

育児不安に関する基礎的検討

愛育相談所 川井 尚・庄司 順一
千賀 悠子・加藤 博仁
保健指導部 中野 恵美子
囑託研究員 恒次 欽也 (愛知教育大学)

要約: 現在、育児不安への関心が高く、小児の専門家はその対応を迫られている。しかし、その概念はあいまい、かつ多義的であり、その明確化なしに的確な対応、援助はなしえない。そこで、育児不安の明確化を主目的に援助につなげるべく調査研究を行った。調査対象は、0歳から3歳未満の児をもつ母親766名であり、目的に合致した67の調査項目を選定、調査を行った。得られたデータの整理は、単純集計、育児不安項目(29項目)の因子分析、および因子と関連する要因を明らかにすることを目的に多範囲検定(一部はU検定)を行った。その知見を要約すると、①育児不安の因子として、第1因子「不安・抑うつ感因子」、第2因子として「育児困難感因子」が抽出された。②「不安・抑うつ感因子」について、子どもへの現在の不安、現在の心配、気になる行動、difficult child、夫婦関係、対人関係等、11の項目(要因)にこの因子の傾向がよいことが示され、広範囲にわたる背景をもっていることが特徴的であった。③「育児困難感因子」は、第1因子とはほぼ同じ項目(要因)と有意な関連がみられた。ただ、本因子の特徴は、子どもへの現在の心配や気になることと有意な関連を有していないことにある。子どもの状態と関わりなく育児上の不安を示すところから、この心的状態は「育児不安」の本態に近いものと考えられた。そして、その心性は、母親としての自己信頼感のなさ、無能感、無力感に由来すると考えた。④援助の方向について、「不安・抑うつ感」タイプの母親に対しては、母親自身により焦点をあてた心の相談が重要であるとした。一方、「育児困難感」タイプの母親には母性性の発達を援助することを中心とした相談が妥当であること、また最近乳児院で行われはじめた育児体験学習も有用な方法であることを指摘した。

見出し語: 育児不安、母親、乳幼児、因子分析

A Study on Maternal Anxiety Related to Child-Rearing("Ikuji-Fuan")

Hisashi KAWAI, Jun-ichi SHOJI, Yuko CHIGA,
Hirohito KATO, Emiko NAKANO, and Kin-ya TSUNETSUGU

Abstract: There is growing concern about "Ikuji-Fuan"(maternal anxiety related to child-rearing) among professionals in Japan. However, the term "Ikuji-Fuan" has been used ambiguously, so it is necessary to clarify this concept to provide appropriate help or treatment for mothers. This study investigated the concept of "Ikuji-Fuan" and examined several related factors. A questionnaire with 67 items was developed, and mothers responded to it at well baby clinics or day care centers. Participants were 766 mothers of the child aged 0- to 2-years old. Two factors of "Ikuji-Fuan" were extracted by factor analysis: (1) feelings of anxiety or depressive state, and (2) feelings of difficulty with child-rearing. Method of assistance or treatment for mothers with these problems are discussed.

Key word: Child-rearing anxiety, Ikuji-Fuan, Mothers, Infants, Factor analysis

I 研究目的

子どもの心身の健康に育児環境が重要な役割をはたしていることはいうまでもない。筆者らは、前回の報告において、4～6歳の幼児を対象に、子どもの心身の健康が育児環境を構成するいかなる要因と関連をもつかを検討した(川井ほか, 1993)¹⁾。その結果、子どもの心身状態に相互関係をもつ要因として、母親に関する5つの要因、父親に関する2つの要因、および子ども自身に関する2つの要因が見いだされ、とくに母親の心身状態が重要であることが明らかになった。そこでこの知見をふまえて、より低い年齢の子どもをもつ母親を対象に、母親の心身状態の中でも、近年注目されているいわゆる育児不安について検討を行った。

育児不安ということばは、一般にも、そして小児の専門家の間でも、日常的に用いられているが、きわめてあいまいな概念であり、かつ多義的に用いられているともいえよう。したがって、ここではまず育児不安の概念を少しでも明確にし、その上で育児不安に関連する要因を明らかにすることにより、乳幼児健診等小児保健活動や子どもの相談に寄与することを目的に本研究を行った。

II 研究方法

1. 育児不安についての先行研究

本研究の目的の一つである育児不安の概念の明確化の試みについてであるが、育児不安という心的状態はあいまいで多義的であるということは、不安自体の有する特性であるといってもよい。すなわち、不安とは、対象の明確な「恐怖」とはちがひ、脅威があることに対する漠然とした心の状態をさすからである。したがって、育児不安解明への手掛かりとして、従来の研究知見をあげて、本研究方法につなげることにしたい。

主だった研究知見を要約すると、①不安のつよいパーソナリティの母親には育児の面でも悩みが多く、自信のない態度を示す(高橋・中, 1976)²⁾。②育児不安の高い母親は、性格的にも不安傾向が高い(佐々木・清水, 1986)³⁾。③マタニティ・ブルーズになった母親に育児不安が高い(小澤, 1989)⁴⁾、あるいは産褥期にうつ状態を呈した母親は育児への否定的な感想をもちやすい(小田倉・田島, 1988)⁵⁾という指摘もある。一方、④乳児期初期では、授乳、排泄、発育等の具体的な心配を育児不安ととらえているとする研究もみられ

る(鈴木, 1980⁶⁾; 高野, 1982⁷⁾)。また、⑤従来の固定的な母親観、母性の押しつけが母親に育児への負担感をもたらしているとする指摘もある(大日向, 1989)⁸⁾。以上の諸研究からいくつかの示唆を得たが、いずれにしても、これらの知見から育児不安の概念は定かでないといえよう。そこで、従来の研究を参考にしながら、以下の研究方法をもって研究をすすめた。

2. 調査項目の選定: 本研究目的を達成するために、次に述べる仮説と資料にもとづいて、調査項目を選定し、調査票を作成した。

(1) 育児不安に関する仮説: 育児不安は多義的な概念であり、筆者らの臨床経験やこれまでの諸研究からは、次のような心理的状态を含むものと考えた(庄司, 1994⁹⁾参照)。

1 現実的な不安: 不慣れな育児へのとまどいや、子ども・育児への知識、経験がないための心配に起源をもつもの。例えば、授乳の仕方、離乳食の進め方、子どもの泣きなどについての心配であり、いわば「通常の不安」ともいえるものである。

2 いわゆる育児不安: 不安の強い状態で、子どもをめぐっての心配、いてもたってもいられない、自信がない、おちつかないなどと訴えが多い。また、不眠、食欲不振、動悸、冷や汗などの身体反応をとともうことも稀ではない。例えば、「子どもが泣き出すとパニックになる」などの場合である。電話相談に同じ訴えで何回もかけてくる場合や、ささいなことを次々に質問してくる場合なども、このタイプの育児不安の状態にあると考えられる。

3 抑うつ状態: 育児不安あるいは育児ノイローゼとみなされるものの中に、うつ状態であることが少なくない。すなわち、抑うつ感情(ゆうつな気分、不安・焦燥、自責、自信のなさなど)、意欲の障害(何もする気がおきない、おっくうなど)、思考の障害(考えがまとまらない、記憶力低下など)、そして不眠、食欲不振などの身体症状がみられる。

4 不満、焦燥状態: 子どもがいるために、自分のことが何もできない、世の中から取り残されてしまうなどの気持ちをもつことは少なくない。不安というよりも、不満、焦燥状態といえ、その背景に育児への過重な負担がみられることがある。

これらのさまざまな状態を含む育児不安に関連する要因としては、母親自身のパーソナリティとともに、夫との関係、子どもの特徴、近隣との関係などが予想される。

(2)調査項目の選定：育児不安に関するこれまでの諸研究(牧野, 1982, 1988¹⁰⁾、¹¹⁾;大日向, 1989⁹⁾;原田・服部, 1991¹²⁾)や、筆者らの産褥期の精神症状に関する研究(庄司ほか, 1993)¹³⁾、および前回の報告(川井ほか, 1993)¹⁾を参考に調査票を作成した。

3. 調査対象：対象は、0歳から3歳未満の乳幼児をもつ母親766名である。この年齢の子どもをもつ母親を対象にした理由としては、育児不安は低年齢の児の母親に多く発生すると考えられるからである。

対象の属性について述べると、子どもの年齢、性別は、0歳284名、1歳300名、2歳182名であり、男児が53.0%、女児が47.0%であった。母親の年齢は、29歳まで42.1%、30歳から34歳まで40.7%、35歳から39歳まで14.7%、40歳以上2.5%であった。日中の主な養育者は、母親51.5%、保育所46.9%、祖母0.8%、その他0.8%であった。母親の仕事の有無については、主婦47.3%、フルタイムの仕事33.6%、パートタイムの仕事13.5%、自営5.7%であった。

4. 調査方法：調査地域は、東京都区内、川崎市、海老名市、浦安市、柏市であった。調査場所が病院・医院・保健所での乳幼児健診の場合は、健診時に調査票をわたし、郵送により回収し、そして保育所の場合は、保育所をとおして調査票を配布し、回収した。1215部の調査票を配布したので、回収率は63%であった。

5. 整理方法：得られたデータについて、調査項目の全体的傾向を把握するために単純集計を行い、次いで本研究の目的である育児不安の概念を明確にするために、育児不安に関する項目の因子分析および育児不安と関連する要因を見いだすために多範囲検定を行った。

Ⅲ 研究結果

1. 単純集計にみる育児不安とこれに関連する要因
表1に育児不安項目の、そして付表に他の項目の単純集計結果を示した。

(1)育児不安

表1にみられるように、ほとんどの母親は「子どもといっしょにいると楽しい」とし(97.0%)、「とても幸せな気分ですごし」(77.7%)であり、「からだの調子」もよい(79.9%)。また、多くの母親は、「人づき合いが好きな方」であり(70.9%)、「楽天的であまりくよくよと考えない方である」(64.5%)という。この

点で、母親自身の心身の健康を示す比率は高いとみてよいであろう。

しかし、「育児についていろいろ心配なことがある」とする母親が51.6%おり、「子どものことで、どうしてよいかわからなくなることがある」(48.3%)、「子どものことが気になる」(43.1%)、「何となく育児に自信がもてないように思う」(25.5%)し、「母親として不適切であると感じる」(19.8%)。また、約60%が「育児ノイローゼに共感できる」という。子どもとの関係では比較的高い比率で気がかりな状態にあるといえよう。

また、このような漠然とした不安感ではなく、「叱りすぎるなど、子どもを虐待しているのではないかと思う」(22.5%)人や、「子どもがわずらわしくてイライラする」(16.7%)、「子どもを育てることが負担に感じられる」(10.3%)人など、子ども、あるいは育児へのいらだちを感じている人も少なくない。

「私の生きがいは育児とは別」であり(54.4%)、「自分のやりたいことができなくてあせる」(35.9%)、「子どもを育てるため、がまんばかりしていると思う」(11.6%)と、あせりや不満も大きい。「私一人で子どもを育てているのだと思う」(5.6%)と孤立感をもちながら育児をしている人もいる。

いらだち、疲労感、心配性であること、気分のおちこみ、過敏さ、一人であることを好む傾向、不安や恐怖感、焦燥感などを感じている人が約40%から10%の範囲にすることに注目したい。

(2)育児に不安を感じた時期(付表1)

かつて不安・心配を感じたことのない人は21.6%である。一方、以前心配だったとする人と現在心配である人を合わせると78.5%と高率を示した。以前心配だった人について、その時期をたずねると(複数の時期を選択している人がいる)、妊娠中、退院直後、退院して1カ月まで、1カ月すぎから3カ月までが多く(76.3%)、次いで退院直後であり、産科入院中は少なく、また4カ月以後ははだいに心配を感じた人の頻度は低下している。乳児期初期に不安、心配が多いことが認められた。

育児についての手助けについては、手助けを必要と思わなかった人は少なく(9.4%)、現在手助けがほしいとする人がやや多く(26.6%)になっている。以前手助けが必要と感じていた人(64.0%)について、その時期を検討すると(複数の時期を選択している人がいる)、妊娠中は少なく(5.2%)、退院直後から3カ月までが

表1 育児不安項目

項 目	N	%
1 何となく育児に自信がもてないように思う	195	25.5
2 育児についていろいろ心配なことがある	395	51.6
3 子どもといっしょにいると楽しい	743	97.0
4 子どものことがわずらわしくてイライラする	128	16.7
5 子どものことで、どうしたらよいかわからなくなることがある	370	48.3
6 子どもをうまく育てていると思う	420	54.8
7 私一人で子どもを育てているのだと思う	43	5.6
8 子どもを育てるため、がまんばかりしていると思う	89	11.6
9 子どもを育てることが負担に感じられる	79	10.3
10 自分のやりたいことができなくてあせる	275	35.9
11 母親として不適格と感じる	152	19.8
12 育児ノイローゼに共感できる	464	60.6
13 私の生きがいは育児とは別である	417	54.4
14 叱りすぎるなど、子どもを虐待しているのではないかと思うことがある	172	22.5
15 とくに理由はないが、子どものことがとても気になる	330	43.1
16 何かというと子どもに目がいてしまい、気疲れする	174	22.7
17 とても幸せな気分ですごしている	595	77.7
18 何ともいえず淋しい気持ちにおそわれることがよくある	122	15.9
19 気が滅入ることがよくある	198	25.8
20 楽天的でありくよくよと考えない方である	494	64.5
21 何事にも敏感に感じすぎてしまう方である	224	29.2
22 とても心配性で、あれこれ気に病むことが多い	236	30.8
23 人とつきあうよりも、一人で何かしている方が好きである	168	21.9
24 人づき合いが好きな方である	543	70.9
25 不安や恐怖感におそわれることがよくある	97	12.7
26 いてもたってもいられないほど落ちつかないことがよくある	55	7.2
27 イライラすることが多い	290	37.9
28 ひどく疲れやすい	245	32.0
29 からだの調子は	612	79.9

(注) 2件法で、「はい」(項目29は「快調」)と答えた人数と頻度

多く(90.4%)、この時期の援助が必要であろう。

(3)現在の子どものようす

子どもの全体的な状態については(付表2)、ほとんど(95.8%)が満足している、あるいはほぼ満足しているということであり、このデータでは子どもの全体像はよいとみてよいであろう。

子どもの性質・性格特徴については(付表3、複数回答)、元気、明るい、甘えん坊、がんこ、おしゃべり、泣き虫などの順に多かった。

子どものことで現在心配だったり、気になることとしては(付表4)、からだや病気(58.3%)、泣くこと

(19.3%)、睡眠や夜泣き(31.9%)、授乳やミルク(13.9%)、離乳食(15.1%)、排泄(19.9%)、行動やくせ(29.7%)、性質(27.5%)、発達(11.1%)などとなっていた。からだや病気の心配とともに、子どもの生活、行動、発達について10~30%程度の子どもが母親の心配の対象になっていることに注目したい。

(4)妊娠・出産について

妊娠については(付表5)、約72%がのぞんでいた、あるいは計画どおりであったと答えている。

妊娠したことへの感情は(付表6)、とてもうれしかった55.2%、うれしいけど不安だった38.7%、とても不

安だった6.1%と、多くは肯定的に受けとめていた。この妊娠時の不安と育児不安とは関連がある可能性がある。

出産後の涙もろさやさびしさは(付表7)、半数で感じられており、これはマニティ・ブルーズとの関連が注目される。

次子出産については(付表8)、次の子どもがほしい(42.3%)、まだほしくない(28.6%)、もうほしくない(29.0%)にほぼ三分された。

(5) 出産前の育児経験(付表9)

出産前に赤ん坊の世話や相手をしたことがなかったものは27.0%であった。赤ん坊の世話の中で、抱いたこと(69.2%)、あやしたり、遊んだこと(66.2%)は比較的多く経験されており、ミルクや離乳食を与えること(31.1%)、オムツを替えること(35.5%)の経験は少ないようであった。

(6) 生後半年くらいまでの子どものようす(付表10)

あまり眠らなかった、ミルクの飲みがよくなかった、よく泣き、しかもなだめにくかった、とても手がかかり、たいへんだったなど、いわゆる「手のかかる子ども」と感じられたのは10~20%であり、このことと育児不安との関連は考えることであろう。

(7) 夫(=父親)との関係(付表11)

父親(=夫)は、子どもの相手をすることに消極的な方である(あまり積極的でない+消極的である)9.4%、家事をするに消極的な方である(あまり積極的でない+消極的である)35.8%であった。子どもの相手をするにははっきり消極的な父親は少ないことに注目したい。

子どものことを夫婦で話し合う機会があまりないのは12.0%、気持ちが通じ合っていないと感じるのは2.7%であり、夫婦関係と母親の育児への態度は関連を有していると考えられる。

(8) 近隣の状況、近隣の人との関係

住居は(付表12)、一戸建24.4%、マンション38.7%、アパート36.9%であった。マンションかアパートに住んでいる場合の居住階は、低層階が多く、1Fと2Fで61.7%、5F以上は11.8%であった。半数近く(42.6%)が、子どものことで階下や隣の人に気をを使うということであった。

住んでいる地域の半数近く(43.8%)は、小さな子どもが近所に少ないとしている(付表13)。

子どもを預け合ったりすることがよくあるのは9.4%、たまにある27.6%で、60%以上の人はそのようなことがないということであった(付表14)。しかし、困っ

たときに相談できたり、話し合える友人はほとんどの人にいる(93.0%)が、それだけに相談できる友人がない人への援助が必要であろう(付表15)。

自分の母親に何でも相談できるのは84.7%(付表16)、子どものことで相談する相手としては(付表17)、夫(90.0%)、両親(79.2%)、友人・知人(76.1%)が多く、次いで自分のきょうだい(38.2%)、保育園の先生(36.7%)、医師(26.5%)、近所の人(21.2%)であり、保健所・保健センター・児童相談所(10.6%)は意外と少なく、相談しやすい受け入れ体制の工夫がほしい。

(9) 相談システム(付表18)

子どもを育てるうえでであるとよい相談システムとしては、母と子の遊びの教室56.1%、育児相談(電話相談を含む)54.0%、育児教室30.7%、保健婦の家庭訪問28.9%であった。

(10) 電話相談(付表19)

これまでに育児についての電話相談をしたことのある人は19.1%であった。電話相談をしたことのある人の中で、その回数は、1回だけがもっとも多く(48.2%)、2回(25.9%)、3回(15.8%)と、1~3回で約90%を占めていた。しかし、4~10回という人も10%みられ、この中に育児不安をもつ母親がいる可能性がある。

(11) 育児に関する情報源(付表20)

育児に関する情報源として利用されているのは、近所の人や友人(73.1%)、育児雑誌(68.8%)、自分の親やきょうだい(64.2%)、育児書(47.9%)、テレビ・ラジオ番組(43.5%)、医院・病院(33.7%)、保健所・保健センター(19.3%)、その他(4.2%)の順であった。相談機関へ出かけてというよりも、身近なところ、あるいは手元にある情報源を利用することが多いといえる。それだけに、誤りのない、有用な情報を提供することが重要であろう。

どの情報が役に立つかは、近所の人や友人(57.7%)、自分の親やきょうだい(51.9%)、育児雑誌(41.9%)、育児書(27.3%)、医院・病院(24.8%)、テレビ・ラジオ番組(17.5%)、保健所・保健センター(12.3%)、その他(4.0%)であった。利用する情報源の順位とほとんど変わらないが、自分の親やきょうだい、医院・病院の順位があがり、雑誌や本、テレビ・ラジオ番組のような間接的な情報よりも、人からの情報の方が役立つことに注目したい。

2. 育児不安の因子構造

いわゆる育児不安ということばにはさまざまな状態

が含まれていると考えられることから、育児不安の概念を明確にするために、育児不安に関する質問項目(29項目)の因子分析を行った。

この29項目すべてに回答した747名を対象とし、主因子法バリマックス回転により因子を求めた。その結果、固有値1.0000以上の2因子が抽出された(表2)。

第1因子は、心配性で、気に病むことが多いなど7項目からなり、不安、抑うつを表すものと考えられ、「不安・抑うつ感因子」と命名した。本因子は、したがって、母親自身のもつ精神的な問題であり、これを基盤に育児不安が生じることが考えられよう。

第2因子は、母親として不適格など8項目からなり、育児に関する不安、自信のなさ、負担感を表すものと考えられ、「育児困難感因子」と命名した。この因子は仮説としてあげた(2)の育児不安に該当するものと考えられる。

3. 2因子からなる育児不安に関連する要因

いわゆる育児不安の因子構造として抽出された2つの因子の特徴を明らかにするために、これらの因子と、他の諸項目との間の多範囲検定(選択肢が2項目の場合はU検定)を行った(表3)。その主な結果を次に述

べる。なお、ある項目(要因)とある因子とに関連があるというのはその因子に関してその項目において有意な差が認められたことを意味する。

①不安を感じた時期との関連

「不安・抑うつ感因子」、「育児困難感因子」とともに「現在心配である」ときにもっとも有意にこれらの因子の傾向が強いという結果が得られた。

②育児の手助けを必要とした時期との関連

第1因子、第2因子ともに特徴的なのは、「現在手助けが必要である」であった。

③現在の心配、気になる行動との関連

ここでは、第1因子と第2因子とははっきりと異なる特徴をみせている。すなわち、「不安・抑うつ感因子」は心配、気になる行動のすべての項目と有意差が見られ、関連を有していた。一方、「育児困難感因子」は、授乳、離乳食や行動の心配とは関連がなく、したがって子どもの状態とは無関係に成り立っているものと考えられる。

④妊娠したときの感情との関連

第1因子、第2因子ともに、妊娠したときの感情と関連を有し、不安だった>うれしいけど不安だった>うれしかった、の順に因子の項目の得点が高かった。

表2 育児不安項目の因子分析結果

第1因子 不安・抑うつ感(固有値 5.1597 寄与率 51.7%)

項目	負荷量
22 心配性で、気に病むことが多い	0.7172
21 敏感に感じすぎてしまう	0.6049
20 楽天的であまりくよくよと考えない	-0.5490
25 不安や恐怖感におそわれる	0.5823
19 気が滅入る	0.4535
26 いてもたってもいられないほど落ちつかない	0.4421
18 淋しい気持ちにおそわれる	0.4410

第2因子 育児困難感(固有値 1.4257 寄与率 14.3%)

項目	負荷量
11 母親として不適格	0.5966
4 子どものことがわずらわしくてイライラする	0.5836
14 子どもを虐待しているのではないかと思う	0.4905
27 イライラすることが多い	0.4747
17 とても幸せな気分ですごしている	-0.4701
1 育児に自信がもてない	0.4606
6 子どもをうまく育てている	-0.4583
9 子どもを育てることが負担に感じられる	0.4541

表3 2つの育児不安因子と各要因との関連（多範囲検定表）

要 因	選 択 肢	第1因子	第2因子
		F(U)値 有意性	F(U)値 有意性
育児について心配だった時期	心配を感じたことない・現在心配・以前心配だった	32.375***	20.086***
育児の手助けがほしかった時期	思ったことない・現在ほしい・以前ほしかった	16.208***	15.960***
子どものようす	満足・まあまあ満足・やや不満足・不満足	6.164***	
子どもの身体や病気の心配 ^a	ない・ある	4.266***	3.666***
泣きについての心配 ^a	ない・ある	4.378***	3.667***
睡眠や夜泣きについての心配 ^a	ない・ある	5.106***	3.028**
授乳やミルクについての心配 ^a	ない・ある	3.787***	0.054 -
離乳食についての心配 ^a	ない・ある	2.912***	0.020 -
排泄についての心配 ^a	ない・ある	4.035***	2.066 *
行動や癖についての心配 ^a	ない・ある	4.188***	2.175 *
性質についての心配 ^a	ない・ある	4.731***	5.732***
発達についての心配 ^a	ない・ある	3.991***	4.844***
妊娠は	望んでいた・計画どおり・予想外・望んでいなかった	1.115 -	5.494 **
妊娠に気づいたとき	うれしかった・うれしいが不安だった・不安だった	11.614***	26.428***
出産後、涙もろくなったこと ^a	ない・ある	8.164***	5.836***
次の子どもをほしいか	ほしい・まだほしくない・もうほしくない	0.983 -	5.476 **
乳児期の眠り	よく眠った・ふつう・あまり眠らなかった	3.539 *	3.020 *
乳児期の泣き	あまり泣かなかった・ふつう・よく泣いたがなだめやすかった・よく泣き、なだめにくかった	10.005***	5.527 **
乳児期の飲みのぐあい	よく飲んだ・ふつう・飲みがよくなかった	3.976 *	6.303 **
乳児期の印象	手がかからなかった・ふつう・手がかかった	4.073 *	4.684 **
夫と子どものことを話し合う ^a	よくある・あまりない	2.353 *	4.399***
夫と気持ちが通じ合っている	はい・いいえ・どちらともいえない	29.850***	24.617***
夫は子どもの相手をするに	積極的・まあまあ積極的・あまり積極的でない・消極的	1.255 -	4.141 **
夫は家事をするに	積極的・まあまあ積極的・あまり積極的でない・消極的	0.706 -	3.427 *
子どもを産む決心したのは	主に私・主に夫・その他	0.484 -	6.177 **
地域に小さな子どもは多いか ^a	多い方・少ない方	0.531 -	0.351 -
住まいは	一戸建・マンション・アパート	0.253 -	1.131 -
子どもを預け合うこと	よくある・たまにある・ない	1.290 -	0.515 -
困ったとき相談できる人	いる・いない	3.670***	3.423***
自分の母親に何でも相談が ^a	できる・できない	2.865***	4.799***
電話相談をしたこと ^a	ある・ない	2.531 *	1.921 -
子どものきょうだいに心配事 ^a	ある・ない	3.420***	3.534***
母親（自分）の就労 ^a	就労している・専業主婦	2.693 **	1.183 -
母親の年齢	29歳まで・30歳～34歳・35歳～39歳・40歳以上	0.840 -	2.052 -
夫の年齢	29歳まで・30歳～34歳・35歳～39歳・40歳以上	1.599 -	0.211 -

(注) aはU検定による。その他は分散分析による。*** p<.001 ** p<.01 * p<.05 - n.s.

⑤マタニティ・ブルーズを想定した項目との関連
第1因子、第2因子の両因子の強い傾向はともに「出産後涙もろくなったり、さびしかったこと」において現れた。

⑥乳児期の子どもの状態との関連

a 睡眠については、両因子とも「あまり眠らなかった」と関連を有していた。

b 泣きとの関係では、両因子とも「よく泣き、なだめにくかった」と有意な関連が認められた。よく泣き、なだめにくいことが、どちらの因子においても育児不安をもたらす一つの要因となっているものと考えられる。

c 母乳、ミルクの飲み具合との関連では、第1因子、第2因子とも「飲みがよくなかった」と有意な関連を示した。

d 乳児期の子どものようなすとの関係では、第1因子では「おとなしく手がかからなかった」と、また逆に「手がかりたいへんだった」ととの間に有意な関連が認められた。一方、第2因子では「手がかりたいへんだった」と他の回答との間に有意な関連が認められた。すなわち、「不安・抑うつ感因子」は、手のかからない子、手がかりたいへんだった子が、「育児困難感因子」では手がかりたいへんだった子と、関連を有していた。いわばdifficult childと育児不安との関連が示唆される結果といえよう。

⑦夫婦関係との関連

両因子とも「夫と子どものことで話し合うこと」の有無と有意な関連が認められ、話し合いがない方が、因子項目の得点が高かった。「夫との気持ちの通じ合い」も2因子とも関連を有し、通じ合っていないとするものの因子得点が高いことを示した。

⑧近隣その他との関連

「地域に小さい子が多いか」は2因子とも有意な関連はみられていない。

「困ったとき相談したり話し合える友人」の有無は、両因子とも有意な関連が認められ、話し合える友人がない方が因子項目の得点が高かった。

「自分の母親に何でも相談できるか」も同様の傾向が認められ、母親に相談できない人の因子項目得点が高いことを示した。

IV 考 察

1. 育児不安について

現在、小児の専門家の間で、そして一般にも育児不

安への関心が高く、その対応が迫られている。しかしながら、その概念はきわめてあいまいであり、かつ多義的である。したがって、まず第1になされるべきことは、育児不安の概念を明確にすることであり、このことがなければ、的確な援助を行うことはむずかしい。そこで、育児不安の概念の明確化を試み、次いでそれにもとづいて育児不安に関連する要因を抽出することを目的に本研究を行った。以下、研究方法を含め、得られた結果について考察を行い、乳幼児健診等の小児保健活動や、心の相談に寄与したいと考える。

まず、一番重要な調査項目の作成に関し、従来の育児不安に関する諸研究や筆者らのこれまでの研究知見にもとづき、4領域67項目が選定された。今回は項目分析等の統計的検討による項目選定を行っていないので、有用な項目を絞り込むことができなかった。今後、この検討を経て、調査項目をより妥当なものとしたい。また、育児不安の強度ないし程度を評定することも重要であると考えられる。

調査対象を0歳から2歳児をもつ母親とした理由は、この時期に不安がより発生すると考えられるからであるが、今後、児の年齢を幼児期後半まで広げることにより発達段階に依拠する育児不安を見いだす試みをすべきであろう。

調査標本が766名であり、しかも調査地域も広くなく、したがって得られた知見を一般化することはむずかしい。今後、標本数をふやし、また地域差を検討する必要がある。

以上の研究方法上の問題を念頭において、得られた結果について考察を行い、研究知見および今後の課題について検討を加えたい。

2. 単純集計に関する知見

①育児不安をめぐる、まず注目したいことは、母親自身の健康さを示す、例えば「とても幸せな気分ですごしている」ものは77.7%、「からだの調子はよい」が79.9%等、その比率が高いにもかかわらず、育児や子どもに関する不安、心配、気がかりが高率を示すことである。すなわち、母親の通常の心身状態のよさが育児に関する不安、心配の低減に直線的に結びついていないといえよう。子どものことでどうしてよいかわからなくなる(48.3%)、子どものことが気になる(43.1%)、そして、子どもを虐待しているのではないかと思う(22.5%)、子どものことがわずらわしくてイライラする(16.7%)等の比率が高いことである。なぜ、母親の心身状態のよさと、子どもへの心配、不安が結び

つかないかについて、考えられる理由の1つとして、次のことがあげられよう。つまり、「わたしの生きがいは育児とは別である」(54.4%)、「自分のやりたいことができなくてあせる」(35.9%)にみられるように、母親としてのみの存在に対する欲求不満や焦燥が、育児や子どもへのこれらの感情と結びついているのではないかと考えられる。この点について、母親として、女性として、人間として、そして社会的存在として、といった視点からの研究を行う必要がある。

②育児に不安を感じた時期について、心配、不安な時期と手助けを必要とする時期は重なっており、それは退院直後から生後3カ月の期間である。また妊娠中は心配、不安を感じる時期でもあるので、不安の軽減支援は妊娠期から児の3カ月までの期間に重点的になされる必要がある。

③本データの示す限り、子どもの全体的な状態はよい(95.8%)と母親は評価している。しかし、にもかかわらず、子どものことで、現在心配であったり、気になる比率が高いことに注目したい。すなわち、子どもの状態に比較的關係なく、心配の対象になっている子どもが多いのであり、この点について、後の育児不安項目の因子分析の結果と関連づけて考察したい。

④70%の母親は妊娠をのぞんでいたと回答しており、したがって、妊娠への肯定感と子どもへの心配、気がかかりとは直接結びついてはいないといえるであろう。それよりも、マタニティ・ブルーズを示す比率が半数近くあり、これとの関連は考えておきたい。

⑤自分の子をもつ前に乳児と接したことのないものが27.0%で、予想外に低率であった。抱いたり、あやしたり、遊んだことのある比率は70%近く、一方、ミルク、オムツ替え等の世話の経験は約30%と低い。この世話の経験のなさが育児の不慣れに、そして子どもへの実際上の心配につながっている可能性がある。

⑥父親の育児・家事参加について、積極的に相手をしたり、家事を行っている父親の比率は高い(90.6%、64.2%)。したがって、この点では母親の育児不安とは結びつかない。それよりも、子どものことで話し合いがないこと(12.0%)の方が関連がありそうであり、これまでの研究でも指摘されている(牧野・中西, 1985¹⁴⁾; 森田, 1992¹⁵⁾)。

⑦集合住宅に住んでいる場合、階下、隣りへの気づかい(42.6%)や、また近所に小さい子が少ない(43.8%)のは、間接的な要因と考える。とくに母親が働いていない場合、母と子がいつもいっしょに過ごす状況から育児についての不安が生じることが予想される。

子どもを預けあったりする人はいない比率が高く(62.9%)、母親が仕事からも子どもからも解放される機会が少ないことに注目したい。相談できる友人がいない(7.0%)、自分の母親に相談できない(15.3%)は問題であり、育児不安の因子分析のところで検討したい。

⑧電話相談の経験者は19.1%、このうち4~10回のものが10.1%みられた。同じ問題についての相談回数の多い人の中に育児不安をもつ母親がいる可能性があり、今後ふえるであろう電話相談について、この点を調べる必要がある。

⑨利用される育児の情報源は、身近なところ、手元にある情報が多く、そして役立つ情報は、自分の親、きょうだい、医師等専門職である。それだけに誤りのない、有用な情報を提供することが重要で、今後育児情報の分析、検討を行う必要があると考える。

3. 育児不安の因子とその関連要因についての知見
本研究の一つの目的である育児不安の概念を明確にするための試みとして因子分析を行い、第1因子として「不安・抑うつ感因子」、第2因子として「育児困難感因子」を抽出した。

まず、「不安・抑うつ感因子」は、多くの項目(要因)にこの因子の傾向がつよいことに注目したい。現在不安を感じており、手助けを現在必要としていること、子どもの現在の心配、気になる行動があること、妊娠したとき不安であったこと、マタニティ・ブルーズ、乳児期あまり眠らなかつたこと、よく泣き、なだめにくいこと、母乳・ミルクの飲みがよくないこと、おとなしく、手がかからないこと、あるいは手がかかり大変だったこと、夫婦関係で話し合いのないこと、気持ちが通じ合っていないこと、そして自分の母親に相談できないこと、である。したがって、不安・抑うつ傾向のある母親は、育児上の不安を生じやすいといえるであろうし(高橋・中, 1976²⁾; 佐々木・清水, 1986³⁾)、それは妊娠したときからはじまり、乳児の特徴、とくにdifficult childであることや、対人関係のありようと広範囲の背景をもっていることが特徴であるといえよう。

次に「育児困難感因子」は、第1因子とほぼ同じ項目に、本因子の傾向をつよく有しているが、きわめて特徴的なことは、子どもの現在の心配、気になる行動とは有意な関係をもっていないことである。子どもの状態に関わりなく育児上の不安を示すことから、この心的状態こそ「育児不安」の本態に近いものといえてよいと考える。その具体的な状態は表2を参照された

い。そして、その心性は母親としての自己信頼感のなさ、無能感、無力感といったことが考えられる。母性性への発達に問題があるといってもよいであろうか。

さて、この2つの因子のつよい母親に対しては、より専門的な心の相談が必要であろう。しかし、「不安・抑うつ感因子」タイプの母親については、母親自身により焦点をあてた相談を、一方、「育児困難感因子」タイプの母親に対しては、母性性の発達を援助することを中心とした相談が妥当であるといえよう。また、後者の場合、最近行われている東京都の乳児院での育児体験学習事業(カリタスの園つぼみの寮の「報告書」¹⁶⁾参照)も有用な方法と考えられる。

ところで、育児不安の仮説としてあげた4つの状態のうち、(2)が「育児困難感因子」に、(3)の抑うつ状態は、その程度の軽いものとして「不安・抑うつ感因子」に該当するといってよいと考える。(4)の不満、焦燥状態は因子として抽出されなかったが、これは単純集計についての検討で述べた、「私の生きがいは育児とは別である」「自分のやりたいことができなくてあせる」といった、その人自身の生き方に関するものである。したがって、父親(夫)の理解、援助、あるいは社会的支援といったことが必要となる。(1)の現実的な不安は、正常不安といってもよい。その理由として、不安は何らかの危機状態を示す信号の役割があるからである。したがって、子どもの危機を不安という形でとらえ、その解消のために対処しうるのであり、通常の育児相談が妥当かつ有用であろう。

以上、育児不安に関する基礎的検討を行い、ある程度、育児不安の本態に近づき得たと考えるが、今後抽出された2因子を中心に、さらに研究をすすめる、同時に心の相談の臨床研究により、育児不安とその的確な対応方法を明らかにしたいと考える。

引用文献

- 1)川井 尚・庄司順一・千賀悠子・湯川礼子・加藤博仁・恒次欽也ほか：育児環境と子どもの心身状態との相互性に関する研究。日本総合愛育研究所紀要、第29集、27-40、1993。
- 2)高橋種昭・中 一郎：母性の精神衛生の関する研究—育児不安を中心として—。児童研究、55(1)、53-81、1976。
- 3)佐々木英子・清水凡生：乳児をもつ母親の育児不安について。小児保健研究、45(3)、290-293、1986。
- 4)小澤 湛：母親の育児不安とその要因に関する考察(4報)—マタニティ・ブルーズの発症とその影響(2)—。愛知県立保育大学校研究紀要、10、16-24、1989。
- 5)小田倉 泉・田島信元：母親の母性行動と精神状態の関係について。家庭教育研究所紀要、10、50-60、1988。
- 6)鈴木淑子：3カ月児を持つ母親の育児不安について。小児保健研究、38(6)、493-499、1980。
- 7)高野 陽：小児保健からみた育児不安。佐々木保行ほか：育児ノイローゼ。1982、有斐閣。
- 8)大日向雅美：育児に伴う母親の不安。小児看護、12(4)、415-420、1989。
- 9)庄司順一：育児不安に対する援助。久常節子・島内節(編)：母子地域看護活動。1994、医学書院。
- 10)牧野カツコ：乳幼児をもつ母親の生活と「育児不安」。家庭教育研究所紀要、3、34-55、1982。
- 11)牧野カツコ：「育児不安」の概念とその影響要因についての再検討。家庭教育研究所紀要、10、23-31、1988。
- 12)原田正文・服部祥子：乳幼児の心身発達と環境。1991、名古屋大学出版会。
- 13)庄司順一・川井 尚・野尻 恵・恒次欽也：産褥期の精神症状のスクリーニングに関する研究。日本総合愛育研究所紀要、29、139-146、1993。
- 14)牧野カツコ・中西雪夫：乳幼児を持つ母親の育児不安—父親の生活および意識との関連—。家庭教育研究所紀要、6、11-24、1985。
- 15)森田英雄・浜田文彦ほか：母親が育児を楽しくするための父親の役割、その他の因子の検討。厚生省心身障害研究「高齢化社会を迎えるに当たったの母子保健事業策定に関する研究班」平成3年度研究報告書、p.334-337、1992。
- 16)カリタスの園つぼみの寮：育児体験学習事業報告書、1993。

付表1-1 育児について心配を感じたこと

心配を感じたことはない	161	21.6%
現在心配である	102	13.7
以前心配だった	484	64.8
計	747	100.0

以前育児に心配があった場合、その時期

妊娠中	122	23.5%
出産入院中	49	9.4
退院直後	69	13.3
退院から1カ月まで	146	28.1
1カ月すぎ～3カ月	128	24.7
4カ月～6カ月	52	10.0
7カ月～11カ月	42	8.1
1歳前後	36	6.9
1歳半前後	18	3.5
2歳前後	8	1.5
計	519	100.0

(注)複数の時期を選択した人がある

付表1-2 育児について手助けがほしかったこと

手助けをほしいと思ったことはない	70	9.4%
現在手助けがほしい	198	26.6
以前手助けがほしかった	476	64.0
計	744	100.0

以前手助けがほしかった場合、その時期

妊娠中	27	5.2%
出産入院中	19	3.7
退院直後	114	22.0
退院から1カ月まで	203	39.2
1カ月すぎ～3カ月	151	29.2
4カ月～6カ月	40	7.7
7カ月～11カ月	32	6.2
1歳前後	28	5.4
1歳半前後	13	2.5
2歳前後	5	1.0
計	518	100.0

(注)複数の時期を選択した人がある

付表2 子どものようすの評価

満足している	328	43.0%
まあまあ満足している	402	52.8
やや不満足である	29	3.8
不満足である	3	0.4
計	762	100.0

付表3 子どもの性質(N=754、複数回答)

明るい	489	64.9%
元気	633	84.0
泣き虫	228	30.2
甘えん坊	460	61.0
おしゃべり	236	31.3
内気	42	5.6
神経質	101	13.4
のんびり	76	10.1
がんこ	321	42.6
しつこい	66	8.8
おちつきない	96	12.7
おとなしすぎる	12	1.6
よくわからない	25	3.3

付表4 現在心配なこと(N=750)

身体や病気のこと	437	58.3%
泣き	145	19.3
睡眠や夜泣き	239	31.9
授乳やミルク	104	13.9
離乳食	113	15.1
排泄	149	19.9
行動や癖	223	29.7
性質	206	27.5
発達	83	11.1

付表5 妊娠について

のぞんでいた	441	58.0%
計画どおり	109	14.3
予想外だった	173	22.7
まだのぞんでいなかった	38	5.0
計	761	100.0

付表6 妊娠したときの気持ち

とてもうれしかった	419	55.2%
うれしいが不安だった	294	38.7
とても不安だった	46	6.1
計	759	100.0

付表7 出産後、涙もろくなったり、さびしくなったりしたこと

なかった	377	50.0%
あった	377	50.0
計	754	100.0

付表8 次の子どもをほしいか

ほしい	318	42.3%
まだほしくない	215	28.6
もうほしくない	218	29.0
計	751	100.0

付表9 出産前に赤ん坊とかかわった経験(N=749、複数回答)

抱いたことがある	518	69.2%
あやしたり、遊んだことがある	496	66.2
ミルクをあげたり、離乳食を食べさせたことがある	233	31.1
オムツをかえたことがある	266	35.5
世話や相手をしたことはない	202	27.0

付表10 子どもの乳児期(生後半年くらいまで)のようす(N=745)

眠り

すごくよく眠った	249	32.6%
ふつうだった	351	47.1
あまり眠らない方だった	151	20.3

泣くこと

あまり泣かなかった	144	19.3%
ふつうだった	324	43.5
よく泣いたが、なだめやすかった	173	23.1
よく泣き、なだめにくかった	106	14.2

母乳やミルクの飲みぐあい

よく飲んだ	431	57.9
ふつうだった	242	32.5
飲みがよくなかった	72	9.7

乳児期の印象

おとなしく、手がかからなかった	263	35.3
ふつう	358	48.1
とても手がかかり、大変だった	124	16.7

付表11 夫とのこと

子どものことを話し合う機会

よくある	658	88.0%
あまりない	90	12.0
計	748	100.0

気持ちが通じ合っているか

はい	594	79.3%
いいえ	20	2.7
どちらともいえない	135	18.0
計	749	100.0

ご主人は子どもの相手をするか

積極的である	377	50.4
まあまあ積極的である	301	40.2
あまり積極的でない	53	7.1
消極的である	17	2.3
計	748	100.0

ご主人は家事に積極的に参加しているか

積極的である	210	28.0
まあまあ積極的である	271	36.2
あまり積極的でない	169	22.6
消極的である	99	13.2
計	749	100.0

子どもを産む決心

主に自分(母親)	420	55.9
主に夫	98	13.0
その他	233	31.0
計	751	99.9

付表12-1 住居について

一戸建	182	24.4%
マンション	288	38.7
アパート	275	36.9
計	745	100.0

付表12-2 居住階(マンションとアパートの場合)

1F	176	30.7%
2F	178	31.0
3F	94	16.4
4F	58	10.1
5F~9F	57	9.9
10F~14F	11	1.9
計	574	100.0

付表12-3 隣や階下への気づかい

ある	252	42.6
ない	339	57.4
計	591	100.0

付表13 地域に小さい子どもは

多い方	423	56.2%
少ない方	330	43.8
計	753	100.0

付表14 身近な人たちと子どもを預け合うこと

よくある	71	9.4%
たまにある	208	27.6
ない	474	62.9
計	753	100.0

付表15 困ったとき相談できる友人

いる	707	93.0%
いない	53	7.0
計	760	100.0

付表16 自分の母親に何でも相談できるか

できる	638	84.7%
できない	115	15.3
計	753	100.0

付表17 子どものことで相談できる人 (N=761、複数回答)

夫	685	90.0%
両親	603	79.2
自分のきょうだい	291	38.2
親戚	96	12.6
友人・知人	579	76.1
保育園の先生	279	36.7
医師	202	26.5
保健所・保健センター・児童相談所	81	10.6
近所の人	161	21.2
心理カウンセラー	4	0.5
その他	11	1.4
いない	2	0.3

付表18 子どもを育てるのに必要なシステム (N=706、複数回答)

育児相談(電話相談、面接など)	381	54.0%
保健婦の家庭訪問	204	28.9
育児教室	217	30.7
母と子の遊びの教室	396	56.1
その他	61	8.6

付表19-1 育児に関する電話相談

したことある	145	19.1%
したことない	614	80.9
計	759	100.0

付表19-2 電話相談したことある人のその回数

1回	67	48.2%
2回	36	25.9
3回	22	15.8
4回	3	2.2
5回	5	3.6
7回	1	0.7
10回	5	3.6
計	139	100.0

付表20 育児に関する情報源(複数回答)

	利用するもの (N=741)	役にたつもの (N=755)
育児雑誌	510 68.8%	316 41.9%
育児書	355 47.9	206 27.3
テレビ・ラジオ番組	322 43.5	132 17.5
自分の親やきょうだい	476 64.2	392 51.9
近所の人や友人	542 73.1	436 57.7
保健所や保健センター	143 19.3	93 12.3
医院・病院	250 33.7	187 24.8
その他	31 4.2	30 4.0

付表21 子どものきょうだいへの心配

ない	268	80.2%
ある	66	19.8
計	334	100.0