

研 究

母子の自己制御機能とストレスが
子どもの清潔行動に及ぼす影響

近藤 悠美, 徳永 淳也

〔論文要旨〕

目 的：母子の自己制御機能、ストレス、母親の発達期待・しつけが子どもの清潔行動に与える影響や要因間の詳細な分析を行った。

対象および方法：A市の保育園・幼稚園に通園する保護者826人を対象とした。基本属性、母子の自己制御機能、母子のストレス、母親のしつけなどに関する無記名自記式質問調査を実施した。

結果および考察：有効回答数は286人（34.6%）であった。子どもの自己制御機能における自己主張・実現は子どもの「不安感情」が低く、母親の「改良型セルフコントロール」が高いほど有意に低くなっていた（ $p=0.001$ ）。一方、自己抑制においては、子どもの「不安感情」、母親の「子どもの聞き分けのなさ」に関するストレスが低いほど有意に高くなることが示された（ $p<0.001$ ）。子どもの聞き分けのなさは母親のストレスとなり、母親は服従を求めやすい養育態度を取りやすくなり、子どもは満足が得られない状態が続く。このことが子どもの自己抑制に負の影響を及ぼしている可能性がある。子どもの自己制御機能が子どもの清潔行動に有意な影響を及ぼす要因として選択された（ $p<0.001$ ）。子どもが発育・発達するうえで、自己制御機能が獲得される過程で清潔行動も獲得される可能性や、自己制御機能の側面から清潔行動に対する介入が可能であることが示された。

Key words：自己制御機能、ストレス、清潔行動

I. 目 的

人が社会に適応して生活するうえで不可欠かつ最も基本的な事柄に関する習慣を基本的生活習慣とい¹⁾、特に、清潔の習慣は、子どもが将来にわたって自らの健康を守る手段を得るために重要な行動である。この基本的生活習慣の定着要因としては自己制御機能があり、規則的生活習慣が定着している児童は高い自己制御機能を発揮するとされている²⁾。自己制御（self-regulationあるいはself-control³⁾）とは認知から行動までの過程に介在し、行動の強弱、維持をつかさどり調整する過程であり、表出された行動が自己制御機能とされる。また、一般的に女兒の方がその発達が早いとされている⁵⁾。年齢、性別とともに自己制御

機能は基本的生活習慣の定着に影響を及ぼす重要な要因として取り上げられてきた。自己制御機能には、自己抑制と自己主張・自己実現の二つが関わりとされている⁶⁾。自己制御機能と同様の概念として捉えられてきたセルフコントロール⁷⁾は、保健行動に影響し、それらの動向を予測する変数となることが明らかにされている^{7,8)}。自己制御機能が直接的に保健行動に影響し、疾病発症の予防につながると考えられるが、清潔行動に着目して自己制御機能との関連を実証的に検討した研究は、これまでほとんどみられない。子どもは、身近な親を行動モデルとして観察学習し、模倣を繰り返しながら基本的生活習慣を獲得していくため、自己制御機能が実行された親の行動観察は、子どもの自己制御機能に重要な示唆を与えるものと推測される。

Effect of Self-regulation and Mother's and Child's Stress on the Child's Cleanliness

Hiromi KONDO, Junya TOKUNAGA

九州看護福祉大学口腔保健学科（教職／研究職）

〔3049〕

受付 18. 6. 18

採用 19. 3. 7

また、近年、子育て環境や子どもを取り巻く環境が複雑化し、ストレスによって引き起こされる行動や症状が観察されている⁹⁾。ストレスは自己制御機能との関連がある¹⁰⁾ことから、自己を認知し制御することがストレスにより困難となり、さまざまな身体的・精神的症状を引き起こすという機序も十分考えられ、これらの要因間の関連の詳細についても検討する必要があるものと推察される。さらに、子どもの自己制御機能の発達や清潔行動の定着には、通園する保育所・幼稚園における先生や園自体の特徴などの要因が作用していると考えられている¹¹⁾。本研究では、施設の介入の程度を考慮したうえで、母子の自己制御機能、ストレス、母親の発達期待・しつけが子どもの清潔行動に与える影響や要因間の詳細な分析を目的とする。

II. 対象および方法

1. 対 象

A市の保育園（所）・幼稚園において、承認の得られた施設に通園する年中・年長児の母親826人を対象に、平成27年5月28日～6月30日の期間に実施した。また、施設に対しては、平成27年7月21日～8月31日の期間に実施した。本調査は、承認の得られた施設および通園する母親を対象に、調査依頼文と質問紙、返信用封筒を配布し回答を依頼した。調査に同意した対象者は、記入後に返信用封筒にて担当者に直接、郵送する回収方法をとった。

なお、本研究は、九州看護福祉大学倫理審査委員会の承認済である（承認番号27-004、許可年月日平成27年5月15日）。

2. 調査項目

以下の項目において、i)～vii)については、母親を対象に回答を求め、viii)およびix)については施設代表者に回答を求めた。

i) 基本属性

母親・子どもの年齢および性別、育児経験年数、就業の有無、就業形態、母親の子どもに対する清掃習慣の把握のため母親による仕上げ磨きの有無について回答を求めた。

ii) 自己制御尺度

幼児を対象とした柏木の自己制御機能尺度をふまえ、松永らが開発した自己主張および自己制御を測定する尺度（5件法33項目）¹²⁾を用いた。これは、自己

主張・実現に関する項目と、自己抑制に関する項目に分けられる。前者は、「好きな玩具、遊びたい玩具を選んでとれる」、「自分の考えや意見を自分から述べる」といった自分の欲求や意志を明確にもち、他人や集団の前で表現し主張するという概念に関する項目である。後者は、「したいことを大人から止められるとやめる」、「友だちとおもちゃの貸し借りができる」といった集団場面で自分の欲求や行動を抑制、制止しなければならないとき、それを抑制するという概念に関する項目である。回答は「全く当てはまらない」～「かなり当てはまる」の5段階評定で回答を求めた。得点が高くなるほど自己主張・実現、自己抑制が高い傾向にあることを示している。

iii) 幼児期におけるストレス反応尺度

幼児のストレスがあるかどうかを客観的に測定するために西木場が作成したストレス反応尺度（4件法17項目）¹³⁾を使用した。なお、本尺度は、身体的反応、不安感情、無気力、無関心の4因子から構成されている。身体的反応は、「気持ちが悪そうにしているときがある」などの心身の働きに関する項目である。不安感情は、「なんとなく、心配そうにしている」などの不安感に関わる項目で構成され、無気力は、やる気や自信のなさなどに関連がある項目である。最後に、無関心は、「遊びたくないときがある」などの他のものに対する興味のなさや関心の低さに関する項目である。回答は、「全く当てはまらない」～「かなり当てはまる」の4段階評定で回答を求めた。得点が高くなるほど身体的反応、不安感情、無気力、無関心が高くストレスが高い傾向にあることを示している。

iv) 子どもの清潔行動実施に関する項目

日常生活の活動状態から適応状態を把握し、実際に支援を実施するためにアセスメントを策定することを目的に作成されたVineland® - II適応行動尺度において、清潔行動が実施される項目に相当する日常生活スキル領域の「衛生」に関する社会的スキル6項目¹⁴⁾を使用した。質問例としては、「歯を磨く」、「風呂に入ったりシャワーを浴びたり、その後に体を拭いたりできる」等を調査した。回答は、「全くしていない」～「通常または習慣的にしている（自ら進んでできる）」の3段階評定で回答を求めた。得点が高くなるほど清潔行動を習慣的にしている、自ら進んでできる傾向にあることを示している。

v) 母親のしつけおよび発達期待に関する項目

a. 母親のしつけおよび発達期待に関する質問紙(柏木)において、自立に対するしつけ・発達期待は子どもの自己の発達に影響することが考えられることから「その日着る服を自分で決めさせる」、「お手伝いをさせている」といった母親の介入・過保護の項目の自立に関する項目(4件法9項目)¹⁵⁾を使用した。

b. 子どもの清潔行動の獲得に向けた母親の清潔行動に関する項目について、「親自身が歯磨きするときに、子どもの目の前でしている」、「子どもと一緒に歯磨きをしている」の2項目について質問した。

回答は、「いつもそうしている」～「全くしない」の4段階評定で回答を求めた。得点が高くなるほど母親のしつけおよび発達期待が高い傾向にあることを示している。

vi) Redressive-Reformative Self-control Scale¹⁶⁾

成人を対象とした日常場面において、個人・状況に応じてどのようなセルフコントロールを実行しているか個人差を評価する尺度(6件法20項目)を用いた。これは、改良型セルフコントロール、調整型セルフコントロール、外的要因による行動のコントロールにそれぞれ関する項目に分けられる。改良型セルフコントロールは、「しなければならないことを済ませてから自分の好きなことをする」といった習慣的な行動を新しくしてより望ましい行動へと変容していくためのセルフコントロールに関する項目である。調整型セルフコントロールは、「憂鬱なときには、楽しいことを考えるようにしている」などのストレス場面において発生する情動的・認知的反応の制御に関する項目である。最後に、外的要因によるコントロールは、「過去の失敗をくよくよ考えてしまう」などの他者依存の傾向や自発的な行動に対する消極性を示す項目である。以上の3因子20項目の下位尺度から構成されており、回答は「全く当てはまらない」～「まさに当てはまる」の6段階評定で回答を求めた。得点が高くなるほどセルフコントロールが高い傾向にあることを示している。

vii) 育児ストレス尺度: 4件法13項目¹⁷⁾

母親の育児ストレスにおいて、就労状況の違いによる育児ストレスを把握することはさまざまな問題への対処方策を考えていくうえで、意味をもつと考えられる項目を質問した。子どもの聞き分けのない行動に関する項目と一人きりの子育て・社会からの孤立に関する項目を用いた。回答は、「全く感じない」～「いつ

も感じる」の4段階評定で回答を求めた。得点が高くなるほど育児ストレスが高いことを表している。

viii) 自己制御機能に関わる施設の保育・教育特徴

自己制御機能において、柏木¹²⁾が幼児を対象に作成した自己制御機能尺度において自己主張、自己抑制に関わる7因子のうち、保育・教育活動上重要と考えられる項目を採用した。質問項目には、「友だちと遊ぶ中で自分で玩具を選択・貸し借りしたり積極的に参加して一緒に遊ぶこと」、「保育士(幼稚園教諭)の制止やルールに従うこと」といった自己制御機能における自己主張・実現や自己抑制に関わる項目において、重要視していることについて、「当てはまらない」～「当てはまる」の3段階評定で回答を求めた。

ix) 施設において、子どもたちが清潔行動を定着するための日常的な介入について、手洗いや歯磨きに関する清潔行動を中心として測定する項目

質問例「手洗いについて声かけをして促すようにしている」、「昼食(おやつ)後は、歯磨きをするように声かけをしている」などについて、「全くしない」～「通常または習慣的にしている」の3段階評定で回答を求めた。

3. 分析方法

同意が得られた回答のうち、回答者が母親である者および各尺度項目において欠損値が半数以下である者を有効回答とし、286人(有効回答率34.6%)を分析対象とした。

各変数および尺度ごとに記述統計量を算出した後、変数間の関連について相関係数を算出し、あわせて各尺度の信頼性についてCronbachの α 係数により検討した。また、子どもの性別や年齢群における清潔行動、自己制御機能、ストレスについて平均値の差の検定を行った。さらに、子どもの自己制御機能に影響を及ぼす要因について各変数を説明変数とした、ステップワイズ法による重回帰分析を実施し、有意な影響を及ぼす変数や要因を明らかにした。最後に、子どもの自己制御機能および施設の清潔行動への介入、母親の子どもに対する清潔行動への介入程度を測定する質問項目における変数を説明変数とした、ステップワイズ法による重回帰分析を実施した。なお、統計解析には、IBM SPSS Statistics Version21を使用した。

表1 研究対象者の基本属性 (n=286)

変数名	統計量
母親の年齢 (歳)	平均 35.43 (SD : 5.30)
子どもの年齢 (か月)	61.73 (SD : 7.53)
子どもの性別	
女児	130 (45.8%)
男児	150 (52.8%)
育児経験年数	9.05 (SD : 24.11)
就業の有無	
常勤	128 (45.1%)
パート・アルバイト	119 (41.9%)
就業なし	36 (12.7%)
仕上げ磨きの有無	
していない	11 (3.8%)
時々している	85 (29.7%)
通常または習慣的にしている	190 (66.4%)

SD : 標準偏差

Ⅲ. 結 果

1. 研究対象者の基本属性

基本属性の各平均値は年齢 (母親:35.43歳, 子ども:61.73か月), 子どもの性別 (女児:130人, 男児:150人), 育児経験年数 (9.05年), 就業形態 (常勤:128人, パート・アルバイト:119人, 就業なし:36人) であった (表1)。

2. 各変数間の相関係数

子どもの「清潔行動」と子どもの「自己主張・実現」, 「自己抑制」との間に正の相関を示していた。子どもの自己制御機能における「自己主張・実現」, 「自己抑制」と子どものストレスにおける「不安感情」, 「無気力」との間に負の相関を示し, 母親の「改良型セルフコントロール」, 「調整型セルフコントロール」に概ね正の相関が示されたが, 「外的要因によるセルフコントロール」には「自己抑制」のみに負の相関が認められた。Cronbach の α 係数により各領域を構成する変

表2 各変数間の相関係数

	子どもの 清潔 行動	子どもの 自己制御機能		子どものストレス				母親の自己制御機能			母親の 発達 期待・ しつけ	Cron- bach の α
		自己 主張・ 実現	自己 抑制	身体的 反応	不安 感情	無気力	無関心	改良型 セルフ コント ロール	外的要 因による セルフ コント ロール	調整型 セルフ コント ロール		
年齢	.081	.040	.069	-.003	.059	.067	.056	-.043	-.132*	-.047	-.144*	
子どもの清潔行動		.316**	.349**	-.193**	-.193**	-.273**	-.226**	.252**	-.200**	.171**	-.401**	.642
子どもの 自己制 御	自己主張・実現		.375**	-.258**	-.378**	-.393**	-.284**	.243**	-.115	.182**	-.162**	.916
	自己抑制			-.250**	-.317**	-.290**	-.316**	.209**	-.251**	.167**	-.244**	.849
子どもの ストレ ス	身体的反応				.612**	.512**	.549**	-.066	.236**	-.023	.134*	.744
	不安感情					.648**	.574**	-.116	.234**	.017	.131*	.752
	無気力						.574**	-.139**	.207**	-.020	.166**	.783
	無関心							-.078	.270**	-.064	.245**	.531
母親の 自己制 御機能	改良型 セルフコントロール								-.036	.538**	-.155**	.720
	外的要因による セルフコントロール									-.003	.219**	.720
	調整型 セルフコントロール										-.148	.769
母親の発達期待・しつけ												.607

** $p < 0.01$, * $p < 0.05$

表3 子どもの性別による自己制御機能, ストレス, 清潔行動の平均値の差の検定結果

	性別	対象者数 (<i>n</i>)	平均値	標準偏差	<i>t</i> 値	<i>p</i> 値
子どもの 自己制御機能 ストレス	清潔行動	女兒	130	2.58	.31	4.125 <i>p</i> < 0.001
		男児	150	2.42	.33	
	自己主張・実現	女兒	130	4.27	.49	1.544 .124
		男児	150	4.12	.61	
	自己抑制	女兒	130	3.91	.48	3.222 .001
		男児	150	3.70	.59	
	身体的反応	女兒	130	1.79	.49	.960 .338
		男児	150	1.73	.49	
	不安感情	女兒	130	1.61	.46	.929 .354
		男児	150	1.56	.52	
	無気力	女兒	130	1.42	.51	-.426 .671
		男児	150	1.44	.54	
	無関心	女兒	130	1.64	.51	1.090 .277
		男児	150	1.57	.49	

各尺度の最低点および最高点について,
 清潔行動:「全くしていない」1点～「通常または習慣的にしている」3点
 自己制御機能:「全く当てはまらない」1点～「かなり当てはまる」5点
 子どものストレス:「全く当てはまらない」1点～「かなり当てはまる」4点

数は十分な信頼性をもつことが確認された(表2)。

3. 子どもの性別による自己制御機能, ストレス, 清潔行動の平均値の差の検定

子どもの性別による平均値の差の検定結果を示した。「清潔行動」において, 女兒の方が実施されていることが示された。また, 自己制御機能における「自己抑制」に男児よりも女兒の方が, 有意に高い値を示していた(表3)。

4. 子どもの年齢群による自己制御機能, ストレス, 清潔行動の平均値の差の検定

子どもの年齢群における自己制御機能, ストレス, 清潔行動において, 5歳未満(48～59か月)と5歳以上(60～82か月)の2群に分類し平均値の差の検定を行った結果を示した。5歳未満群は117人, 5歳以上群は166人であり, 自己制御機能における「自己抑制」において, 5歳以上群が, 有意に高い値を示していた(表4)。

5. 子どもの自己制御機能(自己主張・実現, 自己抑制)を目的変数とした重回帰分析

子どもの「不安感情」「無気力」が低く, 母親の「改良型セルフコントロール」が高いほど, 「自己主張・実現」は有意に高くなっていた。子どもの「不安感情」, 母親

表4 子どもの年齢群別の自己制御機能, ストレス, 清潔行動の平均値の差の検定結果

領域	年齢 (か月)	5歳未満群 (48～59) <i>n</i> =117	5歳以上群 (60～82) <i>n</i> =166	<i>t</i> 値	<i>p</i> 値
清潔行動		2.45	2.52	3.598	.059
自己制御機能	自己主張・実現	4.14	4.19	.509	.476
	自己抑制	3.71	3.84	4.306	.039
ストレス	身体的反応	1.75	1.76	.050	.822
	不安感情	1.53	1.61	1.614	.205
	無気力	1.37	1.47	2.585	.109
	無関心	1.54	1.64	2.750	.098

各尺度の最低点および最高点について,
 清潔行動:「全くしていない」1点～「通常または習慣的にしている」3点
 自己制御機能:「全く当てはまらない」1点～「かなり当てはまる」5点
 子どものストレス:「全く当てはまらない」1点～「かなり当てはまる」4点

の「外的要因によるセルフコントロール」, 母親の「子どもの聞き分けのない行動」に関するストレスが低く, 母親の「改良型セルフコントロール」が高いほど, 「自己抑制」は有意に高くなることが示された(表5)。

子どもの自己制御機能に関わる施設の保育・教育状

表5 子どもの自己制御機能（自己主張・実現、自己抑制）を目的変数とした重回帰分析の結果

		子どもの制御機能					
		自己主張・実現			自己抑制		
		β	t 値	p 値	β	t 値	p 値
年齢		.071	1.349	.178	.075	1.431	$p < 0.001$
性別		-.099	-1.864	.063	-.223	-4.306	$p < 0.001$
R^2 (F 値)		.003 (1.364)			.034 (5.853)		
子どもの ストレス	不安感情	-.238	-3.409	.001	-.213	-3.839	$p < 0.001$
	無気力	-.215	-3.070	.002			
母親の自己 制御機能	改良型セルフコントロール	.193	3.625	.001	.166	3.185	.002
	外的要因によるセルフコントロール				-.137	-2.514	.013
	調整型セルフコントロール	.108	1.726	.085			
母親の ストレス	子どもの聞き分けのない行動				-.257	-4.688	$p < 0.001$
R^2 (F 値)		.223 (16.985)			.257 (17.056)		

p 値は有意な項目 ($p < 0.05$) のみ掲載している。
 β : 標準偏回帰係数, R^2 : 自由度調整済決定係数

表6 子どもの清潔行動を目的変数とした重回帰分析の結果

		子どもの清潔行動		
		β	t 値	p 値
年齢		.057	1.068	.286
性別		-.164	-3.008	.003
R^2 (F 値)		.057 (9.468)		
子どもの自己 制御機能	自己主張・実現	.215	3.731	$p < 0.001$
	自己抑制	.220	3.742	$p < 0.001$
子どもと一緒に歯磨きをする		-.169	-3.158	.002
R^2 (F 値)		.209 (15.713)		

p 値は有意な項目 ($p < 0.05$) のみ掲載している。
 β : 標準偏回帰係数, R^2 : 自由度調整済決定係数

況と子どもの自己制御機能との間に有意な関連は示されなかった。

6. 子どもの清潔行動を目的変数とした重回帰分析

子どもの「自己主張・実現」, 「自己抑制」および母親が「子どもと一緒に歯磨きをする」ことが有意な変数として選択されたが, その他の変数および項目には有意な関連が認められなかった (表6)。施設側の清

潔行動に関わる保育・教育状況には, 関連は認められなかった。

IV. 考 察

本研究の目的は, 子どもの清潔行動に影響を及ぼす要因について, 施設の介入の程度を考慮したうえで, 母子の自己制御機能, ストレス, 母親の発達期待・しつけを評価し明らかにすることである。

労働政策研究・研修機構における調査¹⁸⁾においては, 18歳未満の子どもをもつ母親の就業状況は常勤勤務が24.6%, パート・アルバイトが34.0%, 就業なしが28.2%とされている。本調査の子どもの性別は, 女兒45.8%, 男児52.8%であり, 内閣府の年齢別・男女別人口調査¹⁹⁾によると0~4歳児および5~9歳児では女兒が48.8%, 男児が51.2%と比較的男児が多い傾向にあり, 本研究対象の母親の年齢や就労状況, 子どもの性別の状態から一般集団と比較的同様の基本属性をもつ集団であると考えられる。

1. 子どもの性別による自己制御機能, ストレス, 清潔行動の差について

清潔行動および自己制御機能における自己抑制において, 性別間比較および年齢をコントロールした重回

帰分析で有意差が認められた。清潔行動に性差が認められたことは、松原ら⁴⁾の基本的な生活習慣に関する実施調査でも、各年齢とも女児の実施度が高いことが確認されていたが、本研究でも同様となったことは本研究の外部妥当性を示すものと考えられる。

従来から、満足の遅延における自己制御機能に性差が認められており、育児が要因の一つであることが明らかにされている²⁰⁾。母親は、子どもの生物学的な性別に合わせて、性役割を求めるしつけや養育態度を示し、特に女児に女性らしさを象徴する従順さや自己抑制を求めることとされている²¹⁾。保育所や幼稚園などの集団生活で従順さや行儀の良さなどの女性役割が幼児教育で求められ、成人後の女性は男性よりも人に興味・関心をもち他者からの賞賛や承認されることを望む傾向にあるとされている²²⁾。一方、ピアジェの認知的発達理論において幼児期に表象機能や模倣に言語能力の発達が関連していることが報告されているが²³⁾、幼児期の読み書きにおける言語能力は、女児が有意に高いことが明らかにされている²²⁾。本研究結果において、女児の自己抑制が高い傾向を示していたことは、母親や集団生活から求められる従順さや幼児自身のもつ性役割に関する行動や言語能力の発達等、本研究では取り入れていない自己制御機能に関連する諸要因の影響を排除できないことを示すものとも考えられ、その機序の詳細についても今後検討が必要である。

2. 子どもの年齢による自己制御機能、ストレス、清潔行動の差

5歳以上の者に自己抑制が高い値を示した。松永ら¹²⁾によると、3歳児クラス、4歳児クラス、5歳児クラスを分けて分析した結果、4歳から5歳にかけて自己抑制の平均得点の有意な増加が示され、4歳前後という年齢に伴う認知の発達がこれに寄与している可能性と、入園による集団生活の経験からの影響による発達の可能性があることが示されている。本研究において確認された自己抑制の有意差は、発達や集団生活での経験がその発達に影響を及ぼしているためと考えられる。

幼児期の基本的な生活習慣の獲得は、内在化（2～3歳）から習慣化（4～5歳）に移行する時期であり、本研究においても5歳以上の子どもが、清潔行動を習慣的に実施している傾向があった。一方、認知機能と言語機能の発達には、密接な関係があるとされており、

言語能力や認知機能の発達に伴い自らの言葉によって、子どもは考えや自己をコントロールできるようになり、経験や養育者からの支援によって行動が獲得されていくとされている²³⁾。年齢の上昇とともに言語能力は発達し、経験量は増加することから自己制御機能に伴う一連の動作を学び、その獲得と習慣化が図られるものと推察された。

3. 子どもの自己制御機能に影響を及ぼす要因

自己主張・実現に対しては、子どもの不安感情および無気力が高く、母親の改良型セルフコントロールが高いほど有意に高くなることが示された。また、自己抑制に対しては、子どもの不安感情が高く、母親の改良型セルフコントロールおよび外的要因によるコントロール、母親の子どもの聞き分けのない行動に対するストレスが高いほど自己抑制が有意に高くなることが示された。

ピアジェは、子どもが発達するうえで観察学習を行うことで効率的に知識や認知、行動を学習可能であるとしている²⁴⁾。改良型セルフコントロールは、“習慣的な行動をより望ましい行動へと変容していくためのセルフコントロール”であり、将来の結果を予測して満足遅延することでより価値のある結果に導こうとする能力と捉えられる。Walterら²⁵⁾が、重要性を強調している満足遅延は本研究における自己抑制に近い概念であると考えられ、母親自身が欲求を我慢し、より望ましい結果へ行動変容しようとするセルフコントロールが、子どもの自己主張・実現および自己抑制に影響を及ぼすという機序が存在すると考えられる。母親の自己教示や行動を観察することにより、子ども自身も意志を表現し実行を試みる行動につながり、自己主張・実現の成長に影響を及ぼす可能性が示唆されたものと考えられる。さらに、外的要因によるセルフコントロールは、他者依存の傾向や自発的な行動に対する消極性を表し、セルフ・エフィカシー（自己遂行可能感）の低さを表している²⁶⁾。本研究では、母親の消極性が低く自己遂行可能感が高い方が、子どもの自己抑制を有意に高めることが示された。自分の欲求や行動を抑制して、母親自身が認識する悪い習慣や不安等に対して自発的に対処しようとする行動を、子ども自身が観察することで自己抑制の発達につながる可能性が示唆されたと考えられる。認知発達理論の視点から、母親からの養育や支援に加えて、子どもは母親の行動

を観察し、直接的な模倣や遅延模倣によって、表象機能の能力が発達し自己制御機能の発達が促進されると考えられる。

本研究対象者の多くは就労しながら育児をしており、仕事や育児を両立するさまざまな不安やストレスを抱えていることが推測されるが、母親の育児ストレスは子どもに対して指示命令し服従を求める権威的養育態度となって表出することが明らかにされている²⁷⁾。自己制御機能の発達において、満足の遅延により引き起こされる喜びや充足が自己抑制の発達に必要であり、母親の服従的な養育態度によって、幼児は常に欲求を我慢し満足を充足する機会が少ないため、結果的に自己抑制することが困難になる可能性が示唆されている^{28, 29)}。子どもの聞き分けのなさは母親のストレスとなり、母親は服従を求めやすい養育態度を取りやすくなり、子どもは満足が得られない状態が続く。このことが子どもの自己抑制に負の影響を及ぼしている可能性がある。近年、幼児を取り巻く環境が変化し、パニック、頻尿、チックなどのストレスによって引き起こされた可能性の高い行動や、身体的症状が指摘されている³⁰⁾。ストレスが高い幼児は、自己制御能力が低い傾向があることが示唆されており³¹⁾、ストレスと自己制御機能の関連性が示されている。本研究では、「不安感情」、「無気力」に関連が認められたことから、精神的な不安感がストレスを高め、自己主張・実現および自己抑制に影響を及ぼし、自己主張・実現には不安感情に加え無気力が影響を及ぼす因子であった。自らの意志、欲求を明確にもち、表現し実現する能力である自己主張・実現には、やる気や自信が重要な要素であることが示唆された。

また、施設側の保育・教育方針や介入が幼児の自己制御機能に影響を及ぼすと推察していたが、各施設管理者の回答における分散がみられず、結果として有意な関連が認められなかった。今後は、子どもの自己制御機能に関わる保育（教育）状況について、園長や主任だけでなく現場の職員全員を対象に調査する必要があると考えられる。

4. 清潔行動に影響を及ぼす要因

子どもの自己制御機能における自己主張・実現ならびに自己抑制が高いほど、また、子どもと一緒に歯磨きをする習慣があるほど、子どもの清潔行動が実施される傾向にあることが示された。

自己制御の視点から、一時的な欲求や保健行動を遂行する負担感などを我慢し、後に得られる将来の健康を手に入れるために自発された行動が保健行動であるとされている³²⁾。先行研究により、セルフコントロールが保健行動の直接的な要因・予測因子であること^{7,8)}、好ましい生活習慣と自己制御機能との関連も示唆されている²⁾。本研究は先行研究同様に自己制御機能と清潔行動の関連が示されたと考えられる。また、母親の子どもと一緒に歯磨きをすることが有意な関連が示されたことは、子どもの目の前で歯磨きをする「見せる」という行為だけでなく、子どもと一緒に歯磨きを行うことが清潔行動に対して興味・関心を育て、観察しながら模倣することがその獲得に寄与することが示されたと考えられる。

V. 結 論

1. 母子のストレスが子どもの自己制御機能に有意に負の関連を示すことが確認された。
2. 子どもの自己制御機能が高いほど、清潔行動が実施されている傾向が確認された。自己制御機能が高いことが欲求を我慢しながらも、自らの健康のために自己管理や健康行動を実施するうえで必要な要因であることが示唆された。
3. 自己制御機能の発達や清潔行動の獲得・習慣化には、遅延模倣や表象機能、言語能力の発達に関わる認知機能が重要な要因であると考えられた。

謝 辞

稿を終えるにあたり、本研究にご協力頂きました皆様へ感謝申し上げます。

利益相反に関する開示事項はありません。

文 献

- 1) 長谷川素美. ナーシング・グラフィカ小児看護学 ①小児の発達と看護. 大阪:メディカ出版, 2013: 115-116.
- 2) 赤澤淳子, 後藤智子. 小学生における基本的生活習慣が自己統制および向社会行動に及ぼす影響. 仁愛大学紀要人間学部篇 2013; 12: 1-12.
- 3) 春木 豊. 行動的セルフコントロールの諸理論. 心理学評論 1986; 29: 46-67.
- 4) 松原達哉, 二宮玲子, 和泉沙稚子. 幼児の基本的生活習慣の発達の研究. 鶴見大学紀要 1995; 32:

- 207-236.
- 5) 柏木恵子. 幼児期における「自己」の発達—行動の自己制御機能を中心に—. 東京: 東京大学出版会, 1998.
 - 6) Rosenbaum M. Self-control under stress: the role of learned resourcefulness. *Advances in Behavior Research and Therapy* 1989; 11: 249-258.
 - 7) Schroeder KE. E, Schwarzer R. Habitual self-control and the management of health behavior among heart patients. *Social Science and Medicine* 2005; 60 (4): 859-875.
 - 8) Moffitt T, Arseneault L, Belsky D, et al. A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proc Natl Acad Science USA* 2011; 108 (7): 2693-2698.
 - 9) 川原誠司. 子どもを対象としたソーシャル・サポート研究の動向. 東京大学教育学部紀要 1995; 34: 245-253.
 - 10) 原田勢津子. 自己評価のセルフコントロール. 心理学評論 1986; 29: 27-43.
 - 11) 森下正康. 幼児の自己制御機能の発達研究. 和歌山大学教育学部教育実践総合センター紀要 2003; 1: 47-56.
 - 12) 松永あけみ. 幼児期における自己制御機能(自己主張・自己抑制)の発達—親および教師による評価の縦断データの分析を通して—. 群馬大学教育学部紀要 2008; 57: 169-181.
 - 13) 西木場美賀. 幼児のストレス測定—幼児期におけるストレス反応尺度作成の試み. 日本保育学会大会研究論文集 1999; 52: 292-293.
 - 14) Sparrow SS, Cicchetti DV, Balla DA. (日本語版監修 辻井正次, 村上 隆). 日本語版 Vineland- II 適応行動尺度マニュアル. 東京: 日本文化化学社, 2015.
 - 15) 柏木恵子, 東 洋. 日米の母親における幼児への発達期待及び就学前教育観. 教育心理学研究 1977; 25 (4): 34-45.
 - 16) 杉若弘子. 質問紙法によるセルフ・コントロールの評価. 奈良教育大学紀要 1996; 45 (1): 165-176.
 - 17) 舟越和代, 榮 玲子, 小川佳代, 他. 乳幼児期の子どもをもつ母親の育児ストレス (第2報). 香川県立医療短期大学紀要 2003; 5: 17-24.
 - 18) 労働政策研究・研修機構. 子どものいる世帯の生活状況および保護者の就業に関する調査2016 (第4回子育て世帯全国調査). 調査シリーズ 2017; 175: 44.
 - 19) 内閣府. 平成25年度版子ども・若者白書, 第1部子どもや若者の状況, 第1章人口, 年齢別・男女別30歳未満人口. 2012.
 - 20) Irwin W Silverman. Gender differences in delay of gratification: a meta-analysis. *Sex Roles* 2003; 49 (9/10): 451-463.
 - 21) Maccoby E, Jacklin CN. The psychology of sex differences. Stanford University Press, 1974.
 - 22) 東 清和, 小倉千加子. 性差の発達心理. 東京: 大日本図書, 1998.
 - 23) 浅岡正雄. 動きの模倣とイメージトレーニング. バイオメカニズム学会誌 2005; 29 (1): 31-35.
 - 24) 日下正一. J.Piaget の発達理論における「学習」の問題—とくに発達と学習の関係をめぐって. 長野大学紀要 1981; 3 (1.2): 67-83.
 - 25) Mischel W, Yuichi S, Monica L. Delay of gratification in children. *Science* 1989; 244 (4907): 933-938.
 - 26) 子橋真理子, 井田政則. 衝動性とセルフコントロールとの関連性の検討. 立正大学心理学研究年報 2014; 5: 71-77.
 - 27) 戸田須恵子. 母親の育児ストレスと幼児の気質および養育態度との関係について. 北海道教育大学紀要 2000; 50 (2): 35-45.
 - 28) 戸田須恵子. 母親の養育態度と幼児の自己制御機能および社会的行動との関係について. 釧路論集 北海道教育大学釧路分校研究報告 2006; 38: 59-69.
 - 29) 中道圭人. 父親・母親の養育態度が幼児の自己制御に及ぼす影響. 静岡大学教育学部研究報告 2013; 63: 109-121.
 - 30) 田中依里, 岩本澄子. 本邦における幼児期のストレス研究に関する文献的検討. 久留米大学心理学研究 2005; 4: 115-126.
 - 31) 堀池美菜子, 富田昌平, 村田陽子, 他. 幼児の園生活におけるストレスに関する研究. 幼年教育研究年報 1999; 21: 19-25.
 - 32) 深田順子, 鎌倉やよい, 坂上貴之, 他. 地域高齢者における保健行動に関連した自己制御尺度の開発. 日本看護科学会誌 2012; 32 (3): 85-95.

[Summary]

Objective : We analyzed how mother-child self-regulation abilities, stress, and the mother's developmental expectations and discipline were associated with the child's cleanliness behaviors.

Participants and Methods : The participants were 826 mothers of children belonging to preschools and kindergartens in City A. They received an anonymous questionnaire on basic attributes, mother-child self-regulation abilities, mother-child stress, and the mother's discipline.

Results and Discussion : We analyzed 286 valid responses (34.6%). The child's self-regulation abilities of self-assertiveness and self-fulfillment decreased significantly ($p=0.001$) as the anxious emotional state of the child decreased and the reformative self-control of the mother increased. On the other hand, the child's self-control increased significantly ($p<0.001$)

as the anxious emotional state of the child and the stress of the mother that was caused by "the child's disobedience" decreased. Child's disobedience became a source of stress for the mother, making her more likely to adopt a child-rearing attitude that demands obedience, there by contributing to the ongoing dissatisfaction of the child. This might negatively affect the child's self-control. The self-regulation abilities of the child were selected as one of the causal factors that significantly affects their cleanliness behaviors ($p<0.001$). Our findings suggest that cleanliness behaviors may develop in the same processes as self-regulation abilities develop according to growth, and that interventions to development of children's cleanliness behaviors require the perspective of development of self-regulation abilities.

[Key words]

self-regulation, stress, cleanliness