

第10回 ノーバディズ・パーフェクト・プログラム報告

濱田 さつき¹⁾ 金子 留里²⁾

1. はじめに

広島文教女子大学（以下、本学と略）では、年1回ノーバディズ・パーフェクト・プログラム（以下、NPプログラムと略）を実施している。今回は、第10回（2016年度）分を報告する。なお、ファシリテーターは、金子と濱田が担当した。

2. 第10回 2016年度

2.1 概要

【開催時期】2016年10月12日～12月7日
毎週水曜日10時～12時

【参加人数】11名

【保育人数】11名

【主 催】広島文教女子大学
広島市安佐北保健センター

【後 援】（公財）ひろしまこども夢財団

2.2 プログラム内容（全8回）

各回のプログラム内容は次の通りであった。

【第1回】新しい出会い（10/12）

＜参加者：11名、欠席者：0名＞

- ・自己紹介
- ・NPの説明
- ・安心して過ごすためのルールづくり
- ・互いの関心事について知り合う
- ・テーマの整理をする

【第2回】発達－子どもの成長を感じるとき－（10/19）

＜参加者：10名、欠席者：1名＞

- ・互いにさらに知り合う

- ・子どもの成長を感じる時を知る
- ・その子どもなりの成長を確認する
- ・子どものからだところが成長するために大切なことは何かを考える

【第3回】子どもの困った行動を考える（10/26）

＜参加者：11名、欠席者：0名＞

- ・子どもの困った行動について考える
- ・問題解決アプローチで対応の仕方を考える
- ・子どもへの接し方の現状を知る
- ・それぞれの子どもへの接し方を知る

【第4回】子どもへの接し方（11/2）

＜参加者：10名、欠席者：1名＞

- ・自分が普段どんな接し方をしているのか振り返る
- ・いろいろな接し方があるのを知る
- ・その場面で、より効果的な子どもへの接し方を考え、自分が使えるツールを見つける

【第5回】親の感情－イライラとストレス－（11/9）

＜参加者：10名、欠席者：1名＞

- ・自分のイライラMAXまでの経過について振り返る（イライラの見直し）
- ・ストレス解消のために、いろいろな方法について知る
- ・自分にできる、イライラ解消法を考える

【第6回】親の感情－気持ちのコントロール－（11/16）

＜参加者：11名、欠席者：0名＞

- ・怒りの感情がひどくなるのは、どんな時か、どんな場面か振り返る
- ・怒りが、なぜ抑えられなくなるのか考える
- ・怒りの感情をコントロールするために、自分にできることのアイディアを出し合う

【第7回】周囲の人との関係（11/30）

＜参加者：10名、欠席者：1名＞

- ・周囲の人と上手くいかないと感じるのはどんな時か、どんな場面か振り返る

1) 広島文教女子大学学生サポートセンター助手、
NP-Japan 認定ファシリテーター

2) 広島文教女子大学地域連携室長、
NP-Japan 認定ファシリテーター

- ・相手と自分の思いの違いがどこにあるのか考える
- ・より良い関係作りのために自分ができそうなことを見つける

【第8回】これからの私たち（12/7）

＜参加者：11名，欠席者：0名＞

- ・これまでのセッションの振り返り，感想の発表
- ・体験を評価する
- ・情報共有と今後の活動について考える

3. アンケート結果

プログラム最終回にアンケートを実施している。その結果を一部ご紹介する（回収率100%）。

(1) 設問内容：満足できましたか（選択式）

表1 満足度

評価内容	人数（人）	割合（％）
非常によかった	8	72.7
まあまあよかった	3	27.3
普通	0	0.0
あまりよくなかった	0	0.0
全然よくなかった	0	0.0
計	11	100.0

※割合は、参加者11名に対する比率を示す。

(2) 設問内容：あなたにとって役に立ったテーマは何ですか？（自由記述式）

表2 役に立ったテーマ順（複数回答）

テーマ	延べ人数（人）	割合（％）
親の感情	9	81.8
しつけ	8	72.7
子どもへの接し方	3	27.3
子どもの発達	2	18.2
子どもの困った行動	2	18.2
周りとの関係	1	9.1
問題解決アプローチ	1	9.1

※割合は、参加者11名に対する比率を示す。

(3) 設問内容：あなたにとって役に立たなかったテーマは何ですか？（自由記述式）

表3 役に立たなかったテーマ順（複数回答）

テーマ	延べ人数（人）	割合（％）
周りとの関係	4	36.4
子どもの発達	1	9.1

※割合は、参加者11名に対する比率を示す。

- (4) 考えや行動の変化
 - ・子どもの行動の原因や接し方を客観的に考えられるようになった（複数あり）。
 - ・イライラの感情が減ってきた。
 - ・子育てについて家族で話す機会が増えた。
 - ・自分の健康に気を付けるようになった。
- (5) その他，感想
 - ・子育てを振り返る機会になった（複数あり）。
 - ・他の人の意見を聞いたり，話すことができた（複数あり）。
 - ・8回では短すぎると感じた。

4. まとめ

今年度の参加者は11名と定員に達しなかったが，親も子も年齢幅が広く，家族環境も三世代同居や核家族，参加者の立場も専業主婦や育休中の働く母など，様々なメンバー構成であった。そのため，参加者同士が多様な子育て観に刺激を受け，子育ての問題を解決する答えは一つではなく，夫々の親子に合わせた多様な選択肢があることを実感したように見受けられた。併せて，各回のプログラム内容に関しても参加者同士の話し合いに通常以上に時間を割き，全体の意見交流が自由にできるようにポスターセッション的な場の設定をしたのも，お互いの理解がより深まった要因だと考えられる。

取り扱ったテーマについては，2.2で触れた通りである。テーマの特徴としては，「親の感情」を2回連続セッションで実施した点である。当初のスケジュールでは1回を予定していたが，実施回数を重ねていくうちに，親の感情の部分をより深めていきたい心境に移行したため，全員の話し合いのもとテーマの変更を行った。テーマの一部を変更することは，毎回ではないが，その年度のグループ状況に即して対応している。また，そのような過程を経ることは，「主体は参加者にある」ということを確認できる体験に繋がるのではないかと考えている。

次に，アンケート結果について紹介する。満足度については，「非常によかった」「まあまあよかった」に回答した割合が100%であり，高評価を得られた（表1）。その内，「親の感情」と「しつけ」

については、7割以上の参加者が役に立ったと感じていた（表2）。一方、「周りとの関係」については、3割強の参加者が役に立たなかったと回答している（表3）。この点については、周囲との関係に悩む内容が個別化して複雑になり、短時間の話し合いの中では、悩みを吐露することはできても解決の糸口までは見つけにくかったのではないかと推察された。

最後に、今回も託児スタッフの方々には、お世話になった。託児スタッフの気付きが、参加者の理解を深めるきっかけになることもあり、改めて

情報共有の重要性を再確認できた。

謝 辞

今年度で10回目を迎えることができました。共催の広島市安佐北保健センター様、そして、ご後援いただきました（財）ひろしまこども夢財団様、実行委員として対応くださりました本学教職員の皆様、NP講座中、お子さんの託児を担当くださりました託児スタッフや学生ボランティアの皆様、心から感謝申し上げます。ありがとうございました。