

養育者間で絵本を読むことの心理学的意義

瀬々倉玉奈
(児童学科)

要約

2018年度に開催された子育てにかかわる養育者を対象とした、絵本に関する講座の参加者に質問紙調査を実施し、結果を基に、養育者間で絵本を通じた交流を行うことの心理学的な意義について考察した。

数人が1, 2行程度記載することを想定して設けた自由記述欄には、参加者の9割近くが熱心に思いをつづった。養育者間で絵本を味わう時間を共有することは、現在や過去の自らの子育てや子どもについて、また、支援者としての養育者についてなどに思いを巡らせたり、言葉にならない思いを明確化したり、省察したりするきっかけとなることが明らかとなった。この結果を基に、子ども・子育て支援における新たな絵本の活用についても今後検討したい。

1. 問題と目的

子どもにとって、絵本が大切であることは1992年にイギリスで始まり、今や日本でも多くの自治体が採り入れているBook start (2014) 活動の例を挙げるまでもなく、多くの人に理解されているだろう。

では、大人、中でも子どもに関わる養育者にとって、絵本はどのような意味があるのだろうか。本稿では、保護者に限らず、様々な形で子どもに密にかかわる者を「養育者」として考察を進める。

2018年度に養育者を対象とした絵本に関する講座を開催する機会に恵まれた。参加者との交流を目的に、事前申込制の少人数で行った講座の中では、筆者が驚くほどに盛んに意見が出され、参加者間の交流も生じた。

本稿では、その過程をふりかえりながら、養育者同士が絵本を味わう時間を共有することの意義を考えていきたい。

2. 講座の内容

講座では、以下の2冊の絵本を中心に1冊づ

つ朗読し、まずは、どのように感じたかを参加者に尋ねた。さらにそのあとで、筆者が心理学的な観点や関連データを用いて補足説明を行う形で進めた。

いずれの絵本も、ほとんどの参加者が初めて触れるものだった。

(1) 「今日 Today」

(訳：伊藤比呂美，画：下田昌克，2013)

『読んでくれてありがとう』—ここに192人のママがいる」(プチタンファン編集部，1996)、および、「続『読んでくれてありがとう』—ここにもう一人のあなたがいる」(同，2001)のもとになった育児雑誌「プチタンファン」(婦人生活社，1981-2003)の編集者だった関口香が、ニュージーランドから持ち帰った読み人知らずの詩を翻訳したものである。上述した2冊は、『プチタンファン』の読者投稿欄に、子育て中の母親の思いが匿名だからこそ、赤裸々につづられており、出版当時大きな話題となった。出版から20数年を経た今もなお、子ども・子育て支援を考えるうえで重要な資料となっている。

絵本「今日 Today」のあとがきで、訳者の伊藤は、「気がついたらネットに出回っていました。」と記している。

非常にシンプルであるが味のある線描画とともに、以下のようなあらすじが展開する。

「わたしはお皿を洗わなかった」という1行の記述から始まり、様々な家事をしていないことが一見、淡々としているかのように、しかしながら、強い罪悪感とため息をとまぬかのような表現でつづられていく。やがて、「でもこう考えればいいんじゃない？」と幼い子どもとの大切な時間を過ごしたことを自らに言いかせるかのような調子でつづられている。

フロアーからは、「今、子育て真っ最中の娘に教えたい絵本です」と、声をふるわせながら話して下さる参加者や、涙ぐむ参加者の姿が認められた。

これは、子ども・子育て支援に関する講義の中などで、学生を対象にして朗読する時には経験したことのない出来事であった。

筆者は、多くの人々の共感を呼んだ理由について、大日向(2002)のいう育児不安との関係から説明し、専業主婦の母親に育児不安が高いこと(経済企画庁国民生活局、1997)や、特に、未就園児の親子への子ども・子育て支援が必要とされていることなどを話した(瀬々倉、2016)。さらに、「三歳児神話」や「母性愛神話」など、多くの人が信じ込んでおり、子育ての困難感を助長するとされている事柄についても解説した。

(2) 「理想のママのつくりかた」

(森のさかな、2002)

次に、上記の絵本を読み、作者のあとがきについても紹介した。以下は、あらすじである。

いつも怪獣のように怒ってばかりのママ。「あたし」が理想のお家を描くと、そこに

は、「理想のママ」が待っていた。家に帰ると、ママは本物の怪獣になってしまっていた。そこで、ママを「理想のお家」に連れて行くと、そこには、ママの「理想のお母さん」が待っていて…

この絵本は、作者のあとがきからも、児童虐待の世代間伝達とその予防を想定して描かれていることが理解できる。

そこで、児童虐待の定義や、とどまることを知らない児童相談所での取扱件数などについて、データを用いて説明したのちに、虐待の世代間伝達の問題と、その予防の可能性についても言及した。

いずれも、筆者が想定していた以上に参加者が次々と手を挙げてくださり、驚くほどに活発な意見が交わされた。

さらに、参加者から子ども・子育て支援に関する意見や質問が次々と出されたため、筆者がこれまで行ってきた支援活動の経験から、プライベートには十分配慮したうえで、時間の許す限り具体的に話を進めた。その内容は、お友達を噛んでしまう子どもへの理解について、子どもの能力とは何かという問い、良いお母さんとは、といったものまで幅広く、「非認知能力」や「程よいお母さん」などのキーワードを用いて筆者が説明するだけでなく、参加者同士でも対話が展開した。

最後に、父親の育児参加に関する絵本を紹介して講座は終了となった。

3. 方法

2018年12月1日に「子育てに迷うあなたにとどきたい—おとなの絵本の時間—」をテーマにした児童学科の公開講座を行った後に、質問紙調査を実施した。公開講座は事前申込制で30名の定員で締め切ったが、当日の参加者は26名、質問紙への回答者は25名で有効回答率は96.2%であった。質問紙回答者の属性として表1に性別、表2に年代、表3に職業、表4に関わっている子どもの年代を示す。表3の職業については「その他」と回答した参加者のうち、「臨床

表1. 性別

男性	女性	合計
3 (12.0)	22 (88.0)	25 (100.0)

人数 (%)

表2. 年代

10代	0 (0.0)
20代	4 (16.0)
30代	4 (16.0)
40代	3 (12.0)
50代	8 (32.0)
60代以上	5 (20.0)
無回答	1 (4.0)

人数 (%)

表3. 職業

専業主婦	9 (36.0)
保育者 (保育士・幼稚園教諭)	5 (20.0)
教員	1 (4.0)
その他	9 (36.0)
無回答	1 (4.0)

人数 (%)

表4. 関わっている子ども (複数回答)

乳児	8 (32.0)
幼児	13 (52.0)
小学生	11 (44.0)
中学生	4 (16.0)
高校生以上	3 (12.0)
いない	1 (4.0)

人数 (%)

心理士」「発達支援員」などの記載があった。また、表4からは、参加者の多くは、小学生以下の子どもに関わっている養育者であることが理解できた。

4. 結果

公開講座の講演内容については、興味深

かったとした者が84.0%、開催時間は適切とした者が76.0%、分かりやすかったとした者が72.0%、取り上げた絵本の数が適切だったとした者が64.0%であった(表5)。

また、今回の公開講座では託児サービスを無料で行っているが、有料でも利用したいかを尋ねたところ、有料でも利用したいは16.0%、どちらでもないは12.0%と拮抗することとなった。なお、最も多い無回答の68.0%には、託児が不要な参加者も含まれていると考えられる。

講演内容についての自由記述による感想を表7に示す。自由記述欄は、1, 2行記入していただくことを想定して設けていたが、実に、26人中23人の参加者が熱心に思いをつづってください。自由記述欄に記載された内容をすべてテキスト化し、KHCorder (樋口, 2014)によって分析を試みたが、十分な特徴が検出できなかったため、敢えて全文を転載する。

なお、表中の下線は筆者が付加したものである。

表5. 公開講座の講演内容

	該当する	どちらでもない	該当しない	無回答
分かりやすかった	18 (72.0)	6 (24.0)	0 (0.0)	1 (4.0)
興味深かった	21 (84.0)	2 (8.0)	0 (0.0)	2 (8.0)
絵本 の数は適切だった	16 (64.0)	6 (24.0)	0 (0.0)	3 (12.0)
開催時間 は適切だった	19 (76.0)	5 (20.0)	0 (0.0)	1 (4.0)

人数 (%)

表6. 託児サービスを有料でも利用したい

該当する	4 (16.0)
どちらでもない	3 (12.0)
該当しない	1 (4.0)
無回答	17 (68.0)

人数 (%)

表7-1. 講演内容の感想(1)

	感想
①	とてもよかったです。又機会があれば参加したいです。(案内等ほしいです)
②	私自身の生活をふり返る良い機会になりました。自分の弱いところが、子育てに出ていて、“そこ”をフォローしていただけることを望んでいたと思います。三人の子供がいますが、三人目は“ママに話をきいてもらっていない”と不満を持っているようで兄妹間でも関わりが難しいです。
③	貴重なお話ありがとうございます。どれも心にひびいて、発言すると泣いてしまいそうに発言できずすみません。2冊目はタイトルだけ見るとゾッとするので(笑)、本屋では恐らく出会えなかった(見つけても手にとらなかつた)と思います。知ることができてよかったです。
④	保護者支援の話聞き、改めて自分の保護者の方との関わり方を見直そうと感じました。印象的であったのは、“囁む”という心理はどこからくるものか?という疑問があがったことで、保育士として当たり前“気持ちがあるから”と思っているが、一般的には疑問点であることが衝撃で、保護者の方もそう思われているかもしれないと思い、今後は丁寧に伝えていこうと思いました。
⑤	分かりやすすぎないところが、活発な対話を生んだように感じました。楽しく学べました。分かるだけでなく、体験することができました。

表7-1の感想②では、自らをふりかえり、「自分の弱いところが、子育てに出ていて、“そこ”をフォローしていただけることを望んでいたと思います。」と、自らの弱みと子育てとの関係や承認されサポートしてもらいたい気持ちなどに気づく深い洞察がなされていることが理解できる。

また、スタッフの対応についての自由意見を表8に示す。なお、④の冒頭の「びっばらん」とは、児童学科で行っている子ども・子育て支援活動のことであり、ピッバラ樹(菩提樹)から命名したものである。

表8からは、日ごろ子ども・子育て支援を実践的に学んでいる学生たちが、養育者を大切にお迎えしたことが参加者にも伝わっていることが理解できる。

また、⑨では、幼い子どもの育児の最中であり、託児サービスを利用して安心して参加され

表7-2. 講演内容の感想(2)

	感想
⑥	ゆったりした時間をすごさせていただきました。ありがとうございます。
⑦	本の紹介だけでなく、具体的な事案を聞く事ができ、良かったです。またこのような機会があれば参加したいと思います。
⑧	いろいろな年代の方が参加する中でのお話。進めるのも大変だったかと思いますが勉強になりました。親の思い、子どもの思いに寄り添うことが一番大切だと思ひ日々生活していますが、非認知能力ということも意識しながら親子さんと関わっていきたいと思いました。託児サービスについて。利用していませんがサービスがあれば助かるかと思っています。子育てをしている時には何かとお金がかかるので安価なら利用しやすいと思います。
⑨	興味深い内容でした。BOOK startとか、子育て支援など言われていますが、おかあさんの心のケアが大切ということをもっと広く知ってもらいたい。
⑩	実際に幼稚園に勤めていた方や、子どもをもつ親御さんのお話を聞いて、育児の大変さやその支援の必要性がより実感できる時間であった。また、虐待を産み出さないために、お母さんの心の痛みに共感することが大切だとわかった。母親の力を最大限發揮するにはどのようなサポートが必要かを今後も考えていきたい。
⑪	抽象的な表現が多く、今日の講義を実生活でいかすのは難しいと思いました。
⑫	柔らかない雰囲気のもとで、保護者への支援のあり方を考えることができました。
⑬	「今日 Today」の絵本は20数年前の自分のような内容でした。今はいろいろあったなあという思いと思い出がよみがえりました。子育て中はとにかく大変でした。ありがとうございました。今日はなんだかほっこりできました。

表7-2の感想⑩の記述からは、様々な立場の参加者の発言をきくことで、改めて自らも思いを新たにできる機会となったことがうかがえる。一方、本講座の案内では、「大人向けの子育てにまつわる絵本をいくつかご紹介します。臨床心理士と共に絵本を味わう、ゆったりとした時間を過ごしましょう。」と記していたため、具体的に使える内容を求めて参加された感想⑪の方の期待には沿うことができていない。具体的なサポートを必要とされる養育者に対しては、後述する親子支援びっばらん活動の情報等が届くように情報発信に努めたい。

表7-3. 講演内容の感想(3)

	感想
⑭	聴衆の声を聞き出そうとの謙遜なお気持、○ですがもっと御自分を出されてもいいと思います。3冊目迷い乍ら紹介して下さいでしたが、3冊は当初からしっかり入れこんで、きちんと説明して頂きたい。温かい雰囲気作り(お茶、お菓子)とてもいいです! このテーマ(おとなの絵本の時間)のPart2をやって頂きたいです。有難うございました。
⑮	乳児期の育児を卒業し、まだまだ自分の子育てに迷い中ではありますが、“ママパパのサポート”の必要性に強く興味を持っています。まずは、自分がモンスターママになっていないか子どもの話をしっかり聞いているか反省しつつ、ご近所、友達、助けを必要としている方はいないかな?? と少し自分のできる範囲で心を配っていければ、と思いました。共働きバタバタ母に必要なサポートって何でしょうか。何をしてもらったら楽になるのか分からないまま仕事を辞めてしまった身としては、具体的に再考してみたいところです。
⑯	普段自分では手に取らない本を紹介して頂いた事は、今後の活動(子育て支援)に活かせて行ける事もあり勉強になりましたが、社協が推し進める絵本については個人的にはあまり親御さんに読みたい(すすめたい)とは感じませんでした。
⑰	大人のためのえほん、いいなとおもいました。今まで自分のためにえほんをよむと思いませんでした。こんどよんでみたいです。

表7-3の感想⑭、⑯及び⑰の記述からは、大人のための絵本を紹介したことに意義があると感じていることが理解できる。

ていることに加えて、12月にもかかわらず、あたたかいお茶を「久しぶりにゆっくり」飲めたと記されている。まさに、「今日」(前掲書)に描かれている生活と重なる日々を送っておられることが理解できる。一方、申し込み方法には課題が残った。

表7-1・2・3・4からは、現在や過去の自らの子育てに対する思いをふりかえって言葉にしていたり、子ども・子育て支援者として、改めて母親に思いをよせる内容が認められる。絵本に綴られたメッセージに触れることで生じた様々な思いを参加者間で分かち合い、改めて自らの思いを省察する機会になったことが理解できる。

表7-4. 講演内容の感想(4)

	感想
⑱	Today, 今, 1才0ヵ月の子を育ててるのですが、今, 1番欲しい本でした。帰ったら本屋さんでさがして、ダンナさんにも読んでもらいたいです。理想のママの本は逆にうらやましいと思いました。今私の子は、どこまで私の言っている事が分かってるか…ないてばかりで、まだ心にはひびきませんでした。2才~3才ぐらいになったらわかるのかなあ? と思っています。パパさんロボットの本は、たしかになと思いました。がんばってるねと言われるだけですくわれます。
⑲	先日、子供が2歳になり子育て真最中です。どの本も、この2年間の気持ちがギュッとつまっている様な気がして心にジーンとひびきました。3冊の本と皆様のお話を聞いて、気持ちが楽になりました。
⑳	祖母であり、母である自分にとってたくさんさんのヒント、考え方、観方を教えていただきました。
㉑	先生のエピソードも伺えたのが良かった。年令、男女、幅広くお声が伺えたのが良かった。
㉒	絵本の紹介以外にもオススメの本をたくさん知りたかったです。(プリントでもいいので)
㉓	虐待がなぜ起こるのか? がわからないです…

表7-4の感想⑱及び⑲からは、子育て真最中であることがうかがえ、本講座で紹介した絵本が、自分の気持ちと重なる様子がリアリティをもって綴られている。一方、感想㉓からは、表7-2の感想⑪と同様に、具体的なサポートを必要としておられた可能性があるかと推察できる。改めて、後述する親子支援びっばらん活動の情報等が届くよう、情報発信に努めたい。

5. 考察

講座の内容に対する感想として、多くの参加者が思いをつづった表7-1・2・3・4からは、絵本に刺激を受けて養育者同士が語り合い、交流することで、改めて自らの思いを見つめなおす機会になったことが理解できる。

佐々木(2014)は、絵本は、読み手の子ども理解を促したり、そのことを通して、読み手が内省を深めるきっかけを与えたりすることがよくあるとしている。また、その理由として、絵

表 8. スタッフの対応について

	意見
①	親切でよかったです
②	足元が寒かったです
③	飲み物とお菓子まで用意してくださり、 <u>ホッ</u> <u>コリ</u> できました。
④	びっばらんも見せていただきいい勉強になりました。今日は参加させていただきありがとうございます。又、こういう機会があればぜひ参加させていただきたいと思えます
⑤	申し込みについて：メールの返信が届かず 対応がされなかったこと少し不ゆかいでした。改良して下さい
⑥	託児サービスについて：対象の子がいないためよく分かりません。皆様お心くばりいただき、ありがとうございました。
⑦	温かい笑顔で迎えて頂いて、うれしかったです。
⑧	とてもしんせつでよかったです。
⑨	・たぶん泣いてばかりいたと思うのですが、 <u>プロの方にあずかってもらえて、安心して講座を聞く事ができました。学生の頃にもどったかんじでした。</u> ・ <u>あたたかいお茶をひさしぶりにゆっくりのめしました。どうしても急いで急いでなので。</u>
⑩	笑顔で対応していただき良かったです。
⑪	申し込み時、少しとまどいがありました。Eメール返信が届きませんでした。参加不可かとも思いました。
⑫	子どものことを学んでいらっしゃる学生の皆さんが「大人の勉強会」をお世話下さって、感謝致します。子育ては20年経っても不安で学びたいのです。親として認めて欲しいのです。「大丈夫」と言って欲しいのです。先生のおはなし下さった「かんでしまう女の子」のママが保育者さんだったことを聞いた時は私も涙しました。“涙を流せる”講座をひらいて下さった先生、スタッフの皆様感謝いたします。
⑬	親切にしてください、ありがとうございました。

本というものが、作家と画家が大切にしている子どもへのメッセージを核として生まれたものだからであると述べている。まさに、今回紹介

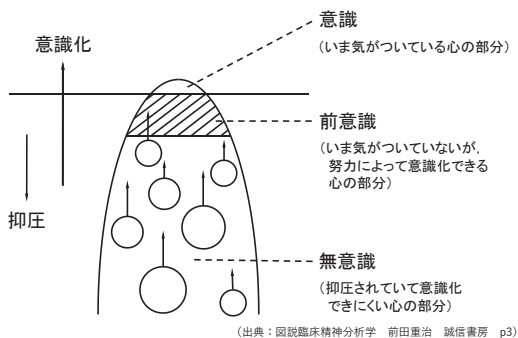


図 1. フロイトの局所論 (前田1985)

した絵本も、作家と画家の思いが強く参加者の心に響いたものと理解できる。

さらに絵本は、子育てや夫婦についての深い省察に満ちており、どんな育児書よりも優れた心理学書になりうる場合があるとも指摘している。この点を、前田(1985)が図式化したフロイト、Sの心の局所論を用いると、以下の様に説明ができるだろう(図1)。

フロイトは、人の心のありようを氷山の一角にもたとえられる三層に分けて考えた。人が日頃自分の気持ちであると考えているのは、「意識」の水準で生じていることであるとしている。日ごろの家事や育児に追われている養育者は、自らの気持ちを見つめたり、子どもの気持ちに思いを巡らせたりする余裕すらないかもしれない。そこで、守られた空間の中で、子育てに関する絵本を読み、養育者間で思いを分かち合うことで、「前意識」レベルで生じている思いに気づくことができるのではないだろうか。言い換えれば、子育てにまつわるもやもやした言葉にならない思いや、うまくいかないときの罪悪感などに気づき、言葉にしていくことによって、再び子どもと向き合うきっかけとなると考えられる。

本学児童学科では、2016年度から子ども・子育て支援活動を学科一丸となって展開している(瀬々倉, 2018)。なかでも、未就園児とその養育者とを対象とした少人数制(6組)で、4回連続の短期プログラム形式で実施している「びっばらんシリーズ」については、初回のみを親子合同遊びとし、その後の3回は親子分離

によるサポートとしている。子ども対象のプログラムは、保育者と保育学生が中心になっており、子ども1名に担当学生が1名つき、1人1人の個性に合わせた発達促進的アプローチを行っている。

一方、日々、家事や育児に追われている養育者については、子どもと離れ、ゆったりとした空間において、以下のようなプログラムを実施している。

- ①「ヨーガ～こころとからだをほぐす～」:
ヨーガインストラクターによる呼吸法などを中心としたプログラム
- ②「らくがきゲーム～子どもと心を通わせる手がかり～」:
筆者オリジナルの親子相互作用を養育者間で疑似体験するプログラム
(瀬々倉, 2016. 前掲書など)
- ③「おしゃべり・さろん」:
養育者間で子育てにまつわる思いを吐露し合い、ピアサポートを促すプログラム

これらの養育者支援プログラムは、いずれも日々慌ただしく過ぎていく日常から距離をおいて楽しみながら、ゆっくりと自己をみつめ、じっくり他者と関わる中で内省することを目的としている。養育者自身がスタッフに大切にされ、安心できる環境の中で深く自らを省みる時間を体験することによって、改めて子どもに向き合う際の子ども理解につながったり、行ききすぎた言動を和らげたりする効果があるのではないかと考えているからである。

今回の講座は、「びっばらんシリーズ」ほどに少人数でもなく、また単発のものとなっている。それにも関わらず、養育者間の盛んな交流が生じた。その後の質問紙調査に綴られた多くの感想からも、養育者に絵本の作者からのメッセージがダイレクトに伝わっており、自己の省察につながるきっかけとなったことが明らかとなった。

これまで、非常に多くの絵本が刊行されている。その中には、子ども向けの絵本だけでなく、

大人にも楽しめる絵本、明らかに大人に向けた絵本、さらには、心理学的な解釈を添えて大人に伝えたい内容の絵本も存在している。

子ども・子育て支援の観点からは、養育者に向けて絵本を読み、養育者間でそこから感じた思いを語り合うような機会も時には必要ではないかと考える。

6. 結論と今後の課題

本稿では、養育者間で絵本を通して交流することの心理学的意義について、公開講座の参加者への質問紙調査を基に考察した。

その結果、絵本は子どものためのみならず、養育者にとっても、日ごろの子育ての中で感じているもやもやした感情を明確化したり、無意識に繰り返している行動の背景を省察したりするなど心理学的な意義があることが明らかとなった。

今後の子ども・子育て支援を考えていくうえで、養育者にとっての絵本の意義を理解し、活かしていく必要があると考えられる。

文献

- 樋口耕一 (2014) 『社会調査のための計量テキスト分析—内容分析の継承と発展を目指して—』 ナカニシヤ出版
- 伊藤比呂美 (訳)・下田昌克 (画) (2013) 今日 Today. 福音館書店
- 前田重治 (1985) 図説精神分析学. 誠信書房
- 森野さかな (2002・2010) 理想のママのつくりかた. 論創社
- 森野さかな (2010) パパさんロボット買いました. 論創社
- NPO ブックスタート編著 (2014) 編集協力 佐々木宏子 秋田喜代美. 「ブックスタートがもたらすもの」に関する研究レポート. NPO ブックスタート
- 大日向雅美 (2002) 育児不安とは何か—発達心理学の立場から. こころの科学第103号. P. 10
- プチタンファン編集部 (2001) 続読んでくれてありがとう—ここにもう一人のあなたがいる. 婦人生活社
- プチタンファン編集部 (1996) 読んでくれてありがとう—ここに192人のママがいる. 婦人生活社
- 経済企画庁 (1997) 国民生活局による国民生活選好度調査
- 瀬々倉玉奈 (2018) 乳幼児期の子ども・子育て支

援実践と支援者養成—京都女子大学親子支援
ひろば ぴっぱらん—. 京都市「学まち連携
大学」促進事業活動報告書2017. Pp. 17-19
瀬々倉玉奈 (2016) 第8章 親への支援. 第1節
育児不安. 第3節子育て支援. 菊野春雄編著.
乳幼児の発達臨床心理学：理論と現場をつな
ぐ. 北大路書房. Pp. 160~165. 172~176.
177

謝辞／付記

年末の御多忙な時期にもかかわらず公開講座
にご参加くださり、熱心に発言し、会全体の相
互交流を展開して下さった皆様に心から感謝
申し上げます。