

研 究

母親の主観的幸福感を促進する育児行動の構造 —自己決定理論に基づく検討—

寺園さおり

〔論文要旨〕

本研究は、自己決定理論に基づき、乳幼児をもつ母親の主観的幸福感を促進する育児行動の構造を検討し、育児行動に対する基本的心理欲求（自律性、有能感、関係性）を充足する支援の可能性を探ることを目的とした。乳幼児をもつ母親 419 人を対象に質問紙調査を実施した。共分散構造分析を行った結果、3つの基本的心理欲求が充足すると内的調整（内発的動機づけ）は、育児に対する自己効力感を介して主観的幸福感を高めるプロセスが示された。

これらの結果から、乳幼児をもつ母親の well-being（心理的健康度）の向上を目指すには、母親の育児行動に対する基本的心理欲求それぞれの充足に応じた支援が効果的であることが考えられた。本研究で用いた育児行動に対する基本的心理欲求充足尺度はその欲求充足状況を把握するアセスメントツールとして使用することが可能であると推察された。

Key words：母親，育児行動，基本的心理欲求充足，動機づけ，自己決定理論

1. 緒 言

平成 13 年度から開始された母子の健康を向上させるための国民健康運動「健やか親子 21」の最終評価において、「子育てに自信が持てない母親の割合」は改善されていなかったことが報告されている¹⁾。野原らは第一子の乳児をもつ母親の育児不安について、育児で心配なことをベースに、育児の負担感や育児の孤独感が伴い、母親として不適切と判断してしまう構造があると述べている²⁾。育児が困難な傾向にある母親は、一般性自己効力感（ある結果を生み出すために必要な行動をどの程度うまく行うことができるかという個人の確信の程度）が低い傾向にあるという³⁾。一方、一般性自己効力感が高い母親は高い心の健康度を示すことが明らかにされている⁴⁾。そして、金岡は母親の

育児に対する自己効力感と母親が認知する情緒的支援、育児負担感や精神的健康との関連から、育児に対する自己効力感向上のための支援の必要性を指摘している⁵⁾。「健やか親子 21（第 2 次）」の重点課題の 1 つである「育てにくさを感じる親に寄り添う支援」においても同様に、子育て期の母親が育児に対して自信を持ち、親としての役割を發揮できるよう支援していくことの必要性が指摘されている⁶⁾。母親の親役割の肯定的意識が母親自身の親育ちにつながり、バランスのよい養育態度で育児ができることも明らかになっている⁷⁾。以上より、母親が感じる育てにくさを軽減するには、母親の「子どもとのかかわり」に関連したポジティブな要因を検討することが必要であり、母親の育児に対する自己効力感の向上を目指して、育児行動を支えていくことが必要であると考えられる。

行動レベル	動機づけ	自己調整	調整過程の特徴
非自己決定的 (他律的)	無動機づけ	無調整	育児は時間を無駄にしている気がする／育児をしたいとは思わない／育児をする理由がわからない
	外 発 的 動 機 づ け	外的調整	育児をしなければいけないと思うから／子育てはきまりみたいなのだから／みんなが当たり前のように子育てをしているから
		取り入れの調整	周りの人にかっこいい親と思われたいから／他の親よりよい子育てをしたいと思うから／周りの人により親だと思われたいから
(自律的) 自己決定的	内発的動機づけ	同一化的調整	子育ては自分のためになるから／子どもを育てることで、自分が成長すると思うから／子育ては自分にとって意義があると思うから
		内的調整	子育ては大変だけれどもおもしろいから／子育ては大変だけれども楽しいから／子育ては大変だけれども子どもを育てることが好きだから

図 1 育児行動に対する動機づけのタイプ

寺藪は Ryan & Deci の自己決定理論に基づき、育児に対する自己効力感に関連する要因を検討している⁸⁾。自己決定理論は人間の行動や人格的な発達に関する基本的な理論である^{9,10)}。自己決定理論の下位理論の一つの有機的統合理論では、主に社会的な価値を自分のものにしていく内在化に着目し、その調整スタイルを自律性（自己決定性）の程度に応じて区分している。具体的には、無気力状態である無動機づけ（調整なし）から外発的動機づけ（外的調整、取り入れの調整、同一化的調整、統合的調整）、内発的動機づけ（内的調整）という順で、外発的動機づけから内発的動機づけを自律性という次元状の連続体で捉えている⁹⁻¹²⁾。実証的研究において、外発的動機づけの中で最も自律性の高い統合的調整は同一化的調整と統計的な分別が難しいため取り扱われていない¹³⁾。寺藪も統合的調整を取り扱わず、育児行動に対する動機づけ尺度を開発している（図 1）⁸⁾。寺藪によると無動機づけとは子どもを育てることに対する自らの意味をもたない状態で育児を継続する動機づけ（育児を継続していない場合もある）、外発的な動機づけは内在化の程度により最も低く他律的な外的調整（子どもを育てることに対する自らの意味を持たない状態で、周囲からの強制により育児を継続しようとする動機づけ）、やや他律的な取り入れの調整（子どもを育てることに対する自らの意味を持っているが、母親自身の名誉や羞恥心から育児を継続しようとする動機づけ）、自律的な同一化的調整（子どもを育てることに積極的な意味をもちながら育児を継続する動機づけ）と徐々に自律の

程度が高くなり、最も自律的な内発的動機づけに相当する内的調整（日々の育児の中で葛藤を抱くこともあるが、子どもを育てることの楽しさやおもしろさから育児を継続する動機づけ）と段階的に育児行動に対する動機づけを捉えている⁸⁾。これらの調整スタイルは自律性の高い順に、内的調整、同一化的調整、取り入れの調整、外的調整と次元上に並び、概念上隣接する調整スタイル同士は関係が強く、概念上離れた調整スタイル同士では関係が弱くなるというシンプレックス構造と呼ばれる関係にある¹⁴⁾。自己決定理論では、自律性、有能感、関係性への欲求がキーワードとされ、これら 3 つの基本的心理欲求の充足により自律的な動機づけが促進され、心理的な発達や精神的健康をもたらすという⁹⁻¹²⁾。育児行動に対する基本的心理欲求充足のうち、自律性への欲求充足とは、母親が自分自身の考えや思いで育児をしていると認識し、「自分らしく」育児を継続している状態、有能感への欲求充足とは、母親が自分自身の育児を認めたり、他者に認められたりする中で育児に対する自信を得ている状態、関係性への欲求充足とは、子育てコミュニティの中で、母親が周囲とのつながりを実感し、安心している状態を指す⁸⁾。寺藪によると、育児行動に対する基本的心理欲求充足尺度と育児に対する自己効力感尺度との間に正の相関、また、育児行動に対する動機づけの下位尺度のうち、自律性の高い内的調整と同一化的調整との間に正の相関が認められたことから、乳幼児をもつ母親の自律性、有能感、関係性への欲求が充足されたとき、育児に対する自己決定的な行動や well-being(心

表1 育児行動に対する基本的心理欲求充足尺度の項目内容

自律性の欲求充足
自分で決めた方法で子育てをしていると思う
育児の方法は自分で自由に決めていると思う
日々の生活において、私は育児についての意見や考えを自由に表現できると思う
自分らしく子育てをしていると思う
有能感の欲求充足
私は日々の子育てで自信を得ていると思う
私は日々の育児で達成感を感じている
私はうまく子育てをしていると思う
私は日々の子育てで自分の得意なことを発揮する機会があると思う
周りの人が私の育児を認めてくれていると思う
関係性の欲求充足
育児で悩んだときに、励ましてくれる人がいると思う
育児で相談できる人がいると思う
周囲の人と信頼関係を築いていると思う
周囲の人から親切にされていると感じている
保護者の中に心を許せる人がいると思う
保護者同士、うまくやっていると思う

理的健康度)が高まる可能性が示唆された⁸⁾。

以上より、乳幼児をもつ母親の育児行動に対するポジティブな要因として自律的な動機づけに着目し、基本的心理欲求の充足された自律的動機づけによる母親の子どもへのかかわりが育児に対する自己効力感を介して主観的幸福感に及ぼす影響を検討することは、乳幼児期の母子の well-being の向上と家庭の教育力の向上に繋がると考える。

そこで本研究では、自己決定理論に基づき、乳幼児期の子どもをもつ母親の主観的幸福感を促進する育児行動の構造を検討し、育児行動に対する基本的心理欲求尺度(表1)をアセスメントの指標とした支援の可能性を探ることを目的とする。

II. 方 法

1. 研究対象者と調査方法

2019年2月～3月、関東圏の私立幼稚園1園(配布数431部)、公立保育所3園(配布数320部)、子育て広場1か所(配布数92部)に調査協力を依頼し、園・施設ごとにクラス担任や施設代表者が保護者へ質問紙を配布し(配布総数843部)、家庭で記入後、無記名で封をしてそれぞれの園・施設へ提出してもらったものを回収した(回収数460部)。フェイスシートを除く質問項目の記入漏れのあった質問紙を除き、419人(有効回答率49.7%)を研究対象者とした。

2. 調査内容

1) 研究対象者の属性

母親の年齢、職業形態、家族形態、子どもに関する情報として、子どもの年齢、出生順位、性別、通園状況の記入を求めた。

2) 育児行動に対する基本的心理欲求充足尺度

寺藪⁸⁾が作成した育児行動に対する基本的心理欲求充足尺度を用いた(表1)。この尺度は、母親が育児をする環境における基本的心理欲求充足を測定するものである。自律性への欲求充足(4項目)、有能感への欲求充足(5項目)、関係性への欲求充足(6項目)の3因子、15項目について5段階(1. 全く当てはまらない, 2. 当てはまらない, 3. 少し当てはまる, 4. 当てはまる, 5. よく当てはまる)で測定した。

3) 育児行動に対する動機づけ尺度

寺藪⁸⁾が作成した「育児行動に対する動機づけ尺度」を用いた(図1)。この尺度は母親の育児に対する理由づけの点から動機づけを測定するものである。内的調整、同一化的調整、取り入れ的調整、外的調整、無動機づけの5因子、15項目(各3項目)について5段階(1. 全く当てはまらない, 2. 当てはまらない, 3. 少し当てはまる, 4. 当てはまる, 5. よく当てはまる)で測定した。

4) 母親の育児行動尺度

寺藪、山口が作成した母親の育児行動尺度を用いた¹⁵⁾。この尺度は母親が実際に子どもへ働きかける行動を測定するものである。子どものQOL(Quality of Life)と養育者としての発達との関連が確認されてお

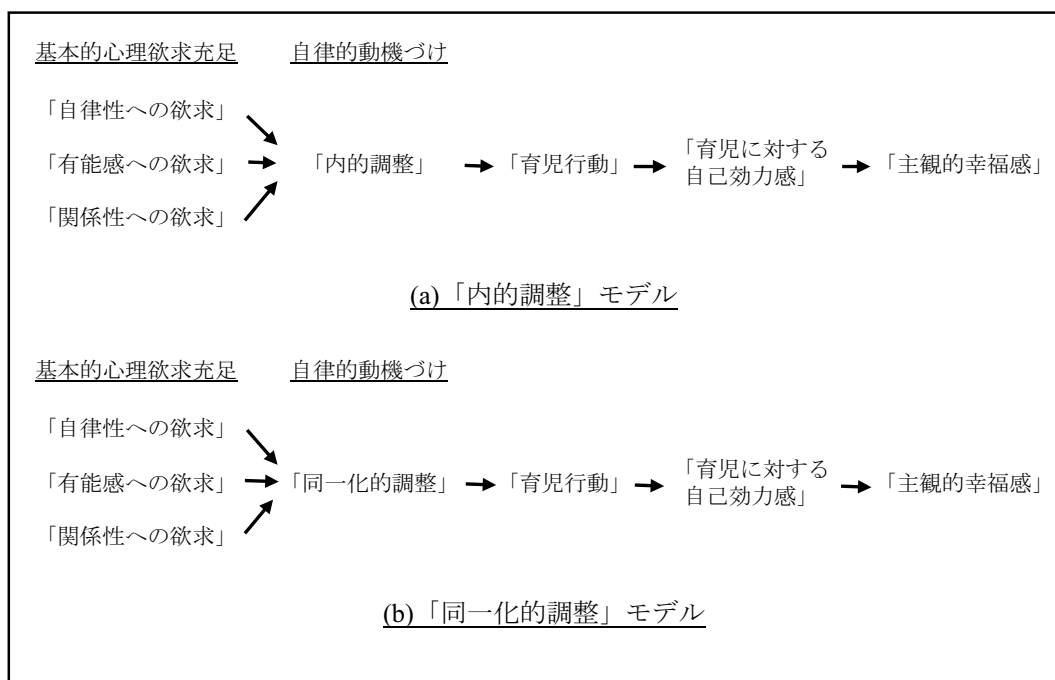


図2 育児行動に対する基本的心理欲求充足, 自律的動機づけ, 育児行動, well-being の関係を表す2つの仮説モデル

り^{16~19)}, 母子にとって望ましい育児行動の尺度とされる。12項目について5段階(1. 全く当てはまらない, 2. 当てはまらない, 3. 少し当てはまる, 4. 当てはまる, 5. よく当てはまる)で測定した。

5) 育児に対する自己効力感尺度

金岡が作成した育児に対する自己効力感尺度を使用した⁵⁾。この尺度は母親が育児で直面する経験的あるいは未経験な新しい状況に遭遇した際に臨機応変に対処できるという確信の程度を測定するものである。13項目について5段階(1. そう思わない, 2. あまりそう思わない, 3. どちらともいえない, 4. まあそう思う, 5. そう思う)で測定した。

6) 主観的幸福感尺度

母親の well-being を測定する尺度として, 伊藤らが作成した主観的幸福感尺度を使用した²⁰⁾。この尺度は主観的な幸福感を自己の生活に対する満足感からなる認知的側面と, ポジティブ感情・ネガティブ感情の両面からなる感情的側面からとらえて評価する尺度である。人生に対する前向きな気持ち, 自信, 達成感, 人生に対する失望感のなさの4領域12項目で構成され, 回答は4段階で測定した。なお, 回答の選択肢は各質問で異なっている(回答選択肢例: 1. 全く感じていない, 2. あまり感じていない, 3. ある程度は, 4. 非常に)。

3. 倫理的配慮

研究協力者(施設代表者)に対しては, 説明書と同意書に基づき, 研究趣旨を説明した後, 研究協力は任意であり, 協力しない場合や途中辞退しても不利益を被らないことを説明し, 書面にて承諾を得た。研究対象者に対しては, 研究参加は任意であり, 質問紙の提出をもって研究への同意とみなすこと, 得られたデータは本研究に限り使用すること, および研究結果の公表は個人が特定されないようすることを質問紙の表紙に明記した。なお, 本研究は国立大学法人埼玉大学におけるヒトを対象とする研究に関する倫理委員会の承認を得て実施した(承認番号: H29-E-10)。

4. 分析方法

統計的解析は, 育児行動に対する基本的心理欲求充足の3つの下位尺度, 育児行動に対する動機づけの5つの下位尺度, 育児行動尺度, 育児に対する自己効力感尺度, 主観的幸福感尺度について各尺度や下位尺度の内的整合性を確認するために Cronbach の α 係数を算出し, 尺度の信頼性を確認した。尺度項目の得点は, 4段階で測定した尺度の項目の得点を1~4, 5段階で測定した尺度の項目の得点を1~5とし, 尺度に含まれる項目の得点の合計値を尺度得点とした。次に, 各尺度得点間の Pearson の相関係数を求めた。育児行動に対する動機づけ尺度については, 下位尺度間の相

関係数によりシンプレックス構造の有無を検討し¹⁴⁾、構成概念の妥当性を確認した。次いで、自己決定理論に基づき⁹⁻¹²⁾、well-beingを促進する自律的な動機づけといわれる内的調整と同一化的調整に影響する基本的心理欲求充足の下位尺度を検討する目的で、共分散構造分析によるパス解析を行なった。仮説モデルを図2に示す。分析には統計解析ソフト IBM SPSS Statics 25 および IBM Amos25 を使用した。

III. 結 果

1. 研究対象者の属性

乳幼児の子どもをもつ母親419人の属性は表2に示すとおりである。母親の年齢は約7割が30代であった。有する子ども数は1人が23.9%、2人が52.3%、3人以上が20.7%であった。母親の就業形態はフルタイムが35.8%、パートタイムが20.8%、専業主婦が40.3%であった。家族形態は86.6%が核家族であった。

2. 各変数の信頼性や合計得点と変数間の相関関係

分析に先立ち、各尺度の信頼性についてCronbachの α 係数を求め、各尺度および下位尺度得点を算出した結果を表3に示す。Cronbachの α 係数はいずれも0.85~0.90と高い値を示し、内的一貫性が保たれていると判断した。次に、各尺度得点間のPearsonの相関係数を求めた結果を表4に示す。育児行動に対する動機づけの下位尺度別に他の尺度(3つの基本的心理欲求充足、育児行動、育児に対する自己効力感、主観的幸福感)との相関係数を見ると、最も自律性の高い内的調整は0.40~0.52と比較的強い正の相関、次に自律性が高い同一化的調整は0.23~0.34とやや弱い正の相関が示唆された。一方、自律性が低い外発的動機づけである取り入的調整は有能感への欲求充足尺度とは相関が認められず、その他の尺度とは-0.14~-0.23と弱い負の相関が示唆された。

さらに自律性の低い外発的動機づけである外的調整は-0.15~-0.38と負の相関、動機づけがない無動機づけは-0.33~-0.44とより強い負の相関が示された。

そして、育児行動に対する動機づけ尺度は、寺菌と同様に、概念的に近い動機づけの間には正の相関、概念上、遠い動機づけほど負の相関もしくは無相関になるというシンプレックス構造が確認され、構成概念の妥当性も検証された^{8,14)}。

表2 調査対象者の属性

母親の年齢	人数	(%)
20~25歳未満	4	1.0
25~30歳未満	29	6.9
30~35歳未満	115	27.4
35~40歳未満	147	35.2
40~45歳未満	99	23.6
45歳以上	14	3.3
無回答	11	2.6
母親の職業形態	人数	(%)
フルタイム	150	35.8
パートタイム	87	20.8
専業主婦	169	40.3
無回答	13	3.1
家族形態	人数	(%)
核家族	363	86.6
大家族	25	6.0
母子	15	3.6
無回答	16	3.8
子どもの性別	人数	(%)
男児	204	48.7
女児	204	48.7
無回答	11	2.6
子どもの人数	人数	(%)
1人	100	23.9
2人	219	52.3
3人以上	87	20.7
無回答	13	3.1
子どもの出生順位	人数	(%)
第1子	190	45.3
第2子	150	35.9
第3子以降	42	10.0
無回答	37	8.8

3. 自律的動機づけを介して基本的心理欲求充足が主観的幸福感を促進する構造の検討

3つの基本的心理欲求の充足された自律的動機づけによる母親の子どもへのかかわりが育児に対する自己効力感や主観的幸福感に及ぼす影響を検討するために、共分散構造分析によるパス解析を行なった。分析モデルは3つの基本的心理欲求充足(自律性、有能感、関係性)が自律的動機づけ(内的調整または同一化的調整)を介して育児行動を促進し、母親の育児に対する自己効力感に影響を与え、その結果、主観的幸福感に影響を及ぼすと仮定して分析を行った(図2)。分析には尺度得点を用い、パラメータの推定は最尤法を用いた。そして、有意でなかったパスを削除した上で、再度分析を行った。ここでは、最終的なモデルについての結果を述べる。

表 3 各尺度の信頼性 (Cronbach α 係数) と各尺度の得点

各尺度と下位尺度 (α 係数)	項目数	平均値 (SD)	最大値	最小値
育児行動に対する基本的心理欲求充足尺度				
自律性への欲求充足 ($\alpha=0.86$)	4	15.39 (2.88)	20	4
有能感への欲求充足 ($\alpha=0.87$)	5	15.42 (3.80)	25	5
関係性への欲求充足 ($\alpha=0.88$)	6	23.55 (4.48)	30	6
育児行動に対する動機づけ尺度				
内的調整 ($\alpha=0.90$)	3	12.04 (2.59)	15	3
同一化的調整 ($\alpha=0.86$)	3	11.06 (2.78)	15	3
取り入れ的調整 ($\alpha=0.89$)	3	5.43 (2.53)	15	3
外的調整 ($\alpha=0.89$)	3	5.80 (2.97)	15	3
無動機づけ ($\alpha=0.83$)	3	4.27 (1.78)	15	3
育児行動尺度 ($\alpha=0.88$)	12	46.31 (6.29)	60	12
育児に対する自己効力感尺度 ($\alpha=0.86$)	13	49.51 (7.74)	65	13
主観的幸福感尺度 ($\alpha=0.85$)	12	36.68 (4.62)	48	12

表 4 各尺度得点間の相関係数

	育児行動に対する動機づけ					育児行動に対する基本的心理欲求充足			育児行動	育児に対する自己効力感
	(内的調整)	(同一化的調整)	(取り入れ的調整)	(外的調整)	(無動機づけ)	(自律性)	(有能感)	(関係性)		
育児行動に対する動機づけ										
内的調整	1.00									
同一化的調整	0.55***	1.00								
取り入れ的調整	-0.08	0.12*	1.00							
外的調整	-0.35***	-0.13**	0.46***	1.00						
無動機づけ	-0.57***	-0.28***	0.33***	0.62***	1.00					
育児行動に対する基本的心理欲求充足										
自律性への欲求充足	0.42***	0.24***	-0.19***	-0.15**	-0.33***	1.00				
有能感への欲求充足	0.51***	0.31***	-0.09	-0.31***	-0.39***	0.59***	1.00			
関係性への欲求充足	0.40***	0.30***	-0.18***	-0.31***	-0.40***	0.42***	0.54***	1.00		
育児行動	0.42***	0.29***	-0.16**	-0.24***	-0.33***	0.49***	0.61***	0.41***	1.00	
育児に対する自己効力感	0.52***	0.34***	-0.14**	-0.36***	-0.44***	0.53***	0.66***	0.69***	0.56***	1.00
主観的幸福感	0.43***	0.23***	-0.23***	-0.38***	-0.41***	0.43***	0.55***	0.51***	0.44***	0.64***

***p < .001, **p < .01, *p < .05

1) 内的調整を介して基本的心理欲求充足が主観的幸福感を促進する構造

母親の育児行動に対する自律的動機づけのうち、内的調整の構造を図 3 に示す。モデル適合度は、GFI=0.99, AGFI=0.96, CFI=0.99, RMSEA=0.06, AIC=57.74, CAIC=173.61 であった。育児行動に対する 3 つの基本的心理欲求充足のいずれも内的調整、育児行動、育児に対する自己効力感を介して主観的幸福感に至るパスが確認された。育児に対する有能感への欲求充足は直接的に主観的幸福感を高めていた。また、育児行動に対する自律性への欲求充足と有能感への欲求充足は、直接的にも育児行動に影響を及ぼし、育児に対する自己効力感を介して主観的幸福感を高めていた。さらに、3 つの基本的心理欲求充足はいずれも直接的に育児に対する自己効力感に影響を及ぼし、主観的幸福感を高

めていた。そして内的調整は直接的に育児に対する自己効力感に影響を及ぼし、主観的幸福感を高めていた。

2) 同一化的調整を介して基本的心理欲求充足が主観的幸福感を促進する構造

母親の育児行動に対する自律的動機づけのうち、同一化的調整の構造を図 4 に示す。モデル適合度は、GFI=0.99, AGFI=0.97, CFI=0.99, RMSEA=0.04, AIC=55.11, CAIC=159.90 であった。まず、育児行動に対する有能感への欲求充足と関係性への欲求充足が同一化的調整、育児行動、育児に対する自己効力感を介して主観的幸福感に至るパスが確認された。育児に対する有能感への欲求充足は直接的に主観的幸福感を高めていた。また、育児行動に対する自律性への欲求充足と有能感への欲求充足は、直接的にも育児行動に影響を及ぼし、育児に対する自己効力感を介して主観的

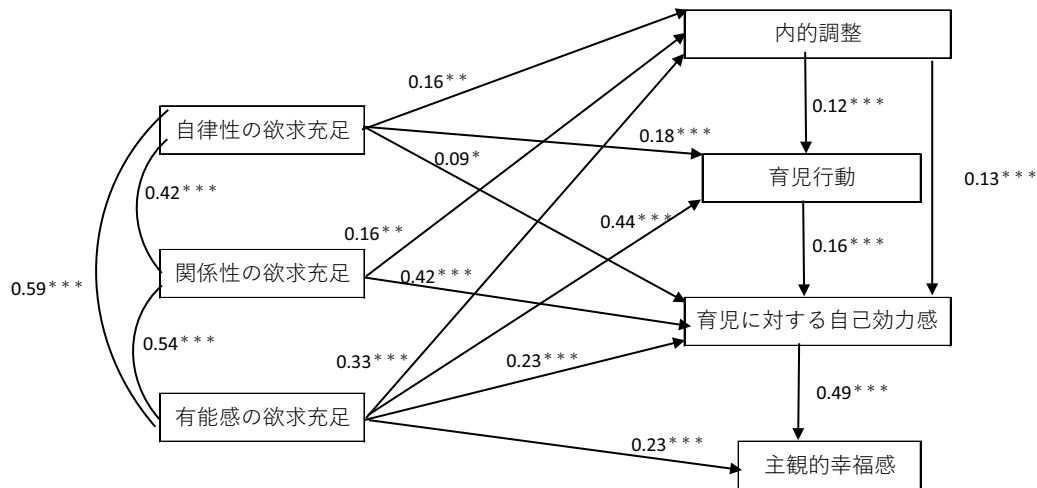


図3 内的調整を介して育児行動に対する基本的心理欲求の充足が主観的幸福感を高めるプロセス

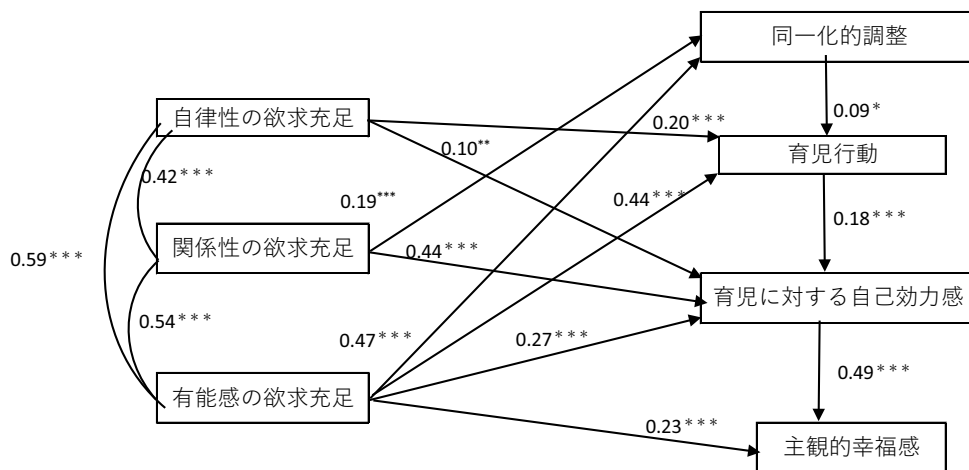


図4 同一化的調整を介して育児行動に対する基本的心理欲求の充足が主観的幸福感を高めるプロセス

幸福感を高めていた。さらに、3つの基本的心理欲求充足はいずれも直接的に育児に対する自己効力感に影響を及ぼし、主観的幸福感を高めていた。

IV. 考 察

本研究の目的は、乳幼児をもつ母親の育児行動に対するポジティブな要因として自律的な動機づけに着目し、基本的心理欲求の充足された自律的動機づけによる母親の子どもへのかかわりが育児に対する自己効力感を介して主観的幸福感に及ぼす影響を検討し、育児行動に対する基本的心理欲求充足尺度をアセスメントの指標とした支援の可能性を探ることであった。

本研究では自己決定理論に基づき、心理的な発達や精神的健康を促進する自律的な動機づけと言われる内的調整と同一化的調整に影響する基本的心理欲求の下

位尺度を検討する目的で、共分散構造分析によるパス解析を行った。その結果、いずれも一定程度の適合度が確認された。やや係数が小さいところもみられるが、適合度は許容範囲といえる。

自己決定理論では、3つの基本的心理欲求が充足されたとき、自律的動機づけが促進されるという⁹⁻¹²⁾。今回、内発的動機づけに相当する内的調整に対して自律性、有能感、関係性と3つの基本的心理欲求充足は有意な正の影響を及ぼし、育児行動、育児に対する自己効力感を介して主観的幸福感を高めていることが示唆された。また、3つの基本的心理欲求に充足された内的調整は、育児に対する自己効力感を介して主観的幸福感を高めていることが示唆された。これらの結果より、3つの基本的心理欲求の充足が母親の自律的動機づけの内在化プロセスに重要な要因となっていること

が考えられた。このことは母親の well-being 向上のためには、母親の育児行動に対する自律性、有能感、関係性それぞれの欲求充足に応じた支援が必要であることが考えられた。今後、本研究で用いた基本的心理欲求充足尺度についてそれぞれの欲求充足状況を把握するアセスメントツールとして活用し、どのような支援内容が母親の育児への自己決定性を促進するののかについて検討していく必要がある。

一方、同一化的調整を促進する要因として自律性への欲求充足は直接的に関連が認められず、有能感や関係性への欲求により充足された同一化的調整が直接育児行動を促進し、育児に対する自己効力感を介して主観的幸福感を高めていることが明らかになった。さて、同一化的調整は外発的動機づけの下位概念の一つである⁹⁻¹²⁾。動機づけの性質を区分するために用いられる「目的-手段」の次元では、同一化的調整は、活動の価値を自分のものとして同一化するもので、目的を達成するための手段とされている²¹⁾。本研究の同一化的調整の項目の中に「子どもを育てることで、自分が成長すると思うから」とある。これは、育児行動に対する同一化的調整は母親の成長を達成するための手段であるため、外発的動機づけと捉えられるが、自律性の高い外発的動機づけと考える。内発的動機づけは、先験的に存在するものというよりも、経験的に形成されるものである²²⁾。外からのさまざまな働きかけが徐々に個人内に浸透し、やがて本人自身の価値や態度となって、他者からの指示がなくても自分で判断して行動を開始し、目標到達まで自分を磨いていく内発的動機づけが生じるという²²⁾。自己決定理論において外発的動機づけと内発的動機づけは次元上の連続体であることを踏まえると⁹⁻¹²⁾、本研究結果から自分の成長にも繋がると認識しながら日々の育児を遂行するためには育児に対する有能感や関係性への欲求充足が重要な要因であると考えられる。そして、有能感や関係性への欲求に充足された同一化的調整により育児をする中で、育児に対する自己効力感や主観的な幸福感を味わいながら、母親は自分らしい育児観を獲得することにより、育児行動に対する自律性への欲求を充足させ、育児に対する動機づけは内的調整へと変化すると推察される。自律性の欲求は完全に主体的に選択できるという準備態勢が整った後で充足されることから²²⁾、育児行動に対する自律性への欲求充足は、育児をする理由づけが「手段（例えば、“自分が成長するから”）」から「目的

（例えば、“楽しいから”）」へ変容する育児経験を通して充足されていく欲求といえよう。

そして、今回のモデルからは、3つの基本的心理欲求充足は、育児に対する自己効力感に対して有意な正の影響を及ぼし、主観的な幸福感を高めること、自律性と有能感への欲求充足は育児行動に対して有意な正の影響を及ぼし、育児に対する自己効力感を介して主観的な幸福感を高めること、有能感への欲求充足は直接主観的幸福感に正の影響を及ぼすというプロセスの存在が示された。これらの結果より、特に有能感への欲求充足が乳幼児をもつ母親の育児行動、育児に対する自己効力感、主観的幸福感を向上する役割を担っていると推察された。金岡は乳幼児をもつ母親では情緒的支援を感じるほど、育児に対する自己効力感が高くなり、育児負担感が低下する傾向を明らかにしている⁵⁾。本研究で検討した基本的心理欲求充足尺度の下位尺度項目（表 1）をアセスメントの指標として活用することにより、不足している基本的心理欲求の充足状況が明らかになり有能感へのサポートに繋がると考える。そしてこのサポートを通して、母親の望ましい育児行動や well-being は向上され、結果として「育てにくさ」を感じる母親の育児負担感の軽減を図ることが可能であると推察される。

今回はポジティブな要因の検討を目的としていたため、無動機づけや外的調整、取り入れ的調整のモデル検証を行わなかったが、Pearson の相関係数を求めた結果、非自己決定的な無動機づけや自律性の低い外的調整は、3つの基本的心理欲求充足、育児行動、育児に対する自己効力感、主観的幸福感との間に負の相関が示された。ここで注目したいのが、取り入れ的調整は自律性や関係性への欲求充足、育児行動、育児に対する自己効力感、主観的幸福感との間には負の相関であったが、有能感への欲求充足と無相関であったことである。取り入れ的調整とはやや他律的であるが、外的に調節されるのではなく、行動を自己調整できるようになる^{12,21)}。本研究の取り入れ的調整の項目の中には「周りの人にかっこいい親と思われたいから」という項目が含まれており、育児行動に対する取り入れ的調整は育児自体を手段としており、母親が自分の意思で育児を遂行することになると考える。このことから、育児行動に対する取り入れ的調整の段階は外的調整とは異なり、育児に対する価値が高まり始めた状態で、有能感への欲求充足次第では、育児をすること自体が

自分にとって重要になることが推察される。自己決定理論では自律的な動機づけを促進するための基本的心理欲求の順序性はほとんど問題にされていないが²³⁾、乳幼児をもつ母親の育児に対する自己決定性を促進するためにはどのように育児行動に対する基本的心理欲求を満たしていけばよいかという順序性については今後の課題としていきたい。

V. 結 論

本研究では自己決定理論に基づき、共分散構造分析によるパス解析の結果、3つの基本的心理欲求が充足すると内的調整は、育児行動、育児に対する自己効力感を介して主観的幸福感を高めるプロセスが示された。

これらの結果から、乳幼児をもつ母親の well-being の向上を目指すには、母親の育児行動に対する自律性、有能感、関係性それぞれの欲求充足に応じた支援が有効であることが考えられ、本研究で用いた基本的心理欲求充足尺度はその欲求充足状況を把握するアセスメントツールとして可能であると推察された。今後、本研究で用いた基本的心理欲求充足尺度をそれぞれの欲求充足状況を把握するアセスメントの指標として活用し、どのような支援内容が母親の育児に対する自己決定性を促進するのかについて検討していく必要がある。

謝 辞

本研究を進めるにあたり、多大なご協力をいただきました対象者の皆様に心より感謝申し上げます。また、研究のご助言をいただきました鳴門教育大学の浜崎隆司先生に深く感謝いたします。

本研究は科学研究費助成事業（基盤研究（C））（課題番号：17K01889）の助成を受けて実施した。

なお、本研究の一部は日本心理学会第83回大会で発表した。

利益相反に反する開示事項はありません。

文 献

- 厚生労働省. 「健やか親子 21」最終評価報告書. 2013. <https://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-11908000-Koyoukintoujidoukateikyoku-Boshihokenka/000034788.pdf> (参照 2020.04.02)
- 野原真理, 中田久恵. 母親の QOL と育児不安—産後 1 か月, 6 か月, 12 か月の縦断的研究から—. 小児保健研究 2019; 78: 305-314.
- 佐々木 瞳, 後藤あや, 矢部順子, 他. 乳児を持つ母親の自己効力感とその関連要因—乳児健康診査を活用した縦断研究—. 小児保健研究 2010; 69: 666-675.
- 西出弘美, 江守陽子. 育児期の母親における心の健康度 (Well-being) に関する検討—自己効力感とソーシャルサポートが与える影響について—. 小児保健研究 2011; 70: 20-26.
- 金岡 緑. 育児に対する自己効力感尺度 (parenting Self-efficacy Scale : PSE 尺度) の開発とその信頼性・妥当性の検討. 小児保健研究 2011; 70: 27-38.
- 厚生労働省. 「健やか親子 21 (第2次)」. <http://sukoyaka21.jp/> (参照 2020.04.02)
- 楠本洋子. 母親の「親育ち」が養育態度に及ぼす影響. 保育学研究 2019; 57: 114-125.
- 寺薗さおり. 子育て期の母親の育児行動に対する基本的心理欲求充足と動機づけとの関連. 小児保健研究 2019; 78: 33-40.
- Ryan R. M., Deci E. L.. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist* 2000; 55: 68-78.
- Ryan R. M., Deci E. L.. Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. New York: Guilford Publications, 2017
- 西村多久磨. 自己決定理論. 上淵 寿, 大芦 治編. 新・動機づけ研究の最前線. 初版. 京都: 北大路書房, 2019: pp 45-73.
- 櫻井茂男. 自ら学ぶ意欲の心理学—キャリア発達の視点を加えて—. 東京: 有斐閣, 2009
- 西村多久磨, 河村茂雄, 櫻井茂男. 自律的な学習動機づけとメタ認知的方略が学業成績を予測するプロセス—内発的な学習動機づけは学習成績を予測することができるのか?—. 教育心理学研究 2011; 59: 77-87.
- Ryan R. M., Connel J. P.. Perceived locus of causality and internalization: Examining Reasons for Acting in two Domains. *Journal of Personality and Social Psychology* 1989; 5: 749-761.
- 寺薗さおり, 山口桂子. 『母親の育児行動尺度』の作成. —「子育て期母親役割尺度」からの選定—. 小児保健研究 2021; 80: 164-171.
- KINDL[®]. <https://www.kindl.org/> (accessed

- 2017.12.18)
- 17) 根本芳子. 幼児版 QOL 尺度—の日本における Kiddy-KINDL^R Questionnaire 「幼児版 QOL 尺度」の検討—
子どもの健康科学 2012; 13: 47-51.
 - 18) 古荘純一, 柴田玲子, 根本芳子, 他. 子どもの QOL 尺度その理解と活用—心身の健康を評価する日本語版 KINDL^R. 東京: 診断と治療社, 2014
 - 19) 武田江里子, 小林康江, 加藤千晶. 母親の子どもに対する「愛着—養育バランス」尺度の開発第 2 報—
尺度としての信頼性と妥当性—. 日本看護科学会誌
2012; 32: 22-31.
 - 20) 伊藤裕子, 相良順子, 池田政子, 他. 主観的幸福感
尺度の作成と信頼性・妥当性の検討. 心理学研究
2003; 74: 276-281.
 - 21) 速水敏彦. 外発と内発の間に位置する達成動機づけ.
心理学評論 1995; 38: 171-193.
 - 22) 速水敏彦. 自己形成の心理—自律的動機づけ. 初版
第 3 刷. 東京: 金子書房, 2005
 - 23) 速水敏彦. 内発的動機づけと自律的動機づけ—教育
心理学の神話を問い直す—. 初版. 東京: 金子書房,
2019

[Summary]

This study employed self-determination theory to examine the structure of childcare behavior that promotes the subjective well-being of mothers with infants. The study aimed to determine support that may satisfy basic psychological needs (autonomy, competence, relatedness) related to childcare behavior. A questionnaire was administered to 419 mothers with infants. The results of a covariance structure analysis revealed that intrinsic regulation (intrinsic motivation) satisfied by three basic psychological needs increased subjective well-being through self-efficacy of parenting. Accordingly, to improve the well-being of mothers with infants, support that satisfies the mother's autonomy, competence, and relatedness related to parenting behavior is imperative. The Basic Psychological Needs Scale for childcare behavior employed in this study may be useful as an assessment tool to understand mothers' levels of satisfaction with their situation.

Key words: Mother, childcare behavior, Basic psychological needs satisfaction, Motivation, Self-determination theory