

~~~~~  
**研 究**  
 ~~~~~

母親の認識の変化をもとにした地域における 育児教室のあり方の検討

近 藤 明 代

〔論文要旨〕

育児不安を抱えながら生後6か月未満の乳児を育てている母親の認識の特徴を捉え、その実態にあった育児教室を企画する時に必要な条件を明らかにした。その結果、母親は試行錯誤を繰り返しながら子どもの理解を深める過程にある女性で、子育てを通して成長する存在であると捉えることができた。つまりこの時期に実施する育児教室では、育児不安があることは当然と考え、母親が自分の成長を自覚し、自信をもつことを目標として、「母親自身が心身の変化を理解できる」、「共感でき承認を得たと思える」、「比較ができ違いを納得できる」、「悩みを成長のプロセスの中で考えられる」、「子どもと離れる時間の設定により子どもを客観的に捉える」という内容が求められる。

Key words : 育児教室, 育児不安, 認識の変化, 母親の成長

I. はじめに

多くの市町村は子育て支援の一貫として育児教室を行っており、そこでは講義だけでなくグループでの情報交換を行う等、子育ての知識や技術を伝えるためのさまざまな工夫がされている。しかし、その内容は保健師が必要であると判断したものであり、母親は一方的な支援の受け手として捉えられている。そのような育児教室は母親の実態にあっていのだろうかという疑問があった。

そこで、本研究では育児不安を訴えることが多い生後6か月未満の乳児を育てている母親の実態を明らかにし、その時期の母親を対象とした育児教室（以下、教室とする）を母親の実態にあった内容で企画・実施するために必要な条件について明らかにしたいと考えた。

II. 研究方法

1. 対 象

A市に住む生後6か月未満の第1子を育てており、現在グループ活動に参加していない母親で、子育てに関する不安や悩みを訴え、保健師が支援を必要と判断した者とした。

2. データ収集方法と分析方法

1) 個別のインタビュー

研究協力の同意が得られた母親に家庭訪問を行い、インタビューを行った。内容は承諾を得たうえでテープレコーダーに録音した。インタビュー項目を、①子育ての生活に対する思い、②夫や家族に対する思いとし、それらを母親が体験した出来事と共に振り返りながら自由に語ってもらった。その後逐語録を作成し一文毎に意味を解釈しながらコード化し、母親の認識の変化(以下、認識の変化とする)が見られた内

A Study of What Child-rearing Classroom Should be on the Basis of Transition of Mother's Cognizance [1737]

Akiyo KONDO

受付 05. 7. 4

日本赤十字北海道看護大学看護学部（研究職/保健師）

採用 06. 2. 26

別刷請求先：近藤明代 日本赤十字北海道看護大学看護学部 〒090-0011 北海道北見市曙町664-1

Tel/Fax : 0157-66-3357

容の項目立てを行い、時系列で整理した。次に認識の変化の特徴という点から、同じ概念のものと判断したものを集めカテゴリー化し分析した。

2) グループインタビュー

個別インタビューの結果から、認識の変化が見られた内容を項目毎にまとめ、研究者が認識の変化の特徴と解釈したことを報告した。そして、メンバーから確認を得た後、改めて子育てに対する思いを語ってもらった。内容はメンバーの承諾を得てテープレコーダー、ビデオテープに記録した。メンバーが共感し、相互作用が見られた場面で語られた内容を母親の認識に影響を与える情報と捉え分析した。

両インタビューの分析は、信頼性と妥当性を

高めるため、地域看護・母性看護領域の大学院教員からスーパーバイズを受けながら行った。

3. 倫理的配慮

本研究については、事前に兵庫県立看護大学研究倫理委員会の承認を得た。その後、保健師から研究協力を同意した母親を紹介してもらう。母親には研究者が改めて研究の趣旨と協力内容、協力の自由、個人情報守秘、匿名性等を説明し、書面にて同意を得た。

Ⅲ. 研究結果

1. 対象者の概要

同意が得られた母親は8名でその概要は表のとおりである。

表 対象者の概要

事例	1	2	3	4
母親の年齢	30代	30代	20代	20代
子どもの月齢・性別	5か月女児	2か月男児	1か月女児	2か月女児
妊娠・出産の経過	正期産・順調	正期産・順調	正期産・順調	正期産・順調
子どもの発育発達	順調	順調	湿疹	湿疹
母親の健康状態	疲労感強い	腰痛・情緒不安定	疲労感強い	肩・腰・膝の痛み、疲労感、情緒不安定
夫の仕事	30代会社員	40代会社員	30代公務員	20代会社員
夫に対する認識	時々手伝う、話を聞いてくれる	妻の大変さは理解していない	子ども・妻の話に関心	妻の希望どおり動かない
親との同・別居	別居	同居	別居	別居
母親の就業	妊娠を機に退職	妊娠を機に退職	妊娠を機に退職	妊娠を機に退職
事例	5	6	7	8
母親の年齢	20代	30代	20代	20代
子どもの月齢・性別	4か月女児	4か月女児	3か月女児	4か月女児
妊娠・出産の経過	正期産・順調	正期産・順調	正期産・順調	早産
子どもの発育発達	順調	順調	順調	順調
母親の健康状態	情緒不安定	疲労感強い	腱鞘炎・情緒不安定	睡眠不足
夫の仕事	20代自営業	20代会社員	20代会社員	20代公務員
夫に対する認識	不在のことが多い、最近、話していない	最近、話していない	夫には満足	子育てについて十分話していない
親との同・別居	別居	別居	別居	別居
母親の就業	結婚を機に退職	出産を機に退職	結婚を機に退職	現在育児休業中

2. 母親の認識の変化

認識の変化は、『子どもの泣き』、『子育てに関する不安』、『自分の生活』、『母親の心身』、『夫との関係』、『他の母親との関係』の6項目において見られた。

3. 母親の認識の変化の特徴

認識の変化を分析した結果、次のような特徴を抽出することができた。母親の言葉は「」, カテゴリーを〈〉で示した。

1) 〈泣く理由が分かる〉に表現される母親の成長

最初「何でこんなにぐずるんだろう。」「どうして良いか分からない。」「泣かれると何も手につかない。苛つくこともある。」等、子どもを母親の生活ペースを脅かす存在として捉え、〈泣く理由が分からない〉, 〈子どもの扱いが分からない〉, 〈子どもなんていない〉と拒否的な気持ちを抱く。

しかし「泣き止まなかったらおむつかな。」と、その状況をくどささに判断し、〈挑戦・試行錯誤〉し、泣き止むと「子どもがニコッと笑ったからこれで良いんだ。」「抱いてくれていう要求だったんだ。」と、その状況から子どもの反応に意味づけし、自分の対応の適否を判断し〈泣く理由が分かる〉と認識する。また「私がリラックスしていると子どもの機嫌が良い。」「子どもが私を目で追ったり、笑ったり。」等、子どもと自分との関係から子どもの反応を判断し、〈子どもとやりとりができた〉, 〈子どもの扱いに慣れてきた〉, 〈泣かれることに慣れてきた〉と認識する。そして「赤ちゃんに怒っても仕方がない。」等、〈子どもは思い通りにならなくて当然〉, 〈私の子どもとして意識〉と認識は変化する。

つまり、子どもの泣く理由が分かるまでの過程と子どもを受容する過程は一致しており、子どもの泣きに対する母親の認識の変化から母親の成長を捉えることができる。

2) 情報を一応は聞くが、最終判断は自分であると捉えている母親

「一応聞くけど、そうしない時もある。」「とりあえずは話を聞いて。」と助言を鵜呑みにせず、〈一応は聞き入れる〉。その一方で「結局振り回された。」「結構惑わされる。」等、〈情報・

意見で混乱〉もする。最初は「何かあった時に、お母さんだからちゃんと見ていてくれないって言われる。」と、助言を母親を責める言葉と捉えたが、その後「私がかちゃんとみてあげなくちゃ。」「最終的には自分の判断なんでしょうね。」と、母親としての覚悟を〈母親の責任〉として表現する。

3) 挑戦、試行錯誤し、成長する母親

「まず抱いてみた。」「やってみなきゃ分からない。」と子どもの反応を観察しながら〈挑戦・試行錯誤〉し、適切な対応を発見する。また、不安を抱きながら子どもと外出し「外出して度胸がついた。」等、〈挑戦し自信をつける〉体験をしながら行動範囲を拡大する。

4) 生活の工夫をする母親

「家事も子育てもすべて満足にできなくて苛々する。」「自分の支度もできないし、顔も洗ったんだかお昼も食べたんだか分からない。」等、〈思うように行動できず苛々〉, 〈自分の時間が欲しい〉, 〈子ども優先で自分のことは後回しの生活に不満〉と感じている。

「今だけだから。」「髪がグチャグチャでも、化粧をしなくてもどうでも良いの。」「仕方がないでしょうって感じ。」等、〈今だけの辛抱〉, 〈こだわりを諦める〉と我慢し、〈家族の協力を求める〉, 〈夫にさせる〉。また〈挑戦して自信をつける〉等、積極的な姿勢も持ちながら〈今の生活を受け入れようと努力〉。

5) 比較することを通し成長する母親

〈他人の子どもと比較〉で「同じだと安心。」と語る。その一方で「できなかったらうちの子は遅れているのだろうか。」と〈違うことを心配〉するが、さらにさまざまなたちとの比較を重ね「外に出てみると個性って思う。」「そういう風にいろいろな人がいるって考えると安心する。」と〈違いがあって当然〉と子どもの個性を認識する。また、「1か月の時と比べたら子どもが変わってきた。」と〈以前の子どもとの比較〉をし、〈この子なりの成長〉と現在を成長の一時点と捉える。

他の母親と比較し〈大変なのは自分だけじゃない〉と感じ、また〈過去の自分と比較〉して〈母親自身の成長を発見〉する。

しかし、一方で〈自分の時間が欲しい〉, 諦

められない自分を〈母親失格〉とする気持ちを常に持ち続けていることも事実である。

6) 承認されることで自信がつく母親

〈大変さを理解してもらえない〉, 〈母親として責められる〉, 〈我慢して当然と見られる〉等の不満と, 〈ひとりで全部しなくてはいけない〉という負担があるが, 〈最終的には母親の判断〉と言いつ聞かせる。「大変だねって言ってもらい, 分かってもらって落ち着いた。」と〈話を聴いてもらい落ち着く〉, 〈大変さを理解してもらい落ち着く〉, 〈今のままでよいといわれて安心〉と, 承認されることが母親の自信に繋がっている。

7) 夫との関係のとらえ方が変化

「言わなくても家事とか手伝って欲しい。」等〈夫と協力して子育てをする〉と認識するが, 実際は「言われないと分からない。」「やってくれないので苛々する。」「喧嘩になる。」と〈何もしない, 気づかない夫に苛立ち〉。その結果「察して欲しいというのは無理な注文。」と〈夫への期待を諦める〉。そして「(夫は) 他人は他人という考え方。」「頼りになるのは自分だけ。」等, 〈考え方の違う夫〉, 〈頼りは自分だけ〉と, 夫との距離感を感じ始める。その一方で「うんうんって聴いてくれ, 分かってもらい嬉しかった。」「今のままで良い。」と言われ〈夫に満足〉, 〈話を聴いてもらい落ち着く〉とも認識する。

つまり, 夫に期待することを諦め, 妻の行動や決定を承認してくれる精神的な支えとして夫を位置づけ直す。

8) 分かり合えるが遠慮がある他の母親

「同じ境遇にあるので親近感を感じる。」等, 〈入院中の母親とは分かり合えた〉, 〈他の母親も同じで安心〉と認識し, 退院後も〈他の母親と話をしたい〉と希望する。しかし, 実際は1~2回, 電話で話をしたのみで「お互いに遠慮をして電話はしない。」等, 〈電話や連絡は迷惑〉と捉える。また, 会っても「違うことを言うとなんか気分が悪いだろうと思う。」「話をしても私は違うと言えない。」等, 〈お互いに遠慮〉する。

9) 母親が認識する育児不安の意味

母親が認識している育児不安には, 子どもの状態や対応が判断できないことへの不安と, 子

ども中心の生活による母親の生活の制約感や苛立ち, 不満や不安が含まれている。

〈今だけの辛抱〉, 〈自分のこだわりを諦める〉, 〈子どもは思い通りにならなくて当然〉と自分に言い聞かせ, 現在の生活を受容しようと努力する。しかし, 生活に対する制約感が消えることはなく, 〈不安は絶え間ない〉, 〈時間が解決〉と認識する。

4. グループインタビューの結果

分析の結果, 母親が関心を示し, メンバー間に共感が見られた結果は次の5点である。

1) 自分の努力や大変さを認めて欲しい

助言に対し「言われたくない。」「言う人の気持ちも分かるけど, ここまで苦労してきた私の気持ちは考えてはくれないので, ムツとした。」「その時に夫がフォローしてくれればね。」と語る。このように自分の大変さや努力を, せめて夫には分かって欲しいと願いつつも, 結局は自分が頑張るしかないと認識する。

2) 不安なことは次々と絶え間ない

「自分と違うと混乱しちゃう。」「違っていると心配。」と不安を持つ。しかし「いちいち気にしていたらきりががないし, 次から次へと不安になることは出てくる。」の「次から次へと」に大きく反応する。

他人の子どもと比較し「(子育てって) こんなものなのかなあ。」「皆が乗り超えることなんだって思う。」と学ぶ一方で「他の子と比べないようにしよう。」と言いつ聞かせる。

不安は漠然としており, 常に存在している。しかし, 皆が経験するものと考えると, 何とかかなるという認識を持つことができる。

3) スッキリより一瞬一瞬でほっとする感覚

「スッキリしたことはなく, ほっとする感じ。」「あっという間に1日が終わり, 考える余裕はない。」「その時その時だから。」と振り返る。その場面毎に, ほっとする感覚を持ちつつ, 何とか乗り越え, 現在に至っている。

4) 子ども中心の生活で母親との交流は困難

「電話は寝ていない時間と思う。」「そう思うと子どもがいる人には電話できない。」と語るように, 電話やチャイムによって子どもの生活のペースが乱れると捉えている。他の母親も

同じだと思うと自然に連絡が遠のく実態がある。

5) 母親自身の成長を実感

「生活の中でいろいろ試してみて、ミルクかなと分かってきた。」等、各自が工夫を語り始める。以前と比較し「子どもは泣くものだからと思えるようになってきた。」と認識の変化を語る。その変化の要因は「自信」と語る母親に参加者は大きく共感していた。

Ⅳ. 考 察

1. 母親の認識の変化の特徴

生後6か月未満の乳児を育てる母親の認識の変化を図のように示すことができる。母親は子育てに不安や戸惑いを感じ、自分の生活に制約感を抱くが、実際には子どもがすべてにおいて優先されている。そして子どもに対する認識は「分からない」から「慣れた」、「分かった」と変化する。その変化は「泣く理由が分かる」という言葉に代表されていた。

Rubin¹⁾は、認識に先立つ子どもの観察や確認の作業と授乳後の子どもが静かになった時の観察による発見が、認知と予測が安定するまで

繰り返されると述べる。またNewson²⁾は、母親が状況的文脈と子どもに向けられた直前の信号に照らし合わせて子どもの反応を解釈し、子どもをコミュニケーションの対象として捉え始めることで、選択的に対応すると述べる。「あやしたら笑ってくれて嬉しくなった。」等、期待どおりの反応が自分に向けられたと判断した時に、母親はコミュニケーションが成立したと認識し、“私の子ども”という特別な存在として子どもを認める。そして期待する反応が返らない時には、〈子どもは思い通りにならなくて当然〉と、子どもを“ひとりの独立した存在”として認識する。このような認識の変化が、〈泣く理由が分かる〉に表現される。

一方で〈思うように行動できず苛々〉、〈子ども優先で自分のことは後回しの生活に不満〉と子育てに戸惑いや制約感を感じている。しかし〈今だけの辛抱〉、〈今の生活を受け入れようと努力〉、〈挑戦・試行錯誤〉の中で楽しさを発見し自信をつける。また、子どもと離れる時間が子どもを客観的に捉えるきっかけになっている。

これらの認識の変化を促すものに他者との比

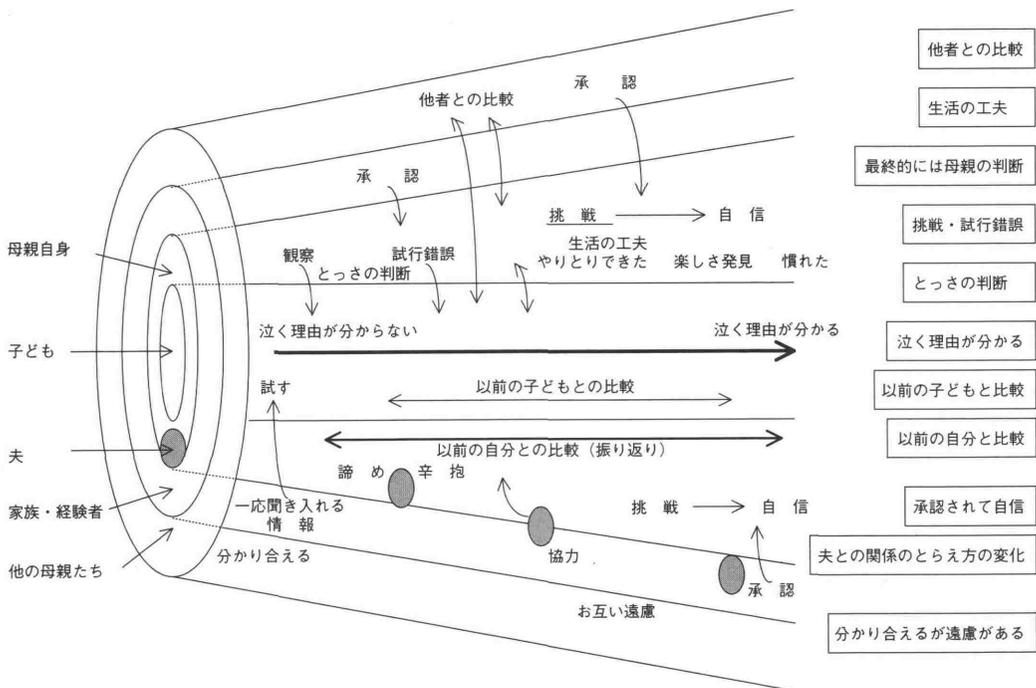


図 母親の認識の変化

較と過去の自分との比較があり、後者の比較は意識的に行われる。その結果、自分の成長を確認し現在の自分を肯定的に捉える。そして周囲の承認がその受容を進めていた。

夫に対しては、期待することを諦め自分の精神的な支えとして位置づける。つまり、自分と価値観が異なるひとりの人として認識する。他の母親も“分かり合える仲間”と認識するが、この時期は相手も慣れない子育てで大変だろうと考え、連絡をとらない。その結果、子どもと2人きりの生活が続いているのが実態であった。

2. 母親が認識する育児不安

育児不安の内容は変化するが常に存在するものであり、試行錯誤の結果〈不安を持つことは子育ての中では当然〉と認識する。しかし、現在の生活に対する制約感や苛立ち、負担感はずっと持ち続けている。

春日³⁾は、子どもを親の“私”生活に無秩序に時間と母親の“私”という感覚を奪う存在と表現し、母親として一生懸命に生きようとするほど「私であること」の感覚が「苛立ち」や「怒り」となると述べる。また柏木⁴⁾も親の発達という視点から見ると、子どもや子育てへの否定的消極的な感情という育児不安は当然であると捉える。

生活の制約感や苛立ち、負担感、子育てを通して成長する女性としては当然の認識であり、「慣れた」でも「心配」、「私は私でいたい」でも「母親失格かな」と、常に女性としての私と母親としての私の間で揺れる。しかし、これを貴重な経験として捉え、成長の糧と認識し始める母親もいる。大日向⁵⁾はこの点について母親になったことで人間的な成長ができたという理性的な判断が、母親役割を肯定的に受容する背景にあると述べる。

「スッキリとは違い、ほっとする感じ」と、気持ちが楽になる体験を積み重ね、試行錯誤を繰り返し「慣れた」と感じる事が自信につながる。そして苛立ちや負担感、自分が大切という思いを持つことは当然であると認識することで不安が軽減されている。

つまり、育児不安の受容や軽減のプロセスは、

ひとりの女性が子育てを通して母親役割を獲得するプロセスであり、子どもや自分自身・生活に対する認識の変化に一致する。育児不安を抱えることは当然であると受容することで、この状況を貴重な体験と認識し、不安を抱く自分自身を肯定的に捉えることができる。

3. 支援者が母親の実態を捉える時の視点

1) ひとりの女性として捉える

母親は子育てを通して成長する女性であると捉えると、子育てをする中で消極的否定的な感情をもつことは当然と解釈することができる。支援者がこのように母親を捉えることで、母親はありのままの自分を承認されたと感じ、現状を受容しやすくなる。

2) プロセスを通して対象を理解する

保健指導では母親が抱える悩みや心配事に対する情報や技術を提供する横断的な関わりが多い。しかし、縦断的な見方をする事で、現在の認識が持つ意味を理解することができる。母親の成長を捉えるためには“プロセスを通して対象を理解する”という視点が求められる。

3) 〈泣く理由が分かる〉の意味を考える

子どもの泣く理由が分かるまでのプロセスは、子どもを特別な存在であるひとりの人として認識し、母親が判断力をつけるプロセスと一致する。つまり、この視点から見ることで母親の成長を捉えることができる。

4) 最終判断は母親の役割と認識している

支援者は「母親なんだから」と母親を責めてしまう傾向があるが、母親自身が最終判断は自分がするものと覚悟していることを念頭において関わる事が求められる。

5) 挑戦、試行錯誤する母親という捉え方

支援者は母親を受動的と捉える傾向がある。しかし母親は常に試行錯誤し、失敗も必要な体験として捉えながら、自信をつけていくという、積極的な姿勢を持っている。

6) 比較をすることで認識が変化

他者と、または過去の自分や子どもと比較をしながら母親は現在の自分を肯定的に捉え、成長を確認する。この点を高田⁶⁾は社会的比較過程理論や継時的比較理論から比較とは自分の意見や能力を評価し自分を包括的に捉える作業で

あると述べる。しかし、従来の支援では比較は優劣をつけるというイメージから「同じ」を強調し、違いには触れなかった。

7) 承認されることで自信を持つ

自分の存在を認められることで自信を持つ。これは周囲の支援者に共通に求められる点である。

8) 夫は価値観が異なる存在である認識

喧嘩を通して、夫を価値観が異なる存在であると認識する。そして最終的には精神的な支援のみを夫に求めている。この点を踏まえて家族の支援をすることが求められる。

9) 他の母親との交流は困難

他の母親とは積極的に連絡はとっていない。しかし、自分と比較ができ、共感や承認を得られる相手を求めている。支援者には、その実態を意識することが求められる。

4. 教室の企画に向けての留意点

1) 母親になる過程の女性が対象

“母親としての私”と“ひとりの女性としての私”とのバランスをとりながら子どもの理解を深め、判断する力をつけ成長する存在として母親を捉えることが求められる。

2) 育児不安はあって当然という認識が基本

支援者が、初めての子育てに不安を抱くことは当然であると認識することで、母親は現在の自分を承認してもらえたと感じ、自分自身を受容することが容易になる。

3) “育児不安の解消”から“育児不安の受容・母親の成長”へ

母親は常に何らかの育児不安を感じている。その不安や葛藤を感じている自分自身を認めることが、現在の生活を受容し、そしてその後の積極的な生活を送るきっかけとなる。

4) 母親が成長を確認できる教室の内容

(1) 自分の心身の変化を理解できる内容

ありのままの自分を受け入れるためには、母親が自分の心身の変化を理解することが必要である。しかし、母親は不安や疲労から自己否定する傾向があり、周囲もそのような母親に目を向けていない。子どもだけでなく意識的に母親自身に目を向けるための内容が求められる。

(2) 共感でき、承認を得られたと思う内容

母親は共感・承認されたという体験により安心し自信をつける。情報交換のみでなく、不安や苦労を理解し、成長について仲間と語り合い、共感できる内容が求められる。

(3) 比較ができ、違いを納得できる内容

「同じ」ばかりを求め、違いを認めない傾向があり「言っても分かってももらえない」と本音を言わず、他者の意見を聞かない状況を母親も語っている。大日向⁷⁾はこの点を母親のストレス増幅の要因でもあると述べている。お互いの違いを意識して、成長や個性を認識できる教室の展開が求められる。

(4) 悩みを成長のプロセスの中で考える

何故そのような認識に至ったのかをそのプロセスを振り返ることで確認し、現在の悩みを成長というプロセスの中で捉える。

(5) 子どもと離れる時間を設定する

子どもと離れることで、気分転換ができ、子どもを客観的に捉える。この点についてRubin¹⁾も意図的な分離により、自分の子どもを新たな視点から認識すると述べている。母親と子どもをセットで考えるのではなく、意図的に離れる時間を設定する方法も必要である。

5. 研究の意義と限界

認識の変化の特徴から母親の成長を確認することができ、子育て支援に携わる者が持つべき視点や教室の企画・実施に必要な条件を示唆できたと考える。しかし、これは生後6か月未満の乳児に限定された結果である。各市町村ではさまざまな時期に乳幼児の教室が実施されていることから考えると、対象者を広げていくことも今後の課題である。

V. まとめ

生後6か月未満の乳児を育てている母親は子育ての不安や生活への制約感・苛立ち・負担感を持ちながら、子どもとの関係を築く努力をし、試行錯誤しながら積極的に生活の再構築を行っている。母親が成長し自信を持つためには、夫や周囲の人々が母親の努力を承認することや、他の母親との共感、他者や過去の自分との比較等の体験が必要であった。

この実態にあった教室を実施するには、対象は“母親になる過程の成長する女性”と捉えることが基本となる。そして育児不安はあって当然という考え方を基にして、『母親自身が心身の変化を理解できる』、『共感でき承認を得たと思える』、『比較ができ違いを納得できる』、『悩みを成長のプロセスの中で考えられる』、『子どもと離れる時間の設定により子どもを客観的に捉える』の内容が教室において展開されることが求められる。

謝 辞

本研究に協力してくださいましたお母様方とA市の保健師の皆様に感謝いたします。本研究は兵庫県立看護大学大学院看護研究科修士論文の一部を修正し、第21回日本看護科学学会学術集会において発表した。

文 献

- 1) Ruva, Rubin. ルヴァ・ルービン母性論 母性の主観的体験 (新道幸恵, 後藤桂子訳). 初版. 東京: 医学書院, 1997.
- 2) J. Newson. 母と子のあいだー初期コミュニケーションの発達 (鯨岡 峻訳). 初版. 京都: ミネルヴァ書房, 1989.
- 3) 春日キスヨ. 「やさしさ世代」にとっての「母」であること「嫁」であること. 現代のエスプリ 1996; 342: 144-151
- 4) 柏木恵子. 親子関係の研究, 柏木恵子, 高橋恵子編, 発達心理学とフェミニズム. 初版. 京都: ミネルヴァ書房, 1995: 18-52.
- 5) 大日向雅美. 子育ての中の母親の心理, 繁多 進, 大日向雅美編, 母性・こころ・からだ・社会. 初版. 東京: 新曜社, 1988: 99-116.
- 6) 高田利武. セレクション社会心理学 3 他者と比べる自分. 初版. 東京: サイエンス社, 1992.
- 7) 大日向雅美. 子育てと出会う時. 初版. 東京: 日本放送出版協会, 1999.