

「身体感覚活性化マザークラス医療者向けセミナー」に参加した医療者のドゥーラ体験

吉田 静*, 佐藤香代*, 佐藤繭子*, 安河内静子*, 鳥越郁代*,
小林絵里子*, 藤木久美子*

Doula training in action: An evaluation of a maternity class workshop for the enhancement of body sensations

Shizuka YOSHIDA, Kayo SATO, Mayuko SATO, Shizuko YASUKOUCHI, Ikuyo TORIGOE,
Eriko KOBAYASHI, Kumiko FUJIKI

Abstract

The objective of this study is to clarify whether or not the doula experience in a seminar titled “Activation of Body Sensations Maternity class” targeted for healthcare professionals is effective as a method of the seminar.

We analyzed the content of the seminar from the three perspectives: doula, pregnant mother, and observer. We used the dialogue of the medical professionals, who attended the 6th “Activation of Body Sensations Maternity class” held on January 2011, as a word-by-word record.

As a result, five categories were extracted from the doula; [playing the role of doula holding back the self], [being bewildered at the doula and having self-reflection about the experience], [sharing the feeling of the pregnant women together] and [getting to pregnant women’s eye level and having own opinion] and [getting awareness from the experience]. In playing the role of pregnant woman, three categories were extracted; [feeling relaxed by being accepted, and understanding], [feeling the existence of pregnant women and doula close] and [getting awareness from the experience], and four categories as to the observer; [being considerate with the pregnant women while sympathizing with them], [encouraging the pregnant women], [the pregnant women supporting the doula] and [getting awareness through the observation].

In the Doula experience, participants experienced all roles and gained a deep understanding though discussing thoroughly their experiences from their individual points of view. Therefore, it is considered that the Doula experience program is very effective in the recurrent education for those who are engaged in medical care.

Key Words: Body sensation, Maternity Class, Midwifery, Doula, Role play

要 旨

本研究の目的は、「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス医療者向けセミナー」に参加した医療者が感じた「ドゥーラ体験」の様相を明らかにすることである。

2011年1月、第6回「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」医療者向けセミナーに参加した医療者のドゥーラ体験後の会話を逐語録とし、内容をドゥーラ、妊婦、観察者の三者の視点から分析を行った。

結果、ドゥーラからは【自分を抑えてドゥーラを演じる】【ドゥーラ役割に戸惑い、自己の経験を内省する】【妊婦の思いを共に受け止める】【妊婦と視線を合わせ、発言を待つ】【体験から気づく】の5のカテゴリーが抽出された。妊婦役割において【受け入れられることで心が落ち着き、納得する】【身近に妊婦とドゥーラの存在を感じる】【体験から気づく】の3のカテゴリー、観察者からは【妊婦に共感しながら気を配る】【妊婦に働きかける】【妊婦がドゥーラを支える】【観察を通して気づく】の4のカテゴリーが抽出された。

ドゥーラ体験では、参加者が全ての役割を体験し、各々の視点から多角的に語り合うことで学びを深めていたことから、このプログラムは医療者へのリカレント教育において大きな学習効果を得ることができたと考える。

キーワード：身体感覚、マザークラス、助産、ドゥーラ、ロールプレイ

* 福岡県立大学看護学部
Faculty of Nursing, Fukuoka Prefectural University

連絡先：〒825-8585 福岡県田川市伊田4395番地
福岡県立大学看護学部臨床看護学系
吉田 静
E-mail: yoshida@fukuoka-pu.ac.jp

緒言

本邦の妊婦教室は「母子保健法」(1965年制定・施行)によって定められており、「妊娠、出産又は育児に関し、必要な保健指導を行い、又は医師、歯科医師、助産師若しくは保健師について保健指導を受けることを勧奨しなければならない」とされている。それは法律制定後40年を超えた現代にも受け継がれており、妊婦教室の主流は講義形式・知識伝達型である。しかし筆者らは、女性の身体へ五感(視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚)による快の刺激を通して身体の持つ産み育てる力、情報を選び取る力を女性自らが引き出す過程を大切にしたい「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」を1996年より実践してきた(鮫島、佐藤、長谷川ほか、1999; 鮫島、佐藤、浅野ほか、2000; 佐藤、浅野、三根、2002; 浅野、佐藤、三根、2002; 大牟田、佐藤、2002; 佐藤、高橋、2004, 2005; 佐藤、2005a, 2005b, 2005c)。この「身体感覚活性化マザークラス(以下、マザークラス)」は2011年に16回目を迎え、卒業生は200名を超える。佐藤ら(2010)は、マザークラスに参加した経験は出産・育児を行う女性たちのその後の人生にも大きな影響を与えていることを明らかにしている。

そこで筆者らは「女性の産み育てる力」を引き出すマザークラスが普及することで女性のヘルスケア構築に大きく寄与できると考え、2005年から医療者を対象にした「身体感覚活性化マザークラス医療者向けセミナー(以下、セミナー)」を実施してきた。セミナーでは毎回アンケート調査を行い、5段階評価の満足度調査および自由記載の内容から評価を行ってきた(三根ほか、2006; 佐藤、三根、2006; 石村、佐藤、安河内、吉田、森、2009)。その結果、多くの医療者がマザークラス運営に困難や悩みを感じ、具体的なマザークラスの運営方法や実践的内容を求めていることが明らかになっている。特に筆者らが運営するマザークラスでは、「ドゥーラ」はグループの黒子的存在でありながら重要な役割を担っており、参加者のドゥーラに対する関心も高い。海外ではドゥーラが母親に対して出産前から出産後を通して身体的、精神的な支援を継続的に行う存在として認知されており、ドゥーラ役割や効果、教育に関する研究が多く行われている(Gilliland, A.L. 2002; Jordan, E.T., VanZandt, S.E., Wright, E. 2008; Saxell, L., Harris, S., Elarar, L.; 2009)。しかし日本における研究報告

は極めて少ない。ドゥーラに関する意識調査や妊娠、出産時の女性たちのケアニーズを明らかにしたものはあるが、実践報告はわずかである(佐藤愛ほか、2006; 工藤ほか、2007; 佐藤愛ほか、2008)。

そこでセミナーではドゥーラ経験者が自らの体験を語るセッションを設けており、参加者から「勉強になった」「ドゥーラの奥深さ、難しさを感じる事ができた」など高い評価を得ている(石村、佐藤、安河内、吉田、森、2009)。その一方で「技術を習得したい」「もっと詳しく知りたい」といった要望が多く聞かれ、第4回セミナー(2009)から参加者がドゥーラや妊婦となってマザークラスを体験するプログラムを導入した。第4回セミナー参加者のドゥーラ体験に対する満足度は87.5%であったが、プログラムへの意見としてドゥーラが「難しい」「分かりにくい」が多くを占めた。

したがって第5回セミナー(2010)では前年の意見を参考に、①「ドゥーラ」に関する解説、②ドゥーラ・シェアリングのデモンストレーション(マザークラス卒業生である母親2名を含んだグループ)の見学、の2つを追加し、参加者がドゥーラをイメージしやすいように心がけた。その後、参加者とドゥーラ経験を持つ大学教員(助産師)やマザークラス卒業生を含む小グループでドゥーラ・シェアリング体験を実施した。

第6回セミナー(2011)では、第4・5回のドゥーラ体験に対する参加者の意見やニーズに応え、ドゥーラ体験の回数を増やし参加者同士でシェアリングを行う時間を多く取る等考慮した上で行った。そこで本研究では、第6回セミナー(2011)マザークラス体験プログラムの一つである「ドゥーラ体験」に焦点を当て、ドゥーラ体験後のシェアリング(分かち合い)で語られる参加者の声を分析することで、医療者が感じた「ドゥーラ体験」の様相を明らかにすることを目的とした。

「身体感覚活性化マザークラス」医療者向け セミナーとドゥーラ体験の概要

第5回セミナー(2010)における参加者の「ドゥーラ体験」への満足度は88.6%と前年より上昇したが、意見として「ドゥーラにやりがいを感じたが、難しい」「時間が足りない」が挙がり、やはりドゥーラが難しいと感じていることが分かった。そこで第6回セミナーでは体験を主としたコースを開催した

表 1

<p>第6回「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」医療者向けセミナープログラム テーマ: ホリスティック健康を促進する助産ケア 日時: 2011年1月29日(土) 11:00~16:30 場所: TKP天神シティセンター(福岡市中央区) 司会進行 福岡県立大学看護学部 女性看護学/助産学領域 准教授 鳥越 郁代</p>
<p>*講演(55分) からだの声を聴く 福岡県立大学看護学部 女性看護学/助産学領域 教授 佐藤 香代(フムフムネットワーク代表)</p>
<p>*マザークラス体験 1) 食体験(50分) 「身体が喜ぶ食体験~妊婦になってみよう~」 (内容) マクロビオティック弁当・有機栽培緑茶の食体験・イメージリー・シェアリング 独立行政法人 国立病院機構 嬉野医療センター 助産師 森 純子 2) 気功体験(15分) (内容) ピアノ生演奏のもとで体験 福岡県立大学看護学部 女性看護学/助産学領域 教授 佐藤 香代 3) 子守唄(ゆりかごの歌)・プリージング・イメージリー・スライドショー・シェアリング(40分) (内容) ピアノ生演奏のもとで体験 福岡県立大学看護学部 女性看護学/助産学領域 講師 安河内 静子</p>
<p>*ドゥーラ体験(75分) (内容) ドゥーラ体験を通して・ロールプレイ 福岡県立大学看護学部 女性看護学/助産学領域 助教 吉田 静</p>
<p>*体験を語る(15分) (内容) 「世にも珍しいマザークラスからもらった宝物」 マザークラス第12期卒業生(母親) 梅木 千春</p>

(表1). その内容は①講演「からだの声を聴く」②マザークラス体験③マザークラス卒業生による体験を語る、の3部構成であり、マザークラスの礎にある助産哲学と経験に基づく実践のわざを、講演と自らの体験を通して理解することを目的としている。

ドゥーラ(Doula; 支援的同伴者)(Klaus, M.H., Kennell, J.H., & Klaus, P.H., 1993)とは、妊婦を全面的に信頼し、否定や指導、命令、指示をすることなく全てを受け止め、寄り添う女性のことを指す。

第6回セミナーでは、第4回、第5回セミナー参加者の意見を活かし「ドゥーラ体験」プログラムを60分から75分に増加した。参加者のニーズを意識した①「ドゥーラ」役割の解説、②DVDを用いてドゥーラ・シェアリングのデモンストレーション上映と解説を行った。ドゥーラ体験の実際として、1グループ6~7名(メンバーは無作為抽出)の17グループを編成した。メンバーはそれぞれ①ドゥーラ役、②場面設定した発言を行う妊婦、③観察者の3つの役割を決め、参加者全員が全ての役割を体験できるようにした。また場面設定を変えてロールプレイを4回行い、各回終了後にグループでシェアリング(分かち合い)を行い、「うまくできていたところ、難しかったところ」、「よかったところ」「感じたこと」などを自由に語ってもらった。さらに2回ロールプレイを実施した段階で、参加者全体で分かち合う時間を設けた(表2, 3)。

表2 ロールプレイ設定

<p>場面1 シェアリング中に、Aさんが「私、食べるのが大好きなんですよ。昨日の夜も急におやつが食べたくなくて、ダメだと分かっているんですけど、我慢できなくてつい食べちゃいました」と言いました。</p>
<p>場面2 シェアリング中に、Bさんが「つわりがこんなにきついなんて思っていませんでした。食べては吐くし、肌もボロボロ。もう妊娠なんてイヤ」と言って泣き出しました。</p>
<p>場面3 シェアリング中に、Cさんが「妊娠が分かった頃から上の子(3歳、男児)の赤ちゃん返りが始まって、イライラして怒ってばかりなんです。自分でもダメだと分かっているんですけど…」と言いました。</p>
<p>場面4 シェアリング中、グループの誰からも発言がなくシーンとしてしまいました。ドゥーラのあなたは困ってしまいます。</p>

表3 ドゥーラ体験の流れ(75分)

1. 「ドゥーラ」とは	
2. シェアリングの実際(DVD)	
3. グループでロールプレイ+分かち合い(場面1)	10分
4. グループでロールプレイ+分かち合い(場面2)	10分
5. 全体での分かち合い(意見交換)	
6. グループでロールプレイ+分かち合い(場面3)	10分
7. グループでロールプレイ+分かち合い(場面4)	10分
8. ロールプレイ(代表グループ)	
9. 講評	
10. まとめ	

方法

1. 研究デザイン

本研究の目的は、「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」医療者向けセミナーに参加した医療者が感じた「ドゥーラ体験」の様相を明らかにする

ことである。そこで参加者のドゥーラ体験直後の語りに重点を置いた質的記述的研究が適していると考えた。

2. 研究参加者

対象は、2011年1月に福岡市で開催された第6回「身体感覚活性化マザークラス医療者向けセミナー」に参加した97名である。医療者とは、助産師・保健師・看護師・教員・学生などマザークラス運営に携わる機会のある医療従事者をさす。

3. データ収集方法

ドゥーラ体験（計4回）後の参加者同士の会話をICレコーダーで録音し、逐語録としてまとめた。倫理的配慮としてマザークラス体験開始前に、研究目的と研究結果の活用、個人が特定できないよう逐語録を作成し、データは研究終了後に速やかに消去する、研究協力は任意であり、不参加の場合でも不利益を受けないことを文書と口頭で説明し、参加者の同意を得た上で実施した。

4. 分析方法

データの分析は、シェアリング時の参加者の逐語録より三者（ドゥーラ、妊婦、観察者役割）の視点を中心とした内容の分析を行った。分析は質的記述的方法とし、シェアリング（分かち合い）内での「ドゥーラ体験」に関する内容を①ドゥーラ、②妊婦、③観察者の役割に分けて分析を行った。すなわち個々の抽出されたデータを、内容の意味に沿って概念的ラベルをつけコーディングを行った。次に同様の内容につながる同じ意味を持つコードを集め、グループ化し、これをサブカテゴリーとした。さらにグループ化したサブカテゴリーを同じ現象を意味するコードとして集め、類似性を持ってカテゴリーとした。最後にカテゴリーにデータが合致するか、データの妥当性を再確認し、一致したものを最終のカテゴリーとした。分析過程は、「身体感覚活性化マザークラス」に携わる経験豊富な共同研究者のスーパーバイズを受け、データ分析の信頼性を高めつつ行った。

結 果

参加者の「ドゥーラ体験」に関する発言内容を①ドゥーラ、②妊婦、③観察者、3つの役割別にデータを抽出し、カテゴリーは【 】, サブカテゴリーを《 》, コードを〈 〉として表示する。また内容の理解が難しいと思われる部分は（ ）で補足した

（表4～6）。

1. 参加者のドゥーラ体験

1) ドゥーラ役割（表4）

ドゥーラ役割では63のコードから16のサブカテゴリー、5のカテゴリーが抽出された（表4）。参加者は普段はマザークラスで妊婦に指導や助言を行い、それが当然であると思っていた。しかしこの場では日常と異なる対応を求められていると感じ、戸惑いを表出している。すなわち妊婦に〈助言できない〉〈叱ってはいけない〉といった《口を出さない》、〈指導や具体的な示唆ができない〉の《指導しない》、妊婦を《肯定する》《否定しない》等、【自分を抑えてドゥーラを演じる】体験をしている。この体験に対して〈適切な言葉が思いつかない〉《戸惑う》や〈上手にやりとりさせるのが難しい〉といった《難しい》思いを抱く一方、従来の経験を振り返り〈長年の指導型が染み付いている〉〈あらねばならないととらえがち〉等、《内省する》といった【ドゥーラ役割に戸惑い、自己の経験を内省する】体験をしていた。

しかし、回数を重ねることで〈妊婦に共感して味方になる〉〈受け止める〉と【妊婦の思いを共に受け止める】、妊婦と〈目線を一緒にする〉〈相手の発言を待つ〉等、【妊婦と目線を合わせ、発言を待つ】ように変化していった。最後にロールプレイを繰り返し行った体験を振り返り〈最後まで行く（体験する）と（ドゥーラが）少し分かった〉〈体感することはよいこと〉等、ドゥーラを演じたことから【体験から気づく】を感じ取っていた。

2) 妊婦役割（表5）

妊婦役割では、28のコードから7のサブカテゴリー、3のカテゴリーが抽出された（表5）。妊婦は、ドゥーラが〈話を振ってくれるから話しやすい〉〈うなづいてくれる〉〈大切にされている〉等、受容的態度に《話しやすい》《安心する》と感じていた。また〈自分で自分を納得させられる〉等、自ら《受け入れられる》《納得する》と感じており【受け入れられることで心が落ち着き、納得する】ことを体験していた。また〈分かってくれる人がたくさんいる〉《仲間の存在》や《ドゥーラへの思い》は【身近に妊婦とドゥーラの存在を感じる】へとつながった。

さらに〈妊婦役を行って気づくことが多かった〉〈妊婦として話を聴けたことがよかった〉等、【体験から気づく】体験がドゥーラ役と同様またそれ以上に参加者にとって有意義な体験であったことを裏付

表4 ドゥーラ役割

カテゴリー	サブカテゴリー	コ	ー	ド
自分を抑えて ドゥーラを演じる	口を出さない	助言できない 答えを言えない 黙ってられない 叱ってはいけない 導いてしまいたい 足りない部分は補わなくてはならない		
	指導しない	指導や具体的な示唆ができない うまく指導できない 答えを出す 解決の方向に持っていかなくてはならない		
	肯定する	肯定しないといけない 褒めて肯定する		
	否定しない	否定してはいけない		
ドゥーラ役割に戸惑い, 自己の経験を内省する	戸惑う	沈黙したときに困る 適切な言葉が思いつかない 配慮ができない 話が進まない 間が怖い どこまで待つてよいのか どうしたらよいのか 投げかけてよいのか 戸惑う 悩む		
	難しい	難しい ドゥーラ役が難しい 助言が難しい 上手にやりとりさせるのが難しい 話を振るタイミングが難しい マイナスをプラスに持っていくのが難しい マザークラスのスタイルが難しい 苦しい		
	内省する	長年の指導型が染み付いている 押さえ込みでないが指導する どうしても上からになってしまう 納得させなければという気負いがある 同じ目線であるつもりだが導いてしまっていた あらねばならないととらえがち		
妊婦の思いを共に 受け止める	共感する	共感する 妊婦に共感して味方になる 賛同する		
	聴く	聴き役 色々話を聴く もっと話を聴かせて 口を出さない		
	受け止める	受け止める		
	赤ちゃんの存在	赤ちゃんがいる 赤ちゃんの存在を忘れない		
妊婦と目線を合わせ, 発言を待つ	引き出す	話を引き出す		
	話を振る	発言を促す 話題を振る		
	待つ	相手の発言を待つ 待ちの姿勢		
体験から気づく	体験して気づく	目配り 妊婦と目線を一緒にする 気配り		
		ドゥーラを気負わなくてよい ドゥーラは黒子である 身体で感じる 感じる 体感することはよいこと ロールプレイを行って分かった (体験を繰り返す)最後まで行く(体験する)と(ドゥーラが)少し分かった 勉強になった		

けた。

3) 観察者役割 (表6)

観察者役割では、32のコードから10のサブカテゴリー、4のカテゴリーが抽出された(表6)。観察者は他者が演じるドゥーラ、妊婦を客観的に視ることで多くの気づきや学びを得ていた。

すなわちドゥーラが妊婦の話に耳を傾けながら(妊婦の表情を見ている)《気配り》を目にして【妊

婦の話に共感しながら気を配る】、また妊婦に対して〈方向性は付けるがあまり口出ししない〉〈違う視点で話を変えていた〉と妊婦に思考の変化や〈赤ちゃんのことを考えさせる〉《気づかせる》ように【妊婦に働きかける】ことに気づいていた。さらにドゥーラが妊婦を支えるだけでなく、〈妊婦の発言にドゥーラも助けられていた〉〈妊婦がドゥーラを動かしていた〉等【妊婦がドゥーラを支える】とグループを

表5 妊婦役割

カテゴリー	サブカテゴリー	コ	ー	ド
受け入れられることで心が落ち着き、納得する	話しやすい	話を振ってくれるから話しやすい 話しやすい 話を振ってくれて気持ちが楽になった 話すことで自分の気持ちがまとまる		
	安心する	気持ちがホッとする 肯定されると嬉しい、安心する 開放される		
	受け入れられる	うなづいてくれる 受け入れてもらえる 大切にされている 聴いてくれている 言われるより気持ちを分かってもらった方が嬉しい		
	納得する	自分で自分を納得させられる ストーンと落ちてくる 気持ちが動きやすい		
身近に妊婦とドゥーラの存在を感じる	仲間の存在	分かってくれる人がたくさんいる 協力し合う 意見を出し合う 正解に近づこうとする		
	ドゥーラへの思い	ドゥーラに解決してほしい		
体験から気づく	気づく	妊婦役を行って気づくことが多かった 命令されているように感じなかった 自分で考えるきっかけになる 妊婦として話を聴いたことがよかった 方向性が見える言葉をもらった 言葉をもらって立ち向かえる 今まで思いつかなかった発想		

表6 観察者役割

カテゴリー	サブカテゴリー	コ	ー	ド
妊婦に共感しながら気を配る	共感する	共感する うなづく		
	聴く	聴き役 発言をよく聴いて消化する		
	気配り	気配り 妊婦の表情を見ている		
	ドゥーラ存在	ドゥーラが「いる」「いない」で違う		
妊婦に働きかける	働きかける	指示を出すことは少ない 難しいことを言わない 方向性は付けるがあまり口出ししない 違う視点で話を変えていた 話を振って妊婦が話やすくしていた 流れが変わっていった		
	引き出す	話を引き出す		
	気づかせる	思考の多面性に気づかせる 赤ちゃんのことを考えさせる		
妊婦がドゥーラを支える	妊婦存在	妊婦が協力する 妊婦の発言にドゥーラも助けられていた 妊婦がドゥーラを動かしていた 妊婦同士で盛り上がる		
観察を通して気づく	気づき	(妊婦が)ストーンと落ちるのが分かった (ドゥーラの)声落ち着いていた 沈黙も大切 ドゥーラは大変 何も言わないがニコニコしている 発想の転換が大切 話が進めようとするから苦しくなる 自分だったら言えない		
	場の雰囲気	場の雰囲気 赤ちゃんを感じられる雰囲気 雰囲気を肌で感じた 雰囲気が良かった		

作る妊婦とドゥーラ存在の大きさを実感していた。またドゥーラ、妊婦を観察することで、ドゥーラの思いに妊婦が〈ストーンと落ちるのが分かった〉と観察者自身も妊婦と同じ思いを抱いていた。さらに〈ドゥーラは大変〉〈発想の転換が大切〉や場の〈雰囲気肌で感じた〉等、【観察を通して気づく】体験が多く語られた。

2. シェアリングの効果

ロールプレイを4回行い、各回終了後にグループでシェアリング(分かち合い)を行った。その中で当初はドゥーラ、妊婦、観察者がそれぞれの視点から意見や感想を述べ合うだけであったが、徐々にドゥーラがロールプレイ中に困難さを感じた場面や参加者自身が臨床で悩んだ事例等の発言が聞かれるよ

うになり,その悩みに対してグループ内で話し合い,参加者たちで答えを見出すように変化していった。これに対して参加者からは「今年助産師になったばかりで何も経験がなく答えも分からないから,皆の話の聞いて勉強になった」「(グループのメンバーが)よいメンバーでよかった」等,ロールプレイ体験だけでなくシェアリングに対する評価も挙げられた。

考 察

1. ドゥーラと妊婦, 観察者の関連性 (図1)

参加者は初めてドゥーラを演じ,妊婦に指導や助言を行う日常と異なり,妊婦に《口を出さない》《指導しない》ことを体験し【自分を抑えてドゥーラを演じる】ことに《戸惑う》《難しい》思いを抱いていた。その一方で,〈長年の指導型が染み付いている〉〈同じ目線にいるつもりだが導いてしまっていた〉と過去の経験を振り返ることで《内省》し,妊婦を管理しようとしていた自己への気づきへとつながった。

参加者はドゥーラに対して戸惑いを感じながらも

妊婦の話を懸命に《聴く》ことで,妊婦の思いに《共感》し,《受け止める》ことで,妊婦の心へ寄り添おうとする思いが表れていた。また耳を傾けるばかりでなく,妊婦と目線を合わせながら《話を振る》ことで発言を促し〈相手の発言を待つ〉ことを行っていた。ドゥーラを繰り返し演じることで〈ドゥーラを気負わなくてよい〉〈黒子である〉と感じており,ドゥーラに対するとらえ方が変化していった。これはLeap, N. (1990) の“The Less We Do, The More We Give (何もしないほど与えるものは大きい)”を根底に培ってきた身体感覚活性化マザークラスの助産哲学を,参加者が体感によって感じ取ったと考えられる(佐藤, 2005c)。

一方,妊婦はドゥーラの受容的態度に対して〈気持ち楽になった〉〈気持ちがホッとする〉といった《話しやすい》《安心する》受け入れられることへの安心や快さを感じていた。妊婦は自分自身が〈大切にされている〉体験を通して,心の〈開放〉を感じており〈自分で自分を納得させられる〉ように【受け入れられることで心が落ち着き,納得する】ことを体験していた。これはマザークラスへ参加する妊

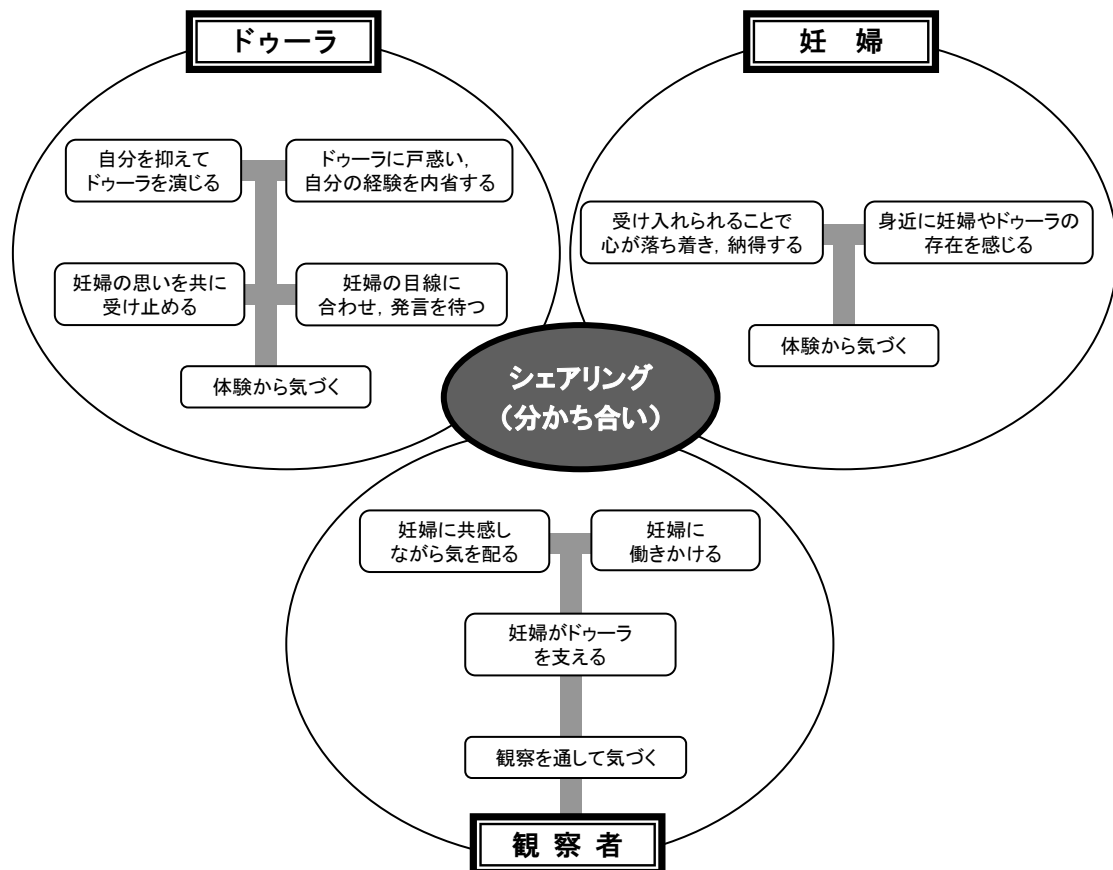


図1 ドゥーラと妊婦, 観察者の関連性

婦と同様の結果であり、医療者が妊婦体験をすることで妊婦の気持ちに気づくという効果を得ることができる。

また周りに自分を〈分かってくれる人がたくさんいる〉等、【身近に妊婦やドゥーラの存在を感じる】ことの喜びを感じていた。さらに〈妊婦役を行って気づくことが多かった〉〈今まで思いつかなかった発想〉等、ドゥーラでは感じられない【体験から気づく】ことを多く感じていたことから、医療者が妊婦を体験することでドゥーラに対する深い気づきを得られることが明らかになった。

観察者は客観的にドゥーラと妊婦を視るだけでなくグループ全体を見通していた。〈妊婦の発言にドゥーラも助けられていた〉〈妊婦がドゥーラを動かしていた〉とドゥーラと妊婦の相乗効果を目にしており、これは観察者がドゥーラ、妊婦を観察しながら二者に共鳴することで感じ取っていたと考える。また〈雰囲気を感じた〉〈赤ちゃんを感じられる雰囲気〉等、身体感覚活性化マザークラスで最も大切にしている《場の雰囲気》にも気づいている。

本セミナーにドゥーラ体験プログラム（ロールプレイ）を導入したのは第4回セミナー（2009）からである。開始当初は参加者自身がドゥーラを体験し、その役割を理解することを目的としてロールプレイを導入したが、第6回セミナーではドゥーラと妊婦を演じるだけでなく、一連のロールプレイを客観的に視る機会として観察者を追加した。参加者はこの役割を通して他者のロールプレイを概観することができ、自分自身が演じていたときには気づかなかったドゥーラが《妊婦に共感しながら気を配る》さまや胎児に意識を向けるといった〈思考の多面性に気づかせる〉ように働きかける配慮に気づいている。またドゥーラが妊婦を支えると同時に妊婦がドゥーラを支える双方向の働きがあることにも注目している。平山（2009）は、コミュニケーション教育方法としてのロールプレイにおいて、カウンセラー、クライアントの役割に観察者が加わることで、観察者が体験的に理解した二者の役割を客観的に理解していたと述べている。今回のドゥーラ体験においても、参加者が他者のロールプレイを役割として俯瞰したことで、妊婦への問いかけ方や話の聴き方、問の取り方といった『コミュニケーションスキル』と妊婦に向き合うドゥーラの視線や声のトーン、表情等『非言語的メッセージ』を感じ取っていた。このように

観察を通して相手の体験を自らの中に取り込むと同時に自己を振り返っていたことから、役割を通して得た必要な概念を咀嚼し、自己理解を深める中で再構築していった。

役割を演じることは自らを振り返る機会となる。役割交換によって他者の立場を演じることで他者の立場から自らを省みることができる等、多様な視点から自らと向き合う中で自己理解を深めることができると言われており（石橋、川上、樋泉；2008）、今回のドゥーラ体験における観察者の体験も同様の結果であったと言える。

以上より、参加者は三者を体験することにより各々の視点から多くの学びや気づきを得ていたことが明らかになった。そこで今回、妊婦とドゥーラを客観的に観察する機会を設けたことには意義があったと考えられる。また参加者のドゥーラ体験に対する満足度は「非常に満足」「満足」が84.5%であった。よって三者全てを体験するプログラムを今後も継続していく必要がある。

2. シェアリング（分かち合い）の意義

「身体感覚活性化マザークラス」では、妊婦が自らの思いを自分の言葉で語り、それをドゥーラや他の妊婦たちと共有する。そのことで、ありのままの自分と向き合い、自分を受け入れ、エンパワーメントされることを根底としている。よって参加者同士で体験や思いを分かち合う「シェアリング」の時間を十分に確保している。今回のセミナーにおいてもドゥーラ体験だけでなく、食体験、マザークラス体験後にも参加者同士で体験を分かち合うシェアリングを細かく行った。

体験学習は教育的意義を持つだけでなく、学習者自身による体験の反省（Reflective thinking）とその体験の再構築を促す教育方法といわれている（Burnard P；1993）。今回、参加者がドゥーラ、妊婦、観察者全てを体験し、その思いを参加者同士で様々な視点から多角的に語り合ったことで、各々が今までの経験を振り返って内省し、ドゥーラの可能性と今後の自らの課題や展望を見出し、「身体感覚活性化マザークラス」の哲学を腑に落としていた。さらに体験を共有することで、他者を理解すると同時に他者に向き合い、自己のあり方を理解することにつながる（石橋、川上、樋泉；2008）。このように体験学習としてのロールプレイを行い、体験を参加者同士で語り合うことは体験の困難さや楽しさを分か

ち合うだけでなく自らと他者の理解へと結びつく。以上より、体感型プログラムを実施し、シェアリングを行うことは参加者の知識と体験の融合に重要な役割を果たすと考えられる。

一方、佐藤愛ら(2008)が助産師を対象に行ったドゥーラによる妊産婦への支援システム構築のための基礎調査の結果では、多くの助産師がドゥーラの必要性を感じているが、職場に新たな役割としてドゥーラを導入することは難しいと考えていることを明らかにした。妊産婦に接するドゥーラに抱く役割期待は大きいですが、現実には導入が困難であると述べている。また海外ではドゥーラは医学などの専門知識を持たない「出産経験を持つ女性」が担っているが、日本ではドゥーラ役割は分娩に付き添う専門家である「助産師」に求められている状況がある。しかし日本においても、育児中の女性が専門家である助産師や看護師の支援があってもそれらとは別にドゥーラからの支援を受けたいと考えていることも報告されている(岩間ら, 2008)。よって今回セミナーに参加した医療者たちがドゥーラ体験プログラムを通して得た学びをどのように現場で生かすかが重要であり、筆者らの今後の課題でもある。

結 論

「身体感覚活性化マザークラス」医療者向けセミナーに参加した医療者のドゥーラ体験後の会話録を逐語録とし分析を行った結果、ドゥーラ、妊婦、観察者の体験から以下のカテゴリーが得られた。

① ドゥーラ

【自分を抑えてドゥーラを演じる】【ドゥーラ役割に戸惑い、自己の経験を内省する】【妊婦の思いを共に受け止める】【妊婦と目線を合わせ、発言を待つ】
【体験から気づく】

② 妊婦

【受け入れられることで心が落ち着き、納得する】
【身近に妊婦とドゥーラの存在を感じる】【体験から気づく】

③ 観察者

【妊婦に共感しながら気を配る】【妊婦に働きかける】
【妊婦がドゥーラを支える】【観察を通して気づく】

また、全ての役割を体験することでそれぞれの視点から気づきや学びを得ていたことから、本プログラムではドゥーラだけに主眼を置くのではなく、妊

婦や観察者も重要な役割であることが明らかになった。さらにその体験を参加者同士で分かち合うことによってプログラムの目的と展望を見出していたことから重要な意義を持つと考えられる。

よって今後も同様のプログラムを実践することで身体感覚活性化マザークラスの理解を深めるとともに、参加者を対象とした縦断研究を行うことによってマザークラスにおける助産哲学の理解の深まりを追究し、さらなるセミナーの発展につなげていく必要がある。

文 献

- 浅野美智留, 佐藤香代, 三根有紀子. (2002). 「体感」活性化マザークラスの実践とその根拠・第2報—「体感」と「体感」活性化の裏付け—, *九州看護福祉大学紀要*, 4(1), 69-76.
- Burnard P. (1993). Using Experiential Learning Methods with Larger Groups of Students, *Nurse Education Today*, 13(1), 60-65.
- Gilliland, A.L. (2002). Beyond holding hands: the modern role of the professional doula. *Journal of obstetrics, gynecologic, and neonatal nursing*, 31(6), 762-769.
- 平山有里, 土屋明美. (2009). 仲間と共に学ぶコミュニケーション論 三者関係体験により育つこと, *日本ファーマシューティカルコミュニケーション学会会誌*, 7(7), 29-35.
- 石村美由紀, 佐藤香代, 安河内静子, 吉田静, 森純子. (2009). 第3回「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」医療者セミナーの企画・開催に関する一考察, *福岡県立大学看護学部紀要*, 6(2), 85-93.
- 石橋通江, 川上晴実, 樋泉幸子. (2008). 精神看護学演習におけるサイコドラマの教育的効果—ドラマ体験に見られた感情と気づきの形成—, *日本赤十字九州国際看護大学 intramural research report*, 6, 49-57.
- 岩間薫, 佐藤愛, 西野加代子, 谷川裕子, 高田昌代, 工藤優子, 宮本昭子, 新道幸恵. (2008). ドゥーラによる妊産婦ならびに育児中の女性への支援システム構築に関する基礎調査(第1報). *日本助産学会誌*, 21(3), 68.
- Jordan, E.T., VanZandt, S.E., Wright, E. (2008). Doula care: nursing students gain additional skills to define

- their professional practice. *Journal of professional nursing*, 24(2), 118-121.
- Klaus, M.H., Kennell, J.H., & Klaus, P.H. (1993). *Mothering the Mother*. 17-33, Addison-Wesley Publishing Company, USA.
- 工藤優子, 佐藤愛, 新道幸恵, 高田昌代, 谷川裕子, 西野加代子, 宮本昭子. (2007). 若年妊婦の妊娠・分娩・育児期におけるケアニーズの分析 ドウーラの役割の検討に向けて, *日本赤十字看護学会誌*, 7(1), 45-57.
- Leap, N. (1990). The Less We Do, The More We Give, *Proceedings of the International Confederation of Midwives 22nd International Congress*, 118-120.
- 三根有紀子, 佐藤香代, 浅野美智留, 石村美由紀, 吉田静, 鳥越郁代, 野中多恵子, 宮野由加利, 藤本清美. (2006). 「身体感覚活性化マザークラス」実践のための医療者セミナーの評価と今後の課題ー参加者へのアンケート調査からー, *福岡県立大学看護学部紀要*, 3(2), 89-99.
- 大牟田智子, 佐藤香代. (2002). 「体感」活性・女性のエンパワーメントを促す教育「世にも珍しいマザークラス」, *ペリネイタルケア*, 2(7), 19-23.
- 鮫島雅子, 佐藤香代, 長谷川眞弓, 大牟田智子, 柴田かおる, 堀尚子, 浅野美智留, 熊谷信順. (1999). 妊婦における「体感」尺度作成の試みー判別分析を用いての検討ー, *鹿児島純心女子大学看護学部紀要*, 4, 43-53.
- 鮫島雅子, 佐藤香代, 浅野美智留, 大牟田智子, 長谷川眞弓, 堀尚子, 柴田かおる, 熊谷信順. (2000). 「体感」活性化を目的とする母親学級の評価および出産体験に伴う「体感」度の変化ー「体感」尺度を用いての検討ー, *鹿児島純心女子大学看護学部紀要*, 5, 17-28.
- 佐藤愛, 高田昌代, 谷川裕子, 新道幸恵, 西野加代子, 宮本昭子, 工藤優子. (2006). 女性の分娩体験から抽出したケアニーズに対するドウーラの役割に関する検討ー40~50代女性の体験からー, *青森県立保健大学雑誌*, 7(2), 281-288.
- 佐藤愛, 岩間薫, 新道幸恵, 高田昌代, 西野加代子, 谷川裕子, 工藤優子, 宮本昭子. (2008). ドウーラによる妊産婦ならびに育児中の女性への支援システム構築に関する基礎調査(第3報)ー助産師のドウーラに対する意識ー, *日本助産学会誌*, 21(3), 70.
- 佐藤香代, 浅野美智留, 三根有紀子. (2002). 「体感」活性化マザークラスの実践とその根拠・第1報ー助産術(助産のArt)を前提に置く意義ー, *九州看護福祉大学紀要*, 4(1), 59-67.
- 佐藤香代, 高橋真理. (2004). マザークラスにおける妊婦の身体感覚活性化の効果測定ーこれからのよりよい家族支援に向けてー, *家族看護研究*, 10(1), 2-9.
- 佐藤香代, 高橋真理. (2005). 「身体感覚活性化プログラムによるマザークラス」に参加した妊婦の身体感覚ー身体からの気づきを中心にー, *母性衛生*, 45(4), 551-559.
- 佐藤香代. (2005a). 「身体感覚活性化を中心に据えたマザークラス」に参加した妊娠期女性の内面的変容に関する研究ー産み育てる力を育む助産ケアに向けてー, *博士学論文*, 1-134.
- 佐藤香代. (2005b). 世にも珍しいマザークラス, *ペリネイタルケア*, 2005年夏季増刊, 219-230.
- 佐藤香代. (2005c). 助産の技, *聖路加看護学会誌*, 9(1), 102-103.
- 佐藤香代, 三根有紀子. (2006). 「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」医療者セミナー in 福岡 根底にある助産哲学と技としての実践, *助産雑誌*, 60(6), 550-551.
- 佐藤香代, 山本有紀子, 森純子. (2010). 「身体感覚活性化マザークラス」体験が育児に与えた影響, *母性衛生*, 51(3), 145.
- Saxell, I. Harris, S., Elarar, L. (2009). The Collaboration for Maternal and Newborn Health: interprofessional maternity care education for medical, midwifery, and nursing students. *Journal of Midwifery & Womens Health*, 54(4), 314-320.
- 竹内徹. (2007). ドウーラの働き. *ペリネイタルケア*, 26(5), 1.
- 安河内静子, 佐藤香代, 吉田静, 石村美由紀, 森純子, 鳥越郁代. (2010). 医療者が「身体感覚活性化マザークラス」を体験した効果ー体験録の分析からー, *福岡県立大学看護学部紀要*, 7(2), 63-71.

受付 2011.10.14

採用 2011.12.26