

育児の工夫、学び合おう

母親同士、癒やし癒やされ

赤ちゃんをあやした経験のないまま親になって、戸惑う人は少なくありません。親同士で情報交換しながら、育児の工夫を学び合う講座が始まっています。

「泣いても家事で手が放せないときは、声だけかけねー」
「あー、うちもやりま

大阪府枚方市の子ども家



子どものあやし方を伝え合う母親たち。ストレス軽減や孤立防止につながる＝大阪府枚方市

孤立防ぎ、ストレス減らす

庭支援センター。生後2カ月以上の乳児と母親13組が、3〜4人ずつの班に分かれ、赤ちゃんが泣いた時にどんな方法であやしているかを話し合った。

ある母親は「ほったをクシャクシャツとすると喜びます」と、目の前の赤ちゃんのほおを両手で包んだ。別の母親(38)は「ほかのお母さんの話を聞くと癒やされるんです。みんないいお母さんだあって」。

「BPプログラム」と呼ばれるこの講座は、子育て支援のNPO法人「こころの子育てインターねっと関西」(代表＝原田正文・大阪人間科学大学副学長)が2011年に始めた。週に1回2時間、計4回。初めて子どもを育てる0歳児の母親が対象で、仲間づくりによって孤立を防ぎ、育児

ストレスを減らすのが狙いだ。子育てのノウハウも身につけてもらう。進行役はいるが、教えることはせず、参加者同士がそれぞれの工夫を伝え合う。

講座を始めた背景には、赤ちゃんに接した経験の少ない母親たちが、孤立した状況で子どもを育てている現状がある。

原田代表らの研究グループが03年、兵庫県で0〜3歳の母子を対象に実施し、約8千組が回答した調査では、出産前に小さな子に食べさせたりおむつを替えた経験が「ない」と答えた母親が55%に上った。

1歳6カ月児(約2250人)の母親をみると、子どもとの関わりで迷うことが多かったり、心配事が解決されないまま放置されたりしている母親は、育児のイライラ感が強いこともわかった。「育児でイライラすることは多いですか」という質問に「はい」と答え

たのは約3割。このうち約7割が子どもを叱る際に、たたく、つねる、けるなどの体罰を加えていた。

原田代表は「子育て経験の不足している親は多いが、指導者が育児の方法を上から教えようとしてもなかなか受け入れられない。親同士で学び合える場をつくるのが、親の心身の健康につながり、子どもの心も安定させる」と話す。

講座はスタート以来、29都府県118市区町の452カ所で開催され、約4750人が参加した。主催は主に自治体だ。枚方市の子ども家庭支援センターも、市の事業としてBPを開く。山下裕美センター長は「参加者からは、小さな変化も見逃さないよう丁寧に赤ちゃんを見るようになったという声も上がっている」。進行役を務める認定ファシリテーターは現在221人。養成講座も開いている。問い合わせは事務局(0745・75・0298)へ。(杉原里美)