ママさん記者体験記①

子の発達に沿った「期待」を

学齢期版連続講座

育児スキルを学ぶアメリカのプログラム「コモンセンス・ペアレンティング（CSP）」の学齢期版連続講座が田辺市で始まった。学齢期の講座は初めてと聞き、小学1年生と4年生の2人の娘がいる記者が参加した。普段ガミガミ叱ったり、「～しなさい」と押しつけがちだなあと反省する日々。そんな自分を振り返り、子どもや家族との接し方を学んでみたい。

（中沢みどり）

主催は県と田辺市で、NPO「Com子育て環境デザインルーム（コムデザイン）」が実施する。週1回のペースで、3月1日までの全6回、田辺市高雄1丁目の市民総合センターで開く。

市の担当職員によると、募集開始から2時間で定員を超す申し込みがあったそうだ。子どもが小中学生になっても、子育てで悩むお父さんお母さんがそれだけ多いということだろう。急きょ定員を5人増やし、田辺・西牟婁から小中高校生の保護者や子どもの支援に関わる人たち20人が受講することになった。

1月24日の第1回は大雪が降ったため欠席した人もいたが、17人が顔をそろえた。

初めに、コムデザイン代表の松本千賀子さんから講座の説明があった。「コモンセンス・ペアレンティング」は、アメリカ最大の児童福祉施設で開発されたプログラムであること。子どもに「してはだめ」ではなく「こうしてね」と教える方法など、子どもの問題行動を減らして望ましい行動を増やすための育児方法を、親が経験を通して学ぶ講座であること―。

その後、子育ての基礎である「発達」と「育み」についての講義があった。

親が子どもにできるだろうと期待すること（期待値）と、子どもが実際にできること（発達）にギャップがあると、親も子も互いにストレスがたまる。そのため「子どもの発達を踏まえた適切な期待値を設定することが、親子のストレスを減らし、無理のないしつけができるようになるポイントです」と松本さん。

また、子どもと一緒の時間を過ごすなど子どもに寄り添う（サポート）、子どもの過ごす環境を整える（世話）、子どものすることを受け止める（受容・共感）、目を合わせたりスキンシップしたりする（愛情を表現）、子どものしたことをほめる・認める（励ます）―といった「育み」の行動が、親子の絆を強め、また子どもは親からの愛を感じることができ、子どもの成長の基礎になるという。

初回のため松本さんの講義が中心だったが、2回目以降は、実際にロールプレイ（役割演技）をして、実践的に学ぶことが多くなるようだ。

親の期待に対し、子どもが本当にできるかどうかの確かめ方を、具体例を交えて話す松本千賀子さん（右奥）＝田辺市高雄1丁目の市民総合センターで