

特集「子育て支援 NP プログラム」

ノーバディーズ・パーフェクト・プログラム

(Nobody's Perfect Program) 実施の総括

小早川 久美子<sup>1</sup>

広島文教女子大学心理教育相談センター（以下本センターと略）では、子育て支援のためのプログラムであるノーバディーズ・パーフェクト・プログラム（以下NPプログラムと略）を、初めて実施した。広島文教女子大学大学院人間科学研究科教育学専攻臨床心理学コース（以下本大学院と略）との共催で、広島市安佐北区役所の後援を得ている。

そこで、それぞれの立場・役割から NP プログラムを総括することにする。まず、小早川が主催者の立場から NP プログラムについての説明と趣旨を述べ、具体的内容を紹介し、最後に今後の課題について述べる。

次に、濱田がファシリテーターとして、その次に、木本と篠原が大学院生託児ボランティアとして、最後に田中が運営スタッフとして、別稿でそれぞれ報告する。

1. NP プログラムとは

NP プログラムは、1980 年カナダ保健省と大西洋 4 州の保健部局によって開発され、1987 年にカナダ全土に導入されている。日本では 2002 年夏にテキストの翻訳書が出版されたのを契機にプログラムがスタートして、2004 年日本における唯一のカナダ保健省公認の資格認定機関として NP-Japan が設立され、ファシリテーターやトレーナー養成を実施している。2007 年度のプログラム実施数 293、参加者数 3180 人で、広島県の場合プログラム実施数が 7、公的機関主催が 6、民間主催 1 となっている。NP プログラムは、本来は児童虐待防止を目的としたプログラムだったようであるが、日本の場合 0 歳から 5 歳児を育児中のすべての母親が対象となっている。<sup>(注 1)</sup>

特徴としては、なんといっても母親自身による「参加型」「体験型」ということである。会の進行役も「講師」ではなくて「ファシリテーター」という名称であることから参加者中心ということが伺える。筆者から見ると、心理臨床の心理面接構造と同じく、時間も回数も構造化されており、参加者数も 10 人前後と限定していることやその信念などからみても、エンカウンターグループとの類似性共通性があると思われ、心理臨床の場で取り入れやすいプログラムに思える。

2. 本センターで実施した趣旨

(1) 日本臨床心理士資格認定協会認定の臨床心理士養成指定大学院（1 種）における心理臨床教育として

---

<sup>1</sup> 広島文教女子大学人間科学部心理学科

臨床心理士養成指定大学院では、心理臨床の知識習得のみならず、心理臨床の実践・訓練を重視している。実習では、臨床心理士の職務である心理面接・心理アセスメント・地域支援・研究と4領域すべてにわたることが望ましい。本学では、個別的な心理支援として心理面接・心理アセスメントに関する実践と訓練はなされていたが、予防啓発活動として健康な方を対象とする直接的な支援活動は今からの分野であった。大学院生が心理臨床の実習として、直接的な地域支援活動をする試みが今回の趣旨のひとつである。

具体的には、大学院生がNPプログラムのファシリテーターと託児を担当する。もちろんファシリテーターも託児もともに、一緒に担当する専門家の指導を受けながらという前提である。指導する立場のファシリテーターはNP-Japan認定のファシリテーターで、なおかつ臨床心理士で30年の経験のある方である。そのファシリテーターと一緒にNP-Japanの研修を受けた大学院生がファシリテーターを担当した。この大学院生は、1回のファシリテーターを経験することで、NP-Japanの認定を受けることができる。さらに、ベテランの臨床心理士であるファシリテーターと組むことによって、指導も受けることができる。従来の心理臨床訓練からみると、心理面接への陪席と実際の心理面接、さらにはスーパービジョンといった訓練形態が同時になされることになる。

また、ファシリテーターを担当した大学院生の修士論文テーマが「NPプログラム体験による母親の変化プロセス」であったため、実践による実践のための研究そのものとなった。それは同時に、研究にあたっての倫理教育の場ともなった。募集の時点で参加者を研究に協力する人に限るなど、たえず倫理面に配慮した。また、インフォームド・コンセントを開始前ばかりでなく、さまざまな局面においても得るようにした。ただ、これはどの大学院生でもできることではなく、ファシリテーターを担当した学生が、社会人入学生で子育て中の母親であるためできたことと思われる。

次に他の大学院生は実習として託児担当をした。学生は子どもの心理発達に関するさまざまな理論を学ぶが、現実の日常生活では、3歳児以下の子どもと接するという機会は少ない。大自分が参加しつつ観察する、つまり心理的に主体的に相手と関りつつ、その関っている自分と相手を同時に観察するという「関与しながらの観察」という姿勢・態度を習得する訓練としてもふさわしい場となった。

心理臨床実習では、医療・福祉・教育など、幅広い領域が望ましいとされていて、学童・生徒・学生がいる機関や施設への実習はあるが、乳幼児対象はまだまだ少ないように思われる。今後重要な領域となってくるであろう。

## (2) 地域密着型の積極的子育て支援

本センターは、市内中心部から公共交通機関で1時間ほどかかる郊外にある。来談者の方にとっては、子どもを連れて市内中心部にでかけなくても、自転車で通える身近な所に本センターがある。地域密着型を目指して、参加者募集を本学所在地の区に限定した。

さらに、本センターでは、問題や悩みを抱えた方の相談だけでなく、健康な方を対象とした予防啓発活動の必要性も日ごろより感じていた。全国でも臨床心理士の活動として、親支援のための専門的支援活動が模索されており、乳幼児を対象とした保育臨床心理士の活動も次第に活発化してきつつある。このような臨床心理士の心理臨床活動と呼応して「社会の要請に応えていく」ことをねらいとした。その点、多少なりとも達成できたのではないかと思われる。

### (3) 近隣の相談関係機関との連携・協働

本センターでは、関係機関との連携・協働は欠かせないものである。実際に平成 19 年度に本センターに相談者を紹介されたのは、学校の関係者が 30%、知人、医療機関、その他の機関と続き全体の 95%になっている。

連携・協働というのは言葉にすると簡単だが、実際は電話一本でもお互いが多忙でなかなか連絡がとれないなど、労力と時間のかかることである。お互いの機関の信頼関係を築くことがひいては来談者の方の支援ともつながる。

今回は、乳幼児を育てている一般の方を対象としたので、本学所在地の区役所にご指導・ご支援を仰ぎ、また参加者募集の際にも、子育て中のお母様方に説明や案内をしていただくなど積極的な応援を得た。区の重点課題が「心豊かに子どもを育むための子育て支援」であったため、互いの機関の願いが一致したのが幸いであった。なお、本学内でも 2008 年 4 月より「子育て支援室」が開設され、将来に向けての子育て支援活動を模索中である。

## 3. 実施概要

### (1) 実施月日

- ・日程： 2008 年 1 月 21 日（月）・1 月 28 日（月）・2 月 4 日（月）・2 月 13 日（水）  
2 月 18 日（月）・2 月 25 日（月）  
全 6 回 いずれも 10:00~12:00
- ・場所： 広島文教女子大学心理教育相談センター2 階演習室
- ・参加費： 800 円（全 6 回の茶菓代）
- ・対象者： 0~3 才のお子さんを育てている方で、全日程に参加できる方（無料の託児あり）
- ・参加者： 16 名
- ・ファシリテーター：澤田章子（NP・Japan 認定ファシリテーター・臨床心理士）  
濱田彰子（NP ファシリテーター・本学大学院修士課程 1 年）

### (2) 子育て支援 NP プログラム参加者・運営スタッフ総数

参加者の母親は定員 12 名であったが、希望者全員を参加とし 16 名で開始した。子どもの人数は、7 か月児から 3 歳児までの 19 名である。実施期間が 1 月末から 2 月という寒い季節のため、風邪による欠席者がみられた。

託児担当の保育士は 4 名が原則であったが、初回は 1 人増員した。第 4 回目は通常の託児担当の大学院生が学校行事で参加できず、学部学生に参加してもらったため 1 名増員した。

また、0 歳児には 1 対 1 の対応をするために、学生ボランティア数を増やし、原則 8 名で実施している。毎回、参加者・スタッフ数は 72 名から 85 名となった。母親ののべ参加人数は 84 名、子どもは 94 名、総計 178 名の親子が参加したことになる。（表 1）

## 4. 結果と今後の課題

結果について箇条書きにまとめると以下のとおりとなる。

(1) 参加者からの継続希望も強く、アンケート調査等からも、総じて非常に好評だったといえる。NP プログラム最終回に参加者 16 名にアンケート調査を依頼した結果、回収率 100%であった。質問は 7 項目で、それぞれの満足度を 7 件法で訊ねたところ、NP プログラム内容

に対する満足度は、非常に満足（57%）満足（31%）合わせて 88%とかなり高い満足度であった（注2）。

表1 子育て支援NPプログラム参加者・スタッフ数

参加者内訳/ 回数		第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	延べ人数
参加者数	母親参加者数	15	12	15	13	16	13	84
	子ども保育数	19	16	17	18	19	17	106
	参加者総人数	34	28	32	31	35	30	190
スタッフ数	ファシリテーター	2	2	2	2	2	2	12
	保育士	4	4	4	4	4	4	24
	学生ボランティア	8	8	8	5	8	8	45
	運営スタッフ	4	4	4	3	4	4	23
	スタッフ総人数	18	18	18	14	18	18	104
総人数		86	74	82	76	88	78	484

（2）同じ地域の公的機関との協働関係を構築する基盤となった。

（3）子育て支援を掲げる NPO 団体と託児を協働で実施できた。

（4）大学院生の乳幼児託児実習の場、教育訓練の場となり得た。また、ファシリテーターとしての訓練・教育の場、修士論文の実践研究ともなった。

NP プログラム自体の効果は非常に高いと実感できた。けれども実施にあたっては、NP-Japan の規定に従って、参加者は無料であるが、ファシリテーターや託児スタッフの保育士の人件費が必要である。将来に向けて、財源の確保が課題である。

さらに、大学院生の心理臨床の教育訓練の場として教育効果を高めるためには、事前学習にはじまり、経過途中の訓練や指導をどのように充実させるかを検討する必要があるだろう。

臨床心理士養成指定大学院として、大学院生の教育・訓練を充実させていく活動として、NP プログラムの実施継続とその拡大を図っていきたい。

注1 Nobody's Perfect Japan <http://homepage3.nifty.com/NP-Japan/index.html>

2008年11月5日取得

注2 子育て支援NPプログラム実施報告書 広島文教女子大学心理教育相談センター 2008年7月発行 pp.39-40.