

# 育児期女性のwell-beingに繋がる要因とそれを支える支援

The determinants of well-being : In case of child-rearing woman

薊 奈保子<sup>1</sup>

<sup>1</sup>大妻女子大学大学院人間文化研究科

Naoko Azami<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Graduate School of Studies in Human Culture, Otsuma Women's University

2-7-1 Karakida, Tama-shi, Tokyo, Japan 206-8540

キーワード：育児期女性，価値観，ウェルビーイング，サポート

Key words : Women in child rearing, Value orientation, Well-being, Support

## 抄録

本研究では、仕事観、育児観、ソーシャルサポートの3つの概念が育児期女性のウェルビーイングとどのように関連するか明らかにすることを目的として、調査を行った。

研究1の結果、ウェルビーイングは育児不安、パートナーとの関係性認知、道具的・情緒的サポートの4つの影響を受けやすい傾向が示された。その中でも特に育児不安とパートナーとの関係性は、育児期女性のウェルビーイングに大きな影響を与えることが考えられた。

研究2の結果、心理面のウェルビーイング低群は、育児に対して「イライラ」、「ストレス」などネガティブな考えを持っているのに対し、心理面のウェルビーイング高群は、「大変」と考えつつも「楽しい」、「良い」と考えていることが明らかとなった。

さらに同群は、他者からのサポートに対し“もらっている”という感覚を持ち、「楽」と好意的に評価していたが、低群では、サポートを受けていてもそれに対する好意的な語りは見られず、サポートを受けていることへの認識が両群で異なることが示された。

また、心理面のウェルビーイング高群は、困難や不安を喚起させる出来事に遭遇したとき、視点を変え、問題をポジティブに考えられる環境を自身で整えることで現状を肯定的に捉える工夫をしていた。これに対し心理面のウェルビーイング低群は視点の切り替えがうまくできず、精神的安定が脅かされやすい様子が見られた。

## 1. 問題

### 1. ウェルビーイング

“ウェルビーイング”は「よい状態」と訳され、健康の定義に際して度々引き合いに出される指標である。しかし未だに統一された定義はなく、それぞれの分野や研究によりさまざまな定義がなされているのが現状である。

しかし果たして、全ての面において満たされ、不満のない状態はあり得るのだろうか。育児期女性の心身の健康について調査した薊(2014)<sup>1)</sup>は、女性自身と周囲・環境との折り合いの重要性を強調している。そのため本研究では薊(2014)の結果を踏まえ、ウェルビーイングを「個人が、己の人生の中で生じた主観的な快情動と不快情動との間で折り合いをつけた結果、自己の人生に意味を感じ、心身ともに“よい状態”となり得ること」と定義し、これを用いて育児期女性のウェルビーイングにつながる要因を検討していくこととする。

### 2. 育児期女性と価値観

今日の社会生活において、女性の地位は男性と変わらないほどにまで確立されている。だが、そのような現代社会にも関わらず「子育て」の大多数は依然として女性が担っている確率が高い。

現代社会に生きる女性にとって、「出産」は「新しい命を育てる喜び」と、育児休暇や退職など「社会的立場の強制的な変化」を同時に経験する出来事といえる。穴井ら(2006)<sup>2)</sup>は、「現代の育児期女性の悩みは“育児に直接関連する悩み”というよりも“育児期における自分の生き方”に対する悩みで

ある」と述べている。また、浅賀ら(2011)<sup>[2]</sup>によると、育児期女性が感じる育児に対する心理的混乱への適応過程の1つに、「母親役割だけではない自己の意識」がある。心理的混乱の中にある育児期女性は、母親であることと自分自身が分離されて考えられており、母親役割を自己の中に位置づけられずに自己存在の揺らぎを経験するとされている。

つまり、育児期とは子どもや育児に対する価値観と、個人の生き方としての価値観の間で葛藤する時期であり、その価値観同士を調整し、いかに折り合いをつけて適応していくかが、その後の子どもや現状に対する認識や感情、健康状態等に影響を与えると考える。

## 2. 目的

本研究では、育児期女性のウェルビーイングにつながる要因、およびその支援を検討することを目的とする。なお、育児期女性の価値観としては育児観とソーシャルサポート、仕事観を設定する。

具体的には、研究1では質問紙調査を行い、価値観とウェルビーイングの関係について明らかにし、研究2ではインタビュー調査を用い、質問紙からは把握しきれなかった内容(価値観調整や現状認識、具体的な事例など)を知り、ウェルビーイングを促進させる支援について質と量の両側面から検討していくこととする。

## 3. 方法

### (1)研究1

保育園を通じて未就学児を育てている女性に質問紙調査を行い、204名の女性を分析対象とした。質問紙は、育児観尺度(田中ら, 2010)<sup>[4]</sup>、仕事に対する価値観尺度(森永, 1999)<sup>[5]</sup>、ソーシャルサポート尺度(宮武, 2007)<sup>[6]</sup>、母親のウェルビーイング尺

度(川村, 2013<sup>[7]</sup>)の4尺度と、フェイスシートと自由記述で構成されていた。

### (2)研究2

研究2では、研究1の質問紙では把握することのできなかった、育児期女性の育児不安や困難感の背景にある要因について明らかにし、その要因に作用する支援について検討することを目的としたインタビュー調査を行った。質問紙調査の中で、インタビュー調査協力に同意した女性のうち、連絡のついた10名を対象とした。1名につき60分程度、半構造化の形式でインタビューを実施した。

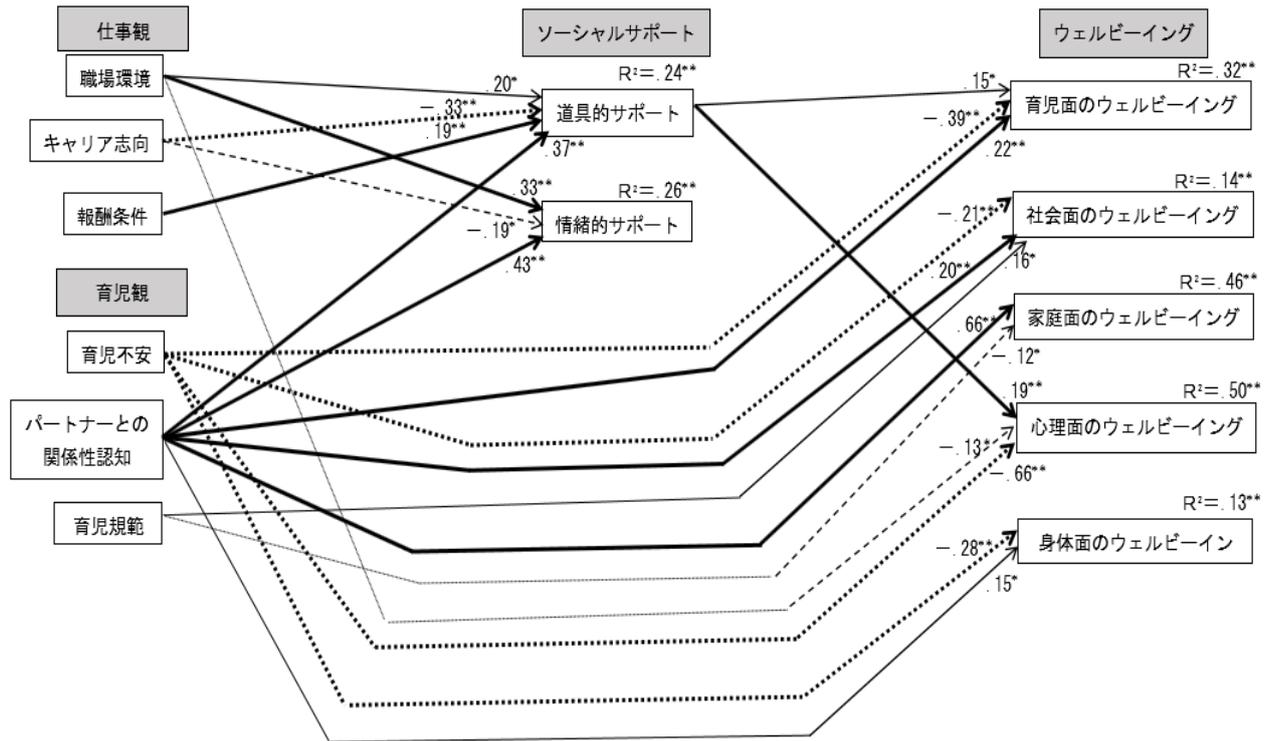
## 4. 結果・考察

### (1)研究1

育児観・仕事観・ソーシャルサポートが、ウェルビーイングにどのように影響するかを重回帰分析によって検討した。図1は、重回帰分析の結果に基づくパス・ダイアグラムである。

分析の結果、育児不安、パートナーとの関係性認知、道具的・情緒的サポートの4つの影響を受けやすい傾向が示された。その中でも特に育児不安とパートナーとの関係性は、育児期女性のウェルビーイングに大きな影響を与えることが考えられた。仕事に関する価値観については、女性が育児生活に適応するに従い“育児”“子ども”が自分の中での優先事項となるため、ウェルビーイングへの影響が少ないことが示された。

また、従来の研究で従属変数として扱われるウェルビーイングであるが、ウェルビーイングが高まると外界に対する認知もポジティブとなり、逆にウェルビーイングが低くなると外界に対する認知はネガティブになるなど、ウェルビーイングが独立変数として作用する可能性も示唆された。



実線は正の影響, 点線は負の影響をあらわす。  
 太い線及び\*\*、1%水準で有意の場合を示す。  
 細い線及び\*、5%水準で有意の場合を示す。

図1 ウェルビーイングに及ぼす、育児観、仕事観、ソーシャルサポートの影響のパス・ダイアグラム

(2)研究 2

対象者 10 名の心理面のウェルビーイングを、平均値を境に低群と高群に 5 名ずつ分類し、低群と高群別のインタビューデータを用いて、テキストマイニングによる分析を行った(図 2, 図 3)。その結果、心理面のウェルビーイング低群は、育児に対して「イライラ」、「ストレス」などネガティブな考えを持っていることが明らかとなった。これに対し心理面のウェルビーイング高群は、「大変」と考えつつも「楽しい」、「良い」と考えていることが明らかとなった。さらに同群は、他者からのサポートに対し“もらっている”という感覚を持ち、「楽」と好意的に評価していた。これに対し低群では、サポートを受けていてもそれに対する好意的な語りは見られなかった。低群と高群ではサポートを受けていることへの認識が異なることが示された。

また、自身の持つ育児観と現実との間の葛藤が表現されているのも、心理面のウェルビーイング低群の特徴として読み取れた。さらに、同群は子ど

もと一緒に遊ぶことを養育義務の 1 つとして考えている可能性が示唆された。

インタビューデータをもとに、心理面のウェルビーイング低群と高群の夫、子ども、育児に対する語りの違いを検討したところ、低群においていずれの項目もネガティブに捉えられやすい傾向が見られた。心理面のウェルビーイング高群は、困難や不安を喚起させる出来事に遭遇したとき、視点を変え、問題をポジティブに考えられる環境を自身で整えることで現状を肯定的に捉える工夫をしていた。これに対し心理面のウェルビーイング低群は視点の切り替えがうまくできず、精神的安定が脅かされやすい様子が見られた。

以上より、育児期女性のウェルビーイング促進には“視点の切り替え”がひとつの要因となると考えられた。研究 1 において、育児不安、パートナーとの関係性認知、ソーシャルサポートが重要であると示されたが、それだけでなく育児期女性自身の物事の捉え方も関係する結果が見られた。



## 5. 総合考察

研究1より、育児期女性のウェルビーイングに育児観は大きな影響を与えるが、仕事に対する価値観はあまり影響を与えないことが明らかとなった。これは、今回の対象者が仕事よりも育児を優先的に考える傾向を持っていたためであろう。しかし、仕事に対する価値観尺度の平均値を見ると特別低い数値ではなく、対象者らは自己の価値観を低下させずに育児と向き合っていることが明らかとなった。

このことから、置かれた状況に合わせて主体的に価値観の優先順位を変化させられるかどうか、ウェルビーイングにつながる可能性が示された。変化させることができるかできないかという問題は、もちろん個人の持つ柔軟さという側面も関係しているだろうが、まずは育児生活についてのある程度の“見通し”が持てるかどうか、鍵となるだろう。“大変な状況は今だけ”“今しかできない育児”といった、育児への不安や困難さに直面したとき、ある程度の見通しが立つか立たないかで情緒面での安定には違いが生じる。

研究2では、“視点の切り替え”とウェルビーイングの間に関係がある可能性が示唆された。“視点の切り替え”は、研究1において示された“見通し”とも深く関連がある。見通しが持てないために視野が狭くなり、“大変”という感情や状態から抜け出せず、出口のない感覚に不安を覚えた結果、ウェルビーイングが低くなる可能性は十分にある。

以上より、ウェルビーイングを促進するためには、育児期女性が育児生活や、そこでの困難な出来事や不安に対して“見通し”を持ち、気持ちを切り替えることができる支援が求められるだろう。

## 付記

本研究は、大妻女子大学人間生活文化研究所「大学院生研究助成(A)」(DA2601)の助成を受けたものである。

## 引用文献

- [1] 穴井千鶴ほか. 「自分の生き方」をテーマにした育児期女性への心理的支援 :Sense of Coherenceからのアプローチ 久留米大学心理学研究. 2006, 5, 29-40
- [2] 浅賀万理恵ほか. 育児初期の母親が抱える心理的混乱への適応過程—語りによる質的検討— 昭和女子大学生生活心理研究所紀要. 2011, 13, 55-68
- [3] 薮奈保子. 子育て中の養育者のニーズと育児支援のあり方についての一考察 人間生活文化研究, 2014 (未公刊)
- [4] 田中優ほか. 家庭・学校・地域における「子育て」コミュニティの再生に関する実践研究 2010 (未公刊)
- [5] 森永康子. 成人女性の職経歴と仕事に関する価値観 神戸女学院大学論集. 1000, 46(1), 133-148
- [6] 宮武典子. NICUに入院していた児を育てている母親の夫のサポート・ピアサポートと育児不安および対処方略の関連 日本看護研究学会雑誌. 2007, 30(2), 97-108
- [7] 川村千恵子. 乳幼児をもつ母親のウェルビーイング 大阪公立大学共同出版会. 2013

## Abstract

This study was aimed to describe the factors for well-being of woman in child-rearing period.

The first study (the subjects were 204 mothers) explored the factors for well-being, from data of questionnaire survey. The results showed that, effects from “views of childcare” to “well-being” were big, but effects from “work values” were not.

The second study (the subjects were 10 mothers) examined and described in more details about woman’s well-being, and the supports that leads to improve the well-being, from the interview research. The mother which shows low well-being, takes more negative about child, husband, or supports from others, than the high well-being mothers, because they can’t change the view point to take the stressful scene more better.

Moreover, it was found that not only fully support, but also support to promote view changing, will be effective to improve the child-rearing mother’s well-being.

(受付日 : 2015年7月6日, 受理日 : 2015年9月18日)

薊 奈保子（あざみ なおこ）

現職：社会福祉法人 児童養護施設 子供の町 心理士  
大妻女子大学人間文化研究科臨床心理学専攻研究員

大妻女子大学大学院人間文化研究科修士課程修了。