

## 子どもに対して行った意思決定支援をふりかえる 食事アプリの構想

北原靖子\*・川嶋健太郎\*\*・蓮見元子\*\*\*

### The Plan of the Cellular Phone Application by Which a Mother Can Monitor Her Support for Her Child's Decision-making during a Meal

Yasuko KITAHARA, Kentaro KAWASHIMA, Motoko HASUMI

#### 要 旨

子どもの意思決定力を育むには、育み手である養育者自身の関わり意識を高め、支援をしっかりと行えるよう養育者を支えてゆくことが求められる。そこで本研究では、養育者が食事場面での自分のサポートを記録しふりかえることで、今後の育児に役立てることができるモニタリングツール開発を構想した。

まずは母親モニター1名に、PC上のソフトを用いて、食事場面の達成状況や、自分が行った意思決定支援とその手応えに関する記録とふりかえりを行ってもらった。その結果、規定の記録欄に記入してゆくことで意識づけができたり、モニタリングの結果を確認して無駄な気負いが減ったりした点が評価された。しかし一方で、現状の記録フォームでは入力指標の定義がわかりにくいこと、入力手順の検討が必要なこと、出力表示が複雑すぎて読み取りにくいことが指摘され、再構築の必要性が明らかとなった。また意思決定支援と食事に求められるしつけとの関係性をうまく整理することも課題とされた。

以上をふまえたツール案として、ABC分析に準じて状況をしっかり把握し問題解決を目指す「カルテ」型と、まず意思決定支援自体の意識づけを目指す「インセンティブ」型の、二種の開発方向性を提起した。アプリ実現化に向けては、養育者の利用ニーズ、ケータイ操作との相性などをふまえて総合的に検討し、方向性を絞る必要があるとされた。

キーワード：意思決定支援、食事、アプリ、子ども（幼児）支援、育児支援

---

\*教授 発達心理学

\*\*東海学院大学

\*\*\*教授 発達臨床心理学

## はじめに

文部科学省中央教育審議会は、グローバル化が進み新しい知識が日進月歩で更新される 21 世紀には、「いかに社会が変化しようと、自ら課題を見つけ、自ら考え、主体的に判断し、行動し、よりよく問題を解決する資質や能力」が子どもに必要であると述べている（文部科学省、2008）。子どもたちの適切な意思決定力を育成することは、彼らが次の社会を担う存在であるだけに、きわめて重要であるといえよう。

そこで本稿では、意思決定支援に関連して著者らが行ってきた観察・実験・調査経過を概括して、親や先生など子どもの養育に携わる者（以下、養育者と総称）を支援する意義について述べた。また、その問題意識のもとに構想した養育者支援ツール（アプリ）の予備調査について報告し、アプリ実現に向けた課題と今後の開発方向性について論じた。

### 1. 子どもの意思決定とその支援に関する調査研究経過

#### 意思決定能力の個人差と発達について

大人の意思決定は、情報収集、選択肢の比較なども含めて主に自分一人の中で行われており、自己責任としてそれが当然とされている。しかし子どもときは、親や先生など養育に携わる大人（以下は養育者と総称）の助けをかりながら、「自分で上手に決める」力を向上させてゆくと考えられる。

蓮見・川嶋・北原（2015）は、4、5 歳児を対象におもちゃのおかずを組み合わせでお弁当を作る工作実験を行い、お弁当を作る様子とスタッフが日頃の活動から評定した実行機能（抑制・切替・記憶）との関連を調べた。その結果、好きなものを選んで入れる簡単な意思決定を伴う作業に実行機能の差は影響しなかったが、途中で予期しないおかずが来た不測事態にどう対処するかには影響していた。したがって、「それでよいか考えて選ぶ」「比べて選ぶ」自律的な意思決定には、子ども自身の実行機能が関与していることが伺えた。実行機能は知性の一部で前頭前野に神経基盤があるとされ、脳内ネットワークは環境変化に可塑性をもつ証拠が多数挙げられている（太田、2013）。したがって子どもの間に個人差が認められることは、意思決定力が学習経験を通して向上するとする筆者らの立場と矛盾しない。

さらに本調査では、子どもの実行機能と途中の対話量には有意な負の相関が認められ、うま

く段取りができないと養育者に声掛けして頼ることが多いことがわかった。すなわち、子どもは困難が生じたときは養育者に頼って上手な意思決定になるようヒントをもらい、その結果うまく選べて成功する体験をつむことで、スキルを向上させると共に、内部のしくみ自体も成熟してゆくと考えられた。

### 意思決定支援をめぐるやりとりの実際について

それでは、実際に養育者と子どもは、意思決定をめぐるどのようなやりとりをしているのだろうか。

川嶋・北原・蓮見（2014）は、母親が子どもの意思決定に関わる上で何を留意するかの語り事例を通して、意思決定支援の実態を把握した。それによれば、育児経験豊かな母親は、子どもの年齢・子どもの能力や個性・選択状況（重要性や不可逆性）・意思決定後の大人のフォロー余地など複数要因を勘案したうえで、子どもの意思決定を待つか、ヒントを出すか、こちらから提案するかなど、選択に向けての自分の声掛け方を選んでいった。また川嶋・北原・蓮見（2016）は、養育者たちに面接し、子どもの意思決定をどのようにして支援していくかについて尋ねた。その結果、意思決定支援は単に「選択機会を用意する（機会提供）」だけではなく、一連の流れに沿って展開されることが明らかとなった。すなわち、養育者たちは、相応の理由ときっかけがあり選択させてよい条件を整えてやり（準備）、選択に際して子どもが迷い・拒否・こだわりなどを示したときはそれぞれに応じた支援を行っていた（対応）。これらの調査から、意思決定の支援は、あらかじめうまく選べそうな環境を整え、その子に合った選択機会を与え、選べなかったときは待つやり、よくない選び方をしたときはやりとりを重ねて穏やかに導いてゆくといった、分岐を含む一連の流れを経て行われている様子が確認された。

しかしながら、こうした経験豊かな養育者の語りから伺える様子とは裏腹に、日頃の意思決定を巡るやりとりはもっと単純であるかもしれない。北原・蓮見・神山・川嶋（2016）は、休日地域の子どもイベント会場でチケットを購入した親子が、どのコーナーに行き遊ぶか決める様子を観察した。その結果によれば、幼児では何か目についたら歩き出すなど「もう」動いてしまっていることが多く、それに対し親は黙って後をついてゆくか、あるいは、制止して否応なく別のところに連れて行くか、どちらにしても短いやりとりで終わっていることが多かった。もともと日本文化では、いちいち口に出して議論よりは察することが尊ばれ、しつけ上でも、自己主張より自己抑制の力を育成することが優先されてきた（柏木、1988）。そうした文化風土の元では、意思決定は「我をはる」「わがまま勝手」に通じかねないとして、積極的に優先的に「育てよう」とはしないであろう。「思わず（気が引かれて）選んでしまう」意思決

定から「しっかり考え、比べて選ぶ」意思決定へと「育てる」ためには、相応の問題意識が必要である。まずは養育者に育成への意識を高めてもらうことも大切と考えられた。

### 親の育児ストレスへの配慮について

意思決定を育てようとする意識を持っていても、実際に子どもと関わってみると、やりとりは必ずしも養育者の思い通りには進まないものである。神山・北原(2015)は、小学生たちに支援的に関わろうとしたボランティアが子どもの想定外の意思決定に困惑した事例をふりかえり、その背景として、低学年はその場の趣旨や相手の意図を汲みとらない発達段階にあると考察した。したがって、養育者は自分の考えを「届けること」と子どもの思いを「受け止めること」の2姿勢をバランスよく維持しつつ、想定外の反応はあっても当然として、やりとりを続ける粘り強さが求められると論じた。

事情を汲めない相手に粘り強くやりとりを続けることはストレスを伴うものであり、うまくこなすためには養育者側に相応のゆとりと能力が必要である。今日では核家族化・地域縮小・女性の社会進出などを受けて、一般家庭の養育者はしばしば子育て以外のことでも忙しく、手がかかると丁寧につきあう余裕に乏しい。また少子高齢化で子育てに関わる機会は少なく、育児スキルは低くなりがちである。実際に今日の我が国では育児不安や虐待など、養育者が育児に支障をきたす例が増加を続けており、子ども支援に伴う育児ストレスには十分な配慮が求められる。愛着や育児スキル上にリスクがある親は、子どもとの関わりが抑制的であり、かつ、関わりをストレスに感じやすいとされる(南, 2013)。したがって、意思決定支援への意識をもってもらおうとしても、高度なやりとりを要求して養育者を追いつめることがないよう、十分に留意すべきと思われた。

### 意思決定支援につながる養育者サポート

以上概括したように、子どもの意思決定力の向上には、支援的なやりとりを行う相手である養育者が重要な役割を果たしている。したがって子ども支援は、養育者をサポートすることを通して、行うことができると期待される。

現段階の一般的な養育者においては、意思決定力の育成が重要だとする意識はまだ薄く、また、育成に向かう十分な資源(状況、意識、スキル)も備えていない可能性がある。そこで養育者の意思決定支援への意識を高めることと同時に、養育者の支援行動自体を周辺からサポートしてゆくのが有効と考えられた。

## 2. 意思決定支援アプリ開発に向けた問題と目的

### 養育者支援ツールとしてのアプリ構想

以上の研究経過をふまえて、著者たちは、子どもの意思決定を支援する養育者に焦点を当てて、養育者の支援行為を助けるツールの構想に至った。意思決定支援への意識がまだ浸透していない状況で、やりとりがかなりのスキルを要する複雑なものであることをふまえると、ツールの機能としては、養育者が意思決定を巡る子どもと自分のやりとりを意識し、肯定的にふりかえりできるものが適当と考えた。

ふりかえりを行う基本的な方法としては、行動観察の事象見本と時間見本を併せ持ったテーマ日誌を採用した。日誌法の歴史は古く、進化論者ダーウィンが息子の育児日誌を元に、言語の理解が表出に先行すると発表している（サトウ、2009）。日本の古典的観察研究として、やまだ（1982）は、長男の2歳半までの2700エピソードをもとに、1歳1ヵ月では不快で泣きながら口にした「ニヤニヤ」から始まった意思表示が、「ダメモン」「イヤーン」「チガウ」「ナイ」などの多様な意味に分化してゆく経過を明らかにした。このように日誌法は、子どもとの関わりをふりかえり分析するのに適した方法であるといえる。

近年では情報技術の発達に伴い、日誌法はもっと手軽に簡単に実行できるようになっている。特に健康管理の領域では、体重・体温・血圧・歩数などを気軽に記録し経過をモニターできる携帯電話アプリが多数提供されている。またメンタルヘルス領域でも、自分の活動や感情状態を記録してモニターするアプリが複数種提案されている（下山、2016）。そこで本研究でも、日誌法の機能を将来的にはケータイアプリに実装する方向で検討するものとした。

### 対象と観察場面の選定

長谷川（2007）は、幼児期は言葉が育ち意思もはっきり見せるため育児ストレスが高まる時期だと指摘したうえで、幼児と母の相互交渉場面を観察して、やりとりと育児ストレスの関係について分析した。その結果、育児ストレスが高い母は、子どもが適切な行動を選んでも反応に乏しく、選ぶための励ましや適切な選択への賞賛も少なかったと報告した。

このように幼児期には意思決定をめぐるやりとりが活発化するので、子どもの成長学習にとって大切であるとともに、支援行動のサポートが求められる時期といえる。そこでツールの主たる対象として、幼児期の子どもを育てている母親を想定するものとした（以降、支援主体者について一般的な論議を行うときは養育者、今回のアプリ開発の論議を行うときは母の名を出すものとする）。

次に、日誌法として記録しモニターする上で、どのような場面が適切かを検討した。毎日のように記録し継続できること、場面がわかりやすく思い出すのも容易なこと、意思決定を巡るやりとりが期待されること、子どもにとってリアルな意思決定であること、母の育児ストレスへのサポートが求められていることなどを考慮し、観察場面として食事を取り上げることとした。

食事場面は、発達心理学の行動観察研究においてしばしば取り上げられている。麻生(1990)は、乳児期長男の食事日誌をつけて、「口」が養育者との交流の中で意識され、「あーん」とうながされ他者に「食べさせる」コミュニケーション行為が生じ、やがて「ふり」が成立するまでの経緯を観察した。また外山・無藤(1990)は、幼児と母の食事場面の相互交渉を観察して、やり取りの中には「食べる」(栄養摂取)以外にもさまざまな機能があり、いただきます〜ごちそうさまの食事スクリプト(けじめ)や、「おいしい」などの文化的意味(味)が、やりとりを通じて引き継がれてゆくことを示した。このように食事場面からは子どもの発達の豊かな諸相が伺え、意思決定についても食事場面を通してふりかえることには生態学的妥当性があると考えられる。

当事者親子にとっての食事の意義はどうだろうか。子どもにとっての食事は、先の蓮見等(2016)の「お弁当づくり」が示したように、好きなものを好きに選んでよいのなら、楽しく自主性が発揮できる意思決定場面であると共に、困ったことがあれば大人に頼って適切な行動を学べる場でもある。他方、養育者にとって「子どもの食事」は、栄養摂取・文化マナー習得のしつけを行う場である。藤原・番場(2014)は大学生への回想法による質問紙調査を基に、幼児期には過半数が嫌いな食べ物ができ、家庭や保育園からそれを克服するよう注意・指導を受けていたことを示した。しつけ(注意・指導)は子どもに自主的な意思決定より従属を求める働きかけだが、無理やり口に入れても吐き出されてしまうので、子どもの意思を全く無視したしつけはできない。実際、先の藤原ら(2014)によれば、幼児期で偏食を克服できたのは3%に留まったとされ、子どもも決して言いなりではなく、養育者の苦労は多いであろうことが伺える。早瀬・熊谷・庄司・徳留・山中(2015)は、保護者が子どもに野菜を食べさせる自信(自己効力感)の尺度開発から、子どもに母の希望するものを選んでもらえそうかは、子どもの要因・環境の要因と共に、自分の要因(ストレス・疲労・面倒くささ・忙しさ・自分の食欲)が関わると報告した。このように食事場面のやりとりには「交渉」の要素があり、気を張って取り組む母親自身へのサポートも大切であろうことが伺える。

### 予備調査の目的

以上の問題意識をふまえて、予備調査では「子どもが自分でしっかり決める」ようになるために自分はどのようなサポートをしており、その成果はどうだったかをふりかえる食事日誌フォームを試作して協力者1名に使ってもらい、今後支援ツールとしてのケータイアプリ化に向けた可能性を検討するものとした。協力者には面接調査を行い、日誌の感想に加えて、意思決定支援への意識や、食事場面で子どもと行っているやりとりの実態を確認した。また、意思決定支援と実際の食事達成との関係についても検討するものとした。

## 3. 方 法

### 協力者

A児（3歳女）の母B氏（30代前半）。大学院心理学専攻を修了し、臨床心理士の有資格者であった。統計ソフトSPSSの基本操作ができた。調査当時は第二子妊娠中で安定期に入っており、現在いったんカウンセラーとしての仕事は休んで、幼稚園に通うA児の養育をはじめ、家庭運営に専念していた。

### 材料

予備調査ではまだアプリではなく、ノートPC（以下PC）と、それに搭載した統計処理ソフトSPSSver.18で代用した。SPSSデータファイル上に、調査期間中の一日一回、3食から日ごと順番に回すのを基本として食事1回分を思い出してもらい、記録回（朝・昼・夜）・食事の様子（文章80字以内）・意思決定の支援種・意思決定のタイミング・支援の手応え（よい・微妙）・食事達成（ちゃんと・きれいに・たのしく）について入力する欄を設けた。自由記述以外はすべて候補中から1つを選択する形式とした（表1）。

意思決定支援について記録する入力変数としては、2種類の候補を用意した。一つは「支援種」であり、様子エピソードを意思決定支援の観点からふりかえり、自分が主に行ったことを、「キャッチ：子どもの思いを汲みとって尊重する行為（待つ、代弁してやる、承諾するなど）」「スロー：自分の思いを子どもに伝えようとする行為（選択肢を示す、勧める、注意するなど）」「意思決定支援なし」から1つ選ぶものであった。またもう一つは「タイミング」であり、支援を行った場合の実施時点を、「前：食事開始に向けた準備のとき」「中：食事中で子どもが食べているとき」「後：食事の終わりに向けたときや片づけに入るとき」から1つ選ぶものであった。

また、意思決定支援を行った場合は、その手応えについて（よい・微妙）から1つを選ぶものとした。また食事そのものに対する評価も記録できるようにし、「きちんと（栄養摂取）」「きれいに（マナー）」「楽しく（交流）」の三側面各々についても、（よい・微妙）から1つ選ぶ欄を設けた。

記録をもとに提供するモニタリング情報としては、食事の各側面における達成状況や自分が行った支援の手応えを回やタイミング別に表示するグラフ5種類を用意した。協力者自身が見たい時にソフトを操作してグラフを作成するものとして、入力データから出力を表示する操作手引きを用意し、20の仮想データが入った操作法確認用の練習データファイルも用意した。

また、モニターの育児状況を把握するために、育児ストレス尺度 PSI（Parenting Stress Index）を用意した。面接には IC レコーダーを用意し、B 氏の許可を得て発話を記録した。

### 手続き

①事前面接 B 氏に大学研究室に来てもらい、PSI に記入してもらった後、調査者（第一著者）が半構造化面接を行った。意思決定支援を「子どもが自分で上手に決めて実行する力を育てる」ことであると伝えたくて、自分がしている意思決定支援や、サポートしてほしいことや、食事場面の A 児との関わりについて尋ねた。面接は約1時間であった。

②教示 B 氏自宅に調査者が訪問し、育児日誌をつける要領で、できるだけ当日中に、食事の1回（基本的には前日と違う回を順番にローテーション）を取り上げ、PC上のSPSS入力欄を埋めてもらうよう依頼した。入力に際しては、欄の左から右へ順番入力してもらうが、もしそれではやりにくかった場合は、適宜代えて構わないと伝えた。

次に出力データとして参照できるグラフの種類と作り方について、手引きを見せながら説明し、練習データを使って調査者と共にグラフの作り方を確認した。その上で、日誌をつけている間に、実際の自分のデータを使って、気になるものを随時グラフ化して確認してほしいと依頼した。教示と動作確認は B 氏自宅で行い、約1時間であった。

PC と操作手引きは貸出し、そのまま自宅ですべて使ってもらった（2016年4月から1か月）。

③事後面接 はじめに PC の入力データをもとに、調査者がグラフを作成して一緒に記録を確認した。その後半構造化面接で、使ってみてよいと思ったこと、直すべきと思ったこと、疑問に感じたことなど尋ねた。面接は大学研究室で行い、約1.5時間であった。



子どもに対して行った意思決定支援をふりかえる食事アプリの構想

表1 支援記録の入力変数と出力情報の実際

入力変数	出力情報（グラフ）
①日（調査者により入力済） 〈1日1回記録するものとされた〉	・グラフA（円グラフ） 支援の実施状況確認 〈④支援種の内訳表示〉
②食事回 （朝・昼・夜）1選択 〈なるべく前日と違う回とした〉	・グラフB（クラスター棒グラフ） 支援の食事回比較 〈②食事回×④支援種類〉
③エピソード自由記述 80字以内 〈意思決定支援を巡るやりとりメモ〉	・グラフC（クラスター棒グラフ） 支援種別の手応え 〈④支援種×⑥手応え〉
④支援種類 （キャッチ・スロー・なし）1選択	・グラフD（クラスター棒グラフ） 支援タイミング別の手応え 〈⑤支援タイミング×⑥手応え〉
⑤支援タイミング （前・中・後）1選択	・グラフE（円グラフ） 食事達成状況の確認 〈⑦⑧⑨の内訳表示〉
⑥支援の手応え （よい・微妙）1選択	
⑦食事達成：きちんと＝栄養摂取 （よい・微妙）1選択	・その他（任意） 〈データを元に、興味があれば適宜好きなものを作成してよいとした〉
⑧食事達成：きれいに＝マナー準拠 （よい・微妙）1選択	
⑨食事達成：たのしく＝交流 （よい・微妙）1選択	

（ ）は選択肢，〈 〉は補足説明を示す

#### 4. 結果と考察（意思決定支援の状況とサポート要望について）

##### 意思決定支援の捉え方について

面接当初ではB氏の口から自分が意思決定支援をしているとのエピソードは挙がらなかったが、日誌法の説明を受けた後で、これは当てはまると思う例を挙げた。その語りを以下に示した（順番を整理し語調を整えたが、なるべく素の調子を活かして抜粋した）。

意思決定支援とはやや硬い言葉であり、B氏にとっては、子どもの意を尊重してよいか「正解がない」中で模索する悩み多い印象を伴うものであった（#1）。今回、著者らがアプリを通してサポートを考えているのは、そこまで難しいものではなく、#2の語りで挙げた例のように、やらせて支障ない事柄について「子どもが自分で選ぶ、決める」機会を提供するよう

### # 1 意思決定支援で悩むこと

(調査者「意思決定支援で悩む場面と言われたら?」) 食事、遊びから何かへ移る時の切り替えで、どう声がけするか、どう待つかが悩む。(調査者:具体的に最近あって悩んだことは?) 小雨が降っているのに外で遊びたいって言い出して。遊びたい気持ちも分かるし、やらせたい気持ちもあるんですが、風邪をひかれるのがいやなのと、雨でそもそも遊ばせるのを良しとしていいのか悩んだ。それで結局、ちょっとだけ遊ばせて、「寒いから帰ろう」と言ったか、「おやつ食べよう」と言ったか、他で釣ったかもしれない。そういうジャッジは、正しいとかは、もしかしたらないのかもしれないが、どこまで意志を汲み取って、どこで区切るかというのは、いちいち悩む。逆に、スーパーでお菓子を持って離さないで泣くのは、容赦なく「ダメでしょ」ってできる。

### # 2 自分のしている意思決定支援

(寝るときの手順として)「ミッキーちゃんの(時計の)時間になったから、歯磨きするよ」と言うと、「はい」って言って。歯磨きも何本も置いてあって「どれがいい?」って。「エルサとしまじろうとプリキュアと、今日は何で磨くの?」って言うと(A児は)「今日はプリキュアがいい」と言ったり。最近(A児が)「自分でしたい」って言って、でも(母は)「仕上げだけはするよ」って言って、仕上げのタイミングだけは決めさせて。「(できたら)呼んでね」と言ってます。ある程度経つと「仕上げ」と言うので仕上げをして、「片付けよう」と言うと言いつけるので、それで寝る感じです。

な働きかけである。ユーザーと提供機能の焦点が合うように、アプリにする際には、より適当な用語を工夫して説明をしっかりと行う必要があるといえた。

### 意思決定支援が難しい理由について

B氏は、自分は意思決定支援を丁寧にはやれていないと感じると述べ、その理由として、子どもは不適当な意思決定が多いこと(#3)、状況にゆとりがないこと(#4)を挙げた。

これらの事情は従来研究の指摘と一致しており、幼児期では子どもの意思自体が大人の汲み取りに負う部分が大きく、大人に相応のゆとりが必要なことが確認された。

### # 3 未熟な意思決定

うちの子なんか真冬なのに、暑いとかって言い出して服を脱ぎ始めるわけです(笑)。そんなの今ありえないでしょって思うんですけど、遊びなんだか、何だかわからないですよ、子どもの意思は。(調査者「そういう時はどうしている?」) 1回脱いで「寒いね」と言って促して(笑)、着せたりとかしますけど。外で始めたら、「恥ずかしいでしょ」「赤ちゃんみたいだね」とか言ってみたりはしますけど。それでも止めずにやり切ったとしたら、本人は意思決定したから嬉しいけど、でも親としたら、その場合×ですよ。長い目で見れば意思決定が促され、やった結果子どもが反省してとか、あるかもしれないけど(そんな先までは見越せない)。

#### # 4 状況に振り回される

私の子育てになってしまうけれど、状況に一番振り回されていると思うのですよね。子どもはどんな場でも一定のちよろちよろとした動きは変わらないと思うのです。それに対して私が状況で、より引っ張ったり、どうぞ好きにと言ったりするところがある。たとえば朝急いでいて、理想としては早く起きて子どもの好きなごはんを用意してとか、好きなお洋服を用意してとか、(理想としては)言うじゃないですか。そんなの無理なこともあるわけですよ。その時に「いいから。早く、早く」とか。ものすごく「早く」を言いまくってやるわけですよ。

#### 意思決定支援へのサポートについて

もし意思決定支援サポートをしてもらえるなら期待することとして、B氏は、個別的対応(#5)、具体的な技提供(#6)、気持ちの受け止め(#7)を挙げた。

B氏は日常の育児にはそれほど困難を感じておらず、子どもに意思決定をさせることもしつけの中にうまく組み込むことができていた。したがってB氏としては、「正解がない」「揺らいで大変」な状況こそをサポートしてほしいと考えていた。一般人が手軽に日々使用するケータイアプリでは、そのような個々人のニーズに合ったサポートを細やかに行うことは、とうてい望めないだろう。しかし育児カウンセリングの中で専門家の手助けのもとで使用ツール開発を目指すことは、一つの方向性であると思われた。またアプリは複数の情報をわかりやす

#### # 5 揺らぐところを

子育てしていて肝心なのは衣食住、ここは絶対つかみたいと思うが、遊びの場面は、よりなるべくだからこそ、揺らいで大変。そのあたり共有してもらえたらありがたい。(調査者「もしBさんが、Aちゃんの遊びの切り替えをアプリでつけるとしたら、評価は決められます?」)多分、止められた時ですね。遊びで切り替えて欲しいと思うときは、その遊びを止めて欲しい時なので、止められた時。(調査者「要は出来たのかってことね」)そうです。そこしかない。

#### # 6 技がたくさんあるといい

(子どもに対して)技がいっぱいあるといいですよ。日常の中でやっていると、自分の使いやすい癖のところで反応していることが多いので。使わないとしても、いっぱいツールとして載っていると。結果のところに来てもいいのかもしれませんが、こんな方法もあんな方法もあったというのが分かると、なるほどとなりますよね。

#### # 7 救いがあるとよい

私は余裕がなければいけません。子どものことは見なくなります。子どもに対してのモチベーションがすべて下がるので、このアプリ自体、付けるのすら面倒くさくなるだろうなど。それ(余裕がない状況)を今だからそうだよって。みんなもそうなっちゃうよというのがあったら、救いになる時もあるかな。

く提供する上でも優れており、医療処置の基礎知識提供や知識確認テストを盛り込んだ患者用アプリなど、モニタリングに情報提供を加えたツールも存在している（小林・松山・脇田・吉岡，2015）。アプリの一つの方向性として、個別の問題解決に向けた高度な管理を行うツールの可能性が示唆された。

## 5. 結果と考察（食事場面の支援とその結果入力について）

### 食事場面における支援について

B氏におけるPSIの結果は、「親」のパーセンタイル順位55、「子」75であった。子どもと関わるストレスはそれほど感じていないが、A児は早期産であったため、現在も小柄で食が細いことは心配していた。

食事場面で気にしていることは、A児がしっかり食べずに立ち歩きが多いこと（#8）で、少しでも食べてもらうよういろいろ試していると語った（#9，#10）。

これらの働きかけは、しつけ上の工夫として意識されていた様子だった。B氏からすれば、自分は食べさせるために「乗せる仕掛け」をしているだけと考えていたかもしれない。しかし、

#### #8 困ること

親の困りごとと言えば、朝ごはんを食べない。朝だったら。立ち歩き食べが多かったりするのです。1口食べては遊びに出かける。

#### #9 食事の前

ごはん前に楽しく起こすとか、今日は何をごはんのおかずがいいとかやりとりをして、私なりに朝ごはんのモチベーションを上げているわけです。「ご飯が待ってるよー。（食べてもらえずに）悲しいって言ってるよー」とか声かけを延々とやっています。食事始めるのが嫌だ、遊びたいと言って、座っても食べない。「ミッキーにご飯上げたい」とか。それで食事の時間30分というのを、15分最初に削っても、機嫌よくちょっとの時間で食べさせることにしようと。「じゃあミッキーにご飯作ってあげたら、Aも食べるんだよ」と言うと、（A児は）「はーい」って言って。そして待つ。その後来たり来なかったりするのですけど。「おいで」と言って来ないときは、「来なさい」と強めに言って。（強く言ったのに）ちゃんと来ないのは、あまりないです。

#### #10 食事の最中

ごはんが実際始まったら「これはどう？」と、声をかけているんですけど。それから、「これ終わったら…」と、ご褒美で釣る。食べさせる。「抱っこして」って言うから、ちょっと赤ちゃん返りさせて。あとは、「ブーッ・ブー」と時間切れ。何しても怒りはしないですけど、「はい時間」とっておしまい。（まだ食べたい様子があっても）片づけます。

B氏が提案したり選択肢を提供したり待ったりすることによってA児は「選ぶチャンスをもっている」のは確かであり、川嶋ら（2016）の意思決定支援に該当するといえた。

現に行っている工夫を「しつけ（正しい行動を習得させること）」ではなく「意思決定の支援（考えて決める機会を与えること）」として意識できるなら、子どもが迷ったり間違ったりすることにも意味があると捉えることができ、母の気持ちにもゆとりが生まれるのではないかと感じた。

### 意思決定に関わる入力変数について

試行段階の記録づけに協力することは、B氏としても「大変だった」とのことだった。ノートPCはかさばって使いにくい、表作成の操作が面倒など機器の使い勝手への指摘と共に、意思決定に関わる変数がわかりにくかったとのコメントを得た。語り（#）と記録（\*）から、わかりにくさの実際を示した。

もともと食事の中では、母子間で何ターンも言葉を交わす複雑なやりとりが行われており、全体としてどちらが主だったか判定するのは難しいとされた（# 11）。B氏がなんとか分類できたのは、心理臨床の専門家として、神山ら（2016）のいうキャッチ・スローがカウンセラーの対話「姿勢」に当たる現象的区分であると了解でき、実際に対話分析の経験も積んでいたためと思われる。しかし本来の利用者は母一般であるので、ふりかえて今後活かすとすれば個々の具体的な言動（表現）を用いる方が有益であろう。同様にタイミング（前・中・後）も、一連のやりとりの主となるところをどう見定めればよいのか曖昧とされた（# 12）。したがって、これら意思決定支援を評定する入力変数には抜本的な改変が必要なことが明らかとなっ

#### # 11 支援種「キャッチ・スロー」について

キャッチ・スローという単語が何を指しているか分かりにくいってこともありますね。やっぱり（実際には）両方とも、一歩私が待って声をかけるか、彼女のアクションを待つことが多いじゃないですか。慣れるまで分からなかったり、未だにこうやって悩むくらい。キャッチ・スローという言葉だけで、なかなかエピソードが浮かばない。時間がかかる。ここがもっと具体的になったら、変化があろうがなかろうが結果を見たいと思える。

#### # 12 支援のタイミング「前・中・後」について

前・中・後というので、終わりの支援は自分の中でピンとくるものがない。

##### \* 1 手応えについて：自分で来たが機嫌はよくない例（朝・キャッチ・前）

A児「まだ食べたくない」B氏「じゃあ終わったらおいで、先食べてるよ」遊びが終わって自分から来る。B氏「ちゃんと来て偉かったね」（⇒手応え微妙、食事達成（しっかり）微妙と判定）

た。川嶋ら（2016）の知見をふまえて、意思決定支援の一連の流れを、準備（選択肢を用意する）→提供（選択肢を提示する）→対応（子どもの選択行動に対応する）に区切り、各時点で自分はその行動を（したか・しなかったか）を判断してもらうなど、より具体的な判定法を工夫してゆくべきだろう。

また、支援の手応え（よい・微妙）も、少し複雑な状況になれば判定が多義的であった。**\*1**は、A児が自分から食卓に向かったエピソードである。「終わったらおいで」という提案に応じて自分から食卓に来たので「よい」手応えとすることもできたはずだが、B氏は「微妙」と判定した。まだ遊びたかったのか、ほめたけれど反応も薄くあまり食べようとしなかった点に着目したのだろう。その判定からは、B氏が行っている意思決定支援の目標は「A児がすすんで遊びを終えて食卓につくこと」ではなく、「A児がすすんで自ら食べること」にあったと想像されるが、事前面接の中でしっかりと踏み込んで確認していなかった点には反省が残った。結果を評価するには基準が必要であり、基準は何らかの目標に照らして定まるので、何のためにふりかえるのか、目標をはっきりさせておくことは大切であった。

以上述べた通り、なじみの薄いテーマの元で複雑なコミュニケーション行動の評価を行うのであれば、漫然と記録観察を求めるのではなく、モニタリングを行う上の目標をはっきりさせて、変数の定義を明確にし、選択肢をわかりやすく提供する必要があると考えられた。

### 興味のある入力変数や入力を通じた発見について

調査者が用意した変数には難があった一方で、調査者が特別な期待もなく用意した変数が興味深いと受け止められたり（#13）、発見があったとされたり（#14）もした。

朝昼晩では家の状況も食事に求めることも変わるので、意思決定支援の在り方も違っていてもおかしくない。このようにわかりやすく、かつ「違いを見たい」変数は他にもあるかもしれない、意識して新しい候補を探してみることも大切と思われた。

#### #13 食事の回「朝・昼・夕」について

朝昼晩の違いは見たかった。質が違う場面だったので。

#### #14 今回よかったこと

今回良かったなというのが、A児はあまり食べないので私は量を食べさせたいと思っていたけど、（今回の食事達成評定に入っている）「楽しい」という分野は、自分では考えていなかった。あんまり早く食べなさいと言わなくなりました。時間内で楽しく食べられた方がいいのかなと思えたり。「しっかり」がイマイチでも、今日「楽しかった」になれば、そういう日はそういう日で良かったなと思える。

また「食事の達成（きちんと・きれいに・たのしく）」も、調査者の当初意図上では、意思決定のふりかえりとは直接関係がない補足的変数であった。しかしB氏の語りから、「楽しさ」について評定を求められたことで、食事のもつ新たな意味への気づきが生じ、その結果、意思決定支援の仕方にも具体的に影響したことがわかった（# 14）。食事達成の各側面は、関わりを通して達成させたい普遍的な食事の目標をわかりやすく伝えたのであろう。目標意識をもって記録を取ることは、それ自体に意識づけや行動促進の効果があると考えられる。PCよりさらに手軽に日々使えるアプリであれば、このような意識づけの効果はより確実に期待できると思われた。

## 6. 結果と考察（出力データのモニタリングについて）

B氏は、1日1回、39日分中37日分（94.9%）に記録をつけた。事後面接では、そのデータを元にSPSS上でひととおり結果をグラフ提示して一緒に確認しながら、話を伺った。以下では語りと併せ、日誌記録の例も\*をつけて紹介した。

### 意思決定支援の実施状況について（グラフA）

記録があった37データのうち、支援種の内訳はキャッチが15（40.5%）、スローが7（40.5%）、なしが15（18.9%）となり、「自分としては特に意思決定支援はやらなかったと思う」という「なし」が4割に上った。やった場合の内訳としては、こちらから出るスローよりは、相手の出方を待つキャッチが多かった（図1-A）。これを見たB氏からは、今回記録を付けることになったので、キャッチをなるべくしていこうと思ったと述べた。「優しい母」であろうとする意識づけ（プレッシャー）が働いたようであった（# 15）。記録（自由記述メモ）によれば、スロー7のうち4は、A児の食事が円滑に進んでいないときであった（\*1）。

#### # 15 心がけた

（普段は）スローがやっぱり多いので、キャッチを心がけた。普段はもっともっと先に立ってやっている。本当だったら待たないで、「ほら、出てきたから食べなさい」って。

#### \* 1 スロー・中と判定されたエピソード例

Aは眠たくて座ってボーっとしている。母「何かけて食べる?」「みかん（好物）も食べようか」と何とか気分を盛り上げて。少しずつ喋るようになり、「納豆たまごがいい」（⇒手応えはよいが、食事達成（しっかり）微妙）。

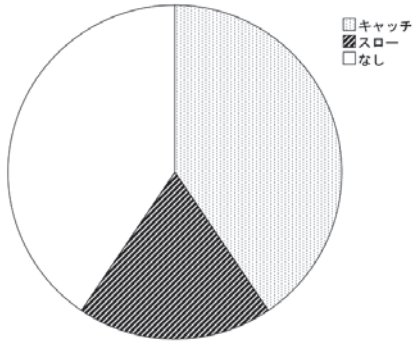


図 1-A 支援の内訳

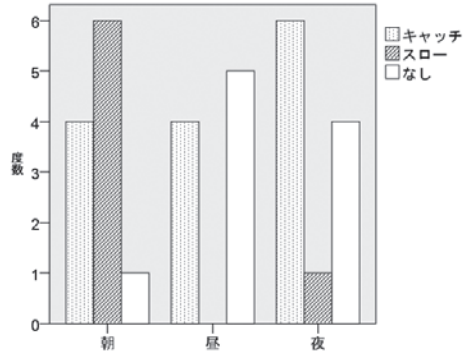


図 1-B 支援種類×食事回のクロス

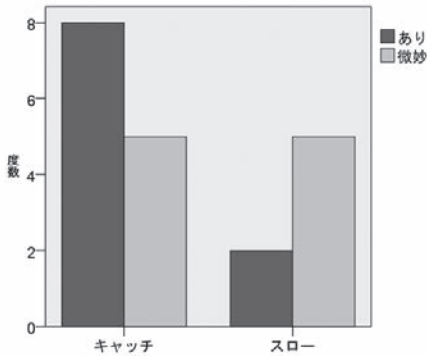


図 1-C 支援種類×手応えのクロス

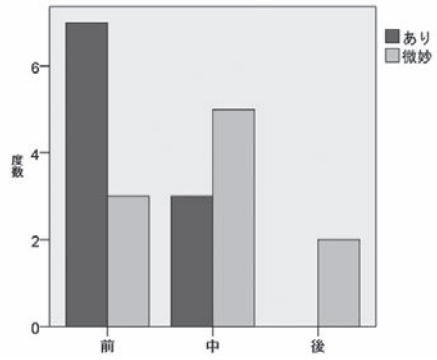


図 1-D タイミング×手応えのクロス

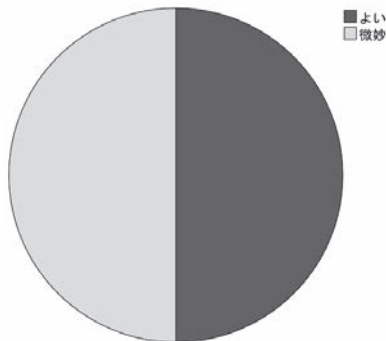


図 1-E 食事 (ちゃんと) の達成状況

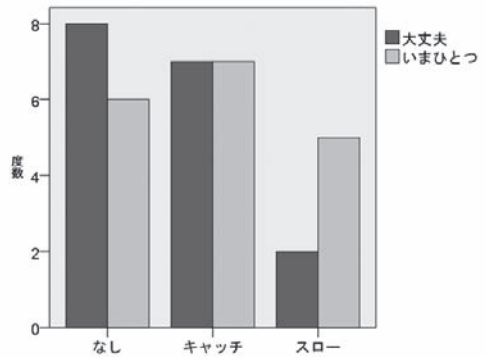


図 1-F 支援種類×食事達成 (ちゃんと) のクロス (B氏が独自に作成したとされるもの)



### 食事回別支援の種類について（グラフ B）

B氏が主に使った支援の種類は食事によって有意に異なり ( $\chi^2(4) = 11.70, p = .02$ )、朝はスロー、昼はなし、夜はキャッチが多くなっていた（図 1-B）。回によって違っていることについて、B氏は納得いく結果で理由も思い当たるとした（# 16）上で、他者が状況を批判的でなく認めてくれることを「ありがたい」と述べた（# 17）。

#### # 16 昼はお腹すいている

（昼には支援がないことが多い理由を調査者に聞かれて）昼は、お腹すいているからだと思います。朝はあんまり食べないで活動し始めるから、お腹すいている。

#### # 17 ありがたい

今（朝にスローが多くなるのを調査者から）「食が細いというのは、こうなるのね」と言われると、自分の支援とは関係ないところの働きが大きいとわかる。自分のせいじゃないのは、ありがたい。

### タイミング別手応えについて（グラフ C・グラフ D）

支援を行ったケースに限定して、支援タイミング（前・中・後）別に支援効果（手応えよい・微妙）評定を調べたところ、グラフ上では前の方が「よい」が多いが、統計上ではタイミングの効果は有意ではなかった ( $\chi^2(2) = 4.56, p = .102$ )（図 1-C）。また支援種類（キャッチ・スロー）も、見た目はキャッチで「よい」が多いが、支援種の効果は有意ではなかった ( $\chi^2(1) = 1.15, p = .284$ )（図 1-D）。

B氏はグラフ作成が面倒なのであまり結果をモニターしなかったとのことだが、それでも一通りの状況はわかっていたとのことだった。また、「食事達成（しっかり）」に対して意思決定支援のタイミングや支援種類が関係するかは気になって独自にクラスター棒グラフを作成したが、やはりいずれも関わりがなさそうと確認して、ホッとしたりと述べた（# 18）（図 1-F）。

#### # 18 肩の力が抜けた

結果を見たときに、スローをいっぱいしたからと言って、A児が一所懸命食べているかということ、違うというのがわかった。1週間くらいつけてそういうことが分かって、それから朝、頑張らないことにしたんですね。もう「食べなさい」もしないし、何もしないで好きなように好きなものを食べさせて。そこから（モニターを）ちゃんと見ていないので分からないですけど。でもそんなに（食事は）悪くなっていないっていう感じ。それこそ私のほうが、ガチガチに力が入っていて、食べさせなきゃとかとにかく入れなきゃとなっていたなというのが見直して良かったなと。（調査者「まじめなお母さんには、逆にいい？」）そうですね。

今回の記録では、タイミング（前・中・後）、支援種類（キャッチ・スロー）、手応え（よい・微妙）の全てにおいて定義や判定基準が曖昧であったので、それらを元にした結果がしっかり出てこなくても、なんら不思議はなかったといえる。精神的健康度の高いB氏は、自分がやってきたことの効果ははっきりしないことに対しても「肩の力が抜けた」と肯定的にとらえ、新しい方向性に切り替えるきっかけとして役立てていた。しかしこの部分はモニタリングの要であるから、もし目標をしっかり定めてもどうすればよいか具体的な示唆が得られないのであれば、大いに問題である。

また、このような曖昧なデータであっても、SPSSの出力グラフ上には何かしらが表示される。統計がわかるB氏に誤解はなかったが、グラフには有意差がなくとも決定的と思いきませてしまう危険もあると感じた。またグラフ上では、母の支援の選び方が手応えを決めるかのように見えるが、B氏の語りや自由記述によれば、実態はそれほど単純ではない。たとえば、子どもがぼんやりしていれば母はスローして動かそうとするし（\*1）、子どもが積極的に動くなら何もしない（#16）といったように、母の支援は子どもと独立に決まてはいない。手応えにも、子ども本人の調子や意思決定内容（易しいことか難しいことか）が関係しているよう。B氏が独自に試した図1-Fでも、何もしない方が食事をしっかり食べるかのように見えるが、実際はしっかり食べる調子のよい回では、母は何をする必要もなかったと読むべきであろう。

以上のようにモニタリングの情報は、わかりやすく提示すれば大いにアピールするだろうが、「あるものをある」ように、かつ、「ないものはない」ように、正しく提供することこそ目指すべきであるのが、改めて実感された。B氏はたくさんの出力は煩雑だとも述べており、精度が低い情報をあれこれ提示するくらいなら、確認程度のシンプルな情報提供の方がよいと思われた。

### 食事達成状況について（グラフE）

ちゃんと（栄養摂取）・きれいに（作法遵守）・たのしく（交流）の3側面の達成状況は、36回中ちゃんと18（50.0%）、きれいに25（69.4%）、たのしく23（63.9%）であり、深刻ではないがB氏が気にしている通り、栄養摂取面に一番課題があるとされた。

その栄養摂取の達成には、すでにB氏が確認した通り、母の意思決定支援（種類・タイミング）が影響することはなかった（#18）、さらに食事回（朝・昼・夜）の効果も有意ではなかった（ $\chi^2(2) = 3.72, p = .156$ ）。記録を読む限りでは、食べ具合（栄養摂取）の達成には食欲・やる気・好き嫌いなど毎回の本人の調子が大きく影響しており、母の意思決定支援が有効には

**\* 2 意欲強い (夜・キャッチ)**

「Aちゃん1番に食べるよ」ともりもり食べてくれる。(母は褒めるだけ。お手伝いされることも拒否。自分で食べたい意欲強い) (⇒手応え・食事達成 (しっかり) 共に「よい」)。

**\* 3 のんびり (朝・意思決定支援なし)**

のんびりしていて、大半食べない。朝はなるべく怒らないのが目標だけど、今日はイライラ。母「早く!」の連発。(⇒食事達成 (しっかり) 微妙)

効きにくい領域であることが伺えた (\*2)。

「子どもに決めるチャンスを与える」意思決定支援は、今確実にしつけを入れたい観点からすれば、適当でないこともあると思われる。実際、A児も自分が決めてよいとなると「食事はあと」になりがちで、A児があまりにぐずぐずして食べないときは穏やかなB氏も命令・指示をしていた (\*3)。このような状況をふまえると、栄養摂取 (ちゃんと) や作法遵守 (きれいに) をしっかりとしつけたい母の場合は、食事場面で意思決定支援をすることには抵抗を感じるかもしれないと思われた。自主性育成の意義は認めるとしても、その場面に期待される本来機能と明らかに矛盾する支援目標は受け入れがたいだろう。

一方で「しっかり」「きれい」と比べると「たのしく」にはしつけの要素が薄く、実際B氏はそこに新しい意味を感じてキャッチの働きかけを増やしたと述べていた (#14)。したがって食事においてしつけと競合しない意思決定支援の達成目標として、「楽しさ」をアピールしてみる可能性はあると思われた。

## 7. 総合討論

以上示したように、育児支援のツール開発を目指しアプリ化を視野に入れて行った予備調査は、意思決定支援を記録する変数を定める初期段階でつまづきがあり、さまざまな課題を残す結果となった。B氏にはたいへん面倒をかけてしまったが、食事の楽しさについて考えたり、自分のやっていることをPCで確認したりできたことは興味深く、また、一緒に結果を見て肯定的にコメントをもらえるのはよい体験だったと述べてくれた。また著者たちにとっては、ツールの支援目標や意思決定の定義がまだ曖昧であったことへの反省と共に、記録をとること自体が意識づけになってゆく可能性、誤解のない情報提供の必要性、意思決定支援のふりかえり場面に食事を取り上げるメリットやリスクなど、重要な論点を複数抽出できたことは収穫であった。

以上の予備調査をふまえて、現在筆者たちは、養育者が用いる食事の意思決定支援ツールとして2つの異なる方向性で構想化を行っている。

一つの方向性は、入力をより具体化精緻化し、養育者の望む目標達成を直接的にサポートする本格カルテ型への進展である。たとえば「ピーマンを食べる」「声掛けされたら10分以内に食卓につく」のように、獲得させたい行動を具体的に定め、子どもがそれを自発的に行うために自分はどうかに関わるかも考えておき、実践しながら、関連状況と共に一連の行動の要所ごとにふりかえって記録をとっていく(図2)。ツール利用者は、目標行動が生じやすいのはどのような関わりの仕方かを調べたり、目標行動が生じる確率の推移をチェックしたりできるはずである。単一事例実験計画法を習得している専門家の指導下で正しくツールを使ってゆけるなら、個別の課題解決を実現できるかもしれない。

他方の可能性は、食事達成に通じる支援行動の一部に「子どもに選ぶ機会を提供すること」を落とし込み、食事支援をふりかえる中で意思決定支援を意識づけを図るインセンティブ型への進展である。子どもが「栄養(ちゃんと)・社会(きれいに)・心理(楽しく)」食事ができることに向けて、養育者は、自分が「いつもの時間にちゃんと食事を提供する・きれいに挨拶しきれいに食器を扱う・子どもが楽しく選んで決めてよい機会をつくる」ことができたかふりかえる(図3)。子どもの評価が入らないのでシンプルになり、自分の支援はバランスよく行われているかチェックしたり、3種の合計平均の推移をモニターしたりして、自分のやっていることの確認に集中できるはずである。

前者のカルテ型は食事場面に限らずさまざまな課題場面に適用できるだろうし、後者のインセンティブ型はケータイアプリ化して幼児に限らず介護や福祉など幅広い対象に適用できると思われる。今後はこれらの実現可能性やニーズなどを勘案しながら、最終的な着地点に向けて検討を進めたい。

子どもに対して行った意思決定支援をふりかえる食事アプリの構想

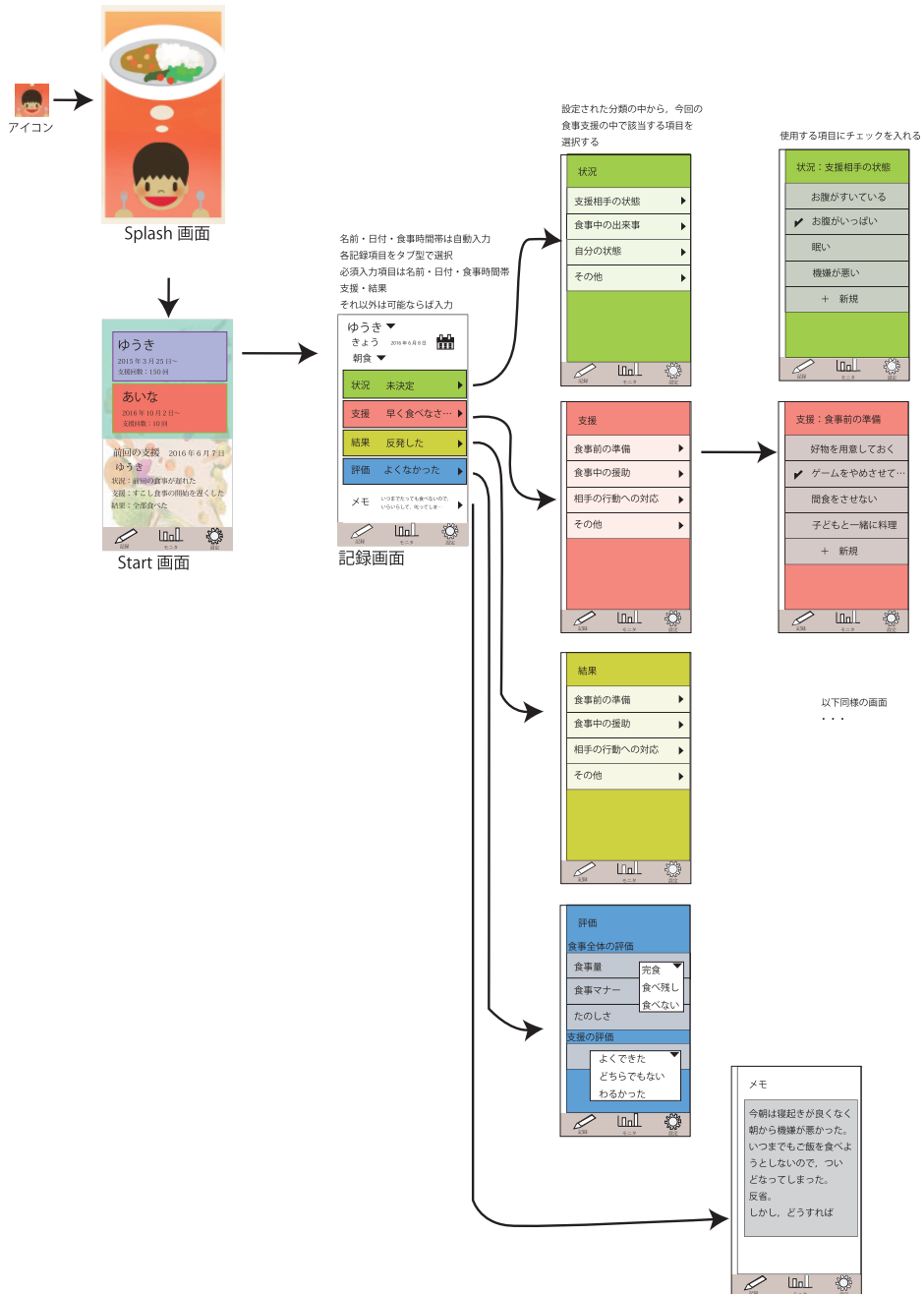


図2 カルテ型のアプリ提案イメージ



図3 インセンティブ型のアプリ提案イメージ

## 文 献

- 麻生武 (1990). “口” 概念の獲得過程——乳児の食べさせる行動の研究—. 発達心理学研究, 1, 1, 20-29.
- 藤原正光 (2014). 子どもの嫌いな食物の克服への支援—大学生の回想法による調査研究から—. 日本教育心理学会第 56 回総会発表論文集, 539.
- 長谷川麻衣 (2007). 母親の育児ストレスと母子相互交渉—縦断研究による検討—. 発達研究, 21, 151-162.
- 蓮見元子・川嶋健太郎・北原靖子 (2016). 子どもへの意思決定支援について考える—保育園での「お弁当づくり」から—. 川村学園女子大学研究紀要, 27, 1, 89-107.
- 神山直子・北原靖子 (2016). 放課後子ども教室における子どもの意思決定とその支援—困難を生じたエピソードの検討から—. 川村学園女子大学大学院研究年報, 5, 41-55.
- 柏木恵子 (1988). 幼児期における「自己」の発達—行動の自己制御機能を中心に—. 東京大学出版会.
- 川嶋健太郎・北原靖子・蓮見元子 (2015). 子どもの意思決定状況の発達と大人による支援. 日本発達心理学会 25 回大会 (東京大学) 103.
- 川嶋健太郎・北原靖子・蓮見元子 (2016). 子供の意思決定に対する保護者による支援プロセスに関する質的研究. 東海学院大学紀要, 10 (審査中).
- 北原靖子・蓮見元子・神山直子・川嶋健太郎 (2016). 自由活動場面での子どもの意思決定と大人の関わり—イベントでの親と子・放課後子供教室でのサポーターと児童のやりとり観察—. 日本発達心理学会第 27 回大会 (北海道大学)
- 小林大輔・松山智美・脇田衣瑠菜・吉岡真 (2015). 透析患者の自己管理アプリの開発. 産業医科大学雑誌, 37, 1, 101.
- 南憲治 (2013). 母親の育児ストレスとその関連要因—愛着と成育歴の影響—. 帝塚山大学現代生活学部紀要, 9, 75-83.
- 太田邦史 (2013). エピゲノムと生命—DNA だけでなく「遺伝」の仕組み—. 講談社
- サトウタツヤ (2009). ダーウィンと発達心理学. 心理学ワールド 29, 心理学の歴史 4.
- 下山晴彦 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース Web サービス・アプリ提供プロジェクト.  
<http://www.u-tokyo.ac.jp/shimoyama/08kaken/apps.html>. (2016. 10.31)
- 外山紀子・無藤隆 (1990). 食事場面における幼児と母親の相互交渉. 教育心理学研究, 38, 395-404.
- 山田洋子 (1982). 0～2 歳における要求—拒否と自己の発達. 教育心理学研究, 30, 2, 38-48.

## 謝 辞

本予備調査にご協力いただいた B さんと、アプリキャラクターデザインを作成くださったレイナさんに感謝申し上げます。ありがとうございました。