

低出生体重児の親の会が参加者に提供する心理的支援 —会話内容の質的分析—

大石 史香* ・ 小嶋 秀幹**

本研究では、低出生体重児の親の会が参加者に提供する心理的支援についての質的調査を実施した。対象者は、調査時点で、低出生体重児の親の会に参加していた父親及び母親27名であった。低出生体重児の親の会2ヶ所の定例会（計6回）の会話内容をICレコーダーに録音し、その逐語録をKJ法で分析した。逐語録からは418個のラベルが抽出され、43個の小カテゴリー、12個の中カテゴリー、5個の大カテゴリーが設定された。生成された大カテゴリーは、《安心して参加できる》、《話したいことを話せる》、《気持ちを受け止めてもらえる》、《気づきがある》、《仲間の役に立つ》の5個であった。親の会は、安心して参加でき、話したいことを話せ、参加者（仲間）に気持ちを受け止めてもらえる場になっており、会への参加を通じて、子や親自身についての気づきがあり、自分の経験が仲間の役に立つという意識が育つ場になっていた。

キーワード：低出生体重児、心理的支援、KJ法

1. 問題と目的

医療技術の進歩と周産期医療体制の整備が進んだことで、日本の新生児死亡率は世界一低くなった。周産期・新生児医療の発展に伴い、現在の新生児医療の現場では、早く、小さく産まれた子たちの命を救うだけでなく、その後の発達や生活のことも考えながら治療を行うことを多くの専門家たちが重要視している（坂井, 2007）。低出生体重児を出産した母親の特徴として、下田・戸部・今関・横田（2001）は、正常分娩をした母親に比べて、NICUに入院をした母親の不安が高いと述べている。NICUに入院しなければならない場合は、生命の危機にさらされている子が死ぬかもしれないという怖れから無意識の防衛が働いて、親に予期的悲嘆が生じたり、脱愛着や関係の否認が起こることもある（橋本, 2011）。

NICU入院中における心理的ケアに関する研究や、NICUに入院した母親の特徴などに関する研究は行わ

れているが、子どもがNICUを退院した後の母親の心理的变化に関する研究報告はまだ少ない。橋本・佐藤・塚原・加藤・石野・松田（2005）は、極低出生体重児の家族が子のNICU退院後に持つ問題として、出産直後からの比較的長い母子分離は親子の愛着形成を困難にし、また、子の発育・発達が一般の乳幼児と異なる経産婦であっても以前の育児経験では対処できないような問題が生じ、母親の疲労感や周囲に理解されない孤独感が生じるとしている。吉川・平澤・竹下・高澤・寺沢・伊藤・加茂・大澤（2012）は、極低出生体重児の保護者、特に母親は、子が正常に育つかという不安を常に抱え、子の未熟性による授乳困難や育児上の様々な問題を子の母親への拒否や、子の発達上の異常を軽度発達障害の症状ととらえ、それらが母子関係の形成にマイナスの影響を与えていると述べている。低出生体重児であるがゆえに、健康面や発達面に対する親の不安は強く、年齢が上がるに従い、新たな心配が現れてくる。

退院後の親子の様子を知る一つに、低出生体重児の親子の会がある。福岡県で活動している低出生体重児の親の会である「Nっ子クラブ カンガルーの親子」は

*福岡県立大学大学院心理教育相談室 相談員

**福岡県立大学大学院 人間社会学研究科 心理臨床専攻教授

2007年11月に筑紫地区を中心に活動を始めた1500g未満で生まれた赤ちゃんとその家族のための会である。毎月1回定例会が行われ、クリスマス会やお花見等、季節に合わせたイベントも企画されており、参加することで子どもたちも楽しめる会である。現在は、北九州市や行橋市でもこの会が開催されている。参加者は、「NICUに通う方や先輩ママに声をかけてもらった時、初めてホッとした」、「同じ境遇のお母さん達と交流を持つ機会を増やすうちに気持ちもずいぶん楽になり、子育ても楽しくなった」などと述べている(Nっ子クラブカンガルーの親子, 2013)。NICUを退院した親子のためにNPOや病院が立ち上げた会は様々な所で開催されているが、低出生体重児の子どもを持つ親たちによって立ち上げられた会は多くない。「Nっ子クラブカンガルーの親子」は、月に1回開催されているため、継続的に会に参加することができ、また、病院等で開催されている会に比べると気軽に参加しやすい。当事者によって立ち上げられた会であるため、互いに共感し合える話の内容があったり、先輩ママからの経験談等を聞くことができることなどの利点があると考えられる。

しかし、これまでに低出生児親の会等の母子保健に関わる自助グループが、参加者にどのような心理的支援を提供しているのかについての調査報告は見当たらなかった。したがって、本研究では、低出生体重児の親の会での親達の語りから、会が参加者に提供している心理的な支援を明らかにすることを目的とした。低出生体重児の親の会の心理的支援の詳細が明らかになれば、今後このような自助グループの意義をより多くの当事者に伝え、利用者を増やす等の当事者支援につながるであろう。また、今後、NICU等で勤務する医療者が親の会と連携する際に、有用な情報となるであろう。このような目的で、本研究では、臨床心理学的な視点から、会の参加者の普段の会話内容を質的に分析することにより、参加者が得ている心理的支援の詳細を調査することとした。

2. リサーチ・クエスチョン

低出生体重児の親の会に参加する親達の語りから、会が参加者に提供している心理的な支援を明らかにする。

3. 研究方法

1) 調査対象

調査対象者は、過去にNICUに入院したことのある子

をもち、調査時点で、低出生体重児の親の会（以下、親の会と略する）に参加していた父親及び母親27名である。

調査に際しては、事前に、親の会の代表者に調査方法やプライバシーの保護についての説明を行い、同意を得た。その後、調査実施前に、低出生体重児の親の会参加者に対して、文章と口頭で研究内容、プライバシーの保護、研究は任意であること、録音方法、データの取り扱いについて説明を行い、書面にて同意が得られた者を調査対象者とした。

2) 調査手順

調査は2014年5月～9月の期間に、F県内の2カ所の低出生体重児の親の会の定例会時に計6回行った。調査した定例会には、オブザーバーとして調査者（筆頭著者）が参加し、定例会の会話内容をICレコーダーに録音した。なお、定例会中、原則として調査者は話さず、普段通りに行われている定例会の様子を観察した。各回の録音時間は、30分～120分であった。

3) 倫理的配慮

本調査は、福岡県立大学研究倫理委員会の承認を得て実施した。

4) 分析方法

前述した6回の親の会の会話内容を録音した内容から作成した逐語録と、調査者がオブザーバーとして参加した際に感じた会の雰囲気や記録した文書（メモ）を分析対象物とした。分析は、KJ法（川喜田, 1967; 1970）により以下の手順により実施した。①まずは、分析対象をリサーチ・クエスチョンに照らし合わせて1つずつ精読し、リサーチ・クエスチョンの内容に関連するデータを内容のまとまりごとに区切って、その内容を記載した1枚ずつの紙片（ラベル）を作成し、分析データとした。なお、ラベル作成の際、分析対象物に個人情報や記述されるものについては、匿名化した。②データ化した全てのラベルを俯瞰できるように並べ、ひとつずつのラベルを精読した。③内容が近いと感じられるラベルを集め、島をつくった。④島の内容を表す一文を考え、表札を作成した。この時点で島を形成しないラベルはそのままにした。⑤島の表札と島を形成しないラベルを俯瞰し、親近性から上位の島をつくり、表札を作成した。⑥前述した作業を繰り返して、島（小カテゴリー、中カテゴリー、大カテゴリー）を作った。⑦第2著者もラベルを精読・検討し、必要

な修正を行い、カテゴリーを確定した。

4. 結果

分析対象物から、418個のラベルを抽出した。そのラベルの内容の親近性から、12個の島（中カテゴリー）を設置し、その島の中にはさらに各2～5個の島（小カテゴリー）が設けた。そして、各島の共通性を表す表札（大カテゴリー）は5個設定した。以下、小カテゴリーは、〈 〉、中カテゴリーは、【 】、大カテゴリーは《 》で示す。各カテゴリーの配置とカテゴリー同士の関係を図1に、各カテゴリーの内容を表に示した。

大カテゴリーは、《安心して参加できる》81ラベル（19.4%）、《話したいことを話せる》226ラベル（54.1%）、《気持ちを受け止めてもらえる》40ラベル（9.6%）、《気づきがある》53ラベル（12.7%）、《仲間の役に立つ》18ラベル（4.3%）の5個であった。以下、大カテゴリー毎にその内容を述べる。

1) 《安心して参加できる》の内容

《安心して参加できる場》には、【子の状態や出身地に関係なく参加できる】、【安心できる雰囲気がある】、【信頼できる仲間がいる】、【安心して話せる】の4つの中カテゴリーを設定した。

【子の状態や出身地に関係なく参加できる】は、〈低出生体重児でなくても参加できる〉、〈出身地に関係なく参加できる〉という2個の小カテゴリーを設定した。〈低出生体重児でなくても参加できる〉には、〈小さく産まれなくても参加できる〉、〈出身地に関係なく参加できる〉には、〈出身地がどこでも参加できる〉等のラベルを設置した。

【安心できる雰囲気がある】は、〈親の息抜きの場〉、〈子たちの交流の場〉、〈温かい会の雰囲気〉、〈同じ境遇の親達の集まり〉〈安心できる声かけがある〉という5個の小カテゴリーを設定した。〈親の息抜きの場〉には、〈会終了後に参加者同士でランチ〉、〈世間話ができる〉のラベルを設置した。〈子たちの交流の場〉は、〈子たちが兄弟のような関わりができる〉のラベルを設置した。〈温かい会の雰囲気〉は、〈家族ぐるみの付き合いができる〉等のラベルを設置した。〈同じ境遇の親たちの集まり〉は、〈参加者は同様の経験があるので安心〉、〈発達がゆっくりという共通認識がある〉、〈もっと早くこの会を知りたかった〉、〈低出生体重児の親の会はなかなかない〉等のラベルを設置した。〈安心できる声かけがある〉には、〈大丈夫よと言ってもらえる〉、〈心配なことを尋ねてもらえる〉等のラベルを設置した。

【信頼できる仲間がいる】は、〈先輩ママと話せる場〉、〈何かあった時に相談できる〉、〈参加者とのつながりがパワーになる〉という3個の小カテゴリーを設定した。〈先輩ママと話せる場〉は、〈経験者にしかわからない話を聞ける〉等のラベルを設置した。〈何かあった時に相談できる〉は、〈何かあったらここで相談したい〉、〈参加者とのつながりがパワーになる〉は、〈つながりがパワーになる〉等のラベルを設置した。

【安心して話せる】は、〈ありのままを話せる〉、〈率直な思いを語れる〉、〈大変な事も笑って話せる〉、〈他の子の話もできる〉という4個の小カテゴリーを設定した。〈ありのままを話せる〉には、〈子の斜視をよく注意する〉、〈言葉が出ない〉、〈体重が増えない〉、〈大きい病気もせず毎日療育に通っている〉、〈現在の通院状況〉、〈言葉が出ない〉、〈指さしがない〉、〈他人に興味がない〉、〈新学期になり、先生が替わった〉等、子の発達や子との関わり、通院状況、学校の状況などがありのまま話されたラベルを集めた。〈率直な思いを語れる〉には、〈率直に自分の意見を述べられる〉、〈素直に吐き出せる〉といった自分を客観視したラベルと、〈一度は普通学校に入りたい〉、〈学校への毎日の付添いが大変〉といった、率直な語りそのもののラベルを集めた。〈大変な事を笑って話せる〉には、〈苦労話を笑って話せる〉等のラベルを設置した。〈他の子の話もできる〉には、〈友人の子の話〉、〈親戚の子の話〉等のラベルを設置した。

2) 《話したいことを話せる》の内容

《話したいことを話せる》には、【うれしい報告ができる】、【情報交換できる】、【辛い過去の話ができる】、【悩みを語れる】の4つの中カテゴリーを設定した。

【うれしい報告ができる】は、〈子の成長を喜ぶ報告〉、〈療育の効果を報告〉という2個の小カテゴリーを設定した。〈子の成長を喜ぶ報告〉には、〈言葉が発達してきている喜びの報告〉、〈寝返りができるようになった〉、〈体重が奇跡的に増加〉、〈入院していた病院に子の成長を見せに行った〉等、子の発達、学校の状況などを喜ぶ報告のラベルを集めた。〈療育の効果を報告〉には、〈療育でだいぶ話せるようになった〉、〈療育で歩くことができるようになった〉、〈療育手帳のレベルが上がるほど、伸びている〉といった療育の効果を報告したラベルを集めた。

【情報交換できる】は、〈医療・療育について〉、〈教育について〉、〈育児について〉という3個の小カテゴリーを設定した。このカテゴリーには、小カテゴリー

表. 低出生体重児の親の会が参加する親たちに提供している心理的支援

大カテゴリー	中カテゴリー	小カテゴリー
安心して参加できる (81)	子の状態や出身地に関係なく 参加できる (3)	低出生体重児でなくても参加できる (2)
		出身地に関係なく参加できる (1)
		親の息抜き場 (2)
	安心できる雰囲気がある (19)	子たちの交流の場 (1)
		温かい会の雰囲気 (5)
		同じ境遇の親達の集まり (5)
		安心できる声かけがある (6)
		先輩ママと話せる場 (5)
	信頼できる仲間がいる (7)	何かあったときに相談できる (1)
		参加者とのつながりがパワーになる (1)
		ありのままを話せる (21)
	安心して話せる (52)	率直な思いを語れる (25)
		大変なことも笑って話せる (2)
他の子の話もできる (4)		
子の成長を喜ぶ報告 (15)		
話したいことを話せる (226)	うれしい報告ができる (29)	療育の効果を報告 (14)
		医療・療育について (37)
	情報交換できる (92)	教育について (36)
		育児について (19)
		出産前のこと (3)
	辛い過去の話ができる (62)	出産時の困惑 (20)
		必死に乗り越えた入院中のこと (8)
		退院後の不安な生活 (22)
		医療への不信任 (9)
		今後の不安を語れる (28)
	悩みを語れる (43)	現在の悩みを相談できる (15)
		子の成長を共有できる (14)
	気持ちを受け止めて もらえる (40)	子の成長を喜びあえる (2)
心配なことをわかってもらえる (3)		
共感してもらえる (26)		頑張りをねぎらい、ほめてもらえる (8)
		辛かった時期に共感してもらえる (1)
		一緒に考えてもらえる (14)
気づきがある (53)	子についての気づき (18)	親の気持は子に伝わっている (2)
		子の視点に気づける (10)
		兄弟児に目を向けることの大切さ (6)
	親自身についての気づき (35)	親の様々な思いを知る (7)
		視野が広がる (7)
		周りの人への感謝を実感できる (3)
		考え方が肯定的になる (13)
		自分の行動を見直せる (5)
仲間の役に立ちたい (18)		同じ境遇の人の助けになりたい (3)
		参加者への助言 (10)
		親の会をよりよいものにしたい (5)

* () 内はラベル数

に示された内容について、経験のある親が経験のない親の疑問に情報提供し、情報交換した内容のラベルを集めた。〈医療・療育について〉には、〈訪問介護の利用の仕方〉、〈斜視の子の眼が上がる理由〉、〈斜視の治療法〉、〈成長ホルモンを打つための条件〉、〈胃ろうについて〉、〈途中で病院を替えられるか〉、〈専門職の先

生の良さ〉、〈感触遊びの大切さ〉、〈自閉症の特徴〉、〈低出生体重児の特徴〉、〈人見知りについて〉、〈療育施設のこと〉、〈就学前診断について〉、〈療育費用に関する情報〉、〈訪問介護の利用の仕方〉等のラベルを設置した。〈教育について〉は、〈専門的な園の良い点〉、〈入園までの流れに関する情報〉、〈小学校入学後に利用で

きそうな制度), (入園希望申込み時に伝えた方がよいこと), (今は年中から行く子も多い), (肢体不自由児が通える療育施設), (園を実際に見てみることの大切さ), (保育園に関する情報提供), (公立幼稚園の教育方針), (弁当の園の利点), (普通学校に通わせることを選んだ理由), (無理なく通える園を選ぶこと), (近い成長段階の子と一緒に学ぶ利点), (保育園に通うことが刺激になる)等のラベルを設置した。〈育児について〉は, (子の行動・言動を否定しない), (親が正しい言葉を使うこと), (親の務めとしてやるべきこと), (お手本となる相手や相談相手の必要性), (褒めてあげること, 認めてあげること, 抱きしめてあげることの大切さ), (ご飯を食べてもらうためにやったこと), (哺乳瓶をやめるための方法), (雑穀米の提案), (泥遊びをさせて良いのか), (自分が低出生体重児であることを子が知ったときの支援の仕方)等のラベルを設置した。

【辛い過去の話ができる】は, (出産前のこと), (出産時の困惑), (必死に乗り越えた入院中のこと), (退院後の不安な生活), (医療への不信感)の5個の小カテゴリーを設定した。〈出産前のこと〉は, (出産前までフルタイムで働いていた), (妊娠中に罹った病気)等のラベルを設置した。〈出産時の困惑〉は, (原因がわからないままの出産), (胎動もなく性別もわからない) (母子共に死ぬか生きるかの出産だった), (重症仮死での誕生), (医師からの説明を理解できていない状態での出産), (どういう風にして子が誕生したのかわからない), (日常生活が一変した思いもよらぬ事態), (素直に喜べない出産だった), (状況を把握できず困惑), (祝福の言葉に複雑な思い), (生まれたときに子が泣いた喜び), (受け入れてくれる産婦人科がない苦労), (危険な状況の中での思い), (子の痛々しい姿を見る辛さ)等のラベルを設置した。〈入院中のこと〉には, (入院中, 他のお母さんを見ないように言われた), (先が見えない気持ちだった), (子どもに触れられない時期), (辛くて仕方がなかったが, 家族で乗り越えた), (毎日, 母乳を届けに行った)等のラベルを設置した。

〈退院後の不安な生活〉には, (アレルギーの心配があった), (体重が増えず辛かった), (子どもが生きられるか心配だった), (呼吸をしているか不安だった), (子の異変に気付けるか不安だった), (これからどうするんだって思った), (一ヶ月前までは泣いていた), (寝れないぐらい悩んだ), (いつまでも落ち込んでおれないと思った), (子のリハビリにつききりの生活

だった), (最初は外にも出たくなかった), (頑張っただけで毎日, 子を外には出すようにしていた), (周囲の人から言われた辛い言葉), (他者の視線が気になった), (気持ちをわかってもらえず辛かった), (手術の経験)等のラベルを設置した。〈医療への不信感〉は, (病院の先生が言うことが信じられなかった), (先生によって病名が異なり戸惑った)等のラベルを設置した。

【悩みを語れる】は, (今後の不安を語れる), (現在の悩みを相談できる)の2つの小カテゴリーを設定した。〈今後の不安を語れる〉は, (先が見えないことに対する不安), (保育所を断られた後の不安), (子が新しい環境にでていくことに対する不安), (保育所を変えることへの葛藤), (保育所に迷惑をかけている罪悪感), (入園を快く受け入れてもらえない辛さ), (定員オーバーで入園できなかった) (今後の治療のこと)等のラベルを設置した。〈現在の悩みを相談できる〉は, (子の行動の原因を相談できる), (視力に関する悩みを抱えている), (自分の好きなことを活かせる場を模索している), (子が大きくなっても悩みは尽きない), (子の特徴をわかってもらえない)等のラベルを設置した。

3) 《気持ちを受け止めてもらえる》の内容

《気持ちを受け止めてもらえる》には, 【子の成長を共有できる】, 【共感してもらえる】の2つの中カテゴリーを設定した。

【子の成長を共有できる】には, (子の成長を喜びあえる), (子の成長に気づいてもらえる)の2つの小カテゴリーを設定した。〈子の成長を喜びあえる〉は, (できるようになったことを一緒に喜んでもらえる), (子の成長にすごいと言ってもらえる), (参加者の子の成長と一緒に喜ぶ)等のラベルを設置した。〈子の成長に気づいてもらえる〉は, (子の成長を客観視してもらえる), (子の成長の細かいところまで気付いてもらえる), (前との変化を教えてもらえる), (子の成長に同意してもらえる), (参加者の子の成長と一緒に喜ぶ)等のラベルを設置した。

【共感してもらえる】には, (心配をわかってもらえる), (頑張りをねぎらい, ほめてもらえる), (一緒に考えてもらえる)の3つの小カテゴリーを設定した。

〈心配をわかってもらえる〉には, (1人目はなおさら心配とわかってもらえる), (育児本通りにはいかないことをわかってもらえる), (訓練の仕方がわからないことの共有), (病気に対する心配に共感), (小さく産まれたからと言われる辛さに共感), のラベルを設置し

た。〈頑張りをねぎらい、ほめてもらえる〉には、(辛かった出産の話をねぎらってもらえる)、(食事を準備することの大変さへのねぎらい)、(障害の大変さをわかってもらえる)、(病院に積極的に働きかけたことへの賞賛)、(苦しい中頑張ったことを褒めてもらえる)、(同じ境遇の母親から褒めてもらえる)、(入院期間の子の頑張りを褒めてもらえる)、(子のおしゃべりに対して他の母親から褒めてもらえる)、(ご飯をたくさん食べることを褒めてもらえる)のラベルを設置した。〈一緒に考えてもらえる〉には、(入園できなかった時の対策)、(子の行動の原因を考えてもらえる)、(哺乳瓶をやめる方法)等のラベルを設置した。

4)《気づきがある》の内容

《気づきがある》には、【子についての気づき】、【親自身の気づき】の2つの中カテゴリを設定した。

【子についての気づき】には、〈親の気持ちは子に伝わっている〉、〈子の視点に気づける〉、〈兄弟児に目を向けることの大切さ〉の3つの中カテゴリを設定した。〈親の気持ちは子に伝わっている〉は、(親の気持ちは伝わる)等のラベルを設置した。〈子の視点に気づける〉は、(1年遅らせたことによって、後に子どもがそのことに疑問を感じるのではないか)、(お母さんはいつも保育園のことでイライラしている)、(毎日成長ホルモンの注射を頑張っている)、(幼稚園での子どもの頑張り)、(その子にしかできない役目がある)、(見た目は普通に見える子の大変さ)等のラベルを設置した。〈兄弟児に目を向けることの大切さ〉は、(兄弟児にもっと目を向けよう)、(兄弟児にとって親と関わる時間が今後に影響を与える)、(兄弟児の気持ちに気づく)、(兄弟児には愛情を倍以上注ぐ)、(兄弟児と関わる時間を作るために)等のラベルを設置した。

【親自身についての気づき】には、〈親の様々な思いを知る〉、〈視野が広がる〉、〈周りの人への感謝を実感できる〉、〈考え方が肯定的になる〉、〈自分の行動を見直せる〉の5つの小カテゴリを設定した。〈親の様々な思いを知る〉は、(助けてもらうんじやなかったって思っている親もいる)、(子の病気を受け入れられない親がいる)、(病院にいかない親がいる)(この出産があったことでの母親自身の成長)、(低出生体重児であることを受け入れてからのこと)等のラベルを設置した。〈視野が広がる〉は、(意見をもらうことで視野が広がる)、(意見をもらうことで悩みが解決する)、(選択肢の幅を増やせる)、(親が支えてあげることの大切さを再認識できる)、(子どもの心理を自分の立場に置き換

えて物事を考えられる)、(マイナスと捉えていたことを話すことで、プラスのことだったという気付きに繋がる)、(育てていくうえで一番大切なことに気づいた)等のラベルを設置した。〈周りの人への感謝を実感できる〉には、(学校の先生への感謝)、(先生が親身になってくれる)、(先生がサポートしてくれる)、(お友だちの温かさ)、(親の会に参加できて幸せ)のラベルを設置した。〈考え方が肯定的になる〉は、(他人に対して優しい自分になれた)、(プラスに受け止められるようになった)、(他の子の成長を聞き、目標を持つことができる)、(出会いによって気持ちが前向きになれた)、(他の人のために動くことが自分のためになる)等のラベルを設置した。〈自分の行動を見直せる〉は、(日常を見直すことができる)、(今後の行動を改めるきっかけを得られる)、(自分の行動を振り返って見直すことができる)等のラベルを設置した。

5)《仲間の役に立ちたい》の内容

《仲間の役に立ちたい》には、〈同じ境遇の人の助けになりたい〉、〈参加者への助言〉、〈親の会をよりよいものにしたい〉の3つの小カテゴリを設定した。〈同じ境遇の人の助けになりたい〉は、(痛みがわかるからこそ、他の所では話せない人が話をしてくれる)、(困っている人に、この会を進めたい)、(同じように悩んでいる人に、会を知ってもらいたい)のラベルを設置した。〈参加者への助言〉は、(子の刺激になるには、全体的に同程度の成長段階であることが必要)、(未就園児から入れることへの勧め)、(園に通わせることの後押し)、(専門的な園ではなく普通の幼稚園が良い)、(近さで園を選ぶ必要性)、(園を選ぶ相談をした際に言われると予想されることの助言)、(早期に療育を開始することの勧め)、(周りの動きに流されない)、(先輩ママからの後押し)、(作業療法を受けるか悩んでいる母親の行動を後押し)のラベルを設置した。〈親の会の今後の展望〉は、(親の会が多くの人へ広まるために)、(親の会をもっと色々な場所で開催できれば)、(今後の会をより良い形にするために)等のラベルを設置した。

5. 考察

低出生体重児の親の会が参加する親たちに提供している心理的支援として、5つの大カテゴリが抽出された。以下、カテゴリ毎に考察し、最後にまとめと今後の課題を述べる。

1) 《安心して参加できる》について

周りに助けを求め人や相談する人がいないときに、同じ境遇の者同士の集まりである親の会を知ることで、親達は安心し、会に参加することで、自分と同じように悩んでいる親達が他にもいることを実感していた。どこの出身の人であっても、子がどんな状態であっても参加することができる会であり、親達が参加しやすい会であることが心理的支援の基盤にあった。参加者からは、「もっと早くこの会を知りたかった」という語りや「低出生体重児の親の会はなかなかない」という語りが聞かれ、遠方から会に参加している親もいた。

子が障がいを持っているため、母親は家で、子に付き添う生活であったり、子を置いて出掛けることは難しい現状が語られた。障がいを持っている子を外に連れ出すということは勇気のいることであり、そのため、子もなかなか同世代の子たちと交流が持てないという悩みがあった。また、一人っ子であるために、親と子という二者関係以外を子が経験したことがないという家庭もあった。そのような家庭にとって、親の会に参加し、他の参加者の子と関わることで、子同士が兄弟のような関わりをすることができるということが会の心理的支援になっていた。参加者は、子の特徴に対して理解があり、会の最中にその場で子が騒いだり、泣いたりしていても、そのことに関して、温かい姿勢で見守ってくれたり、子の障がいを特別視せず、普通に受け止めていた。親にとって、自分の子が他の子と遊んでいる姿を見ることができるといことは嬉しく、子にとっても「他の子と遊ぶ」という経験ができるということはとても大切なことなのではないかと考えられた。会終了後に参加者同士でランチに行くことも、母親達にとっては普段なかなかできないようなことを、可能にする楽しみになっていた。会を越えての、参加者同士の交流も参加者間の絆の深めていると思われた。ランチ中の母親達からは、「子が産まれて外でご飯を食べたのは初めて」、「こういうことはずっとできないと思っていた」という語りが聞かれたが、仲間と他愛もない話をするひと時をもてることは、母親達にとって貴重な息抜きになっていると思われた。

町や市で開催されている子育て広場等に連れて行くことが母親達にとって勇気がいることであるという語りがあった。そこには様々な親子が来ており、子の特徴に対して理解のある親ばかりではない為である。そのような場に子を連れて行くことで他の母親達からの視線が気になったり、他の子と比べたりしてしまう。一見普通に感じられる「何歳ですか？」という問いか

けは、低出生体重児を持つ母親にとって心が痛い一言となっていた。参加者の中には、「何歳ですか？」と聞かれ、「小さいと言われるのが嫌だから、実年齢より下の年齢を言う」と語っている者もいた。発言者からすると何気ない一言かもしれないが、その何気ない一言に心を痛める母親がいる。しかし、親の会であれば、自分を取り繕ったり、子の状態を隠したりする必要はなく、ありのままの状態に参加し、率直な思いを語るすることができる。会の雰囲気はどんなことでも話せるような温かい雰囲気であることで、大変なことであっても笑って話すことができる。

このように、親にとっては参加者とランチに行くことであったり、子にとっては会の間に他の参加者の子どもと遊ぶという経験ができたりと、親の会は、親子双方が《安心して参加できる》場になっていた。この《安心して参加できる場》が土台となり、《話したいことを話せる》、《気持ちを受け止めてもらえる》、《参加することで気づきがある》、《仲間の役に立つ》といった心理的支援がうまれている。

2) 《話したいことを話せる》について

発達のペースはゆっくりであるが、身体の発達であったり、言葉の発達であったり、一つ一つ子が出来ることが増えていき、母親も子の成長を実感している。子の成長は、母親にとって喜ばしい出来事であり、会で子どもの成長を誰かに話すことで、母親役割を実感できていると感じられた。低出生体重児で子を出産した母親にとって、子の成長は、正常分娩で子を出産した母親の喜びよりもはるかに大きいかもしれない。親の会でも、「入院しているときはこんな日が来るとは思わなかった」という参加者の語りがあったが、子の発育に関して不安を抱えながら、探り探りの状態の中で子育てをしていったうえで、子の成長の喜びはひとしおと感じられた。しかし、子の成長というその大きな喜びを日常生活場面で、誰かに話すということは、なかなか容易なことではない。なぜなら、正常分娩で産まれた子にとっては普通のことであり、出来て当たり前のことなのかもしれないからである。喜びを素直に報告することができ、その報告に対して他の参加者も自分の子のここのように喜んでくれることで、母親達は改めて子の成長を実感することができ、このことは、今後の育児を行っていく上での意欲を高めることに繋がっていると考えられた。子が出来るようになったことの報告や子の成長を報告し、その喜びを参加者と分かち合ったり、疑問を先輩ママに尋ねたり、抱え

ている大きな不安な気持ちを打ち明けたりすることができる場であることも、この会が提供する心理的支援であった。

低体重で生まれた子は、正常分娩で生まれた子と比べると発達が遅く、学童期に発達障がい等の問題を抱えている割合が高い。山村（1995）は、学童期の低出生体重児のうち学校生活に問題なく適応している子は67%、やや適応困難な児は31%、特別支援学校が2.4%と報告している。また、篁・原・中石・三石・山口（1992）は、超未熟児の精神発達において、1歳半時には運動ならびに言語の発達が月齢より遅れている傾向がみられ、2歳半時には運動領域は月齢相応になる一方、言語発達は他の領域よりも遅れている傾向にあったと報告している。後藤（1988）は、低出生体重児を持つ母親の予後に関する心配事について、身体面に関したものが圧倒的に多く、中でも体が小さい、体重がふえない、病気（かぜ）にかかりやすいという内容が18名中14名（77.6%）と高比率にみられたと報告している。本研究においても、体重が増えないことや発達のペースがゆっくりであること等の身体に関する心配事や、言葉がでないことや、指差しのことに関する心配事が参加者たちから語られた。現在、NICUから退院した子は、長期的なフォローアップが行われるようになってきているが、2～3歳になると、フォローアップの頻度が減少する（吉川ら、2012）。しかし、本研究において会に参加している母親達は、「常に不安を抱えている」、「子が大きくなっても悩みは尽きない」と語っており、母親達は常に何らかの不安を抱えていた。フォローアップも終了し、不安や心配事を打ち明ける場がない母親達にとって、親の会に参加し、悩みを語れる場があるということは、母親達の心の支えになっていた。親の会で心配事や不安を打ち明ければ、その解決法を参加者が一緒に親身になって考えてくれる。他の参加者からの助言は、専門家からの助言とは違った、より現実的で、実際に母親達が取り組みやすい解決策になっていた。同じように悩んだことのある親からの情報は、一番頼りになる情報であり、即実践に移せるような情報も多い。自分が悩んだときに、その悩みを会で話すことによって、他の参加者から情報が得られたり、またそのようにして助けてもらった経験があるからこそ、今度は同じように悩んでいる母親がいたときには自分が持っている情報を提供するという、ギブ・アンド・テイクが行われていた。他の参加者から自分とは異なる思いや考えを聞くことで、自分の視野が広がっていく。自分が困った体験や悩んだ経験を元に先

輩ママたちが自分の経験談を話せる場であるということも会の提供する心理的支援となっていた。先輩ママとして、他の参加者から、どのように対処してきたのか、どのように子育てをしてきたのか等の質問を受けることで、自分がやってきたことに対する自信が持て、さらに子育てに対する自信がついていく。山崎（2004）は、ヘルパーセルピー原則（helper-therapy principle；相互支援原理）について、「援助する人がもっと援助を受ける」ということであり、援助者役割をとることにより何らかの利得を享受することができるということを意味すると述べている。また、従来の援助者―被援助者という関係性の枠組みにおいては、援助の担い手に対する受け手という構図が常にあるが、セルフ・ヘルプ・グループにおける当事者同士の関係性では、メンバーは援助を受けるだけでなく、他のメンバーに対して与える立場にもなりうるとし、そこで得られる利得とは端的にいえば自尊心の向上であり、自分が相手に対して役に立つという自尊感情や自己有用感などを高めることも述べている。このように、情報提供をする側は、参加者たちから先輩ママとして頼ってもらうことで子育てに対する自信が付き、情報提供をもらう側は、情報を得ることにより視野の広がりを感じられることも、会が提供する心理的支援となっていた。

辛かった出産に関するエピソードや出産後の生活を会で話すことにより、自分の中で整理しようとしていた母親もいた。このような辛い過去も同じ境遇の者同士が集まった会だからこそ、安心して、ありのままを話すことができるのだろう。藤枝（2012）は、出産における辛いエピソード等を思い出し語り、それを他の参加者たちに受けとめてもらうことで、辛さを乗り越えてきた自分を確認でき、自分の辛かった過去を再構成できると述べているが、この会でもそのような心理的变化が起こっているのだろうと推察された。このように、辛い過去の話や低出生体重児に関する話ができることも、会が提供する心理的支援と考えられた。

3) 《気持ちを受け止めてもらえる》について

他の参加者の子の成長を自分の子のことのように喜んでくれたり、頑張りを労ってもらえたり、共感してもらおうといった、気持ちを受けとめてもらえる場であることも会の心理的支援の一つであった。他の参加者の子と会で継続的に会う事で、その子の成長に気がつき、その気付きをフィードバックする。参加者からの子の成長に関する肯定的なフィードバックにより、母

親たちは子の成長を実感することができていた。

他の参加者からねぎらいの言葉をかけてもらったり、ほめてもらったりすることで、親達は「認められる」体験をしていた。この「認められる」体験が、親達の自信に繋がっていくのではないかと思われた。同じ境遇だからこそ共感できることが多いであろうし、同じ境遇である者同士しかわからない悩みや喜びもあるであろう。同じ境遇の母親からの「わかる、わかる」という共感はとても深い共感となり、共感してもらえた母親はよくわかってもらえた感じを体験していると思われた。親達は、自分の気持ちを受け止めてもらい、悩みや不安を他の参加者と共有できたことで、一人じゃないと安心できたのではないだろうか。過去を振り返り、涙を流しながら話している参加者に対して、共感し一緒に泣いている参加者も見受けられた。参加者がともに泣くという行為で涙を受けとめたことで、喜怒哀楽の感情を素直に表現できるようになると思われた。和田（2007）は、セルフ・ヘルプ・グループに参加することでカタルシス効果がみられると述べているが、今回調査した親の会においても同様の効果が示唆された。参加者が会で感情を素直に出すことができるのは、受け止めてくれる参加者がいるからなのだと思います。

4) 《気づきがある》について

慌ただしい毎日を送っている中で、会に参加することは、少しの間だけ現実と離れるということにもなる。他の参加者の話を聞くことで、普段はなかなか気付かないようなことに、はっと気が付いたり、自分の行動を振り返ったりすることができる時間になっていると思われた。参加することで気づいたお土産を家に持ち帰り、それを今後の生活に生かしていくことができる。参加することで、行動を見直すことができたり、日常生活を送る上で様々な悩みに直面した際に、自分には「悩みを話す場」があると思うことができることが、参加者たちの心の支えになっていた。参加することで、参加者同士の繋がりが広がることはもちろんのこと、参加者に病院や、療育機関を教えてもらうことで、そのような繋がりが広がる。ここで親達は出会いの大切さ、周りへの感謝を実感していた。

会に参加し、他の参加者の話を聞くことで自分の内面と向き合い、親自身の問題に目を向けられるようになり、行動を見直すきっかけの場になったり、他の参加者との交流を通して認知が修正されることで、同じように悩む人を気遣う余裕が生まれやすくなる(藤枝ら、

2012)ことも、会の提供する心理的支援と考えられた。

高松（2009）は、自助グループについて、お互いが支え合うが、最終的には自分自身でその問題に取り組んでいかなければならないと述べている。本研究においても、会に継続的に参加することで、親達は自分自身で子の頑張りに気が付くようになっていたり、考え方が肯定的に変化している。会に参加し、他の参加者と継続的に交流を持つことが、自分自身で様々なことに気が付いていくことの一助になっていた。

5) 《仲間の役に立つ》について

親の会に参加した当初は自分の子のことで一杯一杯だった母親も、子の年齢が上がっていくにつれて、他の人にも目を向けることができるようになっていた。これは親の会に参加することによって、母親達が実際に参加者たちに助けられたり、支えてもらったりした経験を、身を持って感じているからこそのことであろう。藤枝ら（2012）は、産後のこころの不調に悩む母親を対象とした自助グループの効果の研究において、参加者が、自分より辛そうな参加者を見て、「一人じゃないよ」という気持ちが湧きあがるようになってきたことを示している。藤枝ら（2012）の研究結果は、本研究における、「同じ境遇の人の助けになりたいと思うようになる。」という語りと一致する。会に参加し、他の参加者と交流していくことで、視野が広がり、他の参加者を気遣うような余裕が生まれる。

6) まとめと今後の課題

今回の調査により、低出生体重児の親の会は、安心して参加でき、話したいことを話せ、参加者（仲間）に気持ちを受け止めてもらえる場になっており、会への参加を通じて、子や親自身についての気づきがあり、自分の経験が仲間の役に立つという意識が育つ場になっていた。Yalom・Vinogradov（1989）は、グループサイコセラピーで効果をもたらす因子として、①希望をもたらすこと（他の参加者がよくなるのを見て自分もという希望を持つ）、②普遍性（自分ひとりが悩んでいるのではない）、③情報の交換、④愛他主義、⑤社会適応技術の発達（人付き合いが上手になる）、⑥模倣行動（人のまねをしながら自分の行動を考える）、⑦カタルシス、⑧初期家族関係の修正的繰り返し、⑨実存的因子（究極的には人は自分一人で現実に対決し、責任を取る）、⑩グループの凝集性、⑪対人学習（対人関係から学ぶ）の11項目を挙げているが、本調査でもこれらの項目に含有されるラベルを多数抽出した。これは、

親の会がグループサイコセラピーの場としても機能していることを示す。

今回抽出した大カテゴリーで最も多かったのは、「話したいことが話せる」であり、中でも【情報交換できる】のラベル数が最多であった。これらは、障害を負った子の現状や今後についての情報交換であったが、親達は、情報交換を通じて、具体的な説明や示唆を得ることばかりでなく、自分だけが悩んでいるのではないとわかり、自分の経験を語ることが他の参加者の役に立つ体験等も得ていた。そして、情報交換しながら、出産後の辛さや育児の日々に向き合う中での様々な思いを、自分のタイミングで表現し、自分のペースで整理していた。そして親達も成長していく。安心して気持ちを表現し、整理できる場を提供することが親の会の心理的支援といえよう。

今回の調査では、調査対象者の属性（背景情報や会の参加期間等）については確認しておらず、参加者がどのタイミングでどのような発言をしたかも一切同定していない。そのため、個々の親が、会への参加を通じてどのような心理的支援を得ているのかを縦断的に調査はしていない。今後、このような点も把握した上で調査すれば、個々に異なる背景をもつ親達が親の会を通じて成長していくプロセスを明らかにできるであろう。

謝辞

本研究の調査に快く協力してくださった、Nっ子クラブカンガルーの親子の会員の皆様方に心より感謝いたします。

引用文献

- 藤枝真紀子・藤枝静暁・会沢信彦 (2012). 産後のこころの不調に悩む母親を対象とした自助グループの効果: 継続参加者の心理変容について. 文教大学言語と文化, 25, 125-139.
- 後藤ヨシ子 (1988). 極小未熟児の心身発育発達(3). 長崎大学教育学部教育学研究報告, 11, 45-52.
- 橋本佳美・佐藤喜美子・塚原洋子・加藤英世・石野晶子・松田博雄 (2005). 極低出生体

重児の育児支援—育児支援サークル「びあんず」の活動を通して. 保健の科学, 47(6), 457-461.

橋本洋子 (2011). NICUとこころのケア—家族のこころによりそって. メディカ出版.

川喜田二郎 (1967). 発想法. 中公新書.

川喜田二郎 (1970). 続・発想法 KJ法の展開と応用. 中公新書.

Nっ子クラブ カンガルーの親子 (2013). 小さく小さく産まれた私たちの赤ちゃん. 1500g未満の赤ちゃんを出産したお母さんたちの体験手記.

坂井玲奈 (2008). NICUにおける両親の心理的サポートの検討—「気持ちの揺れの緩和」に着目して—. 東京大学大学院教育学研究科紀要, 47, 231-239.

下田あい子・戸部和代・今関節子・横田正夫 (2001). NICUに入院した児の母親と正常分娩をした母親の不安・愛着の比較. 日本新生児看護学会誌, 8(2), 45-52.

高松 里 (2009). セルフヘルプ・グループとサポート・グループの実施ガイド. 金剛出版.

篁 倫子・原 仁・中石康江・三石知左子・山口規容子 (1992). 極小未熟児の精神発達: 第2報 1歳半と2歳半の発達比較と周産期要因. 東京女子医科大学雑誌, 62(11), 1346-1352.

和田幸子 (2007). セルフヘルプ・グループにおけるアトピー性皮膚炎患者の心的変容プロセス—修正版グラウンデット・セオリー・アプローチによるインタビュー分析から. 臨床心理学, 7(4), 507-515.

Yalom ID, Vinogradov S (1989). Concise Guide to Group Psychotherapy. (川村 優訳 (1991). グループサイコセラピー ヤーロムの集団精神療法の手引き. 金剛出版)

山村純一 (1995). 聖マリア病院における超未熟児の予後. 周産期医学, 19, 62-66.

山崎理央 (2004). セルフ・ヘルプ・グループの研究に関する概観と展望. 福山大学人間文化学部紀要, 4, 11-18.

吉川陽子・平澤恭子・竹下暁子・高澤みゆき・寺沢由布・伊藤史エ・加茂登志子・大澤木子 (2012). ハイリスク児フォローアップ外来における育児困難を呈した母子への支援. 東女医大誌, 83, 408-414.