

歩行開始期の子どもをもつ親への支援プログラムの 開発と効果の検討

—講座「イヤイヤ期はこわくない」の実施報告—

Development and Evaluation of a Support Program for Parents of Toddlers.

坂上 裕子／田中 里実／中鉢 路子
Hiroko SAKAGAMI / Satomi TANAKA / Michiko CHUBACHI

1. 歩行開始期の子どもをもつ親への支援の必要性

子育て中の親は、子どもの年齢とともに、育児においてさまざまな困難や悩みを経験する。とりわけ、子どもが行動や言葉で自分の意志を明確に示すようになると、「子どもが言うことを聞かない」ことが、親にとっては悩みの種となる。たとえば、厚生労働省の21世紀出生児縦断調査（厚生労働省, 2005）の結果によれば、2歳6ヵ月児の親の21.9%, 3歳6ヵ月児の親の27.6%が、育児における負担や悩みとして、「子どもが言うことを聞かない」という項目を選択している。

おとなの側から見て、子どもがとりわけ言うことを聞かなくなったと感じられる1歳後半から2, 3歳にかけての時期は、従来、「第一次反抗期」と呼ばれてきた。昨今では、「第一次反抗期」に代わって、「イヤイヤ期」という呼称が広く使われている。子どもが歩行開始期に顕著な反抗や自己主張を示すようになる背景や、その発達の意義については、本や雑誌、インターネットといった一般向けのメディアを通じて、専門家による解説が発信されてきた。同時に、非専門家によるSNS等での情報発信が増えたことで、子育て中の親が「イヤイヤ期」に関して受け取っている情報は、玉石混淆の様相を呈している。実際のところ、「イヤイヤ期」は学術的に定義された概念ではなく、2000年代半ば頃にインターネットや育児雑誌で使われ始めたことをきっかけに急速に広がった造語である。このことを反映するかのように、インターネットの検索エンジンに「イヤイヤ期」と入力すると、Google検索では約4,270,000件、Yahoo検索では約4,310,000件（2023年10月31日検索）ものが結果がヒットする。さらに、検索時には、「イヤイヤ期 イライラ」「イヤイヤ期 いつから」「イヤイヤ期 対応」「イヤイヤ期 なぜ」「イヤイヤ期 いつまで」といった多数の候補語が提示されるが、これは、少なくない親がこの時期の子どもへの対応に苦慮していることを示唆する。

ところで、「イヤイヤ期」という呼称は、「反抗期」という呼称と同様、おとなからすると扱いに困る子どもの行動の一部にのみ焦点を当てた、おとなの視点からの呼称であり、歩行開始期の子ど

もの発達の特徴を的確に捉えたものではない(坂上, 2018; 坂上, 2022c) ことに注意が必要である。また、「イヤイヤ期」という語がもっとも多く用いられているのは、歩行開始期の1, 2歳の子どもに対してであるが、上述のとおり、この語自体が明確な定義を持つ語ではないため、これ以外の年齢の子どもに対しても用いられることがあることを付記しておく。なお、本稿でも「イヤイヤ期」の呼称を用いる箇所があるが、本稿では、1, 2歳の時期の子どもの反抗や自己主張に困惑するおとなの側の視点を強調したい場合に限ってこの呼称を用いることとする。

では、2歳前後の子どもを育てている昨今の親は、子どもの「イヤイヤ期」にどう向き合っているのだろうか。坂上(2022a)は、昨今の親の特徴を把握すべく、1歳後半から2歳前半の子どもを持つ母親300人を対象に、子どもの反抗や自己主張への対応(子どもが言うことを聞かない時や自分の思い通りにならずにくずる時にどのような対応をどのくらいの頻度でとっているか)や育児感情を尋ねる質問紙調査を2020年に実施し、そこでの回答を、20年前(2000年)に実施した同内容の質問紙調査(協力者は1歳後半から2歳前半の子どもを持つ母親270人)での回答と比較した。その結果、2020年の協力者は2000年の協力者に比べ、子どもの反抗や自己主張に対して強圧的に関わること(大声で怒る、無理強いする、叩くなど)は少なくなっていたが、同時に、子どもを宥め、子どもの思いを汲みとろうとすること(抱っこする、共感の言葉をかける、など)や、行動の枠を明示すること(すべきことやしてはいけないことを言葉で伝える、状況や理由を説明して言い聞かせる、など)も少なくなっていることが分かった。さらに、それらの対応が、子どもを宥めたり子どもに言うことを聞かせたりするうえでどの程度効果があると考えているのかを評定してもらったところ、2020年の協力者は2000年の協力者に比べ、いずれの対応の有効性も低く見積もっていることが明らかになった。

これらの結果は、昨今の親が、この年代の子どもの自我の芽生えによってもたらされる親役割の分化と統合に、難しさを抱えている可能性があることを示唆する。すなわち、子どもが1歳後半になり、探索範囲の広がりや自我の芽生えを受けて反抗や自己主張を示すようになると、親には、子どものアタッチメントの対象として子どもの要求に敏感に応答するだけでなく、しつけ(社会化)の担い手として、子どもに行動の枠を示したり、双方の意図を折り合わせるべく、交渉したりすることが求められるようになる(坂上, 2005)。しかしながら昨今の親は、約20年の親に比して、子どもの思いを汲みとろうとすることも、子どもに行動の枠を明示することも相対的に少なくなっており、多くの対応に関してその有効性を相対的に低く評価していた。このことから、昨今の親は、子どもが「イヤイヤ期」を迎え、子どものアタッチメントの対象や理解者としての役割に加え、社会化(しつけ)の担い手という役割を本格的に担うようになったときに、両方の役割を引き受け、統合していくことに難しさを覚えており、親としての効力感を持ちづらくなっているのではないかと推察される。

坂上(2005)はかつて、2歳児の母親へのインタビュー調査や質問紙調査の結果から、日本の母親たちは子どもの成長の表れである反抗や自己主張を押さえるのはよいことではなく、子どもは見守りながら育てていくのが望ましい、と理念的に考えているものの、実際には「見守る」「自由にさせる」以外に、子どもの反抗や自己主張を扱うための具体的かつ建設的な方法を持っていない可

能性があることを指摘した。上記の坂上（2022a）の調査では、20年前の親に比べて昨今の親は、子どもの反抗や自己主張に対して、距離を置く対応（子どもがその気になるのを待つ、しばらくそのまま放っておく、など）をとることが多いことも示されており、この結果は、坂上（2005）が指摘した傾向が今なお当てはまる、あるいは、その傾向がもっと顕著になっていることを示唆している。

上述のような親の対応や効力感の変化の背景を考察した坂上ほか（2023）では、過去20年の間の子育てを取り巻く状況の変化や、コロナ禍を含む昨今の子育て事情を概観し、「イヤイヤ期」の渦中にある歩行開始期の子どもをもつ親への支援の必要性が高いことを改めて確認した。特に、「子どもが言うことを聞かない」ことは、子どもへの強圧的な関わりを親から引き出しやすい（坂上, 2005）ことを踏まえると、虐待の予防という点でも、この時期に特化した支援プログラムを提供することの意義は大きいと言える。

現在は多くの自治体で、乳幼児の親を対象とした支援プログラム（たとえば、Nobody's Perfect（キャタノ・三沢・幾島, 2002）やCAREプログラム（福丸, 2009; Gurwitch, Messer, Masse, Olafson, Boat, & Putnam, 2016）、コモンセンス・ペアレンティング（Barnes & York, 2022; 野口, 2012）、トリプルP（加藤, 2006; 加藤・柳川, 2022）など）が実施されている。こうしたプログラムのほとんどは海外で開発されたものであり、幅広い年齢の子どもをもつ親に適用できる汎用性の高さが、その特徴かつ利点であるといえる。これらのプログラムの有効性を示す知見は国内でも蓄積されつつある（坂上ほか（2023）に概観）が、一方で、これらのプログラムにはいくつかの課題や限界もある。一つは、歩行開始期ならではの、親、子それぞれにとっての発達課題や、この時期の子どもの発達の特徴を十分に考慮したものではない、という点、二つめは、子どもの反抗や自己主張の捉え方には日本と欧米では違いがあったり（坂上, 2005; Ujiie, 1997）、プログラムで扱われている内容や表現には日本の親子に馴染まない箇所があったりするが、こうした文化差については等閑視されているという点、三つめは、多くのプログラムは親だけで（つまり親が子どもを誰かに預けて）受講する形態が取られており、プログラムによっては相当回数の参加が求められるため、親から分離することへの抵抗感が強い歩行開始期の子どもを持つ親には受講のハードルが高い、という点である。よって、歩行開始期の発達課題や発達の特徴、ならびに、昨今の日本の子育てならびに親の実態を考慮した、新たな内容の支援プログラムが求められている。

2. 歩行開始期の子どもをもつ親を対象とした支援プログラムの開発

歩行開始期に特化した新たな親支援のプログラムの必要性に鑑み、本稿では筆頭著者が考案した、「イヤイヤ期はこわくない」と題する講座を紹介する。以下では、講座内で扱うプログラムの目的、構成、および各セクションの内容を、背景や意図を含めて詳細に説明する。

(1) プログラムの目的

子どもが「イヤイヤ期」に差しかかった、あるいはその渦中にある親の本音として、「子どもがすぐに言うことを聞いてくれる方法を知りたい」、「子どものイヤイヤがすぐにおさまる方法を教えてほしい」という声がしばしば聞かれる。子どもから反発されるといらいらする、子どもがイヤイヤをすると物事が予定どおりに進まない、といった親の困り感は十分に理解できる場所である。

一方で、おとなが「イヤイヤ」と捉える行動を子ども側の視点から捉えると、これらの行動は、自律性や主体性の発達、あるいは自我の芽生えを表わすものであり、子どもが、自分の行動を選択、決定し、実行に移すのは、他ならぬ自分であることに気付いたことを意味する。反抗や自己主張といった形で自分の意志を伝えるようになった子どもは、時として親をはじめとする他者と激しく対立したり、時として折り合いをつけたりすることを通して、他者と共生する中で自分の目的を実現するための方法を学んでいく。また、親の側も、子どもから反抗や自己主張を向けられることで、わが子が自分とは異なる意志や個性をもつ存在であることを認識し、子どもの主体性や自律性を尊重するようになっていく。このように、子どもの自律性や自我の発達が進む歩行開始期には、親子の対立は不可避なものであるが、対立を通して親子の間では、相互理解が深まると同時に、相互に意図を汲み、調整しようとする、新たな関係性が築かれるようになる(坂上, 2005)。

当プログラムでは、このような親、子双方にとっての発達の意義を踏まえ、プログラムの目的を、親が子どもの反抗や自己主張への向き合い方を身に付けることを通して、わが子についての理解を深め、子どもとの間によりよい関係を築けるようになること、また、子どもの自律性の発達を支える自身の役割を認識し、その人らしく自信を持って子育てをしていかれるようになること、とした。

(2) プログラムの内容構成

先に述べたとおり、歩行開始期の子どもを育てている昨今の親には、①この時期の子育てにおいて課題となる、親役割の分化と統合(子どもにとってのアタッチメント対象ならびに理解者としての役割と、新たに加わった社会化(しつけ)の担い手としての役割を統合すること)に難しさを感じており、親としての効力感を持ちづらい、②子どもの反抗や自己主張を扱う、具体的かつ建設的な方法を持っていない、という二つの特徴があることが、先行研究(坂上, 2022a)からは示唆されている。これらのことを踏まえ、プログラムの内容には、子どもの自律性の発達における歩行開始期の位置づけを示したうえで、この時期の子どもの発達の特徴ならびに親の役割に関する説明を含める必要があると考えた。

現代では多くの人が、自身が親になる前に幼い子どもと密に関わる経験をもっていないため、子どもの育ちや子育てについて、「なんとなく知っている」「なんとなくできる」といった実体験に基づく知識やイメージがないまま、自身の子育てをスタートさせることになる。さらに、自身が親になっても、地縁の弱体化や乳児をもつ共働き家庭の増加、さらにはコロナ禍の影響も相俟って、他の子育て中の親子と密に関わることがない中で子育てをしている人が少なくない。他の子どもの様

子や他の家庭の子育ての様子を知することは、わが子の個性や親としての自身の持ち味に気付いたり、他の親と子育ての大変さや楽しさを共有したりすることに繋がる（坂上・常田, 2022）。そこで、プログラムには、親同士がやりとりする時間を多く取り入れる必要があると考えた。

以上を踏まえて考案したプログラムの内容構成を、Table 1に示す。なお、当プログラムは複数の親子が参加することを前提としており、実施に要する時間は90分前後を想定している。

Table 1 講座「イヤイヤ期はこわくない」プログラムの構成

セッション1	最近のわが子の様子
セッション2	こころの育ちを、車の運転の習得にたとえると
セッション3	子どもの自我の育ち
セッション4	やってみよう（ロールプレイ）
セッション5	イヤイヤ期を乗り切るコツ
セッション6	質疑応答・感想

プログラムのタイトル

「イヤイヤ期」の渦中にある子どもを持つ親の中には、子どもへの苛立ちを制御するのに困難を覚えている人や、子どもへの対応に困り果てている人もいる。また、昨今では子どもが乳児のうちからSNSやインターネットで「イヤイヤ期」の情報を目にし、わが子が「イヤイヤ期」を迎える前からその到来を予期して、不安を覚えている人もいる（坂上, 2022b）。そうした人たちに、子どもの「イヤイヤ期」は手に負えないものではなく、子どもとの間に相互理解に基づく新たな関係性を築く好機となることを伝えたいと考え、講座名を「イヤイヤ期はこわくない」とした。

セッション1 最近のわが子の様子

参加者同士がリラックスし、共感しやすい雰囲気を作るため、講座に参加した理由や、最近の子どもの様子（子どもが普段、どのような状況で、誰に対して、どのように「イヤイヤ」をするのかなど）について話し合いをしてもらう。

セッション2 こころの育ちを、車の運転の習得にたとえると

当プログラムの主題である「イヤイヤ期」は、子どもが自身の意志でやりたいことやすべきことを考え、選び、実行していく、自律性の発達の出発点にあたる。親としての役割は、子どもの自律性の発達のプロセスに寄り添い、子どもを自立に導くことであり、子どもが自立することが、親にとっての子育てのゴールとなる。親は、子どもの自律性の発達の程度に応じて、都度、必要な援助を子どもに施し、子どもの発達が進むとともに、判断や選択の主導権を子どもに渡し、援助の手を緩めていくことになる。このような、子どもが自立するに至るまでの発達の見通しやイメージを親に伝えることは、親が、子どもの歩行開始期だけでなく、それ以降も続く子育ての中で、自身が親として果たすべき役割を考えるうえでの一助になると考えた。そこで、プログラムの冒頭に位置するこのセッションでは、子どもが自立に至るプロセスを、子どもが一人で車の運転が出来るようになるまでのプロセスに準えて説明することで、子どもの自立に向けて親が果たすべき役割や子どもへの援助の仕方について、理解を深めてもらうことを企図した。

子どもの発達の説明には、参加者の直感的な理解を促すため、運転席に座っている子どもと助手席に座っている親の絵が描かれた、車のイラストを使用する。子どもは運転手であり、親は運転の手ほどきをするナビゲーターにあたる。車のアクセルは行動を起こすためのパーツ、ブレーキは行動を抑制するためのパーツであり、ハンドルは状況に応じて行動を選択、調整するためのパーツにあたる。運転の際に事故を防ぐためには、子どもは交通ルール（社会的な規則や規範）を覚え、守れるようにならなければならない。運転を練習し始めたばかりの子どもは、助手席の親と相談して目的地やルートを決め、アクセルやブレーキ、ハンドルを操作する方法を教えてもらい、あちこちに衝突しながら、運転の仕方を身に付けていくことになる。操作の習得には順番があり、アクセルを踏むこと（自分のやりたいことを主張すること）を覚えてから、ブレーキのかけ方（周りの状況に応じて、自己を抑制すること）やハンドルの切り方（方向転換すること）を覚えることになる。やがて、運転経験を積んでいく中で、助手席の親の力を借りなくても、子どもが自分で目的地を決め、ルートを考え、臨機応変に車を運転できるようになる時が到来する。その時が、子どもが親からの自立を遂げた時である。

「イヤイヤ期」は、子どもが、自分が車の運転手であり、自分で車を運転したい、と主張し始めたタイミングに当たる。子どもの中では、アクセルを踏んで目の前の目的地に向かいたい気持ちが高まるが、アクセルやブレーキ、ハンドルを操作するタイミングや方法はまだ分からず、周りの状況も見えていない。そこで、助手席の親は、必要な時には補助ブレーキを踏みつつ、アクセルやブレーキ、ハンドルを操作するタイミングや方法のほか、道順や交通ルールを子どもに一から教え、運転の手ほどきをしていく。また、子どもが運転に疲れた時に休憩を取らせたり、ガソリン（心のエネルギー）が切れた時にそれを補給したりすることも、親の重要な役割である。

「イヤイヤ期」の子どもは、運転の初心者であるが、助手席の親もまた、ナビゲーターとしては初心者である。親も最初から、子どもに合った上手な教え方ができるわけではなく、運転の仕方を教える中で、子どもの様子をよく見て、子どもとのやりとりを積み重ねていくうちに、わが子に合ったナビゲートの仕方を身に付けていく。

参加者には、子どもが自立に至るまでのプロセスや親の役割について上記のようなイメージを持ってもらったうえで、子どもに、何を、どのような順番で教えればよいのか、どのような教え方をすると伝わりやすいか、といったことについて考えてもらい、発言してもらう。

セクション3 子どもの自我の育ち

このセクションでは、歩行開始期の子どもの自律性（自我）の発達についての理解を深め、この年代の子どもへの適切な対応の仕方を学ぶ。

親が子どもの「イヤイヤ」に苛立ったり当惑したりするのは、この時期の子どもがなぜ自分の思いにこだわるのかを、子どもの視点に立って理解するのが難しいためであると考えられる。そこで、子どもの自我の発達について説明するにあたり、1、2歳児の自我発達の様相を子どもの内的視点から描いた、神田による説明（神田, 2004）を援用することとした。以下にその内容を抜粋、要約する。

まず、自我には、自分を主張することと、他者と共にあることを求め、他者との関係を調整することの両面がある。自我が芽生えて間もない1歳の子どもは、親との一体的関係を自ら抜けだし、

自分が親とは異なる独自の意志をもつことを認めてほしいがために、相手の提案を「イヤ」と拒否することによって自己を主張する。このような子どもの「イヤ」に対しては、真正面から対峙せず、子どもが独立性と主体性を発揮して自分で動けるように水を向けることが重要である。たとえば、言葉をかけてから1, 2分待つ、おとなが指示するのではなく選択肢を示して子どもが選べるようにする、という働きかけが出来るとよい。そうすれば、自分を発揮したい、という子どもの気持ちは満たされることになる。同時に、この時期の子どもは、親から自立して活動している自分を見守ってほしい、困ったときには即座に助けに来てほしい、自力で何かを達成できたらそれをほめてほしい、という要求も持っている。

見守られながら自分で活動する経験を蓄えて、内面の思いが広く、深く育ってきた2歳の子どもは、自らの要求を「～シテホシイ」「～ヤロウ」と言語化できるようになる。自分の内側にたくさんの「思い」をもつようになった2歳児の要求には、二つの側面がある。一つは、「～シテホシイ」という、言葉に出したとおりの要求（行為への要求）であり、もう一つは、「こう思う自分を認めてほしい」「自分を尊重してほしい」という、自我の要求である。2歳児は、自分の要求が拒否されると激しいだだこねを示すことがあるが、それは、行為への要求が満たされなかった（望んだ行為が実現されなかった）ことへの不満だけでなく、自我の要求が満たされなかった（自分が尊重されなかった）ことへの不満を持つようになるからである。しかしながら、子どもの要求の全てをかなえることは、現実的には不可能である。このようなとき、行為への要求は満たせないが、「あなたの思いは受けとめたよ」と伝えることができれば、自我を受けとめ、わがままを助長しない関わりになる。行為への要求はかなわなくても、おとなが自分の気持ちを代弁し、「分かった」と自分の思いを認めてくれば、子どもは、自分は理解されている、自分は尊重されている、と思うことができ、それによって安心を得て、次に何をするのかという方向に気持ちを切り替えることが可能になる。このような安心感の上に、子どもは自分の気持ちや行動をコントロールする力を自らの手で育てていくのである。

以上が、神田（2004）による1, 2歳児の自我の発達に関する説明であるが、神田がいう、子どもの「自我の要求」に応えることは、親が担う役割のうち、子どものアタッチメント対象あるいは理解者としての役割に重なる。また、「行為への要求」に対して、社会的な規則や規範に照らして応じられるか否かを判断し、それを子どもに伝えるのは、社会化（しつけ）の担い手としての役割に重なる。子どもの要求には二つの側面があり、親は、子どもの「行為への要求」には応じられないことがあるが、「自我の要求」には応じることができる。このことを認識しておくことが、子どもにとってのアタッチメント対象としての役割と社会化の担い手としての役割という二つの役割を親が統合することに役立つと考えられる。

セクション4 やってみよう（ロールプレイ）

このセクションでは、前のセクション（3. 子どもの自我の育ち）で紹介した、子どもの要求への基本的な対応（選択肢を提示する・子どもの思いは受けとめるが、行動は受け入れない）を、ロールプレイの中で実践してみる。参加者は、子ども役と親役の両方を体験することで、子どもの気持ちを追体験すると同時に、2種類の対応の効果を実際に確かめることができる。

ロールプレイでは、2種類の異なる状況を設定する。一つめは、親は子どもに何かをさせたいが、子どもはそれを拒否する、という状況（たとえば、親は子どもに着替えをさせたいが、子どもは着替えをいやがる）である。親役の人には、最初は無条件に対応してもらい、その後、合図があったら、子どもが従えるような選択肢を考え、子ども役の人に提示する。二つめは、親が受入れがたい内容の要求を子どもが向けてきた、という状況（たとえば、もう遅い時間であるにもかかわらず、絵本をもっと読みたがる）である。親役の人には、一つめの状況と同様に、最初は無条件に対応してもらった後、合図があったら、～したい、という子どもの気持ちを代弁して、子どもの思いは受けとめつつも、行動は受け入れない、という対応をしてもらう。なお、ロールプレイで設定する状況は、家庭でよくある状況や実際に困っている状況を参加者に出してもらい、相談の上、決定する。

参加者には、親役と子ども役の両方を体験してもらい、その後、それぞれの役を体験してみたの感想を、参加者同士で共有する。

セクション5 イヤイヤ期を乗り切るコツ

このセクションでは、「イヤイヤ期を乗り切るコツ」として、日々、子どもと接する際の心の持ち方や、子どもとよい関係を作るための日常的な声かけの仕方、親自身のイライラを扱う方法を紹介する。

セクション6 質疑応答・感想

プログラム全体に関する質疑応答を行った後、プログラムに参加した感想を各参加者に話してもらい、共有する。

ファシリテーターは、以下のことに留意してプログラムを進行する。①参加者の日々の頑張りをねぎらう、②参加者に積極的に意見を出してもらい、参加者同士が共感し合えるような場の雰囲気醸成する、③親がプログラムに参加している間、子どもは同じ室内でスタッフと遊ぶが、その時の子どもの様子の観察に基づき、ファシリテーターが読み取った、子どものいいところや、分かっていることや出来ていることを参加者に伝える。

3. プログラムの内容の適切さならびに効果の検討

2歳児を子育て中の親に講座に参加してもらい、受講中の参加者の発言や、講座後の参加者へのインタビュー記録の分析を通して、考案したプログラムの適切さや効果の検討を行うこととした。

(1) 方法

参加者

著者らの知人で2歳児を子育て中の人に、「イヤイヤ期はこわくない」と題した子育て講座を行うことを知らせ、参加者の募集と研究協力依頼を行った。講座には、研究協力への同意が得られた4

組の親子が参加した。研究の実施にあたっては、事前に青山学院大学研究倫理審査委員会による承認を得た（承認番号H22-013）。講座は2回実施し、各回、2組の親子が参加した。参加者の情報は、Table 2のとおりである。1回目の講座には、2歳3ヵ月児の母親2人が、2回目の講座には、2歳6ヵ月児の父母と、2歳9ヵ月児の父母が参加した。子どもは全員、保育所を利用しており、母親は有職もしくは育児休業中であった。

Table 2 講座参加者の情報

子ども	月齢	講座参加者	事前アンケート 回答者	事後インタビュー 回答者
A	2:03	母	母	母（AMさん）
B	2:03	母	母	母（BMさん）
C	2:06	母、父	母	母（CMさん）
D	2:09	母、父	母、父	母（DMさん） 父（DFさん）

講座の実施手続き

講座は、2歳児が遊ぶのにふさわしい玩具を用意した、大学内のプレイルーム仕様の教室で実施した。親子が来校した後、子どもが場所やスタッフに慣れてきたタイミングを見計らって、父母はプログラムに参加し、その間、子どもは同室内でスタッフと一緒に遊んで過ごした。第一著者がプログラムのファシリテーターを務め、第二、第三著者と学生数名が子どもの遊び相手を務めた。講座に要した時間は約100分であった。

プログラムの内容の適切さおよび効果を確認するための情報収集 当プログラムの内容の適切さおよび効果を検討するために、以下の3種類の情報を収集した。

- ① 事前アンケート：参加者には、普段の子どもの様子や子どもへの関わり方、「イヤイヤ」に関する困りごとを把握しておくため、講座に参加する前にアンケートに回答してもらった。
- ② 講座内の参加者の発言：参加者の許諾を得て、プログラム中の発言をICレコーダーで録音した（2回目の講座のみ）。
- ③ 事後インタビュー：講座後、2～3週間が経過した時点で、参加者に事後インタビューを行った。事後インタビューでは、まず、講座に参加したことによる気持ちの落ち込みなど、講座の悪影響がなかったかどうかを確認した。続いて、講座内容に関する意見・感想や、講座参加後の子どもとのやりとりや子どもの様子、自身の気持ちや行動における変化の有無などを中心に、自由に話してもらった。

(2) 結果と考察

事前アンケートの回答より、講座実施前の時点では4名の子ども全員が、家庭で頻繁に「イヤイヤ」

(反抗や自己主張)を示していることが確認された。A児、C児については特に、家庭での「イヤイヤ」が激しく、手を焼いているとの回答があった。A児の母、C児の母、D児の父母は、子どもの「イヤイヤ」に対して、共感の言葉をかける、抱っこをするといった慰撫行動や、褒めて載せる、理由や状況を説明して言い聞かせる、といった自律性の発達に促進的に働くと考えられる対応(Houck, & LeCuyer-Maus, 2004)をよくとる、と回答していた。その一方で、叱る、脅すといった自律性の発達に阻害的に働くと考えられる対応(Houck, & LeCuyer-Maus, 2004)や、他の物(食べ物や動画など)を使って注意をそらす、しばらく放っておく、といった対応についてもよくとる、と回答していた。また、B児、C児、D児とも、着替え、入浴、登園時や遊びを中断された時に「イヤイヤ」をすることが多いとのことであった。

事後インタビューでは、参加した親子の受講後の状態について確認を行い、いずれの参加者からも講座に参加したことによる悪影響はない、との回答を得た。インタビューで得られた語りについてはトランスクリプトを作成し、カテゴリー化の作業を行った。具体的には、トランスクリプトを何度か通読した後、内容のまとまりごとにトランスクリプトを切片化し、その内容を端的に表わすラベルをつけ、さらに類似するラベルを統合してカテゴリーを作成した。最終的に、「比喩を用いた説明の分かりやすさ」、「体験の共有と、共感する・されることへの満足」、「専門家が関わる意義」、「個々の対応の効果の実感」、「新たな試行錯誤」、「親としての効力感と自信の獲得」、「子どものよいところへの気付き」、「子どもとの関係性の変化」、「子育ての見通しの獲得」の9カテゴリーを抽出した。以下に、それぞれのカテゴリーについての説明を記す。また、「個々の対応の効果の実感」については、プログラムで実施したロールプレイでの発言もあわせて紹介する。説明の際に、参加者の発言を引用するが、発言者名についてはTable 2を参照されたい。

比喩を用いた説明の分かりやすさ 複数の参加者が、講座の中で印象に残ったこととして、セクション2「こころの育ちを、車の運転の習得にたとえると」の説明を挙げていた。

AMさん 「ドライブに喩えた話を夫に伝えたが、とても分かりやすいと言ってくれ、聞く耳を持ってくれた。」

BMさん 「アクセルとブレーキの話が分かりやすい。確かにアクセルを踏んだ上で、次ブレーキ、という発達の順番に、合点が行った。」

DMさん 「車で喩えられていたあの話がとてもよかった。講座後も、一人で考える時に、車のイメージがよく出てくるようになった。イヤイヤに限らず、子どもが自己主張する時に、今、アクセル踏んでるんだな、みたいに連想をした。急ブレーキだと多分、衝撃も大きくなるので、どれぐらいの段階でブレーキを踏んであげるといいのかな、とか、そういうことをイメージするようになった。」

AMさんは、事前アンケートの「講座で知りたいことや聞きたいこと」の欄に、「夫への伝え方」

と書いていたが、事後インタビューでは、講座に参加していなかった夫と、講座で聞いた話を共有することができた、と話していた。比喩やイラストを用いた説明が直感的に理解しやすいものであったために、内容を直接聞いていない人とも共有しやすかったのではないかと考えられる。

DMさんは、受講後、自律性の発達の説明に用いた車のイメージを、自身が子どもへの対応を考える際の材料として活用していた。説明に比喩とイラストを用いたことが、受講者の理解と知識の定着を促進し、得られた知識を日常生活場面で能動的に活用することを可能にしたものと推察する。

体験の共有と、共感する・されることへの満足 複数の参加者が、プログラム内で子育ての悩みや大変さを他の参加者と共有できたことへの満足を語っていた。

BMさん 「お互いの経験談や体験談を話すことが多かったのがよかった。」

DMさん 「ママ友に会うことはあるが、お互い自分の子どもを見ながら一緒に過ごすので、あんまり話が実は共有できない。あの日は同い年の子を育てている方の話が聞けて、共感できるのも嬉しいし、自分が話したことに対して共感してもらえるのもすごく嬉しい。すごいすっきりした感じがある。」

AMさん 「夫とかと話せるのもとても大事だと思うが、同じことで悩んだりしているお母さん達と喋ったりとかも大事だな、と思った。でも、ランチタイムとかに母親同士で喋っちゃうと、夫への文句とかになるので、子どもについて考えてみるというのはすごくよかったと思う。」

日常場面においても親同士が会話をする機会はあるが、子どもの相手をしながらの会話になるために内容に集中できなかつたり、会話の流れをモニターする人がいるわけではないために話題が拡散しがちであったりする。それに対して講座では、スタッフが子どもの遊び相手をしていたことで参加者は会話に集中することができた。また、ファシリテーターが参加者の様子を見ながら会話の方向づけを行っていたため話題が拡散せずにすんだ。こうしたことが、「イヤイヤ期」の子育ての大変さを参加者同士で共有できた、という満足感を生むことに貢献したものと思われる。

父親の参加があった回では、育児と仕事のバランスに関することが父親同士の間で話題にのぼった。以下は、事後インタビューでCMさんが話してくれた、夫（CFさん）の感想と、DFさんの感想である。

CMさん 「夫が、もう一人のパパさんと、仕事と育児の比率、どっちにどのくらい重きを置いてるか、という話をした時に、なんかもう、俺、泣きそうになっちゃった、共感してもらって、悩んでるのは自分だけじゃないんだな、って思った、ということをすごく話していた。」

DFさん 「仕事と育児のバランスというのが、すごくストレスフルなことで。今はそういう時期って割り切る、という考えは、自分の中には全くなかったんで、それで自分の考えが変わったわけではないが、そういう考え方もあるんだ、と知れただけで、ちょっと楽にというか、余裕を持ってというか、ちょっと引いた角度で、自分の人生や家族のことを考えられるようになると思うかな、と思った。」

父親の場合、同年代の子どもを持つ他の父親と話す機会は、母親に比べると少ない。そのため、育児にまつわる悩みを同じ立場にある父親同士で共有できたことが、いっそう新鮮に感じられたのではないかと推察される。今の若い世代（20代、30代）では、家事・育児等を「自分が率先してすべきこと」として考えている男性の割合は女性と同程度に高く（ともに70%前後）、父親が育児や家事に割く時間も、少しずつではあるが増えつつある（内閣府男女共同参画局, 2023）。CFさんの言葉にあるように、同じ立場の人同士が体験を語り合うことの意義は、「悩んでいるのは自分だけではない」と分かる点や、同じ立場にある他の人の考え方を知ることができる点にある。二名の父親の発言から、育児にまつわる諸々の思いを父親同士が共有できる場を設けることの意義と必要性を改めて認識させられた。

専門家が関わる意義 二名の参加者からは、講座の中で専門家の話を聞くことや、専門家に話を聞いてもらうことの意義が語られた。

BMさん 「ママ友だと『そうだよな』と終わるところが、学びの部分が多く、子どもの発達に関する専門家から聞くことで、納得できる。『これでいいんだな』とか『もっとこうした方がいいのかな』と考えられた。」

AMさんは、自身も2歳児を育てながら子育て支援の仕事に従事していたが、支援者としての目線から、今回のプログラムの内容について次のような感想を述べていた。

AMさん 「お母さんたちが、自分が日々感じてる事を出すのがすごく大事なんだな、というのを感じた。私自身がとても気持ち楽になったので。話して受けとめてもらう。悩んでいるのが自分だけじゃない、と確認することで、お母さんたちも気が楽になるんだな、と思った。普段、家だとそうなんです、と言っても、（外では）全然、イヤイヤなところ、見えないよ、おりこうじゃない、みたいに見えるのが。（講座で）2時間ほど話していると、こういう事で自分、もしかしたら疲れてるのかな？とか、自分に向き合えるのがよかったと感じる。そこでちょっと専門家に受けとめてもらうのが、こんなに大事なんだ、と改めて思った。」

参加者の納得感や安心感は、専門的な知識を有していることへの信頼に基づくものであり、だか

からこそプログラムでは、理論的な裏付けのある知識や、専門的な見地に基づく見通しを伝えることが肝要であるといえる。

個々の対応の効果の実感：ロールプレイでの実践 ロールプレイでは、参加者が共通して対応に苦慮している3種類の状況（おむつを変えるのをいやがる、お風呂に入るのをいやがる、夜遅いのに遊びたがって寝ようとしな）を想定して、親役、子ども役の両方を経験してもらった。

参加者は、子ども役を演じた際には、「イヤ！YouTube見る」、「イヤ！アイス食べる！アイス、食べたい！」「まだ寝ない！」など、生き生きとした楽しそうな様子で反抗や自己主張を繰り返していた。子ども役を演じた後の感想では、「気持ちよかった」といった声が参加者から聞かれた。

今回、親役の人には、「選択肢を提示する」、「子どもの気持ちを代弁して、子どもの思いは受けとめつつも、行動は受け入れない」という2種類のやり方で、子ども役の人の反抗や自己主張に対応してもらった。「選択肢を提示」された子ども役の人は、「気持ちがいい、相手をしてきている感じがした」、「選択肢を与えられると、選んじゃいます」という感想を述べていた。また、「子どもの気持ちを代弁して、子どもの思いは受けとめつつも、行動は受け入れない」という対応をめぐっては、子ども役を演じた人から次のような感想が聞かれた。

DFさん「こっちは『ヤダヤダ』っていうパンチを打ってるんだけど、共感してくれると、こっちが打てる手数がなくなってくる。『共感しちゃうんだったら、どうしよう・・・？』って。」

この感想を受けて、CMさんは、「（気持ちを代弁してもらおうと）私のこと、聞いてくれてるな、っていうのは伝わってきて、心に余裕が出てくる。ちょっと（親の）言うこと聞いてもいいかな、っていう気持ちになるかも」と述べ、自分の思いを受けとめてもらったことで、相手の言うことにも耳を傾けようとする心の余裕が出てきた、という体験を語っていた。

このようにロールプレイでは、参加者が、安心して自分の思いを表すことの心地よさや、自分の思いを受けてとめてもらう心地よさを体験していたことが確認できた。

個々の対応の効果の実感：家庭での実践 参加者は、講座への参加後、日常生活の中で意識して「子どもに選択肢を提示する」、「気持ちを代弁する」という対応を実践していた。

DFさん「（講座で）一番印象に残ったのが、気持ちを言語化して伝えてあげる、というところ、それと、選択肢を与えてみる。その辺りは結構意識して、普段の生活でもやってみた。（子どもの反応は）気持ちを代弁してあげる時は、パッと見、きょんとしてる。うーん、何かが起こってるんだろうな、と思いながら見ている。選択肢を提示している時は、それも本当に時と場合によるが、例えば、服、こっちにする？こっちにする？って言った時に、どっちも選ばずにイヤだ、と言うこともあれば、自分で選んで、で、自分で選んだ選択肢に関しては、それで納得することが多いと思う。」

DMさん 「夫もそうですけれど、子どもがイヤイヤを発動した時に、共感をして、そうだね、
というと、子どももちょっと表情が和らぐみたいな感じで。共感をして、そうだね、
そうだね、って。まあ、分かるけど、じゃこうする？それともこうやってやってみる？
みたいな感じで提示する時もあったが、一筋縄ではいかず、どちらも嫌だ、選ばない、
みたいなこともある。じゃ、そんなに嫌なんだね、と1回ちょっとそこから間隔を空ける。
そうか、そうか、って、ちょっと距離を置いて、またしばらくして、ちょっと様子を見ながら、
そういえば、そろそろどう？みたいな。そうすると、最初提案した時はイヤだ、ばかりだっ
たのが、1回共感をして、ちゃんと共感のままで終わらせて、少し間隔を空けて、次1回
目とか、提案すると、意外とすんなり（おむつを）変えさせてくれる時もある。
受け入れてもらえたみたいな感覚があると、向こうも要求を受け入れてくれるのかな？と改めて
思ったり。」

BMさん 「とにかく共感すると、テレビもっと見たかったんだよね、嫌だったんだよね、と
かっというと、うんうん、っていながら言いながら落ち着いていくのがわかる。切り替えが、
ちょっと前よりもそれにかかる時間が短縮できたと思う。」

CMさん 「お世辞抜きで効果はかなり出ている気がする。選択肢を与えるのと、子どもが言っ
てることを復唱する、というのを中心に。毎日、やっている。一番やりやすい、余裕がな
くてもできることだと思って。子どもが、イヤだとか、これがしたいとか、その気持ちを
一緒に口に出して言う、というのと、選択肢、じゃあ、どちらにする？こっちとこっち、ど
ちがいい？というのをやっている。保育園に行く時も、今までだったら「行きたくない」
って言われたら、「行って下さい」って私も否定というか、保育園に行ったらお散歩行けるし、
先生も会いたがってるよ、って、保育園に行きたくない、ということをまずは否定して伝
えていたのが、最近は、「行きたくない」と言われた時に、「そうだね、行きたくないよ
ね」というふうにいったん、まずちょっと共感しようと。私もわー、っていう前に、一呼
吸置いて、そうだね、辛いよね、といったん共感すると、本人なりに、お母さん聞いて
くれてるな、っていうのを、噛みしめてるような感じで。下を向きながらも、うん、うん、
と言っている感じ？喋ってることは分かってるから。そうすると、本人も気持ちが落ち着
くのか、私自身もダメダメと怒るよりも、心が落ち着く。かんしゃく起こす時はたまにあ
るが、選択肢を与えることによって、（子どもが）自分で選べるんだ、と。選択肢を与
えることで本人も、自分の言うことをお母さんはちゃんと聞こうとしてくれているんだ、と
感じ取っているのか、今までの、イヤイヤイヤイヤ、という感じではなくなってきた気が
する。」

講座の受講前に、子どもの「イヤイヤ」に手を焼いていたBMさん、CMさんも、「イヤイヤ期
はそろそろ終わりかけ、と感じていたDMさんも、親が子どもの気持ちに共感することで、子ども

が親に受入れられたと感じ、それによって子どもの気持ちが落ち着いていくことを実感していた。さらに、CMさんは、そうした対応を取ることで自分自身の気持ちが落ち着く、と述べ、自分自身にも変化があったことを報告していた。また、CMさんは、受講前は子どもが言うことを聞かず困った時に、鬼から電話がかかってくるスマートフォンのアプリを使って、子どもに言うことを聞かせようとしていたが、受講後は、そうした手段に頼らずに過ごせていることを報告してくれた。

CMさん 「そういえば、今思い出したが、『鬼から電話』のアプリを全然開いてない。アプリを開いたのは、多分、講座の前。前は15回ぐらい、鬼を発動していたが、講座後、この2週間は1回か2回ぐらいしか鬼のアプリを使ってなかった。別に使わないようにしよう、と思っていたわけではない。そういえば、この前から使っていない、みたいな感じ。」

子どもの「イヤイヤ」に困る親からすると、それが好ましくない手段であると分かりつつも、他に打つ手が見つからない時に、脅しという手段に頼らざるを得なくなってしまうのが実際のところであろう。脅しや体罰といった手段は、短期的に見れば、子どもに言うことを聞かせるうえで有効なこともある。しかし、長期的に見ると、こうした手段を多用することが好ましい結果を生むことはまずない。適切な関わり、不適切な関わりに関する知識を伝えることは無論重要であるが、それだけでは支援としては不十分であり、脅しや体罰以外に有効な対応があることを親が実感し、それを習慣化していけるような支援をすることが重要であることを、CMさんの語りは示唆している。

新たな試行錯誤 CMさん、DFさんは、子どもの発達とそれに応じた関わり方に関する説明を講座で聞いて、それまで子どもが「イヤイヤ」をした時に取ったことがなかった対応を、子どもの様子を見て家庭で試みるようになっていた。

CMさん 「イヤイヤ期のピークを過ぎて、理解ができるし、どうやって折り合いをつけるかっていうのに適切な時期というのもあったのかもしれないが、もっとテレビ見たいとか言われた時に、「じゃああと10分ね」とか「あと1分ね」とか、どんなに短くても1回、交渉というか、「8時半になったら出ようね」とか「9時には寝ようね」とか、見通しを立てた伝え方をすると、それに対して、「うん、わかった」と言ったり、「はい」と言ったりした手前、自分も約束守らなきゃ、という気持ちになるのか、そこから結構スムーズに切り替えることが増えたので、それもよかったと思う。それまでは、時間なんか言っても分からないだろう、と思っていたが、そういう伝え方でやってみたら、本人もこれをした次はこれの時間、ということがなんとなく分かるようになってきたのか。結構それもびっくりな感じ。」

DFさん 「最近あったことで、とても大事なことだったかな、と思っているのが、(子どもが)紙飛行機を飛ばしたい、と言い出した時のことで。できないことがあると、イヤイ

ヤイヤイヤ！ 最近はそういうことが多くて、紙飛行機を飛ばした時にも、うまく飛んでいなかった。それで、(子どもが)もうダメだ、と。でも、その時は、「何回かやってみよう」とこちらから働きかけて、最初は渋々ではあったが、何度も何度もおだてたりしてやるうちに、うまく飛ばせるようになった。もうダメだ、と最初は思っても、頑張って何度か練習したらできるようになる、という変化があるんだ、ということを、ここ数週間で子ども自身が学んだ気がする。講座で聞いた内容があったからこそ、そうしてみよう、と親としても思えた。ちょっと背中を押してあげる、ではないけれど。」

CMさんの場合は、子どもの理解が進んできたことで、見通しを立てた伝え方を子どもにすることを試みていた。これと類似のエピソードは、BMさんからも聞かれた。

また、DFさんは受講後2週間の子どもの様子として、何でも自分でやってみたがる姿が目立つようになり、うまくできないことがあった時のイヤイヤが激しくなっている、ということを報告した。こうした子どもの変化自体は、講座の受講とは無関係であるかもしれないが、講座で子どもの発達についての見通しを得たことで、DFさんは、親からすると困惑するような子どもの姿に直面しても自身で考え、おだてることで子どもの背中を押す、という対応を試すことができたのであろう。

親としての効力感と自信の獲得 講座では、「選択肢を提示する」「子どもの気持ちを代弁する」という対応を紹介したが、親の側に余裕がない時にいきなりこれらの対応をとることは難しいので、まずは親子で落ち着いて過ごせている時に、これらの対応を試してみることを勧めていた。

この話を受けて、BMさんは講座後、家で子どもが遊んでいる時に、子どもの気持ちを代弁することを試みていた。その中でBMさんは、自分に出来る関わり方や自分の持ち味に合った関わり方を見つけ、親としての効力感や自信を得ていたものと思われる。

BMさん 「共感することを実践してみると、実際に効果があることが分かってきた。そういう経験が自分の中で積み重なっていくことに、こういうやり方が合ってるんだ、とか、こういうやり方がいいんだ、ということに自信が持てた。」

「子どもの思っていることを言葉にしてみる、というのを意識してやっている。子どもは今、電車遊びが好きで、電車を動かしながら遊んだり、そこから発生したごっこ遊びが好きなので、それに対して私がアテレコをすると、嬉しそうにしてくれるのが分かる。そういう遊びを、私自身も子どもに寄り添いながら、その時を共有する、というのを実践するようになっている。子どもと遊ぶのって結構疲れる、繰り返し何度もやるので、もう飽きた、みたいになる。自分は家にじっとしてるの苦手なので、車遊びとかは得意ではない、と思っていたが、自分もそうやって楽しくやっていると、子どもも楽しめるし、めりはりのついた家時間を過ごせて、自分の罪悪感も減った。子どもにはテレビを見せて、自分は携帯を弄っ

ちゃったり、もう疲れた、あと2時間しないと夫が帰ってこない、というような時間の過ごし方をしていたのが、子どもに関わるように。そういうところにも自信を持って、楽しめるようになった、というのが最近の変化で、学んだことを活かしているのかなと思う。それでも反省することもたくさんあって、怒ってしまうこともあるが。」

子どものよいところへの気づき CMさん、BMさん、DFさんは、受講後にいろいろな対応を試み、その中で、子どもの新たな面を発見したり、子どものよいところへの気づきを得たりしていた。

CMさん 「歯磨きを嫌がらずにさせてくれるようになって、最近、歯磨きが終わった後に、ありがとう、って言うようになって。ありがとう、とか、そんなこと思うんだ、って。（中略）ごめんね、も結構言えるようになってきた。今までは、歯磨きとかも無理やり羽交締めみたいにして、終わったらありがとう、なんてもちろん言わなかったが、今はそれがスムーズに。（豚の人形と馬の人形を見せて、どっちに磨いてもらう？と選ばせると）豚さんに磨いてもらおう、とちゃんとお利口に磨いて、自分からありがとうと言えるようになって。子どもの歯磨きなんて、当たり前だし、と思っていたけれど、それがありがとう、って自分から言えるなんて、すごいなと思って。感心します。毎日、ありがとう、って言うんですね。」

BMさん 「この子は気難しいのかな、と言われていて。私もそういう場面を見ると、こだわりがあったり、癇癪が強くて大変な子なのかな、って思ったりしていた。でも、こうやって落ち着いてゆったり過ごしてみると、全然そんなことない、こんなに素直で優しい子なんだなと思えて。体調を崩していた時に、どう？お腹、とか、痛い？とか、私や夫を気遣う言葉をかけてくれたり。前もあったと思うのですが、人から癇癪持ちで難しい子、と言われていたのが、母親である私が、そんなことはない、と思っているのが大事、向き合ってあげる方が大事だ、という気持ちになった。あと、落ち着いて過ごせて、そういう（子どもが癇癪を起こす）場面が減れば減るほど、自分も気持ちに余裕が持てるので、子どもをそういう風に見えるようになった、というのもあるのかなと思う。優しいな、素直で可愛いな、と思えた時間が増えたのかな、愛おしさが増すというか。」

DFさん （子どもから、家の中をおんぶで歩き回ることを要求され、疲れたのであと1回するか、3回するか、という選択肢を提示した時に）「こっちの狙いとしては3回で答えてもらって納得してもらえれば、と思っていたが、1回と答えた時に、親が疲れてて、というのが分かって、1というのを思い遣って選んでくれたんだな、と思った。保育園の先生からよく聞くのが、子どもが他の子が泣いてると、必ず声をかけてあげに行くとか、とても優しいというエピソードを聞いていたが、家で強く実感したことはそんなになかった。（先ほどのエピソードで）1回と3回で、1回を選んだ、ということが、相手のことを思い、

分かってそうした、というか、それが、新しい面を見たかもしれないと思う。」

ここで、上記のエピソードの中で参加者が言及していた子どものよい面や新たな面はいずれも、他者への関わり方に関するものであったことに注目したい。神田(2004)にあるとおり、自我とは、自分を主張し、押し通そうとすることだけでなく、他者と共にあることを求め、他者との関係を調整することも含むものである。上記のいずれのエピソードも、自我にはこの両方の側面があることを改めて思い起こさせるものである。親が、他者と共にあろうとする自我の側面が子どもの中に着実に育っていることに気が付くことは、わが子との信頼関係を築いていくうえでも、わが子の自我の育ちを支えていくうえでも、支えと励みになるものと推察する。また、参加者がわが子のそうした面に気づき、目を向けることが出来たのは、CMさんやBMさんの語りにあるように、子どものイヤイヤにうまく対応できる場面が増え、気持ちに余裕を持てるようになったからであろう。

子どもとの関係性の変化 BMさん、CMさんは、講座を受講してから2週間の間に、子どもとの関係がよくなったという変化や、子どもとの信頼関係を前より少し築けたという変化があったと報告していた。

CMさん 「ずっと今まで子どもが、これがイヤということに対して、自分もダメダメと否定してて、それがすごいストレスで、ピークの時は、一緒にいる空間が苦痛だった。お互いにお互いを否定して、暗くなっていた。(今は)わがママを言うのはやめてほしい、というはあるが、言葉に出して、そうだよ、イヤだよ、辛いよね、分かる、分かる、と言葉に出すと、イヤだイヤだとは言うけど、前みたいに怒って、私を叩こうとしたりとか、そういったことはなくなってきた。たまに癇癪を起こして、機嫌が悪くてどうしようもないこともあるが、それも減ったし、(子ども自身が)自分でも制御不能、みたいなことはなくなってきた。保育園に預けているのもあるのだろうけれど、私も子どもといい関係、本当、お互いにイライラして、という時間がかなり減った。」

BMさん 「信頼関係が前よりもちょっと築けたような気がする。こんな短時間で、とは思いますが、本当にそう思えたので、すごく前向きな気持ちで今、いる。これがずっと続くとも思わない方がいいのかな、とは思う。子どもと衝突しては、受けとめて、ということを繰り返し、私もたくさん練習させてもらいながら、子どもとの信頼関係を築いていきたいと思った。」

子育ての見通しの獲得 参加者の何名かは、講座の受講を通して、親としての心持ちや、この先、親として自身にどのようなことが求められているのかを認識するに至ったことを述べていた。

BMさん 「(ファシリテーターの子育ての話を聞いて)今やっていることは、もっと先の思春期にある反抗期に向けた練習になる、と聞き、納得した。自分は完璧主義で、このイヤイ

ヤを何とかうまくやらないと、他の人はもっとうまくやっている、って思っている時期もあったが、まだまだこの先は長い、子育てが始まってまだ2年、最初から自分もできないし、完璧ではなくても半分くらいできればOK、くらいの気持ちでいいんだ、と思えた。」

DMさん「選択肢をその場でうまく提示するのが難しいと思って。こちらも引き出しがないと難しい、と思った。今の子どもに伝わるレベルでのうまい提示の仕方がなかなか思い浮かばない。こちらの力量を試されて、うまくできなくて、というのはあった。イヤイヤ期に限らず、子どもと関わっていく上で、遊び心ってとても大事なと改めて思った。子どもが前向きになれるような関わり方、というのを、言い聞かせるとかよりも、子どもがすすんでやりたがって世界に入っていけるような、そういう世界観を作ってあげるというのが大事なんだな、と改めて思った。」

DFさん「子どもの気持ちを言語化することは、今までもやってたかもしれないが、意識してやっていたわけではなかったと思うので、それが習慣づいた、というのは自分の中でもいいことなのかなとは思う。自分の気持ちを子ども自身は分かっているとは限らない中で、言語化して表に出してあげる、親が照らし続けしてあげる、というのは、やはり大事だと思うので、それを習慣にできつつある、というのは、親としてよいことなのかな、という気がする。」

BMさん、DMさんはともに、子どもと関わるうえで、自分にうまく出来ないことやうまくいかないことがあることを自覚していたが、これは、子育てをしていくうえでは重要なことである。子育ては、決して一人の力では出来ないものである。うまく出来ないことや苦手なことはどの親にもあることで、そうしたことへの自覚があるからこそ、子どもとの関わりの中で試行錯誤し、周りの人を巻き込みながら、親も子どもと一緒に成長していくことができるのだと筆者は考える。そして、うまく出来ないことや苦手なことばかりであると当人が認識している場合には、当人が自分では気付いていない、出来ているところや得意なことを周りの人が伝え、支えていくことが不可欠であることを改めて強調しておきたい。

(3) まとめと今後の課題

当プログラムは、単に、親が子どもの「イヤイヤ」をうまく扱うようになることのみを目的としたものではなく、子どもの反抗や自己主張への向き合い方を身に付けることを通して、親がわが子についての理解を深め、子どもとの間によりよい関係を築くこと、また、親が子どもの自律性の発達を支える自身の役割を認識し、その人らしく自信を持って子育てをしていかれることを目的として、開発したものである。

今回の講座の参加者のうち、子どもが「イヤイヤ期」の只中にあり、特に奮闘していたのが、

BMさんとCMさんであった。いずれの参加者も、2週間という短い期間ではあったが、この間に自分なりの試行錯誤を重ねながら子どもの反抗や自己主張への対応の仕方を身に付け、それによって親としての効力感を得ていたこと、さらにそれだけではなく、他者を思いやろうとする面が子どもの中に育っていることに気が付き、子どもとよりよい関係をもてた、という変化を経験していたことが事後インタビューから確認できた。また、「イヤイヤ期」の出口に差し掛かっている、と話していたDMさん、DFさんも、同様の変化を経験していたことが事後インタビューで確認された。

これらのことから、当プログラムは、「イヤイヤ期」の子どもを持つ親にとって一定の効果を有するものであり、想定した目的を果たしうるような内容構成になっていることが確認できた。ただし、今回このような効果を確認できたのは、子どもが一定の言語能力や理解力を有していたこと、参加者全員が高学歴で理解力が高かったことに加え、内省力やプログラムに前向きに取り組む意欲が高かったことによるところが大きいと考える。また、今回は研究の一環として事後インタビューに協力していただくことを事前に伝えていたため、そのことがプログラムで扱ったことを家庭で実践する動機づけとして働いていた可能性もある。

以上のことを踏まえ、最後に、今後に向けての改善点や要検討点、また、当プログラムの限界を述べて、本稿を締め括ることとしたい。

まず、プログラムの対象者についてであるが、当プログラムのロールプレイで取り上げた二つの対応方法（選択肢を提示する、子どもの気持ちを言葉にする）は、1, 2歳児の自我発達を踏まえて選定した、言語を介したものである。そのため、対象とする子どもの年齢については、一定の言語力（理解力と発話力の両方を含む）を備え、対比的な認識（二つのものを比べて識別すること）が可能になる、2歳以上が適当であると考えられる。ただし、子どもの言語力や理解力の発達にともない、子どもがより洗練された自己主張を行いうる3歳以上になると、今度は上述の二つの対応だけでは立ちゆかなくなることが予想される。当プログラムでは対象とする子どもの年齢を絞っていることが、効果の得やすさに繋がっていると推測されるが、一方で、適用年齢の狭さは、当プログラムの限界であるとも言える。子どもの自我の発達が新たな局面を迎えると、親は子どもの行動についての見方や子どもへの関わり方を、子どもの変化に合わせて更新していかなければならない。当プログラムの限界と合わせて、こうした見通しを参加者に伝えることも必要である。

次に、プログラム内のロールプレイで扱う対応についてであるが、対応を選定するにあたっては、参加者が日常生活の中で無理なくできる数と内容であることを重視した。対応の数を二つに限定したことで、参加者にとっては紹介された対応を実践してみることが容易であったのではないかと推察する。ただし、これらの対応にも限界はあり、すべての親子にとって有効な対応とは言えないことに注意が必要である。中には、選択することが苦手な子どももいたり、大人が気持ちを代弁することで切り替えが難しくなり、かえってこだわりが長引く子どももいたりする。また、提示したいいずれの選択肢も子どもが受入れない場合もあれば、状況に応じた適切な選択肢がなかなか思い浮かばない親もいる。このように上手くいかないことがありうる場合も想定して、フォローアップの回をプログラムの中に組み込むことが必要であろう。

三つめに、今回は講座への参加のハードルの低さを重視して、講座を約90分間の1回のみの実施

としたが、親同士の話し合いやロールプレイの両方を実施するには、時間が十分ではない可能性が高い。上述のフォローアップのための時間を組み込むことも含め、実施の回数や所要時間については、改めて検討する必要がある。

最後に、今回の研究で確認したのは、講座の受講後、数週間の時点でのプログラムの効果であった。当プログラムの長期的な効果については、今後、確認していく必要がある。また、高学歴層の親だけではなく、理解力や内省力がさまざまな親を対象とした場合に、当プログラムがどの程度の汎用性を持つのかについても、今後、検討すべき課題として残されている。

5. 引用文献

神田英雄 (2004). *伝わる心がめばえるころ：二歳児の世界*. ひとなる書房.

厚生労働省 (2005). 第4回21世紀出生児縦断調査結果の概況

<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/syusseiji/04/index.html> (2023年10月31日)

Barnes, B. A. & York, S. M. (2022). *ボーイズタウン・コンセンサスペアレンティン®幼児篇 Second Edition* テキスト (堀 健一, 監修・久山康彦リチャード・久山ケイティーはな・利根川泰奈 訳). 東京：一般社団法人日本ボーイズタウンプログラム振興機構 (Bridget A. Barnes, & Steven M. York M.H.D. (2022). *Common Sense Parenting of Toddlers and Preschoolers Second Edition*. Nebraska : BOYSTOWN PRESS.)

福丸由佳 (2009). CARE プログラムの日本への導入と実践：大人と子どものきずなを深める心理教育的介入プログラムについて. *研究年報*, 14, 23-28.

Gurwitch, R. H., Messer, E. P., Masse, J., Olafson, E., Boat, B. W., & Putnam, F. W. (2016). Child-Adult Relationship Enhancement (CARE) : An evidence-informed program for children with a history of trauma and other behavioral challenges. *Child Abuse & Neglect*, 53, 138-145.

Houck, G. M., & Lecuyer - Maus, E. A. (2004). Maternal limit setting during toddlerhood, delay of gratification, and behavior problems at age five. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, 25 (1) , 28-46.

ジャニス・ウッド・キャタノ (著), 三沢直子 (監修), 幾島幸子 (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.

加藤則子 (2006). 前向き子育てプログラム (トリプル P) の紹介. *小児保健研究*, 65 (4), 527-533.

加藤則子・柳川敏彦 (2022). *トリプルP～前向き子育て17の技術～：「ちょっと困った」から「発達障害かな？」まで (改定第2版)*. 診断と治療社.

野口啓示 (2012). コモンセンス・ペアレンティン®を用いた親支援：その内容から実践まで (第1回) コモンセンス・ペアレンティン®：親子関係にグッドサイクルを. *チャイルドヘルス*, 15 (3), 218-220.

坂上裕子 (2005). 子どもの反抗期における母親の発達：歩行開始期の母子の共変化過程. *風間書房*.

坂上裕子 (2018). 「イヤイヤ期」再考. *教育と医学/教育と医学の会 編*, 66 (12), 1068-1075.

坂上裕子 (2022a). 歩行開始期幼児の反抗・自己主張への母親の対応をめぐる経年変化：2000年と2020年の質問紙調査の結果の比較. *教育人間科学部紀要*, 13, 97-115.

坂上裕子 (2022b). 子育てのリアルはどう共有されてきたのか. 発達, 43 (171), 85-90.

坂上裕子 (2022c). 特集「イヤイヤ期」の捉え直し：子どもの自我の育ちと大人の役割. い・ん・き, (193), 2-16.

坂上裕子・常田美穂 (2022). 子育てをめぐる変容と子育て支援のこれから. 臨床発達心理実践研究, 17, 11-16.

坂上裕子・田中里実・中鉢路子 (2023). 歩行開始期の幼児をもつ親への支援プログラムの開発に向けて. 教育人間科学部紀要, 14, 143-155.

内閣府男女共同参画局 (2023). 男女共同参画白書 令和5年版.

https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r05/zentai/pdfban.html (2023年10月31日)

Ujie, T. (1997). How do Japanese mothers treat children's negativism. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 18 (4), 467-483.

謝辞 ご協力下さった保護者の皆さまに深謝申し上げると同時に、お子様たちの健やかなご成長を心よりお祈り申し上げます。