

第1子出産から1年以内の母親の子育てへの適応プロセス —縦断的なインタビュー調査に基づく質的研究—

Adaptation Processes of Women to Mothering Within the First Year of Child-Rearing —A Qualitative Study with Longitudinal Interview Research—

文学研究科教育学専攻博士前期課程修了

石 阪 理 枝 子

Rieko Ishizaka

I. 問題と目的

1. 問題

子どもをもち育てることは、さまざまな喜びや親本人の成長を伴うライフイベントとなり得る一方で、多くの負担や問題を引き起こす。母親が子どもや育児に対して肯定的・否定的感情の両方を抱き、心理的葛藤状態を経験することは当然である。しかし、母親の子育てへの否定的感情は、生活全体や親であることに対する満足度の低下や、母親自身の抑うつ状態、子どもの発達や親子関係に対するネガティブな影響などをもたらし得る(荒牧・無藤, 2008)。そのような否定的感情の軽減を目的とした育児期の母親への支援を行うには、母親が抱いている問題や困り感の背景にあると考えられるさまざまな要因を考慮することが必要である。Belsky (1984) は、親のあり様や養育行動に影響を及ぼす主な因子として、親本人のパーソナリティや心理的ウェルビーイング、子どもの気質や特性、婚姻関係、社会的ネットワーク、仕事などを挙げ、かつそれらは互いに影響し合っているとした。このように、子育てには親本人はもちろん、子どもの特性、また周囲の人間関係や環境などのさまざまな要因が複雑に絡み合い関連している。そのため、有効な子育て支援とは、ある一側面に焦点を当てて行われるものではなく、さまざまな要因を複合的に考慮し行われるものである。その上で、母親が自身の否定的な感情や日常生活における困難を受け入れたり、それらに順応するための対処方略を獲得したりしながら、母親としてのあり様を身につけていくプロセスをサポートすることが重要であると考えられる。

2. 本研究の目的

本研究では、母親の子育てへの適応とはどのようなものか、またそのプロセスについて考える。具体的には、母子関係の形成・維持に影響を及ぼすであろう、母親の育児生活や親としての自分への適応過程にはどのような要因が関連しているのかを明らかにし、母親への子育て支援のより効果的なア

ブローチについて探索することを目的とする。したがって本研究では、子育てのプロセスにおける母親の“親になること”に対する意識・態度の変化や、子育てにおいて生じる負担となり得る出来事や状況への対処方略の身につけ方などについて、インタビュー調査による聞き取りを行う。また、すでに述べたように、母親が親としてのマインドセットや育児に対するスタイルを獲得する過程には、Belsky (1984) の示した親本人のパーソナリティをはじめとするさまざまな因子が関係している。そのため、インタビュー調査に併せて、親が子どもに対してもつ慈しみやいたわりを表す親性と、物事の原因帰属に関連する Locus of Control を含むパーソナリティ傾向についても質問紙を用いて検証することとした。インタビュー調査と質問紙調査で得られたデータから、女性が母親として子育てに適応していくプロセスを詳細に分析する。

II. 研究方法

1. 予備調査

半構造化面接で用いる質問項目と調査の所要時間の検討等を目的として、研究者の知人である母親1名に対して予備調査を実施した。

2. 本調査

調査協力者の子どもが生後1・3・6・9ヶ月時に質問紙と半構造化面接を用いた縦断的調査を行った。

(1) 質問紙調査

a. 調査対象者

研究者の知人を介して募集した、関東に住む、本調査開始時に第1子出産後1ヶ月から2ヶ月未満であった母親5名。

b. 使用尺度

調査協力者の子育てや子どもに対する基本的な態度、また、パーソナリティ特性の傾向を把握するため、育児期の親性尺度(大橋・浅野, 2010)、Locus of Control (LOC) 尺度(鎌原・樋口・清水, 1982)、新版 TEG II (東京大学医学部心療内科 TEG 研究会) の3つの質問紙を実施した。

c. 調査手続き

子育てを経験することにより、母親の持つ“子どもをもつこと”などに関する意識や、物事の見方に変化が生じるかを検討するため、育児期の親性尺度と LOC 尺度は1・9ヶ月時の2回実施した。一方、約9ヶ月間の調査期間内では、エゴグラムで示されるパーソナリティ特性は大きく変化しないと考え、新版 TEG II の実施は3ヶ月時の1回とした。

(2) 半構造化面接調査

a. 調査対象者

質問紙調査の調査対象者と同じ母親5名。

b. 調査手続き

子どもの成長に伴う母親の変化や適応のプロセスを検証するため、子どもが生後1・3・6・9ヶ月時の計4回、約9ヶ月間にわたり縦断的な調査を実施した。1回のインタビュー所要時間は40分から50分程度であった。

c. 質問項目

質問項目は、子育てや母子関係に関する複数の尺度（荒牧・無藤, 2008; 中谷・中谷, 2006; 大日向, 1988; 佐藤ら, 1994; 田中, 1996）を参考に研究者が原案を作成し、予備調査や指導教授との検討を経て決定した（表1参照）。

d. 分析方法

本研究は、女性の“母親”としての変化のプロセスを分析することを目的としている。そのため質的データの分析には、プロセス的特性をもった研究対象、かつ、ヒューマン・サービス領域の分析に適したM-GTAを用いた（木下, 2007）。各月齢時における子育ての構造を明らかにした後、1ヶ月時から9ヶ月時までを一連のプロセスとして捉え分析を行った。

表1 インタビュー質問項目概要

質問テーマ	質問項目概要
妊娠中の様子 ※ 第1回目調査時のみ使用	<ul style="list-style-type: none"> ● 妊娠が判明した際の気持ち ● 妊娠期間中の出来事で特に印象に残っていること ● 妊娠中に経験した変化
子育てによる生活の変化	<ul style="list-style-type: none"> ● 子育てによる母親自身の生活パターンや生活に対する考え方の変化
子どもの日頃の様子	<ul style="list-style-type: none"> ● 日常生活における子どもの過ごし方（習慣、遊び等）
子育てにおける喜びと困難	<ul style="list-style-type: none"> ● 今まで子育てをしてきた中で特に嬉しかったこと ● 今まで子育てをしてきた中で大変だったことや困ったこと
親になること・子育てに対する態度	<ul style="list-style-type: none"> ● 自身が母親であると実感することや瞬間 ● 子どもと接する時に気をつけていること
周囲からのサポート	<ul style="list-style-type: none"> ● 身近にある子育てに関するサポートや情報

III. 結果

1. 質問紙調査の結果

育児期の親性尺度とLOC尺度の両尺度において、1・9ヶ月時の得点間に有意差は見られなかった。一方、新版TEG IIから得られた各調査協力者のエゴグラムタイプには、ある程度の個人差が見ら

れた。しかし、特記すべきような特異なパーソナリティ傾向を持ち合わせている協力者はいなかった。このことから、本調査協力者5名は、パーソナリティ特性において比較的等質な傾向をもつ集団であることが示唆された。そのため本研究では、インタビュー調査から得られた質的データの分析の際に、質問紙から得られた量的データは用いなかった。

2. 半構造化面接調査の結果

(1) 調査協力者の属性

本調査協力者5名の属性について表2に示す。

表2 本調査協力者の属性

	年齢	職業	育児休暇期間	同居家族	身近な育児協力者
協力者1	20代	有	12ヶ月	夫・子	
協力者2	20代	有	18ヶ月	夫・子	実母
協力者3	30代	有	18ヶ月	夫・子	実父・実母・実弟
協力者4	20代	有	12ヶ月	夫・子	
協力者5	30代	有	3ヶ月	夫・子	実母・義母

(2) インタビュー分析結果

研究テーマを“第1子出産後、母親となった女性が子どものいる生活や母親としての自分等に対し適応していく過程”、分析テーマを“母親が自身の身体的・精神的負担となり得る‘育児に関する出来事や状況’に対する対処方略を身につけ、習熟していくプロセス”としてM-GTAによる分析を行った。なお、分析焦点者は“第1子出産から1年以内の母親”である。分析の結果、1ヶ月時インタビューから26の概念、3ヶ月時インタビューから31の概念、6ヶ月時インタビューから30の概念、9ヶ月時インタビューから37の概念を抽出した。そして、各月齢時において、共通点のある概念をグルーピングしカテゴリー分けを行った。

以下に、分析結果を文章化した“ストーリーライン”と、概念とカテゴリーの関係性を図に示した“カテゴリーマップ”を月齢ごとに記載する。【 】はコアカテゴリー、 はカテゴリー、 はサブカテゴリーを示す。また、カテゴリーマップでは、概念のタイプに応じて、○（異なる月齢間で共通する概念）、[]（共通点を持つが月齢に応じて変化する概念）、#（各月齢に特徴的な概念）の3種類のナンバリングを用いている。

第1子出産から1年以内の母親の子育てへの適応プロセス

a. 1ヶ月時インタビュー分析結果

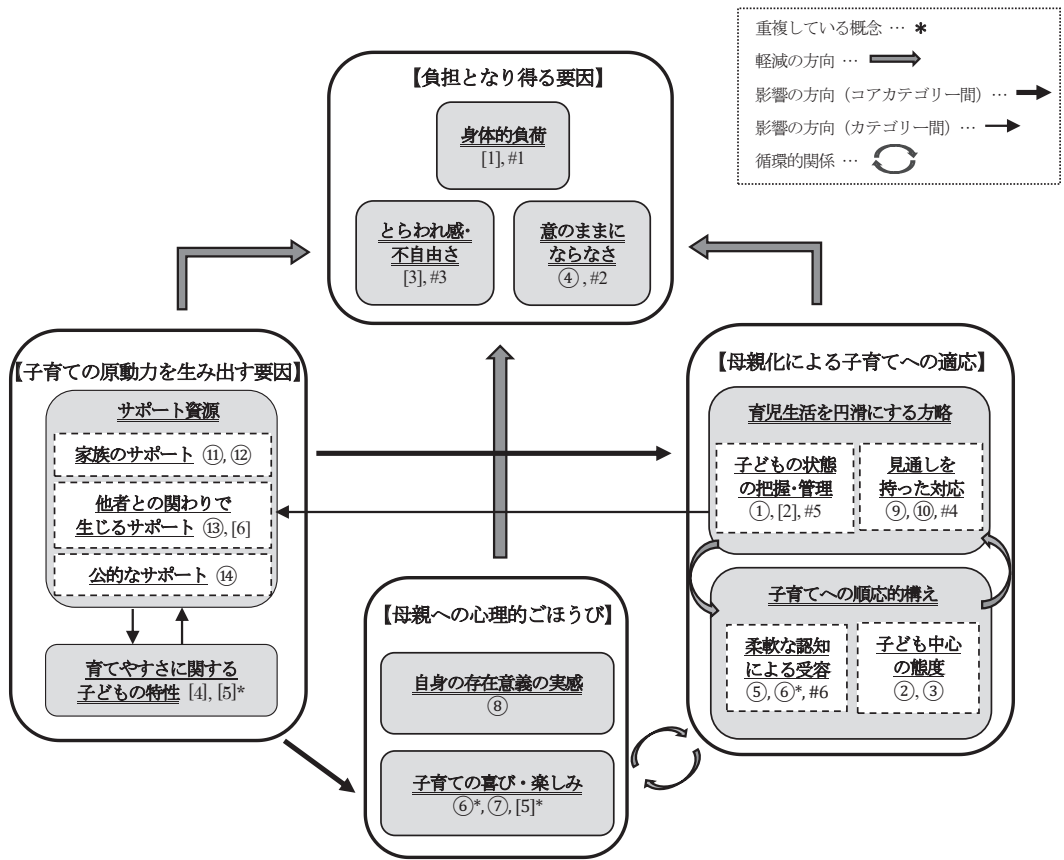
a-1. 1ヶ月時ストーリーライン

本調査協力者の母親5名の語りの中では、1ヶ月時の子育てにおける【負担となり得る要因】として、まず、出産や子どもの世話、睡眠不足からくる身体的負荷が存在することが示された。また、子どもを中心とした生活を送っているが故の母親の自由の制限等から生じるとらわれ感・不自由さがあること、同じく、子ども中心の生活をしているために物事が思い通りに進められなかったり、何をしても子どもが泣き止まなかったりするといった意のままにならなさがあることも語られた。

母親らは【母親化による子育てへの適応】のプロセスの中で、そのような負担感を予防したり軽減したりするための態度や方略を身に付けており、そのプロセスには大きく2つのカテゴリーが存在した。まず1つ目のカテゴリーは、育児生活を円滑にする方略であった。具体的に母親らは、日常生活を通して授乳間隔や子どもの生活・行動のパターンを見出すことにより子どもの状態の把握・管理を行ったり、授乳リズムや起こり得る事態を予測することで物事をスムーズに進めるための見通しを持った対応を行ったりしていた。もう一方のカテゴリーは、母親の子育てへの順応的構えであった。その中ではまず、物事に対する楽観的な捉え方や認知の変容を含む、子育てに伴い生じる負担感の柔軟な認知による受容が語られた。また、子どもを思った心がけ・対応や子どもを優先するが故の母親自身のニーズの軽視等、子どもと共に生活をする上で母親が子ども中心の態度を備えていることも抽出された。

こうした適応のプロセスは、複数の【子育ての原動力を生み出す要因】によって下支えされていた。それらの要因は、泣きにくさ等の育てやすさに関する子どもの特性と、家族のサポート・友人や知人等の他者との関わりで生じるサポート・公的なサポートの3つのサポート資源であった。加えて、母子間の関わりの中で生じる【母親への心理的ごほうび】も、母親が感じる子育ての負担感を軽減したり、母親の子育てへの適応のプロセスを促進したりするといった影響を及ぼす要素として語られた。具体的なごほうびの内容には、自身が子どもにとって“母親”という特別な存在であるといった母親自身の存在意義の実感と、子どもの笑顔や成長などから得られる子育ての喜び・楽しみが含まれていた。

a-2. 1ヶ月時カテゴリーマップ



<1ヶ月時概念一覧表>

①	子どもの行動や生活パターンの発見・把握	⑩	子育ての見通しや参考を得るための情報収集	[5]	子どもから母親に対する笑顔等の表情の出現
②	子どもの発達や健康のための思った心がけ・対応	⑪	夫・親族による子育てに関する物理的サポート	[6]	先輩ママや専門家からの子育て関連の情報・助言
③	子ども優先の生活に伴う自身のニーズの軽視	⑫	夫・親族による母親に対する精神的サポート	#1	出産や子どもの世話からくる肉体的負担
④	物事を思い通りに進められない状況	⑬	他者からのポジティブな声かけ	#2	子どもが泣き止まない際の試行錯誤による困惑
⑤	出来事や状況の楽観的な捉え方	⑭	公的なサポートの存在・利用	#3	どこにいても子どものことが気になる状態
⑥	子どもの表情・動作に対する親バカ的認知	[1]	夜間の子どもの世話による睡眠不足	#4	授乳時間の工夫によるタイミングの調整
⑦	子どもの成長や変化に対する喜びや期待	[2]	授乳リズムのパターン化とその把握	#5	子どもの体重の変化に基づく健康管理
⑧	“母親”という特別感	[3]	自由な行動ややりたいことの制限	#6	認知の変容による子育てにおける負担の受容
⑨	予測される事態を見越した対策・行動の選択	[4]	子どもの泣きにくさによる楽しさ		

b. 3ヶ月時インタビュー分析結果

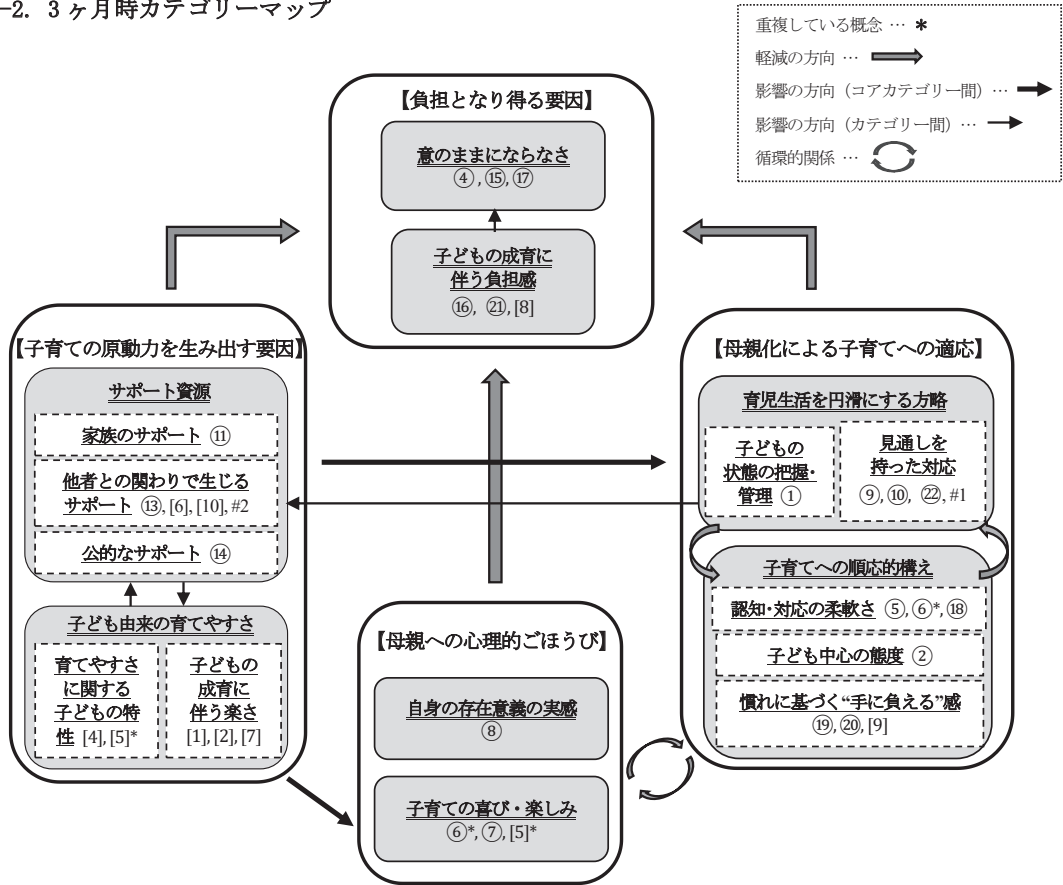
b-1. 3ヶ月時ストーリーライン

3ヶ月時では【負担となり得る要因】として、1ヶ月時と同じく意のままにならなさが語られた。しかし1ヶ月時とは異なり、具体的なエピソードの中には、子どもの睡眠パターンのバラつきや外出時の公共の場での大変さが含まれていた。また、情緒的発達による自己主張の表出や運動機能の発達等、子どもの成育に伴う負担感が新たな要因として加わっていた。

【母親化による子育てへの適応】のプロセスには、1ヶ月時と同じく2つのカテゴリーが見られた。まず、育児生活を円滑にする方略として、子どもの状態の把握・管理と見通しを持った対応が確認された。見通しを持った対応としては、1ヶ月時にも見られた事態の予測に基づく行動選択や、物事をスムーズに運ぶためのタイミングの考慮の他に、子どもの行動パターン等に基づく家事の工夫が行われていた。子育てへの順応的構えの面では、子ども中心の態度が1ヶ月時から継続して存在していた。加えて、出来事や状況を割り切って考えたり楽観的に捉えたりする、また、状況に応じて臨機応変に行動を調整するといった認知・対応の柔軟さも含まれていた。さらに母親らは、日常的な育児経験の積み重ねにより、子育てや子どもに対して慣れに基づく“手に負える”感を抱くようになっていた。

このような適応のプロセスを下支えする【子育ての原動力を生み出す要因】の1つである、子ども由来の育てやすさでは、1ヶ月時にすでにみられた泣きにくさ等の育てやすさに関する子どもの特性に加えて、生活リズムの形成や子どもが1人で過ごせる時間の出現といった子どもの成育に伴う楽しさが新たに現れた。また、1ヶ月時と同様、子育て中の母親を物理的・精神的に支える家族のサポート・他者との関わりで生じるサポート・公的なサポートの3つのサポート資源も存在した。【母親への心理的ごほうび】にも基本的な変化は見られず、1ヶ月時と同じく、母親自身の存在意義の実感と子育ての喜び・楽しみがごほうびの要素として語られた。しかし具体的なエピソードからは、子どもの成長に伴い、子どもからの反応が生理的・偶発的な笑顔等の表情ではなく、母親の働きかけに呼応して示されるものになったという質的な変化が見られた。

b-2. 3ヶ月時カテゴリーマップ



<3ヶ月時概念一覧表>

①	子どもの行動や生活パターンの発見・把握	⑭	公的なサポートの存在・利用	[4]	子どもの泣きにくさによる楽しさ
②	子どもの発達や健康のためを思った心がけ・対応	⑮	子どもの睡眠のパターンのバラつき	[5]	母親の働きかけに対する子どもの反応の増加
④	物事を思い通りに進められない状況	⑯	情緒的発達に伴う子どもの自己主張の表出	[6]	子育てに関する心配事を相談できる専門家の存在
⑤	出来事や状況の楽観的な捉え方	⑰	公共の場などで周囲への迷惑が気になる状況	[7]	子ども1人で過ごすことができる時間の出現
⑥	子どもの表情・動作に対する親バカ的認知	⑱	状況の割切った捉え方による考え方や行動の変容	[8]	子どもの運動機能の発達に伴い生じる負担
⑦	子どもの成長や変化に対する喜びや期待	⑲	状況に応じた適度な手抜きや妥協	[9]	子育てにおける慣れ・自信の獲得
⑧	“母親”という特別感	⑳	可能な範囲での自由な時間やリラックス法の確保	[10]	乳幼児をもつ周囲の母親との交流・情報交換
⑨	予測される事態を見越した対策・行動の選択	㉑	子どもの身体的成長に伴い生じる大変さ	#1	子どもの行動パターンに基づく家事に関する工夫
⑩	子育ての見通しや参考を得るための情報収集	㉒	物事を円滑に行うためのタイミングの考慮	#2	家族以外の他者との交流による気分転換
⑪	夫・親族による子育てに関する物理的サポート	[1]	夜間のまとまった睡眠の確保による身体的楽しさ		
⑬	他者からのポジティブな声かけ	[2]	昼夜のパターンの習慣化による生活リズムの形成		

c. 6ヶ月時インタビュー分析結果

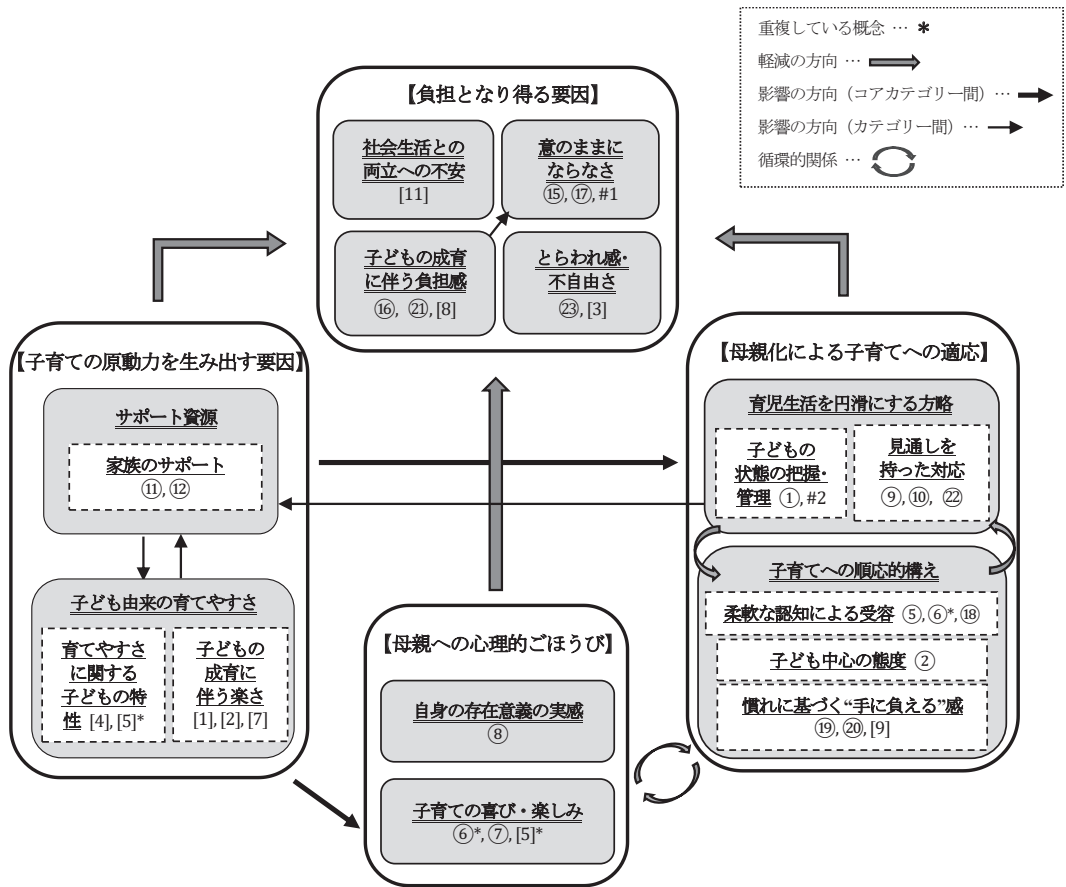
c-1. 6ヶ月時ストーリーライン

6ヶ月時のインタビューで語られた【負担となり得る要因】には、3ヶ月時に見られた意のままにならなさと子どもの成育に伴う負担感が継続して存在した。加えて、子どもの認知的・身体的発達に伴い生じる後追い等の影響により、1ヶ月時に語られたとらわれ感・不自由さが再度出現した。また、仕事復帰の時期が近づいたことにより、社会生活との両立への不安がこの月齢で初めて現れた。

【母親化による子育てへの適応】のプロセスでは、1・3ヶ月時と同じく2つのカテゴリーが抽出された。育児生活を円滑にする方略としては、子どもの状態の把握・管理と見通しを持った対応がこれまでと同様に語られた。6ヶ月時では、子どもの状態管理の一環として、子どもに抵抗されても引き下がらずに必要と思われることは実行するという母親の強い意思を伴った管理の様子が見られたことが特徴的であった。子育てへの順応的構えでは、1ヶ月時同様、柔軟な認知による受容が抽出され、母親らは物事を楽観的に捉えたり割り切って捉えたりすることによる、自身の考え方や行動の変容を行っていた。また、子育てにおける慣れや自信、適度な手抜きや妥協、自由時間やリラクセス法の確保を含む、慣れに基づく“手に負える”感と、子どものためを思った行動の基盤となる子ども中心の態度も引き続き語られた。

適応のプロセスを下支えする【子育ての原動力を生み出す要因】の1つである、子ども由来の育てやすさには、3ヶ月時と同じく、育てやすさに関する子どもの特性と子どもの成育に伴う楽しさが含まれていた。しかしこの月齢では、これまでみられてきた子どもの泣きにくさや母親への反応に加えて、離乳食に関する特性が扱いやすさの要因として新たに語られていた。サポート資源についてのエピソードでは、育児に関する物理的なものと母親に対する精神的なものの両方が含まれていたが、家族のサポートのみが語られた。また【母親への心理的ごほうび】としては、1・3ヶ月時と同じく、“母親”という特別感から得られる母親自身の存在意義の実感と、子どもの反応や成長から得られる子育ての喜び・楽しみが存在した。母子間の関わりの中で生じる心理的ごほうびにおいては、母親が子どもとの間で、双方向のやりとりが成立している感覚を持つようになったという質的な変化が見られた。

c-2. 6ヶ月時カテゴリーマップ



<6ヶ月時概念一覧表>

①	子どもの行動や生活パターンの発見・把握	⑮	子どもの睡眠のパターンのバラつき	[2]	昼夜のパターンの定着による生活リズムの安定
②	子どもの発達や健康のために思った心がけ・対応	⑯	情緒的発達に伴う子どもの自己主張の表出	[3]	母親自身のために使える時間の確保の困難
⑤	出来事や状況の楽観的な捉え方	⑰	公共の場などで周囲への迷惑が気になる状況	[4]	子どもの特性による楽しさ
⑥	子どもの表情・動作に対する親バカ的認知	⑱	状況の割切った捉え方による考え方や行動の変容	[5]	母子間で双方向のやりとりが成立している感覚
⑦	子どもの成長や変化に対する喜びや期待	⑲	状況に応じた適度な手抜きや妥協	[7]	子ども1人で過ごすことができる時間の増加
⑧	“母親”という特別感	⑳	可能な範囲での自由な時間やリラックス法の確保	[8]	身体能力の発達や行動範囲の拡大による負担
⑨	予測される事態を見越した対策・行動の選択	㉑	子どもの身体的成長に伴い生じる大変さ	[9]	子育てにおける慣れ・自信の獲得
⑩	子育ての見通しや参考を得るための情報収集	㉒	物事を円滑に行うためのタイミングの考慮	[11]	仕事復帰に関する困難・焦り
⑪	夫・親族による子育てに関する物理的サポート	㉓	子どもの側を離れられないことによる負担	#1	子どもの健康に関する心配や健康管理の大変さ
⑫	夫・親族による母親に対する精神的サポート	[1]	子どもがまとまった時間寝ることによる楽しさ	#2	子どもが抵抗しても引き下がらない態度

d. 9ヶ月時インタビュー分析結果

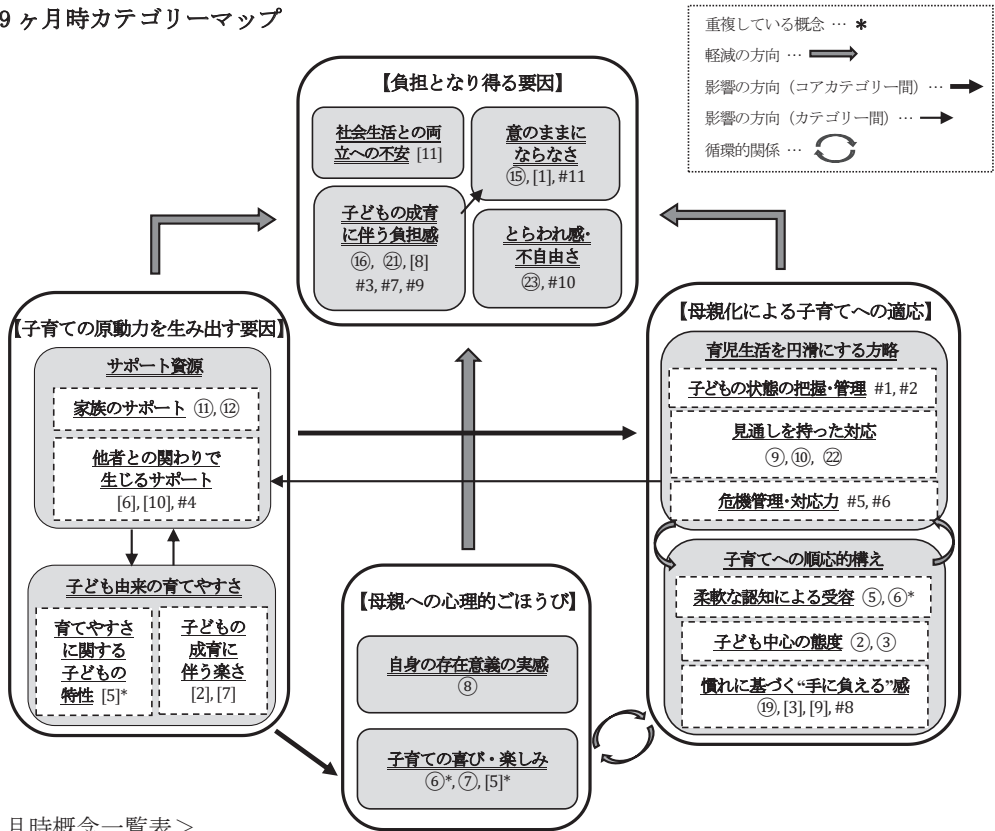
d-1. 9ヶ月時ストーリーライン

9ヶ月時では、6ヶ月時に引き続き、意のままにならなさ、とらわれ感・不自由さ、子どもの成育に伴う負担感、社会生活との両立への不安の4つの【負担となり得る要因】が語られた。しかしこの月齢では、運動機能や認知面の発達に伴い子どもがいたずらを始めることにより生じる負担感と、情緒的発達に伴い生じる子どもの自己主張や機嫌次第で変わる行動等により生じる負担感が新たに加わっていた。

【母親化による子育てへの適応】のプロセスでは、これまでと同様、育児生活を円滑にする方略と子育てへの順応的構えの2つのカテゴリーが抽出された。生活をスムーズに進めるための工夫としては、これまでの月齢でも出現していた子どもの状態の把握・管理と見通しを持った対応が行われていた。さらにこの月齢では、危険回避のための環境整備等の危機管理能力や、危機的状況下で適切な判断や行動を選択する対応力といった、母親の危機管理・対応力が育児生活を円滑にする方略の1つとして新たに加わった。子育てへの順応的構えに関しては、柔軟な認知による受容、子ども中心の態度、慣れに基づく“手に負える”感の3つが6ヶ月時に引き続き語られた。

9ヶ月時でも、こうした適応のプロセスを下支えする複数の【子育ての原動力を生み出す要因】が存在した。まず、子ども由来の育てやすさとして、育てやすさに関する子どもの特性が抽出された。しかし、これまでの月齢とは異なり、母子間の意思疎通の成立といった子どもの母親に対する反応のみが語られた。また、子どもの成育に伴う楽しさには、生活リズムの安定や子どもが1人で過ごせる時間の増加等が含まれていた。サポート資源については、家族のサポートだけでなく、6ヶ月時に一旦消失した他者との関わりで生じるサポートが再度出現した。具体的には、母親仲間との子育てに関する話や悩みの共有・相談や、必要なときに相談できる専門家の存在が語られた。【母親への心理的ごほうび】も、これまでの月齢と同様に存在した。この点における基本的な変化はなく、母親自身の存在意義の実感と子育ての喜び・楽しみが構成要素となっていた。母子間の双方向のやりとりの成立に関しては、母親がそうした感覚を抱く場面が6ヶ月時に比べて増加していることが示された。

d-2. 9ヶ月時カテゴリーマップ



＜9ヶ月時概念一覧表＞

(2)	子どもの発達や健康のために思った心がけ・対応	(21)	子どもの身体的成長に伴い生じる大変さ	#1	子どもの行動や生活リズムのコントロール
(3)	子ども優先の生活に伴う自身のニーズの軽視	(22)	物事を円滑に行うためのタイミングの考慮	#2	観察に基づく子どもの欲求や感情の理解
(5)	出来事や状況の楽観的な捉え方	(23)	子どもの側を離れられないことによる負担	#3	子どものいたずらによる危険な状況の発生
(6)	子どもの表情・動作に対する親バカ的認知	[1]	夜間の子どもの世話による睡眠の妨げ	#4	子どもへの影響を伴う乳幼児をもつ人との交流
(7)	子どもの成長や変化に対する喜びや期待	[2]	昼夜のパターンの定着による生活リズムの安定	#5	危険な事態を未然に防ぐための危機管理
(8)	“母親”という特別感	[3]	母親自身のために使える時間の確保	#6	危機的状況で適当な判断や行動を選択する対応力
(9)	予測される事態を見越した対策・行動の選択	[5]	母子間で双方向のやりとりが成立している感覚	#7	気分や機嫌次第で変わる子どもの行動
(10)	子育ての見通しや参考を得るための情報収集	[6]	専門家からの子育てに関する助言	#8	試行錯誤や経験を通した自分なりのやり方の発見
(11)	夫・親族による子育てに関する物理的サポート	[7]	子ども1人で過ごすことができる時間の増加	#9	希望通りにならない子どもの行動
(12)	夫・親族による母親に対する精神的サポート	[8]	身体能力の発達や行動範囲の拡大による負担	#10	日々の忙しさや変化の多さによるゆとりのなさ
(15)	子どもの睡眠のパターンのバラつき	[9]	子育てを通した子ども全般に対する慣れの獲得	#11	常に新しい課題が出現することによる困り感
(16)	情緒的発達に伴う子どもの自己主張の表出	[10]	母親仲間との子育て関連の話や悩みの共有・相談		
(19)	状況に応じた適度な手抜きや妥協	[11]	仕事復帰に関する心配や気乗りしない感情		

IV. 考察

すべての月齢時において、【母親化による子育てへの適応】【子育ての原動力を生み出す要因】【母親への心理的ごほうび】の3つのコアカテゴリーが、【負担となり得る要因】を軽減させる作用を持つことが示された。このことから、それら4つのコアカテゴリーによって構成される子育ての基本構造は、子どもの月齢に関わらず存在する普遍的なものであることが示唆された。一方、カテゴリーやサブカテゴリーには、異なる月齢間で共通して存在するもの、共通点はあるが子どもの成長に伴い縦断的に変化するもの、特定の月齢に特徴的なものが存在した（表3参照）。ここでは、分析結果の月齢間における普遍性と差異を踏まえた上で、コアカテゴリー・カテゴリー・サブカテゴリー間に存在する関連性について考察し、その後、母親の困り感やニーズに合わせた効果的な子育て支援について探索する。

表3 コアカテゴリー・カテゴリー・サブカテゴリー一覧表

コアカテゴリー	カテゴリー	サブカテゴリー	1M	3M	6M	9M
負担となり得る 要因		身体的負荷	○			
		とらわれ感・不自由さ	○		○	○
		意のままにならなさ	○	○	○	○
		子どもの成育に伴う負担感			○	○
		社会生活との両立への不安				○
母親化による 子育てへの適応	育児生活を円滑にする方略	子どもの状態の把握・管理	○	○	○	○
		見通しを持った対応	○	○	○	○
	子育てへの順応的構え	危機管理・対応力				○
		柔軟な認知による受容	○		○	○
		認知・対応の柔軟さ		○		
		子ども中心の態度	○	○	○	○
		慣れに基づく“手に負える”感		○	○	○
子育ての原動力 を生み出す要因	サポート資源	家族のサポート	○	○	○	○
		他者との関わりで生じるサポート	○	○		○
	子ども由来の育てやすさ	公的なサポート	○	○		
		育てやすさに関する子どもの特性	○	○	○	○
		子どもの成育に伴う楽しさ		○	○	○
母親への 心理的ごほうび		自身の存在意義の実感	○	○	○	○
		子育ての喜び・楽しみ	○	○	○	○

1. コアカテゴリーやカテゴリー間に存在する関連性の考察

(1) 各コアカテゴリー内に存在する関連性

a. 【母親化による子育てへの適応】

子育てへの順応的構えと育児生活を円滑にする方略の2つのカテゴリーは、相互に影響し合う循環的な関係にあることが示唆された。子育てへの順応的構えは、子育てにおいて生じる課題や困難に対する母親の工夫などの取り組みを促進し、育児生活を円滑にする方略の発見・獲得へとつながる。一方、課題や困難を予防・解決するための方略を持つことは、母親の負担感を軽減させ、母親に物理的・心理的なゆとりをもたらし、子育てへの順応的構えを持ちやすくさせる要因にもなるのである。

b. 【子育ての原動力を生み出す要因】

サポート資源と育てやすさに関する子どもの特性（1ヶ月時）／子ども由来の育てやすさ（3・6・9ヶ月時）は、互いに影響を及ぼし合うことが示された。家族や外部のサポート体制が整っていることは、母親に身体的・物理的・精神的余裕をもたらす。富田（2008）は、人は心にゆとりがあると「充実感や安心感があり、他者へ配慮するなど周囲に目を向ける視野の広さ」を確保できると述べている（p.224）。このように、周囲のサポートの存在が生み出す母親のゆとりは、子どもに対する母親の視野を広げ、子どもの育てやすい面を認識しやすくするなどのポジティブな作用を持つと考えられる。一方、子どもの気質や生活リズムが安定していて育てやすい方が、母親が周囲からのサポートを受けやすくなることも示唆された。

(2) 異なるコアカテゴリー間に存在する関連性

a. 【母親化による子育てへの適応】と【負担となり得る要因】

子ども中心の生活のために物事を思い通りに進められないといった母親の意のままにならなさを緩和させるためには、育児生活を円滑にする方略が必要不可欠であると考えられる。具体的には、子どもの行動や生活パターンを把握・管理するといった工夫や、状況を見越した行動の選択、育児の見通しを得るための情報収集といったスキルが挙げられる。母親の子育てへの順応的構えも、育児生活における意のままにならない状況や負担感を受容した上で、対処へのモチベーションを生み出す作用を持つと考えられる。また、そうした構えは、子育てによるとらわれ感・不自由さを感じにくくさせたり、負担感のある状態を受け入れつつ肯定的にあきらめることを可能にしたりすることも示唆された。

b. 【子育ての原動力を生み出す要因】と【負担となり得る要因】

外部からのサポートと子どもに起因する育てやすさから構成される【子育ての原動力を生み出す要因】は、子育てにおける【負担となり得る要因】に対し、そうした要因を取り除くとしての物理的な負担軽減の働きがあることが示された。また、加えて、母親の精神的な支えやゆりの源としての役割を果たすことにより、母親の抱く負担感を軽減させる働きもあることが示唆された。

c. 【母親への心理的ごほうび】と【負担となり得る要因】

“母親”としての自身の存在意義の実感や、子どもとの生活から得られる子育ての喜び・楽しみは、母親の負担感の感じ方や捉え方に影響を及ぼすことが示唆された。母親は心理的ごほうびの存在により子育てにおけるやりがいや充足感を感じることができ、その結果、育児に対するモチベーションや動機が強化されると考えられる。そしてそうした作用は、母親が負担を負担と感じにくくなったり、負担要因がある状態を“しょうがない”とあきらめて受け入れられるようになったりするなどの変化へとつながり、母親の負担感を軽減させる働きがあるといえる。

d. 【母親化による子育てへの適応】と【子育ての原動力を生み出す要因】

周囲のサポート体制が整っていたり、子どもが育てやすい特性を備えていたりする場合、母親は子

第1子出産から1年以内の母親の子育てへの適応プロセス

育てに適応するための方略や構えを獲得しやすくなることが示された。一方、子どもの泣きやすさなどの判断は、それを捉える母親の認知様式や心理的余裕の有無にも影響される。したがって、母親が柔軟な認知様式を持っているかや、周囲のサポート体制が整っているかなどが、子どもの育てやすさに対する母親の感じ方に関連していることも考えられた。また、育児生活を円滑にする方略を身につけることは、子どもの状態の把握・理解や、物事や事態を見越した行動の選択を可能にし、母親による周囲のサポート資源のより有効な活用を可能にすることも示唆された。

e. 【母親化による子育てへの適応】と【母親への心理的ごほうび】

【母親への心理的ごほうび】は、母親に子育てに対するモチベーションや動機をもたらし、【母親化による子育てへの適応】のプロセスを促進することが示唆された。また、子育てにおける対処方略や順応的な構えを持っていると、子どもが発するサインに対して敏感になったり、ポジティブな意味付けをしやすくなったりするため、心理的ごほうびを得やすくなることも考えられた。この2つのコアカテゴリー間の循環的關係に寄与している概念として、子どもの表情・動作に対する“親バカ”的認知が挙げられる。“親バカ”的認知は、母親の柔軟な認知による受容を可能にする要因として、また、母親に子育ての喜び・楽しみを感じやすくさせる要因として作用していた。

f. 【子育ての原動力を生み出す要因】と【母親への心理的ごほうび】

母親の働きかけに対する子どもからの反応は、子どもの育てやすさと子育てにおける喜びや楽しみの両方に関連していた。また、周囲のサポートと母親の心理的ごほうびの感じやすさにも関連があることが示唆された。周囲のサポートの存在は、母親の身体的・精神的負担感を軽減し、ゆとりを持った子育てを可能にする。心のゆとりは、人の考え方や視野を広げたり柔軟にしたりする作用を持ち、物事や出来事に対する肯定的な解釈を促すとされている (Fredrickson, 2001)。つまり、周囲のサポート体制が整った環境にある母親は、子どものサインや反応をポジティブに捉えやすく、心理的ごほうびを得やすいといえる。また、同じく母親にゆとりをもたらす育てやすさに関する子どもの特性も、母親に心理的ごほうびを感じやすくさせる影響を持つと考えられる。

2. インタビュー分析結果に基づく母親への支援に関する考察

ここでは、今回のインタビュー調査で明らかになった母親の負担感やニーズを基に、子育て支援において必要かつ有効であると思われるサポートや介入について考察する。

(1) 産後の身体的負荷に対するサポート

産後の母体には、出産による身体的ダメージや昼夜を問わない育児による疲労などの大きな負荷がかかっている。そのため、今回1ヶ月時のインタビューで語られた、母親の実母による家事代行といったサポートがあることは大変望ましい。しかし、現代社会では核家族化が進んでおり、また、母親の両親が有職であることも多く、すべての母親がそうした集中的なサポートを受けられるとは限らない。そのため、産後間もない時期の夫の育児・家事協力を可能にするための男性の育児休暇取得の推

進や、産後・産褥入院といった産後のケアを受けやすくするための施設の増設など、社会的なサポート体制の整備が必要であると考えられる。

(2) 睡眠不足から生じる子育てへの否定的認識に対するサポート

新生児や乳児をもつ母親にとって、睡眠不足は負担感をもたらす大きな要因である。睡眠不足の影響は身体的なものにとどまらず、母親の子育てに対する認識にまで及ぶとされている。関島（2014）は、「やりたい子育てといった主体的な子育ての実現を認識できるには、疲労が回復できていると感じられるような効果的な睡眠・休息を得られること」が必要であると示している（p.215）。しかし、新生児や乳児の小刻みな睡眠時間に合わせて生活せざるを得ない母親が、自らの努力のみで疲労を十分に回復するだけの睡眠や休息を日常的に確保することは困難であるため、周囲のサポート体制の整備が重要となる。また、母親の睡眠不足は慢性的なものであるため、すでに述べた新生児期の夫の育児休暇取得や産後・産褥入院などだけでなく、より長期的なサポートが必要であると考えられる。

(3) 子育てにおける“意のままにならなさ”に対するサポート

子育ての中で生じる、子どもや状況に対して自分のコントロールが及ばない感覚や、物事を思い通りに進められない感覚は、子どもの月齢に関わらず、母親に負担感をもたらす大きな要因となり得る。しかし、一概に“意のままにならなさ”や“思うようにいかなさ”といっても、その要因は子どもの発達段階や状況によってさまざまであり、それらに対する効果的な対処方略や支援のアプローチも異なる。

a. 子どもの世話により生じる意のままにならなさに対する支援

月齢の小さいうちは、子どもの世話による身体的・時間的な拘束により、母親自身のやりたいことができない、自由な時間が持てないといった意のままにならなさが主に語られていた。そうした意のままにならなさに対する方略としては、子どもの行動パターンの把握や物事を行うタイミングの調整が挙げられるが、その他に、母親の実母や夫による育児・家事の協力により、短時間ではあるものの、母親が1人になれる時間を確保していることも語られた。このように、物理的拘束から生じる意のままにならなさに関しては、家族など身近にいる人による介入の重要性が示唆された。また、拘束感の高い状態がいつまで続くのかといった見通しをもてるような情報の提供も、物理的な拘束が引き起こす母親の心理的負担感の軽減に役立つと考えられる。

b. 子どもの成育に伴い生じる意のままにならなさに対する支援

母親が経験する意のままにならなさは子どもの成育に伴い変化するため、対応や支援の仕方も合わせて変化することが求められる。例えば9ヶ月時には、情緒的発達に伴い、子どもから主張や要求が発せられるようになり、母親の意思による子どもの行動のコントロールが難しくなることが語られた。そのような状況では、母親が自身の認知様式を変容し、自らの対応の工夫だけではすべてをコントロ

第1子出産から1年以内の母親の子育てへの適応プロセス

ールできないことを受け入れることなどが必要となる。それにより、母親は状況に応じて妥協した態度や対応をとることができ、意のままにならない感覚からくる負担感を予防・軽減することが可能になる。ただし、すべての母親が自ら認知の変容を行うことができるとは限らないため、場合によっては、そうした認知変容のプロセスをサポートする心理教育的アプローチが必要となると考えられる。

(4) 母親の認知様式の変容に対するサポート

子育てにおける母親の認知様式の変容は、実際の子どもの行動や状況の変化の有無に関わらず、母親の物事の捉え方に影響し、母親の抱く負担感を軽減することが可能である。具体的には、母親の柔軟な認知様式は心理的ごほうびとなる要因を認識しやすくしたり、負担感の要因に対して受動的なスタンスをとりやすくしたりすると考えられる。今回の調査協力者の母親らは、すでにそうした認知の柔軟性を備えており、必要に応じた認知の変容を自ら行うことができていた。しかし、母親の特性や状況的な要因によっては、そうした認知面での適応を自ら行うことが難しい場合もある。そうした場合には、前述したように、外部からの心理教育的アプローチが必要となる。より多くの母親に認知に関する心理教育的プログラムに参加する機会を提供するためには、母親学級や健診時に併せたプログラムの実施などが効果的であると考えられる。特に、公的支援の一環としてプログラムを実施することができれば、より幅広い層の母親に認知的教育に触れる機会を提供することが可能になるであろう。

(5) 社会との接触機会の乏しさに対するサポート

現代社会では、核家族化に伴う家族サイズの小規模化により家族の閉鎖性などが高まり、家族システムが自己完結的なものになりやすくなっている（厚生労働省雇用均等・児童家庭局, 2008）。そうした影響を受け、現代の母親、特に新生児期の母親や専業主婦の母親は、社会やコミュニティから孤立した感覚を抱きやすい。そのため、母親の孤立感の軽減を目的とした介入も重要な支援となる。

a. アウトリーチによる支援の提供

今回のインタビュー調査では、1・3ヶ月時でのみ公的な支援について語られ、その中で特徴的であったのは、自治体の保健師による家庭訪問に関するエピソードであった。インタビューの内容からは、産後間もない、特に第1子を育て始めたばかりの母親にとって、そうした家庭訪問により自治体が提供している育児相談などのサービスや、予防接種や健診などに関する情報が得られることが非常に有用であることが明らかになった。出産の身体的ダメージが残る中、昼夜を問わない育児を行っている母親にとって、自らさまざまな情報を調べて収集したり、外へ支援を求めに行ったりすることは困難であるため、そうしたアウトリーチ型の支援は重要なサポート資源であるといえる。

b. 地域における他の母親との接触機会の提供

家族外の他者との接触機会が乏しい母親への支援で有効と考えられるもう1つのアプローチは、居住するコミュニティ内で同じく子育てをしている母親との交流の場を提供することである。近隣住民

同士の関係性が希薄になっている現代社会では、母親同士の自然な交流が減少しているため、あえて母親同士が集う場を設置することの必要性が高まっている。今回のインタビュー調査では、児童館や自治体主催の子育てに関する講座などがそのような役割を果たしているエピソードが語られた。育児期の母親の交流の場を設ける際には、異なる月齢・年齢の子どもをもつ母親たちを対象とした場を作ることも有効な支援となると考えられる。異月齢・年齢の子どもをもつ親が集う場では、親同士の縦のつながりが自然に形成される。そして、そうした縦のつながりは、子どもが成長し母親が子育ての経験を積むにしたがい、先輩ママから助言を受けていた後輩ママが先輩になり、新たな後輩ママへ情報や助言の提供を行うといったように発展していくと考えられる。

(6) 社会との接触により生じる負担感に対するサポート

a. 公共の場で生じる負担感に対する支援

新生児期を過ぎた頃から始まる社会との接触は、他者との交流や生活範囲の拡大といったプラスの側面を持つ一方で、母子間だけでは生じなかった新たな負担感を生み出すといったマイナスの側面も併せ持つ。3・6ヶ月時のインタビューで語られた、電車などの公共の場において、子どもや自身が周囲の人へ迷惑となっている感覚を母親が抱くことはその一例である。子どもが泣くことやベビーカーでの移動が母親本人にとっては負担感の要因でなくても、電車に乗り合わせた乗客など周囲に不特定多数の人がいる場合、その同じ行為や状況が負担感を伴うものへと変化し得る。そうした、状況に基づく母親の感じ方の変化による負担感へのサポートとしては、母親自身を対象としたアプローチよりも、社会全体での環境整備や意識変革などが有効であると考えられる。公共施設における授乳室などの子連れのためのスペースの増設や、電車内におけるベビーカー専用スペースの設置といった環境整備は有効な取り組みの例である。

b. 仕事復帰に関連して生じる負担感に対する支援

6・9ヶ月時では、育児休暇の終了の接近に伴い、仕事復帰に関連する負担感が出現した。特に、保育園入園の難しさや、子育てと仕事の両立の大変さについての心配や不安が多く語られた。女性の社会進出が広がる現代社会において、このような母親の負担感を軽減するためには、女性の育児休暇後の社会復帰を前提とした社会福祉制度や職場環境の整備が求められる。そうした制度や環境の整備は、復帰後の実質的な負担を軽減することはもちろん、育児休暇中の母親が先のことを考えることで抱く心理的負担感の高まりも予防・軽減できると考えられる。そのため、母親への心理的サポートという観点からも、社会的な制度や環境の整備は重要な支援となるのである。

3. 本研究の課題と今後の展望

本研究では、子育ての基本構造や特徴をある程度捉えることができたものの、それらは必ずしも“第1子出産から1年以内の母親”全体に般化できるものではないという課題が残った。そのような課題

第1子出産から1年以内の母親の子育てへの適応プロセス

が残った原因として、調査協力者の数の少なさと属性の偏りが挙げられる。分析結果のより広範囲への応用を可能にするためには、サンプルとなる調査協力者を抽出する母集団を拡大・多様化させることが必要不可欠である。また、今後の展望として、量的データの使用方法を改善し、母親のパーソナリティ傾向や“子どもをもつこと”に対する意識の差を分析に取り入れることによって、個々の母親の特性、またそれに沿って生じる困り感やニーズに即したより効果的な支援の可能性を示すことができるであろう。

参考・引用文献

- 荒牧美佐子・無藤隆. (2008). 育児への負担感・不安感・肯定感とその関連要因の違い：未就学児を持つ母親を対象に. *発達心理学研究*, 19(2), 87-97.
- Belsky, J. (1984). The Determinants of Parenting: A Process Model. *Child Development*, 55, 83-96.
- Fredrickson, B. L. (2001). The Role of Positive Emotions in Positive Psychology: The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226.
- 鎌原雅彦・樋口一辰・清水直治. (1982). Locus of Control 尺度の作成と、信頼性、妥当性の検討. *教育心理学研究*, 30(4), 38-43.
- 菅野幸恵・岡本依子・青木弥生・石川あゆち・亀井美弥子・川田学・東海林麗香・高橋千枝・八木下（川田）暁子. (2009). 母親は子どもへの不快感情をどのように説明するか：第1子誕生後2年間の縦断的研究から. *発達心理学研究*, 20(1), 74-85.
- 柏木恵子・若松素子. (1994). 「親となる」ことによる人格発達：生涯発達の視点から親を研究する試み. *発達心理学研究*, 5(1), 72-83.
- 河野順子. (2011). 母親が抱える育児不安に関する要因—子どもの育てにくさ、母親の認知様式、父親の育児参加をめぐって—. *東海学園大学研究紀要*, 16, 55-64.
- 木下康仁. (2007). *ライブ講義 M-GTA 実践的質的研究法：修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチのすべて*. 東京：弘文堂.
- 厚生労働省雇用均等・児童家庭局. (2008). 一般精神科医のための子どもの心の診療テキスト（精神神経学雑誌第110巻第2号付録）. Retrieved from https://www.jspn.or.jp/uploads/uploads/files/journal/journal110_02_appendix.pdf
- 望月初音・大場佐悦. (2007). 母親の適応過程に関する研究—産褥1.5ヶ月時における初産婦の心理的变化と影響要因に焦点を当てて—. *つくば国際短期大学紀要*, 35, 157-170.
- 森下順子・森下正康. (2006). 幼児の気質が母親の行動特徴と養育態度に及ぼす影響. *和歌山大学教育学部紀要, 教育科学第56集*, 43-50.
- 森下正康・阿部恭子. (2013). 母親と父親のかかわりの特徴と幼児の社会性発達との相互連関. *発達教育学研究：京都女子大学大学院発達教育学研究科博士後期課程研究紀要*, 7, 35-47.
- 中谷奈美子・中谷素之. (2006). 母親の被害的認知が虐待的行為に及ぼす影響. *発達心理学研究*, 17(2), 148-158.
- 成田朋子. (2002). 乳幼児期の発達における親子の絆の重要性について—子育て支援への視座—. *名古屋柳城短期大学研究紀要*, 24, 53-63.
- 大橋幸美・浅野みどり. (2010). 育児期の親性尺度の開発—信頼性と妥当性の検討—. *日本看護研究学会雑誌*, 33(5), 45-53.
- 大日向雅美. (1988). *母性の研究：その形成と変容の過程：伝統的母性観への反証*. 東京：川島書店.
- 大森彩子. (2010). 母親の育児不安およびパーソナリティと有効な子育て支援の関連. *日本女子大学人間社会研究科紀要*, 16, 173-188.
- 佐藤達哉・菅原ますみ・戸田まり・島悟・北村俊則. (1994). 育児ストレスとその抑うつ重症度との関連. *心理学研究*, 64, 409-416.
- 関島香代子. (2014). 子育て期早期の母親のやりたい子育ての実現. *日本助産学会誌*, 28(2), 207-217.
- 島田三恵子・杉本充弘・縣俊彦・新田紀枝・関和男・大橋一友・村上睦子・中根直子・神谷整子・戸田律子・盛山幸子. (2006). 産後1ヵ月間の母子の心配事と子育て支援のニーズおよび育児環境に関する全国調査—「健やか

- 親子21」5年後の初経産別，職業の有無による比較検討一．*小児保健研究*, 65(6), 752-762.
- 清水嘉子・西田公昭.(2000). 育児ストレス構造の研究. *日本看護研究学会雑誌*, 23(5), 55-67.
- 高田直美・巽あさみ.(2008). 子育ての想像と現実の乖離がもたらす母親の感情. *日本地域看護学会誌*, 10(2), 47-53.
- 田中正博.(1996). 障害児を育てる母親のストレスと家族機能. *特殊教育学研究*, 34(3), 23-32.
- 富田真弓.(2008). 心のゆとり感尺度の作成の試み. *九州大学心理学研究*, 9, 223-233.
- 常田美穂.(2007). 乳児期の共同注意の発達における母親の支持的行動の役割. *発達心理学研究*, 18(2), 97-108.
- 八重樫牧子・小河孝則.(2002). 母親の子育て不安と母親の就労形態との関連性に関する研究. *川崎医療福祉学会誌*, 12(2), 219-239.

謝辞

本論文の作成にあたり丁寧なご指導と温かな励ましをくださった本学大学院教授の高野久美子先生に心から御礼申し上げます。また、ご多忙の中、快く調査協力を引き受けてくださった6名の調査協力者の皆様に深く感謝申し上げます。