

宮城県におけるACTすこやか子育て講座による保護者支援活動について

小 松 陽 子¹
川 村 玲 香²
柴 田 理 瑛³
平 野 幹 雄⁴
西 澤 奈穂子⁵
足 立 智 昭⁶

宮城県において、いじめや不登校、虐待やDVなど子どもに関する教育的諸問題が多く報告されている。子どもを取り巻く環境が諸問題を引き起こしていると考えられるが、特に身近な保護者の養育態度が、大きな影響を与えていることは容易に推測される。宮城県では、その背景に震災の影響も否定できない現状がある。現在も震災に関する心理的支援が必要であり、保護者支援が重要であると考えられる。その保護者支援の方法として、ACTすこやか子育て講座を取りあげる。本稿では、ACTすこやか子育て講座について、講座終了後および講座修了者を対象に行ったフォローアップミーティングに関するアンケート結果について報告した。その結果より、講座によって子育てに関する知識や理解は得られるが、それを日常の子育てにおいて実践していくことは容易ではないことが明らかとなった。よりよい子育ての実践につなげるため、定期的な支援の必要性が求められる。

Keywords : ACTすこやか子育て講座、震災、保護者支援、感情

1. はじめに

東日本大震災から約8年が経過する中で、家庭機能の低下が依然深刻な問題となっている。基本的な生活習慣を教えていない、必要な生活体験をさせていない、発達に応じた関わりができていない、など保護者の放任や過保護・過干渉などがみられる。教育的諸問題が起こった際、すべてが家庭機能の低下が原因とはいえないが、家庭機能の弱さが子どもの発達に影響を及ぼし教育的諸問題を引き起こしている状況もある。宮城県（仙台市は除く）は、平成29年度における児童生徒の長期欠席の状況等を調査・分析し、その結果を報告して

いる（宮城県, 2018）。その報告書では、小学校における不登校のきっかけは、「不安等の情緒的混乱」や「親子関係をめぐる問題」「無気力」が多いことが明らかとなった。また、不登校が継続される要因としては「保護者意識・家庭の教育」や「家庭の状況」が多く、家庭に係る要因が多いと報告されている。この調査結果は、平成25年度の調査開始以降同様の傾向にあることが指摘されており、かつ不登校の改善に有効だった働きかけとして、「家庭との連携作り（訪問・電話・手紙等）」が上位として挙げられている。このことから、過去数年の不登校問題の背景に、保護者の状況を含む家庭環境の不具合があることが推測される。特に、その調査の中で、不登校のきっかけと震災の影響に関して、未だに「ある」という回答がみられた。これらのことから、不登校などの教育問題は学校だけの問題だけでなく、家庭環境も含めて対応していくことが必要であるといえよう。震災の影響も未だに残っている現状を踏まえ、宮城

-
1. 宮城学院女子大学非常勤講師
 2. 宮城県教育庁義務教育課
 3. 東北福祉大学（本学非常勤講師）
 4. 東北学院大学（本学非常勤講師）
 5. アライアント国際大学
カリフォルニア臨床心理大学院
 6. 宮城学院女子大学

県における家庭および保護者支援は今後の教育的諸問題に対応するうえで必要不可欠な手段と考えられる。

本稿では、小松ら(2018)において保護者支援としてとりあげたACTすこやか子育て講座に関して、2018年度に行った講座について振り返ることで、ACTすこやか子育て講座の保護者支援としての有効性と今後のあり方について検討することを目的とする。

2. ACTすこやか子育て講座の実際

ACTすこやか子育て講座とは、(以下、ACT講座)とは、アメリカ心理学会が作成した虐待防止・育児支援プログラムAdults and children together against violence: Raising safe kidsを、アライアント大学カリフォルニア臨床心理大学院の西澤奈穂子・直井知恵が日本語に翻訳し、ACT日本語版作成プロジェクトチームとともに日本の文化等を考慮し改変して作成したものである(ACT事務局, 2018)。本稿では、2018年5月から同年7月まで(以下、春の部)と2018年11月から同年12月まで(以下、冬の部)に開催したACT講座について、それぞれの講座終了後に行ったアンケート結果をまとめ、報告する。

まず、春の部は、ほぼ一週間に1回の開催で全8回の講座を開催した。前回の講座に参加した2回目参加の方1名を含み、受講者数は8名であった。開催場所は仙台市内中心部にある公共交通機関利用の便が良い場所であった。冬の部は、同じくほぼ一週間に1回の割合で全8回の講座を開催した。受講者数は、リピーターとして3回目参加の方1名を含む9名であった。開催場所は、春の部とは異なり、仙台市内中心部より車で約20分の郊外の会場での開催となった。

また、今年度より不定期ではあるがACT講座受講修了者向けにフォローアップミーティングを開催することにした。ACT講座終了後も保護者にとって子育ては続く。その子どもの成長に伴い悩みの質も変化すること、保護者の取り巻く環境の変化の可能性など、保護者支援としての講座は

ありつづけることが望ましい。そうした考えから、フォローアップミーティングを開催することとなった。フォローアップミーティングに関しては、2017年5月から同年6月までに開催したACT講座修了者と2017年11月から同年12月までに開催したACT講座修了者を対象に、2018年2月に1回(2時間)開催した。

ACT講座について振り返るために、各講座終了後に行ったアンケート結果についてまとめ、報告する。ACT講座終了後のアンケートは有効回答数15(15名分)、フォローアップミーティングに関しては有効回答数5(5名分)である。

(1) ACT講座実施後アンケートより

ここでは、①ACT講座に参加したことに関する回答(11問)、②ACT講座で取り組んだ心に残ったワークや資料などについての回答結果について報告する。

①ACT講座に参加したことに関して

表1に結果を記す。15名中11名(73.3%)の受講者が「とてもあてはまる」と回答している項目は、「A-Q1よりよい子育てをするための新しい知識や方法が得られた。」「A-Q3自分の反応や感情についての理解が深まった。」「A-Q9この講座に満足している。」「A-Q10この講座は楽しみながら参加できた。」「A-Q11講座での安全が守られており、安心して参加できた。」の5つであった。7割の受講者が、これらの項目に対して「とてもあてはまる」と回答していることがわかる。そのなかの、A-Q11をのぞいた項目に対しては、9割以上の受講者が「あてはまる」あるいは「とてもあてはまる」と回答しており、それらの項目の内容はACT講座の有効性を示していると考えられる。一方、A-Q9とA-Q11に関しては、それぞれ1名が「あてはまらない」と回答している。1名ではあるが、A-Q9から講座に満足していない受講者がいること、A-Q11からACT講座に安心して参加できなかった受講者がいることが示された。

次に、約8割以上の受講者が「あてはまる」あ

表1 ACT講座に参加したことに関する質問項目への回答分布

質問項目	全く あてはまらない	あてはまらない	どちらとも いえない	あてはまる	とても あてはまる
A-Q1 よりよい子育てをするための 新しい知識や方法が得られた。	0	0	0	4	11
A-Q2 子どもの行動や感情についての 理解が深まった。	0.0%	0.0%	0.0%	26.7%	73.3%
A-Q3 自分の反応や感情についての 理解が深まった。	0	0	1	3	11
A-Q4 子どもへの苛立ちや怒りの感情がわいた時、 より適切に行動できるようになった。	0.0%	6.7%	13.3%	66.7%	13.3%
A-Q5 自分自身への、ねぎらいやいたわり の気持ちが、持てるようになった。	0	1	6	2	6
A-Q6 子育てに関する不安やストレスが 軽くなった。	0.0%	0.0%	6.7%	60.0%	33.3%
A-Q7 子どもの困ってしまう行動が 減った。	1	2	5	5	2
A-Q8 よりよい子育てできるよう になった。	0.0%	6.7%	0.0%	66.7%	26.7%
A-Q9 この講座に満足している。	0	1	0	3	11
A-Q10 この講座は楽しみながら 参加できた。	0.0%	0.0%	6.7%	20.0%	73.3%
A-Q11 講座での安全が守られており、 安心して参加できた。	0	1	1	2	11
	0.0%	6.7%	6.7%	13.3%	73.3%

上段：人数(名)

下段：割合(%)

るいは「とてもあてはまる」と答えている項目は、「A-Q2子どもの行動や感情についての理解が深まった。」「A-Q4子どもへの苛立ちや怒りの感情がわいた時、より適切に行動できるようになった。」「A-Q6子育てに関する不安やストレスが軽くなった。」「A-Q8よりよい子育てできるようになった。」であり、これらの項目内容もACT講座の有効性を示しているといえよう。しかしながら、A-Q4とA-Q8に関しては、それぞれ1名が「あてはまらない」と回答しており、子どもへの苛立ちや怒りの感情がわいた時に適切に行動できないという受講者が1名、よりよい子育てができるようになっていないという受講者が1名いた。

また、「どちらでもない」と回答する受講者が多かったのは、「A-Q5自分自身への、ねぎらいやいたわりの気持ちが、持てるようになった。」と「A-Q7子どもの困ってしまう行動が減った。」であった。A-Q5は15名中6名(40%)の受講者が「どちらでもない」と回答した。「とてもあてはまる」に回答した受講者は6名、「あてはまる」が2名、「あてはまらない」が1名であった。A-Q7は15名中5名(33.3%)が「どちらでもない」と回答し、

同じ人数の5名が「あてはまる」と回答した。「とてもあてはまる」が2名、「あてはまらない」が2名、「全くあてはまらない」が1名であった。A-Q7がもっとも回答にばらつきがあることが明らかとなった。

②ACT講座で取り組んだ心に残ったワークや資料などについて

次に、ACT講座で取り組んだ心に残ったワークや資料などについて20項目を挙げ、その中から心に残ったものを複数選択可で尋ねた。その結果について、回答数が多い順に並べたものを図1に示す。図1から、心に残っているものとして13名の受講者が「話し合い」を挙げており、最も多くの受講者の心に残っていることが明らかとなった。2番目に多いのは「紙人形のワーク」で、10名の受講者が挙げており、3番目に多いのは「ファシリテーターの姿勢」で9名の受講者が挙げており、4番目に多いのは、「対応のワーク」「風船のワーク」「お茶やお菓子」の3つであり、それぞれ8名の受講者が挙げており、次に多いのは「ロールプレイ」と「アート工作」の2つであり、

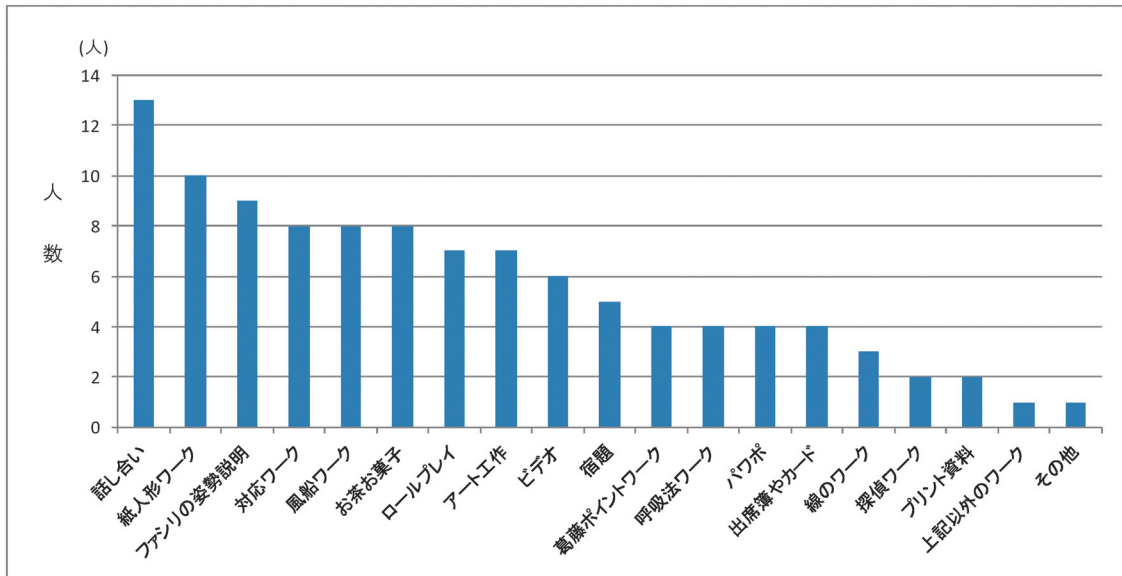


図1 ACT講座で取り組んだ心に残ったワークや資料などについて

表2 フォローアップミーティングに参加したことに関する質問項目への回答分布

質問項目	全くあてはまらない		あてはまらない		どちらともいえない		あてはまる		とてもあてはまる	
	0	0%	0	0%	0	0%	2	40%	3	60%
F-Q1 よりよい子育てをするための新しい知識や方法を得られた。	0	0%	0	0%	0	0%	2	40%	3	60%
F-Q2 子どもの行動や感情についての理解が深まった。	0	0%	0	0%	1	20%	2	40%	2	40%
F-Q3 自分の反応や感情についての理解が深まった。	0	0%	0	0%	0	0%	4	80%	1	20%
F-Q4 子どもへの苛立ちや怒りの感情がわいた時、より適切に行動できるようになった。	0	0%	0	0%	1	20%	4	80%	0	0%
Q5 自分自身への、ねぎらいやいたわりの気持ち、持てるようになった。	0	0%	0	0%	1	20%	2	40%	2	40%
F-Q6 子育てに関する不安やストレスが軽くなった。	0	0%	0	0%	1	20%	3	60%	1	20%
F-Q7 子どもの困ってしまう行動が減った。	0	0%	0	0%	5	100%	0	0%	0	0%
F-Q8 よりよい子育てができるようになった。	0	0%	0	0%	2	40%	3	60%	0	0%
F-Q9 このフォローアップミーティングに満足している。	0	0%	0	0%	0	0%	2	40%	3	60%
F-Q10 このフォローアップミーティングは楽しみながら参加できた。	0	0%	0	0%	0	0%	1	20%	4	80%
F-Q11 フォローアップミーティングでの安全が守られており、安心して参加できた。	0	0%	0	0%	0	0%	2	40%	3	60%
F-Q12 こうしたフォローアップミーティングはあった方がよいと思う。	0	0%	0	0%	0	0%	1	20%	4	80%

それぞれ7名の受講者が挙げている。

(2) フォローアップミーティング実施後アンケートより

フォローアップミーティングには、2017年5、6月に開催したACT講座修了者1名、2017年11、

12月に開催したACT講座修了者4名の計5名が参加した。そのアンケート結果を表2に示す。

まず、「F-Q10このフォローアップミーティングは楽しみながら参加できた。」「F-Q12こうしたフォローアップミーティングはあった方がよいと思う。」は、4名が「とてもあてはまる」、1名が「あ

てはまる」と回答していた。また、「F-Q9このフォローアップミーティングに満足している。」「F-Q11フォローアップミーティングでの安全が守られており、安心して参加できた。」に関しては、3名が「とてもあてはまる」、2名が「あてはまる」と回答していた。これらのことから、初の開催であったが今回のフォローアップミーティングの実施や内容に関しては、概ね評価されていることが示された。

次に、ACT講座を終了してからのことについて尋ねた質問に関して、「F-Q1よりよい子育てをするための新しい知識や方法を得られた。」は、3名が「とてもあてはまる」2名が「あてはまる」と回答していた。「F-Q3自分の反応や感情についての理解が深まった。」は、1名が「とてもあてはまる」、4名が「あてはまる」と回答している。このことから、ACT講座終了から約1年弱あるいは半年経っているが、現在もACT講座によって、よりよい子育てをするための新しい知識や方法を得られたと評価され、自分の反応や感情についての理解も深まったと評価されていることが示された。

「F-Q4子どもへの苛立ちや怒りの感情がわいた時、より適切に行動できるようになった。」は、4名が「あてはまる」、1名が「どちらともいえない」と回答している。「F-Q2子どもの行動や感情についての理解が深まった。」「F-Q5自分自身への、ねぎらいやいたわりの気持ちが、持てるようになった。」に関しては、2名が「とてもあてはまる」、2名が「あてはまる」、1名が「どちらともいえない」と回答している。「F-Q6子育てに関する不安やストレスが軽くなった。」に関しては、1名が「とてもあてはまる」、3名が「あてはまる」、1名が「どちらともいえない」と回答していた。子どもの行動や感情への理解やそれに応じた対応になると、対応できるようになった修了者も多くいるが、まだ子育ての不安を抱えている修了者もいることが示された。特に、「F-Q8よりよい子育てができるようになった。」に関しては、3名が「あてはまる」、2名が「どちらともいえない」と

と回答し、「F-Q7子どもの困ってしまう行動が減った。」に関しては、5名全員が「どちらともいえない」と回答していた。

3. 考察

ACT講座終了後のアンケートに関しては、表1の結果から、よりよい子育てをするための新しい知識や方法を得られた、子どもの行動や感情についての理解、自分の反応や感情についての理解が深まったと考えている受講者が多いことが明らかとなった。フォローアップミーティング実施後のアンケートにおいても、同様の回答傾向にあった。これは、子育てに関する知識や方法、自分自身の感情に関する理解などは説明を受けて習得することができるものであるためと考えられる。特に、よりよい子育てについて学びたいという意欲が高い、自身の子育てに関する「イライラ」という感情をどうにかしたい、と思い講座を受講する方が多かったため、こうした結果が出たと考えられる。また、「心に残ったワークや資料について」の質問において、「紙人形のワーク」「対応のワーク」「風船のワーク」を挙げる受講者が半数いた。これらのワークは、感情や心に受けた傷を視覚的に体験するワークであったり、怒りの感情に対応するためのステップを示したワークであったりする。こうしたワークを通し、体験を通して理解が深まったと考えられる。

しかしながら、知識や理解が増えても日常場面で行動にうつす過程に難しさがある。ACT講座終了後のアンケートに関しては、子どもへの苛立ちや怒りの感情がわいた時に、より適切に行動できるようになったかという質問に対し、数名だが「あてはまらない」「どちらともいえない」と回答している。フォローアップミーティング後のアンケートでも1名が「どちらともいえない」と回答している。アンケートでは自由回答形式で感想を求めたので、この質問に関連のある感想も含め考察する。自由回答では、『知識がつくことで、何かあった時の対処法が見つけられる事が、実践できない関係なく、安心して子育てできるよ

うになると思います』や『子どもへの「対応」についてひと呼吸おくことができるようになった(できないときは落ち込みますが続けていきます)』とある。このことから、実際に適切な行動はできなくても、子どもと自分の感情に向き合っており、対応しようとする姿勢ができたことが考えられる。

同様に、「A-Q7子どもの困ってしまう行動が減った」という質問に関しては、他の質問項目に比べ、「あてはまらない」「どちらともいえない」と答える受講者が半数以上いた。これは、小松ら(2018)において報告された2017年冬と2018年春のACT講座アンケート結果と同様の結果である。また、フォローアップミーティング後のアンケートでも5名全員が同じ質問項目であるF-Q7に対し「どちらともいえない」と回答している。このことから、子どもの困ってしまう行動は減らないことが予想される。ACT講座では、「幼い子どもはいたずらもするし、間違いもするということ」「子どもは学んでいる最中なので、行儀の悪いことをするのは当然だ」(ACT事務局, 2018)ということを前提としている。子どもは困ってしまう行動をしてしまうし、子どもも成長しできるが増えるからこそ保護者にとって困った行動が増える場合もある。保護者も子どもの変化に応じて対応をしていかなければならないと考えられる。

ここまでのアンケート結果をまとめ、ACT講座の保護者支援の有効性として3つ挙げる。

1つ目は、よりよい子育てをするための新しい知識や方法を体験的に伝えることで、保護者の「子育ての知識や方法の理解を促すことができる」ことを挙げる。ただ知るのではなく、体験を通して深い理解につながると考える。特に、自由回答において『自分で考えて学べたこと(押しつけがましくない)』とあり、講師ではなく受講者の意見を導くファシリテーターを置くACT講座の特徴が評価されたといえよう。

2つ目に、子育てで直面する新たな問題にも「対応しようとする姿勢が身に付く」ことを挙げる。

ACT講座を受講することで、保護者は自分自身の反応や感情について理解を深め客観的に自身を振り返ることができる。自由回答に『イライラしても、(中略)、自分を見つめなおしながら(子どもかわいい!)の気持ちであふれてやっていけそうです』とあるように、イライラしてもその自身の感情に向き合うことで、適切に対応しようとする動機づけを高められたと考える。既述したように、子どもの成長に伴い子育ての悩みは変化する。子どもの成長に合わせ、保護者も対応し続けられる支援が必要であると考えられる。

3つ目は、「話し合いの場の提供」である。心に残ったワークや資料についての質問において、最も多くの受講者の心に残っているのは「話し合い」であった。また、自由回答の感想においても、『いろいろな年代、状況の方々の意見が聞けてよかった。』とある。子育て中、他者に話したり、同じ立場の他者から話を聞いたりすることにより、心が軽くなることがある。特に、ACT講座では全8回において毎回テーマが設定されている。綿密に構成されたプログラムに基づき、話し合いをすることで自身の子育ての悩みを自然と話せたり、共有したりして、悩んでいるのは自分だけではないと安心し励まされることがある。子育ての悩みを解決するというよりも、話し合いをすることで、自分自身で問題に向き合える気力を蓄えることができると考える。

最後に、ACT講座の今後のあり方に関しては、3つの有効性を認識しながら定期的開催することを提案する。3つの有効性を活かすためにも、ファシリテーターの存在は重要であり、安心安全な時間と場の提供が必要になってくる。今回、1名ではあるが、A-Q9から講座に満足していない受講者がいること、A-Q11からACT講座に安心して参加できなかった受講者がいることが示された。満足しなかった理由に関しては、自由回答で子育ての知識や方法の習得できたが、実際の子育て生活につながられるイメージできなかった旨が書かれていた。これは、ファシリテーターが実際の日常につながられるように導けなかった可能性

がある。今以上に個人の状況に配慮しながらの支援が必要である。また、A-Q11からACT講座に安心して参加できなかった受講者がいる。自由回答からロールプレイが難しかった旨が書かれている。ロールプレイに関しては、7名の受講者が「心に残ったもの」として挙げている。自由回答では「ロールプレイも実生活の中で役に立ちました。」とあるように、知識や方法を行動につなげるための方法としても有効であり、それを認識している受講者もいる。しかし、苦手な人がいるのは当然のことである。ACT講座においては、ロールプレイを含め、アート工作を用いることもある。講座を進める上で重要な手法であるが、苦手意識をもつ受講者もいるということを再確認し適宜手法として用いていくことが重要である。

ACT講座の今後のあり方としては、手法として時に苦手意識をもつ人がいるということを念頭に、常に安心安全な場を時間の提供を意識したい。また、保護者支援をしていくために、定期的にフォローアップミーティングを開催することが重要であると考ええる。フォローアップミーティング後のアンケートから、ACT講座後、よりよい子育ての知識や方法は理解できたが子どもの困ってしまう行動には悩んでいる保護者は多い。子どもの年齢に応じて、悩みも変化していく。ACT講座では、そうしたことに対応する基本的な知識や方法、対応する姿勢を身に付けることができるものである。しかし、子育ての期間は濃密で長く、時に一人では対応できない時もある。そういった時に支援できるようACT講座の開催だけでなく、ACT講座受講修了者を対象とした定期的なフォローアップミーティングを開催していくことが望ましいと考える。

謝辞

福島県・宮城県におけるACTすこやか子育て講座の開催を含む日米親子支援ネットの活動は、JCCNC (Japanese Cultural and Community Center of Northern California) による震災支援を目的とした助成金を得ておこなわれました。心より感

謝申し上げます。

引用文献

- 1) ACT事務局 (2018) ACTすこやか子育て講座ファシリテーター養成講座資料.
- 2) 宮城県 (2018) 平成29年度における宮城県長期欠席状況調査 (公立小中学校) の結果について <http://www.pref.miyagi.jp/uploaded/attachment/717865>. pdf (参照2019年1月)
- 3) 小松陽子・川村玲香・柴田理瑛・西澤奈穂子・足立智昭 (2018) 「震災8年目を迎える宮城県におけるACT子育て講座による保護者支援活動について」宮城学院女子大学発達科学研究, 18, 44-51.