

27. 「0歳児」支援のロール・モデル策定

—母親のニーズから支援を構築する—

押栗泰代（特定非営利活動法人 マイママ・セラピー）

【 目 的 】

開業保健師の支援を利用する0歳児の母親から「私の不安」を取り上げ、不安の内容を分析し、出産後間もない時期の不安や悩みに対し母親が潜在的に持っている問題を解決する力を導き出し、複雑・多様化したニーズに対応する支援方法を検討することを目的とする。

【 方 法 】

- 1) 対象者
2004年10月～2008年3月の間に「0歳児親子教室」に参加した女性126名
- 2) 調査方法
毎回教室終了後、記名式構成的自由記述質問紙を配布。自由記述のアンケートから1回目の1項目である「私の不安」について記入された内容をデーター化し分析を行った。
- 3) データー分析方法
自由記述項目の「私の不安」について、1カードに1項目の単位で要約抽出したものから共通するカテゴリーを見出し、抽象度を挙げていった。
- 5) 倫理的配慮
参加者に研究主旨・方法・プライバシーの擁護方法を文書で説明、研究同意依頼書を送付し、全員から同意を得た。

【 結果及び考察 】

「0歳児」の母親が抱えている「私の不安」について記載された内容を1カードに1項目の単位にした結果255枚となった。これらのカードからは21の小カテゴリーが抽出され、そこからさらに7つの中カテゴリーに分類された結果、《母親としての未経験の不安》と《女性としての見通しが持てない不安》という2大カテゴリーが浮かび上がってきた。質問項目は「私の不安」として母親自身の不安について尋ねており、「子どもの不安」は別項目で質問をしているためここでは子どもに関する不安は少なく、抽出された項目は母親自身のことが大半を占めていた。

1) 《母親としての未経験の不安》

母親としての未経験の不安には、子どものことと自分の育児方法についてどうかしらと問うものが見られた。

- ① 子どものことについては〈栄養〉〈子どもの成長発達〉〈子どもの病気・事故〉の3つが抽出された。〈栄養〉では「母乳の与え方」「離乳について」「離乳食について」など

の不安があり、月齢により栄養摂取方法に関する内容が異なった。また、関連して子どもの発育状況、生活に合わせた知識や技術的な内容も見られた。授乳期から離乳期へと進むにつれて、与え方から食行動へ変化していた。〈子どもの成長発達〉では「普通に成長するかしら」「大きく育つかしら」という内容であった。〈子どもの病気・事故〉は「よく熱を出す」「急な病気の対応」「誤飲や事故」「子どもの犯罪が多い」という内容であった。

- ② 育児方法についての考え方やかかわり方に自信を持つことができず、私の育児はどうかしらと問いかけるような内容が見られた。また、育児はどうあるべきかを考え続け、その答えを求める姿に苦しんでいることがうかがえた。

2) 《女性としての見通しが持てない不安》

ここでは、出産を通して変化した自分自身についての見通しが持てない部分への不安がみられた。

① 就労に関する不安

就労に関するものとして「私はちゃんと働けるのかしら」という不安を抱えている。産後休暇、育児休暇の終了後、職場復帰への不安は母親や妻、あるいは嫁として家庭での役割と、職場で求められる職業人としての役割における両立の不安。乳幼児を抱える女性の就労先が限定され、自らの適性に合った再就職が可能かどうかという不安。子どもとの時間を大切にしたいが、自分の将来を考えた部分で専業主婦の選択をすることに対する迷いや社会資源の活用について自分に問う姿が見られた。

② 身体に関する不安

自分自身の身体に関する不安として、「私、元の身体に戻れるかしら」と産後に起こる生理不順や乳腺トラブルなどホルモンや体型の変化について出産前の状態に戻れるのかということや、元気なままで子育てができるのだろうかという体力の低下について自信が持てない不安を抱えていた。

③ 精神面に関する不安

精神面においては、突発的な行動に出る攻撃的な性格について不安を抱いており、それを改善したいと願うものや自分を見つめすぎる自分を「大丈夫かしら」と分析している姿が見られた。

④ 人間関係に関する不安

人間関係については友達ができるのか、上手に他人とかかわれるのかという内容と義両親への対応や祖父母の干渉への不満も含まれていた。

⑤ 生活に関する不安

子どもを産んだあとも自分らしく生きたいという思いとして、私の時間がないことや個人としての私を見てほしいという気持ちが表れていた。0歳の時期は手をかける時間と自分のために使う時間の配分が難しく、特に初めての育児では時間に追わ

れることも多く「ホッとする時間がない」のである。また、人とのかかわりの間で、個人としての私をみてほしいと切実な願いを持っており、「〇〇ちゃんのお母さんではなく、△△さんと呼んでほしい」という内容が見られた。

3) 「私の不安」が意味するものから教室プログラムの再構築

参加者である女性は出産をきっかけとして「母親」という新しい役割が加わったことで2つの要素を持つ不安を抱えていた。

1 つめの《母親としての未経験の不安》は子どもの栄養や成長発達、病気や事故など、育児を行うなかで経験する日常的な内容である。また自分なりの育児方法で日々子どもにかかわっているものの、自分の育児がこれで良いのかどうかについて自信が持てず、不安を感じていることが明らかになった。これは初産婦、経産婦ともに共通する内容だったが、自分自身が経験をしたり、近くに親や育児を経験した人が存在したりして気軽に相談することができれば解決できると思われる内容である。しかし地域特性からみると、参加者である人たちは結婚を機に転入してきた人が多く、身近に相談できる人や相談する場所がわからないことが日常的な不安を抱える背景として考えられる。

ここに参加する女性は転入後、相談するところ、不安を解決することができる場を求めて、自ら情報を探し、同じように子育てをしている女性と交流することやわが子と触れ合う時間を持つこと、また身近に相談できる専門家を持つことを目的として、この親子教室を選んでいるという点において育児に対して意識の高い前向きな集団であると考えられる。

実際の日常的な育児についてお互いに共有できる友人ができること、気軽に相談できる専門家がその場に存在するという自分にとって身近に会話ができる人がいることや会話ができる場を作るための選択肢のひとつとして、開業保健師が開催する親子教室は参加する女性の求める意識に合っているのかもしれないと考えられた。

2 つめの《女性としての見通しが持てない不安》では子育てに積極的に取り組み、子どもと日々向き合うなかで自分自身の将来に対してどのように向き合っていくのかを考えていることが明らかとなった。たとえば、仕事への復帰や人間関係などは参加者である女性が子どもを産んで間もない時期から「母親」としてだけではなく、女性としての生き方についてこれからの自分を前向きに展望するが故に起こりえる不安であると考えられる。

また、産後の身体の変化は見た目の内容と、身体の中で起こっている変化に対する両面から不安がみられたことから、産後は子どもとのかかわりが増える中で、「母親」としての役割がそのほとんどを占めることで女性としての生き方を不安定に感じていることがうかがえる。

こうしたことを踏まえ、①学習をすること ②経験をすること ③交流をすること ④情報の整理をすること ⑤友達を作ることの5つを柱に新たに6回シリーズの教室プログラム内容の見直しを行った。

4) 教室プログラム

教室では事前調査として「参加動機」を記述式で書いてもらい分析することから始める。1 回目にそれを公表し、全員で共有をしたうえで目標設定を行う。自己紹介・赤ちゃんの成長発達・小児の家庭看護・救急時の対応を学びながら、現在の自分の立ち位置を確認する作業を3回目に取り入れた。それぞれの価値観を表現しながら、学習したことを発表し、人の話を聴くことでお互いの想いを傾聴・共有できるよう配慮した。また、継続的な参加の中で、赤ちゃんたちが発達していく姿を目の当たりで見られ、さらにひとりひとりの成長に解説を付け加えていくことで不安が解決していくことも多い。教室の参加を通し自分の赤ちゃんの成長を見守りながら他の参加者の赤ちゃんの成長も一緒に見守ることができるようになるなど、次第にお互いを理解するようになり、グループを形成していくことができるようになっていく。初めは一人で参加してきた女性が自分の想いをまとめ話し、聴きあう機会を設けることで、新たな社会性を広げていく第一歩につながったのではないかと考えられる。

【マイママ・セラピーの5本の柱】	
学習をする・経験をする・交流をする・情報の整理をする・友達を作る	
会場：マイママ house 参加費：15,000 円 参加組数：7 組 時間：10 時～11 時 30 分	
1 回目 目的の共有	* 自己紹介 * 子どもの名前の由来 * 参加動機の傾聴・共感し・共有 * 交換名簿・自由交流
2 回目 リラックス	* 赤ちゃんの「病気の時の看護」と「事故予防」 * 歯科保健指導 * パパとの出会い * ママ交流
3 回目	* 「私の未来予想図」作成し、夢を実現する自分の目標をたてる
4 回目	調理実習とお食事会
5 回目	「私の未来予想図」発表
6 回目	半年後に同窓会
特 徴	① 参加前に全員「参加動機」を提出。分析した結果を1回目に報告。クラス目標の設定をして開始 ② 毎回終了後に、記述式アンケートの配布を行い、次回に回収 ③ コーチング・ファシリテーション・ティーチング・カウンセリングなど状況に合わせて活用 ④ 教室と相談を連動させながら継続性を持たせる ⑤ グループ交流をマイママ house にて開催

教室のプログラムには、さらにそれぞれ細かいメニューがある。母親対象にした内容の時は、スタッフが赤ちゃんを預かるなど母親同士が交流しやすい環境づくりを行う。

5) 今後の活動への示唆

10年間の活動から母親の「SOS」を早期に受け止め対応するために

- ① 母親に密着した形で継続的なかわりで支援をする
- ② 先が見えない自分の将来を見つめるチャンスを作り、潜在化している問題解決能力を復活させる
- ③ 教室プログラムを利用したグループ化で、問題解決を可能にするグループダイナミクスの活用
- ④ 育児に見通しを持つために、早期に看護学的に赤ちゃんの発達を学ぶ機会を作る
- ⑤ 経験や学習の機会を大切にする

など、専門的視点から環境を整備する必要があると思われる。

教室におけるメニューを再構築し提供した結果、メールにおける相談数が減少し、母親同士のグループ化が進んだ。また、そのグループ内で自分の不安を話したり、解決したりするなどの変化が見られた。こうしたことから、産後早期に自分の将来を見つめなおすことが可能となる環境の設定は不安を解決したいと考える女性の意識に合っているのではないかということに加え、こうした連続教室と相談の継続的な設定はわが子をより健やかに育てたいという意識に沿った社会資源のひとつとしてうまく機能するのではないかと思われる。

「母親」という新たな役割を含めた1人の女性として、自分らしいライフスタイルを構築していきたいという前向きな思いから生じる不安に対しては、女性の健康支援として、自分の立ち位置を考えながら参加者全員で学ぶことができるグループ支援の内容についても利用者の評価を得ながら実施を繰り返し替えていくことが必要であると考え。また、個別支援のあり方についても参加者が自分の力が発揮できるような支援が提供できるように検討しなければならない。

これらの結果から参加者である女性が教室を通じて、必要時にいつでも知識を得たり、学習の機会に恵まれたりすることがこれからも求められる。日々の育児について確認や相談ができる体制を整えながら育児上に起こる支援だけではなく、女性としてより成長したい、自分らしく生きたいと願う参加者に対して、女性のライフサイクルを踏まえた健康へのサポートをさらに確立していく仕組みを作る必要がある。

【 経費使途明細 】

参考図書（資料6冊）	21,000円
複写費（コピー代）	7,560円
アンケート入力協力者への謝礼 126人分	150,000円
消耗品費（トナー コピー用紙）	75,500円
通信運搬費（郵送 140×252通）	35,280円
データ保存用USBメモリースティック2本	14,000円
合 計	303,340円