

ノーバディーズ・パーフェクト・ プログラムの理念と実践

——児童家庭支援センターにおける実践例を中心に——

遠 藤 和 佳 子*

Key Concepts and Cases of Nobody's Perfect Program

——Focusing on Practices by Child and Family Support Centers in Japan——

Wakako Endo

要旨：子どもと家庭をトータルにとらえた支援をすすめていく子ども家庭福祉において、ファミリー・サポートは非常に重要な位置をしめている。1980年代カナダにおいて開発されたノーバディーズ・パーフェクト・プログラムは、ファミリー・サポート・プログラムの一つに位置づけることができる。本稿では、筆者たちが実践する児童家庭支援センターにおけるノーバディーズ・パーフェクト・プログラムを事例として、このプログラムの理念と実践について描写する。まず、「ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムとは何か」を述べ、その理念がどのようなものであるのかを明確にする。そのうえでプログラムを実践する流れ（flow）について概略し、筆者たちが児童家庭支援センターにおいてこれまで行ってきた各回プログラムの実施状況について述べていこうと思う。

Abstract： Family Support Programs play very essential roles for Family Social Work. Nobody's Perfect Program, which has been developed on Canada since 1980's, is one of the most important Family Support Programs. First, in this paper, I will show key concepts of Nobody's Perfect Program. Second, I will describe the flowchart of this program, focusing on practices by Child and Family Support Centers in Japan.

Key words： ノーバディーズ・パーフェクト・プログラム Nobody's Perfect Program ファミリー・サポート Family Support 児童家庭支援センター Child and Family Support Centers

I はじめに

子どもと家庭をトータルにとらえた支援をすすめていく子ども家庭福祉において、ファミリー・サポートは非常に重要な位置をしめている。ファミリー・サポートの内容としては、家

庭訪問（ホームビジティング）を行ったり、子どもの発達をチェックしたり、親教育（ペアレント・トレーニング）を実施したり、親に対する社会的・情緒的・教育的な支援を展開したりするといったことが含まれている。このようなファミリー・サポート・プログラムの具体例の

*関西福祉科学大学 社会福祉学部 准教授

一つとして、ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムがある(Catano 2002、原田 2006)。

本稿では、筆者たちが実践する児童家庭支援センターにおけるノーバディーズ・パーフェクト・プログラムを事例として、同プログラムの理念と実践について描写する。

近年では、ファミリー・サポートは児童福祉の重要な領域になりつつある。かつて「ウェルフェア」に重きを置いて、子どもを守られるべき受動的存在としてとらえていた時代には、児童養護施設をはじめとする児童福祉施設におけるケアは施設に入所した児童の生活そのものをケアすることに特化されていた。しかし現在では、児童福祉の領域では、子どものケアに限定することなく、家庭、地域、他の施設とのネットワークを積極的に構築しつつ、子どもと家庭をトータルに支援していく「ファミリー・ソーシャルワーク機能」を志向するようになりつつある。

とくに近年、子育てに悩む人たちがふえており、彼らの多くが育児ノイローゼ、虐待、過保護、過干渉など多くの問題をかかえるようになってきている。現在コミュニティのつながりが弱くなったため、地域の人たちが子育てを共に支えることが少なくなり、そのことが、親になる人たちの自覚の欠如とあいまって、さまざまな問題を生じさせていると言える。

そのため、児童家庭支援センターでも、子育て支援事業としてノーバディーズ・パーフェクト・プログラムを展開するようになってきている。

以下ではまず、「ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムとは何か」を述べ、その理念がどのようなものであるのかを明確にする。そのうえでプログラムを実践する流れ(flow)について概略し、筆者たちが児童家庭支援センターにおいてこれまで行ってきた各回プログラムの実施状況について述べていこうと思う。

II ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムとは何か

ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムは、1980年はじめに、カナダ保健省(当時はカナダ保健福祉省)と大西洋4州(ニューブラウンズウィック、ニューファンドランド、ノバスコシア、プリンスエドワードアイランド)の保健部局によって開発されたものである。プログラム対象者は0歳から5歳までの子どもをもつ親で、①(親となった年齢が)若い、②ひとり親、③友だちや家族が近隣におらず孤立している、④所得が低い、⑤いままで十分な学校教育を受けていない等の理由で、他の子育て支援プログラムや情報をほとんど利用することができなかった親たちである。

このプログラムでは、①子どもの健康管理やしつけについて学ぶ、②子育てのスキルを高める、③親がみずからの長所や能力に気づき、親としての自信を身につける、④他の親とのつながりを深め、お互いに力になり、サポートしあえる関係をつくるといったことが目的とされている。実際の進め方は、原則として10人前後のグループをつくり、週ごとに6~8回にわたって、毎回2時間、参加者がそれぞれに抱えている悩みや関心のあることをグループで話し合いながら、必要に応じてテキストを参照し自分にあった子育ての仕方を学ぶというものである。

テキストは、1987年に発行された『PARENTS(親)』、『MIND(こころ)』、『BEHAVIOUR(しつけ)』、『BODY(からだ)』、『SAFETY(安全)』の5冊で、その後『FATHER(父親)』というテキストも追加された。内容としては、「地域での子育て支援の探し方」「愛情と甘やかすこととの違い」「無理なく子どもにいうことをきかせるには」「よくある問題行動にどう対処するか」「子どもの学びをどう促すか」「子どもがよくかかる病気」「子どものけがや事故を防ぐには」といった事柄が内容として掲載され

ている。

ただし、このプログラムでは、子育てに対する「正しい」方法を体得することを目指しているわけではない。子育てに対する「正しい」方法を学ぶのではなく、親が自分自身が持っている長所に気づき、子どもを育てるための前向きな方法を見いだせるよう手助けすること、これこそが最も重要視されているのである。そのためプログラムの研修を受けたファシリテーターは、親に何かを教える講師ではなく、参加メンバーの話し合いを円滑に進めていく仲介者として位置づけられている。

このことからプログラムの「Key Concepts (基本的な考え方)」も導き出されている。それは、「価値観の尊重」と「体験を通して学ぶ」の2つである。以下では、それぞれについて簡単に述べていく。

①価値観の尊重

プログラムでは一人ひとりの価値観が尊重される。私たち一人ひとりが、何らかの価値観にもとづいて物事を判断し行動し経験を重ねていることを認め、相互の価値観を押しつけてしまうことがないように配慮されている。それは、ファシリテーターと参加者の関係においても同様である。ファシリテーターも何らかの特有の

価値観にもとづいて判断し行動しているのであり、その価値観が特別なものでも正しいものでもないことを明確に認識しなくてはならない。そのうえで、各人がみずからの価値観と向き合い、それが子育てをはじめ生活のさまざまな局面に対してどのような影響を与えているのかに気づいていくことが重要となるのである。そういった「気づき」を促すことこそが、ファシリテーターの務めとなる。

②体験を通して学ぶ

先にも述べたようにノーバディーズ・パーフェクト・プログラムでは、子育てに対する「正しい」方法を学ぶことが目的ではない。そうではなく、参加者である親たちがプログラムで学んだことを用いながら、日常の体験の中から自分たちの力で情報を得、それらを洞察し暮らしに活かせるようになること、それが目的である。

日常の「体験」において何が起きているのかを明確に「認識」し、そのことが自分にとってどのような意味があるのか「関連づけ」、それを「応用」し自分はどうするべきなのかを考える。そうした「体験学習サイクル」を参加者たち一人ひとりが展開していける力を手に入れること、これが重要だと考えられているのである

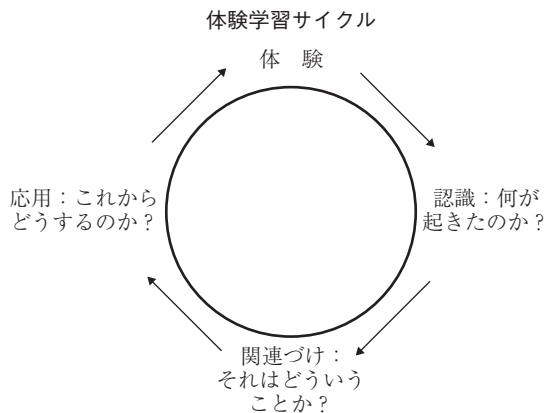


図1 体験学習サイクル

出典：Catano (2002=2002) p.28

(図 1)。

わが国において、以上のノーバディーズ・パーフェクト・プログラムはどのように展開されているのか。

日本では、カナダ保健省の公認を得て、ノーバディーズ・パーフェクトにおける質の確保とプログラムの普及をめざして、2004 年に資格認定機構「ノーバディーズ・パーフェクト・ジャパン (NPJ)」が設立されている。この「ノーバディーズ・パーフェクト・ジャパン (NPJ)」に、NPO 法人こころの子育てインターねっと関西 (KKI)、子育て研究リソースセンター (KRC)、NPO 法人コミュニティ・カウンセリング・センター (CCC) の 3 団体が加盟し、プログラムの実践とファシリテーターの養成を行っている。

ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムを実施するためには、NPJ 認定ファシリテーターにならなければならない。認定ファシリテーターになるには、ファシリテーター養成講座を受講し、その後、資格認定のために、ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムを実施する必要がある。実施後、報告書を作成し受理されて初めて NPJ 認定ファシリテーターになれるのである。2007 年度までに全国で 509 人の認定ファシリテーターを輩出し、2007 年度に実践されたプログラムは全国で 293、参加者数は 3,180 人にのぼっている (伊志嶺 2009: 103)。

Ⅲ ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムの流れ (flow)

では具体的に、ノーバディーズ・パーフェクトはどのような流れにおいて行われているのだろうか。以下では筆者が共同ファシリテーターと実施した事例に即して、プログラムの流れについて概略していく (図 2)。

プログラムは、参加希望者を募集することから始まる。ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムは事前説明会も含めると、9 週連続と長期に渡るため、実践する時期をいつにするの

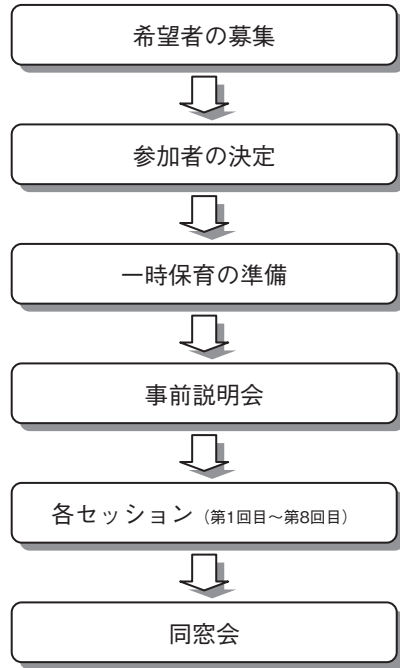


図 2 ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムの流れ

かも応募者数に大きく影響する。現在、筆者らは、5 月からと 9 月からの年 2 クールでプログラムを実施している。

希望者を募集するちらしには、実施する日程、開催時間、場所、費用、対象、募集人数、募集期間、募集方法等が記載されている (図 3)。ここには、参加費や一時保育が無料であることも書かれており、プログラムで使う『完璧な親なんていない!』というテキストも貸与する (希望者のみ購入も可能) ため、参加者に金銭的な負担をほとんどかけない。

ファシリテーターは、子育てに関わる各相談機関に協力をもとめ、作成したちらしを置かせてもらう。配布場所は「市子ども家庭課」「子育て支援センター」「保健福祉総合センター地域福祉課家庭児童相談室」「保健センター」などで、応募の形態としては、各相談機関からプログラムを紹介され応募してくるケース (アウトリーチ) と、貼ったり置いたりしているちら

ノーバディーズ パーフェクト

完ぺきな親なんていない！
子育ての悩みを話したいなあ…と思うお母さん
子育てがしんどいなあ…と思うお母さん、
参加してみませんか？

お母さん同士で、悩みや関心のあることを話し合い、
みんなで、自分にあった前向きな子育ての仕方を学びませんか？
忙しい日々の中で、ほっとくつろぎませんか？

☘ 日 程：毎週火曜日 全9回（初日は、事前説明会を行います）
（5月13日、20日、27日／6月3日、10日、17日、24日／7月1日、8日）

☘ 時 間：10:00 ～ 12:00

☘ 場 所：「リーフ」子ども家庭支援センター清心寮（児童養護施設 清心寮グラウンド内）

☘ 費 用：無料(参加費・一時保育ともに無料)

☘ 対 象：1歳から5歳の子どもがおられるお母さん

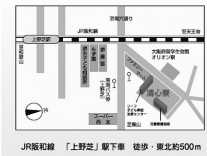
☘ 募集人数：10組程度(申込み人数によっては抽選で決める場合があります。ご了承ください。)

☘ 募集期間：4月20日(日)まで

☘ 募集方法：申込書に記入の上、FAX・郵送・直接持参のいずれかでお申し込みください。

ノーバディーズパーフェクトは、カナダ生まれの親支援プログラムです。
資格をもったファシリテーター（進行、調整役）が、参加したお母さん方をサポートします。
プログラム中は、お子さんの一時保育もありますので、安心して一緒に参加ください。
テキストを参考にしながら、子育ての仕方を学びます。
テキストは、お貸しします。

連絡先:「リーフ」子ども家庭支援センター清心寮
住所:大阪府堺市〇区××町△△番地
電話:〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇
FAX:〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇
担当:〇〇



JR西線「上野芝」駅下車 徒歩 約500m

車でのお越しは、ご遠慮ください。

図3 ノーバディーズ・パーフェクトちらし

しを自分で見つけて応募してくるケースの二種類がある。

参加の申し込みはファックス・郵送・持参どれでも受け付けており、ファシリテーターは募集期間中にそれぞれの申し込みに対応しながら、同時に各機関からの問い合わせや、参加者本人からの問い合わせに応じていかなくてはならない。募集期間が終わると参加者を集計するが、参加者数は多くても少なくともグループワークセッションが実施しにくくなり、プログラムの運営が難しくなる。6名以下では子どもの

病気などで欠席者がいるとその日のグループワークセッションが成り立たず、12名以上になると参加者が話したいことがあっても中途半端に終わってしまうことがある。筆者たちの場合は、毎回、10名前後にしぼっている。

参加者を決定したら、各家庭に結果を報告し、参加決定者には事前説明会の出席を求める文書を郵送する。一時保育の子どもがいる参加者には、一時保育のための子どもの健康状態のチェック表も同封し、事前説明会に持参してもらうことを伝える。参加からもれた希望者につ

いても、次回のプログラムには参加してもらうことを明記した文書を郵送する。

プログラムでは、親は子どもと離れてプログラムに参加することになるため、有資格者の保育士と子どもと同数のボランティアによる一時保育がつく。有資格者の保育士についてはパートで依頼し、ボランティアについてはファシリテーターが所属している大学の学生等の中から募る¹⁾。

参加者が決定すると、初回セッションの約一週間前に親子事前説明会を行う(事前説明会に参加できない場合は個別に対応する)。事前説明会では、プログラムの内容や趣旨を簡単に説明したり、スタッフの紹介を行ったりする。また応募理由や動機について、申込書を見ながら確認する。そこで申込書に書かれていなかったことについて補足する場合もあれば、子育てや家族関係で抱えている悩みを吐露する場合もあるし、プログラムに参加することが精神的に負担に感じると相談される場合もある。このとき参加者である親たちが述べることは、次週から始まるグループワークセッションのあり方を検討するうえで重要な判断材料である。

一時保育の子どもがいる場合は、事前に郵送する「健康状態のチェック表」をもとに、子どもについての健康状態、トイレトレーニングの状況、食アレルギーの有無など必要な情報を聞き出し、一時保育に支障が出ないようにする。事前説明会時には、「当日の子どものチェック表」も配布し、各セッション当日の子どもの状態を記入して毎回持ってきてもらうようにしている。

事前説明会終了後、ファシリテーターたちは事前説明会に関するミーティングをひらき、参加者のニーズを把握しておく。そうして次週から始まる8回分のセッションをどのような方向性で実施していくべきなのか、あらかじめ考えておく(各回セッションの進行については図4を参照)。しかし、各参加者やグループのニーズによって、方向性は柔軟に修正し変更してい

<p>☆オープニング (Introduction)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Welcome (あいさつと受け入れ) - アイスブレイキング - ルールの確認 - チェック・イン (一人一言) <p>☆主部 (Main part)、前半</p> <ul style="list-style-type: none"> - 参加者のニーズにもとづく学習活動 <p>★ティー・ブレイク</p> <p>☆主部 (Main part)、後半</p> <ul style="list-style-type: none"> - 参加者のニーズにもとづく学習活動 <p>☆結び (Conclusion)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 振り返り
--

図4 ノーバディーズ・パーフェクトの基本構造
出典：原田(2008) p.214をもとに一部修正

く必要があるのは言うまでもないだろう。

最終週にはプログラムのまとめを行い、第1回目からテーマを振り返り、最後に参加証明書を発行する。またプログラムの終了後も、グループで集まれるようお互いの連絡先の交換をしたり、同窓会の日程を決めたりする。同窓会は約半年後に行うが、このときプログラムを振り返ったり、このプログラムが終了してから現在までどのように過ごしてきたかを話し合ったりする。同窓会は、ファシリテーターたちが半年前の参加者からプログラムの評価を受ける場でもある。

IV 各回プログラムの実施状況

次に、筆者らが児童家庭支援センターにおいてこれまで行ってきた各回プログラムの実施状況について述べていく。2008年度のプログラム内容については、表1を参照してもらいたい。

1) 第1回(2007年度秋)

期日：2007年9月4日(火)～10月30日(火) 毎週火曜日午前10～12時

フィードバック同窓会期日：2008年3月4日(火) 午前10～12時

遠藤和佳子：ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムの理念と実践

表1 2008年度におけるノーバディーズ・パーフェクトのプログラム内容
[2008年5月13日～7月8日 実施分]

第1回	<ul style="list-style-type: none"> ・グループのメンバー同士仲良くなる。 ・グループのメンバーが互いに知り合う。 ・楽しみながらメンバーの名前を覚える。 ・グループでルール作りをする。 ・グループで選んだトピックを確認する。 ・テキストの活用方法を知る。 	第5回	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの困った行動を振り返り、それに対して親はどうしたら良いのかを考える。 ・参加メンバー同士が、さらに知り合う。 ・子どもの困った行動を振り返る。 ・それに対して叱るだけでなく、親はどうしたら良いのかを考える。 ・「体験学習サイクル」を土台として問題解決アプローチを学ぶ。
第2回	<ul style="list-style-type: none"> ・お母さんの一日の過ごし方を振り返る。 ・参加メンバー同士が、さらに知り合う。 ・お母さんの一日の生活リズムを知る。 ・時間の使い方について考える。 ・時間の使い方について、工夫できることを考える。 ・テキストの活用方法を知る。 	第6回	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもをほめることの大切さを知る。 ・参加メンバー同士が、さらに知り合う。 ・子どもをどんな時にほめているか振り返る。 ・子どもに、どんなほめ方（言葉・行動）をしているか。 ・子どもをほめるためにやってみようと思うことを考える。 ・「体験学習サイクル」を土台として問題解決アプローチを学ぶ。
第3回	<ul style="list-style-type: none"> ・イライラについて／自分の気持ちが落ち着く方法について考える。 ・参加メンバー同士が、さらに知り合う。 ・ふだん、自分がどんなことでイライラしているのかを考える。 ・自分の気持ちが落ち着く方法を考える。 ・「タイム」とは。 ・テキストの活用方法を知る。 	第7回	<ul style="list-style-type: none"> ・家族の協力について考える。 ・互いにもっと知り合いながら、ファイナルに向けての準備をする。 ・子育ての場面において家族の困った場面を振り返る。 ・なぜ、そんなことをするのかを考える。 ・子育てを家族（夫）で協力する方法や、どうしたら過ごしやすくなくなるかを考える。 ・「体験学習サイクル」を土台として問題解決アプローチを学ぶ。
第4回	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの遊び方について。 ・参加メンバー同士が、さらに知り合う。 ・ふだん、子どもがどんな遊びをしているのか。 ・子どもにとって遊びとは。 ・これからの遊びの中で活かせることを考える。 ・テキストの活用方法を知る。 	第8回	<ul style="list-style-type: none"> ・子育てにおける資源について考える。 ・これまでのセッションを振り返り、体験を要約したり、まとめたりする。 ・地域の資源について知り、情報交換をする。 ・サポートネットワークづくりをする。 ・お互いを認めあい、様々な感情を認める。 ・同窓会の計画をする。

[2008年9月2日～10月28日 実施分]

第1回	<ul style="list-style-type: none"> ・グループのメンバー同士仲良くなる。 ・グループのメンバーが互いに知り合う。 ・楽しみながらメンバーの名前を覚える。 ・グループでルール作りをする。 ・グループで選んだトピックを確認する。 ・テキストの活用方法を知る。 	第5回	<ul style="list-style-type: none"> ・お母さんの一日の過ごし方を振り返る。 ・参加メンバー同士が、さらに知り合う。 ・お母さんの一日の生活リズムを知る。 ・時間の使い方について考える。 ・時間の使い方について、工夫できることを考える。 ・テキストの活用方法を知る。
第2回	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの遊び方について。 ・参加メンバー同士が、さらに知り合う。 ・普段、だれと、どこで、どんな遊びをしているのか。 ・子どもにとって遊びとは。遊び方を知る。 ・これからの遊びの中で活かせることを考える。 ・テキストの活用方法を知る。 	第6回	<ul style="list-style-type: none"> ・イライラについて／自分の気持ちが落ち着く方法について考える。 ・参加メンバー同士が、さらに知り合う。 ・ふだん、自分がどんなことでイライラしているのかを振り返る。 ・何にイライラしているのか、イライラした時はどうしているのかを振り返る。 ・自分の気持ちが落ち着く方法や、工夫できることを考える。 ・テキストの活用方法を知る。
第3回	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの困った行動を振り返り、それに対して親はどうしたら良いのかを考える。 ・参加メンバー同士が、さらに知り合う。 ・子どもの困った行動を振り返る。 ・それに対して叱るだけでなく、親はどうしたら良いのかを考える。 ・「体験学習サイクル」を土台として問題解決アプローチを学ぶ。 	第7回	<ul style="list-style-type: none"> ・家族の協力について考える。 ・互いにもっと知り合いながら、ファイナルに向けての準備をする。 ・子育ての場面において家族の困った場面を振り返る。 ・なぜ、そんなことをするのか（そうなるのか）考える。 ・一人で抱え込まずに、子育てを家族（夫）で協力する方法を考える。 ・「体験学習サイクル」を土台として問題解決アプローチを学ぶ。
第4回	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもをほめることの大切さを知る。 ・参加メンバー同士が、さらに知り合う。 ・子どもをどんな時にほめているか振り返る。 ・子どもに、どんなほめ方（言葉・行動）をしているか。 ・子どもを誉めるためにやってみようと思うことを考える。 ・「体験学習サイクル」を土台として問題解決アプローチを学ぶ。 	第8回	<ul style="list-style-type: none"> ・子育てにおける資源について考える。 ・これまでのセッションを振り返り、体験を要約したり、まとめたりする。 ・地域の資源について知り、情報交換をする。 ・サポートネットワークづくりをする。 ・お互いを認めあい、様々な感情を認める。 ・同窓会の計画をする。

資料出典：子ども家庭支援センター清心寮編（2009）『平成20年度ノーバディーズ・パーフェクト・プログラム報告書』をもとに一部修正



写真1 プログラムの様子



写真2 一時保育の様子

参加者の現状：参加者は12組（母親12人、子ども12人、保育スタッフ12人）

参加者の年齢は30歳代が10名、40歳代が2名の計12名である。一時保育の子どもの年齢は、1歳児が1名、2歳児が7名、3歳児が3名、6ヶ月の赤ちゃんが2名の12名であった。このメンバーは、保健センターからのアウトリーチが多かった。

参加者からの評価で「役に立ったテーマ」としてあげられていたのは、特に「子どものしつけについて考える」であった。「応募した動機」の具体例は次の通りである。

・「子どもが二人、ましてや今一番かわいい時期と周りには言われますが、子育てに

自信もなく、心の底から二人を平等にかわいいと思えていない自分が嫌で仕方ありません。このプログラムに参加することで前向きな子育てとは何かについて自分なりに考えてみたいと思います」

・「私自身、頭に血が昇りやすく、子どもに手をあげてしまう。上手な叱り方や誉め方を教えて頂きたい」

・「兄弟げんかについてどう対応したらいいのか、しつけとは何か、マナーとは何か、子どもたちに伝えなければいけないことは何なのか、みんなの意見をたくさん聞きたいです。日頃のいらいらを解消したくて応募しました」

2) 第2回(2008年度春)

期日：2008年5月13日(火)～7月8日(火)

毎週火曜日午前10～12時

フィードバック同窓会期日：2008年12月16日(火)午前10～12時

参加者の現状：参加者は9組（母親9人、子ども10人、保育スタッフ13人）

参加者の年齢は20歳代が1名、30歳代が7名、40歳代が1名の計9名である。一時保育の子どもの年齢は、1歳児が3名、2歳児が4名、3歳児が2名、10ヶ月の赤ちゃんが1名の10名であった。このメンバーは、児童家庭支援センターが週2回、地域の親子の遊びの場・交流の場としてプレイルームを解放している「あそびの広場」に参加しているメンバーからの応募者が多かった。

参加者からの評価で「役に立ったテーマ」としてあげられていたのは、特に「子どもを誉めることの大切さを知る」であった。「応募した動機」の具体例は、次の通りである。

・「最近どうやって子どもに向き合っていけばいいのかわかりません。『イヤ』ばかりで説明しても聞かないし、怒ると『マ

マ、怒らないでよ』と大泣きして手がつけられません。子どもへの自分の態度や接し方に揺れていて母親として全く自信がもてません」

・「自分自身の精神状態が不安定だと思う。小さなことでもマイナスにとらえて、気分が落ち込んでばかりで子どもに対しても明るい気持ちで接することができない」

・「子どもとずっと一緒にいると『子育て』なんて考える余裕もなく、毎日パタパタと過ぎていっています。子どもと少し離れているいろいろな人の意見を聞いてゆっくり考える時間がもてればいいなと思い応募しました」

・「お友達が前回このプログラムに参加されて、『よかったから参加してみたら』と勧めてくれたので応募しました。子どもが少し体調を崩すだけで、とても不安になりオロオロしてしまうので、色々な人のお話を聞かせてもらって、少しでもしっかりとした母親になれるよう勉強したいです」

・「次男がやりたい放題の時期ですぐにイライラしてしまっ、何も悪くない長男にも怒ってしまったりして更にイライラしてしまい、そんな自分が嫌で逃げ出したくなるときがあります」

・「歳をとってからの初めての子どもでとまどいも多く、力の入れ方がわかりません。ママ友はいても子育てについて真剣に話し合える場は少なく期待しています」

3) 第3回 (2008年度秋)

期日：2008年9月2日(火)～10月28日(火) 毎週火曜日午前10～12時

フィードバック同窓会期日：2009年3月3日(火) 午前10～12時

9月23日が祝日のため、9月24日のみ水曜日実施

参加者の現状：7組(母親7人、子ども7人、保育スタッフ8人)

参加者の年齢は、すべて30歳代で計7名である。一時保育の子どもの年齢は、1歳児が2名、2歳児が4名、3ヶ月の赤ちゃんが1名の計7名であった。児童家庭支援センターが解放している「あそびの広場」に参加しているメンバーや、保健センターからのアウトリーチ、広報や掲示板等による応募などさまざまなところから参加者が集まった。

参加者からの評価で「役に立ったテーマ」としてあげられていたのは、特に「イライラについて・自分の気持ちが落ち着く方法を考える」であった。「応募した動機」の具体例は、次の通りである。

4) 第4回 (2009年度春)

期日：2009年5月12日(火)～7月14日(火) 毎週火曜日午前10～12時

フィードバック同窓会期日：2009年12月15日(火) 午前10～12時(予定)

インフルエンザ対応のため、5月19日を中止し、一週間延長する。

参加者の現状：参加者は10組(母親10人、子ども10人、保育スタッフ11人)

参加者の年齢は20歳代が3名、30歳代が7名の計10名である。一時保育の子どもの年齢は、1歳児が8名、2歳児が2名の10名であった。このメンバーは、以前にこのプログラムを受けた人からの紹介が多かった。他には子育て支援センターに置いてあったちらしからの応募や保健センターからのアウトリーチであった。

参加者からの評価で「役に立ったテーマ」としてあげられていたのは、特に「子どもにとっての遊びの大切さを知る」であった。「応募した動機」の具体例は、次の通りである。

・「毎日の子育ての中で、子どもにうまく接してあげられないときがあります。うまく子育てをしているお母さんたちがうらやましく思い、自己嫌悪になったりするので、前向きになれる子育ての仕方を学びたいと思います。また、他のお母さんたちは育児のどんなことで悩んでいるのか、どのように子育てをしているのかなど、じっくりお話を聞けたらいいなと思います」
・「子どもが苦手で、とてもイライラしてしまう。子育てがしんどくて楽しめない」

第5回目は2009年9月1日から実施する予定である。

これら各回プログラムでは、参加者である親たちの問題、家庭状況、親子関係、子育てをめぐる資源等はその都度違っている。また、参加者同士のグループに見られる関係性も違っている。したがって、プログラムの内容も固定的に考えるべきでは決してなく、参加者の問題、家庭状況、親子関係、子育てをめぐる資源、さらには参加者同士のグループの様態に応じてつねに柔軟に構築していかなければならない。

V むすびにかえて

以上、筆者たちが実践する児童家庭支援センターにおけるノーバディーズ・パーフェクト・プログラムを事例として、その理念と実践について述べてきた。これまで見てきたように、ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムはわが国においても、ファミリー・サポート・プログラムの一つとして重要なものになりつつある。

それゆえ、このプログラムを子育て支援のさまざまな場面で、より改善、普及、定着させていくことが必要となる。

そのためには何よりも、プログラムの理念と実践事例について多くの人びとが広く共有し合いながら、実践を重ねていかななくてはならな

い。それにもかかわらず、ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムの実践事例が、これまでソーシャルワーク研究の中で報告されるケースはそれほど多くなかったのではないか。

「参加者はどのような動機で参加しているのか」「このプログラムはどのような流れのもとで、どのようなセッションが具体的に展開されているのか」「参加者はみずからの想いをどのような言葉にしているのか」。これらに関する実践事例報告が蓄積されていないため、カナダやその他の諸国と比較すると、わが国でノーバディーズ・パーフェクト・プログラムが大きな広がりを見せることはできずにいたように思われる。

本稿の意図は、プログラムの理念と実践事例報告を通して、これをソーシャルワーク実践の中に一層広め、普及していこうとすることにあつた。

プログラムの普及がはかられ、実践が積み重ねられ、事例が豊富になれば、参加者たちの問題、家庭状況、親子関係、資源に関する分析やプログラムの効果測定を含めた、プログラムの分析や評価をいっそう深化させることができ、その結果をふまえプログラムをさらに改善させることができるようになる。筆者自身も次には、プログラムの分析や評価まで含めた論考を計画しており、今後も、子育て支援のさまざまな場面でノーバディーズ・パーフェクト・プログラムの実践、分析・評価、改善、普及、定着を進めていこうと考えている。

謝辞

この論文を作成するにあたり、子ども家庭支援センター清心寮リーフの福本洋子さんには大変お世話になりました。彼女とは共同ファシリテーターとして、ずっと苦楽をともにしてきました。彼女の協力がなければ、本論文は執筆できませんでした。本当にありがとう。またこのプログラムに理解を示し、いつも適切な助言をして下さる児童養護施設清心寮の寮長阪本博寿先生にはとても感謝しております。

注

1) なお筆者らが行っているプログラムは、児童家庭支援センターの子育て支援事業として予算化されている。そのためティータイトムのおやつ代、子どものおやつ代、パート保育士の保育料、ファシリテーターの講師料、一時保育ボランティアの交通費、一時保育児童に対する保険費用、一時保育ボランティア学生についてもボランティア保険の費用がすべて予算から支出されている。

参考文献

Catano, Janice Wood. (1997). *Nobody's Perfect. The Minister of Public Works and Government Services.* 三沢直子監修・幾島幸子翻訳 (2002) 『完璧な親なんていない！カナダ生まれの子育てテキスト』ひとなる書房

—— (2002). *Working with Nobody's Perfect : A Facilitator's Guide. The Minister of Public Works and Government Services.* 三沢直子監修・杉田真・門脇陽子・幾島幸子翻訳 (2002) 『親教育プログラムの進め方 ファシリテーターの仕事』ひ

となる書房

遠藤和佳子 (2008) 「小規模児童養護施設におけるファミリー・プリザベーション・サービスの構築—ペアレント・トレーニング・プログラムを中心に—」『関西福祉科学大学紀要』第 11 号、11-22

長谷範子 (2008) 「地域子育て支援事業に関する一考察」『四天王寺大学紀要』第 46 号、109-120

原田正文 (2006) 『子育ての変貌と次世代育成支援』名古屋大学出版会

原田正文 (2008) 『完璧志向が子どもをつぶす』ちくま新書

伊志嶺美津子 (2009) 「カナダの親支援プログラム『ノーバディーズ・パーフェクト』」『月刊福祉』4月号、100-103

子ども家庭支援センター清心寮編 (2009) 『平成 20 年度ノーバディーズ・パーフェクト・プログラム報告書』子ども家庭支援センター清心寮

吉村真理子 (2009) 「ノーバディーズ・パーフェクト・プログラムの有効性について」『千葉敬愛短期大学紀要』第 31 号、53-66