

研 究

母親の主観的幸福感とソーシャル・サポートの関係

—最も関わる人物からのサポート—

加 藤 孝 士

〔論文要旨〕

本研究では、充実した子育てや生活の営みへの示唆を述べることを目的に、母親の最も関わる人物からのサポートと主観的幸福感 (Subjective Well-Being) の関係を検討した。調査対象者は、保育所、幼稚園に子どもを預ける母親276名であった。

結果、母親の主観的幸福感には、頻繁に関わる人からのサポート、特に、情緒的なサポート (母親の悩みを聞くなどの、母親の充実感に直接つながるサポート) が影響していることが示された。さらに、第2子以降を養育中の母親に関しては、その傾向がより強まることも示唆された。

Key words : 子育て, 主観的幸福感, サポート, 最も関わる人物

I. はじめに

日本における育児不安の研究は増加傾向にあり¹⁾、育児が困難な状況に直面していることがうかがえる。育児不安に関する研究では、母親を対象に周囲の人物からのサポートや、ストレス、自身のコーピング²⁾、認知³⁾などが育児不安に影響を与えていることが示されている。この種の研究は、子どもの発達に影響を与える母親への支援、または母親が快適な生活を営むことを目的にネガティブな心理状態に陥ることを防止する要因の検討を行っている。

しかしながら、ネガティブな心理状態に陥らなければ充実した育児や生活が営めるとはいえない。すなわち、不安でもないが幸せでもないといった空虚な心理状態も想定できるのである。このことは、世界保健機関 (World Health Organization: WHO) の憲章の前文に「健康とは単に疾病や障害のない状態ではなく、身

体的、精神的、社会的に調和の取れた状態である」と謳われていることからもうかがえる。すなわち、ネガティブな側面に目を向けるだけでなく、ポジティブな側面にも目を向ける必要があるのだ。このような観点から、ポジティブな心理状態にも注目した研究も徐々に増えてきてはいるが、わが国における研究の不足は未だに指摘されている⁴⁾。したがって、本研究では母親のポジティブな心理的側面に焦点を当て、充実した育児や生活の営みへの示唆を述べることを目的とする。

また本稿では、ポジティブな心理的側面に影響を与える要因としてソーシャル・サポートに注目する。母親を対象にした育児不安研究を見ると、夫婦関係が調和的であれば、ストレスは低減するといった研究⁵⁾が存在するように配偶者との関係は重要な要因となるであろう。他にも実母によるサポートがストレスを緩和させることも指摘されており⁶⁾、実母も重要な要因と

The Subjective Well-Being of Caregivers and Social Support

(1945)

— The Support from the Person Whom a Caregiver is Concerned with most —

受付 07. 6.28

Takashi KATO

採用 07.11.18

鳴門教育大学大学院学校教育研究科 (研究生)

別刷請求先: 加藤孝士 鳴門教育大学大学院学校教育研究科 〒772-0051 徳島県鳴門市鳴門町高島字中島748番地

Tel/Fax : 088-687-6295

いえる。しかし、さまざまな家族形態が存在する現代社会において、サポートを提供する人物やサポート体制が同一とは限らないため、さまざまな人物からの支援や関わりを想定した研究も必要となる。そこで、本研究では、あえてサポート提供者を限定せず、母親自身に「現在、関わっている人物」を尋ね、最初に挙げられた人物からのサポートとポジティブな感情との関係を検討する（本調査ではサポート提供者として挙げてもらったすべての人物からのサポートの評定を行っているが、紙面の都合上ここでは報告しない）。

そして、本稿ではポジティブな心理的側面の一つである主観的幸福感（Subjective Well-Being：以下、幸福感）に注目し研究を行う。幸福感とは、QOL（Quality of Life）研究の発展の中で生まれてきたもので、QOLの主観的あるいは、心理的側面といえる⁷⁾。具体的には、感情、家族・仕事など特定の領域に対する満足や人生全般に対する満足を含む広範な概念とされている⁸⁾。さらに幸福感はある程度時間的安定性と、状況に対する一貫性を持つとされていることから⁸⁾、育児といった長期間にわたる行動に影響を与える可能性が高いため研究対象とした。

Ⅱ. 方 法

1. 調査対象者

保育所および幼稚園に子どもを預けている主養育者360名に質問紙を配布し、304名から回答を得た（回収率：84.4%）。欠損値を除いたデータは282名であった。

2. 調査方法

徳島県内の保育所および幼稚園、合計4園に調査協力を依頼し、園ごとに学級担任、または園長によって質問紙の配布・回収を行った。質問紙には、回答は統計的に処理されること、調査は強制ではないことを明記した。調査時期は10月下旬～11月初旬であった。

3. 調査内容

1) フェイスシート

主養育者の性別、年齢、子どもの人数を尋ね

た。なお、幼稚園・保育所に通園している子どもについては所属クラス（3歳児クラス、4歳児クラス、5歳児クラスなど）の記入を求めた。

2) 主観的幸福感測定尺度

本研究では伊藤、相良、池田ら⁹⁾によって作成された（Subjective Well-Being Inventory：SWB尺度）を使用した。尺度構成は、“人生に対する気持ち（あなたの人生はおもしろいと思いますか、など）”、“自信（今の調子でやっていけば、これから起こることにも対応できる自信がありますか、など）”、“達成感（期待通りの生活水準や社会的地位を手に入れたと思いますか、など）”、“人生に対する失望（自分の人生は退屈だとか面白くないと感じていますか、など）”、の4因子、各3項目の合計12項目で構成されており、4件法によって評定がなされた。また、養育者3名に協力を依頼し、質問項目に難しい表現、もしくは、答えにくい項目がないかを確認してもらったところ、答えにくいとの指摘を受けた“人生に対する失望”を除いた9項目で評定を求めた。得点が高いほど幸福感が高いことを意味している。

3) 最も関わる人物からのサポート

本研究では加藤⁹⁾で使用された尺度を用いた。まず、養育者に関わりのある人物を順に挙げてもらった。その後、質問項目を提示し、挙げた人物がどの程度自分を支援してくれるかを5件法（1：全く当てはまらない～5：非常に当てはまる）で評定してもらった。ここでは最初に挙げられた人物についての分析のみを報告する。具体的な項目は、“道具的サポート（自分が忙しい時や、具合が悪い時など、子どもの世話をしてくれる）”、“情動的サポート（子どもの健康面の発育など、子育てで知っておいた方がいい情報を伝えてくれる）”、“情緒的サポート（子育てなどで悩んでいる時、悩みを聞いてくれる）”、“評価的サポート（あなたの育児に対する考えを認めてくれる）”、“コンパニオンシップ（電話でのおしゃべりなどの、子育て以外の話で気分をリラックスさせてくれる）”の5つの質問項目を使用した。道具的サポート、情動的サポートは問題を解決することを意図したサポートであり、情緒的サポート、コンパニオンシップ、評価的サポートは個人の情緒の安

定を促進させるためのサポートといえる。

Ⅲ. 結 果

統計処理には、統計パッケージ SPSS for Windows 11.0を使用した。

1. 調査対象者の特性

本研究では女性276名、男性6名から回答を得た。男性に関しても幸福感を検討する必要があるが、人数が少ないことから本研究では女性のみを分析対象とした。養育者の年齢は、21歳から25歳が6名(2.2%)、26歳から30歳が65名(23.6%)、31歳から35歳が122名(44.2%)、36歳から40歳が68名(24.6%)、41歳以上が15名(5.4%)であった。また、調査対象者の子どもの出生順・年齢は表1に示した(同じ保育所、幼稚園に登校している子どもが2人以上いる場合は下の子どもを基準に分類を行った)。

2. 子どもの年齢と出生順による幸福感の違い

次に子どもの年齢と出生順といった個人要因と幸福感得点の関係を検討するため、幸福感得点を従属変数とし、子どもの年齢と出生順を独立変数とする3(年齢)×2(出生順)の分散分析を行った(得点の様式は図1に示した)。結

表1 出生順とクラス

	出生順	
	長子	第2子以降
3歳以下	38	26
4歳	48	52
5歳	54	58

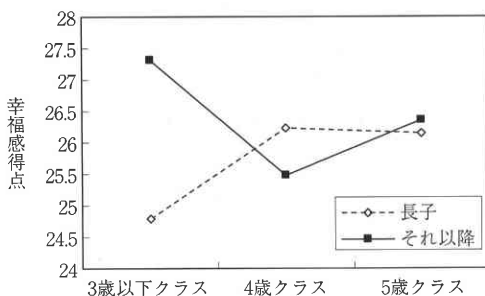


図1 子どもの出生順と年齢ごとの母親の幸福感得点

果、年齢、および出生順の主効果は見られなかった。しかしながら、年齢、出生順の有意な交互作用が見られた($F(2,270)=3.16, p<.05$)。年齢と出生順の交互作用が有意であったので、Bonferroniの単純主効果の検定を行った。結果、3歳以下の子どもを養育中の母親において、出生順の有意な単純主効果が見られた($F(1,270)=6.00, p<.05$)。具体的には、3歳以下の子どもを養育中の母親において、長子を養育中の母親は、第2子以降を養育中の母親に比べ、幸福感が低いことが示された。

3. 最も関わる人物からのサポートと幸福感

最も関わる人物として選択された対象は、配偶者192名(68.1%)、実母62名(22.0%)、実父5名(1.8%)、義母4名(1.4%)、実姉妹6名(2.1%)、義姉妹1名(0.4%)、祖母1名(0.4%)、友だち11名(3.9%)であった。

まず、幸福感の高低群を分類するために、幸福感得点の平均点を基に、26点以上の幸福感高群130名と25点以下の幸福感低群146名に分類した。次に重要な人物からのサポートと幸福感の関係を検討するため各サポート得点を従属変数とし、幸福感の高低と出生順を独立変数とする2(幸福感の高低)×2(出生順)の分散分析を行った。また、幸福感得点が子どもの年齢によって異なることが示されたことから、子どもの年齢ごとに分析を行った(得点の分布は表2に示した)。

3歳以下の子どもを養育中の母親における分析の結果、道具的サポートにおいて出生順の有意な主効果が見られた($F(1,60)=7.23, p<.01$)。すなわち、長子を養育中の母親は第2子以降の子どもを養育中の母親に比べ、最も関わる人物からの道具的サポートを強く受けていることが示された。また、情緒的サポート($F(1,60)=4.66, p<.05$)、コンパニオンシップ($F(1,60)=11.54, p<.001$)、および評価的サポート($F(1,60)=10.09, p<.01$)において幸福感の有意な主効果が見られた。したがって、幸福感が高い母親は、低い母親に比べ、最も関わる人物からの情緒的サポート、コンパニオンシップ、評価的サポートを強く受けていることが示された。

表2 クラスごとの出生順、幸福感におけるサポート得点の平均 (SD)

クラス	出生順	幸福感高低	道具的	情動的	情緒的	コンパニオン	評価的
3歳以下	長子	低群	4.67(0.76)	4.13(0.95)	4.33(0.87)	3.96(1.12)	3.79(0.93)
		高群	4.87(0.35)	4.07(1.22)	4.40(1.24)	4.33(1.05)	4.40(0.99)
	第2子以降	低群	3.82(1.47)	3.18(1.47)	3.73(1.27)	3.27(1.62)	3.64(1.12)
		高群	4.40(1.06)	4.27(1.10)	4.80(0.41)	4.73(0.46)	4.53(0.64)
4歳	長子	低群	4.07(1.24)	3.41(1.37)	4.26(0.86)	3.89(1.15)	4.00(0.83)
		高群	4.57(0.60)	4.05(1.07)	4.76(0.44)	4.52(0.68)	4.71(0.46)
	第2子以降	低群	4.26(1.15)	3.71(1.30)	4.19(1.05)	3.61(1.23)	3.68(1.05)
		高群	4.52(0.95)	3.83(1.11)	4.61(0.66)	4.39(0.78)	4.48(0.85)
5歳	長子	低群	4.04(1.34)	3.48(1.25)	4.11(0.85)	3.96(1.00)	3.48(1.09)
		高群	4.68(0.61)	4.32(0.86)	4.57(0.57)	4.50(0.69)	4.50(0.51)
	第2子以降	低群	4.33(1.09)	3.30(1.02)	4.27(0.83)	3.57(1.01)	3.83(1.02)
		高群	4.47(0.86)	3.77(1.01)	4.40(0.89)	3.73(1.34)	4.43(0.63)

さらに情動的サポート ($F(1,60)=4.09$, $p<.05$), 情緒的サポート ($F(1,60)=4.27$, $p<.05$) において出生順, 幸福感の交互作用が有意であった。出生順, 幸福感の交互作用が有意であったため Bonferroni の単純主効果の検定を行った。結果, 情動的サポートに関しては, 第2子以降を養育中の母親において, 幸福感の主効果が有意であった ($F(1,60)=5.66$, $p<.05$)。したがって, 第2子以降を養育中の母親の中で, 幸福感の高い母親は, 低い母親に比べ情動的サポートを強く受けていることが示された。また, 幸福感低群の母親において, 出生順の有意な主効果が見られた ($F(1,60)=5.08$, $p<.05$)。よって幸福感の低い養育者において, 長子を養育中の母親は, 第2子以降を養育中の母親に比べ, 情緒的サポートを多く受けていることが示された。さらに, 情緒的サポートに関しては, 第2子以降を養育中の母親において, 幸福感の主効果が有意であった ($F(1,60)=7.67$, $p<.01$)。したがって, 第2子以降を養育中の母親の中で, 幸福感の高い母親は, 低い母親に比べ情緒的サポートを強く受けていることが示された。

次に4歳クラスにおける分析の結果, 情緒的サポート ($F(1,96)=8.75$, $p<.01$), コンパニオンシップ ($F(1,96)=12.19$, $p<.001$), および評価的サポート ($F(1,96)=18.98$, $p<.001$) において幸福感の有意な主効果が見られた。したがって, 幸福感が高い母親は, 低

い母親に比べ, 情緒的サポート, コンパニオンシップ, 評価的サポートを強く受けていることが示された。また, 出生順の主効果, および出生順と幸福感の交互作用は見られなかった。

最後に5歳クラスにおける分析の結果, コンパニオンシップにおいて出生順の有意な主効果が見られた ($F(1,112)=7.82$, $p<.01$)。したがって, 長子を養育中の母親は, 第2子以降を養育中の母親に比べ, コンパニオンシップを強く受けていることが示された。さらに, 道具的サポート ($F(1,112)=4.51$, $p<.05$), 情動的サポート ($F(1,112)=11.79$, $p<.001$), 情緒的サポート ($F(1,112)=4.38$, $p<.05$), コンパニオンシップ ($F(1,112)=3.95$, $p<.05$), 評価的サポート ($F(1,112)=26.35$, $p<.001$) というすべてのサポートにおいて, 幸福感の有意な主効果が見られた。よって, 幸福感の高い母親は, 低い母親に比べあらゆるサポートを強く受けていることが示された。また, 出生順と幸福感の交互作用は見られなかった。

IV. 考 察

1. 子どもの年齢と出生順による幸福感の違い

本研究では, 3歳以下の子どもを養育中の母親において, 第2子以降を養育中の母親は長子を養育中の母親に比べ, 幸福感が高いことが示された。育児を経験することで, 視野が広がり, 生きがいが高くなることが指摘されているなど¹⁰⁾, 育児は母親にさまざまな成長を与えると

考えられている。したがって、3歳以下の長子を養育中の母親は、まだ、成長段階にあり、育児に喜びや充実感を見出すことができにくいことから、幸福感が低くなったのではないだろうか。また近年は、『子育てにお金が掛かる』、『心理的、身体的負担が強い』との理由によって、理想の子ども数に比べ、実際に生む子ども数が減っている現状がある¹¹⁾。逆をいえば、第2子の出産へと向かった母親は、もともと幸福感が高かったと考えることも可能である。しかしながら、少なくとも育児早期の母親は幸福感が低くなる可能性を秘めていることが示されたことから、支援の必要性をより検討していくことが求められるだろう。

2. 幸福感と最も関わる人物のサポートの関係

次に、幸福感とサポートの関係について考察する。まず、3歳以下の子どもを持つ母親において、長子を養育中の母親は、第2子以降を養育中の母親に比べ、頻繁に関わる人物からの道具的サポートを強く受けていることが示された。道具的サポートは、育児を手伝うサポートを指すことから、長子の場合は頻繁に育児に関わるが、第2子以降になると、その傾向が弱まることを意味している。このことは、第2子以降の養育に関しては、養育経験による慣れからサポート活動が低下したと考えられる。また、第2子以降の母親は少なくとも2人以上の子どもを養育中であり、育児に関する支援をより必要にすることから、得られたサポートを低く認知した可能性もある。

また、3歳以下の子どもを養育中の母親においてサポートと幸福感の関係では、情緒的サポート、コンパニオンシップ、評価的サポートといったように、母親の情緒的部分を支えるサポートにおいて幸福感の主効果が見られた。この結果は、4歳児、および5歳児の子どもを養育中の母親でも共通の結果を得ることができた。すなわち、幼児を養育中の母親の高い幸福感は、高い情緒的な支えと関係していることが示唆された。また、育児に関しての支援を指す、道具的サポート、情動的サポートの主効果が見られたのは、5歳児を養育中の母親のみであった。先行研究¹²⁾では母親への道具的サポー

トが、育児ストレスを解消する要因としては役割を果たしていることが示されているが、母親の心理的状态に影響を与えているものは育児だけでなく、多くの要因が関係していることが指摘されている¹²⁾。したがって、育児に関しての直接的支援にあたる道具的サポート、情動的サポートは、母親の心理的状态に影響を与える一要因である育児に関してのみ影響を与えたことから、幸福感にはあまり影響が見られなかったのではないだろうか。一方で、母親の心理的状态に直接的に関わる情緒的サポート、コンパニオンシップ、評価的サポートに関しては、母親の心理的状态との関わりが強いため、幸福感に大きな関係が見られたと考えられる。

さらに、年齢が3歳以下で第2子以降の子どもを養育中の母親において、幸福感の高い母親は、低い母親に比べ情緒的サポート、情動的サポートを多く受けていることが示された。この情緒的サポート、情動的サポートは、母親との会話を必要とするサポートである。長子を養育する場合に比べ、第2子以降を養育する場合は、2人以上の子どもの養育が必要であるため、育児にかかる負担は大きくなるだろう。そのため、育児に費やす時間は増え、自分自身の活動が減少する。したがって、頻繁に関わる人物からのサポートと幸福感の関係がより強いものになったのではないだろうか。

V. 結 語

本報告では、母親の幸福感と頻繁に関わる人物からのサポートの関係を検討し、母親の幸福感には、頻繁に関わる人物からのサポート、特に、情緒的なサポートが重要であることが示された。また、第2子以降を養育中の母親に関しては、その傾向がより強まることも示唆された。しかし、母親の心理的側面には、多くの要因が関係していることが指摘されているなど¹³⁾、他の人物との関わりも重要な要因となるであろう。そのため今後は、頻繁に関わる人物のみのデータではなく、他の人物からのサポートとの関係も検討し、幸せな育児や、幸せな生活への支援の可能性を探っていく必要があるだろう。

なお、本研究は平成17年度に鳴門教育大学に提出

した修士論文のデータの一部を再分析し、加筆・修正を行ったものである。また、著者自身が発達心理学研究⁹⁾で報告したデータの一部も含んでいる。

文 献

- 1) 難波茂美, 田中宏二. 育児ストレスにおけるソーシャル・サポート研究の概観 岡山大学教育学部研究集録. 1997; 104; 177-185.
- 2) 海老原重弥, 秦野悦子. 保育園・幼稚園児を育てる母親の育児負担感—ストレス—, コーピング, ソーシャル・サポートの関係— 小児保健研究. 2004; 4; 660-666.
- 3) 奥石 薫. 母親の自己注目と育児不安について. 小児保健研究. 2002; 61; 475-481.
- 4) 島井哲志, 大竹恵子, 宇津木成介, 池見 陽, Sonja Lyubomirsky. 日本版主観的幸福感尺度 (Subjective Happiness Scale: SHS) の信頼性と妥当性の検討. 日本公衆衛生雑誌 2004; 51; 845-853.
- 5) 数井みゆき, 無藤 隆, 園田菜摘. 子どもの発達と母子関係・夫婦関係: 幼児を持つ家庭について. 発達心理学研究. 1996; 7; 31-40.
- 6) 難波茂美, 田中宏二. サポートと対人葛藤が出産後の女性のストレス反応に及ぼす影響—出産直後と3ヵ月後の追跡調査— 健康心理学研究. 1999; 12; 37-43.
- 7) 石井留美. 主観的幸福感研究の動向. コミュニティ心理学研究. 1997; 1; 94-107.
- 8) 伊藤裕子, 相良順子, 池田政子, 川浦康至. 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討. 心理学研究. 2003; 74; 276-281.
- 9) 加藤孝士. 養育者への重要な他者からのサポートと内的作業モデルの関連 発達心理学研究. 2007; 18; 185-195.
- 10) 柏木恵子, 若松素子. 「親となる」ことによる人格発達: 生涯発達の視点から親を研究する試み. 発達心理学研究. 1994; 5; 72-83.
- 11) 国立社会保障・人口問題研究所. 子ども数についての考え方. 第13回出生動向基本調査. 2005; 6-8.
- 12) 森永今日子, 山内隆久. 出産後の女性におけるソーシャルサポートネットワークの変容 心理学研究. 2003; 74; 412-419.
- 13) 小泉智恵. 仕事と家庭の多重役割が心理的側面に及ぼす影響: 展望. 母子研究. 1997; 18; 42-59.