しいから…」、「毎回初めるときに、ここでの話は他言しないとみんなで決めて話し出すので、心のうちをopenに言えて積極的に参加できました。家や身近にいる人のことを言うのは勇気のいることだけど、話をもっと聞いたり聞いてもらったりしたいと思ったし、愚痴で終わらず前向きにエネルギーに変わる話あいだったので心がすっきりしたような感覚です。考える場をもらい、相手の話を聞く機会をもらったことで自分の抱えている問題の解決の糸口になったようなところもあり、おまけに託児があるのでありがたかったです。」

2) 【安心感から自信がもてた】

〈安心感が得られた〉〈自信が持てた〉の2つのサブカテゴリーで構成された。具体的な感想の例として以下のような思いの記述があった。

「自分が今悩んでいることを安心して話すことが

表1. 「ことばの介入方法」を用いた子育てワークショップの参加後の思い
参加後の感想－質的記述的分析から

カテゴリー	サブカテゴリー	代表的なコード
有意義な時間の享受	楽しかった	楽しかった。心がすっきりした。うれしかった。本当に良かった。脳のリフレッシュになった。時間があつという間に過ぎた。
	積極的に参加できた	気持ちが前向きになった。積極的に参加できた。愚痴に終わらず前向きなエネルギーに変わる話しあいだった。
	充実した時間だった	今まで受けた内容に比べ充実していた。受け身ではなかった。とても実のある時間だった。人と関わることが人生を豊かにする。
	感謝の気持ちになった	人と話して感謝の気持ちが出た。こんな機会を作ってもらえて嬉しかった。こんな環境を作ってもらえて感謝の気持ちになった。託児があつてありがたかった。
安心感から自信がもてた	安心感が得られた	人に受け入れられ安心した。人と話すことによって落ち着いた。美徳のことばは人に安心感を与える。安心して話せる時間がありがたかった。
	自信が持てた	人に美徳のことばで認められ自信を持った。自分のいいところに気がついた。ほめられてびっくりした。あらたな自分を発見した。勇気をもらった。美徳のことばは周りをプラスにする。
人との交流の喜び	いろいろな人との貴重な交流	悩みを話す機会ができた。人と話してパワーをもらった。人と交わることで成長することが実感できた。他の母親と話して価値観の違いを受け入れることができた。意見交換ができて良かった。
	人と話すことが出来て良かった	一生懸命話すことができた。人との交流がうれしかった。異なる意見の人と話して勉強になった。話しかけるのは苦手だが、話が聞けて良かった。
	仲間ができて嬉しかった	境遇は違うが皆悩んでいることが分かった。出会いがうれしかった。友達が出来た。
	他の母親に共感できた	同じ不安と希望を抱いている人たちと交流が出来た。話すことによって気持ちが軽くなった。同じ状況の人たちと話が出来て安心感が生まれた。他の人たちと話をして共感が持てた。共感を学んだ。
	もっと人と話す機会が欲しい	もっと話したかった。時間が足りなかった。もっといろいろな人と話したかった。
ことばの力を発見	美徳のことばの存在を知った	今まで美徳のことばを意識したことがなかった。美徳のことばを使うことの大切さを知った。今まで美徳のことは知らなかった。
	美徳のことばはここに響いた	ところが豊かになり内容が心に響いた。美徳など普段考えないことを改めて考えることができた。美徳のことばは大切だと感じ勉強になった。美徳のことばをもっと使いたいと思った。ことばはスピリットもっていることがわかった。
	美徳のことばの効力の実感	美徳のことばは状況を効果的にする。美徳のことばの力はすごい。ことばには絶対に力がある。
新しい子どもとの接し方の学び	自分を見つめなおす機会になった	自分のことばや行動を振り返った。自分に欠けているものがわかった。ゆっくり自分を考えることができた。カッとならずグッとおさえる努力をしたい。美徳のことばのボキャブラリーがほしい。ターニングポイントになった。自分の新しいところを発見した。今までの自分のことばは無意味で悪影響をもたらすと思った。社会でもっと美徳のことばを使ってほしい。
	子育てに大事なものを学んだ	今までとは違う子供の接し方だ。美徳は子育てに大切だと思った。子どもには絶対いいと思った。美徳のことばを寄せられるようにした。美徳のことばを絶対使おうと思った。ぜひ、子育てをしている人に美徳の話を伝えたい。
次回への期待	次回も参加したい	もっと参加したい。参加して良かった。
	継続してWSを続けてほしい	4回のWSでは短すぎる。もっとWSを続けてほしい。また是非企画してほしい。元気になる講座を続けてほしい。企画があれば絶対申し込む。WSに来ることを習慣にしたい。

注: 表の「ワークショップ」を「WS」と略す。

できてありがたかったです。何も知らないかわりがない人たちだから話せたこともあったし、少し心がスッキリして、本日学んだ“ことばの重さ”を感じたので日常で使おうと思うパワーがたまりました。私は地元出身でないことから、知り合いもなく、仕事もしていないので人と関わることもないし、認めてもらえるということが少なかったのも、少し自分を見直しました」。

3) 【人と人の交流の喜び】

〈いろいろな人との貴重な交流〉〈人と話すことができて良かった〉〈仲間ができて嬉しかった〉〈他の母親に共感できた〉〈もっと人と話す機会が欲しい〉の5つのサブカテゴリーで構成された。具体的な感想の例として以下のような思いの記述があった。

「最近、主婦になって人前で話すことが減ってきたので、WSでのお母さん方との話し合いは良い刺激になりました。いろいろ話していくうちにみんな同じように悩みを抱えているんだなと思うと仲間意識ができたような感じになりました。なによりも私たちに発言する機会があり、相手が話す内容（実際にある話）に共感できたことが貴重な体験でした。いろいろな発問や考える時間、感謝のことばをもらい…、あたたかい居場所をいただきました。このWSに参加できて良かったです」。

4) 【ことばの力を発見】

〈美徳のことばの存在を知った〉〈美徳のことばはここに響いた〉〈美徳のことばの効力の実感〉の3つのサブカテゴリーで構成された。具体的な感想の例として以下のような思いの記述があった。

「ことばの力ってすごいんだと思います。それが美徳のことばなら、なおさら伝わる時もポジティブで心に届くし、ことばにはスピリットがあるとわかりました。そして、人は人とポジティブに関わることで、どんどん成長していくんだと思います」。「美徳のことばというのが私にとって大発見でした。ポキャブラリーがとほしい自分にとって大きな力になると思いました。まずは、家族や友達に素敵なことばをたくさん使い自分の意識を変えていきたいです。こんなに効果的に伝わるのだったら、絶対、使おうと思いました」。

5) 【新しい子どもとの接し方の学び】

〈自分を見つめなおす機会になった〉〈子育てに大事なものを学んだ〉の2つのサブカテゴリーで構成された。具体的な感想の例として以下のような思いの記述があった。

「自分が怒った時、子どもにかけていることばの無意味さ、悪影響を思い知り、自分を見つめなおす機会をもらいました。改めるように努力したいです。美徳の意味は深く子育てに大事なことと感じターニングポイントになりました」、「日頃よりことば一つで状況が変わるという思いはあったのですが、どうしたらそのように良い方向に行くかと考えていました。問題（今のピンチ）を解決したい思いが強ければかりに“ねばならない”精神で夫と息子に関わり、家庭内を窮屈にしているな、ということを感じました。プラスの言葉かけ、プラスの発想が、今最も必要と思いました」。

6) 【次回への期待】

〈次回も参加したい〉〈継続してWSを続けてほしい〉2つのサブカテゴリーで構成された。具体的な感想の例として以下のような思いの記述があった。

「またこのような企画が発信されたら是非、申し込みます。託児があって、講座を受けられるというのは、精神的にとっても楽ですし、安心です。実家が少し遠いので、預け先に困らず、ありがたかったです」。

IV. 考察

育児困難や虐待は、養育者、子供、環境などなどの要因が複雑に組み合わされ発生するといわれているが、最近では子育てのモデルとなるような大人の存在がないことも原因として挙げられている⁹⁾。また、家族や地域での育児機能が低下し、育児ストレスや育児不安を抱え、子育ては孤独と感じる母親が増加してきている。このような社会的状況下では、誰でもが育児ストレスから感情的なことばを吐き不適切な養育態度に陥ってしまう危険性が高い¹⁰⁾。そして、ことばの暴力はこどもの心を傷つけ、継続的なものは脳の発達にも影響を与え、将来的にはうつ病や認知機能にも影響することがわかってきていることから、ことばの影響や効力に関する育児支援は重要なことである。

そこで本研究はVPのアプローチを用いて「ことばの介入方法」によるWSを4回シリーズで実施した。参加者には、毎回WS参加後に思いや体験の記述をしてもらい、それを質的記述的に分析した。VPは日本語では美徳実践プロジェクトと翻訳するが、主なるVPの目的は美徳のことばを日常の会話で活用し、その内容を行動にうつすことである。継続的に自分が使うことばを意識しながら少しずつ日常

生活の中で取り入れることにより、美德のことばの内容が育児で活かすことが期待できると考えられる。WSでは人との接し方のマナーとして、相手を尊重し、受容、傾聴を發揮していただき、WSで知り得た仲間の情報は他言しないこと（秘密を守ること）、そして自分のありのままに参加していただくことをルールとして、それを守っていただいた。そのことが、安心して自分のことを素直に話すことができ、かつ相手から美德のことばで認めてもらう体験は新鮮なものとして母親たちの心に響いたのではないかと推測する。

日ごろ母親たちは精一杯に子育てや家事のこと、そして社会で仕事をしているが、それが当たり前として受け止められ、うまく行かない時には非難を受けることさえもある。しかし、人は自分の努力について人格を称えるようなことば、もしくは、美德のことばで認められることにより、ストレスが軽減し、子どもへの接し方がポジティブになる可能性がある。そして、本来の自分の人格を認めてくれるような人との交流は自信と安心感を芽生えさせ、ことばの使い方によっては人に勇気を与える。その結果を表す本研究の介入効果として、以下のカテゴリーが抽出された。今までの子育ての中で、ストレスを感じるとき感情的なことばを使っていたが、WSに参加することで【美德の価値観の芽生え】と【ことばの力を発見】の気づきがあり、今までの自分の状況を改善する必要性を感じ取っていた。具体的なコードの中では、「ことばはスピリットもっていて、心に響く」「美德のことばは人に安心感を与え、こころが豊かになる」「美德のことばは周りをプラスにする」などから、ことばの効力の認識が高まったと考えられる。さらに、安心して自分のことが話せ、また、他者の話を傾聴することにより【有意義な時間の享受】【人との交流の喜び】を感じ、かつ、自分が認められる体験により【安心感から自信がもてた】という効果があった。そして、継続して学びたいという思いから【次回への期待】につながっていた。そして、これまでに自己の概念になかった考え方に会い、「美德のことばとの内容の実践は、今までとは違う子どもの接し方で、子育てに大切に、絶対いいと思った」など、新たな子どもとの接し方を体験していた。また、【人との交流の喜び】のカテゴリーから、WSは母親たちの仲間作りにも効果があったことが推測できる。現実には、本研究が終わった後も複数の参加者たちはお互いに連絡先を交換し合い

親睦を深め合っていることから、子育て中の母親たちの孤立の改善につながる可能性も含んでいる。

現在、多様な子育て支援が実施されているが、しかし、依然として育児困難、虐待、心の問題が増加しつづけている。そして、現代社会では子育てのモデルとなるような大人の存在が少ないことも育児困難の要因として挙げられるならば、子育ての中で、忍耐・寛容・優しさ・ゆるしなどを發揮する子どもとの接し方を提案する支援は意義があると考えられる。子育て支援の方法に人間が本来潜在的持っている人間の資質の美德に着目した介入方法は今までになく、本研究に参加した母親たちの感想から【新しい子どもとの接し方の学び】というコードの抽出からも、今後、新しい子育て支援としてポピュレーションアプローチ的に広めていく価値があると考えられる。

本研究において母親たちの交流に集中していただくために託児を設置した。その結果、「託児があったありがたい」「一生懸命話すことができた」「ゆっくりと他の人たちと話をして共感が持てた」というコードから、母親たちが育児から解放される空間と時間の確保がWSの相乗効果を上げていた。

V. 研究の限界と今後の課題

本研究のデータはある小さな地域に限定されていることから、今後広範囲にデータを収集し詳細な効果や改善点を検討する必要がある。

VI. 結論

「ことばの介入方法」を用いたWSは子育て中の母親にとって【新しい子どもとの接し方の学び】の効果あり、ことばの効力を意識する子育て支援として有効である。さらに、今後も機会があれば参加したいというコードから、本研究のWSは母親に受け入れられた内容で、継続可能なものであると考えられる。

謝辞

本研究の遂行に際して、「ホッとするサロン」に参加していただいたお母様方に厚くお礼を申し上げます。また、防府市の保健センターの子育て支援課からの協力が得ることができましたことに深く感謝申し上げます。本研究は山口県防府市からの助成を受けました。

引用文献

- 1) 厚生労働省 (2017) : 児童相談所での児童虐待相談対応件数, (2018.11.7 検索)
https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000173365_00001.html
- 2) 友田明美: 子育て困難を支援する“愛着障害の診断法と治療薬”の開発, 発達障害や愛着障害の脳科学的研究, 薬学雑誌, 136 (5), 711-714.
- 3) 友田明美: 子ども虐待とケア, 被虐待者の脳科学研究, 児童青年精神医学とその近接領域, 57 (5), 719-729.
- 4) Dube.S.R.Felitti.V.J.Dong.M.: Child food abuse, neglect, and household dysfunction and risk of illicit drug use: the adverse child food experiences study. Pediatrics, 111, 564-572,2003
- 5) 浦山 晶美, 金川 克子, 大木 秀一 (2009) : 母親の身近な人間関係におけるストレス感と不適切な養育行動の関連性について, 石川看護雑誌, 6,11-17.
- 6) Popov, L.K.: The Virtues Project Educator's Guide: Simple Ways to Create a Culture of Character,2nd ed., pp31-167,New York, Penguin Books,2000.
- 7) Popov, L. K., Popov, D., Kavelin, J.: The Family Virtues Guide-Simple Ways to Bring Out the Best in Our Children and Ourselves,1st ed.,pp 45-191,New York Penguin Books,.1997
- 8) リンダ・カヴェリン・ポポフ (2000/ 大内 博 (2005) : 52 の美德教育プログラム 1 版,9-212, 太陽出版, 東京.
- 9) 文部科学省 (2009) : 子どもの徳育の充実に向けた在り方について (報告書), (2018.10.3 検索)
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/053/gaiyou/attach/1286155.htm
- 10) 前掲 5)