

この本、
いかがですか？

“対話でつながる 両親学級を実践するための1冊”

評者

渡邊由加利

前札幌市立大学看護学部 准教授

これまで、両親学級の内容や運営について、「参加者のニーズに合っているのか、役に立っているのか、夫を巻き込んだ進行為が難しい……」など、困り事をお持ちの方はもちろん、バージョンアップを目指しておられる方の一助となる1冊として、本書をご紹介します。また、「新型コロナウイルスの感染拡大防止のために、これまでとは違った運営や支援の方法を考える必要があっても、なかなか時間を作れず困っている」、そんな思いにある方にも、何らかのヒントにいただけたらと思っています。

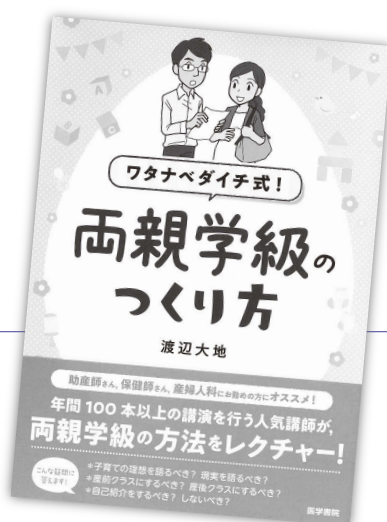
著者の渡辺氏は、自身の体験で感じた産後の大変さをサポートできればと、産前産後の家族を支援する会社を設立し、産後サポート事業や医療機関・地域にて、累計1万人以上の夫婦を対象に、両親学級を開催されているほか、年間100本ほど講演をされています。本書『ワタナベダイチ式！ 両親学級のつくり方』は、そんな渡辺氏の両親学級運営のエッセンスが詰め込まれています。両親学級は、子育てについて夫婦でどのように話したらよいか(夫婦の対話)を練習し、帰宅後の本番に向けた準備をする場です。活動が続ける中で明らかになってきた「どのように対話したら良いかが分からない夫婦が多く、対話の感覚とやり方を身に付けることが彼らの支援になる」との実感が彼の活動の軸となっています。

本書には多くのポイントが紹介されていますが、ここでは、夫婦の話し合いを決定付けるともいえる「言葉の定義」を取り上げます。「言葉の定義」は、夫と妻に限らず、ファシリテーターや他の参加者間でも違いがあります。言葉の定義が違って中での会話は、分かり合えないことへの寂しさ、悲しさが募り、それがいら立ちへと変化しやすくなります。夫婦を支援する上で「言葉の定義の確認」がどれほどに重要であるか、いくつもの事例で紹介されており、「人により言葉の定義とはこれほどに違うのか」と改めて実感することができます。

その気持ちの変化が関係悪化の最大の要因であるとする渡辺氏の両親学級では、参加者の意見交換により、参加者おのおの言葉の定義(本当に伝えたいこと)を明らかにし、その違いを発見していくプロセスに重点を置いています。ファシリテーターは、違いを認める、違っていい、違いからつながる、という体験となるよう対話を支援します。それは結果として、他者と気持ちを分かち合うことの安心感、他者理解への寛容さを高めることにつながり、正しく相手の言葉を理解し、夫婦で適切に問題を解決する力を高めることにもつながります。納得する形での問題解決は、相手への共感、2人に新しい一体感や家族意識、お互いが同じ方向で成長しているという満足感をもたらします^{1,2)}。

ワタナベダイチ式！ 両親学級のつくり方

渡辺大地 著
本体 2400 円＋税
A5 判／医学書院／2019 年



また、渡辺氏は「両親学級のファシリテーター」を通訳者として捉えています。ファシリテーター自身が「言葉の定義」に敏感になること、自分自身の「言葉の定義」を知った上でファシリテートすることで、参加者にとって両親学級の場合はより安心な場となり、本音が言える場になるのではないかと思います。

参加者にとってこの体験は、困ったときに、夫婦だけ、もしくは1人でがんばるだけではなく、「自分には支援者がいる」ということに気

付く機会ではないでしょうか。それぞれの思いはそれぞれであれ、支援者の思いが届く場の創造に本書が役立てばうれしく思います。 **J**

【参考文献】

- 1) ジェイ・ベルスキー, ジョン・ケリー: 安次嶺桂子 (訳): 子供をもつと夫婦に何が起こるか. 草思社, 1995.
- 2) 渡邊由加利: 妊娠末期の「夫婦関係」の実態と関連要因の検討. SCU Journal of Design & Nursing, 7 (1): 23-36, 2013.