

研 究

育児に悩む母親に対するグループプログラムの効果

—母親の変化と家族関係の変化に着目して—

頭川 典子¹⁾, 北山 秋雄²⁾

〔論文要旨〕

育児に悩む母親を対象としたグループプログラム参加によって、母親と家族機能にどのような効果があるのかを明らかにするため質問紙調査と面接調査を実施した。その結果、参加前後において母親の自尊感情尺度や家族機能尺度の得点が上昇する傾向が示された。母親は同じ悩みを持つ人同士で話ができて気持ちが楽になったり、子どもへの叱り方や褒め方のコツを学んでいた。これらの母親の変化は育児に対する意欲や自信につながっていくと考えられた。また、母親の対応の変化により子どもとの関係が改善したり、夫と育児についてより多く話し合うようになるなど、家族機能の改善につながる可能性が示唆された。

Key words : 母親, 母子保健活動, グループプログラム, 自尊感情, 家族機能

I. はじめに

核家族化や少子化, 父親の育児参加の不足などが背景となり, 日本における子育ては母親への負担が大きい。行政に所属している保健師は母子保健活動を通じて, 地域における育児支援に取り組んでいる。しかしながら, 家庭内で子どもに感情的に怒ってしまったり, 叩いてしまうことに悩みながら一人で解決できずに苦しんでいる母親の存在も少なくない。その状況を変えたいと考えている母親同士の話し合いの場を提供するグループプログラムが母子保健活動として実施され始めている。母親の苦しみを軽減することは, 子どもが情緒的に安定した環境で育つためにも重要である。母親の育児適応や虐待的育児態度に影響する要因として母親の自尊感情が関係していること¹⁻³⁾や, 母親の育児負担の感じ方には父親の協力の有無が関係している

ことが複数の先行研究で示されている⁴⁻⁷⁾。

本論文は保健師が運営しているグループ1ヶ所を取り上げ, 参加前後における母親の内面の変化や母親が捉えている家族関係の変化を中心に, 母親がグループプログラムに参加したことによる効果を明らかにすることを目的とした。

II. 研究方法

1. 調査対象

A市における平成19年度(2007年度)のグループ参加者22名。

A市では平成13年度(2001年度)より育児に悩む母親を対象として約半年間のグループプログラムを実施している。グループの目的は悩みを持つ母親同士が気持ちを話し合い, 悩みを解決していくとともに, そのことを通じて虐待を予防することにある。

Effectiveness of Group Program for Mothers with Child-Rearing Problem
— From the Viewpoint of the Change of Mothers and Their Family Relationship —
Noriko ZUKAWA, Akio KITAYAMA

1) 埼玉県立大学保健医療福祉学部看護学科(研究職/保健師)
2) 長野県看護大学(研究職/保健師)

刷刷請求先: 頭川典子 埼玉県立大学保健医療福祉学部看護学科 〒343-8540 埼玉県越谷市三野宮820番地
Tel: 048-973-4128 Fax: 048-973-4751

[2227]

受付 10. 3. 29

採用 11. 3. 9

参加者の募集にあたっては、まず市内在住の1歳6か月児から3歳児がいる全家庭（1,300～1,400戸）に子育てワークショップの通知を出し、育児の悩みについて話し合う呼びかけを行った。そして、ワークショップ参加者（約30～40人）にグループプログラムを紹介し、参加者を募集した（10～20人）。

A市のグループ参加者の特徴は保健師の勧めや紹介ではなく、母親自身が育児の悩みを自覚し、解決したいという意識があり、自分で参加を決めていた点である。

2. グループ内容

月1回開催、全7回のプログラム（実施期間：平成19年7月～平成20年1月）。1グループが10名前後になるよう2グループを設けた。グループ初回は話し合いのルールについて検討し、「批判されない」、「秘密は守られる」等のルールを決定した。子どもへの対応の仕方や自分や子どもの気持ちを意識的に振り返ることができるよう、母親にノートを準備してもらい、子どもに対して怒った時や褒めた時の状況を記録してもらった。グループ参加時にはノートをもとに怒った時や褒めた時の状況を報告してもらったり、その時の子育ての悩みを話してもらい、話し合いを進めていった。参加者同士の関係が築けた後半の時期より、子どもを叩いてしまった場面や子どもへの対応に悩んだ場面をロールプレイで再現し、その時の自分の気持ちや子どもの気持ちを振り返る機会を設けたり、どう対応すればよかったかについて話し合ったりした。

スタッフはファシリテータ（子ども虐待問題を研究している大学教員）2名、記録者（保健師）2名、託児（保育士）3名。研究者もファシリテータとして1グループに継続して参加し、母子の変化について観察を行った。

3. データ収集方法

1) 質問紙調査（プログラム開始時・終了時）

調査項目：自尊感情尺度10項目（Rosenbergが1965年に作成、山本らが1982年に日本語版を作成⁸⁾）、家族機能尺度5項目（Smilksteinが1978年に作成⁹⁾、3点以下は高度家族機能障害、4～6点は軽度家族機能障害と判定する）、参加動機、達成度、母親が感じている自分の変化、母親からみた家族の変化・家族関係の変化等。

2) 半構成的面接調査（プログラム終了時）

調査項目：母親が感じている自分の変化、母親からみた家族の変化、家族関係の変化等。

3) グループへの参加観察

調査項目：グループ内での話題、母親の様子、子どもの様子等。

4. 調査時期

平成19年（2007年）7月～平成20年（2008年）1月。

5. 分析方法

質問紙調査の尺度については初回と半年後の終了時での結果を対応のあるサンプルのt検定を実施。質問紙調査の記述内容については類似する内容ごとに【カテゴリー名】をつけて分類した。面接調査については逐語録から調査項目に該当する内容を抽出し、類似する内容ごとに【カテゴリー名】をつけて分類した。

6. 倫理的配慮

グループ開始時に書面と口頭にて調査協力は強制ではないこと、プライバシー保護等について説明を行った。本研究は埼玉県立大学倫理委員会にて承認を受けて実施した。

Ⅲ. 結 果

1. 質問紙調査の結果

プログラム開始時は22名、終了時には14名から協力が得られた。調査協力者が減ったのは、途中で妊娠や転居などの理由で退会者がいたためであった。今回は開始時と終了時で調査結果を比較することができた14名を分析対象とした。14名の平均年齢は30.8歳（27～38歳）、子どもの数は平均1.79人（1～3人）であった。母親の概要と自尊感情・家族機能尺度の得点の結果を表1に示す。

自尊感情尺度・家族機能尺度の平均値の変化について図1、2に示す。自尊感情尺度（得点可能範囲10～40点）は初回平均 21.4 ± 6.5 点、終了時平均 25.6 ± 5.4 点（ $p = 0.037 < 0.05$ 、有意差あり、 $n = 14$ ）、家族機能尺度（得点可能範囲0～10点）は初回平均 5.1 ± 2.7 点、終了時平均 6.0 ± 2.7 点（ $p = 0.139$ 、有意差なし、1名未記入だったため $n = 13$ ）であった。

初回参加時の参加動機について表2に示す。最も多かったのは【子どもへの怒り方・叱り方に悩んでいる

表1 調査参加者の概要と自尊感情・家族機能尺度の得点の結果

N=14

事 例	年 齢	子どもの数	家族構成	参加回数	自尊感情初回	自尊感情最終回	家族機能初回	家族機能最終回
母親 1	30代	2	核家族	5	14	27 ↑	5	5→
母親 2	30代	2	核家族	5	21	22 ↑	3	6 ↑
母親 3	30代	2	核家族	7	18	25 ↑	8	7 ↓
母親 4	30代	2	核家族	6	15	23 ↑	4	6 ↑
母親 5	20代	2	核家族	7	14	16 ↑	1	2 ↑
母親 6	30代	1	核家族	6	27	23 ↓	2	1 ↓
母親 7	30代	1	核家族	4	34	35 ↑	8	7 ↓
母親 8	30代	2	核家族	7	23	26 ↑	8	9 ↑
母親 9	30代	2	祖父母と同居	7	26	20 ↓	5	6 ↑
母親10	30代	2	祖父母と同居	6	21	22 ↑	5	3 ↓
母親11	30代	1	核家族	7	18	31 ↑	3	7 ↑
母親12	30代	3	核家族	5	16	33 ↑	10	10→
母親13	30代	2	祖父母と同居	5	33	32 ↓	4	9 ↑
母親14	30代	2	核家族	6	20	23 ↑	8	—

※矢印は初回と最終回の得点変化を表す

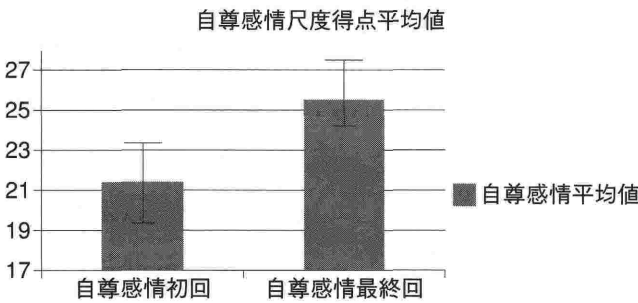


図1 自尊感情尺度平均値の変化

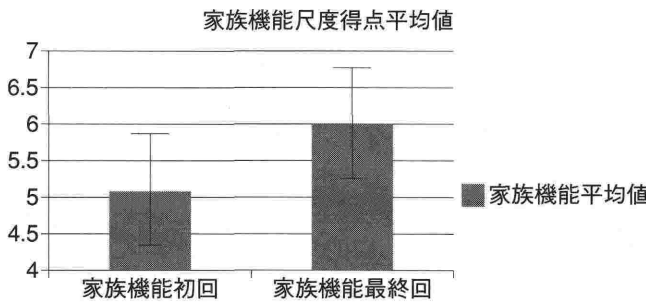


図2 家族機能尺度平均値の変化

から】、【育児について悩んでいるから】が7件（6人）であった。次いで【他の人の話を聞きたい】が6件（5人）であった。子どもに対して手をあげるなど感情的に怒ってしまう現状に悩んでいたり、子どもへの接し方に自信が持てずにいたことがグループへの参加動機であった。

グループ終了後に尋ねた参加目的の達成度は「非常に達成された」3名（21%）、「まあまあ達成された」10名（72%）、「あまり達成されなかった」1名（7%）、「ほとんど達成されなかった」0人であった。

表3にグループに参加したことによる母親自身の変化を示す。子どもへの接し方について【子どもへの怒り方・叱り方が変わった】、【子どもへの褒め方が変わった】、【子どもへの見方が変わった】という変化が複数の母親より得られた。また自分の気持ちとして【落ち着いて育児ができるようになった】、【育児への意欲が

わいてきた】、【気持ち楽になった】など、子育てに向かう自分の気持ちに変化したことが示された。

表4にグループに参加したことによって母親が感じている家族の変化を示す。子どもの変化として【のびのびしてきた】、【落ち着いてきた】と母親が感じていたり、関係の変化として【子どもとの関係が良くなった】、【夫との会話が増えた】という回答であった。【特に変化なし】、【わからない】は合わせて5人であった。

2. 面接調査の結果

質問紙調査で得られた内容についてさらに詳細に把握するため、面接調査への協力を依頼したところ4名の母親より協力が得られた。インタビュー時間は一人平均30分。

面接によって得られた子育ての状況や参加動機、グループに参加して役立ったことについて文章で記述す

表 2 参加動機

N=14 32件

	カテゴリー	記載内容の例示	件 (実人数)	母 no
育児の悩みを解決したい	子どもへの怒り方・叱り方に悩んでいるから	・怒り方がわからない。自分が感情的になっているのか、きちんと子どもに伝わっているのか (母親 1) ・子どもにちょっとしたことですごい怒ってしまい、必要以上に手をあげてしまい、やめようと思っても、その場になると自分の感情のままになってしまう (母親 2) ・子どもをきつく叱ってしまい、自己嫌悪に陥ることが多く、悩んでいたから (母親 3) ・自分がキレてしまうのをどうにかしたい (母親 5)	7 件 (6 人)	1 2 3 5 10 14
	育児について悩んでいるから	・どのようにしつけていくのが良いかわからない (母親 1) ・悩みの解決方法が見つからない (母親 5) ・思い通りの子育てができず、悩んでいた (母親 12) ・一人目の子どもで、どう育てていけばいいかわからない (母親 14)	7 件 (6 人)	1 5 9 11 12 14
	育児に自信がないから	・自分の子育てに自信を持ち、親子共に和やかにのびのび生活できるようになれば (母親 12) ・子育てに少しでも自信が持てるようになりたい (母親 14)	3 件 (3 人)	11 12 14
	育児について学びたい	・「親業」とはどんなものを学びたい (母親 8) ・子どもと共に、自分自身も成長できるような子育ての勉強がしたい (母親 13)	3 件 (3 人)	6 8 13
	育児を楽しいと思えるようになりたい	・二人を育児するのが大変でどうやって乗り切るか、育児を楽しめるか (母親 4) ・「子育てをもっと楽しくしたい!」という思い (母親 13)	2 件 (2 人)	4 13
	育児のストレスがたまっていたから	・子どもがなかなか言うことを聞いてくれず、どうしたらよいかわからず、自分のストレスが溜まる一方だった (母親 2)	1 件 (1 人)	2
育児を話し合いたい	他の人の育児の話を聞きたい	・他の人はどうやって育てているのか知りたい (母親 1) ・人の子育てで参考にできることがあれば、取り入れたい (母親 3) ・同じような悩みを抱えている人がいれば、話を聞けたらと思った (母親 4)	5 件 (4 人)	1 3 4 7
	育児について話したい	・話すことによって、いろんなことも考え、見つめ直したい (母親 7)	1 件 (1 人)	7
その他	子どもと離れて話ができるから	・子どもと離れて話ができる (母親 10)	1 件 (1 人)	10
	自分の思いを伝えたい	・自分の思いを伝えることができるようにしたい (母親 10)	1 件 (1 人)	10
	自分や子どもを好きになりたい	・自分や自分の子どもを心の底から「大好き」と思えるようになればよい (母親 8)	1 件 (1 人)	8

ると共に、＜自分の変化＞、＜家族の変化＞、＜家族関係の変化＞に関連する語りについて【カテゴリー名】で示し、「実際の語り」を例として示す。

1) 母親 3 (自尊感情尺度18→25, 家族機能尺度 8→7)
母親 3 は乱暴な性格の子どもへの対応がわからず、きつく叱ってしまうことに悩んでグループに参加していた。グループで褒め方や叱り方を学ぶことで、子どものいいところを見つけて褒めるようになった。そのことで乱暴だった子どもが落ち着いてきたと感じていた。自尊感情尺度得点の上昇がみられた。

＜自分の変化＞
【子どもへの褒め方の変化】
「時には感情的になることもあるんですけど、いいところがあればなるべく褒めるようにしています。」
【落ち着いて育児ができるようになった】
「自分も少しずつ落ち着いてきたかなと思います。」
＜家族の変化＞
【子どもが落ち着いてきた】
「(子どもへの褒め方・叱り方を学び実践することで) 上の子がすごく落ち着いてきたように感じて…」

表3 グループに参加したことによる母親自身の変化

N=14 26件

	カテゴリー	記載内容の例示	件 (実人数)	母 no
子どもへの接し方	子どもへの怒り方・叱り方が変わった	・叱るのが少なくなった (母親1) ・怒る時も一方的ではなく、一呼吸おいて、叱ることができるようになった (母親2) ・叱ることを一息おいて落ち着くことができる回数が増えた (母親4)	4件 (4人)	1 2 4 12
	子どもへの褒め方が変わった	・どんなに小さなことでも褒めてあげられるように心がけることができた (母親10) ・素直に子どもたちに「〇〇してくれて、ありがとう。助かったよ。」の言葉を言えるようになった (母親12)	3件 (3人)	4 10 12
	子どもへの見方が変わった	・子どもを見る目が変わった (母親2) ・子どものことを一番考えて、どうしてこんな行動をするのかを考えるようになった (母親7)	3件 (2人)	2 7
	子どもの話を聞いてあげられるようになった	・子どもの話をよく聞いてあげられるようになった (母親12)	1件 (1人)	12
自分の気持ち	落ち着いて育児ができるようになった	・いつも不安が多かったけど、少し落ち着いて子育てができるようになった (母親3) ・長い目で気を長くしようと思いました (母親9) ・自信がなかったのが、どうしたほうがいいのかという方向のようなものが少しわかってきたので、自然とまではいかないが、普通に過ごせるようになった気がする (母親11)	4件 (4人)	3 9 10 11
	育児への意欲がわいてきた	・他のお母さんたちも頑張っているんだから自分もなんとか頑張らなくては！と考えることができた (母親5) ・前向きになった (母親6) ・自分だけでなくママたちみんなが子育てに悩み、頑張っていることがわかり、安心したり、子育てへの意欲が湧いてきた (母親13)	3件 (3人)	5 6 13
	気持ちが楽になった	・気持ちが楽になった (母親1) ・他の人の話を聞くことによって「自分だけが…」みたいなモヤモヤ感はなくなった (母親8) ・悩んでいるのは自分だけじゃないことがわかって良かった (母親14)	3件 (3人)	1 8 14
	子育てが楽しくなった	・子育てが前以上に楽しくなった (研究と一緒に観察すると面白い) (母親7)	1件 (1人)	7
その他	自分を振り返れた	・自分で自分を振り返れた (母親1) ・自分の性格を見直すことができた (母親4) ・子育てや自分のことを客観的に見て、反省したりすることができるようになった (母親8)	3件 (3人)	1 4 8
	悩みを相談することができた	・悩みを相談することができたし、他の人もいろいろな悩みがあることもわかった (母親14)	1件 (1人)	14

2) 母親4 (自尊感情尺度15→23, 家族機能尺度4→6)

母親4は二人の子どもの育児で余裕をなくし、日々厳しく叱ってしまうことに悩んだり、子どもが自分よりも祖父母になつていることで自信をなくしていた。グループに参加し、他の人から意見をもらったり、自分の性格を振り返ったりする中で、子どもを褒めるように心がけることができ、子育てのイライラが減ると同時に子どもたちとの関係も改善したと感じていた。自尊感情尺度・家族機能尺度得点の上昇がみられた。

<自分の変化>

【子育てにおけるイライラの軽減】

「叱らないで逆に褒めてみようというか。それで自分のイライラが減ったかなという感じ。」

【自分の性格の振り返り】

「自分の性格として、自分の思い通りにいかないと自分はイライラするっていう、それは自分で直すしかないんだって。」

【子どもへの見方が変わった】

「(親にとっては部屋が散らかってしまい後片付けなどが面倒くさいと思うことを) 子どもは楽しいからやっている。勉強のひとつとしてやっているんだって、ちょっ

表4 グループに参加したことによって母親が感じている家族の変化

N=13 17件

	カテゴリー	記載内容の例示	件 (実人数)	母 no
子ども	のびのびしてきた	・子どもも叱られるのが少なくなったので楽なのは (母親1) ・子どもも前よりのびのびしてきた (母親2) ・怒らなくなってきたせいか、子どもが自分勝手になってきたかも (母親10)	3件 (3人)	1 2 10
	落ち着いてきた	・叱り方・褒め方の仕方がわかるようになって子どもが落ち着いてきたように思う (母親3)	2件 (2人)	3
	叱られた時の泣き方が変わった	・叱った時に単に泣くのではなく、どうして叱られたのかを考え、泣きやむのが早くなった。泣くことが減った (母親7)	1件 (1人)	7
夫	子どもを観察できるようになった	・夫が子どもを観察できるようになった (母親7)	1件 (1人)	7
関係の変化	子どもとの関係が良くなった	・子どもは自分に寄ってきてくれるようになった (母親4) ・子どもは私とうまくやっている (母親6) ・学校・保育園での話をしてくれるようになった (母親12)	3件 (3人)	4 6 12
	夫との会話が aument した	・夫が私の話を少しだけ聞いてくれるようになった (母親5) ・夫と子育てについて話をする機会が増えた (母親8)	2件 (2人)	5 8
その他	特に変化なし	・夫は特に変化なし (母親6) ・子どもは相変わらずな感じ (母親8) ・特に変わらない (母親13) ・なし (母親14)	4件 (4人)	6 8 13 14
	わからない	・子どもは成長とともに変化しているので、その区別がわからない (母親11)	1件 (1人)	11

と見方を変えるっていうことができたかなと思います。」

<家族関係の変化>

【子どもとの関係が良くなった】

「(子どもと) 接する機会を増やしてきたら、ここ (自分) にも来てくれるようになったかなとは思います。」

3) 母親6 (自尊感情尺度27→23, 家族機能尺度2→1)

母親6は夫の実家に頼れない状況であり、子どもに対して怒ってばかりいた。そのために子どもが自分より夫になついていると自信をなくしていた。子育ての悩みから精神的にまいってしまい、同じ悩みを持つ人同士で話をしたいとグループに参加した。自尊感情尺度・家族機能尺度得点の上昇は見られなかったが、面接調査の中で、いろいろな人の話を聞くことで自分の考え方に余裕が持てるようになったり、ロールプレイで育児に生かせる学びを得たりしたと語っていた。

<自分の変化>

【気持ちが楽になった】

「他のお母さんもいろんな悩みを持っていっぱやるんだ、自分だけじゃないんだという、そういう共感をしてもらえた部分で、変に頑張り過ぎない部分が出てきた。」

「一人でむきになってもしょうがないですとか、あるところは力を抜かなければいけないですとか、夫のこの子への接し方にいちいち口を出さないようにするようにし

ました。」

【子どもへの見方が変わった】

「子ども自身の世界を作らなきゃいけない時期だと思うので。(中略) 本人が一人で遊んでいる時には一から十まで口出しをする時期は終わっているからと(夫に) 言うようになりました。」

<家族関係の変化>

【夫と育児について話すようになった】

「(育児についての) 話をするようにしていますね。自分の意見というか、あり方というか温度差を縮めていかないと子ども自身が混乱すると思うので、話をしようかなと思うようになりました。」

4) 母親14 (自尊感情尺度20→23, 家族機能尺度8→未記入)

母親14は子どもが思い通りにならないと怒ったり叩いたりしてしまう自分が嫌で、夫は子どもを愛することができているのに自分は愛せていないと感じ、子どもを育てる自信をなくしていた。そのような状況を改善したいと参加していた。グループに参加することで他の人の話を聞き子育てのヒントを得たり、子どもを叩きたくなくなった時にグループのことを思い出して思いとどまるようになり子どもを叩くことが減ったと語っていた。自尊感情尺度得点の上昇がみられた。

<自分の変化>

【気持ちが楽になった】

「他の人の話を聞いているといろんなヒントがあるんですね。自分の悩みとは違う悩みを他の人は持っていて、その悩みを聞くだけでほっとできるというか。」

【子どもに向かう感情のコントロール】

「腹が立って怒りたくなった時に、怒ることはあっても、大分叩かなくなったと思う。」

【自分を振り返れた】

「自分が大好きというか、打算的で計算高いから、そういうことを思う（子どもを純粋に愛していないと思う）っていうところまでは分かっているんですけど・・・その中で少しは成長があったかなって思っているんですけど。」

IV. 考 察

1. グループに参加していた母親たちの特徴

質問紙調査の参加動機を見ると、母親たちは子どもに対してどのようにしつけていいのかに悩んでいた。いけないと思いつつも子どもに対して感情的に怒ってしまい、自己嫌悪に陥り、その状況をなんとかしたいと思いグループに申し込んでいた。また、母親4や母親14は面接調査の中で、自分よりも夫や祖父母の方に子どもがなついていると感じており、自分はダメな母親だと自信をなくしていたと語っていた。

自尊感情尺度の点では、今回のグループ参加者は自尊感情が初回平均21.4点であった。西村が行った調査では1～4歳の病児を持つ母親93名の平均得点は 27.60 ± 5.76 点であり、健康な子どもを持つ母親の平均得点は 28.29 ± 5.45 点であった⁹⁾。先行研究の結果と比較すると自尊感情が低い傾向がみられた。

家族機能尺度の点では、今回のグループ参加者で家族機能に問題がないと判断される7点以上だったものは35.7%であった。和田が3歳児健康診査受診者1,455家族を対象に行った調査では7点以上が63.2%であったことから¹⁰⁾、グループ参加者は家族機能に対する評価が低いという特徴がみられた。

2. 母親の育児に向かう気持ちの変化

参加後の変化として、質問紙調査や面接調査の結果より、【子どもへの怒り方・叱り方が変わった】、【落ち着いて育児ができるようになった】など子どもへの接し方が変わったこととともに、【育児への意欲がわ

いてきた】、【気持ちが楽になった】など自分の気持ちが前向きに変わったことを感じていた。【自分を振り返れた】という回答があったことから、グループに参加したことは、一人で頑張り過ぎ、反省ばかりしていた子育ての状況から抜け出すことにつながっていたと考えられる。

自尊感情尺度について参加前後で比較してみると、初回平均 21.4 ± 6.5 点であったのが、終了時平均は 25.6 ± 5.4 点と有意に上昇していた。質問紙調査結果の【落ち着いて育児ができるようになった】と分類した記述には「いつも不安が多かったけど、少し落ち着いて子育てができるようになった（母親3）」という回答がみられるなど、グループ参加が子育てを自分らしくやって行こうという自信の回復につながったのではないかと考えられる。同じ悩みを持つ母親と出会うことで「子育ては大変なことであり、みんな同じように悩みながら子どもを育てている」ことを知り、再び育児に向き合ってみようという気持ちにつながっていた。中谷らの研究では自尊感情や育児ストレスが子どもへの虐待的態度につながることを示されている³⁾。今回は自尊感情尺度の得点上昇につながる影響要因までは明らかにできなかったが、育児への自信を失くしていた母親がグループプログラムに参加することで気持ちが前向きになり、子どもへの対応改善につながる可能性が示唆された。

3. 母親の認識から捉えた家族関係への波及効果

家族機能尺度について参加前後での比較ができた13名を見てみると、初回は高度家族機能障害（3点以下）と分類された4名中の2名は終了時に6点以上に上昇するなど、有意差はみられなかったものの参加者全体の平均点が上昇していた。

夫との関係を見ると、グループで学んだことを夫と話し合うようになるなど行動レベルで変化があった母親が3名（質問紙調査 母親5,8, 面接調査 母親6）いたことから、夫との関係改善にもつながる可能性があると考えられる。

子どもとの関係を見ると、母親はグループに参加することで育児について学んだり、悩みを共感し合うことでストレスが軽減される中で、子どもの目線に立って考えられるようになっていた。子どもに感情的に怒っていた状況から、叱り方や褒め方が改善することで、子ども側からの母親への愛着形成にもつながって

いくと考えられる。実際に母親は子どもたちに対して【落ち着いてきた】、【のびのびしてきた】と良い変化を実感しており、【子どもとの関係が良くなった】と感じている母親も3人いた。先行研究では子どもが示す行動問題と家族機能障害に関連があることが示されている¹¹⁾が、母親のかかわりが改善することで子どもの行動問題(乱暴、落ち着きがないなど)が減少する場合、母親の家族機能の評価が改善につながるのではないかと考えられる。

4. 本研究の限界と今後の課題

本研究では参加前後における母親の内面の変化や母親が捉えている家族関係の変化を中心にグループプログラム参加による効果を検討した。調査対象者が少ないため今回の結果を一般化することはできないが、育児に対する母親の気持ちの変化などが確認できたことは、グループ参加が悩みの軽減や育児状況の改善につながる可能性が示唆された。今後はどのような要因が母親の悩みの軽減や育児への気持ちや態度の改善につながるのかについて検討を行っていききたい。

V. 結 論

グループプログラム参加前後で比較検討した結果、育児に悩んでいた母親の自尊感情尺度や家族機能尺度の得点が上昇する傾向が示された。母親は同じ悩みを持つ人同士で話ができただけで自分だけが悩んでいるのではないと気持ちが楽になったり、子どもへの叱り方や褒め方のコツを学んだりすることで、気持ちに余裕ができるようになっていた。母親の気持ちの変化により、子どもとの関係が改善したり、夫と子育てのことを話し合うようになるなど、グループプログラムに参加することによって家族関係の改善につながる可能性が示唆された。

謝 辞

調査にご協力いただきましたグループ参加者の皆様と保健師の皆様へ心より感謝申し上げます。なお、本研究の一部は第55回日本小児保健学会(北海道)にて発表した。

文 献

- 1) 田中和子. 育児適応に影響を与える要因の検討. 母性衛生 2007; 47 (4): 554-562.
- 2) 黒澤礼子, 田上不二夫. 母親の虐待的育児態度に影響する要因の検討. カウンセリング研究 2005; 38 (2): 89-97.
- 3) 中谷奈美子, 中谷素之. 母親の被害的認知が虐待的行為に及ぼす影響. 発達心理学研究 2006; 17 (2): 148-158.
- 4) 伊吹麻里, 中村歩美, 中野真希, 他. 核家族における乳幼児期の母親の育児不安—育児不安に影響する人的環境要因—. 藍野学院紀要 2004; 18: 105-111.
- 5) 宮地文子, 山下美根子, 渡辺好恵, 他. 初妊婦および3~4か月児・保育園児の母親の抑うつとの関連要因. 日本地域看護学会誌 2001; 3 (1): 115-122.
- 6) 北村愛子, 佐鹿孝子, 大久保ひろ美, 他. 父親の育児参加と母親の育児不安との関連—204組の夫婦のアンケート調査より—. 山梨県立看護大学短期大学部紀要 2000; 5 (1): 61-76.
- 7) 宮本政子, 船越和代, 中添和代, 他. 乳幼児を持つ母親の育児不安の現状とその要因. 香川県立医療短期大学紀要 2000; 2: 115-121.
- 8) 清水 裕, 自尊感情尺度. 堀洋道監修/山本真理子編. 心理測定尺度集 I. 初版 東京:サイエンス社, 2005: 29-31.
- 9) 西村あをい. 長期治療が必要な疾患の子どもを持つ母親の育児ストレスと自尊感情との関係—健康な子どもを持つ母親との比較から—. 小児保健研究 2008; 67 (3): 478-486.
- 10) 和田紀子. 三歳児健診を受診した児にみられる問題と家族機能の評価. 小児保健研究 2000; 59 (1): 25-34.
- 11) 和田紀子. 家族機能と幼児の行動および父母の育児問題. 小児保健研究 1999; 58 (1): 49-57.

〔Summary〕

A questionnaire and interview survey was conducted to clarify how mothers with child-rearing problems and their family functions would be improved when they participate in group programs. Findings show that the scale value of the mother's self-esteem and family functions is likely to increase after their participation in such programs. It appears that this participation allows mothers to feel empowered by talking with other mothers who are experiencing similar problems and to learn about parenting including how to praise and discipline children. It is believed that these changes would help the mothers

to increase their motivation for and gain confidence in the way they perform child rearing. Results also suggest that such changes in the mother's attitude could lead to improvements in her relationship with her child (ren) and family functions, with the mother herself engaging in more frequent communication with her husband regarding child rearing.

[Key words]

mother, maternal and child health activity, group program, self-esteem, family function