

『ママパライン®』とは

社会的背景・必要性

子育ての不安や悩みは、専門家に相談するまでもなく、温かく接してもらったり気持ちを聞いてもらうだけでその多くは解決します。しかし現状は孤独な孤立した子育て実態があり、その状況は養育者の自己肯定感を失わせ、特に母親が過剰なストレスを背負い込んでいます。エンドレスのようなやり場のないストレスが、乳幼児虐待や育児放棄というように、その矛先が子どもに向けられています。様々な支援が整いつつありますが、気軽に何でも話せる・どんなことも否定せずまずは受け止めてもらえる場・人がもっと必要だと考えています。

目的

ママパラインでは、子ども持つ親・家庭の子育ての悩みや不安に耳をかたむけ、共感的に聴く専用電話の実施を通じ、話を聞いてもらったり、受け止めてもらうことで安定した気持ちを取り戻し、養育者自らが、新しい人間関係づくりや育児を前向きに楽しめるようにします。

また、実施の体制づくりの中で「傾聴ボランティア」を募集・養成し、市民が子育て支援に参加できる機会を設け、地域社会全体で子育てを応援しようという意識の醸成を企図し、「子育てを応援する地域力の向上」に寄与することも目指しています。

仕組みと特徴

< 子ども（乳幼児～小学生）を持つ親・養育者の子育てを応援します >

出産するまで、身近で乳幼児に触れる体験が無い親が半数を超え、実家や地域の繋がりも希薄になり、初めての子育てがますます困難になっています。ちょっとした疑問や不安が、大きなストレスになりやすい時期に支援することで、将来に大きな効果があると考えます。

< 市民ボランティアによる地域活動 >

電話を受けるのは一般市民のボランティアで、掛け手に近い地域の市民として、子育てに悩むお母さんたちの話をお聴きします。傾聴や子育て支援に関する一定レベルの研修を実施し、(年間20時間)ママパラインだけでなく、地域の子育て支援人材の充実に寄与しています。

< 傾聴によるエンパワメント >

専門家の相談とは違い、分析やアドバイス、指導をするものではありません。同じ市民の受け手が、親身に温かく丁寧に話をお聴きし、その気持ちに共感し受けとめます。詰まっている重い気持ちや不安を、十分話して聞いてもらった掛け手は、受けとめられたということで気持ちが軽くなり、解決への力を取り戻します(レジリアンシー)。ママパラインは、傾聴によるエンパワメントなのです。

< 垣根の低い民間の電話 >

匿名で、なんでも話してください、と呼びかけ、気軽に掛けやすい雰囲気心を心がけています。どこに相談してよいかわからない、こんな些細なことを相談に話せない、というようなことを話すことで元気になっていただく、民間のボランティアならではの役割です。

かけ手の満足度

不満や不安、誰にも言えないような言葉や感情を吐き出すことにより、心の深いところにしまっていた自分の気持ちに気づいたり、イライラした自分の気持ちが整理されていくようです。匿名なので、具体的な支援へ繋ぐなどの解決はありませんが、最初は怒り、悲しみ、泣き声、イライラなどであった掛け手の声が、長くたくさん話し、温かく受容的に受けとめられるうちに、落ちついた明るい声に変わっていきます。気持ちが楽になり、次の行動に踏み出してみるという声も多くあります。かかってきた電話の80%はかけ手が元気をとりもどしたように感じています。

実施体制

< 主催 > 特定非営利活動法人子ども劇場千葉県センター

実績・経緯

「ママパライン」は、2002年、東京で2月22日(金)~28日(木)の6日間開設し196件の電話を受けました。社会的な反響も高くマスコミも取り上げ、傾聴ラインのニーズと日常的に開設する必要性を強く感じられました。以降ママだけでなくパパの声も聴く「ママパライン」として、各地で常設化を進め、また、協同して全国キャンペーンも開催しています。

2002年2月22日(金)~28日(木) 東京都内で197件を受けた

2003年10月6日(月)~11日(土) 全国8箇所では199件

2005年1月26日(水)~2月8日(火) 千葉市内・仙台市・東京都江東区の3箇所では68件

2005年3月より2006年3月まで 千葉市で月2回(第1・第3金曜日)開設し20件

2006年4月より2007年3月まで 千葉市で月4回(第4金曜日)に常設し103件

2007年2月20日(月)~24日(金) 全国6箇所のキャンペーンで44件

2007年3月より 毎週金曜日 13時~16時 仙台市で常設化

2007年4月から2008年3月まで 千葉の常設で58件

2008年2月18日(月)~22日(金) 全国6箇所のキャンペーンで51件

2008年3月 「ママパライン」の商標取得

2008年4月より 毎月第3金曜日 13時~16時 東京で常設化

2008年10月より 毎週火曜日 13時~16時 和歌山で常設化

2008年4月~2009年3月まで40件を受けた。

2009年4月~2010年3月までに102件を受けた。

声の傾向や分析

かかってきた件数は少ないとは言えず、また、話す時間は30分近いものが多く、1時間以上にわたる長い電話もあります。

小学生以上の子どもについての電話が増え、思春期の子どもをもつ親からもかかっています。時代を映すように、メディアとの付き合い方や朝起きられない等、子どもの生活リズムに関する内容、暴れる・脅す・キレる子現象等の悩みが増えています。

様々なことによるイライラ感から「わが子」に当たってしまい、これって虐待では？とか、体調を崩して苦しんでいる方も多い印象です。ママ友との人間関係の問題が増、ママ友とのつきあいの悩みや、自分を責めているママ、ママ友同士が、更に新たな不安や悩みをつくり出し、結果、個々に孤立していくプロセスが見えます。

子どもが安心して暮らす環境をつくるためにも、上から目線の子育て支援や親への指導ではなく、親・家庭への共感的な支援による自立、子どもや子育てに対しては懐の深い寛容さが求められています。「聴く」ことは、親自身の自立につながるエンパワメントであり、問題解決の基になる安心と信頼感をつくりあう方法であると考えられます。



電話の内容の傾向

- *子どものしつけ
 - *子どもの発達
 - *子どもの教育
 - *子どもの健康
 - *子どもの食事
 - *子どもの生活
 - *本人のこと
 - *夫との関係
 - *舅姑・家族・地域のこと
- など

詳しくは、年次報告書を作成しておりますので、子ども劇場千葉県センターへお問い合わせください。