

A Pattern Language for Child Rearing

Noriko Chujo & Takashi Iba

Graduate School of Media and Governance, Keio University

In this paper, we propose a pattern language for child rearing, based on interviews about practical knowledge of child rearing. What we want to describe is how do people who have a baby (or babies) for the first time deal with their child rearing without experience in the modern society. In the pre-modern society, inexperienced parents learned from experienced ones, who were their own parents or kind neighbors. Recently, however, it is not easy to share the knowledge with them, on one hand, because of the trend toward nuclear families, on the other hand, because of the trend that values and lifestyles diversify. Consequently, each parent in modern society faces a kind of design problem for her / his own style of child rearing. Based on the background, we shall consider "pattern language" as a general method of describing the practical knowledge, and propose a pattern language for child rearing. In this paper, we will show 9 patterns for child rearing in infancy. Taking the difference of life styles into consideration, we have interviewed with housewives and working mothers.

▼Patterns of diverse mothers (with green color in figures as follows)

- ・「育児の現実」
- ・「理解ありきの叱り方」
- ・「我が家のモットー」

▼Patterns of house wives-mothers (with blue color in figures as follows)

- ・「殻の外の世界」
- ・「子ども連れの特権」
- ・「父の得意分野」

▼Patterns of working mothers (with yellow color in figures as follows)

- ・「プロとコラボレーション」
- ・「猫じゃらし型誘導術」
- ・「働くのも子育てのうち」

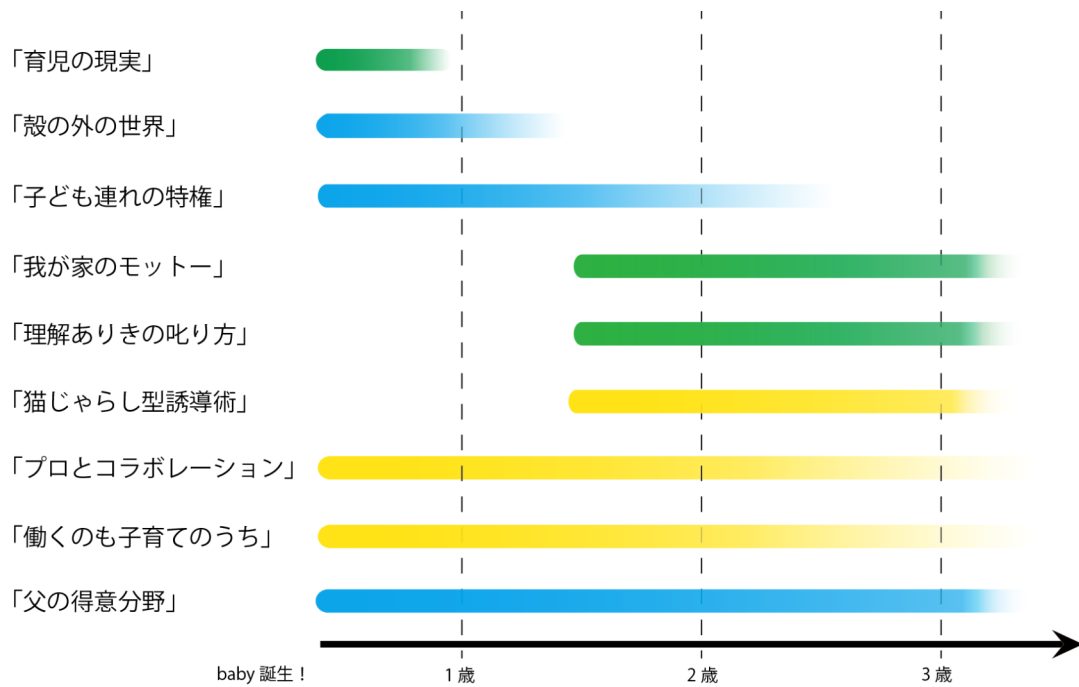


Figure 1: The time line that tells the appropriate period for each pattern to apply

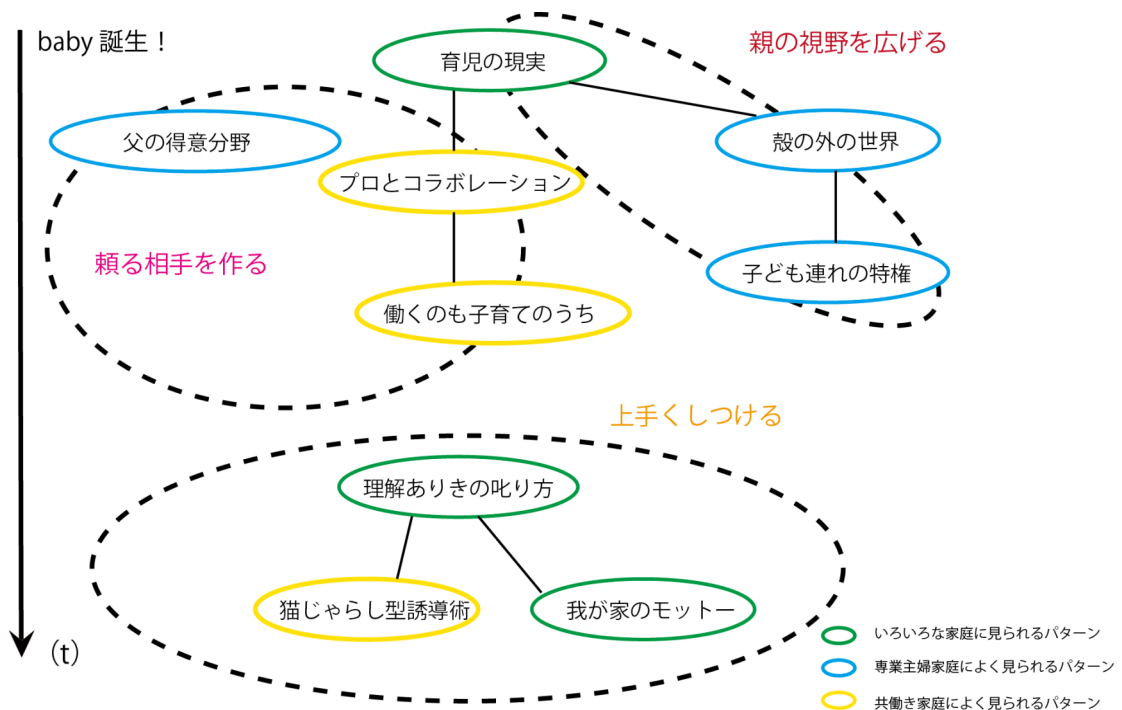


Figure 2: Networks and 3 categories of our patterns

Situations in child rearing are changing with growth of children. Then, we wrote patterns for each situation based on the developmental stage of children. Figure 1 is the time line that tells the appropriate period for each pattern to apply. Figure 1 means that how to deal with children

changes as the developmental stage, but how to make good relationships between mothers (wives) and fathers (husbands) or parents and others are important subjects all the time.

Therefore, we consider that patterns for child rearing can be devised into some categories. That is shown above in figure 2. Our patterns are taken into 3 categories about (1) good relationships of parents, (2) views of parents themselves, and (3) ways of disciplining children. And also, situations of parents are related each other that is shown as pattern network in figure 2.

The concrete contents of our patterns are as follows.

□ References

- C. Alexander, Notes on the Synthesis of Form ,Harvard College, 1964
- C. Alexander, S. Ishikawa, M. Silverstein, A Pattern Language: Towns, Buildings, Construction, Oxford University Press, 1977
- C. Alexander, The Timeless Way of Building, Oxford University Press, 1979
- Noriko Chujo, “Problem Finding and Problem Solving behind Child Rearing : Eliciting Narratives Through the Pattern Language”, Graduate School of Media and Governance, Keio University, Master’s Thesis, 2010 (in Japanese)

いろいろな家庭に見られる Pattern

子どもの年齢：新生児～1歳頃まで

「育児の現実」



状況

出産し、いよいよ「親」として、新たなライフステージへ突入した。しかし、ハプニングの連続で毎日がめまぐるしい。

「子育てってこんな大変なことだったの？」

「赤ちゃんってなんで泣き止まないの？」

「いつまでだっこしてなきゃいけないの？」

子どもと楽しく遊べる日々を想像していたが、生後間もない我が子とは、まったくコミュニケーションもとれない。楽しい育児生活を想像していたが、思うように子どもとうまく接することができず、戸惑っている。



問題

想像していた「育児」と現実にギャップを感じる



考慮すべきこと

- ・親は子どもとともに「親」として成長していく
- ・未出産の人間が目にしてるのは子育ての一部分に過ぎない
- ・乳児は会話ができないので自分は「親」とであると実感できるようなコミュニケーションをとりにくい



解決の糸口

楽しいことだけでなく、苦しいことも含めてが「育児」であり、それが自分を「親」として成長させるのだと考える



具体的な行動

育児のつらさに戸惑ったときは、「親」の先輩に尋ねてみてください。みんな誰でも、最初は苦勞していたはずですが。それでも、「今となっては良い思い出」と言う人が多いのではないのでしょうか。

人は、子どもを育てる経験のなかで「親」になっていくもの。だから、意思疎通が難しい小さな生命体を前にしたとき、喜びに満ちあふれるどころか、不安で胸がいっぱいになっても、なんらおかしいことではありません。喜びもあれば苦勞もあるのが、育児の「現実」なのです。先輩ママパパを見ればわかるとおり、さまざまな経験があつてこそ人は「親」として成長し、育児を楽しめるようになっていくのです。



その結果

予想外の苦しさや辛さも「親」になったからこそだと考えれば、子どもと過ごす「現実」を受け入れることができるようになります。

いろいろな家庭に見られるPattern

子どもの年齢：1歳半ごろ以降

「理解ありきの叱り方」



状況

子どもをしつけるのは親の役目。しかし、子どもが小さくて、まだ親の言っていることがちゃんと理解できていないようだ。「だめ！」と言えば、そのときは言うことを聞いたように見えても、ちょっと違う状況になると結局また同じことを繰り返してしまう。

特に1歳半ごろは、自我が芽生えてやりたいことをやるようになるものの、大人の言っていることを理解する能力は未熟なため、何度も同じことを言わされる。自分の言葉が相手に伝わらないのは疲れるものだ。



問題

子どもに意図が伝わるように叱るのは難しい



考慮すべきこと

- ・乳幼児が大人の言葉を理解するには限界がある
- ・同じことを繰り返し言うのは根気が必要である
- ・乳幼児でも、相手の感情や雰囲気は理解できる
- ・一度で効果の出る叱り方は無い



解決の糸口

子どもときちんと向き合い、叱っている理由を言い聞かせる



具体的な行動

片手間や頭ごなしに「ダメ」と言うだけでは、他の状況ですぐ似たようなことを繰り返してしまいます。

注意するとき、叱るときは、その理由を（「あなたが危ないから」「私が痛いから」「あの子が悲しむから」など）をちゃんと伝えることが大切です。もちろん、最初は言葉の意味が通じないかもしれませんが、「小さいからどうせわからない」と決めつけるのではなく、子どもの理解力を信頼し、きちんと向き合う姿勢を忘れないことが「叱り上手」への近道です。



その結果

根気よく「なぜそれがいけないのか」を言い聞かせることで、子どもは言葉の内容と状況が結びつき、理解できるようになっていきます。

いろいろな家庭に見られる Pattern

子どもの年齢：1歳半頃以降

「我が家のモットー」



状況

1歳半を過ぎ、2歳ごろになると、子どもの好きなことが明確になりはじめる。子どもがやりたいことはできるだけやらせてあげたいが、全てを子ども中心に生活するわけにはいかない。

また、「自己主張」ができるようになるのは嬉しいが、子どもの要求をすべて受け入れてしまうと「わがまま」に育ててしまう気もする。その線引きが難しく、なんとなくその場の雰囲気、行き当たりばったりなしつけになってしまっている。



問題

子どもの意思を尊重することと、しつけと、甘やかしがあいまいになっている



考慮すべきこと

- ・自我が発達すると、好きなことが明確になる
- ・子どもが楽しんでやっていることはなるべく邪魔したくない
- ・時間と体力には限りがある
- ・段取りを狂わされると困るときがある



解決の糸口

自分たちなりの子育ての軸をつくる



具体的な行動

気をつけたいのは、以前言ったことと矛盾したことを言わないようにすることです。それは、子どもを混乱させ、親への信頼を失わせることにつながります。そうならないためには、その家庭の中での「守るべきこと」をきちんと考える必要があります。それは、おそらく環境によって様々です。たとえば、普段は子どもと一緒に過ごす時間が少ないので遊びの時間を多くとりたいという人も居れば、健康第一で生活リズムを守らせることを大切にする人もいます。

自分たちの状況に合わせて、安全や健康、遊びなど、大事にしなければならない要素にプライオリティ（優先順位）をつけ、自分たちなりの子育ての軸を明確にしましょう。



その結果

行き当たりばったりになって子どもをふりまわさずに済み、「我が家のモットー」にしたがったしつけができるようになります。

「殻の外の世界」



状況

自分の子どもは自分がいちばん大事にしてあげている自信がある。子どものペースや意志を尊重してあげたいから、他の人に預けるのはなんだか気が進まない。親と離れることをとても嫌がるので、子どもにとっても、自分と一緒に居るのがいちばんいいと思う。子どもとディープな信頼関係が築けているのは喜ばしいけれど、同じくらいの年の子どもともあまり遊びたがらないし、世話をかけすぎて過保護にしている気がする。



問題

べったりした関係性を作ってしまう、親が子供の世界を広げることを妨げている



考慮すべきこと

- ・ 1歳半～2歳ごろの子どもは本能的に人見知りをする
- ・ 子どもは親と居るときが一番安心できる
- ・ 新しい環境に慣れるには時間と手間がかかる
- ・ 親が提供した環境の中から、子どもの世界が作られる



解決の糸口

子どもの世界を広げるような環境を積極的に提供する



具体的な行動

知らない人になじめない子どもが「かわいそう」に見えることもありますが、「だからやっぱり、この子には親である自分しかいない」と思い込むのは危険かもしれません。

たしかに、親が責任をもって子どもの健康と安全を考えるのは、子どもにとっても良いことに違いありません。ですが、親もひとりの人間である以上、提供できる価値観や刺激には限界があります。子どもと離れることに親が不安を感じるなら、親子で児童館のイベントに参加したり、街中を散歩したりするなど、積極的に家の外でしか出来ないことを経験させるといいかもしれません。



その結果

親が提供した「新しい環境」の分だけ、子どもの世界は広がってゆきます。

「子ども連れの特権」



状況

まだうまく喋れないような小さい子どもと2人きりだと、社会との接点がなくなり、孤独を感じる。誰ともまともな会話ができないまま一日が過ぎるのがとてもむなしい。

情報化社会とはいえ、インターネットの膨大なデータの中から自分がほしい情報にアクセスするのも一苦労だし、まとまった時間が取れるわけではないので、落ち着いて情報交換もろくにできない。

ずっと家に居ると社会のなかでの自分の存在価値がわからなくなり、ひとりぼっちになった気がして寂しい。



問題

子どもと居ることが不満なわけではないが、孤独を感じる



考慮すべきこと

- ・人とのコミュニケーションが無いと、相対的な自分が見えなくなる
- ・孤独感は、ひとりでは解消できない
- ・子どもを連れているときは「親」であり、そうでないときはただの「大人」である
- ・小さい子ども連れだと、外出するのがおっくうになる
- ・小さい子ども連れだと、出産前は行けた場所や電車・バスなどさえも利用するのがためらわれる



解決の糸口

子どもを通して人と出会う



具体的な行動

子どもを連れて出歩くと、子ども好きの人たちに話しかけられることがあります。そういう人たちは、「子ども連れ」だから話しかけるのであって、子どもがそばに居なかったらそもそも話す機会さえ無かったかもしれません。もちろん、場所によっては子ども連れが敬遠される場合もあるので状況判断は必要ですが、「子ども連れ」であることが受け入れられるような場所に行くだけで、家に閉じこもっているときには得られなかった他人からの関心を得ることができます。



その結果

子ども連れである立場を活かしてそれまではありえなかった人とのつながりを増やし、世界を広げることができます。

「父の得意分野」



状況

夫はフルタイムで働いており、妻はずっと家に居るので、家事と労働のバランスが極端すぎる。妻としては、家事をすることに不満があるわけではないが、「分担作業」という感覚が強く、家庭を「支え合って」築いているという気がしない。夫も、「父」であることを放棄しているつもりはないが、仕事が忙しく、なかなか子どもと接する時間が取れない。

子どもと接する時間に差があるため、たまに父親が張り切っても、思うようにできないことが多い。そして結局母親にバトンタッチしてしまうので、子どもにとってはいつまでたっても父親不在である。



問題

夫が労働専門、妻が家事専門になっており、同じ課題を共有できていない



考慮すべきこと

- ・専業主婦とワーキングファザーでは、子どもと接する時間に必ず差が生じる
- ・同じ課題や目標を共有することで、家族としての一体感が強まる
- ・子どもは接する時間の長い人間と一緒に居たがる
- ・育児の経験値が低いと、親としてできることが少ない
- ・育児に参加したくてもできないときもある



解決の糸口

家庭の中で父親の得意分野を作る



具体的な行動

子どもの食事や入浴、寝かしつけなどは、母親と一緒にすることが習慣づけられているため、いきなり父親が交代しても上手くいくとは限りません。もちろん、なんでも両親が同じようにできれば良いにこしたことはありませんが、それが難しいなら、「これは父親としかできない」と子どもが思う遊びや習慣をつくるといいでしょう。



その結果

妻として家を守り、夫としてお金を稼ぐほかに、母親としては何ができるか、父親としては何ができるか・・・それを考えることが、「良い家族関係を築く」という同じ目標を共有することにつながります。

ワーキングマザーに見られる Pattern

子どもの年齢：いつでも

「プロとコラボレーション」



状況

出産してから、仕事を休んで（あるいは辞めて）、乳児といつも2人っきりの日々。小さく、か弱い子どもを守るのは自分しかいないが、意思疎通もままならないため、子どもの生命に関わるような間違いをしてしまわないか、常に気を張っていて辛い。

子どもはもちろん大事だが、このプレッシャーにいつまで耐えなければならないかわからないのは苦しくてたまらない。



問題

子どもに関する全ての責任を背負いすぎている



考慮すべきこと

- ・ 乳児は意思疎通ができない
- ・ 乳児の要求を把握するには状況判断能力が求められる
- ・ 乳児の生命は世話をする人間にかかっている
- ・ 人間の生命を預かることには重大な責任が求められる
- ・ 1つのタスクに縛られると視野が狭くなる



解決の糸口

保育の経験に長けている人に子どもを預けることで、精神的・物理的な負担を軽減させる



具体的な行動

まず、子どもと健全に接していただける時間や気力の限界を把握します。そして、それ以上の負担がかかるときは、保育士や自分の両親など保育のプロを頼りましょう。そうすることで、「自分が子どもに全力になるべき時間」が明確になります。



その結果

子どもに対する責任を分散させることで、プレッシャーから解放される安心感が得られます。

それによって、余裕をもって子どもと健全に接することができるようになります。

「猫じゃらし型誘導術」



状況

子どもが1歳半を過ぎたころから、自己主張が強くなってきた。食べることや遊ぶことなど、自分のやりたいことなら集中できるようになり、我が子は何をするのが好きなのか、徐々にわかるようになってきた。

やりたいことがあるならできるだけ好きなことをさせてあげたいが、時間には限りがあるし、子どもの健康を考えたら制限しなければならないこともある。かと言って、夢中になっているものを無理やり中断させて親のやりたいことを押し付けても、子どもの機嫌が悪くなり、かえって手間が増えることになる。



問題

子どもの意志を尊重しながらコントロールするのが難しい



考慮すべきこと

- ・1歳半頃から自我が強くなる
- ・子どものやりたいことなら、できるだけやらせてあげたい
- ・子どもの要求を受け入れすぎると「わがまま」になりかねない
- ・乳幼児は、時間や体力に限界があることがわからない
- ・乳幼児は、親が想定している段取りを理解できない



解決の糸口

子どもの「楽しい」という感情を途切れさせないように誘導する



具体的な行動

子どもは、「楽しそう」と思うものに対しては進んで行動します。おやつにきりがないうちや、お風呂に入ってほしいのに遊びをやめないときは、別の（たとえば、お風呂でしかできないような）楽しいことを提案するといいかもかもしれません。



その結果

子どもの興味を引きながら、次にどんな「楽しそう」なことが待っているのかを期待させつつ誘導することで、誰も不機嫌になることなく次の段取りに進めるようになります。

ワーキングマザーに見られる Pattern

子どもの年齢：いつでも

「働くのも子育てのうち」



状況

毎日、小さな子どもと2人きりで過ごすのは自分に合っていないと感じる。自分には家のこと以外でも能力を発揮できる場があるので、外へ出て仕事をしたい。

3歳児神話を信じている夫や親族からは、子どものために家に居るべきだと思われているが、子どもにとっても自分にとっても、2人きりで家に居ることが最大の幸せだとは思えない。自分自身は、働きに出たときのほうがかえって育児もうまくとりくめていると感じるが、それが周りには伝わっていない。



問題

子どもから離れて働きに出る時間が欲しいが、理解が得られない



考慮すべきこと

- ・子どもとの最適な接し方は人それぞれである
- ・3歳児神話＝3歳まで子どもは親と一緒にいるべきだ、という考え方は根強い
- ・親と常に一緒にいることが子どもにとっての最大の幸せであるとは限らない



解決の糸口

母親が働きに出ることによって親と子どもそれぞれにメリットがあることを周りに理解してもらう



具体的な行動

まずは、自分が子どもとストレスなく過ごせる状況・条件をよく考えてみましょう。

「母親は家に居るべき」という考え方は根強いですが、それが正しいとは限りません。子どもと2人きりで居ることが辛い人にとって、働きに出ることは、そのあいだ子どもに関するプレッシャーから解放され、自分の別の能力を活かすことができる貴重な機会となります。

また、子どもにとっても、保育園に預けられることで社交性や協調性を身につけたり、家ではできない遊びができたりする機会が得られます。



その結果

このように、親が働きに出ることが、結果としてその家庭の「育児」にメリットをもたらすことがあります。これを当事者がよく理解し、周りに伝えていくことで、自分たちにとっての最適な環境を作ることができます。