

乳幼児を持つ親のメンタルヘルスと関連要因

及川 裕子¹・久保 恭子²・後藤 恭一³

¹ 園田学園女子大学 人間健康学部人間看護学科

² 横浜創英大学 看護学部看護学科

³ 航空環境研究センター 調査研究部

Key words : 乳幼児の親、メンタルヘルス、エゴグラム

1. はじめに

1960年代以降核家族化は進行し、子どもの特徴や育児の状態について、目にするものがなくなったことの弊害が指摘されている。現在子育てをしている親たちは、乳幼児にかかわったこともなく親になっているため、手探りで子育てをしていることとなり、それがストレスになっていると考えられている。育児ストレスとは、「子どもや育児に関する出来事や状況等が母親によって脅威であると知覚されることや、その結果、母親が経験する困難な状態」であると定義されている¹⁾。日本社会においては、性別役割分業意識が強く、育児は母親が担っていることが多い。男女雇用機会均等法が1972年に発令されて以来、職業における男女差をなくそうと世間は動いてきたが、実際には、女性は産む性であるがゆえに出産を契機に家庭に入り子育てを担うようになる。母親にかかる負担の強さから、父親の育児参加が求められ、イクメンプロジェクトなるものが展開されてはいるが、労働環境が父親を育児から遠ざけている現実がある。乳幼児期は母親が主たる養育者となっているものの、父親の育児参加も求められ、夫婦ともども育児ストレスを抱え、メンタルヘルスに何らかの影響を受けていることが考えられる。

メンタルヘルスに関しては、保育園児の両親を対象にしたうつ尺度 (SDS) を用いた調査では、父親の11%、母親の23%が病的な抑うつ状態であり、日常生活のストレスとして、母親は「育児や家事」「夫や近所との付き合いの負担」をあげたのに父親は「仕事」が挙げられている²⁾。抑うつ傾向の判断に適しているとされるGHQ (General Health Questionnaire) を用いた研究では、GHQ 30を用いた産後の母親の調査があり、産後1年のGHQ得点は平均 6.7 ± 5.5 点という結果が得られている³⁾。精神健康上問題があると考える cut off point を7/8とすると、平均点は健康とされる範囲を保っているが、精神的健康度は良くない割合が低いとはいえないと推測できる。父親のメンタルヘルスについては、GHQ 12を用いた未就学児童の父親を対象とした調査があり、平均 2.5 ± 2.8 で精神健康上問題があると考える cut off point を2/3とすると3点以上の父親は37.9%と報告されている⁴⁾。いずれにおいても、メンタルヘルスが良好であるとは言い

難い報告である。その関連要因としては、父親は「仕事」「家事の負担」があげられ、母親は「親としての自信」や「夫の家族や近所との付き合い」「仕事と家事の両立」があげられた²⁾。また、日下部によると、子どもが人見知りであるなどの気質や発達に問題があるなどの子供側の要因、夫の情緒的サポートの有無がうつ傾向に影響すると指摘している⁵⁾。また、母親からの被養育体験や夫婦関係の満足度、生活満足度もメンタルヘルスに影響していることが明らかにされている⁶⁻⁸⁾。

そこで、本研究では、メンタルヘルスの関連要因として、母親だけではなく、母親、父親両方からの被養育体験、親の心理状態や性格傾向を示すエゴグラムについて検討する。また、現在の子育ては、核家族化により密室化しているため、夫婦お互いの子どもへの関わり方がお互いのストレスになっているのではないかと考え、子どもへのかかわり方とメンタルヘルスとの関連性も検討する。

2. 研究目的・方法

1) 研究目的

乳幼児を持つ親のメンタルヘルスの実態とその関連要因を明らかにすることを目的とする。

関連要因として、親からの被養育体験、エゴグラム、子どもへのかかわり方について検討する。

2) 研究方法

首都圏にすむ乳幼児を持つ夫婦を対象とした質問紙調査である。研究協力を依頼し、同意が得られた保育園、育児サークルの責任者を通して、母親に質問紙を配布し、同封した個別封筒にて郵送で回収した。依頼封筒の中には、父親用アンケート用紙と母親用アンケート用紙を入れ、個別封筒を1つとし、同じ封筒に入っているものは夫婦の回答とした。

調査期間は2005年12月～2006年11月である。本研究では夫婦そろって回答が得られ、主な調査項目に欠損値のないものを分析対象とした。

3) 調査項目

メンタルヘルスを測るものとして、神経症者の症状把握、評価および発見に有効とされる精神健康調査（GHQ：General Health Questionnaire）を用いた。本研究では、一般的疾患傾向・身体的症状・睡眠障害・社会的活動障害・不安と気分変調・希死念慮とうつ傾向の6因子からなり、ストレス反応全般を評価できると考え、短縮版GHQ 30を用いた。症状の有無で得点化し、すべての項目を合わせて得点化したものをGHQ得点といい、7点以上が抑うつ傾向であると判断する。

親の心理状態や性格傾向を測るものとしてエゴグラムを用いた。エゴグラムとは、エリックバ

ーンの交流分析における自我状態をもとに、人の心を5つに分類し、その得点をもとに性格傾向を診断するものである。親らしさの P (Parent) を厳しい親である CP (Critical Parent) と、優しい親である NP (Nurturing Parent) の2つとし、大人らしさの A (Adult)、子供らしさの C (Child) を、自由奔放な子供である FC (Free Child) と、従順な子供である AC (Adapted Child) と5つの自我状態に分類し得点化している。それぞれ10項目の質問からなり、「はい」「どちらでもない」「いいえ」の3つの選択肢からなる。5つの自我状態(30点満点)をグラフ化したものをエゴグラムという。本研究では、それぞれの自我状態に関する得点を分析対象とした。

親からの被養育体験を測るものとして、PBIを用いた。PBI (Parental Bonding Instrument) とはオーストラリアのパーカーら(1987)が開発した被養育体験に関する尺度を用いた。親から受けた養育態度に関する質問25項目から成り立っており、4段階で回答する尺度である。「いつも暖かく親しみのある声で話しかけてくれた」など12項目の Care (愛情・冷淡) 得点(48点満点)と「私のすることは何でもコントロールしたがった」など13項目の Over Protection (自律・統制) 得点(52点満点)から構成されている。Care 得点が高いほど愛情深く育てられたことを意味し、Over-protection 得点が低いほど自律を促されて育てられたことを意味する。尺度の信頼性・妥当性については確認されている。本研究では、母親からの被養育体験、父親からの被養育体験について調査した。

子どもへのかかわり方として、先行研究⁹⁾を参考に「個性を生かしたい」「できるだけ自由にさせている」「性別を意識した服装を選ぶ」「子どもをついコントロールしてしまう」「子どものすることにカッとなることがある」「子どもをほめてあげる」「性別を意識しておもちゃを与える」「子どもにやさしく話しかける」「他の子と比べてしまう」「男の子は男の子らしく、女の子は女の子らしく育てたい」の10項目をあげ、それぞれ「その通り」から「違う」の5件法で回答を得た。

4) 倫理的配慮

依頼文において、調査協力は任意であること、得られたデータは無記名で回収し個人は特定されないこと、研究以外に使用しないことなどを説明し協力を求めた。回答をもって同意が得られたとした。夫婦対象に質問紙を同封したが、依頼文において、母親父親どちらか一方の回答でも構わないので回答をお願いしたいと明記して依頼した。調査は、埼玉県立大学の倫理審査の承認をうけて実施した。

5) 分析方法

各質問項目のカテゴリを得点化し、GHQ との関連性について相関係数を用いて分析した。また、子どもへのかかわり方については、父親、母親それぞれ因子分析を行い、得られた因子について得点化し GHQ との関連性について相関係数を用いて分析した。

分析は、統計ソフト SPSS Ver.20 を用いた。

3. 結 果

1) 対象の背景

質問紙の配布数は580組。有効回答は母親239名(39.5%)、父親175名(29.3%)であった。そのうち、夫婦単位で回答があった129組(22.2%)を分析対象とした。

母親の年齢は19～46歳で平均33.47(SD=4.38)歳、父親の年齢は21～49歳で平均35.11(SD=5.02)歳であった。子どもの数は、1～4人で平均1.63人であった。第1子の年齢は、0～16歳で平均3.4(SD=2.94)歳であった。母親の就業状態は、約6割の母親が現在家事育児に専念していた(表1、2、3)。

表1 子供の数

	度数	パーセント
1人	64	49.6
2人	49	38.0
3人	15	11.6
4人	1	.8
合計	129	100.0

表2 子供の性別

	度数	パーセント
男児	46	35.7
女児	45	34.9
両方	38	29.5
合計	129	100.0

表3 母親の就業状態

	度数	パーセント
常勤	34	26.4
パート	14	10.9
専業主婦	79	61.2
無回答	2	1.6
合計	129	100.0

2) 親のメンタルヘルス

精神健康調査(GHQ)は、母親のGHQ得点が平均7.89(SD=5.51)点、父親のGHQ得点は平均7.34(SD=5.74)点であり、母親のほうがメンタルヘルスはよくない傾向がみられた。GHQ得点が7点以下の健康と判断できるものは、母親は73名(51.9%)、父親は75名(58.1%)であった(表4)。

表4 親のメンタルヘルス

	項目	最小値	最大値	平均値	標準偏差	判定基準
母親	一般的疾患傾向	0.00	5.00	1.77	1.48	2点以下は良好
	身体的症状	0.00	5.00	1.42	1.30	2点以下は良好
	睡眠障害	0.00	5.00	1.88	1.49	2点以下は良好
	社会的活動障害	0.00	5.00	0.72	1.24	1点以下は良好
	気分変調	0.00	5.00	1.81	1.83	2点以下は良好
	うつ傾向	0.00	4.00	0.29	0.83	1点以下は良好
	GHQ得点	0.00	22.00	7.90	5.52	7点以下は良好
父親	一般的疾患傾向	0.00	5.00	1.82	1.28	2点以下は良好
	身体的症状	0.00	5.00	1.52	1.50	2点以下は良好
	睡眠障害	0.00	5.00	1.65	1.53	2点以下は良好
	社会的活動障害	0.00	5.00	0.67	1.13	1点以下は良好
	気分変調	0.00	5.00	1.43	1.62	2点以下は良好
	うつ傾向	0.00	5.00	0.26	0.95	1点以下は良好
	GHQ得点	0.00	30.00	7.35	5.75	7点以下は良好

3) 両親からの被養育体験

母親がもつ被養育体験は、母親からの Care 得点は、16～52 点で平均 41.32 (SD=8.36)、Over Protection 得点は、12～45 点で平均 22.60 (SD=6.85) 点、父親からの Care 得点は、14～52 点で平均 37.79 (SD=9.70)、Over Protection 得点は、12～47 点で平均 23.59 (SD=7.86) 点であった。父親がもつ被養育体験は、母親からの Care 得点は、18～52 点で平均 42.83 (SD=6.65)、Over Protection 得点は、12～42 点で平均 22.73 (SD=6.61) 点、父親からの Care 得点は、14～52 点で平均 39.12 (SD=8.74)、Over Protection 得点は、12～43 点で平均 21.27 (SD=7.05) だった (表 5)。

表 5 親からの被養育体験

			最小値	最大値	平均値	標準偏差
母親	母親からの被養育体験	Care 得点	16.00	52.00	41.33	8.37
		Over Protection 得点	12.00	45.00	22.60	6.85
	父親からの被養育体験	Care 得点	14.00	52.00	37.80	9.70
		Over Protection 得点	12.00	47.00	23.60	7.87
父親	母親からの被養育体験	Care 得点	18.00	52.00	42.84	6.66
		Over Protection 得点	12.00	42.00	22.74	6.61
	父親からの被養育体験	Care 得点	14.00	52.00	39.12	8.75
		Over Protection 得点	12.00	43.00	21.27	7.06

4) エゴグラム

エゴグラムの各平均得点は、母親では厳しい親である CP (Critical Parent) は 22.43 (SD=3.56) 点、優しい親である NP (Nurturing Parent) は 24.68 (SD=3.60) 点、大人らしさの A (Adult) は 21.69 (SD=3.91) 点、自由な子供である FC (Free Child) は 22.36 (SD=4.08) 点、従順な子供である AC (Adapted Child) は 21.22 (SD=4.86) であった。

父親では、厳しい親である CP (Critical Parent) は 21.60 (SD=3.74) 点、優しい親である NP (Nurturing Parent) は 23.75 (SD=4.24) 点、大人らしさの A (Adult) は 23.15 (SD=3.74) 点、

表 6 エゴグラム

		最小値	最大値	平均値	標準偏差
母親	厳格な親 (CP)	14.00	30.00	22.43	3.56
	やさしい親 (NP)	15.00	30.00	24.68	3.60
	大人らしさ (A)	13.00	30.00	21.69	3.91
	自由な子ども (FC)	12.00	30.00	22.36	4.08
	従順な子ども (AC)	10.00	30.00	21.22	4.86
父親	厳格な親 (CP)	10.00	30.00	21.60	3.74
	やさしい親 (NP)	12.00	30.00	23.75	4.24
	大人らしさ (A)	14.00	30.00	23.15	3.74
	自由な子ども (FC)	11.00	30.00	20.25	4.59
	従順な子ども (AC)	11.00	30.00	21.12	4.83

自由な子供である FC (Free Child) は 20.25 (SD = 4.59) 点、従順な子供である AC (Adapted Child) は 21.12 (SD = 4.83) であった。

両親ともに NP の得点が最も高い得点であった。CP・NP は母親のほうが得点は高く、A は父親のほうが得点は高く、FC は母親のほうが得点は高かった。AC はほぼ同じ得点であった (表 6)。

5) 子供へのかかわり方

子どもへのかかわり方について、父親母親それぞれに因子分析を行った。その結果、母親は、「性別を意識した洋服を選ぶ」「性別を意識しておもちゃを与える」「男の子らしく女の子らしく育てたい」「ほかの子と比べる」の 4 項目からなる『ジェンダーを意識したかかわり方』、「子どもをついコントロールする」「子どものすることにかつとなる」の 2 項目から『子どもをコントロールしようとするかかわり方』、「個性を生かしたい」「子どもをほめる」の 2 項目から『個性をいかそうとするかかわり方』の 3 因子が抽出された。父親は、母親と同じ「性別を意識した洋服を選ぶ」など 4 項目からなる『ジェンダーを意識した関わり方』、「子どもをついコントロールする」「子どものことにカつとなる」の 2 項目から『子どもをコントロールしようとするかかわり方』、「子どもをほめる」「子どもに優しく話しかける」の 2 項目から『承認的かかわり方』、「個性をいかしたい」「できる限り自由にさせている」の 2 項目から『個性をいかそうとするかかわり方』の 4 因子が抽出された。信頼係数の α 係数は .445～.708 であった (表 7)。

子どもへの関わり方について、子どもが一人群と複数群で比較すると、『子どもをコントロールしようとするかかわり方』において、母親、父親両方とも、子どもが複数群の得点が有意に高く、子どもが一人よりも複数いる親の方が子どもをコントロールしようとするかかわりが強いという結果が得られた。また、父親においてのみ、『承認的かかわり方』『個性をいかそうとするかかわり方』に有意差がみられ、子どもが一人の父親の方がその傾向が有意に強いことが示された (表 8)。

子どもへの関わり方に影響する因子として、過去の被養育体験をみると、母親のみ母親からの Care 得点と『ジェンダーを意識した関わり方』の間に弱い負の相関 ($r = -.216$) があり、Over Protection 得点と『子どもをコントロールしようとする関わり方』の間に正の相関 ($r = .321$) がみられた。エゴグラムとの関連では、父親は『承認的関わり方』と「NP」との間に弱い正の相関 ($r = .216$) があり、母親は『子どもをコントロールしようとするかかわり方』と「NP」($r = -.301$)「A」($r = -.377$) の間に負の相関があり、「FC」との間に弱い正の相関 ($r = .286$) がみられ、『個性をいかそうとする関わり方』は、「NP」との間に弱い正の相関 ($r = .263$) がみられた。

夫婦間の子どもへの関わり方が似ているのか、相関を見たところ、『ジェンダーを意識した関わり方』($r = .439$) に正の相関、母親の『個性をいかしたいかかわり方』と父親の『承認的かかわり方』($r = .717$)『個性をいかそうとするかかわり方』($r = .561$) に正の相関、『子どもをコントロールしようとするかかわり方』が ($r = .284$) となっていた (表 9)。

表7 子どもへのかかわり方

	子どもへの関わり方	質問項目	α 係数	最小値	最大値	平均値	標準偏差
母親	ジェンダーを意識したかかわり方	性別を意識した洋服選ぶ。性別を意識したおもちゃを与える。男の子らしく、女の子らしく育てたい。他の子と比べる	.708	4.00	20.00	12.74	3.62
	子どもをコントロールしようとするかかわり方	子どもをついコントロールする。子どものすることにかつとなる。	.593	2.00	10.00	6.89	1.95
	個性を生かそうとする関わり方	個性を生かしたい。子どもをほめる	.445	6.00	10.00	9.28	0.94
父親	ジェンダーを意識したかかわり方	性別を意識した洋服選ぶ。性別を意識したおもちゃを与える。男の子らしく、女の子らしく育てたい。他の子と比べる	.646	5.00	20.00	14.28	3.48
	子どもをコントロールしようとするかかわり方	子どもをついコントロールする。子どものすることにかつとなる。	.556	2.00	10.00	6.15	2.04
	承認的かかわり方	子どもをほめる。優しく話しかける	.588	4.00	10.00	8.73	1.28
	個性を生かそうとする関わり方	個性を生かしたい。できる限り自由にさせている。	.568	6.00	10.00	8.65	1.02

表8 子供の数と子供への関わり方

	子どもへの関わり方	子どもの数	N	平均値	標準偏差	t 値	有意確率
母親	ジェンダーを意識したかかわり方	子ども一人	64	12.38	3.49	-1.127	.262
		子ども複数	65	13.09	3.74		
	子どもをコントロールしようとするかかわり方	子ども一人	64	6.28	2.09	-3.707	.000
		子ども複数	65	7.49	1.59		
	個性を生かそうとする関わり方	子ども一人	64	9.34	0.89	.778	.438
		子ども複数	65	9.22	0.98		
父親	ジェンダーを意識したかかわり方	子ども一人	64	13.73	3.87	-1.781	.077
		子ども複数	65	14.82	2.97		
	子どもをコントロールしようとするかかわり方	子ども一人	64	6.28	2.09	-3.707	.000
		子ども複数	65	7.49	1.59		
	承認的かかわり方	子ども一人	64	8.95	1.12	2.000	.048
		子ども複数	65	8.51	1.39		
	個性を生かそうとする関わり方	子ども一人	64	8.84	0.88	2.157	.033
		子ども複数	65	8.46	1.12		

*p<0.05 **p<0.01

表9 夫婦間の子どもへの関わり方の関連

	父親	ジェンダーを意識したかかわり方	子どもをコントロールしようとするかかわり方	承認的関わり方	個性を生かそうとする関わり方
母親					
ジェンダーを意識したかかわり方		.439**	.231**	.005	-.063
子どもをコントロールしようとするかかわり方		-.014	.287**	-.282**	-.263**
個性を生かそうとする関わり方		.134	-.099	.717**	.561**

*p<0.05 **p<0.01

表 10 母親のメンタルヘルスへの関連要因

	エゴグラム						親からの被養育体験				パートナーの子どもへの かかわり方						
	母親からの被養育体験			父親からの被養育体験			母親からの被養育体験 Care 得点	Over Protection 得点	Care 得点	Over Protection 得点	ジェンダー意識したかかわり方	コントロールしようとするかかわり方	承認的かかわり方	個性を伸ばそうとするかかわり方	ジェンダー意識したかかわり方	コントロールしようとするかかわり方	個性を伸ばそうとするかかわり方
	厳しい親	やさしい親	大人	自由な子ども	従順な子ども												
一般的疾患傾向	.157	-.227**	-.216*	.186*	.148	-.146	.131	.034	.031	-.083	.295**	-.190*	-.080	.037	.295**	-.043	
身体的症状	.079	-.023	-.097	.130	.192*	-.049	.046	-.073	.048	-.109	.049	-.035	-.095	.002	.049	-.033	
睡眠障害	.213*	-.212*	-.286**	.183*	.220*	-.049	.276**	-.114	.121	-.075	.361**	-.201*	-.124	.029	.361**	-.083	
社会的活動障害	.054	-.166	-.087	-.028	.189*	-.117	.102	-.059	.002	.049	.098	-.226*	-.090	.027	.098	-.128	
気分変動	.094	-.100	-.228**	.225*	.319**	-.056	.109	-.033	-.022	-.048	.178*	-.095	.044	.069	.178*	.081	
うつ傾向	.073	-.034	-.034	.191*	-.047	-.041	-.052	.086	.003	.031	.126	-.049	.085	.054	.126	-.016	
GHQ 得点	.173	-.199**	-.259**	.227**	.286**	-.115	.172	-.050	.046	-.069	.289**	-.203*	-.070	.082	.289**	-.046	

*p<0.05 **p<0.01

表 11 父親のメンタルヘルスへの関連要因

	エゴグラム						親からの被養育体験				パートナーの子どもへの かかわり方					
	母親からの被養育体験			父親からの被養育体験			母親からの被養育体験 Care 得点	Over Protection 得点	Care 得点	Over Protection 得点	ジェンダー意識したかかわり方	コントロールしようとするかかわり方	個性を伸ばそうとするかかわり方	ジェンダー意識したかかわり方	コントロールしようとするかかわり方	個性を伸ばそうとするかかわり方
	厳しい親	やさしい親	大人	自由な子ども	従順な子ども											
一般的疾患傾向	.001	-.041	-.242**	.042	.198*	-.104	.076	.160	-.171	.098	.159	.101	-.045	.159	.066	-.108
身体的症状	-.031	-.054	-.244**	.047	.146	-.011	.001	.009	-.151	.093	.129	.057	.141	.129	.033	-.177*
睡眠障害	-.023	.005	-.184*	.171	.117	-.043	.087	.112	-.034	.069	.147	.014	-.011	.147	-.085	-.049
社会的活動障害	.035	-.060	-.217*	.057	.067	-.024	.068	.083	-.108	.028	.083	.155	-.012	.083	-.020	.061
気分変動	.081	-.033	-.297**	.099	.312**	-.013	.086	.182*	-.135	.101	-.027	.126	.053	-.027	.087	.097
うつ傾向	-.057	-.081	-.028	.012	.239**	-.036	.128	.142	-.152	.090	.183*	.007	-.026	.183*	-.103	-.124
GHQ 得点	.006	-.057	-.297**	.108	.254**	-.052	.099	.159	-.171	.113	.147	.108	.032	.147	.004	-.064

*p<0.05 **p<0.01

6) メンタルヘルスの関連要因

GHQ 得点と関連するものについては、母親は、エゴグラム「A」と弱い負の相関 ($r = -0.259$) があり、「FC」($r = 0.227$)「AC」($r = 0.286$)との間に弱い正の相関があった。また、父親の『子どもをコントロールしようとする関わり方』との間に弱い正の相関 ($r = 0.289$) があり、『承認的なかわり方』との間に弱い負の相関 ($r = -0.203$) があった。被養育体験と関連はなかった。自分自身の子どものかわり方では、『子どもをコントロールしようとする関わり方』($r = 0.289$) と弱い正の相関があった(表 10)。

父親は、エゴグラム「A」と弱い負の相関 ($r = -0.297$) があり、「AC」と弱い正の相関 ($r = -0.254$) があった。パートナーの子どもへの関わり方との関連はなく、自分自身の子どもの関わり方とも関連はなかった(表 11)。

4. 考 察

乳幼児を持つ親のメンタルヘルスは、過去の研究結果同様に両親ともよくない傾向があった。育児期の親という対象ではない調査をみると、GHQ 28 を用いた仕事に関するメンタルヘルスの調査では、女性の GHQ 得点は 7.7 ± 6.0 点、男性は 6.0 ± 5.5 点となっている¹⁰⁾。cut off point が 5/6 点であることから、男女ともにメンタルヘルスはよくないといえる。市役所職員を対象とした調査で平均年齢は 41.2 歳であることから、乳幼児の子育て期にある者も含まれた結果であると推測されるが、育児ストレスからのよくないメンタルヘルスとは言い難い状況であるといえる。近年の日本のストレス社会の影響は否めず、子育て以外にも複数の役割を担っていることがメンタルヘルスに影響しているのかもしれない。

メンタルヘルスの影響要因として、性格傾向をみるエゴグラムとの関連について分析した。エゴグラムは両親とも NP が最も高い得点を示し、養育期にある特徴を示していた。

父親については、「A」が低いほど GHQ 得点が高くなる傾向があり、「AC」が高いほど GHQ 得点が高くなる傾向を示していた。「A」の自我状態が強いと、物事を冷静に客観的にとらえることができるため、親として子どもを育てることに對しても、冷静に取り組むことができることを示しているのではないだろうか。「AC」は「従順な子どもの自我状態」であり、この自我状態が強いと、子どもに合わせて自分を抑えてしまうことが予測されるため、子どもを育てることに對してストレスを感じているのかもしれない。

母親については、父親よりも多くの項目が影響していた。「A」とは負の相関があるので父親と同様に子どもを育てることを冷静に客観的に取り組めることがメンタルヘルスがよくなるためには必要なことかもしれない。「FC」の自我が強いと、自分中心にも思われる自由奔放さを持つため、子どもを育てるということがストレスにつながる可能性を持っていると考える。

両親からの被養育体験については、親という役割を持つことで、過去の経験からの影響があるのではないかと推測したが、本研究では影響はほとんど見られなかった。

また、子どもへの関わり方の影響については、父親は自分の関わり方もパートナーの関わり方もメンタルヘルスには影響していなかったが、母親は自分の『子どもをコントロールしようとする関わり方』、パートナーの『子どもをコントロールしようとする関わり方』『承認的関わり方』がメンタルヘルスに影響していた。パートナーの子どもへの関わり方が母親のメンタルヘルスに影響しているということは着目すべき事実である。原田によると、3歳児の母親では育児に自信が持てないと感じている親は約6割であり、他人が自分の育児をほめたり批判したりするのが気になると8割の母親が回答していた¹¹⁾。母親モデルも持たず、手さぐり状態で子育てをしている母親は、同じ立場で子育てをしている父親の育児態度も気になり、それもストレス源になっているのではないだろうか。日本における、性別役割分業意識による子育てが背景にあり、母親にかかる負担や責任が非常に大きいことが考えられる。

『子どもをコントロールしようとする関わり方』がメンタルヘルスに影響していることについては、乳幼児期という特徴も少なからず影響していると考えられる。特に幼児期は生活習慣を身につけるといふ発達課題をもっていることや、言語が未発達のため、親の意図が伝わりにくいなどのことから、しつこくなくてはならない親の役割意識が強く影響しているものと考えられる。また、子どもが一人の親と複数の親では、子どもへの関わり方に差があることが明らかにされた。父親の『承認的関わり方』『個性を生かそうとする関わり方』については、子どもが一人の父親の方が有意にその傾向が強く、一人の子どもに対応して関わろうとしている様子がうかがえる。一方『子どもをコントロールしようとする関わり方』は、母親も父親も子どもが複数いる方が有意にその傾向が強く、子どもが複数いることの負担感が反映していることが推測される。松村は、母親の育児におけるストレスの因子構造は、〈子どもの聞き分けのない行動〉〈子どもへの対応・しつけ〉などで構成され、子どもを統制しようとしても、親の意図通りに子どもが反応しないことがストレスとなっていると述べている¹²⁾。子どもが親の指示通り動かないことが『子どもをコントロールしようとする関わり方』につながっていることが推測されることから、子どもの発達段階や特徴を踏まえた関わり方について親自身が学べる機会や、きめ細かにサポートが受けられる体制を作っていくことが必要ではないかと考える。

また、夫婦間で子どもへの関わり方が似ている可能性が示唆された。水野は、性格が不安定な子どもの親は養育態度が厳格であり、さらに両親の養育態度が同じ場合には子どもはより不安定になる傾向がある、と指摘している¹³⁾。本研究においては『子どもをコントロールしようとするかかわり方』についても夫婦で相関があり、かかわり方が似ていることが示された。現代の親たちもつ親モデルは少なく、限定された背景のなかであり、家庭という密室の中では、一方の関わり方が他方に影響を与えることは容易に想像できる。夫婦が画一的な養育態度にならないよう配慮していく必要がある。育児サークルに参加した母親の約半数は、子どもへのかかわり方の参考になったと感じており¹⁰⁾、子育てサークルが子どもへのかかわり方を学ぶ機会となっていた。今後は、夫婦がそろって参加できる夫婦サロンなどで、それぞれの夫婦の子どもへのかかわり方を見ることで、子どもへの多様なかかわり方を学ぶなど、子育ての密室化を脱出していくことが

望まれる。夫婦間のコミュニケーションがよいと、父親は子どものしつけや遊びを良くするという指摘もあり¹⁴⁾、夫婦単位で支援できる機会を増やすことが必要である。

今回の調査では、子どもの関わり方について 10 項目のみの分析であったため、夫婦間で関わり方が同様になるという結論に至るには限界がある。今後さらに検討が必要である。

5. ま と め

乳幼児を持つ親のメンタルヘルスの関連要因について分析した結果、母親はパートナーの子どもへの関わり方がメンタルヘルスに影響することが明らかになった。夫婦間での子育てに関する情報交換や、子育ての方針についての話し合いなどの時間を持つことが重要と考える。

本研究は 2005～2006 年の調査であり、129 組という限定されたデータをもとに分析したものであり、現在の親の状況を反映しているとはいえない。また、子どもへのかかわり方についても、項目が 10 項目のみであり十分とは言えない。メンタルヘルスと子どもへの関わり方や夫婦間の関わり方については今後、さらに調査を進めていく必要がある。

参考・引用文献

- 1) 佐藤達也、菅原ますみ、戸田まり、島悟、北島俊則 (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 6, 409-416.
- 2) 岡本絹子 (2008)：保育園児を持つ親のストレスを抑うつ症状の検討－父親と母親の比較－, 吉備国際大学保健科学部紀要 第 13 号, 11-17.
- 3) 吉田安子、丸山知子、杉山厚子 (2003)：妊娠末期から産後 2 年間の女性の心理・社会的状態 第 3 報 MCQ, EPDS, GHQ 30 の変化と関連, 日本女性心身医学会雑誌 8(3), 296-304.
- 4) 朴志先、金潔、近藤理恵、桐野匡史、尹靖水、中嶋和夫 (2011)：未就学児の父親における育児参加と心理的ウェルビーイングの関係, 日本保健科学学会誌 13(4), 160-169.
- 5) 日下部典子 (2012)：子育て支援事業利用者のメンタルヘルス－保育所利用者と比較して－, 福山大学こころの健康相談室紀要 6, 63-72.
- 6) 及川裕子、久保恭子、刀根洋子 (2004)：乳幼児を持つ親の精神健康状態－GHQ 調査 (General Health Questionnaire) と PBI (Parental Bonding Instrument) の関連を通して－, 日本ウーマンズヘルス学会誌 3, 79-86.
- 7) 及川裕子、小田切房子、久保恭子、刀根洋子 (2006)：乳幼児を持つ親の生活満足度－夫の育児協力・家事協力の影響－, 日本赤十字武蔵野短期大学紀要 19, 91-102.
- 8) 及川裕子、久保恭子 (2012)：乳幼児を持つ母親の精神健康状態と生活満足度, 園田学園女子大学論文集 47, 85-93.
- 9) 田村毅 (2004)：出産・子育て体験が親の成長と夫婦関係に与える影響, 平成 13～15 年度文部科学省研究補助金基盤研究 (B) 研究成果報告書
- 10) 豊増功次、川口貞親、吉田典子、日野明日香 (2001)：仕事に関するソーシャルサポートとメンタルヘルス, 久留米大学健康・スポーツ科学センター研究紀要 9, 25-32.
- 11) 原田正文 (2006)：子育ての変貌と次世代育成支援－兵庫レポートにみる子育て現場と子ども虐待予防, 名古屋大学出版会
- 12) 松村恵子、植村裕子、三浦浩美、野口純子ほか (2005)：母親の育児ストレスに関する研究, 香川県立保健医療大学紀要 2, 19-28.

- 13) 水野（松本）由子（2004）：親の養育態度が子どもの情緒に与える影響，大阪城南女子短期大学研究紀要 38, 37-43.
- 14) 佐藤淑子（2013）：育児期家族の生活と心理，鎌倉女子大学紀要 20, 1-10.
- 15) 福西勇夫（1990）：日本版 General Health Questionnaire（GHQ）の cut-off point，心理臨床 3, 228-234.
- 16) 中川泰彬、大坊郁夫（1996）：日本版 GHQ 精神健康調査票手引き（改訂版）、日本文化科学社.

[おいかわ ゆうこ 母性看護学・助産学]
[くぼ きょうこ 小児看護学・家族看護学]
[ごとう きょういち 環境保健学]