

## 報 告

母親の子育て困り感の実態と  
その支援についての模索

永 井 知 子

## 〔論文要旨〕

本研究は、母親の子どもとかかわる頻度と子育て肯定感に注目し、精神的健康との関連から困り感の実態に即した支援のあり方を検討した。質問紙調査により、母親585人のデータを分析した結果、次の4タイプが抽出された。タイプ別の特徴と支援について、「1. 子育て葛藤タイプ」はほかに比べて育児ストレス、育児不安が高く、困り感をもっていることから、道具的、情緒的、評価的サポートの必要性、「2. 子育て自己満足タイプ」は、子どもへのかかわり方に関する心理教育に加え、タイプ内の詳細な検討の必要性、「3. 子育て不安タイプ」は、必要以上に困り感をもっている可能性があるため、不安解消に向けた情緒的、評価的サポートに加え、メタ認知に焦点をあてる介入、「4. 子育て充実タイプ」は、必要に応じてサポートを求められるような信頼関係の構築が大切だといえる。

Key words : 母親, 子どもとかかわり, 子育て肯定感, 困り感, 精神的健康

## I. 緒 言

近年、少子高齢化社会や核家族化、女性の社会進出など、子育て環境の変化に伴い、子育て支援の重要性が指摘されている。なかでも、子どもへの虐待や不適切なかかわりは、子どもの社会的行動の獲得を妨げるといった発達への影響が指摘されており<sup>1)</sup>、子どもに対する親の希薄なかかわりは不適切な養育態度の一つとして予防的支援の必要性が示唆されている<sup>2)</sup>。また、気になる養育者<sup>注1)</sup>の特徴として保育者からは、「子どもに対する不適切なかかわり」や「保育者の意図が伝わりにくい」といった視点が挙げられる<sup>3)</sup>。また、子どもとかかわりについて保育者が養育者に抱く指摘

としては、保育者による養育者についての評価と養育者の自己評価に大きな認識のずれがみられること<sup>4)</sup>や、育児に対する困り感を引き出せない場合、保育者は支援の難しさを感じる<sup>5)</sup>、専門的な支援が必要と思われる人ほど支援を要請しない状況があること<sup>6)</sup>が挙げられている。さらに、養育者が子育てにおける自身のニーズを認識し、支援を必要だと感じるタイミングでの支援でなければ、支援につながらないどころか、支援者との信頼関係を悪化させる可能性があることも考えられる。つまり、周囲が子どもとかかわりについて支援の必要性を感じていても、養育者が自身の子育てに対して肯定的な感情をもつ場合には困り感<sup>注2)</sup>をもちにくく、ともすれば、支援者と養育

注1) 本研究において、「母親」や「保護者」など、子どもを保護し育てる者について、対象を特定しない場合は、文献タイトルを除き「養育者」という表記に統一した。ただし、分析対象者は「母親」のみであるため、本研究の結果等については「母親」としている。

注2) 永井<sup>7)</sup>は、乳幼児を育てている養育者や保育者の「困り感」に注目し、発達のうえで気になる子どもやその養育者への対応に関する「困り感」だけでなく、養育者の子育て意識や子どもとの関係など、多様化した家庭支援ニーズを含めて検討するため、「困り感」の定義を、「子育てにおいて、困っていること、解決が難しいと感じること、対応に悩むこと、負担に感じる事等の感覚」とし、支援の可能性を広げていくことの必要性を述べている。

者の信頼関係が悪化し、支援につながらないことが考えられる。

また、子育て不安が高い養育者ほど虐待傾向が高いという指摘<sup>8)</sup>や、養育者の不安・抑うつ傾向は、虐待等の不適切な養育に発展する特徴になり得るという指摘<sup>9)</sup>など、養育者の精神的健康は子どもへのかかわり方に直接的に影響を与えることが示唆されている。虐待の発生予防、早期発見、早期対応のためには養育者の不安や抑うつ傾向を理解したうえで支援を提供することが大切だとされる<sup>9)</sup>ことから、子育て支援のあり方を検討するためには、育児ストレスや育児不安といった精神的健康との関連についても検討することが必要である。

そこで本研究では、養育者の子どもとのかかわりの頻度と現状の子育て肯定感に注目し、困り感の実態に即した支援のあり方を検討することを目的とする。

## II. 研究方法

### 1. 調査協力者

国内（8都府県）の保育所、幼稚園、認定こども園、地域子育て支援各教室に在籍している養育者1,489人。

### 2. 調査期間

2016年9～10月の期間で質問紙調査を配布した。

### 3. 調査方法

調査方法は、無記名自記式質問紙法とした。各施設の保育者に質問紙の配布を依頼し、協力者が回答を記入後、封入した質問紙は、設置した回収箱にて回収した。

### 4. 調査内容

#### 1) 属 性

年齢、就労状況、子どもの数、子どもの年齢、同居

家族形態について回答を求めた。

#### 2) 子どもとのかかわり

「育児環境指標」<sup>10)</sup>のうち、「人的かかわり」領域（5項目）を使用した。「育児環境指標」（Index of Child Care Environment）は、育児環境評価 HOME（Home Observation for Measurement of the Environment）の枠組みをもとにした、子ども（0～6歳児）と養育者とのかかわりの質および量的側面を測定する信頼性と妥当性が確認された指標である。質問紙は4つの領域別（「人的かかわり」領域、「制限や罰の回避」領域、「社会的かかわり」領域、「社会的サポート」領域）に特徴を評価でき、将来の発達や気になる行動等の予測妥当性を検証するものである。分析方法については、項目別、領域別、全体を得点化することができるが、本研究においては、母親と子どものかかわりの程度に注目することから、「人的かかわり」領域の5項目を合計し、平均化した得点で、親子間のかかわりの程度を測定した。なお、「人的かかわり」領域の項目内容と回答方法は表1の通りである。いずれの項目についても、ふだんの生活のことについて尋ねており、得点が高いほど子どもと向き合っており、多くかかわりをもっていることを意味している。

#### 3) 育児ストレス尺度

「育児ストレス尺度短縮版」<sup>11)</sup>のうち、「心身の疲労」6項目と、「育児不安」6項目（特に子どもについての気がかりに関する項目で構成されている）を使用した（表2）。各項目について、“当てはまらない（1点）”～“よく当てはまる（5点）”の5件法で回答を求めており、得点が高いほどストレスが高いことを意味している。なお、医療上等の要支援が必要な場合にはおのずと育児不安が高くなることも予想されるため、本来であればその必要性の有無について確認すべきであるが、本調査では、母親自身がストレス状況をどのように評価しているかという認知的側面に注目し、主観

表1 「人的かかわり」領域の各項目について（平均値と標準偏差）

| 項目                                 | 平均値  | 標準偏差 | 回答方法（5件法）                                                          |
|------------------------------------|------|------|--------------------------------------------------------------------|
| ①子どもと一緒に遊ぶ機会<br>(子どもと向き合っており過ごすこと) | 4.30 | .94  | “めったにない(1点)”, “週に1～2回(2点)”, “週に3～4回(3点)”, “週に5～6回(4点)”, “ほぼ毎日(5点)” |
| ②子どもに本を読み聞かせる機会                    | 3.45 | 1.29 |                                                                    |
| ③童謡や子どもの好きな歌と一緒に歌う機会               | 4.01 | 1.18 | “めったにない(1点)”, “月に1～3回(2点)”, “週に1～2回(3点)”, “週に3～4回(4点)”, “ほぼ毎日(5点)” |
| ④配偶者（それに代わる人）の育児協力の機会              | 3.99 | 1.23 |                                                                    |
| ⑤家族で一緒に食卓を囲んで食べる機会                 | 4.16 | 1.06 |                                                                    |
| 「人的かかわり領域」得点 (total)               | 3.99 | .68  |                                                                    |

表2 育児ストレス尺度短縮版<sup>11)</sup> 調査項目

|                                   |
|-----------------------------------|
| I. 育児ストレス（心身の疲労）                  |
| 育児のために睡眠不足の日々が続いている               |
| 子どもの世話でほかのやりたいことができない             |
| 育児で体の疲れがたまっている                    |
| 子育てから解放されて息抜きできる時間が少ない            |
| 夜間、育児のために何度も起きなければならなくて困っている      |
| 子どもの世話で自分の自由がきかないのが辛い             |
| II. 育児ストレス（育児不安）                  |
| 子どもの知的能力に気がかりがある                  |
| 子どもの顔つきや容姿容貌に気がかりがある              |
| 同じ年頃の子どもの様子を知ってわが子が劣っているのではと不安に思う |
| 子どもにどう接したらいいかわからない                |
| 育児のことを考えると、漠然とした不安を覚える            |
| 子どもの性格に気がかりがある                    |

本尺度のⅠは表5のⅠ項、Ⅱは表5のⅡ項である。

表3 育児不安尺度<sup>12)</sup> 調査項目

|                           |
|---------------------------|
| 子どもを育てることが、負担に感じられる       |
| 自分一人で子どもを育てるという切迫感を感じてしまう |
| 子どもを育てるために我慢ばかりしていると思う    |
| 子どものことがわずらわしくてイライラする      |

本尺度は表5のⅢ項である。

的なストレスの程度を捉える目的で本尺度を使用した。

#### 4) 育児不安尺度

1 因子4項目で、育児に対する負担感に関する項目で構成された「育児不安尺度短縮版」<sup>12)</sup>を使用した(表3)。各項目について、“当てはまらない(1点)”～“よく当てはまる(5点)”の5件法で回答を求めており、得点が高いほど育児不安が高いことを意味している。

#### 5) 子育て肯定感に関する項目

ストレス研究において、客観的な事実よりその人にとっての主観的な体験が重要であるとされていること<sup>13)</sup>や、満足度研究においても、自身の幸福のあり方の多様化を背景に、子育て世代といえども、「子育て」という行為以外の個としての充実感や幸福感を抱いているといった実感が重視されるようになっていくこと<sup>14)</sup>から、養育者が、自身の現在の状況をどうみているかが育児負担感などに影響を与えることが示唆される。そこで本研究では、養育者にとって自身の子育てがうまくいっているという実感があるかどうか注目し、“私の育児はうまくいっていると思う”という1項目を独自に設定し、使用した。“当てはまら

ない(1点)”～“よく当てはまる(5点)”の5件法で回答を求めており、得点が高いほど自身の子育てを肯定的に捉えていることを示している。

なお、上記尺度の使用と因子構造の確認については、事前に作成者に承諾を得た。

#### 5. 分析方法

統計処理は、SPSS Statistics ver. 22.0を使用し、クラスター分析、 $\chi^2$ 検定、一要因の分散分析を行った。なお、欠損回答については分析から除外した。

#### 6. 倫理的配慮

本研究は、研究者が勤務する大学の倫理審査委員会承認後(承認番号:28010)、保育所、幼稚園、認定こども園、地域子育て支援各教室の施設長了承後に実施した。調査の説明書には、自由意思による協力であること、個人を特定しないことなどを明記し、質問紙の回収をもって調査への同意が得られたものとした。

### Ⅲ. 結 果

#### 1. 対象者の属性

回答のあった681人(回答率45.7%)の内訳は、父親29人、母親648人、祖母2人、未記入2人であった。本研究では、欠損値を除いた母親585人(回収率39.3%)を分析対象とした。対象者の属性については、表4の通りである。

#### 2. 子どもとのかかわりと子育て肯定感に注目した母親のタイプ

「人的かかわり」得点の平均値は3.99点(SD=.68),「子育て肯定感」得点の平均値は3.22点(SD=.84)であった。「人的かかわり」得点については、いずれの項目の平均値も比較的高く(表1:3.45~4.30)、合計得点の平均値についても約4点と高かった。そこで、上位20%、下位20%に分類された回答を分析対象とし、「人的かかわり」得点と「子育て肯定感」の得点を用い、関連性を検討する目的からWard法によるクラスター分析を行った。その結果、238人の対象者が4つのクラスターに分類され、第1クラスターには71人、第2クラスターには21人、第3クラスターには96人、第4クラスターには50人が含まれていた。次に、得られた4つのクラスターの特徴を明らかにするため、「人的かかわり」、「子育て肯定感」に従属変数として一要

表4 子どもとのかかわりと子育て肯定感に注目した母親の各タイプの平均値と属性

|            |                        | 全体<br>(n=585)      |        | 1. 子育て葛藤<br>(n=71) |        | 2. 子育て自己満足<br>(n=21) |        | 3. 子育て不安<br>(n=96) |        | 4. 子育て充実<br>(n=50) |        |        |
|------------|------------------------|--------------------|--------|--------------------|--------|----------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------|
| F 値(自由度)   |                        | 多重比較 <sup>1)</sup> | 平均値    | 標準偏差               | 平均値    | 標準偏差                 | 平均値    | 標準偏差               | 平均値    | 標準偏差               | 平均値    | 標準偏差   |
| 人的かかわり     | 1,099.9***<br>(3, 234) | 3=4>1=2            | 3.99   | (0.68)             | 2.82   | (0.36)               | 2.90   | (0.29)             | 4.75   | (0.16)             | 4.78   | (0.18) |
| 子育て肯定感     | 159.9***<br>(3, 234)   | 2=4>1=3            | 3.22   | (0.84)             | 2.73   | (0.58)               | 4.24   | (0.44)             | 2.88   | (0.39)             | 4.30   | (0.46) |
| 年齢         |                        |                    | 35.70  | (5.01)             | 36.07  | (5.38)               | 37.00  | (5.06)             | 35.34  | (4.66)             | 36.04  | (4.75) |
|            |                        |                    | 人数     | %                  | 人数     | %                    | 人数     | %                  | 人数     | %                  | 人数     | %      |
| 家族形態       | 核家族                    |                    | 470    | (80.4)             | 50     | (70.4)               | 14     | (66.7)             | 86     | (89.6)             | 43     | (86.0) |
|            | 拡大家族                   |                    | 26     | (4.4)              | 5      | (7.0)                | 1      | (4.8)              | 1      | (1.0)              | 2      | (4.0)  |
|            | 未記入                    |                    | 89     | (15.2)             | 16     | (22.5)               | 6      | (28.6)             | 9      | (9.4)              | 5      | (10.0) |
| 就労状況       | 専業主婦                   |                    | 84     | (14.4)             | 6      | (8.7)                | 4      | (19.0)             | 17     | (17.7)             | 10     | (20.0) |
|            | 就業 <sup>2)</sup>       |                    | 439    | (75.0)             | 60     | (87.0)               | 14     | (66.7)             | 70     | (72.9)             | 33     | (66.0) |
|            | 育児休業                   |                    | 40     | (6.8)              | 2      | (2.8)                | 2      | (9.5)              | 6      | (6.3)              | 5      | (10.0) |
|            | その他                    |                    | 0      | (0.0)              | 3      | (4.2)                | 0      | (0.0)              | 1      | (1.0)              | 1      | (2.0)  |
|            | 未記入                    |                    | 22     | (3.8)              | 2      | (2.8)                | 1      | (4.8)              | 2      | (2.1)              | 1      | (2.0)  |
| 子どもの数      | 1 人                    |                    | 148    | (25.3)             | 9      | (12.7)               | 3      | (14.3)             | 27     | (28.1)             | 26     | (52.0) |
|            | 2 人                    |                    | 300    | (51.3)             | 38     | (53.5)               | 12     | (57.1)             | 48     | (50.0)             | 19     | (38.0) |
|            | 3 人                    |                    | 118    | (20.2)             | 20     | (28.2)               | 6      | (28.6)             | 21     | (21.9)             | 5      | (10.0) |
|            | 4 人以上                  |                    | 19     | (3.2)              | 4      | (5.6)                | 0      | (0.0)              | 0      | (0.0)              | 0      | (0.0)  |
| 子どもの年齢（長子） | 0 歳                    |                    | 10     | (1.7)              | 0      | (0.0)                | 0      | (0.0)              | 0      | (0.0)              | 1      | (2.0)  |
|            | 1 歳                    |                    | 39     | (6.7)              | 1      | (1.4)                | 0      | (0.0)              | 11     | (11.5)             | 5      | (10.0) |
|            | 2 歳                    |                    | 43     | (7.4)              | 1      | (1.4)                | 1      | (4.8)              | 12     | (12.5)             | 7      | (14.0) |
|            | 3 歳                    |                    | 69     | (11.8)             | 4      | (5.6)                | 0      | (0.0)              | 17     | (17.7)             | 9      | (18.0) |
|            | 4 歳                    |                    | 79     | (13.5)             | 7      | (9.9)                | 5      | (23.8)             | 9      | (9.4)              | 10     | (20.0) |
|            | 5 歳                    |                    | 89     | (15.2)             | 12     | (16.9)               | 3      | (14.3)             | 16     | (16.7)             | 6      | (12.0) |
|            | 6 歳                    |                    | 59     | (10.1)             | 11     | (15.5)               | 2      | (9.5)              | 12     | (12.5)             | 3      | (6.0)  |
|            | 7 歳以上                  |                    | 197    | (33.6)             | 35     | (49.3)               | 10     | (47.6)             | 19     | (19.8)             | 9      | (18.0) |
| 子どもの年齢（末子） | 0 歳                    |                    | 73     | (12.5)             | 6      | (8.5)                | 2      | (9.5)              | 14     | (14.6)             | 3      | (6.0)  |
|            | 1 歳                    |                    | 88     | (15.0)             | 6      | (8.5)                | 2      | (9.5)              | 26     | (27.1)             | 7      | (14.0) |
|            | 2 歳                    |                    | 85     | (14.5)             | 11     | (15.5)               | 4      | (19.0)             | 9      | (9.4)              | 5      | (10.0) |
|            | 3 歳                    |                    | 63     | (10.7)             | 9      | (12.7)               | 1      | (4.8)              | 8      | (8.3)              | 5      | (10.0) |
|            | 4 歳                    |                    | 52     | (8.9)              | 12     | (16.9)               | 2      | (9.5)              | 6      | (6.3)              | 2      | (4.0)  |
|            | 5 歳                    |                    | 53     | (9.1)              | 11     | (15.5)               | 6      | (28.6)             | 3      | (3.1)              | 2      | (4.0)  |
|            | 6 歳                    |                    | 18     | (3.1)              | 7      | (9.9)                | 1      | (4.8)              | 2      | (2.1)              | 0      | (0.0)  |
|            | 7 歳                    |                    | 1      | (0.2)              | 0      | (0.0)                | 0      | (0.0)              | 0      | (0.0)              | 0      | (0.0)  |
| 未記入        |                        | 152                | (26.0) | 9                  | (12.7) | 3                    | (14.3) | 28                 | (29.1) | 26                 | (52.0) |        |

<sup>1)</sup> Tukey の HSD 法 (5 % 水準) による多重比較\*\*\* $p < .001$ <sup>2)</sup> ここではフルタイム勤務, パートタイム勤務, 自営業を合わせて就業とする。

因の分散分析を行った。その結果, どちらも有意な群間差がみられた。各クラスターの平均値は表4の通りである。「人的かかわり」については, 第3クラスター=第4クラスター>第1クラスター=第2クラスター, 「子育て肯定感」については, 第2クラスター=第4クラスター>第1クラスター=第3クラスターという結果が示された。今回, 「人的かかわり」についてはいずれのクラスターも, 週に1回以上は子ども

と向き合って遊ぶ機会があることから, 本稿では一般の子育て家庭をあえて分類することにより, より身近な子育て家庭に対する支援のあり方を検討したいと考えた。

第1クラスターは, 子どもとのかかわりが少なく, 子育て肯定感が低いことから, 現状の子育てに対して不満感や困り感をもっていることが予想されるため, 「子育て葛藤」タイプとした。第2クラスターは子ど



表5 母親の困り感タイプごとの精神的健康の平均値

| 項目                    | ①子育て葛藤        | ②子育て自己満足      | ③子育て不安        | ④子育て充実        | F 値      | 多重比較 <sup>1)</sup> |
|-----------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------|--------------------|
| I 育児ストレス尺度<br>(心身の疲労) | 3.14<br>(.94) | 2.18<br>(.95) | 2.70<br>(.97) | 2.37<br>(.95) | 8.97***  | ①>②, ③, ④          |
| II 育児ストレス尺度<br>(育児不安) | 2.66<br>(.83) | 1.98<br>(.87) | 2.15<br>(.77) | 1.71<br>(.68) | 15.48*** | ①>②, ③, ④<br>③>④   |
| III 育児不安尺度            | 2.54<br>(.92) | 1.60<br>(.64) | 1.87<br>(.93) | 1.50<br>(.62) | 17.5***  | ①>②, ③, ④          |

<sup>1)</sup> Tukey の HSD 法 (5 %水準) による多重比較, 上段: 平均値, 下段: (標準偏差)

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

もとのかかわりが少なく, 子育て肯定感が高いことから, 現状の子育てに満足している, つまり困り感がないと考えられるため, 「子育て自己満足」タイプとした。第3クラスターは子どもとのかかわりが多く, 子育て肯定感が低いことから, 必要以上に困り感をもつことが考えられるため, 「子育て不安」タイプとした。第4クラスターは子どもとのかかわりが多く, 子育て肯定感も高いことから, 困る必要がないと考えられるため, 「子育て充実」タイプとした。各タイプの基本属性については表4の通りである。なお, 各タイプについては, 母親の困り感の程度による分類と考え, 以降の説明では母親の困り感タイプとする。

### 3. 母親の困り感タイプと精神的健康の関連

本研究で使用した「I. 育児ストレス尺度 (心身の疲労)」、「II. 育児ストレス尺度 (育児不安)」、「III. 育児不安尺度」について, それぞれの  $\alpha$  係数は .85, .80, .84であった。母親の困り感タイプによって「育児ストレス (心身の疲労・育児不安)」と「育児不安」の得点が異なるか検討するため, 一要因の分散分析を行った (表5)。その結果, 測定に用いた3つの尺度のうち, 「I. 育児ストレス尺度 (心身の疲労)」、「II. 育児ストレス尺度 (育児不安)」、「III. 育児不安尺度」の全3項目において有意差が確認された。多重比較の結果, 「子育て葛藤」タイプは育児ストレス (心身の疲労), 育児ストレス (育児不安), 育児不安について他のタイプに比べて有意に得点が高かった。「子育て自己満足」タイプは, 育児ストレス (心身の疲労・育児不安), 育児不安について「子育て葛藤」タイプよりも有意に得点が低かった。また, 「子育て不安」タイプについては, 育児ストレス (心身の疲労・育児不安) と育児不安について「子育て葛藤」タイプよりも有意に得点が低く, 育児ストレス (育児不安) が「子育て充実」タイプよりも有意に得点が高かった。

「子育て充実」タイプは, 育児ストレス (心身の疲労・育児不安) と育児不安について「子育て葛藤」タイプよりも有意に得点が低く, 育児ストレス (育児不安) については「子育て不安」タイプよりも有意に得点が低かった。

## IV. 考 察

本研究では, 母親の子どもとのかかわりと子育て肯定感に注目し, 支援を要するかどうかを判断する際の視点の一つとして困り感タイプ別に精神的健康に違いがあるかを検討した。結果からは, 子育て環境のうち, 子どもと向き合って過ごす頻度と子育て肯定感に関する母親の自己評価が明らかになり, 母親のタイプによって育児ストレスや育児不安が異なることが示された。

本研究の結果をふまえ, 母親のタイプ別の考察および支援のあり方について述べる。

### 1. 「子育て葛藤」タイプ

このタイプの母親は子どもとのかかわりが平均値より低く, 自身の子育てに関する肯定感が低いといった特徴があり, なおかつ育児ストレスや育児不安が最も高いことが明らかになった。このタイプの子育て肯定感が低い要因としては, 子どもとかわることが大切だと認識しているからこそ, かかわれていないことに満足感を抱くことができないといった, 理想と現実のギャップが考えられる。これまでに, 願望と現実の不一致を体験した母親は, 自信を失い, 不安に陥る<sup>15, 16)</sup>ことが示されており, 子育てにおける理想と現実のギャップが母親としての自信を低下させるという点で共通している。

さらに, 育児への自信喪失と育児不安は関連するといった先行研究<sup>17, 18)</sup>からも, 本研究の「子育て葛藤」タイプは, 母親としての自分に自信をもつことができ

ず、育児ストレスや育児不安が高くなっていることが考えられる。また、このタイプにおいて、専業主婦の割合が少なく、就労者が8割を超えていた。就学前の子どもをもつ母親に対する調査で、「個としての自分」と育児ストレスについて検討し、自分のための時間や世界をもちたいという願いに対してそれが実現されないというギャップが葛藤を生み、それが育児ストレスの増大につながることを示唆される<sup>19)</sup>ことから、子育て中の母親をとりまく環境要因との関連を検討し、ライフワークバランスがうまくいくような支援のあり方も必要になるであろう。また、育児不安に影響を与える要因を分析した牧野<sup>20)</sup>は、就労者は専業主婦に比べて、孤立感や生活の単調さから育児不安に陥ることは少なくすむ一方で、時間的な制約から趣味のための時間や近所づきあいは少なく、疲労感や緊張感からイライラや悩みを蓄積させてしまう傾向があることを指摘し、そうならないためには夫の育児参加が重要な役割を果たすと示唆している。家庭や家族のあり方が変化した現代社会だからこそ、夫婦がともに子育てを楽しめるような夫の意識や制度の変革を進めること、さらに、夫婦のみならず、地域全体で子育てをするといった、開かれた子育て支援システムの構築が必要であるといえる。

以上より、子育てに対する不満感や困り感をもっていることが予想されるこのタイプへの支援方法としては、子どもとのかかわりを増やせるような家事代行などの道具的サポートや、少ないかかわりの時間でも満足感を得られるような子育てスキルの伝達などが必要といえる。また、母親の不安や葛藤を丁寧に聴く等、育児ストレスや育児不安が増長することを防ぐ情緒的サポートや、自信をもてるような評価的サポートも大切であろう。さらに子育てをとりまく環境への働きかけとして、地域における夫婦へのペアレントトレーニングなどの心理教育なども必要だと考えられる。

## 2. 「子育て自己満足」タイプ

このタイプの母親については、子どもとのかかわりが平均値より低く、自身の子育てに関する肯定感が高いといった特徴があった。育児ストレスの緩和要因として子どもの発達に関する知識を挙げた調査では、知識が少ない親の場合は育児ストレスが低いことを見出し、その原因として、自由に自分らしく育児を行っている可能性と、正しい情報をもっていない状態で育

てを行っているため特に不安を感じない可能性を示唆している<sup>21)</sup>。このタイプにおいて子育て肯定感が高い要因として、子どもとのかかわることが少ないことで成長を見逃し、知識をもたないことで不安を回避している母親が存在している可能性が考えられる。ただし、子どもとのかかわる機会が少なくても十分にかかわれているという自信をもつ母親や、周囲のサポートをうまく使えており、楽しくゆとりをもって子育てをしている母親の姿も存在していると考えられ、さらにタイプ内の検証が必要であるといえる。

子育てに困り感がないこのタイプは、支援者との間に子育て意識のギャップが生じる可能性が最も高いといえる。子育てをしている親自らが自分の子育てを見つめ直し、課題を発見するためには、自らの課題を映し出す省察の媒介が必要である<sup>22)</sup>ことや、省察の程度が向上している親では親子関係が改善されたという報告<sup>23)</sup>からも、このタイプへの支援方法としては、母親が必要を感じたときに支援を求められるような信頼関係を築くことに加え、子どもの健やかな成長発達に必要なかかわり方について考える機会を設けるといった心理教育等が必要だと考えられる。また、多様な人とのかかわる中で親自身が成長するといった、他者の存在の重要性も示されており<sup>22, 23)</sup>、母親が子どもとのかかわりをふり返ることができるような小集団での子育てプログラムの実施等に有効性が期待される。

## 3. 「子育て不安」タイプ

このタイプの母親については、子どもとのかかわりが多いにもかかわらず、自身の子育てに関する肯定感が低いといった特徴があり、「子育て充実」タイプに比べて子どもについての気がかりに関する項目で構成された育児ストレス(育児不安)得点が高かった。また、このタイプについては、0歳児、1歳児の末子の子育て中の母親が約4割と、他の3つのタイプに比べて多かった。0歳児、1歳児の子どもは発達の個人差が大きいことに加え、吉田ら<sup>24)</sup>が指摘するように、自我が芽生え始めることで親子関係が変化する時期でもあることから、子どもの発達に関してより不安を抱きやすいことが考えられる。ただし、末子の年齢が1歳前後の場合、育児ストレスに影響を与えるほどではないといった指摘<sup>25)</sup>もあり、きょうだいの有無や末子の年齢のみが影響しているとは言い難い。その他の要因として、子どもと過ごす時間が長いことで少しのことでも

不安に感じやすいということ, もともと不安になりやすいパーソナリティーといったことが考えられる。大日向<sup>14)</sup>は, 子育てに悩みはつきものであり, 建設的な方向に展開するため, 気楽に悩みや不安を訴えることができる場と人を増やすことが大切だとする一方で, 過度な不安により客観的な視点をもてない悩み方をしている母親の存在を指摘している。さらに, 宮崎ら<sup>26)</sup>は, 母親の育児不安の維持プロセスについてメタ認知療法モデルをもとに検討することで, 心配および育児不安に影響を及ぼすものとしてネガティブなメタ認知的信念を報告している。

このタイプへの支援としては, 不安の根源を把握し, 母親の話を丁寧に聴きとるといった情緒的サポートや, 肯定的な評価を与えるといった評価的サポートが必要であると考えられる。さらに, 適切な問題対処に必要な情動的サポートや, 子どもの発達に関する正しい知識の伝達も有効になることが考えられ, それを可能とする専門的な知識とスキルが支援者に求められているといえよう。さらに, 母親がもつ心配を弱め, 育児不安を減弱させるようなメタ認知的信念の変容モデルの介入が, 今後このタイプには有効になる可能性が考えられる。

#### 4. 「子育て充実」タイプ

このタイプの母親については, 子どもとのかかわりが多く, 自身の子育てに関する肯定感が高いといった特徴があり, 子育てに関する悩みにうまく対応できていると考えられる。現状では不安が少なく, 困りごとのないタイプと言い換えることもできるが, 子どもの月齢ごとに母親の育児不安として認識する項目が異なる<sup>27)</sup>ように, 子育て環境の変化や子どもの発達に応じて今後不安が高まる状況がくる可能性も考えられる。そのため, 困り感が生じたときに必要なサポートを求められるよう, 支援者との間に信頼関係を築くことが大切であるといえる。

#### V. 今後の課題

本研究においては, 母親の子どもとかかわる頻度と子育て肯定感に注目し, 精神的健康との関連から困り感の程度に基づく支援のあり方について考察を行った。この方式を用いることにより, 困り感や不安感がある母親については支援の糸口がつかみやすいといえるが, 困っているときに助けを求めることができるか

どうかは別問題である。母親の被援助志向性(支援を求めるかどうかの認知的枠組み)によって, サポートの認識や満足度は異なる<sup>28)</sup>ことから, もし周囲に支援を求めないとすれば子育てにおける葛藤や不安が増大し, 育児ストレスや育児不安が高まる危険性も考えられる。そのため, 今後は各タイプの母親の被援助志向性や, 支援を求めるきっかけ, プロセス等を詳細に検討する必要があるだろう。さらに, 困り感のない母親については, 子育てスキルへの自信やサポートの使用状況等, さらにタイプ内の検討を行うことにより, 支援者との子育て意識におけるギャップを検討し, ギャップが大きい場合のリスクのレベルを精査することも大切である。また, リスクが高く困り感のない母親については, 自身の子育てをふり返ることができるようなチェックリストの開発や子育て支援プログラムの実践とその効果を検証することが必要であるといえる。

#### 謝 辞

本研究にご協力いただきました保育所, 幼稚園, 認定こども園, 地域子育て支援教室ならびに養育者の皆様に心より御礼申し上げます。

なお, 研究の一部は, 日本保育学会第70回大会(岡山)において発表しました。

利益相反に関する開示事項はありません。

#### 文 献

- 1) 戸ヶ崎康子, 板野雄二. 母親の養育態度が小学生の社会的スキルと学校適応に及ぼす影響. 教育心理学研究 1997; 45 (25): 173-182.
- 2) 松原三智子, 岡本玲子, 和泉比佐子. 保健分野で予防的に支援が必要な親の子どもへの不適切な関わり—子どもの虐待問題に携わる専門職へのインタビューをととして—. 日本公衆衛生看護学会誌 2015; 4 (2): 121-129.
- 3) 金山美和子. 「気になる保護者」に関する保育者の意識と支援. 長野県短期大学紀要 2014; 69: 167-173.
- 4) 香月保子, 山田勝美, 吉武久美子. 保育所における保育士と保護者の認識のズレに関する研究—親役割, 生活習慣に関する保育士の保護者評価と保護者の自己評価の視点から. 純心現代福祉研究 2009; 13: 111-126.



- 5) 大塚敏子, 巽 あさみ. 発達上“気になる子ども”の保護者に対する保育園の保育士の支援内容. 日本公衆衛生看護学会誌 2016; 5 (3): 219-229.
- 6) 笠原正洋. 保育者による育児支援: 子育て家庭保護者の援助要請意識および行動から. 中村学園研究紀要 2000; 32: 51-58.
- 7) 永井知子. 子育て支援領域における「困り感」に関する文献検討. 四国大学紀要人文・社会科学編 2017; 48: 83-91.
- 8) 八重樫牧子. 母親の虐待的傾向および虐待的経験との関連性からみた母親の子育て不安. 子ども家庭福祉学 2003; 3: 11-23.
- 9) 望月由妃子, 田中笑子, 篠原亮次, 他. 養育者の育児不安および育児環境と虐待との関連 保育園における研究. 日本公衆衛生雑誌 2014; 61 (6): 263-274.
- 10) 安梅勅江. 子育て環境と子育て支援: よい長時間保育のみわけかた. 東京: 勁草書房, 2004.
- 11) 清水嘉子, 関水しのぶ. 母親の育児ストレス尺度—短縮版作成と妥当性の検討. 子どもの虐待とネグレクト 2010; 12 (2): 261-270.
- 12) 加藤邦子, 石井クンツ昌子, 牧野カツコ, 他. 父親の育児かわり及び母親の育児不安が3歳児の社会性に及ぼす影響: 社会的背景の異なる2つのコホート比較から. 発達心理学研究 2002; 13 (1): 30-41.
- 13) Lazarus R, Folkman S. ストレスの心理学—認知的評価と対処の研究. 本明 寛, 春木 豊, 織田正美監訳. 東京: 実務教育出版, 1991.
- 14) 柏木恵子. 子どもが育つ条件—家族心理学から考える (第15版). 東京: 岩波書店, 2017.
- 15) 小林康江. 産後1ヵ月の母親が「できる」と思える子育ての体験. 母性衛生 2006; 47 (1): 117-124.
- 16) 大日向雅美. 育児不安・発達心理学の立場から. こころの科学 2002; 103: 10-15.
- 17) 清水嘉子. 生後3ヵ月の子どもをもつ母親の育児への自信—育児幸福感, 育児ストレス, 蓄積的疲労, 属性の検討—. 小児保健研究 2013; 72 (5): 672-679.
- 18) 清水嘉子. 生後1歳6ヵ月の子どもをもつ母親の育児への自信. 小児保健研究 2015; 74 (3): 453-459.
- 19) 小野田奈穂. 育児期女性の「個人としての自分」と育児ストレスとの関連: 理想と現実のギャップからの検討. 家族心理学研究 2013; 27 (2): 122-136.
- 20) 牧野カツコ. 子育てに不安を感じる親たちへ. 京都: ミネルヴァ書房, 2005.
- 21) 渡辺弥生, 大川真知子. 子どもの発達に関する知識が育児ストレスに及ぼす影響. 法政大学文学部紀要 2017; 74: 81-93.
- 22) 榊 ひとみ. 子育て問題学習における省察的自己教育課程: 省察の媒介物としての鏡 (mirror) に着目して. 北海道大学大学院教育学研究紀要 2007; 103: 163-178.
- 23) 朴 信永, 杉村伸一郎. 子育てに関する省察チェックリストの開発. 中国四国教育学会教育研究ジャーナル 2010; 7: 21-29.
- 24) 吉田弘道, 山中龍宏, 巷野悟郎, 他. 育児不安尺度の作成に関する研究 (その2) —1歳半児, および, 2歳児の母親用モデル—. 小児保健研究 2013; 72 (5): 690-698.
- 25) 園田和子, 武井修治, 松成裕子. 幼児をもつ母親の育児ストレスに関する縦断的研究—1歳6ヵ月児とその2年後の母親の育児ストレスの変化について—. 小児保健研究 2015; 75 (1): 34-39.
- 26) 宮崎球一, 宮澤敬子, 根建金男. メタ認知療法モデルによる母親の育児不安の理解. 不安症研究 2015; 7 (1): 83-91.
- 27) 吉田弘道. 育児不安研究の現状と課題. 専修人間科学論集・心理学篇 2012; 2: 1-8.
- 28) 永井知子. 養育者の被援助志向性の特徴と支援に対する意識との関係性—育児不安, 身近な人からのサポート, 地域支援活動への参加意識との関連より—. 応用教育心理学研究 2017; 33 (2): 27-38.

### 〔Summary〕

The present study examined child care support based on the degree of difficulties felt by mothers and the relationship between the current childrearing status (focused on a relation with the frequency of mother-child contacts and the feeling of satisfaction of child care) and their mental health. The results of a questionnaire survey (n=585) indicated that mothers were classified into four types. Mothers of the “Conflict of child-care” type had the highest scores on both child-care stressors and anxiety. For them physical, emotional



and evaluative supports should be given. For mothers of “Satisfaction of child-care” type psychological education on the relationship with their children. For mothers of “Anxiety of child-care” type, both emotional and assertive supports should be given. Intervention focused on their meta-cognition should be given as well. For mothers of “Fullness of child-care type,” it

was important to establish reliable relationships with supporters who provide assistance in necessary.

---

[Key words]

mothers, relating to the child, the feeling of positive of child-care, difficulties, mental health