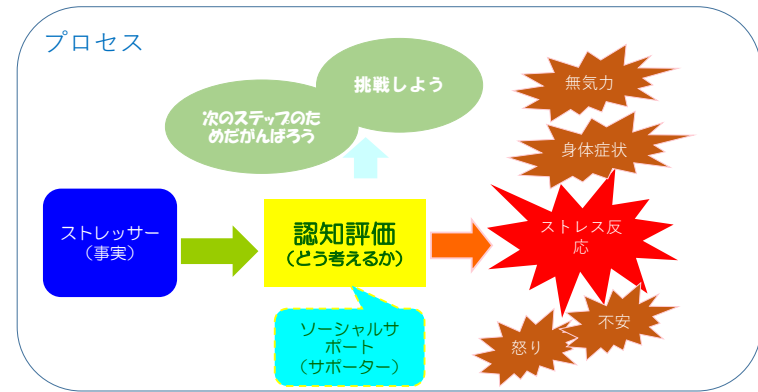


母親へのまなざし ～母親への理解と支援について～

西南学院大学人間科学部児童教育学科
細川美幸

ストレスとは・・・ Lazarus & Folkman, 1984; Lazarus, 1999



まずは・・・障害児をもつお母さんのストレス

ストレッサー (ストレスの原因となる事実)

- I.問題行動, II.サポート不足, III.愛着形成困難, IV.母としての不安
という4つの因子があった (坂口・別府, 2007)

※問題行動, 愛着形成困難

…自閉症児を持つお母さんの辛さの特徴
→「私がお母さんよ♪」という手ごたえを感じにくい
+ 「どうしたらいいの?」というわからなさ

◎障害が軽度であればあるほど, きついことも
「もしかして違う?」 「やっぱりそうだ」 繰り返し

坂口, 別府 (2007) 就学前の自閉症児をもつ母親のストレッサーの構造

障害児をもつお母さんのストレッサー

サポート不足

- 第1因子
40.私の周りにいる人は、理解のある人たちばかりだ#
5.子どものことを、理解して受け入れてもらえない人や場所がある#
48.子どもの通っている施設に対して、子どもの療育の疑問は、素直に伝えることができる#
37.母親としての私を、評価してもらっている#
27.私が見えたり子どもの進路や決断を、尊重してくれない人がいる#
43.信頼して相談できる専門機関がある(通園施設も含む)#
36.子どもの診断についての適切な情報を教えてもらえている#
など計12項目

問題行動

- 第2因子
15.子どもの機嫌が悪かったり、かんしゃくを起したとき、落ち着かせるのは難しい#
18.私には理由のわからないかんしゃくを、子どもがおこす#
26.子どもには、とても強いこだわりがある#
32.子どもは私をひどく傷つけることがある#
3.子どもは外で突然飛び出したり、突然いなくなったりする#
11.子どもに睡眠や生活リズムが乱される#
34.子どもは、つよく自分自身を傷つける行為がある#
など計12項目

坂口, 別府 (2007) 就学前の自閉症児をもつ母親のストレッサーの構造

愛着形成困難

●第3因子

2. 子どもの囁くから、私を見て、笑いかけたり、かわわりを求め
5. 子どもは私を見つくと、うれしそうにする #
33. 子どもが産まれる前に思っていたよりも、子どもは笑わない
39. 子どもは私から離れていても、私が声をかけると戻ってくる #
45. 子どもの要求や望んでいることを理解することは簡単である#
8. 子どもは不安な場面で、私がそばにいと落ち着く#
1. 子どもがぐずっている時、私があやすと、機嫌がなおる #
13. 子どもと遊ぼうとしたり、関わろうとしても、子どもからの反応がない

など計8項目

否定的感情

●第4因子

21. 子どもが出来る以上のことを、私はつい望みすぎて
49. 私は、子どもを拒否しているのではないかと思うことがある
22. 進路のことを思うと、どうしてもそれまでに出て来
44. 私は子どもの母親としてふさわしい #
41. 子どもをかわいと思えないことがある
29. 子どもと私は相性がいいようだ #
16. 子どもの発達や母来について、希望が持てない話ばかりを聞かされる
30. 子どもに障害があるのは、私のせいではないかと自分自身を責める

など計7項目

坂口, 別府 (2007) 乳学前の自閉症児をもつ母親のストレスの構造

坂口, 別府 (2007) 乳学前の自閉症児をもつ母親のストレスの構造

ストレス尺度得点の比較

尺度	自閉群	非自閉群
サポート	2.14 (n.s.)	2.07 (n.s.)
問題行動	2.37 (p<0.001**)	2.06 (p<0.001**)
愛着	2.08 (p<0.001**)	1.69 (p<0.001**)
否定的感情	2.39 (n.s.)	2.29 (n.s.)

「問題行動」「愛着」尺度は自閉症児をもつ母親特有

「サポート不足」「否定的感情」尺度は障害種別を超えた共通

坂口, 別府 (2007) 乳学前の自閉症児をもつ母親のストレスの構造

ストレス反応尺度得点の比較

尺度	自閉群	非自閉群
抑うつ・不安	11.86 (p<0.05**)	10.61 (p<0.05**)
不機嫌・怒り	12.86 (p<0.001**)	11.38 (p<0.001**)
無気力	12.37 (p<0.001**)	10.66 (p<0.001**)

自閉 > 非自閉 → 自閉症児をもつお母さんのほうが、しんどさをかかえている。

なんでだろう

「問題行動」「愛着」

「愛着」を感じることに
「お母さんになる」こと
その両方を感じられないことの
苦しみ

なんでこんなことするの？
どうしていいかもわからない
…わからない苦しみ

→

笑いあいたい！
お母さんになりたい！

共に生きるときに生まれる心のバリアーママの心のバリアーより (細川, 2017)

ここから・・・
インタビューを一つ一つひも解いたら、「ママの心のバリア」が見えてきた

わからない	どうしてこんなことをするのか、原因や症状、この先の見通しなど、子どものことが分からない状態	「自分で、わからないことのほうが多かった」(B)「自閉症、なに？って感じた」(C)「どうして嫌っていうんだろう、どうして素直に行ってきませんが言えないんだろう、原因はどこにあるんだろう。やること一つ一つ、何でこんなことやるの、っていう」(D)「いろいろと病院、◇◇、って外に行くことで自己満足してた。わかったような気がしたかった。」(A)「何がなんだかわからない時期でした」(E)
策がない	具体的なアドバイスや積極的な対策の助言がもらえないし、自分でも見つけられない	「早く脱出させたかったし、早く悪循環からでたかった。なんかアクションがほしかった。1週間うまくいっても1週間後には違う対応しないといけない、悩みはずっとつきない。(相談しても)きついですね、で終わっちゃう。じゃあ〇〇しましょう、っていうもう一歩がない」(D)「◇◇に尋ねます、と言って半年間もそのまま」(E)「大丈夫って言われても、なにが大丈夫なの？って、いったいどうしたらいいの？って」(C)
できないところが見える	子どものできないところが目についてしまう、他児と比べてできなさを感じてしまう	「参観のとき、できないところが見える。あの子はできて、うちの子はできない」(A)「(他児が)うらやましい」(D)

共に生きるときに生まれる心のバリアーママの心のバリアーより (細川, 2017)

否定

子どものことを否定される	子どもの存在を否定されたり、悪く言われたりする	「こんな子のどがそんなにいいんですか、って言われた」(E)「あんたんとこ普通小学校無理やろうもん、って言われた」(B)「子どもを責められたときはきつかった。この子に原因があるって」(D)
母親のことを否定される	母親のせいにされたり、責められたり、選択を否定されたりする	「私の悩み、気持ちをわかってほしい。気持ちを全然わかってくれない。」(B)「夫の家の方は大変でした。責められましたよ私の方が悪いんじゃないかって。やっぱり許せないみたいです」(A)「原因が家にあるって」(D)「(自分のやり方に)周りの母親から集中抗議がきて」(C)「園に話をしたときに、こちらが苦情を言ったみたいになって。うるさい親だな、って思われたんじゃないかな」(A)
話せない	こんなこと話したら引かれるんじゃないか、わかってもらえないだろうと思ひ、人に話せない	「引かれる。それが嫌だったから、(他の母親達に)言えなかった。」「預かってもらってるっていうのがあって(担任に)言えなかった」(C)「わかってもらえない人には相談できない。わかってもらえないと思って言えない」(D)「話が上手な人はいいけど、なかなか。打ち解けて話せないほうでした」(B)

共に生きるときに生まれる心のバリアーママの心のバリアーより (細川, 2017)

かわいいと思えない

かわいいと思えない	子どものことをかわいいと思えない	「情緒が不安定な子、荒れてる子っていうのは、常に百パーセント毎日かわいい状態でいられるかっていうと、無理ですよね」「親子関係がこじれてかわいいと思ってた子がかわいって思えなくなってくる、それが一番問題じゃないですか」(D)「かわいいと思えるまで、時間がかかりました」(A)
------------------	------------------	--

共に生きるときに生まれる心のバリアーママの心のバリアーより (細川, 2017)

【心のバリア】
(子育ての障壁となり目の前に立ちはだかるもの)

孤独・不安	孤独, 不安	「誰か助けて！って気持ち」「(話せなかった)この悩みは、私一人のものでした」(D)「家に居るのが不安だった」(K)「ふと、突き放されたような気がして」(C)
--------------	--------	--

共に生きるときに生まれる心のバリア～ママの心のバリア～より (細川, 2017)

【問題への対処可能性】

なんとかやっていけそう、という実感が持てるのが救いの光

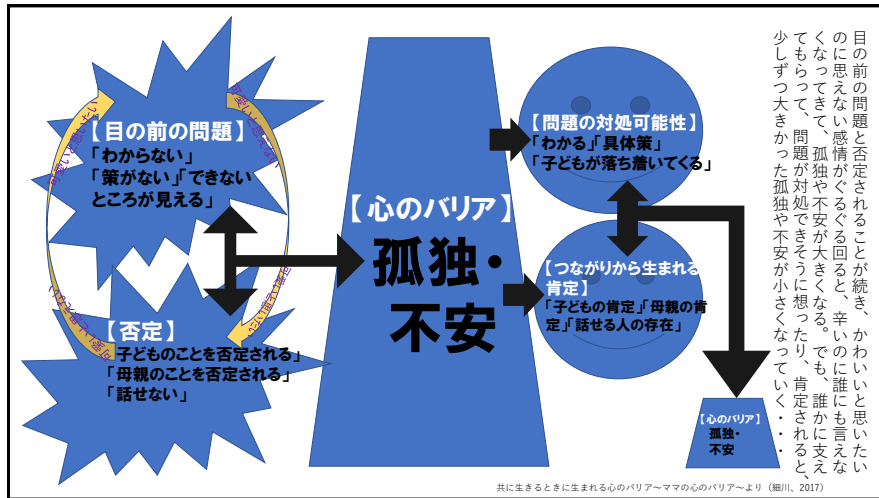
わかる	障害や症状を理解したり、子どもの言動を意味づけられるようになってくると、見通しをもつこと	「自分の勉強になった」(B)「人より経験した分よかったです。さーっと、大したことじゃないって伝える」(C)
具体策	「じゃあ、こうしてみましよう」と具体的なアドバイスをもらえる	「家ではああしよう、こうしよう、ってことを直接的に言ってくれました。こういう先生がいたらいつでも相談できるのに」(D)「わからんってときは、誰かがこうしようよ、っていう。実行してくれるしつながってくれるし」(C)「わからないことを尋ねる、みんなで子どもを中心にどうしたらいいか考える、アドバイスがある、やってみる、変化を報告できる」(E)
子どもが落ち着いてくる	子どもの問題行動が減ったり、子どもが成長して落ち着いてくること	「年齢と共に落ち着いてきた、っていうか。どこか行っても戻ってくるから、離れて行っても大丈夫っていうか」(B)「子どもが成長した」「いってきまーす、って行く」(D)

共に生きるときに生まれる心のバリア～ママの心のバリア～より (細川, 2017)

【肯定から生まれるつながり】

認められ、肯定され、良好なつながりが生まれることも救われる

子どもの肯定	子どもを認めてもらえること、自分でも子どもの良いところに気づくこと	「子どもが少しでも、ほんの些細なことでも『これができるよ』とわざわざ電話で知らせてくれたこと、涙が出ました。子どもの得意なところをほめてくださったこと、本当にありがたかった」(E)
母親の肯定	母親自身を肯定する声かけや、認めてもらえる声かけ	「『あなたは間違っていないです』って校長先生がいてくださった」(C)「『お母さん、頑張ってるじゃない』と言ってくださった」「聞いてくださる、見守ってくださる」(E)「『わかるよ』って言ってくれた」(D)
話せる人の存在	話をして分かり合える相手や、同じ悩みを共有できる相手	「うちだけじゃないんだ、と思うとすっきりした」(B)「タイプも診断名も違ったけど、きつところが一緒だった」(C)「悩みが共有できる相手ってすごく重要でした。いなかったらやっていけなかった」(D)



特徴を知って、保護者支援

【子どもさんの障害についての話し合い】

「うちの子は大丈夫なんです!!」

↓
本当は奥のほうで気づいていることが多い。

↓
早期発見・早期療育は確かに有効
しかし保護者の心の準備がないままに
良かれと思って突き進むと、逆に長引くこともある

確かに有効。でも、先生方との関係づくりで大事なことがたくさんできる。養護と教育に似たところあり。「大丈夫」「この人がいる」と思えてこそ、向き合える。

- ①保護者との‘いい関係’を続けていく
- ②園で実施した事実を記録していく
(保護者面接・子どもの姿・保育者の配慮)

③ **トラブルをチャンスに変える!** **子どもの願いを代弁**

→そのときに一緒にしっかり向き合う

【表情が気になる・・・】

• 虐待? DV?

見えにくい・笑顔・登園しない・長袖・サングラス・「良い夫ぶり」

⇒子どもの表情、しぐさ、傷痕、「ん?」と思ったら即記録(※『私』の感覚、大事に)、他機関と連携、周囲の支援体制+登園したとき勝負

「お母さん、大丈夫?」「お母さん(味方になりたいの。教えて。)」

• うつ?

格好気にしてない・化粧っ気がない・忘れっぽい・表情がない・優先順位がちぐはぐ・涙・どよん・・・

⇒大事な選択や決定はペンディング、こちらのテンションもトーンダウン(しかし一緒に落ちない)、沈黙も大事に、笑顔になることを求めない

※配偶者がうつの場合も心労あり。仕事のことになると起きれない、体が動かない。でも仕事以外の場面ではいつも通り、ゴロゴロ・・・「ほんとにうつ?」・・・支援疲れ。。。
⇒「命が今日もあってよかった」or「思考の幼さや柔軟性の弱さ」

• 対人苦手?

※そう状態とうつ状態

うつ状態とそう状態の2つの状態が交互に周期的に表れる
(同じ日に変動したり～数か月単位だったり)

→依存、浪費、車爆音、保護者会の仕事に企画バリバリ...
忘れ物多い、化粧っけや覇気がない、子どものおむつそのまま・・・

→様子をよく観察する、気づく
例;化粧、服装、車、言動、などなど

子どもに、安定した日常と関係を保障

※うつ状態からそう状態に上がるときが一番危険

※うつ状態は治りかけが一番危険

→気を抜かない、安心しない

※治療は医療

【保護者自身が独特?】

早番で人手が少ないときにお話が長い・こちらが時計を見たりあわただしくしていてもあまり気にせずお話し続ける・コミュニケーションとりづらい・全話が成立しにくい・一方的・笑顔で挨拶してもらえない・「そこ?」というところにこだわりがある・・・

⇒お願いごとや意図は具体的に

(×『午前中眠たそうです』 ×時計を見る)

※**意図を読み取ることが困難**→**言葉の裏を読み取ることが難しい**・**微妙な表情を読み取ることが難しい**・・・のかも?!

→**具体的+笑顔で伝える**

★『笑顔で挨拶』を期待していないか・・・?

ただしこちらからは笑顔で対応

個性を理解できるとわかりやすい。ほかの人ができないようなことが得意なので大活躍することもある。

【にこにこしてるけど・・・あれ？】

- お願いすると「はい!」「わかりました」「はいはいはい」と言ってくれるが・・・あれ？
 - もっともなことを話されるけど・・・あれ？
- もしかしたら、理解されていないかも？！

生活力・対人関係力・作業力？どこに難しさがあるかな

⇒二つ以上のことを同時に伝えるときは要確認

図や写真などを活用する
さりげない園での支援は、就学時に学校に伝える

保健師さんと連携をとってみる

※先生」と名の付く人が嫌い？な場合・・・

漬物づくり、料理、ベルマーク仕分け、など生活のなかの身についた知識経験はしっかりできていても、初めてのことや面倒な手続きが苦手な場合も。。。

【家族みんなスマホ】

- 会話、なし？
- ごはんのときも、親もみんなもスマホ片手
- 子どものメディア視聴に制限なし

⇒メディアに関する保育者からの発信

- + どうやって子どもとの時間を過ごせばよいか
(具体的ななかかわりかたや、遊びなど)
- + 園でリアルな時間を楽しむ(日常の保障)

⇒メディアを活用する方法もあり

メディア全否定からのスタートは抵抗を生むかも

【明後日のことを心配している？】

- もっと「いま、ここ」を見てほしいのに・・・
- 子どもと、なんかずれている
- 子どもに愛情がないわけではない
- 熱心なわけではない
- いろいろな経験をあちこちでさせようとしている
- 食べ物にもこだわりがあり丁寧に育てようとしている
- 子どもが靴を履くのに試行錯誤・・・「ママ今日急いで帰ってきたんだ、あっちの道を通って帰ろうか、だって…」
- こどもの、いまのここ、見て、待って、子どもがママを見上げたときに目があい心が通じる瞬間が・・・

ピタッと感

【育て方に問題がある！・・・と思う？】

「親が変わらないと子ども変わらない!」?

「私がママでごめんね」

↓
30年生きてきた大人より生まれて数年の子どものほうが短時間での変化は大きい。

↓

①子どもとの関係をまずしっかり(特に二者関係、**大好きな先生になって!!**)

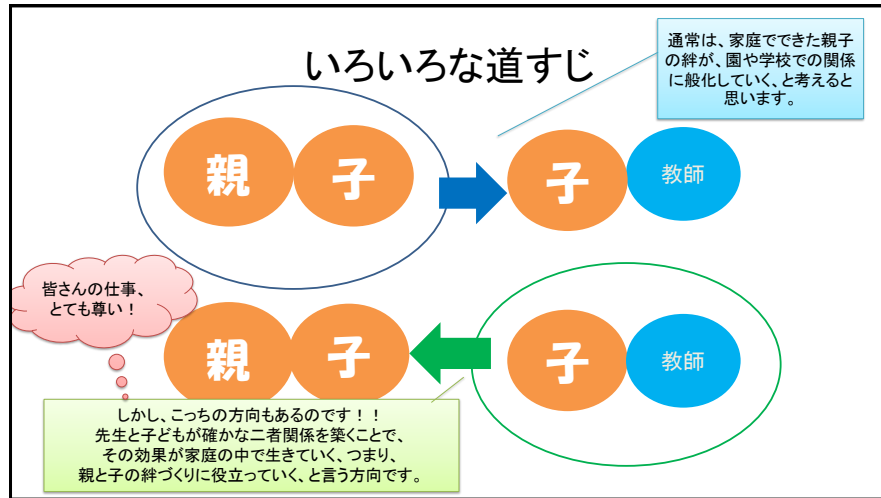
※愛着関係、安全基地)

②「お母さんががんばってる!」「こういうときって、きつよね」、**ねぎらう声かけ+具体的なアドバイス**

③6年間(3年間)で完成ではない。

‘支援を受け入れつつ育とうとする親子に’、を目標。

・・・『人って、頼っていいんだな』



「親が変わらないと子どもは変わらない？」

- 保育や教育の現場で、「親が変わらないと、この子が変わるのは、無理よね」という言葉を皆さんは聞かれたいだろうか。この言葉は、高い城壁に囲まれ暗闇に居る母親にとって拷問に値するように聞こえる。
- 母親が目の前の問題に対処可能性を得ることと、つながりによる肯定を得ることを今一度再考したい。例えば母親が「子どもがかわいと思えない」ことに焦点を当てようかしようと思うのではなく、否定的にしか見ることができなかった子どもの言動を肯定的に意味づけ、母親自身の存在を認め、子どもの成長にアプローチし、子どもの変化を実感し、母親自身が「ああ、私でもなんとかなるかも」「困ったら誰かを頼りながらやっていこう」と思えるようになることを目指すことを考えたい。

共に生きるときに生まれる心のバリアーママの心のバリアーより (細川, 2017)

お母さんたちが求めるもの

- 母親が求める「具体策」は、必ずしも一度で結果が出る正解を求めているわけではない。「なんでもいいから、やってみてほしかったの。誰か助けて！って気持ちだったから。例えそれがね、逆効果なことであっても、お母さんこうしてみましよう、ああしてみましようって。なんでもいいんです。… (中略) 言ってくれたら、ああ、考えてくれてるって思える」(Dさん) という語りからもわかるように、求めているのは、「一緒に考え続けてくれる気持ち、もっと言うと、'共に生き、共に育とう'とする姿勢ではないだろうか。

共に生きるときに生まれる心のバリアーママの心のバリアーより (細川, 2017)

共に生きること

- 支援者はときに、支援がうまくいかなくなると、それを対象者の責任にしてしまうことがある。それは支援者が築城した自分を守るバリアかもしれない。そのときは、自分の孤独と不安を自覚し、支援者もまた第三者に支えてもらう必要がある。
- 支援する側もされる側も、障害があってもなくても、心のバリアは生まれる。
- 様々な障害、非行、不登校、精神疾患、性的問題、虐待、思春期の反抗で揺れる親子、3歳のイヤイヤ期に戸惑う母親、生後初期の母子、子育ては一人ではできない。母と子は、社会の中で生きているからこそ、社会の在り方が大きく影響を与える。他者と共に生きているからこそ、他者の在り方に揺れる。つまり、共に生きるからこそ、バリアは生まれるのかもしれない。生まれもするし、共に生きることでそのバリアは小さくもできる。

共に生きるときに生まれる心のバリアーママの心のバリアーより (細川, 2017)

ママの心のバリアフリー対策の実践的提案

個人が乗り越えられない大きな障壁には、障害があってもなくても、第三者の支えとバリアフリー対策が欠かせない。

【ママの心のバリアフリー対策の実践的提案】

- ①母親が、子どものことを「わかる」ことを支える
- ②具体策を一緒に考える
- ③子どもの発達への直接的なアプローチ
- ④子どもの肯定
- ⑤母親の肯定
- ⑥話せる人の存在

共に生きるときに生まれる心のバリア～ママの心のバリア～より（細川、2017）

願い

- 「私たちは皆、社会の一員である。障害があってもなくても、子育てをしていてもしていなくても、共に揺れながらも支え合い、共に生き、共に育ち合える社会を目指していきたい。」

共に生きるときに生まれる心のバリア～ママの心のバリア～より（細川、2017）

最後に

- 今日話を聞いても、それでもやっぱり難しい事例に出会って、「わかっていないけど」「どうしていいかわからない」ことはたくさんあると思います。
- それは、どんなに専門的な勉強をしても、経験を積んだ人でも、同じかもしれません。
- いつまでたっても、「わからない」。
- それでいい。わからないから「一緒に考えよう」とする。
- 考え続けることを、あきらめない。
- 「私じゃないほうが良いのでは」「もっと専門家が解決できるのでは」…逃げたくなる。
- でも専門家だけが解決できるものでもない。専門家と【つながる】こと、仲間と【つながる】ことで一緒に考える。
- 投げ出さない、逃げない、ということは、「私がなんとかしなければ」ということではない。
- 逃げだしそうな自分を認めて、自分も誰かとつながりながら、そこにいる。

揺れるってきつい。でもそれが「ともに生きる」ということかもしれない。

- 自分に何ができるかわからない、それは、いつも私も同じことを思って、揺れ続けています。
- 先生方は、すでにたくさんの親子を支えてくださっています。先生の笑顔で、挨拶で、「どう？」というお声かけで、目の前の親子は「つながり」を得て、笑顔を失わずにいられています。
- 難しければ難しいほど、目の前の親子を「思い続けること」が、いつの間にか支援につながっていることもあります。
- 親を責める支援者ではなく、どっかの専門機関につないで終わる支援者ではなく、解決策を押し付ける支援者でもなく、**『歩みを共にしてくれる支援者』**に、きっと救われると思います。