

## 研 究

就学前幼児を育てている母親の自己イメージと  
育児不安との関連眞崎 由香<sup>1)</sup>, 橋本佐由理<sup>2)</sup>, 奥富 庸一<sup>3)</sup>, 池田 佳子<sup>4)</sup>

## 〔論文要旨〕

育児不安の強さが児童虐待へ影響すると指摘されている。そこでわれわれは、就学前幼児を育てている母親への効果的な支援の示唆を得ることを目的に、自己イメージと育児不安の関連を検討することにした。A・B市の全公立幼稚園、保育所児の母親に対して自記式質問紙調査(n=3,386,有効回答率56.2%)を2006年に行った。調査から、母親の否定的な自己イメージが育児不安の強さに関連していることがわかった。否定的な自己イメージをもつ母親は慈愛願望欲求が満たされていないために不安を抱えやすいと考えられた。育児不安の軽減には、母親が自分を愉しみながら人とも楽しむことのできる自己報酬追求型の生き方を支援する必要性が示唆された。

Key words : 育児不安, 自己イメージ, 母親, 就学前幼児

## I. はじめに

近年、少子化や核家族化、コミュニティの崩壊など育児をめぐる社会環境が変化してきている。孤独な中で育児に取り組むため、「幼児期の子を持つ母親の7割が育児不安を訴える」といわれている<sup>1)</sup>。強い育児不安を抱えると、親子の心身の健康状態の悪化や児童虐待などの危険性が生じると指摘されている<sup>2,3)</sup>。それには、育児不安を軽減する有効な支援が急務である。

育児不安は、牧野(1982)により、「子どもの現状や将来、或いは育児のやり方や結果に対する漠然とした恐れを含む情緒の状態また無力感や疲労感、或いは育児意欲の低下などの生理現象を伴ってある期間持続している情緒の状態、或いは態度」と定義されてから今まで育児不安の本態を明らかにする研究がなされて

きた。既存の研究の多くは、夫をはじめとしたサポートに焦点が当てられてきた。しかしながら、支援のタイミングや量、質が適切でないとネガティブな方向へ働くとの報告もあり<sup>5)</sup>、サポートの充実だけでは問題の解決につながらないと考えられている。養育行動に影響する要因の1つに親のパーソナリティが指摘されているが<sup>6)</sup>、育児支援を充実させるためには、環境要因だけでなく、母親自身の内的要因に着目して育児不安との関連を検討する必要があると考えた。人は過去の記憶からつくられた自分自身に対して抱く自己イメージを持っており<sup>7)</sup>、自己イメージに基づいて物事を認知している。母親の否定的な自己イメージが自分の育児方法や子どもへの否定的な認知を作り、育児不安を強めるのではないかと考えた。そこで本研究は、就学前幼児を育てている母親の自己イメージと育児不

The Relationship between Self-Image and the Child-Rearing Anxiety for Mothers with Preschool Children

〔2224〕

Yuka MASAKI, Sayuri HASHIMOTO, Yoichi OKUTOMI, Keiko IKEDA

受付 10. 3. 23

採用 11. 8. 5

1) 筑波大学大学院人間総合科学研究科 (大学院生)

2) 筑波大学大学院人間総合科学研究科 (研究職)

3) 倉敷市立短期大学 (研究職)

4) ヘルスサポート縁 (カウンセラー)

別刷請求先: 眞崎由香 筑波大学大学院人間総合科学研究科

〒305-8577 茨城県つくば市天王台1-1-1 筑波大学総合研究棟D510

Tel/Fax : 029-853-3964

安の関連を検討し、有効な支援法構築のための示唆を得ることを目的とした。

## II. 方法

### 1. 対象者

兵庫県、島根県内にある2市の全公立幼稚園・保育所（総数90）に通う児の親6,027名に質問紙を配布し、3,661票の回答を得た。回収された調査票から性別、年齢が未記入のものと男性の回答のものを除き、母親が回答した3,386票（有効回答率56.2%）を分析対象とした。母親の平均年齢は33.70±4.70歳、夫の平均年齢は35.76±5.61歳であった。

### 2. 調査方法

2006年6月下旬から9月上旬に、無記名自記式質問紙調査を行った。調査は地方自治体からの承諾を得て、担当者から園長および所長会議にて説明が行われた。全公立幼稚園および保育所にて回収用封筒と共に調査票を配布、その後1～2週間回収箱を設けて回収した。調査の主旨について依頼書を配布し、プライバシーの保護には十分注意を払うこと、任意の調査であることを伝えた。調査票の内容は、属性および以下の尺度とした。なお、使用尺度は開発者に研究目的による使用の許可を得た。

#### i. 育児不安感尺度（奥富他13項目）<sup>8)</sup>

子育てに対する不安感を測定する。得点範囲は13～52点であり、得点が高いほど不安が強いと解釈する。

#### ii. 自己価値感尺度（Rosenberg, 宗像訳10項目）<sup>9)</sup>

自分に対してどのくらい良いイメージを持っているかを測定する。10点満点であり、0～6点は低い、7～8点は中程度、9～10点は高いと解釈する。

#### iii. 自己抑制型行動特性尺度（宗像10項目）<sup>10)</sup>

他者から嫌われないために自分の気持ちや考えを抑える傾向を測定する。20点満点であり、0～6点は弱い、7～10点は普通、11～14点はやや強い、15点以上はとても強いと解釈する。

#### iv. 情緒的支援ネットワーク尺度（宗像10項目）<sup>10)</sup>

周りからの情緒的支援をどのくらい認知しているかを家族と家族以外とを分けて測定する。10点満点であり、0～5点は低く、6～8点は中、9～10点は高いと解釈する。

#### v. 手段的支援ネットワーク尺度（宗像5項目）<sup>10)</sup>

周りからの手段的支援をどのくらい認知しているか

を家族と家族以外とを分けて測定する。得点範囲は0～5点であり、得点が高いほど支援を認知できていると解釈する。

#### vi. 抑うつ尺度（Zung, 福田ら訳20項目）<sup>11)</sup>

抑うつ傾向を測定する。精神健康度を測る尺度として国内外で一般的に使用されているものであり、尺度の基準関連妥当性を検討するために用いた。

## 3. 分析方法

統計パッケージSPSS ver.15により、有意水準を5%以下として検定を行った。尺度について信頼性分析や因子分析を行い、基準関連妥当性として他の尺度との相関を分析した。また、尺度の平均値および比率の差を検討するためにt検定や $\chi^2$ 検定、事象の起こりやすさを推定するためにオッズ比の算出を行った。

## III. 結果

### 1. 調査票の尺度の検討

調査票の尺度の信頼性分析や因子分析を行い、基準関連妥当性として他の尺度との相関を分析した結果を表1に示した。本研究におけるCronbachの $\alpha$ 係数はおおむね0.70以上であり、調査に使用し得ると判断した。外的基準として、理論的に相関が見られると考えられる抑うつ尺度との相関係数を妥当性係数として算出したところ、すべて有意な妥当性係数が得られた（表1）。

### 2. 属性による育児不安の差

属性による育児不安感の程度を検討した結果を表2に示した。母親の年齢および月に親と会う・話す回数については、平均値をもとに2群を設定した。職業に関しては有職か無職か、子どもの人数は2人以下と3人以上に分けて、育児不安の強さとの関連を検討した。母親の年齢については、33歳未満群は33歳以上群に比べ、育児不安感強群が有意に多かった（ $p < .01$ ）。職業の有無については、なし群はあり群に比べ、育児不安感強群が有意に多かった（ $p < .01$ ）。月に親と会う・話す回数については、10回未満群は10回以上群に比べ、育児不安感強群が有意に多かった（ $p < .05$ ）。

### 3. 育児不安と関連要因

各尺度の高低、強弱による育児不安の強めやすさを表3に示した。特に、自己イメージを測定する自己価

表1 各尺度の信頼性および妥当性分析

尺度	第一因子固有値	第一因子寄与率(因子数)	信頼性係数( $\alpha$ )	妥当性係数
育児不安感	4.445	34.194(2)	.851	.505***
自己価値感	2.751	27.508(3)	.695	-.588***
自己抑制型行動特性	2.582	25.819(2)	.754	.276***
情緒的支援(家族)	5.108	51.078(1)	.911	-.380***
情緒的支援(家族以外)	4.415	44.148(2)	.766	-.272***
手段的支援(家族)	2.052	41.038(1)	.882	-.267***
手段的支援(家族以外)	2.418	48.358(1)	.811	-.214***
抑うつ	4.629	23.143(5)	.824	-

因子分析は、主因子法、プロマックス回転を用いた。

妥当性係数は、基準変数を抑うつとし、尺度と基準変数との相関分析によって求めた。

\*\*\*:  $p < .001$

表2 属性と育児不安感の関係

属性	育児不安感強群 n=1,432	育児不安感弱群 n=1,753	$\chi^2$ 値	有意確率
母親の年齢			7.14	p=.008
33歳未満	605(47.9)	659(52.1)		
33歳以上	827(43.1)	1,094(56.9)		
職業の有無			10.91	p=.001
なし	790(47.4)	878(52.6)		
あり	532(41.3)	757(58.7)		
子どもの人数			0.03	p=.870
1・2人	1,061(45.1)	1,294(54.9)		
3人以上	360(44.7)	445(55.3)		
月に親と会う・話す回数			4.82	p=.028
10回未満	877(46.6)	1,006(53.4)		
10回以上	444(42.4)	604(57.6)		

表3 尺度値の高群低群における育児不安感

尺度	育児不安感強群 n=1,432	育児不安感弱群 n=1,753	オッズ比	95%信頼区間
自己価値感				
低群	1,323(50.0)	1,322(50.0)	4.82	3.77-6.16
高群	85(17.2)	409(82.8)	1.00	
自己抑制型行動特性				
強群	1,217(48.2)	1,307(51.8)	1.98	1.65-2.38
弱群	203(32.0)	432(68.0)	1.00	
情緒的支援(家族)				
低群	494(54.5)	413(45.5)	1.76	1.50-2.06
高群	849(40.5)	1,248(59.5)	1.00	
手段的支援(家族)				
低群	676(48.8)	709(51.2)	1.36	1.18-1.57
高群	690(41.2)	985(58.8)	1.00	
情緒的支援(家族以外)				
低群	443(53.4)	386(46.6)	1.66	1.41-1.96
高群	821(40.9)	1,188(59.1)	1.00	
手段的支援(家族以外)				
低群	698(50.7)	679(49.3)	1.56	1.35-1.80
高群	617(39.8)	935(60.2)	1.00	

値感、自己抑制型行動特性の影響が強かった。自己価値感低群は高群に比べて育児不安感の強めやすさが4.82倍であり、自己抑制型行動特性強群は弱群に比べて育児不安感の強めやすさが1.98倍であった。

#### 4. 自己イメージの良し悪しによる育児不安やその関連要因の差

育児不安の強さに影響の強かった自己イメージを測定する自己価値感、自己抑制型行動特性に着目した。この2尺度を用いてクラスタ分析を行った。その結果、自己価値感が高く、自己抑制型行動特性が弱い「肯定的な自己イメージ群」、自己価値感が低く、自己抑制

表4 自己イメージの良し悪しにおける各尺度の平均値の差

尺度	肯定的な自己イメージ群 n=1,996	否定的な自己イメージ群 n=1,181	t 値	有意確率
育児不安感	21.67±5.36	24.77±6.19	14.18	p=.000
自己価値感	6.54±2.21	4.95±2.19	-19.69	p=.000
自己抑制型行動特性	7.26±2.06	12.54±2.33	64.36	p=.000
情緒的支援 (家族)	8.16±2.83	7.34±3.28	- 6.97	p=.000
手段的支援 (家族)	4.08±1.39	3.74±1.53	- 6.11	p=.000
情緒的支援 (家族以外)	8.25±2.62	7.63±2.87	- 5.80	p=.000
手段的支援 (家族以外)	3.32±1.72	3.06±1.75	- 3.97	p=.000

型行動特性が強い「否定的な自己イメージ群」の2群となった。この2群において、各尺度の平均値に差が見られるかを検討した(表4)。肯定的な自己イメージ群は否定的な自己イメージ群に比べ、育児不安感が有意に低く( $p<.001$ )、支援認知が有意に高かった( $p<.001$ )。

#### IV. 考 察

##### 1. 属性と育児不安

年齢、職業の有無、育児支援者の有無による育児不安の差異について考察する。

年齢に関しては、33歳未満群がそれ以上の群に比較して育児不安感が強い者が多いという結果を得た。これは、母親の年齢が低いほど、育児不安が強くなるという武村ら<sup>12)</sup>の結果を支持するものであった。若い親世代は、少子化社会の中で育ち、幼い子どもと接する機会が少なくなりつつあった。その上、メディアの発達により、周りから認められたり、褒められたりするような良い母子関係をイメージしたまま育児を始めた親もいるであろう。育児をする前に描いていたイメージと現実とのギャップに悩まされたのではないかと推察するが、他の親の育児と比較して一喜一憂するのではなく、自分の育児方法に自信をもち、肯定できることが望ましいだろう。それには、自分で感じ考えながら作り上げていく育児の楽しさを伝える必要がある。

職業の有無による差を検討した。有職母は、無職母に比して不安の低い者が多いという調査結果<sup>13)</sup>があるが、われわれの結果も同様であった。仕事は経済効率、生産性などの物差しによって自分の努力を測ることができる。しかし育児はその成果に対する考え方が各人で異なること、他者からは平穩無事であれば評価をされず、何か不具合があると親のせいとされることなどから、満足感を実感しにくい。育児に専念している母親にとっては、自分自身よりも母親役の方がクローズ

アップされる結果、本来の自分を見失ってしまいがちである。子どもや家族のために過ごす時間に加え、自分のために使う時間があり、自分の好きなことをして生活を楽しむゆとりが大切である。母親が己と向き合い、自分を愛することができれば、あるがままの子どもを慈しみ愛する心が生じやすくなるであろう。

さらに、親と接する回数が育児不安に影響するかを検討した。親と接することが少ない母親はそうでない母親に比べて育児不安感が強い者が多かった。このことは、夫の支援や祖父母の非手段的支援が育児不安を軽減させ、育児への自信を支えるなどの結果を支持するものであった<sup>14)</sup>。核家族化により育児経験者である両親と同居しなくなり、育児は未知との遭遇となった。見通しがつかないために、不安が増強しやすくなっていると考える。母親の不安な思いを受け止め共感し、安心できる声かけをしてもらえる関係性の支援が必要である。

##### 2. 自己イメージと育児不安との関連

育児と自尊感情に関する文献の中で、田中ら<sup>16)</sup>は「育児不安の強さは自尊感情の低さに強く影響されている」と述べている。われわれも自己イメージの良し悪しと育児不安に着目して調査を行い、自分に自信がなく、周りに合わせて自分の気持ちや思いを抑える行動特性をもつ否定的な自己イメージが育児不安を強めやすいことが分かった。これは田中らの結果を支持するものであった。他者の評価を気にして他者から報酬が得られるように生きると、常に不安と恐怖を伴うと宗像は述べている<sup>7,17)</sup>。すなわち否定的な自己イメージをもつ母親は、自分の育児が間違っていないか、非難されないかと他者の目を気にして行動するため、不安が尽きず、ストレスを蓄積するのでであろうと推察する。幼少期に愛されたい、自分を愛したいといった心の本質的欲求の未充足な嫌悪系イメージ記憶があると嫌悪

系の自己イメージスクリプトをもちやすい<sup>18)</sup>。危機の時に守られなかった、無条件に愛されなかったという幼少期の思いを晴らすための修正感情体験をしようとしながら育児に取り組んでいると推察できる。親のイメージが良いと自己イメージも良く、自己イメージが良いとメンタルヘルスも良いことが明らかになっている<sup>19)</sup>。以上のような結果から、育児中の母親へのイメージ療法を通して、養育者との良好な関係を再構築し、あるがままの自分を愛される記憶を作ること、良好な自己イメージへと変容することが必要である。今までの支援は、多くの場合、母親役割に関連した支援に限定されている点が問題であったが、これからは母親を個人として認め、自己成長を支援することが望まれている。育児は、親が自分と向き合い、自分の課題に気づき、自分育てをしていく場でもある。自分を認め自分を好きになり、人と愉しむことのできる自己報酬追求型の自己イメージで生きることが子どもにゆとりを持って接することにつながると思う。

さらに、就学前幼児の育児をしている母親は、育児ストレスを回避し難いために、育児ソーシャルサポートが緩和要因として作用する可能性が高いとされる<sup>20)</sup>。人は自尊感情が高いと他者への親和性も高くなるので、ソーシャルサポートを有効に活用することができる<sup>21)</sup>。肯定的な自己イメージ群は否定的な自己イメージ群に比べて支援認知が高く、育児不安感が弱いという結果が示されたように、母親が肯定的な自己イメージをもっていると他者に対する見方も肯定的になる。人との関係性を大切にしながら、自信をもって育児に取り組むことができると考えられる。

すなわち、母親の自己イメージ変容は、育児不安軽減につながると考えられる。今後、この示唆をもとに、個人や集団に対して効果的に介入しうるプログラムの開発を行っていく予定である。

## V. 結 語

本研究では、母親の自己イメージの良し悪しが育児不安にどのように影響するかについて検証することを目的として、就学前幼児を育てている母親を対象に無記名自記式の質問紙調査を行い、3,386名からの有効回答を得た。分析方法は、尺度の因子分析および信頼性分析、相関分析、t検定や $\chi^2$ 検定、オッズ比の算出により検討した。

その結果、使用した尺度は、信頼性、因子的妥当性、

基準関連妥当性が得られていた。否定的な自己イメージは育児不安の強さに有意な影響力を持っていた。属性では、母親の年齢、職業の有無、月に親と会う・話す回数により、育児不安に差異が認められた。

## 文 献

- 1) 平海光夫. 乳幼児健診で見られた育児不安の検討. 生活科学論叢 2006; 37: 31-37.
- 2) 川井 尚, 庄司順一, 千賀悠子, 他. 育児不安に関する基礎的研究. 日本総合愛育研究所紀要 1994; 30: 27-39.
- 3) 坂間伊津美, 山崎喜比古, 川田智恵子. 育児ストレスの規定要因に関する研究. 日本公衆衛生雑誌 1999; 46 (4): 250-262.
- 4) 牧野カツコ. 乳幼児をもつ母親の生活と「育児不安」. 家庭教育研究紀要 1982; 3: 43-56.
- 5) Ingersoll-Dayton B, Morgan D, Antonucci T. The effects of positive and negative social exchanges on aging adults. J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci 1997; 52 (4): 190-199.
- 6) Belsky J. The Determinants of Parenting: A process Model. Child Development 1984; 55: 83-96.
- 7) 宗像恒次. SAT 療法. 東京: 金子書房, 2006.
- 8) 奥富庸一, 橋本佐由理, 池田佳子. 「育児自信感」および「育児不安感」の尺度作成に関する研究. 日本精神保健社会学会年報 2007; 13: 38-49.
- 9) Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. America: Princeton University Press, 1965.
- 10) 宗像恒次. 最新行動科学からみた健康と病気. 東京: メヂカルフレンド社, 1996.
- 11) 福田一彦, 小林重雄. SDS—自己評価式抑うつ性尺度 (使用手引). 京都: 三京房, 1983.
- 12) 竹村祥恵, 数川 悟, 成瀬優知. A 県の中規模事業所における女性勤労者の精神健康調査. 日本社会精神医学会雑誌 2003; 12: 1-12.
- 13) 島田美恵子. 育児中の母親の不安に関する研究—STAI 得点と属性等との関連—. 母性衛生 1990; 31 (2): 221.
- 14) 大日向雅美. 「子育て支援が親をダメにする」なんて言わせない. 東京: 岩波書店, 2005.
- 15) 唐田順子. 乳幼児をもつ母親のサポート状況と育児不安との関連—病産院サポートを含めた分析—. 母性衛生 2008; 48 (4): 479-488.

- 16) 田中明夫, 尾添真希子. 幼児を保育する母親の育児不安を軽減する要因の検討. 家庭教育研究所紀要 1996; 18: 61-68.
- 17) 宗像恒次. カウンセリング医療と健康—ヘルスカウンセリングへの招待. 東京: 金子書房, 2004.
- 18) 宗像恒次. 総うつ時代の社会的克服策 他者報酬型労働から自己報酬型労働へ. ストレス科学 2007; 22 (1): 24-30.
- 19) 橋本佐由理, 中野智美, 樋口倫子. 両親イメージが自己イメージに与える影響に関する調査研究. 日本保健医療行動科学会年報 2004; 19: 121-138.
- 20) 渡辺久子. 母子臨床と世代間伝達. 東京: 金剛出版, 2000.
- 21) Cochran M, Brassard J. Child development and personal social networks. Child Development 1979; 50: 601-616.

### [Summary]

It is known that strength of the Child-Rearing Anxiety is an effect factor of child abuse. In order to get the evidence of whether a effective support are necessaries, the purpose of this study was to explore the relationship between Self-Image and the Child-Rearing Anxiety. Self-response questionnaires were used in a survey conducted on mothers (n=3,386, the effective answer rate=56.2%) with preschool children living in A and B cities in 2006. The negative Self-Image was significantly related to the Child-Rearing Anxiety. Mothers with the negative Self-Image have a strong desire for love, being eager to be loved or recognized by others. Therefore, they may tend to feel anxious. To reduce the level of Child-Rearing Anxiety, it is essential to support these mothers to develop a self-reward seeking lifestyle, and enjoy life by themselves and with others.

---

### [Key words]

the child-rearing anxiety, self-image, mothers, preschool children