

研究

乳幼児を養育する母親および父親の育児支援に関する研究

—育児ストレス構造の特徴と対処行動との関連—

宮 本 政 子

〔論文要旨〕

乳幼児を養育する母親と父親の育児支援について検討する目的で、母親と父親を対象に質問紙調査を実施し、育児ストレス構造の特徴や相違およびストレス対処行動やその他の要因との関連を分析した結果、次の事項が明らかとなった。

1. 母親と父親の育児ストレス構造を比較すると、第Ⅲ因子までの因子構造は似ているが、母親は父親に比べ育児による制約感や育児情報の混乱などが育児ストレスに影響していた。
2. 育児ストレスとストレス対処行動の選択では、母親は「情動焦点型」と「自己成長と育児」、父親では「問題焦点型」と「自責の念」など3因子との関連が認められた。
3. 育児ストレスの関連要因として、母親父親ともに夫婦関係と自己の健康認識、父親のみでは年齢との相関関係が認められた。

Key words : 育児ストレス構造, ストレス対処行動, 育児支援, 母親, 父親

I. はじめに

近年の家族形態や生活様式の変化により、成長の過程で自然に学びとられていた親になるための準備や、子どもを護り育てる方法を学び育む機会が乏しい社会となり、育児に自信が持てず不安に苦しむ母親が増えている¹⁾。

このような現状を改善するために、母親が育児中に感じるストレスの内容や構造の解明が進み、母親のサポーターとして父親の役割の重要性が指摘されている²⁾。

しかし、父親の育児を対象とした研究は、父親役割に関する心理学領域の研究は増えているものの、父親特有の育児中のストレスやストレス構造の研究は少ない³⁾。この理由として、わ

が国の父親は諸外国に比べ育児参加をしていないので育児ストレスそのものが少ないと考えられていることや、保健医療従事者が育児中の父親と接する機会が限られており、研究対象とすることが困難であることなどが考えられる。

昨今育児中の母親の不安やストレスは社会問題化しており、父親の育児参加は不可欠な状況である。そして育児は母親と父親が共同で行うものであり、育児における母親と父親のストレスの内容や構造の違いを分析することにより、より具体的な育児支援の方法が明らかとなる可能性がある。

そこで、母親における先行研究から育児中の不安やストレスの要因として明らかになった因子について、父親と母親の双方に質問紙調査を

Child-Raising Support for Parents of Infants Characteristics of their Child-Raising-Associated Stress Structure and Correlations with Coping Behavior

[2023]

受付 08. 2.21

Masako MIYAMOTO

採用 08. 7.30

香川県立保健医療大学保健医療学部看護学科 (助産師/教育・研究職)

別刷請求先: 宮本政子 香川県立保健医療大学保健医療学部看護学科

〒761-0123 香川県高松市牟礼町原281番地の1

Tel : 087-870-1212 Fax : 087-870-1204

実施し、母親と父親の育児ストレス構造の比較検討や、ストレス対処方法の選択との関係等について検討した。

II. 研究方法

1. 対象と調査方法

対象は、研究協力の得られたA市、B町、C町の1歳6か月児健康診査を受診した児の母親（以下母親とする）および父親（以下父親とする）であった。1歳6か月児健康診査受診時に母親（一部父親あるいは祖母）502名に調査票を配布し返信用封筒で2週間以内に回収した。

2. 調査期間

2003年7月～9月。

3. 調査内容と測定用具

調査内容は1) 年齢や育児中の児の出生時の状況、職業、家族構成、健康状態などの基本的属性、2) 育児ストレス、3) ストレス対処行動、4) 夫婦関係や育児経験や価値信条などとした。育児ストレスはParenting Stress Index (PSI) 日本語版の尺度、育児ストレス尺度、育児不安尺度から、先行研究により研究者が一部を抜粋し「親の要因」、「子どもの要因」、「親子の要因」で構成した32の質問項目で、「非常にそう思う4点」から「全くそう思わない1点」の4段階評価とした（逆転項目は配点も逆）⁴⁻⁷⁾。ストレス対処行動については、対処型別に問題焦点型、情動焦点型、回避・逃避焦点型の3つの下位概念で構成され「いつもする3点」から「全くしない0点」の4段階評価のコーピング尺度を用いた⁸⁾。また、夫婦関係については夫婦関係サポート尺度を用いた⁹⁾。測定用具は開発者が研究目的の使用を許可しているものを用いた。その他、価値信条などについて質問項目を作成した。

4. 倫理的配慮

研究者が依頼書を用いて説明し同意が得られた対象者に調査書を配布した。依頼書には研究の趣旨、調査結果を研究目的以外に使用しないこと、個人情報の保護、研究者の連絡先を明記した。質問の回答はすべて無記名とし、配偶者

のいない対象者への配慮についても依頼書に記載した。人権保護や心身への負担は予備調査で確認し、育児期の負担にならないよう配慮した。

5. 分析方法

統計解析は、統計ソフトSPSS 14.0 for Windowsを用いた。育児ストレスは質問項目の回答を得点化し、因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行い、因子毎の命名および因子得点を抽出した。因子得点を従属変数とし、コーピング尺度の回答を3つの対処型別に得点化し重回帰分析を行った。また、因子得点と、夫婦関係サポート尺度の回答を夫婦関係サポート得点とし、因子得点との関係をPearsonの積率相関係数により分析した。因子得点と健康状態との関連をKendallの順位相関係数により分析した。統計処理データの有意水準は $p < 0.05$ とした。

III. 結果

502名の母親あるいは保護者に調査票を配布し、母親164名、父親135名から回答があった。母親164名中135名は父親135名と夫婦関係にあり、回収率は母親32.7%、父親26.9%であった。

1. 調査対象者の基本的属性

対象者の属性を表1に示す。母親の平均年齢は31.3歳で、父親は33.9歳であった。子どもの人数は平均1.6人で、家族形態は核家族が90%以上であった。受診児の平均出生体重は3,002gであった。母親の37.8%、父親の42.2%は健康状態を良好と認識していた。また、母親の64.0%が無職（専業主婦）で、父親は無職が2名であった。

2. 育児ストレスの構造

母親および父親の育児ストレスに関連する32質問項目の回答について因子分析、信頼性分析を行った。その結果、固有値1.0以上、因子負荷量0.4以上を解釈し、母親父親ともに8因子を抽出した。Cronbachの α 係数は、父親0.832、母親0.884で内的整合性が認められた。母親の育児ストレス構造を表2、父親の育児ストレス構造を表3に示す。

表1 調査対象者の基本的属性

(母親 n = 164 父親 n = 135)

属性	カテゴリー	母親 (%)	父親 (%)
平均年齢		31.3±4.4	33.9±5.6
平均家族成員数		3.9±1.11	3.8±1.1
子どもの人数 (平均)		1.6±0.7	1.6±0.7
子どもの出生時体重		3,002±461.3 g	3,002±452.4 g
出生時の異常あり		18 (11.0)	18 (13.3)
出生後の異常あり		42 (25.6)	42 (31.1)
家族形態	核家族	150 (91.5)	124 (91.9)
	複合家族	14 (8.5)	11 (8.1)
健康状態	良好	62 (37.8)	57 (42.2)
	普通	80 (48.8)	72 (53.3)
	よくない	22 (13.4)	6 (4.4)
仕事の有無	有職	59 (36.0)	133 (98.5)
	無職	105 (64.0)	2 (1.5)
仕事の形態	フルタイム	36 (61.0)	133 (100)
	パートタイム	13 (22.0)	
	その他	2 (3.4)	
就業時間		7.1±1.1	10.2±2.5
お産立会い	あり		53 (39.3)
育児経験	あり		17 (12.5)

() 内は%

第Ⅰ因子から第Ⅲ因子まではその内容から母親も父親も同じ因子名を命名した。第Ⅰ因子は育児による責任や制約感に関連する内容で『責任と制約』と命名した。母親は「子どもの要求に私の生活は支配されている」などの5項目が父親と異なった。第Ⅱ因子は「感情的に接してしまう」など『感情の乱れ』と命名した。母親は「情報が多くて混乱する」、「考え事がおっくう」などが父親と異なった。第Ⅲ因子は育児による生きがいや自己成長感など『自己成長と育児』と命名した。母親で「生活の中にゆとりを感じる」、「子どもが煩わしくてイライラする」などが父親と異なった。

第Ⅳ因子は母親と父親は異なり、母親は「子どもは誰よりも自分になっている」など『子どもとの絆』と命名したが、父親は「毎日くたくたに疲れる」など『生活の疲れ』と命名した。

第Ⅴ因子から第Ⅷ因子は母親父親ともに項目数も2～3項目と少なかったが、母親と父親のストレス構造を比較する目的で敢えて因子名を命名した。母親は『将来不安』、『配偶者と支援』、『生活の疲れ』、『自己効力と育児』の4因子を

抽出し、父親は第Ⅶ因子を『自責の念』、第Ⅷ因子を『生活の支配』と命名し4因子を抽出した。

3. 育児ストレスとストレス対処行動

ストレス対処行動型を測定するコーピング尺度の対処型別の平均得点は、母親では問題焦点型(15点満点)が7.44±2.92点、情動焦点型(9点満点)が5.35±1.84点、回避・逃避焦点型(18点満点)が9.93±3.40点であった。父親では問題焦点型が7.33±2.97点、情動焦点型が5.34±1.89点、回避・逃避焦点型が9.52±3.50点であった。

ストレス対処型別の合計得点と育児ストレスの8因子別の因子得点との重回帰分析の結果を表4に示す。母親では『自己成長と育児』と情動焦点型対処行動のみに関連が認められた($p < 0.01$)。父親は、問題焦点型では『配偶者と支援』($p < 0.05$)と『自責の念』($p < 0.05$)、情動焦点型では『感情の乱れ』($p < 0.01$)、回避・逃避焦点型では『感情の乱れ』($p < 0.05$)、『子どもとの絆』($p < 0.05$)、『配偶者と支援』($p < 0.01$)との間に関連が認められた。

4. 育児ストレスとその他の関連要因

夫婦関係サポート得点や健康状態、年齢など因子得点との相関関係を表5、6に示す。

夫婦関係サポート得点(40点満点)は、母親では平均30.59±6.43点、父親では平均32.21±4.90点で、父親の得点が高かった($p < 0.01$)。因子得点との関連では、母親は4つの因子と相関関係が認められたが特に『配偶者と支援』に有意な相関関係が認められた($p < 0.01$)。父親も『自己成長と育児』や『生活の疲れ』など4つの因子と有意な相関関係が認められた。

また、健康状態との関連では母親は5つのすべての因子と相関関係が認められたが、父親では健康状態と『感情の乱れ』や『生活の疲れ』、年齢と『自己成長と育児』に弱い相関関係が認められた。

IV. 考察

1. 母親と父親の育児ストレス構造

本研究では母親の育児中の不安やストレスを

表2 1歳6か月児健康診査時の母親の育児ストレス構造

n = 164

	因子負荷量							
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
I 責任と制約 (10項目)								
・子どもがいるので趣味の会や集まりに出かけたり友だちに会ったりできない	0.887	-0.240	-0.070	0.007	0.168	0.030	0.093	-0.227
・子育てに追われて自分の好きなことや新しいことにチャレンジすることがなくなった	0.822	-0.029	-0.165	0.026	-0.088	0.070	0.019	-0.036
・何事につけ以前のように夢中になれなくなった	0.792	0.221	-0.018	0.172	-0.085	-0.277	-0.062	-0.153
・いつも親の義務や責任にしばられていると感じる	0.602	0.224	-0.117	0.142	0.275	-0.054	0.021	0.193
・子どもの要求に私の生活は支配されていると思うことがある	0.602	-0.146	0.063	-0.054	0.341	-0.004	0.144	0.177
・私の生活はほとんど子どものために費やされている	0.584	-0.118	-0.109	-0.089	0.014	0.247	-0.235	0.160
・結婚前の自分には考えられないくらい子どものために自分の生活を犠牲にしている	0.580	-0.157	-0.025	-0.027	0.004	0.020	0.124	0.526
・毎日毎日同じことの繰返ししかしていないと思う	0.556	-0.026	0.278	-0.055	-0.149	-0.012	0.054	-0.075
*気分転換が上手だからストレスがたまるとはならない	0.464	-0.011	0.277	-0.250	0.090	-0.292	-0.019	-0.042
・親であることも大切だけど、自分の生活も少しは大切にしたいと焦る	0.455	0.101	0.119	0.054	-0.009	0.059	-0.232	0.280
II 感情の乱れ (5項目)								
・育児について何かにつけ後悔する	-0.282	0.919	-0.036	-0.054	0.074	0.113	-0.044	-0.044
・子どもの悪い面を自分のせいだと思う	0.005	0.850	-0.230	-0.012	0.114	0.052	0.035	-0.040
・情報が多くて混乱する	0.123	0.742	-0.243	0.216	-0.043	0.013	-0.195	0.181
・考え事がおっくう	0.144	0.535	0.274	0.010	-0.140	-0.013	0.046	0.071
・感情的に接してしまう	-0.095	0.437	0.372	-0.133	0.250	-0.257	-0.007	0.122
III 自己成長と育児 (5項目)								
*私は親であることに生きがいを感じる	-0.003	-0.164	0.912	0.098	0.033	-0.074	-0.119	-0.183
*私にとって子どものいない生活など考えられない	-0.173	-0.187	0.772	0.270	0.242	-0.060	-0.163	-0.026
*育児によって自分が成長していると感じられる	0.010	-0.047	0.665	0.082	-0.021	0.057	-0.040	-0.222
*生活の中にゆとりを感じる	0.329	-0.049	0.455	0.019	-0.205	0.291	-0.036	-0.128
・子どもが煩わしくてイライラしてしまう	0.037	0.125	0.452	-0.094	0.261	0.118	-0.042	0.257
IV 子どもとの絆 (2項目)								
*子どもはだれよりも自分になついている	-0.034	0.071	0.162	0.812	-0.108	-0.110	0.150	-0.026
*子どもは他のだれよりも私を必要としている	0.066	-0.020	0.145	0.722	-0.050	-0.005	0.109	-0.347
V 将来不安 (2項目)								
・この先どう育てるのかわからない	0.046	0.057	0.095	-0.081	0.805	0.124	0.137	-0.055
・子どもとどう接すればよいかわからない	0.044	0.304	0.013	-0.051	0.642	0.242	0.112	-0.323
VI 配偶者と支援 (2項目)								
・夫が子どもをかまわない	-0.094	0.007	-0.034	-0.086	0.231	0.882	0.000	-0.132
・自分一人で子どもを育てているという圧迫感を感じてしまう	0.136	0.232	-0.016	0.008	0.026	0.641	-0.087	0.006
VII 生活の疲れ (2項目)								
・子どもと接する時間がとれない	-0.172	-0.068	0.360	0.321	-0.012	0.131	0.575	0.178
・夫を煩わせて悪い	0.110	0.292	-0.142	0.357	0.066	0.002	0.568	-0.043
VIII 自己効力と育児 (2項目)								
*子どものためなら少々無理をしてもなんでもしてやりたい	0.126	-0.165	0.315	0.324	0.113	0.149	-0.159	-0.715
*自分は子どもをうまく育てていると思う	0.070	0.297	0.496	-0.116	0.109	-0.037	-0.029	-0.530
*は反転項目								
因子間相関	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
I 責任と制約		0.497	0.406	-0.223	0.124	0.380	0.105	0.316
II 感情の乱れ			0.441	-0.144	0.251	0.254	0.179	0.110
III 自己成長と育児				0.008	0.164	0.288	0.183	0.165
IV 子どもとの絆					0.197	-0.048	-0.058	0.051
V 将来不安						-0.034	-0.178	0.192
VI 配偶者と支援							0.048	0.273
VII 生活の疲れ								-0.185
VIII 自己効力と育児								

表3 1歳6か月児健康診査時の父親の育児ストレス構造

n=135

	因子負荷量							
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
I 責任と制約 (5項目)								
・子育てに追われて自分の好きなことや新しいことにチャレンジすることがなくなった	0.792	-0.039	0.124	0.034	0.173	0.068	-0.048	0.173
・結婚前の自分には考えられないくらい子どものために自分の生活を犠牲にしている	0.756	0.020	-0.074	-0.107	-0.013	-0.079	-0.101	0.193
・子どもがいるので趣味の会や集まりに出かけたり友だちに会ったりできない	0.722	0.015	-0.022	-0.024	-0.080	-0.219	-0.008	0.125
・いつも親の義務や責任にしばられていると感じる	0.717	0.028	0.174	0.118	-0.121	0.029	0.051	-0.089
・何事につけ以前のように夢中になれなくなった	0.578	-0.132	-0.049	0.317	-0.028	-0.008	-0.305	0.064
II 感情の乱れ (5項目)								
・感情的に接してしまう	-0.022	0.807	0.039	-0.003	-0.227	-0.106	0.178	0.002
・この先どう育てるかわからない	-0.099	0.785	-0.088	0.107	0.099	-0.094	-0.265	0.031
・子どもとどう接すればよいかわからない	-0.128	0.690	0.007	-0.007	0.335	-0.079	-0.080	0.085
・子どもが煩わしくてイライラしてしまう	0.166	0.688	0.239	-0.206	-0.114	0.129	-0.067	-0.133
・育児について何かにつけ後悔する	0.031	0.606	0.180	0.063	-0.170	0.126	0.081	-0.029
III 自己成長と育児 (4項目)								
*私にとって子どもとのいい生活など考えられない	-0.002	0.166	0.811	-0.203	-0.006	0.116	-0.064	0.004
*子どものためなら少々の無理をしてもなんでもしてやりたい	-0.017	-0.002	0.767	-0.213	0.240	0.144	-0.042	0.061
*私は親であることに生きがいを感じる	0.204	-0.036	0.646	-0.042	0.244	0.083	-0.067	0.005
*育児によって自分が成長していると感じられる	-0.135	0.178	0.435	0.264	0.175	-0.295	-0.111	-0.105
IV 生活の疲れ (5項目)								
・毎日くたくたに疲れる	0.238	-0.015	-0.073	0.737	-0.057	-0.020	0.094	-0.073
・考え事がおっくうでいやになる	0.041	-0.123	-0.072	0.734	0.240	0.185	0.002	-0.093
・毎日毎日同じことの繰り返ししかしていないと思う	-0.150	0.167	-0.281	0.718	0.033	0.147	-0.029	0.120
・子どもと接する時間がとれない	0.047	-0.033	-0.038	0.601	-0.050	-0.026	0.152	-0.573
・生活の中にゆとりを感じる	-0.157	-0.063	0.356	0.543	-0.196	0.003	-0.128	0.314
V 子どもとの絆 (2項目)								
*子どもはだれよりも自分になついている	0.039	-0.126	0.170	0.061	0.922	-0.081	0.268	0.101
*子どもは他のだれよりも私を必要としている	-0.074	-0.084	0.421	0.039	0.736	0.065	0.109	-0.044
VI 配偶者と支援 (2項目)								
・自分一人で子どもを育てているという圧迫感を感じてしまう	-0.149	-0.065	0.115	0.196	-0.168	0.821	-0.013	0.088
・妻が子どもをかまわない	-0.054	-0.012	0.130	0.038	0.066	0.801	-0.176	-0.133
VII 自責の念 (3項目)								
・妻を煩わせて悪い	-0.027	0.021	-0.218	0.135	0.330	-0.073	0.766	-0.078
*気分転換が上手だからストレスがたまるようなことはない	0.239	0.122	-0.122	0.029	-0.130	0.130	-0.647	-0.268
・子どもの悪い面を自分のせいだと思う	-0.003	0.486	-0.080	-0.109	-0.055	0.028	0.501	0.076
VIII 生活の支配 (2項目)								
・私の生活はほとんど子どものために費やされている	0.290	-0.126	0.018	0.020	0.030	-0.004	0.200	0.748
・子どもの要求に私の生活は支配されていると思うことがある	0.338	0.231	-0.079	-0.007	0.148	-0.128	-0.049	0.536
*は反転項目								
因子間相関	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
I 責任と制約		0.304	-0.101	0.283	-0.118	0.426	0.055	0.180
II 感情の乱れ			0.243	0.289	0.276	0.263	0.008	0.138
III 自己成長と育児				0.197	0.080	-0.127	-0.044	0.014
IV 生活の疲れ					0.067	0.072	-0.024	0.127
V 子どもとの絆						-0.036	-0.269	-0.159
VI 配偶者と支援							0.039	0.153
VII 自責の念								-0.098
VIII 生活の支配								

表4 ストレス対処行動型別得点と因子得点 重回帰分析

(母親 n=164 父親 n=135)

項 目	母親	父親			
	Ⅲ 自己成長と育児	Ⅱ 感情の乱れ	Ⅴ 子どもとの絆	Ⅵ 配偶者と支援	Ⅶ 自責の念
	標準偏回帰係数 (β)				
問題焦点型対処行動	-.015	.054	-.109	.193*	.227*
情動焦点型対処行動	-.297**	-.322**	-.163	-.173	.058
回避・逃避焦点型対処行動	-.099	.242*	.258*	.228**	-.081
重相関係数 (R)	.35	.291	.280	.251	.256

** p < 0.01

* p < 0.05

表5 母親の因子得点と相関関係

(母親 n=164)

項 目	Ⅰ 責任と制約	Ⅱ 感情の乱れ	Ⅲ 自己成長と育児	Ⅵ 配偶者と支援	Ⅶ 生活の疲れ
夫婦関係サポート得点 (平均30.59±6.43)	.246**	.161**	.242**	.380**	
健康状態	.279**	.297**	.231**	.215**	.173**

夫婦関係サポート得点および年齢：Pearsonの積率相関係数

** p < 0.01

健康状態：Kendallの順位相関係数

* p < 0.05

表6 父親の因子得点と相関関係

(父親 n=135)

項 目	Ⅱ 感情の乱れ	Ⅲ 自己成長と育児	Ⅳ 生活の疲れ	Ⅴ 子どもとの絆
夫婦関係サポート得点 (平均32.21±4.90)	.284**	.397**	.361**	.210*
健康状態	.142*		.237**	
年齢		.184*		

夫婦関係サポート得点および年齢：Pearsonの積率相関係数

** p < 0.01

健康状態：Kendallの順位相関係数

* p < 0.05

軽減し、安定した状態で育児にのぞめるような支援の方法を検討したいと考え、これまで母親に行われた育児ストレス質問紙を用い父親にも調査を行い、因子分析により母親と父親の構造比較を行った。

その結果、第Ⅰ因子となったのは母親も父親と同じ育児に伴う『責任と制約』感であった。しかし母親では内容や因子負荷量から育児の制約感が父親に比べて強いことがうかがえた。また、第Ⅱ因子の『感情の乱れ』でも、母親は育児情報による混乱など日々の育児の実践によるものが関係しているのに比べ、父親は育児の方法そのものがわからないことが感情の乱れの背景となっていた。また、第Ⅲ因子の『自己成長

と育児』からは、母親は「生活の中にゆとり感」がないことや、「自己成長感が感じられないこと」が関与していた。

さらに、母親では第Ⅰ因子に含まれた生活の支配や制約につながる項目が父親では第Ⅷ因子にあり、父親は育児のために生活が支配されていないことがうかがえた。この点に関連して平山は、育児などの家族の暮らしに欠かせない「家族内ケア」の遂行度を夫婦間で比較調査を行った結果、女性が男性に比べ有意に家族内ケアの遂行度が高く、夫婦間の非対称性が顕著であることを指摘していた¹⁰⁾。今回の調査結果でも母親は父親に比べ育児による制約感や責任感が強く、育児によるストレス構造の違いの要因と考

えられる。

一方父親の特徴をみると、「毎日くたくたに疲れる」など『生活の疲れ』が第Ⅳ因子であるのに比べ、母親ではどの因子にも含まれていない。母親は育児の大変さは感じているものの、父親のように毎日疲れている状況とは異なる。そして父親は、育児に参加できていないことを認識しており、妻を煩わせて悪いなどの『自責の念』が強い。日本の父親は仕事のために家庭停留時間が短いことは総務省調査でも明らかで、仕事の時間は年々長くなる傾向にあり父親の育児参加を促進するには、育児中の父親に対する仕事量などの配慮など職場の体制整備が重要である。

このような母親と父親の育児ストレス構造の違いは、置かれた状況の違いや、家族内で果たすべき役割の違いが関連していると考えられる。そこで支援者は、母親と父親とのストレス構造の違いを具体的に認識し、この結果を保健指導や健康教育の場で活用することにより、母親と父親の双方がお互いの立場を理解し、良好な育児環境を整える効果が期待できる。

2. 育児ストレスとストレス対処行動

Lazarus は人間がストレスに直面したときの心身に与える影響は対処法があるかどうかの認知によって全く異なり、その認知に影響を与えるのは価値観などの内的環境や生活環境などの外的環境で、内的環境や外的環境の強化によりストレス対処能力が高まることを明らかにしている¹¹⁾。

そこで本研究では、個人が選択するストレス対処と育児ストレスとの関連を母親と父親別に分析し、その特徴を明らかにすることで、対処能力を高めストレス認知を軽減する支援方法が明らかになると考え、育児ストレスの因子得点と3つの対処行動型別の得点との重回帰分析を行った。その結果母親では、『自己成長と育児』と情動焦点型に関連が認められた。ストレスと健康との関連について野口は、情動は日常生活の中で遭遇する出来事が自分にとってどのような意味をもつかという認知的判断によって生じるので、認知的判断の意味づけを柔軟に変容させることが健康増進のアプローチとして有効と

いっている¹²⁾。母親が育児中に感じるストレスに対処するためには、育児が「責任や制約」など否定的側面だけでなく、「自己成長を促す」などの肯定的側面を感じとれる支援策が必要と考える。この点について Jerusalem らは、ストレスと自己効力の関係について「高い水準の自己効力を感じているとその人は自信を持ってストレスフルな状況に立ち向かうことができる」と述べており、これは育児中のストレスについても適用できると考えられる¹³⁾。

一方父親では、問題焦点型と『配偶者と支援』や『自責の念』、情動焦点型と『感情の乱れ』、回避・逃避焦点型と『子どもとの絆』など3因子との関連が認められた。情動焦点型は行動を変えずに注意の転換や、物事から距離を置くなどの対処行動で、物事の意味を変更したり、なかったことにしたりする回避・逃避焦点型より積極的に問題解決に有効な対処行動とされている。したがって、父親では育児参加を促し、子どもとの絆を強める支援や、配偶者との関係性を見直すなどの支援により、ストレス対処能力も向上し、母親のサポーターとしての役割を担うことができると考える。

3. 育児ストレスとその他の影響要因

育児ストレスの因子得点と相関関係が認められたのは、父親母親ともに夫婦関係サポート得点と、自分の健康状態の認識、さらに父親では年齢との関連であった。夫婦関係と母親の育児ストレスとの関係は先行研究ですでに明らかとなっているが、父親の育児ストレスにおいても夫婦関係や健康状態の認識との関連が明らかとなった。このことは医療従事者が父親の育児ストレスに関与する必要性と、健康の保持増進への働きかけが両親の育児ストレス対処能力の拡大につながる可能性を示唆している。良好な夫婦関係が母親の育児ストレスの軽減に有効であるだけでなく、父親の育児ストレスの軽減に有効と考えられる。そこで良好な夫婦関係を持続するための支援や、母親と父親と一緒に健康を増進できるような支援が必要である。また、父親への支援にあたっては年齢による違いを考慮することも重要と考える。

本研究では母親の育児ストレス尺度を用いて

父親の育児ストレスを測定し比較検討を行ったため、父親のストレス尺度としての適合性についてストレス構造分析結果から検証を重ねる必要がある。また、母親と父親のストレス構造を比較検討する目的で項目数の少ない因子にも敢えて因子名を命名し分析を行うなど、研究の限界や問題点を含んでいるので、今後、対象の選定、測定用具などを再構成し、本研究結果と比較検討する必要があると考える。

V. 結 論

乳幼児を養育する母親および父親の育児ストレス構造やストレス対処行動などを比較検討した結果、以下の点が明らかになった。

1. 育児ストレスの構造は因子負荷の大きい第三因子までは母親と父親はよく似ている。しかし、母親は父親に比べ育児による制約感が強く、育児情報などの混乱が認められる。父親は育児以外の生活に疲れ、育児の方法がわからないことや、育児参加ができていないことに自責の念を持っている。
2. 育児ストレスとストレス対処行動の選択との関係から、母親では『自己成長と育児』と情動焦点型対処行動の関連、父親では、問題焦点型など3因子との関連が認められ、母親には自己効力を促す支援、父親には配偶者との関係性や子どもとの絆に着目した支援が必要である。
3. 母親や父親の育児ストレスと夫婦関係や自己の健康認識が影響するので、夫婦関係に着目した、健康管理プログラムの開発が必要である。

謝 辞

本研究にご理解いただき協力していただきました対象者や関係者の皆様に心より御礼を申し上げます。また、本研究は香川医科大学大学院医学系研究科で作成した修士論文を加筆修正したもので、論文作成にあたりご指導をいただいた猪下光先生に感謝いたします。

文 献

- 1) 森永良子. 親子関係と子ども. ペリネイタルケア 1997; 16 (9): 839-844.
- 2) 小出晴美, 荒木佳子, 渡辺芳美, 他. 倉敷中央病院の両親学級・夫立会い分娩の実際と夫の意識変化. 助産婦雑誌 1995; 45 (7): 564-569.
- 3) 柏木恵子. 発達の理論的背景. 柏木恵子編. 父親の発達心理学—父性の現在とその周一. 初版. 東京: 川島書店, 1999: 5-24.
- 4) Abidin R.R. Parenting Stress Index Manual. Pediatric Psychology press 1983.
- 5) 野沢みつえ. 親業ストレスに関する基礎的研究. 関西学院大学教育学年報 1989; 15: 35-56.
- 6) 佐藤達哉. 育児期母親の育児関連ストレス対処・サポートについての基礎的研究. 児童育成研究 1988; 6: 42-55.
- 7) 牧野カツコ. 乳幼児を持つ母親の生活と育児不安. 家庭教育研究所紀要 1982; 3: 34-56.
- 8) 尾関友桂子. 大学生の心理的ストレス過程の分散構造分析. 健康心理学研究 1994; 7 (2): 20-36.
- 9) 堤 明純, 萱場一則, 石川鎮清, 他. Jichi Medical School ソーシャルサポートスケール: 改定と妥当性・信頼性の検討. 公衆衛生学雑誌 2000; 47: 866-878.
- 10) 平山順子. 夫婦関係の研究が示す「新しい子育て」への提言. 日本家族心理学会編. 子育て臨床の理論と実際. 初版. 東京: 金子書房, 2002: 63-76.
- 11) Lazarus R.S. Measuring Stress to Predict Health Outcome. 林峻一郎訳. ストレスとコーピング. 初版. 東京: 星和書店, 1995.
- 12) 野口京子. 健康心理学. 初版. 東京: 金子書房, 2006.
- 13) アルバート. バンデューラ編. 本明 寛, 野口京子監訳. 激動社会の自己効力 (SELF-EFFICACY IN CHANGING SOCIETIES). 初版. 東京: 金子書房, 2003.

[Summary]

To discuss how to support child-raising, we conducted a survey involving parents of infants, and analyzed their child-raising-associated stress structure and stress-coping behavior. As the result, the followings were clarified:

1. Although the structure of child-raising-associated stressors was similar between mothers and

fathers, mothers had a stress structure more greatly affected by a sense of being restricted by child-raising and confusion regarding associated information.

2. Regarding correlations between stress-coping behaviors and child-raising-associated stressors, mothers only showed a correlation between emotion-focused coping behavior and "self-growth and child-raising", while fathers showed correlations between all stress-coping behaviors and stressors.

3. For correlations between child-raising-associated stressors and other factors, the marital relationship was correlated with an awareness of personal health in both mothers and fathers, and with age in fathers.

[Key words]

child-raising-associated stress structure, stress-coping behavior, support for child-raising, mother, father