

研 究

気質特徴に適合したベビーマッサージプログラムが 養育者の育児不安および育児自己効力感に 及ぼす効果の検討

武井 祐子¹⁾, 門田 昌子²⁾, 奥富 庸一³⁾, 竹内いつ子¹⁾
岡野 維新¹⁾, 岩藤 百香⁴⁾, 寺崎 正治⁵⁾

〔論文要旨〕

子どもの気質特徴に適合したベビーマッサージプログラムの有効性を検証するため、ベビーマッサージを行うことが、日常生活で養育者の育児不安や育児自己効力感にどのような影響を与えるのかを明らかにした。回答が得られた61人の結果から、子どもの気質特徴の説明を受け、気質特徴に適合したベビーマッサージを体験することで、ベビーマッサージを取り入れた頻度や子どもの気質特徴の違いにかかわらず、育児不安が低下し、育児自己効力感が高まることが明らかとなった。子どもの気質特徴に適合したベビーマッサージを行うことが、日常生活の中で養育者が抱く育児不安や育児自己効力感に一定の効果をもたらすこと、気質特徴に適合したベビーマッサージプログラムの有効性を確認した。

Key words : 気質, 乳幼児, ベビーマッサージ, 育児不安, 育児自己効力感

I. 問題と目的

子どもの発達上の問題¹⁾や子どもの健康上の問題²⁾など、子ども側の要因によって養育者が育児不安を抱くようになるという報告がある。子ども側の要因の中で、養育者の育児不安に影響を与える子どもの特徴は、養育者にとって育てにくい、あるいは扱いにくい特徴として評価することができ、子どもの気質特徴の一つのタイプとしても分類されている³⁾。乳幼児期において扱いにくい気質特徴を示す子どもであった場合、母親の育児不安は高まることが報告されている⁴⁾。

気質特徴とは、生得的、体質的な基盤をもつ個人の行動特徴であり、ある程度の期間一貫性をもつ。気質特徴を評価する方法としては面接法、質問紙法、観察法などの手法がある。養育者は日常生活の中で子ども

の気質特徴を認知し⁵⁾、自身が認知した子どもの気質特徴に応じて自身の養育行動を行っている。よって、養育者を支援するには養育者が日常生活の中で子どもの気質特徴をどのように認知しているのかを明らかにできる方法で子どもの気質特徴を把握したうえで、養育者に育児行動についての助言をしていくことが必要である。

武井らは、子どもの気質特徴を養育者がどのように認知しているかを明らかにし、その中の特定の気質特徴が養育者の育児不安や育児ストレスを高めることを明らかにした⁶⁾。さらに武井らは、養育者の育児不安を低減するためには、子どもの気質特徴に適合した育児行動ができるという育児自己効力感を高めることが重要であること、子どもの特徴によって異なる困難感を感じる養育者に対しては、子どもそれぞれの気質特

Effects of a Baby Massage Based on Children's Temperament on Childcare Anxiety and Parenting Self-efficacy

Yuko TAKEI, Masako KADOTA, Yoichi OKUTOMI, Itsuko TAKEUCHI, Ishin OKANO, Momoka IWADO, Masaharu TERASAKI

1) 川崎医療福祉大学医療福祉学部臨床心理学科 (研究職 / 公認心理師 / 臨床心理士)

2) 倉敷市立短期大学保育学科 (研究職 / 公認心理師 / 臨床心理士)

3) 立正大学社会福祉学部 (研究職)

4) 川崎医療福祉大学医療福祉マネジメント学部医療福祉デザイン学科 (研究職)

5) 川崎医療福祉大学医療福祉学部臨床心理学科 (研究職 / 臨床心理士)

[3134]

受付 19. 4.12

採用 20.10.22

徴に適合した関わりを助言する必要があると指摘している^{6,7)}。実際に、子どもの気質特徴が養育者にフィードバックされると、養育者はその内容に納得をし、フィードバックされた内容をふまえて子どもの特徴をとらえ直すだけでなく、子どもをよく観察するようになり、子どもの特徴を理解するようになったことが報告されている⁸⁾。しかし、子どもの気質特徴に適合した具体的な対応を助言することが、どのように養育者の育児行動に対する自己効力感を高め、養育者の育児不安を低減させるかについての具体的な検証は行われていない。

養育者の育児に対する自己効力感を高める具体的な関わりの一つとして、ベビーマッサージがある。母親がわが子に行うベビーマッサージは、生後半年くらいまでの子どもを対象としたものが多く、その行為自身が母子相互作用を高め⁹⁾、ベビーマッサージ体験がある母親の育児不安や育児ストレスは、その体験がない母親よりも低い⁹⁾。ベビーマッサージによって、母親は子どもの性質をより正確に感じ取ることができ、タッチをとおして子どもの心と体の不調を感じ取れるなどの効果がある¹⁰⁾。つまり、ベビーマッサージは、実施する中で子どもの状態の理解を促すだけでなく、子どもへの関わり方についての理解を促進する、養育者にとっては日常の中で自然に実施しやすい育児行動であると考えられる。しかし、ベビーマッサージは、毎日実施することが期待されており¹¹⁾、一定期間継続すること、また実施回数を増加させることによって効果が高まり、育児不安を低減させることが明らかとなっている^{12,13)}。つまり、ベビーマッサージは、継続的に実施されることで、子どもの状態と子どもへの関わり方についての理解を促進し、結果的に母親に肯定的な効果をもたらすと考えられる。

乳幼児期は、言葉のみで母子の間のスムーズな相互作用を十分に成立させることは困難である。乳児期早期の段階から実施可能なベビーマッサージは、乳児期早期以降においても母子の相互作用を促す方法の一つとして、日常生活の中で取り入れやすく、かつ実施しやすい、育児に対する自己効力感を高める具体的な育児行動になり得ると考えられる。さらに、母親が自身の子どもの気質特徴を理解したうえで子どもの気質特徴に適合したベビーマッサージを行うことができると、子どもの状態や関わり方をすぐに理解できるため、ベビーマッサージの実施頻度や実施回数が少なくても、

養育者の育児自己効力感を高め、育児不安を低減させる育児行動となる可能性がある。そこで、本研究は0～3歳までの乳幼児を育てる養育者を対象に、子どもの気質特徴を理解したうえで子どもの気質特徴に適合したベビーマッサージを行うことが日常生活の中で養育者が抱く育児不安、育児自己効力感にどのような影響を与えるのかを明らかにし、気質特徴に適合したベビーマッサージプログラムの有効性を検証することを目的として実施した。

II. 対象と方法

1. 研究対象者

A市にある大学の子育て広場を利用する母子、および自身の子どもにベビーマッサージをする目的でB市とC市のベビーマッサージサロンに来所した母子の中で、参加協力が得られた0～3歳児とその母親85組であった。参加申込み時の母親の年齢は27～43歳、平均年齢33.6歳 (SD 4.20)、子どもの月齢は3～42か月、平均月齢は13.35か月 (SD 6.78) であり、男児48人、女児37人であった。このうち、気質特徴に適合したベビーマッサージプログラムに参加し、かつ1か月後に回答するよう求めた質問紙を含むすべての質問紙に回答した61組が分析対象であった。

2. 質問紙

i. 幼児気質質問紙

武井ら¹⁴⁾によって作成された幼児気質質問紙を使用した。この質問紙は、子どもの最近の状態 (この1か月) についての回答を求めるものであり、否定的感情反応尺度 (9項目)、神経質尺度 (10項目)、順応性尺度 (6項目)、外向性尺度 (8項目)、規則性尺度 (7項目)、注意の転導性尺度 (7項目) の6尺度47項目で構成されていた。回答形式は、「1:全くみられない」、「2:ほとんどみられない」、「3:時々みられる」、「4:いつもみられる」の4段階評定であった。尺度得点が高いほどその気質特徴を強く表わす子どもであることを示すが、順応性尺度においては、得点が高いほど順応性の気質特徴を強く表わさないことを示していた。

ii. 育児不安質問紙

手島ら¹⁵⁾が作成した育児不安質問紙を使用した。この質問紙は、回答者の子育てに対する感じ方、実際に子育てをしてどのように感じているか回答を求めるものであり、中核的育児不安尺度 (10項目)、育児感情

尺度（8項目）、育児時間尺度（6項目）の3尺度24項目で構成されていた。回答形式は、「1：全くあてはまらない」、「2：あまりあてはまらない」、「3：少しあてはまる」、「4：非常にあてはまる」の4段階評定であった。尺度得点が高いほど育児不安が高いことを示していた。

iii. 育児自己効力感質問紙

井元ら¹⁶⁾が作成した育児行動に対する自己効力感質問紙より項目を選定して用いた。具体的には、育児不安尺度や育児満足尺度との間に強い相関関係が報告されている¹⁶⁾「接し方」（6項目）と「褒め方・叱り方」（3項目）のカテゴリーに含まれる9項目を用いた。回答形式は、「1：全くできないと思う」、「2：あまりできないと思う」、「3：少しできると思う」、「4：確実にできると思う」の4段階評定であった。得点が高いほど育児自己効力感が高いことを示していた。

iv. 自由記述質問紙

気質特徴に適合したベビーマッサージプログラム体験後、子育てをするうえで母親自身がどのように感じているか、自由記述質問紙による調査を実施した。その中で、体験後に日常の中で気質特徴に適合したベビーマッサージを実施しているかを、「毎日している」、「2日に1回程度している」、「1週間に1回程度している」、「1,2回した」、「していない」の5つの回答から選択するよう求めた。

3. 調査時期および手続き

A市では子育て広場、児童館そして保育園、B市とC市ではベビーマッサージサロンの責任者に調査について説明し、書面で同意を得た後、同意を得られた施設に実施日の約1か月前にチラシを貼るなどして参加募集を行った。参加募集のチラシでは、調査対象となる子どもの年齢が原則2歳までであること、気質質問紙や育児に関わる質問紙などへの回答を求めること、調査の内容および調査の流れ、調査日時、調査場所、申込み方法などを説明した。なお、養育者の希望があれば、申込みの時点で対象児の年齢が3歳前半であれば参加可能とした。申込みのあった対象者に研究協力のお願ひ、同意書および同意撤回書、幼児気質質問紙、育児不安質問紙、育児自己効力感質問紙を手渡し、同意書および3つの質問紙に回答を求めた。以上の手続きを経た親子を対象に、平成28年8月～平成30年3月に、1回に8組程度までで、A市内にある子育て広

場、B市およびC市にあるベビーマッサージサロンで、1時間程度の気質特徴に適合したベビーマッサージプログラムを1回実施した。プログラムでは、養育者に子どもの気質特徴について簡単に説明を行った後、養育者が回答した幼児気質質問紙の結果に基づき、書面にて個別に子どもの気質特徴の結果をフィードバックした。その後、40分程度のベビーマッサージを実施した。ベビーマッサージの概要と効果の簡単な説明後、予備調査の結果¹⁷⁾を参考に筆者らの研究グループが作成した気質特徴に合ったベビーマッサージの内容を、MyふれあいBookを用いてインストラクターが養育者に伝えた。具体的には、6つの気質特徴ごとに、各気質特徴が高い場合と低い場合に分けて、「くびからこしのなでおろしのマッサージ」、「おなかのマッサージ」、「むねのマッサージ」、「あたまのマッサージ」など、各気質特徴に適合したベビーマッサージの仕方やポイントをインストラクターが養育者に伝え、養育者自身が自分の子どもにベビーマッサージを行った。プログラムの体験1か月後に養育者に育児不安質問紙、育児自己効力感質問紙、自由記述質問紙への回答、返送を求めた。

4. 倫理的配慮

本研究は川崎医療福祉大学倫理委員会の承認を受けた（承認番号16-021号）。「研究協力のお願ひ」の文書には、得られたデータは厳重に保管し、研究以外の目的で使用しないこと、個人が特定されることはないことを明記した。

III. 結 果

1. 幼児気質質問紙と気質特徴に適合したベビーマッサージプログラム体験前の育児不安および育児自己効力感との関連

気質質問紙、育児不安質問紙および育児自己効力感質問紙の各下位尺度の平均値、標準偏差および各尺度の α 係数は表1のとおりであった（表1）。

子どもの気質特徴とプログラム体験前の母親の育児不安および育児自己効力感との間の関連を検討するために尺度間で相関係数を求めた（表2）。結果、気質質問紙の否定的感情反応尺度と、育児不安質問紙の中核的育児不安尺度との間に有意な正の相関関係（ $r = .36, p < .01$ ）、育児自己効力感質問紙の接し方および叱り方・褒め方との間に有意な負の相関関係（接

表1 気質質問紙, 育児不安質問紙, 育児自己効力感質問紙の各下位尺度の平均値および標準偏差

	Mean (SD)	α 係数
気質質問紙		
否定的感情反応	2.13 (0.56)	.85
神経質	2.27 (0.46)	.76
順応性	2.45 (0.65)	.78
外向性	3.05 (0.42)	.58
規則性	3.15 (0.49)	.77
注意の転導性	3.29 (0.42)	.73
育児不安質問紙		
中核的育児不安	2.30 (0.54)	.88
育児感情	1.39 (0.36)	.75
育児時間	2.73 (0.49)	.72
育児自己効力感質問紙		
接し方	2.91 (0.37)	.75
叱り方・褒め方	3.39 (0.38)	.54

し方; $r = -.24, p < .05$, 叱り方・褒め方; $r = -.31, p < .01$) が認められた。また, 幼児気質質問紙の神経質尺度と, 育児不安質問紙の中核的育児不安尺度および育児時間尺度との間に有意な負の相関関係(中核的育児不安; $r = -.37, p < .01$, 育児時間; $r = -.22, p < .05$), 育児自己効力感質問紙の接し方との間に有意な正の相関関係 ($r = .33, p < .01$) が認められた。さらに, 幼児気質質問紙の規則性尺度および注意の転導性尺度と, 育児不安質問紙の中核的育児不安尺度との間に有意な負の相関関係(規則性; $r = -.25, p < .05$, 注意の転導性; $r = -.37, p < .01$) が認められた。また, 幼児気質質問紙の注意の転導性尺度と, 育児自己効力感質問紙の接し方および叱り方・褒め方との間に有意な正の相関関係(接し方; $r = .42, p < .01$, 叱り方・褒め方; $r = .28, p < .01$) が認められた。

2. 気質特徴に適合したベビーマッサージプログラム体験前後による育児不安および育児自己効力感の変化

日常生活の中でどの程度ベビーマッサージを実施しているかを尋ねたところ, 「毎日」と回答した母親が21人 (34.4%), 「2日に1回程度」と回答した母親が18人 (29.5%), 「1週間に1回程度」が14人 (23.0%), 「1, 2回」が7人 (11.5%) であり, 「していない」と回答した母親が1人 (1.6%) であった。日常生活の中でどの程度ベビーマッサージを実施しているかについて, 「毎日」および「2日に1回程度」と回答した母親をベビーマッサージ実施頻度高群, 「1週間に1回程度」, 「1, 2回」, 「していない」と回答した母親をベビーマッサージ実施頻度低群とした。ベビーマッサージ実施頻度高群は39人であり, ベビーマッサージ実施頻度低群は22人であった。ベビーマッサージ実施頻度高群とベビーマッサージ実施頻度低群で, 気質特徴に適合したベビーマッサージプログラム体験前と体験後で, 育児不安および育児自己効力感に変化が認められるかを検討するために, 混合計画の2要因(ベビーマッサージ実施頻度高群・ベビーマッサージ実施頻度低群×体験前・体験後)の分散分析を行った(表3)。結果, 育児不安質問紙の中核的育児不安尺度については, プログラム体験の主効果が有意であった ($F(1, 59) = 10.95, p < .001$)。ベビーマッサージ実施頻度の主効果, 交互作用は認めなかった。また, 育児自己効力感質問紙の「接し方」において, プログラム体験の主効果が有意であった ($F(1, 59) = 7.01, p < .05$)。ベビーマッサージ実施頻度の主効果, 交互作用は認めなかった。

3. 気質特徴の違いによるベビーマッサージプログラム体験前後の育児不安および育児自己効力感の違い

6つの気質特徴について Ward 法によるクラスター

表2 気質特徴とプログラム実施前の育児不安および育児自己効力感の関連

	育児不安質問紙			育児自己効力感質問紙		
	中核的育児不安	育児感情	育児時間	接し方	叱り方・褒め方	
気質質問紙	否定的感情反応	.36 **	.15	.21 +	-.24 *	-.31 **
	神経質	-.37 **	-.18	-.22 *	.33 **	.08
	順応性	-.17	-.16	-.05	.12	.08
	外向性	-.17	-.10	-.04	.13	.07
	規則性	-.25 *	-.07	-.08	.18 +	.14
	注意の転導性	-.37 *	-.18 +	-.14	.42 **	.28 **

+ $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$

表3 実施頻度別の体験前後の育児不安および育児自己効力感の変化

	実施頻度高群 (n=39)		実施頻度低群 (n=22)		体験主効果 F値	群主効果 F値	交互作用 F値
	体験前	体験後	体験前	体験後			
	Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)			
育児不安質問紙							
中核的育児不安	2.24 (0.58)	2.08 (0.54)	2.27 (0.52)	2.13 (0.41)	10.95**	0.09	0.05
育児感情	1.39 (0.35)	1.33 (0.35)	1.32 (0.23)	1.26 (0.21)	3.74 ⁺	0.83	0.03
育児時間	2.74 (0.51)	2.67 (0.61)	2.60 (0.46)	2.64 (0.56)	0.85	0.36	0.34
育児自己効力感質問紙							
接し方	2.94 (0.42)	3.10 (0.41)	2.92 (0.35)	2.99 (0.39)	7.01*	0.42	1.04
叱り方・褒め方	3.42 (0.40)	3.51 (0.37)	3.45 (0.35)	3.48 (0.32)	1.89	0.00	0.34

⁺ $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$

表4 クラスター別の体験前後の育児不安および育児自己効力感の変化

	クラスター1 (n=38)		クラスター2 (n=23)		体験主効果 F値	群主効果 F値	交互作用 F値
	体験前	体験後	体験前	体験後			
	Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)			
育児不安質問紙							
中核的育児不安	2.28 (0.55)	2.12 (0.48)	2.20 (0.58)	2.06 (0.53)	11.21**	0.30	0.51
育児感情	1.40 (0.35)	1.35 (0.34)	1.30 (0.25)	1.23 (0.24)	4.27*	1.85	0.07
育児時間	2.73 (0.53)	2.67 (0.64)	2.61 (0.42)	2.64 (0.51)	0.06	0.31	0.74
育児自己効力感質問紙							
接し方	2.91 (0.34)	2.99 (0.40)	2.98 (0.46)	3.17 (0.37)	11.10**	1.71	2.01
叱り方・褒め方	3.42 (0.37)	3.44 (0.37)	3.45 (0.41)	3.61 (0.28)	3.74 ⁺	1.46	2.15

⁺ $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$

分析を行った。デンドログラムを描き、対象者同士の類似性と人数分布を検討した結果、2つのクラスターに分類するのが妥当と判断した。気質特徴クラスター1（以下、C1）は38人であり、気質特徴クラスター2（以下、C2）は23人であった。C1とC2の気質特徴を確認するため、クラスターを独立変数、6つの気質尺度得点を従属変数とする対応のないt検定を行った。結果、否定的感情反応尺度および順応性尺度において、C1がC2よりも得点が有意に高かった（否定的感情反応： $t(46)=3.68$, $p < .001$, 順応性： $t(59)=7.55$, $p < .001$ ）。また、外向性尺度において、C2がC1よりも有意に高かった（ $t(59)=3.75$, $p < .001$ ）。神経質尺度、規則性尺度、注意の転導性尺度については、C1とC2で尺度得点に有意な差は認められなかった。

C1の38人とC2の23人で、気質特徴に適合したベビーマッサージプログラム体験前と体験後で、育児不安および育児自己効力感に変化が認められるかを明らかにするために、混合計画の2要因（C1・C2×体験前・体験後）の分散分析を行った（表4）。結果、育児不安質問紙の中核的育児不安尺度および育児感情

尺度については、プログラム体験の主効果が有意であった（中核的育児不安； $F(1, 59)=11.21$, $p < .001$, 育児感情； $F(1, 59)=4.27$, $p < .05$ ）。クラスターの主効果、交互作用は認めなかった。育児時間尺度については、プログラム体験およびクラスターの主効果、交互作用は認めなかった。育児自己効力感質問紙については、「接し方」については、プログラム体験の主効果が有意であった（ $F(1, 59)=11.10$, $p < .001$ ）。クラスターの主効果、交互作用は有意でなかった。「褒め方・叱り方」については、プログラム体験およびクラスターの主効果、交互作用は認めなかった。

IV. 考 察

子どもの気質特徴と養育者の育児不安および育児自己効力感との間については、従来から指摘されてきたような関連性だけでなく、新たな知見をいくつか得ることができた。一つは、痼癢が激しい気質特徴が子どもが示すと養育者の育児不安が高まるといった結果だけでなく、本研究で新たに注目した育児自己効力感を低下させることも明らかとなった。よって、子どもが否定的な感情を激しく表わす気質特徴を示した場合に

は、早急に養育者に対して適切な育児支援が必要であると考えられる。また、子どもが“よく気がつく”といった聞き分けがよい気質特徴、子どもが“食事や睡眠などの生活リズムが規則正しい”といった生理的リズムが安定している気質特徴や、子どもが“気持ちの切りかえができる”といった注意の切り替えが早く、母親などの声かけにもよく反応を示す気質特徴を示すと、母親の育児不安は低減し、育児自己効力感が高まることが明らかとなった。神経質尺度は、“服が濡れるとすぐに気づき、服を替えてもらいたがる”といった几帳面さや敏感さを示す項目から構成されているが、尺度得点の高さは、情緒面の育てやすさ¹⁸⁾や、問題行動が少ない傾向と関連すること¹⁹⁾が報告されている。また、注意の転導性尺度で測定される気質特徴は、NYLSで明らかとなった9つの気質特徴のうちの“気の散りやすさ”に対応していたが¹⁴⁾、養育者が“よく気がつく”と記述する特徴と対応していること¹⁸⁾が報告されている。さらに、注意の転導性尺度で測定される気質特徴は、子どもの問題行動とは関連がみられず、注意・集中の欠如ではなく、注意の切り替えが早く、一つのことにこだわらず柔軟に対応していく特徴を示すこと¹⁹⁾が指摘されている。生理的リズムが安定している気質特徴を含め、これらの気質特徴は、養育者にとって育てやすい、関わりやすい子どもの特徴であるということは臨床的にも経験的にも明らかであるが、本研究の結果によって、養育者の育児不安を低減させ、育児自己効力感を高める気質特徴であることが明らかとなり、客観的に実証できたと考えられる。

本研究によって、子どもの気質特徴のフィードバックを受け、気質特徴に適合したベビーマッサージを体験することで、母親の育児不安が低下し、育児自己効力感が高まることが明らかとなった。日常生活の中で毎日あるいは2日に1回は気質特徴に適合したベビーマッサージを実施する母親は調査対象となった母親の半数を超えており、1回も取り組まなかった母親は1人だけであった。つまり、多くの母親が子どもの気質特徴を理解し、意識するようになり、日常生活での育児行動に影響を与えていたと考えられる。また、日常生活の中で気質特徴に適合したベビーマッサージをどの程度取り入れたかという取り組みの頻度によらず、一定の効果をもたらすことが明らかとなった。つまり、ベビーマッサージが気質特徴に適合した内容になることで、ベビーマッサージは、取り組みの頻度が少なく

ても育児自己効力感を高め、育児不安を低減する育児行動となることが明らかとなった。

さらに、気質特徴の違いによるベビーマッサージプログラム体験前後の育児不安および育児自己効力感に違いがあるか検討した。気質特徴は、痲癢が激しく、新しい環境や人に慣れにくい気質特徴を示す子どものグループと、機嫌がよく、活発な体を使った遊びを好み、他者と遊んだりすることが好きな気質特徴を示すグループに分類された。従来の研究⁶⁾や本研究で明らかとなったように、痲癢が激しい気質特徴は、養育者の育児不安を高め、育児自己効力感を低下させる。さらに、新しい環境や人に慣れにくい気質特徴を示すことは、新しいことに取り組まない様子に養育者は対応のしにくさを感じることが予想できる。高濱ら²⁰⁾は、養育者が子どもを扱いにくいと認知する主な理由は、慣れにくさ・過敏さ、反抗、自己主張と報告している。よって、痲癢が激しく、新しい環境や人に慣れにくいといった気質特徴は、養育者にとって育てにくい、扱いにくい子どもの気質特徴を示すと考えられる。一方、機嫌がよく、活発な体を使った遊びを好み、子どもや大人など人と遊んだりすることが好きな気質特徴を示す子どもは、養育者にとって育てやすい、扱いやすい気質特徴をもつ子どもだと考えられる。しかし、これらの2つの子どもの気質特徴のタイプによって、気質特徴に適合したベビーマッサージプログラム体験前後で、育児不安と育児自己効力感に違いはなかった。つまり、育てやすさや扱いやすさに関する子どもの気質特徴の違いによらず、母親が子どもの気質特徴を理解し、気質特徴に適合したベビーマッサージを体験することは、育児に対する漠然とした不安および子どもや養育に対する忌避感情を低減させること、子どもへの接し方についての育児自己効力感を高めることが明らかとなった。

本研究では育児不安や育児自己効力感の肯定的変化のメカニズムについては、十分に検討できていない。また、同じ頻度や回数で取り組んだ際に、通常のベビーマッサージと比較して子どもの気質特徴に適合したベビーマッサージの効果がより効果的であるか否かは明らかにできていない。今後は、気質特徴に適合したベビーマッサージプログラムによって肯定的変化が生じるメカニズム、また従来のベビーマッサージプログラムとの比較を行い、その効果を検証していくことが必要だと考えられる。

V. 結 論

気質特徴に適合したベビーマッサージプログラムは、日常生活での取り組みの頻度や子どもの気質特徴によらず、養育者の育児不安の低下や育児自己効力感の向上に一定の効果をもたらすと考えられた。

謝 辞

本研究にご協力いただきましたお母様、お子様、ベビーマッサージインストラクターの久松ひろ子様、長谷栄子様様に心より感謝申し上げます。

本研究の一部は、日本パーソナリティ心理学会第25回大会、日本発達心理学会第28回大会および日本心理学会第79～81回大会で発表した。

本研究は、平成28年度川崎医療福祉大学医療福祉研究費の助成を受けて実施した。

利益相反に関する開示事項はありません。

文 献

- 1) 渡辺奈緒, 岩永竜一郎, 鷲田孝保. 発達障害幼児の母親の育児ストレスおよび疲労感—運動発達障害児と対人・知的障害児の比較—. 小児保健研究 2002; 61 (4): 553-560.
- 2) 福井聖子. 『子どもが病気のとき家庭でどうする?』: 子育て支援の観点にたつ, 親への啓発活動の検討. 小児保健研究 2002; 61 (6): 782-787.
- 3) 庄司順一. 子どもの気質と発達について 気質概念とその小児科臨床への適用. 小児科 1999; 40 (8): 995-1000.
- 4) 水野里恵. 乳児期の子どもの気質・母親の分離不安とのちの育児ストレスとの関係: 第一子を対象にした乳幼児期の縦断研究. 発達心理学研究 1998; 9: 56-65.
- 5) 上村佳世子. 子どもの気質と母子関係. 小児看護 1989; 12: 465-469.
- 6) 武井祐子, 寺崎正治, 門田昌子. 幼児の気質特徴が養育者の育児不安に及ぼす影響. 川崎医療福祉学会誌 2007; 16 (2): 221-227.
- 7) 武井祐子, 寺崎正治, 高尾堅司, 他. 養育者との面接からとらえた育児不安についての質的研究. 川崎医療福祉学会誌 2008; 18 (1): 219-225.
- 8) 武井祐子, 門田昌子, 奥富庸一, 他. 子どもの気質特徴のフィードバックと親子ふれあい遊び体験が養育者に与える効果. 川崎医療福祉大学附属心理・教育相談室年報 2018; 13: 1-13.
- 9) 光盛友美, 山口 求. 養育期における母親の子ども虐待の予防に関する研究—ベビーマッサージを体験した母親と体験していない母親との比較検討—. 日本小児看護学会誌 2009; 18 (2): 22-28.
- 10) 大葉ナナコ. 母子保健事業で生かすベビーマッサージ [1] ベビーマッサージの定義と効果. 地域保健 2004; 35 (6): 56-65.
- 11) 三谷明美, 田中マキ子, 長坂祐二. ベビーマッサージが父親・母親の心理的側面・発達の側面に及ぼす影響に関する文献レビューの一考察. 山口県立大学学術情報 2015; 8: 135-143.
- 12) 渡辺香織. タッチケアが産後1～2ヵ月の母親の愛着・育児不安・母子相互作用に及ぼす影響. 母性衛生 2013; 54 (1): 61-68.
- 13) 伊藤良子, 笠置恵子. ベビーマッサージが母親の愛着・対児感情・メンタルヘルスに与える影響. 母性衛生 2016; 57 (2): 400-409.
- 14) 武井祐子, 寺崎正治, 門田昌子. 幼児気質質問紙作成の試み. パーソナリティ研究 2007; 16 (1): 80-91.
- 15) 手島聖子, 原口雅治. 乳幼児健康診査を通した育児支援: 育児ストレス尺度の開発. 福岡県立大学看護学部紀要 2003; 1: 15-27.
- 16) 井元友貴, 寺崎正治, 武井祐子. 育児期の母親における育児不安についての研究—子どもの気質及び育児における自己効力感との関係—. 日本発達心理学会第18回大会発表論文集, 2007: 749.
- 17) Takei Y, Terasaki M, Kadota M, et al. Effects of baby massage based on child's temperament characteristics on child-rearing. Kawasaki Journal of Medical Welfare 2016; 2 (1): 33-45.
- 18) 武井祐子. 養育者が認知する幼児の特徴と質問紙による気質評価の関連. 小児保健研究 2006; 65 (6): 791-798.
- 19) 武井祐子, 寺崎正治. 養育者がとらえる幼児の行動特徴に関する研究—1歳6ヶ月健診用気質質問紙とCBCLの関係—. 川崎医療福祉学会誌 2005; 14 (2): 261-266.
- 20) 高濱和子, 渡辺利子. 母親が認知する歩行開始期の子どもの扱いにくさ: 1歳から3歳までの横断研究. お茶の水女子大学子ども発達教育研究センター紀要 2006; 3: 1-7.

[Summary]

The effectiveness of a baby massage program tailored to children's temperament was evaluated in this study. The authors assessed how the massage influenced the mothers' childcare anxiety and parenting self-efficacy in daily life. Mothers (n=61) participated in the study. The results indicated decreased childcare anxiety and enhanced parenting self-efficacy when parents conducted baby massages that matched their children's

temperament regardless of the temperament-type or the frequency of baby massages. These results validated the efficacy of temperament-matched baby massages for childcare anxiety and parenting self-efficacy, as well as the effects of this program.

[Key words]

temperament, toddler, baby massage, childcare anxiety, parenting self-efficacy