

# 母親の育児ストレスの背景とソーシャルサポートに関する研究——母親の成育経験と子育て環境との関連——

寺見 陽子

神戸松蔭女子学院大学人間科学部

Author's E-mail Address: y-terami@shoin.ac.jp

---

## A Study on the relationship between mother's parenting Stresses and social support

TERAMI Yoko

Faculty of Human Sciences, Kobe Shoin Women's University

### Abstract

筆者は、これまで育児ストレスには、母親の親からの非受容的養育態度・子どもの世話経験→母親の回避的愛着→育児拘束感→育児当惑感という要因構造があることを見出した。本研究では、その構造と母親の背景との関連について検討することを目的とした。3歳以下の乳幼児を持つ母親142名を対象に、育児環境、育児ストレス、育児サポート、母親の成育経験、親から受けた養育、地域活動参加や育児情報に関する項目から成るアンケートを実施し、因子分析から見出された育児ストレス因子と他の項目因子との関連を探った。その結果、育児ストレスの軽減に対するソーシャルサポートの有効性は、母親の成育経験に左右されることが示唆された。

The purpose of this study is to explore the relationship between the social support that mothers receive and background factors which might affect their stress levels. Specific factors to be explored in the current study include: the child-rearing environment, experiences of caring and playing with children, experiences when growing up, participation in social activities about child rearing, and gathering information about child rearing. Questionnaire data was collected from 142 mothers of children under three years old and the data was analyzed to investigate the relationships between the above factors. The results suggest that the effectiveness of social support in reducing a mother's stress is particularly related to her husband's cooperation and her experiences when growing up.

キーワード：夫の協力、母親の成育経験、子どもの世話経験、育児生活環境、地域活動への参加

Key Words: husband's cooperation, experiences when growing up, experiences of caring and paying, environment of child-rearing, participation in social activities

## はじめに

「1.57ショック」以降、子育てに対する支援が国レベルで取り組まれてきた。エンゼルプランから始まった国の子育て支援施策は、新エンゼルプラン、子ども・子育て応援プラン、子ども・子育てビジョンへと展開し、その間に、次世代育成支援推進法も出されて、子育て支援は国民の義務となった。その推進法も平成26年度で終わる。今後もそれは継続されるものの、事実上は子ども・子育て新制度に移行する。子育て支援は、親支援から親子支援、家族・家庭支援や父親（参加）支援、次世代育成支援、多世代型支援というように、地域や多世代を巻き込んだ支援が展開され、その対象も妊娠期から大学生とその保護者へと拡大された。支援内容も、結婚し、子どもを産み、育て上げる（成人になる）までを支援する循環体制が、先に述べた次世代育成支援対策推進法の終結を持って施策的には整ったことになる。

これらの施策が目指しているのは、親の子育て力の向上と地域の子育て機能の回復あるいは子育て文化の醸成にある。したがって、制度的にハードを整えていくだけでなく、その展開において、ソフト機能がどこまで充実していったのかを見極めていく必要がある。しかし、子育てにかかわる人々の子どもを育み育てる力や子どもと共に生きる力、子どもとの関係性を構築する知識や技術といった養育性や育児性が、どこまで次世代を育成するに足るものとして醸成されてきたのかとことについては十分な検討がなされているとはいえない現状である。その要因の一つは、成果の検証のむずかしさに起因するといえるだろう。

本研究は、子どもを育てる養育者の養育力や育児性を向上させる支援が、養育者の親性や子どもと共に生きる力や親子関係の構築力の育成にどのような成果をもたらすのかを検討する枠組みの構築の基礎研究として行うものである。

## 【目的】

子育てへの否定的感情は、一般に育児不安といわれる。育児不安という用語は生活用語であり、学術用語ではない。そのため、育児不安の捉え方や内容は多岐にわたる。育児不安とともに育児ストレスという用語で表記されることもある。子育てをする上で、ちょっとした心配や困ったこと、不安なことといった些細なものから、育児ノイローゼという言葉で広く知られる強度な不安状態まで含め、総称して育児不安といわれる場合が多い（長坂、2002）<sup>1)</sup>。育児不安は、子どもの成長発達に悩みを持ったり自分自身の子育てについて迷いを感じたりして、結果的に子育てに適切に関われないほどに強い不安を抱いている状態という（大日向、2002）<sup>2)</sup>。

一方、「ストレス」という用語は、主にメンタルヘルス（心の健康）の領域で、統合失調症、うつ病、不安神経症などの精神病・精神障害の発生やそれと関連する社会的要因や、治療後の適応過程（予後）を解明するための、心理的状態の被説明概念として用いられてきた（石原、

2004)<sup>3)</sup>。抑うつ状態（精神的な落ち込み：depression）、不安感（anxiety）、身体的不調（不定愁訴：malaise）など、相対的に良好な状態から良好でない状態へと分布する連続体をさす。「ストレス」は、個人が経験する生理的、身体的、心理的に不快な主観的状态（distress）とその状態を生み出す可能性を持った環境要因（stresser）との関係性によって生じる<sup>4)</sup>。

子育ては、それ自体、手間のかかるものであり、細やかなケアの必要な乳幼児を育てる過程で、母親は多かれ少なかれ日常的に混乱した状態におかれる。そうした状態が、「子どもに関する出来事や状況などが母親によって脅威であると知覚される」あるいは「その結果母親が経験する困難な状態」となるとき、これが育児ストレスとなる（佐藤・菅原・戸田・島・北村、1994)<sup>5)</sup>。こうした育児ストレスが引き起こされるきっかけは、子どもの側の問題による（子ども関連要因）こともあれば、母親自身に何らかの問題があって（母親関連要因）という場合もある（佐藤ら、1994)<sup>5)</sup>。あるいはそれに関連する環境上の問題、たとえば生活状況や経済状態、育児へのサポートの有無、夫の協力や理解等も影響する。

ベルスキー（Belsky, J., 1984)<sup>6)</sup> は、マルトリートメントな母親を対象に調査を行い、育児を規定する背景を図1のように示している。図によれば、子育ては、親の成育歴が、親の性格を規定し、その特性が子育てに影響すること、またその過程は、親をとりまく精神的・社会的状況と子どもの状況にも影響されることが示されている。特に、ソーシャル・サポートが重要なことが示されている。

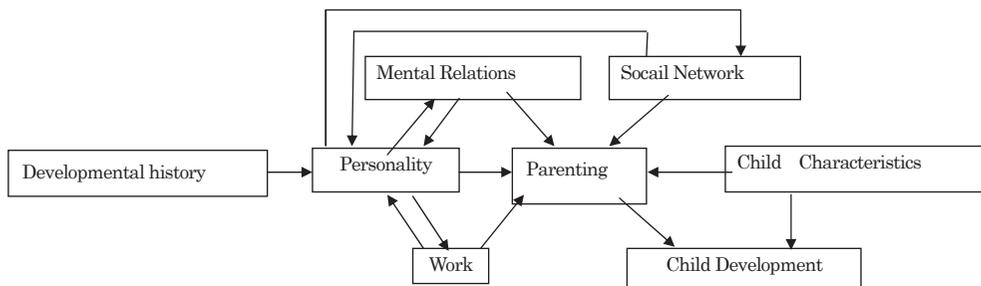


図2 Process model of the determinants of parenting (Belsky, 1984)

ソーシャル・サポートとは、「個人に尊敬や役割期待を与えることによって、その個人に自分がかげがえのない存在なのだと感じさせること」（Caplan, G., 1974)<sup>7)</sup>をさす。その本質は、社会や組織、集団が、ある個人に対して尊厳や役割期待を与え、それによって個人の存在感や Well - Being（幸福感）を高めることにある。ソーシャル・サポートは、個人のアイデンティティの役割を強化し、自己存在への実感、肯定的感情を高めることによって、自己に期待される役割と現実とのずれを調整する機能を果たすとされる。

一般に、育児ストレスが少なく、育児ソーシャル・サポートが多いほど、母親の育児不安は低減される（手島・原口、2003)<sup>8)</sup>。しかし、母親の特性によって異なり、内的統制力の高い母親の場合、効果が表れやすいが、完全主義傾向（三重野・濱口、2005)<sup>9)</sup>や心配性傾

向 (宮本、2008)<sup>10)</sup>、自己注目特性 (藤井・永井、2008)<sup>11)</sup> をもつ母親や自尊感情あるいはセルフエフィカシーの低い母親の場合、育児の不安やストレスが高くなる (渡辺・石井、2005)<sup>12)</sup>。また、精神的健康の影響し、たとえば産後抑うつ症患者の場合、夫婦の親密性に基づくソーシャル・サポートがストレス緩和に効果的であるが、ストレスが高すぎると効果は表れにくい (久田・箕口・千田・丹波、1990)<sup>13)</sup>。

さらに、ソーシャル・サポートは、サポート源と量によっても、その効果は異なる。たとえば初産婦では実母からのサポートが、そして不安や抑うつの軽減には夫からのサポートが効果的であることが報告されている (手島・原口、2003)<sup>14)</sup>。乳児を持つ母親では、サポートの多い群は疲弊うつが起りにくく、とくに経産婦では、親として効力感低下、不安、重圧感、身体症状、自律神経系不調和、疲弊・鬱がおこりにくい。ことに、夫のサポート量がうつの低さと関連することが指摘されている (吉永・岸本、2007)<sup>15)</sup>。このように、最も重要なのは夫からの情緒的サポートであり、それは子どもの年齢によっても異なることがわかる。

母親がどのような支援を求めているかを検討した中谷<sup>16)</sup>によれば、育児の楽しさを感じ育児不安の低い母親は、親としての成長と自立の機会を提供するような直接的で経験的な支援やサークルなど環境的で集中的な支援を求め、育児に楽しさを感じられず不安の高い母親は、遊び場、情報誌といった間接的な支援を求めている。不安があると遠隔的なほうが返って気楽なのかもしれない。母親の心理的ウェルビーイングの維持向上から考えると、インフォーマルなサポートが重要ということであろう。母親の子育てへの不安やストレス、困難感の個別性に応じた子育て支援が必要であることを示唆している。

しかしながら、人が育つ基盤となる親子の愛着関係や親の愛着形成を支援するソーシャルサポートに関する研究はまだ十分とはいえない。近年、成人の愛着研究が進み、大人の愛着傾向が対人行動やケア・ギビングに与える影響に関する研究がなされている。しかしながら、それらは、愛着を安全基地として、子どもにとってのサポート (探索や世話) や、大人ではパートナーとの関係におけるケアやサポート希求やそうしたなかでのストレス軽減に関する研究が中心的なテーマになっている (Steven R. & Simpson J. 2004)<sup>17)</sup>。南と筆者は、そうした視点から、これまで、親の愛着傾向と育児ストレス、ソーシャルサポートの関連について検討してきた。その結果、親の愛着傾向は、親の親からの養育態度 (非受容的な養育態度) が親の愛着スタイル (回避性) に影響し、それが育児の拘束感を高め、育児の当惑感につながっていくという構造が明らかになった (寺見・南、2007a, 2007b, 2007d, 2008; 南、2013)<sup>18)</sup>。そこで、本研究では、その構造にソーシャル・サポートが与える影響について検討することを目的とした。

## 【方法】

### 対象：

神戸市北区在住の3歳以下の乳幼児を持つ母親142名を対象とした。年齢構成は30歳未満18人、31～35歳64人、36～40歳50人、41歳以上10人。子どもの数は1人が30人、2人が65人、3人以上が47人であった。

### 手続き：

方法は、アンケート法によった。筆者が主宰する育児サークルの母親にアンケート用紙を配布するとともに、サークル会員を通して地域に配布し、回収は郵送で行われた。回収率は65%であった。本研究参加者からの本研究協力に関する同意は得られている。

### 調査項目：

調査項目は、母親の属性と母親の親から受けた養育、幼少期の経験、育児経験、育児生活環境、育児へのサポート状況に関するもので構成された。母親の属性として、年齢、就労状況、家族構成、子どもの数、住居形態、転居歴を設定した。また、母親の育児に関する調査内容は、(1) 育児環境に関する項目 8 項目、(2) 育児に関する項目 62 項目、(3) 育児サポートに関する項目 21 項目、(4) 地域活動参加に関する項目 14 項目、(5) 成育経験及び親から受けた養育に関する項目 27 項目、(6) 育児情報に関する項目 18 項目で構成された。項目内容の作成に際しては、事前に母親対象にインタビュー調査を行い、それを質的に分析して、項目 (1)、項目 (4)、項目 (5) の成育経験の内容が作成された。項目 (2) 及び項目 (3) については、牧野 (1982)<sup>19)</sup> の育児不安項目、川井・庄司・千賀・加藤 (2000)<sup>20)</sup> らの育児困難感に関する項目、田中 (1994)<sup>21)</sup> による育児ストレス項目を参考に作成された。項目 (5) の母親の親の養育に関する項目は辻岡・山本<sup>22)</sup> による親の養育態度参考に作成された。

分析の方法は因子分析と重回帰分析、分散分析を実施し、ソフトは IBM SPSS statistics ver.22 を使用した。

## 【結果】

### 1. 因子分析の結果：

それぞれに項目に対して因子分析（重み付けのない最小 2 乗法・プロマックス回転）を行った。その結果は次の通りであった。

#### (1) 子育て環境に関する因子 (e)

子育て環境因子は、3つの因子からなっていた。第1因子は、子どもを育てる環境の良さに関する内容であることから「良い環境 (e1)」と命名した。第2因子は、利便性に関することから「便利さ (e2)」、第3因子は、「子育て環境としてこれから望む内容であったことから「要望 (e1)」と命名した。

表1 子育て環境の因子分析結果（プロマックス回転後の因子負荷量）

質問項目	e1	e2	e3	共通性
第1因子：よい環境（e1）				
1*6 子どもを育てる環境としてはよい	1.022			.962
1*5 子どもと遊べる公園や遊園地がある	.551			.384
1*3 地域との人間関係はよい	.332			.267
第2因子：利便さ（e2）				
1*1 日常の便は良い		.885		.691
1*2 育児をするには便利が良い		.624		.521
1*4 子どもの保育・教育についてはと整っている		.437		.363
第3因子：要望（e3）				
1*8 おむつを替えたり授乳したり自由のできる場所が町の中に欲しい			.780	.615
1*7 子どもと一緒にいける場所がもっと欲しい			.682	.521
	因子相関	因子1	因子2	
		因子2	.432	
		因子3	-.164	-.063

## (2) 育児に関する因子（CS）

育児に関する因子は、4つの因子で構成されていた。第1因子は、育児におけるポジティブな感情体験に関する内容であることから「育児充実感（CS1）」と命名した。また、第2因子は、育児における拘束感や葛藤、負担感に関する内容であることから「育児拘束感（CS2）」と命名した。第3因子は、育児における戸惑いや「育児当惑感（CS3）」、第4因子は「育児をめぐる夫との不一致（CS4）」とした。

表2 育児ストレスの因子分析結果（プロマックス回転後の因子負荷量）

質問項目	CS1	CS2	CS3	CS4	共通性
第1因子：育児充実感（CS1）					
4*22 育児をしていると幸せな気持ちになる	.910				.725
4*24 子どもといると穏やかな気持ちになる	.778				.538
4*11 育児をしていると満たされた気持ちになる	.763				.530
4*23 子どもといると充実して楽しい	.737				.498
4*5 子どもの世話をしていると子どもといると気持ちが暖かくなる	.695				.588
4*8 育児に生き甲斐を感じる	.586				.364
4*9 子どもと一緒に過ごすことは楽しい	.561				.396
4*19 私の育児はうまくいっていると思う	.480				.384
第2因子：育児拘束感（CS2）					
4*19 育児で自分の時間が取られてしまう		.774			.430
4*16 子どもの世話と自分のしたい事の間で葛藤する		.708			.529
4*17 一人でのんびりする時間が欲しい		.697			.395
4*10 育児をしているとイライラする		.662			.487
4*6 子どもがいると、自分の行動が制限されるのでストレスを感じる		.658			.462
4*14 子どもを育てることが負担だと思うことがある		.569			.608
4*18 子どもにまわりつかれるのはストレスである		.561			.554
4*12 育児はつらいものである		.525			.440
第3因子：育児当惑感（CS3）					
4*21 子どもの世話の仕方がわからないことがある			.817		.564
4*25 しつけのしかたがわからなくて戸惑う			.799		.560
4*20 子どもの生活づくりや遊び方がわからない			.647		.579
4*13 親として自分は不敵格だと思う			.593		.502
4*15 子どもの就園、就学について不安がある			.466		.271
第4因子：夫との不一致（CS4）					
4*1 夫と私の子育ての方針が異なる				.803	.634
4*2 子育てについて、夫から理解が得られていない				.790	.703
4*3 子育てに関して夫とけんかになることがよくある				.790	.619
4*4 夫が、子育てに参加しているつもりでも、私からするとそうは思えない				.633	.473
	因子相関	因子1	因子2	因子3	
		因子2	-.480		
		因子3	-.545	.565	
		因子4	-.169	.230	.282

### (3) 成育歴に関する因子 (LH)

成育歴に関する因子として、5つ因子が抽出された。

第1因子は「高圧性 (LH1)」、第2因子は「親和性 (LH2)」、第3因子は、「父との良好な関係 (LH3)」、第4因子は、「子どもの世話経験 (LH4)」、第5因子は、「熱中経験 (LH5)」と命名した。

表3 母親の成育歴の因子分析結果 (プロマックス回転後の因子負荷量)

質 問 項 目	LH1	LH2	LH3	LH4	LH5	共通性
第1因子：高圧性 (LH1)						
8*12 私の親は何かと私の行動を制限した	.787					.597
8*19 私の親は私に対して高圧的だった	.764					.674
8*23 私の親は私によく干渉した	.752					.531
8*13 私は親の顔色を見ながら育った	.734					.486
8*5 私の親は私の意向を尊重し何でも自分の好きなようにさせてくれた	.600					.572
8*4 私の親は私にいつもきちんとするよう厳しくしつけた	.558					.278
8*21 私の親は私のことを理解してくれなかった	.479					.730
第2因子：親和性 (LH2)						
8*11 私と母親は相性がよかった		.914				.699
8*18 私の親はいつも優しく接してくれた		.608				.564
8*17 子どもの頃母親の存在が薄かった		.581				.352
8*10 私の親は私にとって友達のような親だった		.505				.354
8*3 父も母も忙しくかまってもらえなかった		-.331				.461
第3因子：父親との良好な関係 (LH3)						
8*7 私は父親と相性が良かった			.900			.669
8*15 子どもの頃父親の存在が薄かった			.662			.419
8*8 私は親から愛されて育ったと感じる			-.446			.647
第4因子：子どもの世話経験 (LH4)						
8*2 子どもの頃赤ちゃんと遊んだりあやしたりしたことがない				.703		.430
8*1 子どもの頃きょうだいや近所の子どもの世話をしたり遊んだりした				.629		.385
8*25 子ども頃親戚やきょうだい、近所の人など、たくさんの人の中で育った				.420		.187
第5因子：熱中経験 (LH5)						
8*9 中学・高校時代に熱中したこと (もの) があった					.741	.595
8*16 中学・高校時代に時間を忘れて友達としゃべったものだった					.469	.214
8*14 子どもの頃自分の好きなことをやり始めるとのめり込むタイプだった					.442	.378
	因子相関		因子1	因子2	因子3	因子4
			因子2	-.512		
			因子3	-.430	.462	
			因子4	-.338	.482	.335
			因子5	-.191	.413	.146
					.146	.338

### (4) 育児サポート因子 (S)

育児サポートについては6因子からなっていた。第1因子は、夫の理解や援助に関することから「夫の協力・理解 (S1)」と命名した。第2因子は、親からのサポートに関することから「親の協力 (S2)」、第3因子は、近所の人からのサポートに関することから「近所の人 (S3)」と命名した。また、第4因子は、育児を人に頼らないことから「ひとりで育児 (S4)」、第5因子は育児における夫の参加のしにくさに関すること内容であることから「夫の不参加 (S5)」と命名した。第6因子は、地域の活動や専門機関への相談に関連する内容であることから「育児サークルや専門機関 (S6)」と命名した。

表4 育児サポートの因子分析結果（プロマックス回転後の因子負荷量）

質 問 項 目	S1	S2	S3	S4	S5	S6	共通性
第1因子：夫の協力・理解（S1）							
6*3 夫は子育てに関して相談に乗ってくれる	.897						.751
6*5 夫は、育児を援助してくれる	.828						.712
6*2 夫は私のことを理解してくれている	.792						.625
6*8 夫は子どものほとんどかかわらない	-.737						.557
第2因子：親の協力（S2）							
6*9 子育ては自分の親にサポートしてもらっている		.818					.512
6*14 子育ての相談は、自分の親にする		.643					.614
6*10 子育ては夫の親にサポートしてもらっている		.579					.453
6*15 子育ての相談は夫の親にする		.446					.538
第3因子：近所の人（S3）							
6*12 子育ての相談は近所の人にする			.825				.428
6*11 子育ては、近所の人にサポートしてもらっている			.700				.470
6*20 頼めば、子どもを預かってくれる人が近く（車で15分以内）にいる			.397				.642
第4因子：一人で育児（S4）							
6*18 子育ては自分しか頼れない				.884			.211
6*19 子育てについてあまり相談しない				.568			.587
第5因子：夫の不参加（S5）							
6*7 夫が子どもにかわるのは休日が多い					.770		.430
6*6 夫は子どもと遊ぶことが中心で、生活のことはほとんど私がする					.614		.767
6*4 夫は、生活の都合で、子育てにあまりかかわることができない					.380		.397
第6因子：育児サークルや専門機関（S6）							
6*16 育児の相談は地域の育児サークルや講座などとする						.754	.581
6*13 育児の相談は専門機関にする						.608	.390
		因子相関	因子1	因子2	因子3	因子4	因子5
			.218				
				.054	.219		
				-.324	-.132	-.098	
				-.244	.022	.038	.159
				-.132	.120	.305	.190
							.247

### (5) 地域活動参加因子（TK）

地域活動への参加については、嫌、負担という否定的な参加態度であることから「ネガティブ」(TK1)と命名した。また、第2因子は、育児サークルから得るメリットに関する内容であることから「エフェクティブ (TK2)」、第3因子は、地域活動や幼稚園・保育所の支援活動によく参加するという内容であることから「ポジティブ (TK3)」と命名した。

表5 地域活動参加の因子分析結果（プロマックス回転後の因子負荷量）

質 問 項 目	TK1	TK2	TK3	共通性
第1因子：ポジティブ (TK1)				
7*11 地域の育児サークルや講座などは、干渉されるようで嫌である	1.045			.910
7*12 地域の育児サークルや講座などは、役割があって負担である	.878			.670
7*10 地域の育児サークルや講座などには、あまり参加したくない	.704			.671
第2因子：エフェクティブ (TK2)				
7*8 地域の育児サークルや講座などに参加すると、子育ての参考になる		.927		.904
7*9 地域の育児サークルや講座などに参加すると、気持ちが軽くなる		.907		.718
7*7 地域の育児サークルや講座などに参加すると、いろいろしてもらえてよい		.792		.629
第3因子：ネガティブ (TK3)				
7*5 地域の子育てに関する様々な行事や催しによく参加する			.743	.633
7*1 育児に関する役所の催しによく参加する			.697	.578
7*2 保育園や幼稚園の園庭開放をよく利用する			.675	.418
7*3 地域の育児サークルや講座によく参加する			.504	.547
		因子相関	因子1	因子2
			-.543	
			.525	-.414

## (6) 子育て情報因子 (INF)

育児情報については、3 因子を抽出した (表 5)。第 1 因子は、子育てに関するいろいろな情報やいろいろな支援がもっとほしいという内容であることから「もっと欲しい (INF1)」、第 2 因子は、育児サークル、行事や催しや育児に関する情報は、人からの勧誘や親や友達などから入手したという内容であることから、「人から入手 (INF2)」、第 3 因子は「広報 (INF3)」と命名した。

表 6 育児情報の因子分析結果 (プロマックス回転後の因子負荷量)

質 問 項 目	INF1	INF2	INF3	共通性
第 1 因子：もっと欲しい (INF1)				
10*16 子どものための施設や遊び場がもっと欲しい	.807			.614
10*15 子育てに関する情報がもっと欲しい	.804			.606
10*18 子育ての話のできる友達がもっと欲しい	.767			.588
10*12 子どもの教育に関する情報がもっと欲しい	.676			.520
10*14 子育てに関する経済的な公的援助がもっと欲しい	.637			.418
10*17 町の子育て相談員のような人がいるとよい	.616			.496
10*13 預かり保育をしてくれるところがもっと欲しい	.590			.350
第 2 因子：人から入手 (INF2)				
10*10 育児サークルや講座、行事や催しへは、人に誘われて参加した		.633		.435
10*4 育児は、友達の意見を参考にした		.620		.350
10*8 育児サークルや講座、行事や催しの情報は人から (口コミで) 得た		.566		.449
10*5 育児は、近所の人の意見を参考にした		.554		.274
第 3 因子：広報 (INF3)				
10*11 育児サークルや講座、行事や催しへは、自分から行く気がしない			-.526	.374
10*6 育児サークルや講座、行事や催しの情報は役所の広報から得た			.479	.252
10*9 育児サークルや講座、行事や催しの情報は役所の広報誌から得た			.437	.200
		因子相関	因子 1	因子 2
		因子 2	.293	
		因子 3	.156	.340

## 2. 母親の属性と各因子間の関連

母親の属性と各因子との関連について明らかにするために、分散分析を実施した。その結果次のような関連が認められた。

### (1) 仕事：

現在仕事を持っている人とそうでない人との関連を見たところ、仕事をもっている母親ほど、自立など子どもの能力への期待感が高かった [ $F(2,133) = 4.13, P < .02$ ]。また、育児に関する地域活動は役に立つと思っており [ $F(2,130) = 4.45, p < .02$ ]、人から育児情報を入手していた [ $F(2,134) = 6.61, P < .002$ ]。さらに、パートの人は、子どもは生き甲斐・癒しになると感じていた [ $t(22) = 3.18, P < .005$ ] のに対し、常勤の人は育児に関する地域活動が役立つと感じ [ $t(22) = 2.12, P < .05$ ]、積極的に参加して [ $t(21) = 2.31, P < .05$ ]、人から情報を入手していた [ $t(23) = 2.57, P < .02$ ]。

### (2) 家族構成：

親と同居している人は育児環境がよいと感じ [ $t(136) = 2.79, p < .01$ ]、同居していない人も、親から育児情報を入手していた [ $t(139) = 2.09, p < .05$ ]。

**(3) 子どもの数：**

子どもの数が多くなればなるほど、生活・育児に便利な環境、よい育児環境を求めている [F (2,134) =3.18, P<.05]。また、不安・抑鬱感が高く [F (2,135) =3.11, P<.05]、子育て情報を親から得ていた [F (2,138) =3.79, P<.001]。さらに、子どもが少ない人（特に1人）ほど、近所の人からのサポート [F (2,136) =5.47, p<.005] を受け、一人から二人に増えると子育て情報が欲しい（特に2人）と感じていた [F (2,135) =3.14, p<.05]。

**(4) 住居：**

住居形態については、集合住宅の人に不安・抑鬱感が高く [t (78) =2.75, P<.01]、持ち家の人は、子育て情報を育児書から得る傾向がある [t (80) =1.74, P<.10] のに対し、賃貸の人は近所の人からのサポート [t (78) =1.83, P<.10] を得る傾向が見られた。また、転居については、日の浅い人ほど（4年以下）人から情報を入手し [t (112) =2.25, P<.05]、長く住んでいる人（5年以上）ほど不安・抑鬱感が高く [t (111) =1.79, P<.10]、育児を人に相談せず自分しか頼れないと感じていた [t (110) =2.68, P<.01]。

**3. 育児ストレスと育児サポートとの関連**

育児ストレスと育児サポートとの関連を見るために重回帰分析を実施した。その結果、表7のような結果が得られた。

「育児拘束感（CS2）」は、「夫の協力・理解（S1）」と負の関連を示し [p<.05]、「一人で育児（S4）」と関連する傾向が見られた [p<.10]。また、「育児当惑感（CS3）」は、「夫の協力・理解（S1）」 [p < .02] と負の関連を示し、「育児サークルや専門機関（S6）」などで育児の相談をすることと関連していた [p < .005]。さらに、「夫との不一致（CS4）」は、「夫の協力・理解（S1）」と負の関連を示していた [p < .001]。

表7 育児ストレス（CS）と育児サポート（S）の関連（数値はβ値）

	CS2	CS3	CS4
S1	-.219 *	-.234 *	-.666 ***
S2			
S3			
S4	.175 +		
S5			
S6		.260 **	
R <sup>2</sup>	.153 **	.196 ***	.459 ***

\*\*\* p < .001   \*\* p < .01   \* p < .05   + p < .10

#### 4. 成育歴と育児サポート (S)、育児情報 (INF)、地域活動参加 (TK) との関連

表 8 は、成育因子 (LH1 ~ LH4) と他因子との重回帰分析の結果である。

表 8 成育因子と他の因子との関連 (重回帰分析: 数値は  $\beta$  値)

	CS2	CS3	S1	S3	S4	S5	INF3	TK1
LH1	.295 ***	.174 +	-.242 *					
LH2				.174 +				
LH3							.216 *	-.253
LH4		.260 **			-.279 ***			
LH5				.234 **	.222 *	-.158 +		
R <sup>2</sup>	.078 +	.117 **	.080 +	.111 **	.107 *	.051	.055	.093 +

\*\*\*  $p < .001$  \*\*  $p < .01$  \*  $p < .05$  +  $p < .10$

成育歴 (LH) と育児ストレス (CS) との関係では、育児ストレス因子を目的変数、成育因子を説明変数とした場合、「高圧性 (LH1)」が「育児拘束感 (CS2)」( $P < .001$ ,  $\beta = .295$ )、「子どもの世話経験 (LH4)」が「育児当惑感 (CS3)」( $p < .001$ ,  $\beta = .260$ ) と関連していた。

成育歴と育児サポートの関係では、育児サポート因子を目的変数、成育因子を説明変数とした場合、「夫の協力・理解 (S1)」と「高圧性 (LH1)」( $P < .05$ ,  $\beta = -.242$ )、「近所の人への援助 (S3)」と「父との良好な関係 (LH3)」( $P = .27$ ,  $\beta = -.279$ )、「一人で育児 (S4)」が、「子どもの世話経験 (LH4)」( $p < .001$ ,  $\beta = -.279$ )、「熱中経験 (LH5)」( $P < .05$ ,  $\beta = .222$ ) が関連していた。また、「夫の不参加 (S5)」が「熱中経験 (LH5)」( $P < .10$ ,  $\beta = -.158$ ) と関連傾向にあった。

成育因子と育児情報因子 (INF) 及び地域活動参加因子 (TK) との関係では、育児情報因子及び地域活動参加因子を目的変数とし、成育因子を説明変数とした場合、「(INF3)」が「父との良好な関係 (LH3)」( $P < .05$ ,  $\beta = .216$ ) と関連していた。また、育児ストレスとの関係では、「育児拘束感 (CS2)」「育児当惑感 (CS3)」ともに、子育て情報が「もっと欲しい (INF1)」と感じていることと関連していた [ 育児当惑感  $p < .05$ ; 育児拘束感  $p < .05$ ] (表 9)。

表 9 育児ストレス (CS) と育児情報 (INF) との関連 (数値は  $\beta$  値)

	CS2	CS3	CS4
INF1	.196 *	.205 *	
INF2			
INF3			
R <sup>2</sup>	.057 +	.057 +	

\*\*\*  $p < .001$  \*\*  $p < .01$  \*  $p < .05$  +  $p < .10$

## 【考察】

本研究は、今日の子育て支援の枠組みと成果を検討する視点を探るために行われた。ここでは、母親の属性、育児生活環境、幼少期の成育経験、育児サポート及び育児情報との関連を探った。

まず、母親の個人の属性との関連では、母親の就労スタイルで、サポートへのニーズや期待、求める内容が異なっていた。また、祖父母との同居は子育て環境として良いと感じ、同居していなくても、親から育児情報を入手していた。また、子どもに関しては、多くなるほど子育てに便利で良質な環境を求めている。しかし、母親自身の不安や抑うつも高くなり、親に子育てを頼り、子育て情報がもっと欲しいと感じるようになることが示された。一方、子どもが一人の場合、近所からのサポートを得ていた。

育児の生活環境としては、住居形態が集合住宅の人は不安・抑うつが高く、持ち家の人は育児書に頼り、賃貸の人は近所からサポートを得ていた。転居して日の浅い人も人から情報を入手していたが、居住年数の長い人は、不安・抑うつ感が高く、自分しか頼れないと感じていた。

これらの結果から、母親の仕事の持ち方によって子どもへの感じ方や期待感、地域活動への参加の姿勢が異なること、育児サポートや子育て情報へのニーズは、子どもの数、住居形態、家族構成（同居の有無）、転居経験に影響されること、また育児サポーターや情報の入手先として、親と近所の人が重要な役割を果たしていることが明らかにされた。そして、育児ストレスの軽減には、「夫の協力」が最も重要であり、地域の専門機関や育児サークルなどの存在も有意義であることが示された。

これらの結果の中には従来の研究ですでに明らかになっているものもあるが、ここでは母親の仕事の持ち方によって子どもの見方や育児活動への参加の仕方が異なり、住居形態や居住年数が育児における人間関係の持ち方やストレスの感じ方、サポートのニーズに影響を与えることが注目されよう。子育て支援が社会的課題として本格的に取り組み、地域での様々な展開が浸透しつつあるが、親のストレス軽減と同時に親性の発達を支援するためには、交流事業的なものだけでなく、母親の個別生活状況に応じた個別支援のあり方やそれを展開するシステムを考える必要がある。また、父親の育児への参加への啓発し、「育児する父」のあり方を検討する必要がある。

さらに、育児ストレスの背景には、母親の成育経験が関連することが示された。子どもの時に小さな子どもの世話をした経験やものごとくに熱中した経験、親から受けた高圧的な養育が関連していた。筆者らはすでに、非受容的な養育を受けた経験が愛着の回避傾向に影響を与え、回避傾向が強いと育児拘束感を高め、そのことが育児に対する当惑感を強めるという構造を明らかにしている（寺見・南、2006b）<sup>23)</sup>。親から受容されなかった経験が、育児拘束感や育児当惑感に影響することを示した。成育過程において、物事に熱中した経験を持つ母親は育児に育児への拘束感・当惑感がなく、育児を一人でする傾向があった。また小さい子どもとかかわった経験をもつ母親は、育児への当惑感が少なく、近所の人からサポートを得て、育児を自分ひとりで抱え込んでいなかった。また、地域活動については、自分の父親と良好

な関係を持っている母親は地域活動に積極的に参加し、有益であると感じ、参加の負担感も少なかった。幼い子どもと関わった経験のある母親も、参加への負担感が少なかった。育児情報に関しては、親との関係が良好な母親や小さい頃子どもと関わった経験のある母親は、親から情報を入手し、頼っていた。子育て支援が、ストレス軽減だけでなく親の養育性形成を促すソーシャルサポートとして効果をもたらすかどうかは、母親の成育経験が影響することが示された。

つまり、子育て支援は、現在子育て中の母親ためだけでなく、今の親の受容的な養育態度と育てられる子どもと良好な関係を築くことが、次世代の親の養育性形成につながるという、循環性の中を考えていく必要があるということである。これから母親・父親になる世代の人々の生活経験や人とのかかわりの経験を促す観点とともに、養育性育成における世代間連鎖の観点から、養育性の発達形成過程を誕生からの生活経験や家庭における人間関係との関連の中で明らかにしていくことが求められよう。

今後の課題として、すでに明らかにした母親の育児ストレスを規定要因構造（母親の育児ストレスと母親の成育歴、愛着傾向との関連）に、今回明らかになったソーシャル・サポートの意義や効果を見据えて、子育て支援プログラムの構成やその成果を評価していく枠組みを検討したいと考えている。また、今日、父親や家族、若者世代を巻き込んだ支援が求められており、今後、父親、祖父母、次世代の若者を対象に、本研究と同様の検討を行い、包括的な支援の在り方を模索していきたい。

本研究は、南憲治氏（帝塚山大学現代生活学部）との共同研究であり、日本教育心理学会第48回総会にて発表した内容を修正・加筆し、新たな視点から再検討したものである。

## 引用文献

- 1) 長坂典子 (2002) 家庭という密室での育児. 心の科学 N0.103 日本評論社. 50-55
- 2) 大日向雅美 (2002) 育児不安. 心の科学 N0.103 日本評論社. 10-15
- 3) 石原邦雄 (2004) ストレス研究の諸概念. 石原邦雄編 家族のストレスとサポート. 日本放送出版協会. 46-71
- 4) 佐藤達哉・菅原ますみ・戸田まり・島悟・北村俊則 (1994) 育児に関する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
- 5) 前掲書 4)
- 6) Belsky, J., (1984) The determinants of parenting; A process model. *Child Development*, 55, 83-967
- 7) Caplan G. (1974) *Support systems and community mental health*. New York Behavioral Publications.
- 8) 手島聖子・原口正弘 (2003) 乳幼児健康診断を通じた育児ストレス尺度の開発. 福岡県

立大学看護学部紀要 . 1 (1). 15-27

- 9) 三重野祥子・濱口佳和 (2005) 完全主義傾向と子育て達成感・育児負担感との関連. 日本教育心理学会第 49 回総会発表論文集. 109
- 10) 宮本政子 (2008) 乳幼児を養育する母親及び父親の育児支援に関する研究—育児ストレス構造の特徴と対処行動との関連—. 小児保健研究. 67-5.
- 11) 藤井加那子・永井利三郎 (2008) 育児期にある母親の育児不満感に影響する因子—子育て不安の認知の有無による違い—. 小児保健研究. 67 (1). 10-17
- 12) 渡辺弥生・石井睦子 (2005) 母親の育児不安に絵教を及ぼす要因について. 法政大学文学部紀要. 51. 36-46
- 13) 久田満・箕口雅博・千田茂博・丹波郁夫 (1990) 育児ストレスと産後の抑うつ症 —ソーシャル・サポートとしての夫婦親密性のもつストレス緩和効果の検討—. 社会心理学研究. 6 (1). 42-51.
- 14) 前掲書 8)
- 15) 吉永茂美・岸本長代 (2007) 乳幼児を持つ母親のストレス、ソーシャルサポートとストレス反応の関連—初産婦と経産婦の比較から—. 小児保健研究. 66 (6). 767-772
- 16) 中谷奈津子 (2001) 子育て支援事業における母親のニーズに関する研究—母親の育児不安の観点から—. 日本保育学会第 54 回大会発表論文集. 440-441
- 17) Steven R. & Simpson J. 2004. Adult Attachment: Theory, Research, and Clinical Implications. The Guilford Press. (遠藤俊彦・何口弘一・金政祐司・申崎真志訳 2008. 成人のアタッチメント 北大路書房 268-303)
- 18) 寺見陽子・南憲治 (2006a) 母親の育児ストレスの背景とソーシャルサポートの関連に関する研究 (3) —母親の育児ストレスとライフヒストリーとの関連について—. 日本教育心理学会第 48 回総会発表論文集. 667  
寺見陽子・南憲治 (2006b) 母親の育児ストレスの背景とソーシャルサポートの関連に関する研究 (4) —育児ストレス関連要因の構造分析—. 日本教育心理学会第 48 回総会発表論文集. 670  
南 憲治 (2013) 母親の育児ストレスとその基底要因—愛着と成育歴の影響—. 帝塚山大学現代生活学部紀要. 9. 75-83
- 19) 牧野カツコ (1982) 乳幼児を持つ母親の生活「育児不安」. 家庭教育研究所紀要 vol38 493-499
- 20) 川井尚・庄司順一・千賀悠子・加藤博仁 (2000) 子ども総研式・育児支援質問紙 (試案) の有効性に関する研究 [チーム研究 6] 育児不安に関する臨床的研究 VI. 日本子ども家

庭総合研究所紀要. 36. 117-138

- 21) 田中昭夫 (1997) 幼児を保育する母親の育児不安. 乳幼児教育学研究 6. 57-64
- 22) 辻岡美延・山本吉廣 (1978) 親子関係の種類—親子関係診断尺度 EICA—教育心理学研究 . 26 (2), 84-93
- 23) 前掲書 18)

(受付日 : 2014. 12. 10)