

# 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

A study of parents' needs for child care and effective support

薊 奈保子<sup>1</sup>, 向井 敦子<sup>2</sup>

<sup>1</sup>大妻女子大学大学院人間文化研究科, <sup>2</sup>大妻女子大学人間関係学部

Naoko Azami<sup>1</sup> and Atsuko Mukai<sup>2</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

<sup>2</sup>Faculty of Human Relations, Otsuma Women's University

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

キーワード：養育者のニーズ，子育て，支援

Key words : Parent's needs, Child care, Support

## 抄録

本研究は、育児期女性が育児生活の中でどのような困難感をかかえ、どのような支援ニーズを持っているのか明らかにすることを目的としている。インタビューの対象者は、乳幼児の子どもを育てており、生活環境に大きな問題のない一般的な家庭の母親2名であった。

その結果、育児期女性がサポートを「助かる」「嬉しい」と好意的に評価することが、育児肯定感に繋がっている可能性が示された。このことから、育児期女性の肯定感を高めるためには、ニーズに沿った支援が必要不可欠であることが判明した。その人の置かれている環境や時期などさまざまな要因を考慮したうえでの利用しやすい支援が、今後検討されていくべきであろう。

また、育児期女性は現状のサポートのみでは育児生活の負担が補いきれないと考えていることが判明した。しかし、本研究の調査対象となった女性2名は、その足りていない分を自身が「ポジティブに捉える工夫をする」ことで補っていることが予想された。これをLazarusらの心理的ストレスモデルにあてはめて考えると、対象者の2名は育児というストレスサーについて、自己をコントロールする「情動焦点型」のコーピングを用いてストレス事態に対処していたと捉えることができる。すべての側面において女性が「十分に満たされている」「全く不満がない」と感じられるサポートでなくとも、母親が現状をポジティブに捉えることができる環境を整えるサポートこそが育児期女性の肯定感に繋がる可能性があることが明らかとなった。

## 1. 問題

「子どもはかわいい」「子どもはかけがえのないものである」という言葉の通り、子どもはとても愛らしい存在である。

しかし近年、育児中の養育者、とりわけ母親は子ども・育児に対して肯定的な面を持つと同時に、否定的な感情を持つということが明らかとなっている(例：柏木ほか, 1994)<sup>[1]</sup>。

### 2-1. 女性と育児

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。これは第一子出産後の退職率や女性の育児休暇を取得する割合を見ても明らかである。

つまり、現代社会に生きる女性にとって、「出産」とは「新しい命を育てる喜び」というプラス面と、育児休暇や退職など「社会的立場の強制的な変化」というマイナス面を同時に備えた重大イベントであることが想像できる。

### 2-2. 育児期女性

「育児不安」という用語が初めて学術雑誌で用いられたのは1976年であったとされている。掲載されたのは、保健師専門誌保健師ジャーナル

(旧保健師雑誌)であった。以降、さまざまな雑誌やメディアを通じて世に浸透し、臨床心理学領域の研究でも扱われることが多いテーマの1つとなっている。

「育児ストレス」「育児不安」など育児のネガティブな感情の軽減・緩和を目的とした研究は多く、中でも多く検討されているのがソーシャルサポートとの関係である。ソーシャルサポートとは、人間が他者との相互関係の中でやり取りされる支援のことで、これは心身の健康と密接に関わりがあるということが明らかとなっている。

臨床心理学領域においてよく引き合いに出されるサポートは「道具的サポート」と「情緒的サポート」である。「道具的サポート」は他者から与えられるさまざまな物理的援助のことをいい、

「情緒的サポート」は他者がある個人に向けて共感的・受容的・評価的に接する態度を示すことを指す。これについて荒牧ほか<sup>[2]</sup>(2008)は、「母親を取り巻く周囲からのサポートは育児への否定的な感情を低めると同時に、育児への肯定感情を高める効果を持つ」と述べている。

また、サポートの中でも特に「情緒的サポート」が育児に対するネガティブな感情を低減させるという報告は多い。宮武<sup>[3]</sup>(2007)は、NICUに入院していた子どもをもつ母親の育児不安と夫からのサポートの関係について調査を行なった。その結果、夫の情緒的サポートは育児満足度を高め、間接的に育児不安を低くしていることが示された。

現在、国や地方行政は、保育事業の拡大や子ども手当の支給、税制上の優遇措置など子ども及び養育者への物理的・経済的援助の充実を中心に子育て支援を実施している。これらは主に「道具的サポート」に該当する。道具的なサポートはある程度充実してきているが、情緒的なサポートは未だ十分とはいえない。

情緒的なサポートは育児へのネガティブ感情を緩和し肯定感を高める効果が期待され、今後考慮されるべき問題となるだろう。

「心」と「身体」の両方が健康となるサポート、つまり心をサポートする「情緒面」と身体をサポートする「道具面」でのサポートの両方を充実させていくことが今後求められる真の「支援」と呼べる。そのためには目に見える制度を整えるだけでなく、育児をしている女性は現在の生活についてどのように考え、どのようなニーズを持っているのか明確にする必要がある。

### 3. 目的

本研究では、育児期にある女性のニーズと育児支援のあり方について検討することを目的とする。しかし、「育児をしている女性」と一概に言っても、人により生活環境はさまざまである。ここでいう生活環境は、家族形態、子どもの育ちや疾病の有無、支援者の存在、職場環境など、その人が日々置かれている環境のことを指す。

そこで本研究では、一般的な生活環境(「夫婦と子どもが同居している」「子どもの発育が良好」「同居しているか否かに関わらず、女性が親族からのサポートが得られる環境にいる」)で子育てをしている女性を対象とし、「育児生活のどのような場面で困難感を抱えているか」「その場面ではどのような対処をするのか」「幸福感を感じるのはどのようなときか」という事柄について尋ねることとする。

一般的な生活環境で子育てをしている女性は社会全体の大半を占めており、支援を考える上で重要な対象である。また、今後より多くの環境に生きる女性を対象とした研究を行う際の基礎的研究として本研究が役に立つと考えられる。

### 4. 方法

【調査対象者】縁故法にて選出した、現在第一子を育てている母親3名中、本研究の対象としてふさわしいと判断された女性2名であった。それぞれの子どもの月齢は3か月と18か月であった。

【調査時期】2013年11月~12月であった。

【調査方法】1人60分から90分程度の半構造化面接を行った。

【倫理的配慮】調査協力は任意であること、また、データは研究以外の目的で使用されることはなく、論文内では個人が特定される記述はしないということあらかじめ伝え、これらのことに同意を得られた者にのみインタビュー調査を行った。データの管理には細心の注意を払い、第三者の目に触れることのないようにした。

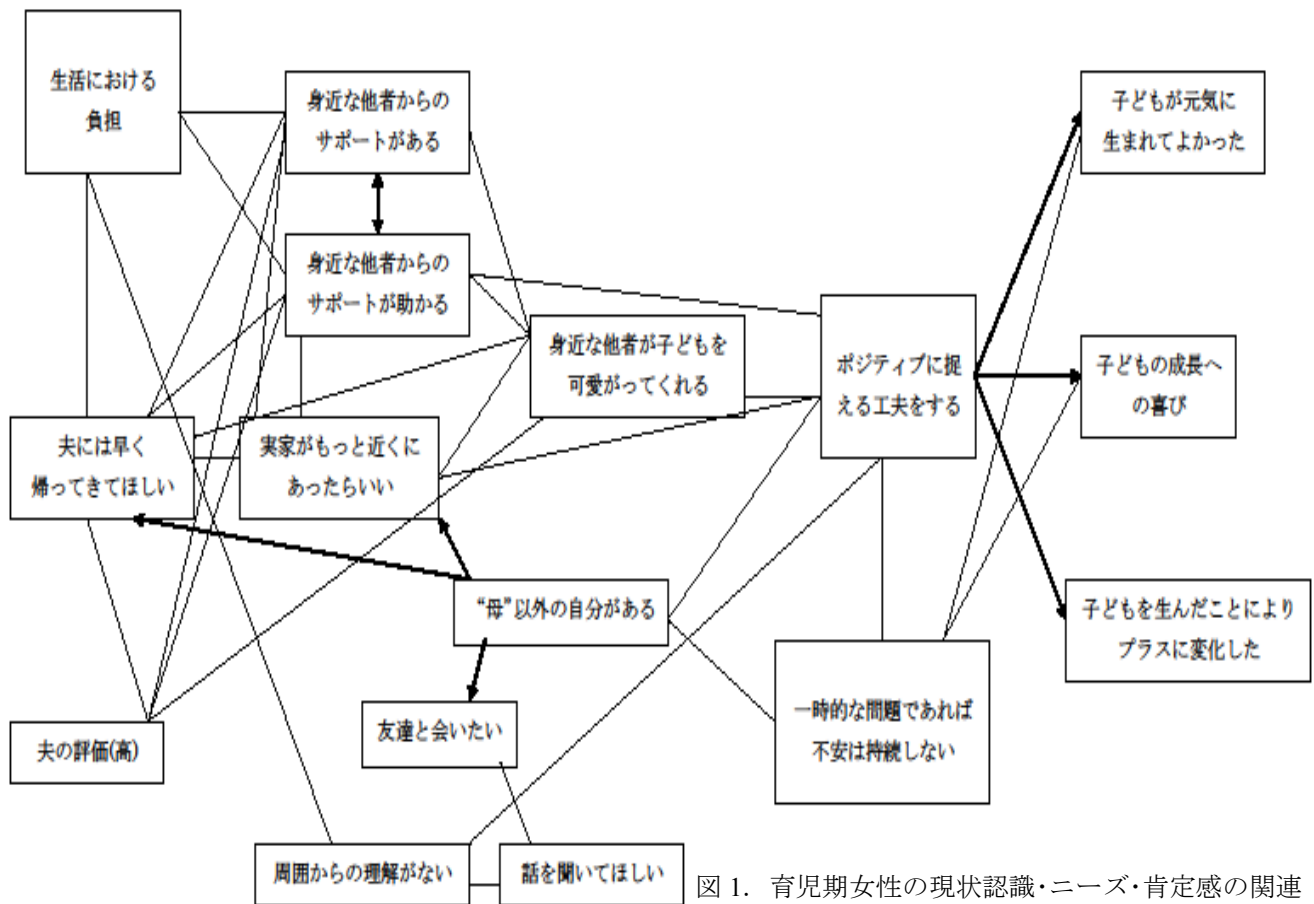


図1. 育児期女性の現状認識・ニーズ・肯定感の関連

## 5. 結果・考察

調査にて得られた回答を KJ 法により分類した(図1)。図1は、育児期女性の現状認識とニーズと育児肯定感の関連をあわらしたものである。

分類の結果、子育て中の女性は日常的に負担感や育児・子どもに関連するネガティブな思い(「生活における負担」)を抱えていることが明らかとなった。しかし同時に肯定感(「子どもが元気に生まれてよかった」「子どもの成長への喜び」「子どもを生んだことによりプラスに変化した」)も感じており、これらは今日までに報告されている研究でも示されている通りであった。

このことに加え本研究では、育児期女性がサポートを「助かる」「嬉しい」と好意的に評価する(「身近な他者からのサポートが助かる」「身近な他者が子どもを可愛がってくれる」)ことが育児生活における肯定感と関係している可能性が示された。「サポート源がある」という事実が重要なのではなく、それを「女性がどのように受け止め評価しているか」ということが育児生活における肯定

感を考える上でポイントとなることが推測された。

このことから、育児期女性の生活における肯定感を高めるためには、ニーズに沿った支援が必要不可欠であることが判明した。同じ「育児期」であっても、ニーズはその人の置かれている状況により頻繁に変化する。特に子どもの年齢に応じたサポートのニーズの変化は著しいものがある。例えば、新生児の子どもを育てている女性と、2歳や3歳の子どもを育てている女性とでは日常生活における困難の内容は異なることが予想される。子どもが新生児である場合誰かが常に手をかけている必要があり、このことを大きな負担感と捉える女性が多いのではないかと。しかしこれが2歳や3歳の子どもの場合、しつけや自我の発達による反抗期、幼稚園や保育園との関係などが生活の中で出現し、自身の子育てについての不安感が増大しやすい。育児期女性が何を困難と考えているかは子どもの年齢により異なり、その際求めるサポートのニーズも異なるだろう。このことから、環

境や時期などさまざまな要因を考慮したうえでの利用しやすい支援が、今後検討されていくべきである。

また、「夫には早く帰ってきてほしい」「実家が近くにあってほしい」という意見も見られ、育児期女性は現状のサポートのみでは育児生活の負担が補いきれていないと考えていることが判明した。しかし、本研究の調査対象となった女性2名は、その足りていない分を自身が「ポジティブに捉える工夫をする」ことで補っていることが予想された。

「〇〇してほしい」といった自己の欲求に対し「ポジティブに捉える工夫」をして対処しているということは、母親自身の中で状況に応じて欲求の調整を行っていることを意味する。

ストレスがどのように精神的健康に影響を与えるのかを説明するモデルに Lazarus<sup>4)</sup>の心理的ストレスモデルがある。このモデルによると、ストレスに遭遇した際、個人はその事態を様々な側面から評価し、対処としてのコーピングを行うとされる。そのコーピングによって事態が改善されるとストレス反応が軽減するが、改善されないとストレス反応の増加により精神的健康が損なわれることとなる。コーピングは3種類(「問題解決型、情動焦点型、回避型」)あり、ストレス事態に対しどのコーピングを選択するかは、精神的健康を予測する上で非常に重要であるとされている。

本研究では、育児期女性は育児というストレスについて、自己をコントロールする「情動焦点型」のコーピングを用いてストレス事態に対処していたと考えることができる。「情動焦点型」のコーピングとは、「ストレスフルな状況そのものを変化させるのではなく、それに対する見方を変え、抱えている問題に対する情動反応を調節するもの」である。ストレスが自らの行動により統制不可能と知覚された場合には、問題解決より自己をコントロールすることでストレス反応を和らげる情動焦点型や回避型のコーピングが適応的であるとの報告がされている。

「夫には早く帰ってきてほしい」「実家が近くにあってほしい」といった欲求は、企業との関係や地理的問題などが関わっており簡単には変えることができないものである。そのため、対象者は自身の視点を変え「ポジティブに捉える工夫」を行い、ストレスに対して対応していたと考え

られる。このコーピングが成功したことにより、「子どもが元気に生まれてよかった」「子どもの成長への喜び」「子どもを生んだことによりプラスに変化した」といった肯定感が生じていたと考える。

このことから、すべての側面において女性が「十分に満たされている」「全く不満がない」と感じられるサポートでなくとも、母親が現状をポジティブに捉えることができる環境を整えるサポートこそが育児期女性の肯定感に繋がる可能性があることが明らかとなった。

しかし、今回の調査は一般的な家庭環境にいる女性を対象とした限られたものであること、さらに2名という非常に少ないサンプルを用いて調査を行っている。そのため、今後はより多くのサンプルを対象とした研究を行うことが求められるだろう。さらに、本研究のみでは情動焦点型以外のコーピングを用いた際の適応については述べることができない。また、育児期女性が欲求を調整することが可能となる条件についても明らかとなっていない。今後の調査では、これらのことも含めた検討をしていくべきであると考えられる。

## 謝辞

本研究の調査に協力してくださった育児期にある女性の方々に記して感謝申し上げます。

## 付記

本研究は大妻女子大学人間生活文化研究所平成25年度「共同研究プロジェクト」(D024)の助成を受けたものである。

## 引用文献

- [1] 柏木恵子ほか. 「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. 1994, 5, p.72-83
- [2] 荒牧美佐子ほか. 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. 2008, 19(2), p.87-97
- [3] 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), p.97-108
- [4] リチャード. S. ラザルスほか. ストレスの心理学—認知的評価と対処の研究. 実務教育出版. 1991

---

**Abstract**

---

This study was aimed to describe the parent's needs for childcare and its difficulties. The subjects were 2 mothers: one with 3 months child, and the other with 18 months child.

As a result, it was found that when the women valued the instrumental and emotional supports high, which from partner and relative, the positive feeling toward child-rearing will be gained. For the further research direction, effective supports which can meet the women's needs must increase.

Furthermore, at the woman in child care period, are thinking that current support is not enough to light a load of daily life. However, subjects in this research were taking a way which "devise to take positive": for example, when her demands being unsatisfied, they change the viewpoint to take it better: and supply the insufficiency. Moreover, it was found that not only fully support, but also support to promote the "devise to take positive", will be effective for positive feeling toward child-rearing.

---

(受付日 : 2014 年 6 月 22 日, 受理日 : 2014 年 7 月 1 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。