

## 母親の育児不安とソーシャル・サポート

加藤 恵子・小林 真

(2001年8月31日受理)

### Mother's child-rearing anxiety and social support

Keiko KATO and Makoto KOBAYASHI

キーワード：育児不安 ソーシャル・サポート

Key words : child-rearing anxiety, social support

#### 問 題

子育てはいつの時代でも容易ではないと思われるが、子どもを育てていく中で、母親は様々な不安や悩みをもちながらも喜びや充実感を感じていくものである。しかし近年では、子育てが難しくなってきたといわれている。その背景には、都市化、核家族化、少子化、地域社会との疎遠といった社会状況の変化が考えられる。そこから、育児に対する心配、自信のなさ、イライラ、閉塞感が生み出されている。そして、それが極端に過重になれば、育児を楽しめない、子どもが可愛くないといった情緒の状態を生み、母子ともに望ましいものではないと思われる。

こうした育児に対する不安感は、育児不安として概念化されている。育児不安の概念と測定を提起した牧野(1982)によれば、育児不安は「子の現状や将来あるいは育児のやり方や結果に対する漠然とした恐れを含む情緒の状態」であると定義している。育児不安は、乳幼児を抱える母親が感じる育児に関するストレスといえる。また牧野は、育児不安の程度に関連する大きな要因として、1つは夫婦関係であり、他の1つは母親の社会的な人間関係のあり方であると述べている。

育児ストレスとサポートとの関連を見た研究として、田中(1994)は、重要なサポート源であるとされる夫と、家庭外のサポート源が育児ストレスにどれほどの効果があるのかについて、蓄積的疲労徴候、育児不安、夫との親密度、家庭外のソーシャル・サポート、仕事の状態、夫の妻への理解度を調査することによって検討している。その結果、家庭外のソーシャル・サポートおよび夫の理解度が育児不安を予測する上で重要な変数になりうることを示している。

本研究では、乳幼児をもつ母親を対象にして、母親の育児不安や育児ストレスの内容・程度を探り、それに関連する要因を検討する。また、母親の子育てネットワー

クについて注目し、母親が子育てに関してどのようなネットワークをもっているのか把握することと、それがソーシャル・サポートとして有効なのか調査し、検討することを目的とする。

#### 調 査 I

##### 目 的

母親とのインタビューを通して、乳幼児をもつ母親が育児に対してどのような感情を持っているのか、育児に対する不安やストレスがあればその内容や対処方法、現在望んでいるサポートについて、面接調査を行い検討する。

次に母親の育児不安感情とそれに関連する要因、母親の社会的活動、母親の人間関係の広さ、母親が育児を行う際に頼りにする人間について、アンケート調査を行い検討する。

##### 方 法

被験者 富山市内の親子サークルに参加した6名の母親に面接調査、16名の母親に質問紙調査を行った。

調査時期 面接調査は平成13年3月。

質問紙調査は平成13年5月。

手続き 面接調査の内容は、次の通りである。

- ①母親の年齢、子どもの年齢・性別、家族構成
- ②母親の就労の有無、将来の就労の希望
- ③育児に対する気持ちについて
- ④育児の不安や悩みについて
- ⑤それを解消する方法について
- ⑥育児においてサポートしてもらいたいこと、あったら助かったと思うことについて

このインタビューでは、被面接者の回答を聞きながら、さらに詳しく質問を追加するという形で面接を進めた。

質問紙調査の内容は、次の通りである。

- ①フェイス項目として 母親の年齢、家族構成、居住形

- 態, 居住年数, 転居経験, 子どもの年齢・性別
- ②家事以外の活動の有無と内容
  - ③牧野(1982)の研究を参考にして作成した母親の育児不安に関する22項目
  - ④加藤・石井・牧野・土屋(1998)の研究を参考にして作成した父親の育児サポートに関する10項目
  - ⑤ふだん世間話をする人の人数, 子どもを預け合う人の人数, 家族ぐるみの付き合いのある人のおおまかな軒数について
  - ⑥病気の時や用事がある時などに子どもを預ける人, 子どものことで悩んでいるとき相談する人について(何人でも)
  - ⑦育児について気になっていること, 困っていることについての自由記述

## 結果と考察

### 1) 面接調査の結果と考察

面接調査によって得られた結果は次の通りである。母親の年齢は33歳～38歳(平均年齢は, 35.3歳)。全員が核家族で, 3歳以下の子どもをもっている。子どもの人数は, 平均1.8人。6名のうち5名が専業主婦, 1名がパートタイム勤務の仕事をしている。育児はまあまあ楽しいと全員が述べたが, 育児に対して少なからず不満をもっていた。6名の中で, 県外から転居してきた母親が3名おり, 内2名が転居してきた当時, 環境の変化によって育児に対する不安やストレスが強くなったと述べた。以下に, その2名の事例を示す。

事例① 33才専業主婦 4人家族(本人・配偶者・5才3ヶ月女児・3才1ヶ月女児)約2年前に他県から転居。転居前は公園や児童館などに行きたくさんの子ども達と遊ばせることが多かった。同じ年齢の子どもを持つ母親が身近にたくさんおり子育ての愚痴や情報を言い合うことができた。しかし, 転居してきたばかりの頃公園などに子どもの姿はなく, 児童館が主催する親子サークルに申し込もうとしたが年度途中なので断られてしまった。他の母親との会話が全くなくとても寂しかった。子どもは同じ年齢の子どもと遊ぶ機会が少なくなり母親とだけで過ごす時間が大変多くなった。そのため母親自身が疲れて余裕がなくなり子どもを怒ることが多くなった。月日が経つにつれ誰も自分を認めてくれないというやりきれなさを感じるようになった。現在は, 託児付きのエアロビクス教室に通っているがこれが良い気分転換になっており, 子どもも少しずつ母親から離れられるようになってきた。転居してきた当時, どんなことでもよいから子育てに関する情報があつたら良かったのと思う。

事例② 36才専業主婦 4人家族(本人・配偶者・7才女児 3才2ヶ月女児)約2年半前に他県から転居。転居前は暖かい地方に住んでおり冬でも外に散歩に出かけることが多かった。転居は秋から冬にかけての時期で大変寒く外へ出られず知り合いもいないのがつらかった。

子どもが歩き始めたのが遅くそれも心配であった。今でも子どもが母親となかなか離れられないことが気になっている。幸い夫がよく相談に乗ってくれた。また, 子どもを連れてビーチバレーサークルに行き始めたので, ストレス解消ができた。買い物に出かけるときなどちょっとした用事がある時誰か子どもを見てくれたらと思うことがある。

面接調査における考察は次の通りである。

5名の専業主婦全員が, 現在は働いていない, もしくは働けないが, 将来的には働きたいと述べていた。理由としては, これからお金が必要となるので経済的な面で働かなければいけないという人や子どもが大きくなっていくと自分の時間ができるので自分のためになるような仕事があれば働きたいという人, 子どもと少しでも離れたいので働きたいといった人など理由は様々であった。パートタイム勤務の仕事に従事している1名はこれからもこの仕事を続けたいと述べた。子どもと離れている時間があると大変リフレッシュでき, 仕事終了後, 子どもに会うと余計に可愛さが増すからという理由からだった。この人は, 子どもがいても働くということをととても肯定的に考えている人であった。

転居という環境の変化が母親にとって育児状況を悪化させることもあるということもわかった。もし, 転居がプラスに働けば, 上記のような事例は起こらなかったであろう。上記の事例では, 子どもの数が少なく子どもが外で遊んでいないという地域性や身近に相談できる相手が激減したことが, 母親にとってかなりつらいものになったと思われる。子どもに関する発達も育児不安を増大させた要因の一つだろう。結果的にはこの母親達の場合は夫のサポートや母親自身のストレス対処で, 悩みを緩和することができたが, 仕方がないとあきらめて我慢し続けると虐待や引きこもりなどに至る場合もあると考えられる。このことから, 育児に悩む母親をいかに早めにサポートするかが課題となってくるだろう。

### 2) 質問紙調査の結果と考察

質問紙調査によって得られた結果は次の通りである。

#### ①フェイス項目について

母親の年齢は, 29歳～38歳(平均年齢は, 33.2歳)。家族構成は, 核家族12名, 拡大家族4名。居住形態は, 一戸建て住宅11名, 集合住宅5名。居住年数は, 平均5.7年(0.5年～30年)。転居経験は, 0回が8名, 1回が4名, 2回が4名。子どもの数は, 1人が6名, 2人が10名(平均1.6人)。

#### ②家事以外の活動について

活動ありが8名, 活動なしが8名。活動内容は, パートタイム勤務の仕事1名, 自営業の仕事1名, 地域活動3名, 趣味教養5名, その他2名(複数回答)

#### ③母親の育児不安について

育児不安測定22項目について, 「よくある」を4点,

「時々ある」を3点、「ほとんどない」を2点、「全くない」を1点として得点化した。最高点69点、最低点46点、平均点56.6点 (SD=6.54) であった。

④父親の育児サポートについて

育児サポート10項目について、「いつもしている」を4点、「時々している」を3点、「あまりしていない」を2点、「ほとんどしていない」を1点として得点化した。最高点は40点、最低点は18点、平均点は29.5点 (SD=6.23) であった。

⑤世間話をする人について

「たくさんいる」が1名、「数人いる」が6名、「1～2人いる」が5名、「いない」が2名、無回答2名であった。

子どもを預け合う人について

「1～2人いる」が4名、「いない」が11名、無回答が1名であった。

子どもを含めた家族ぐるみの付き合いについて

「たまにある」が3名、「あまりない」が7名、「全くない」が5名、無回答が1名であった。

⑥病気や用事などのときの預け先について

「夫」が6名、「実父母」が13名、「義父母」が7名、「親以外の親族」(姉妹など)が5名、「保育園」が1名、「ベビーシッター」が1名であった。(複数回答)

子どものことで相談する人について

「友人やサークルの仲間」が13名、「夫」が10名、「実父母」が8名、「義父母」が3名、「親以外の親族」(姉妹など)が4名、「幼稚園の先生」が1名、「誰もいない」が1名であった。

⑦育児について気になっていること、困っていることについて

姉妹のけんか、親のとりあい、2歳の子のおむつがなかなかとれない、赤ちゃんが生まれてから赤ちゃん返りをする、双子の育て方が難しいなどであった。

育児不安に関連する要因を探るために、次の5つの関連について $\chi^2$ 検定を行った。

- ・育児不安と家事以外の活動についての関連
- ・育児不安と夫の育児サポートについての関連
- ・育児不安と世間話をする人の数との関連
- ・育児不安と子どもを預け合う人の数との関連
- ・育児不安と家族ぐるみの付き合いについての関連

結果は育児不安と世間話をする人の数についてののみ有意であった。(  $\chi^2 = 4.67$  5%水準で有意)

質問紙調査の考察は次の通りである。

育児不安に関連する要因であるが、ここでは世間話をする人の数について関連があることがわかった。この結果は、田中の先行研究にあるように近隣や地域社会の人々など、家庭外のソーシャル・サポートが育児不安の低減に重要な役割を果たしているという見解を裏付けるものとなった。また、牧野・中西の研究(1985)において、父親の家事育児参加は間接的に育児不安に影響を与えて

いるとしているが、この調査では夫の育児サポートについてはうまくグループ分けすることができず育児不安との関連を検証することはできなかった。育児不安と夫との育児サポートの関連については、今後はさらに人数を増やして調査する必要がある。

病気や用事がある時、誰に子どもを預けるかという質問では、実父母と答えた人が16名中13名であった。現代の育児では母親の両親に大きく支えられていることが分かった。また、次には義父母・夫・親以外の親族(姉妹など)という答えが続き、身内で育児を支えているという実態がうかがえた。

子どものことで悩んでいるとき誰に相談するかという質問では、友人やサークルなどの仲間と答えた人が16名中13名であり、続いて10名が夫に、8名が実父母に相談する(複数回答)と答えた。誰もいないと答えた者も1名いた。

このことから子どもを預けるということは親族を頼りにし、子どものことについて相談するということが家庭外に求めているということがいえた。また、相談する人の中に夫が入っていない人が16名中6名(37.5%)もあり、母親が父親を重要な精神的支えとしていない場合も多いにありうるということが推測された。

## 調査 II

### 目的

育児不安に関連する要因をさらに詳しく検討すること、そして母親の人間関係の広さについて把握すること、子どもを預けたり、相談したりすることができるネットワークについて調査することを目的とする。また、調査 I よりもさらにサンプルの数を増やし調査を行う。

### 方法

被験者 富山市内の公立幼稚園に在籍する3歳児クラスの母親37名。

調査時期 平成13年7月。

手続き 質問紙調査を実施した。幼稚園の担任教諭を通じて質問紙を配布・回収した。配布41名に対して回収37名(回収率90.2%)であった。

質問紙の構成

- ①フェイス項目として、母親の年齢、父親の年齢、家族人数、家族構成、居住形態、居住年数、転居経験、子どもの人数、子どもの年齢・性別
- ②家事以外の普段の活動の有無とその内容
- ③調査 I で作成した育児不安に関する22項目
- ④調査 I で作成した父親の育児サポートに関する10項目
- ⑤近所の人や友人でふだん世間話をする人数、ふだん子どもを預け合う人数、家族ぐるみの付き合いをしている軒数、気心の知れた人の数、心の支えになっている人の数
- ⑥病気や用事、自由な時間が欲しいとき子どもを預ける

人について（4人まで）、子どものことで悩んでいるときに相談する人について（5人まで）

## 結果

調査Ⅱの結果は次の通りである。

### ①フェイス項目について

母親の年齢は、27歳～40歳（平均年齢は、32.4歳）。

父親の年齢は、28歳～43歳（平均年齢は、35.0歳）。

家族人数は、平均4.6人。

家族構成は、核家族23名、拡大家族14名。

居住形態は、一戸建て住宅31名、集合住宅6名。

居住年数は、平均5.4年（2ヶ月～34年まで）。

転居経験は、0回が24名、1回が9名、2回が3名、無回答が1名。

子どもの人数は、1人が11名、2人が19名、3人が7名（平均1.9人）。

### ②家事以外の普段の活動について

活動ありが28名、活動なしが9名。

活動内容は、フルタイム勤務の仕事2名、パートタイム勤務の仕事8名、自営業の仕事6名、内職6名、アルバイト2名、趣味8名、PTA活動6名、サークル活動3名、（複数回答）。

### ③母親の育児不安について

最高点63点 最低点37点 平均点50.0点（SD=7.03）。

### ④父親の育児サポートについて

最高点40点 最低点24点 平均点31.5点（SD=3.93）。

### ⑤世間話をする人数について

平均6.3人（最低0人 最高20人）。

預け合いをする人数について

平均1.7人（最低0人 最高10人）。

家族ぐるみの付き合いの軒数について

平均1.7軒（最低0軒 最高6軒）。

気心の知れた人の数について

平均4.5人（最低0人 最高15人）。

心の支えになっている人の数について

平均4.2人（最低0人 最高15人）。

### ⑥病気の時子どもを預かってもらえる人数について

平均2.6人（最低1人 最高4人）。

用事がある時子どもを預かってもらえる人数について

平均2.6人（最低1人 最高4人）。

自由な時間が欲しい時子どもを預かってもらえる人数について

平均1.9人（最低0人 最高4人）。

子どものことで相談する人数について

平均4.0人（最低2人 最高5人）。

## 考察

育児不安に関する22項目のデータについて主成分分析（Varimax回転）を行った。その結果7つの主成分が抽出された。それをTable 1に示す。

第1主成分は、19「子どもにかまけてばかりで、自分の能力や意欲をいかしているという充実感がない」、18

「子どもとばかりいて、孤立した感じがする」13「子どもを育てるためにがまんばかりしていると思う」などの6項目で「抑うつ」と命名した。第2主成分は、21「子どもに対して衝動的に手をあげることがある」20「子どもに対して大声でどなることがある」5「子どもがわずらわしくてイライラしてしまう」などの5項目で「不機嫌・怒り」と命名した。第3主成分は、12「毎日毎日同じことの繰り返ししかしていないと思う」などの3項目で「毎日の繰り返し」と命名した。第4主成分は、15「子育てが楽しく毎日が充実している」などの3項目で「充実感・爽快感」と命名した。第5主成分は、7「子どものことでどうしたらよいかわからなくなる」などの2項目で「子どもについての不安」と命名した。第6主成分は、4「生活の中にゆとりを感じる（逆転項目）」などの2項目で「ゆとりのなさ」と命名した。第7主成分は「子どもを1人にすること」と命名した。

次に育児不安の主成分とどのようなソーシャル・サポートについて相関があるかを調べるために、7つの主成分それぞれと、世間話をする人数、子どもを預け合う人数、家族ぐるみの付き合いをしている軒数、気心の知れた人数、心の支えとなる人数、病気の時預かってもらえる人数、用事がある時預かってもらえる人数、自由な時間が欲しい時預かってもらえる人数、夫の育児サポート得点についての相関係数を求めた（Table 2）。

第3主成分「毎日の繰り返し」と、「世間話をする人数」および「気心の知れた人数」「心の支えとなる人数」の間に、0.5%水準で負の有意な相関が見られた。第5主成分「子どもについての不安」と、「心の支えとなる人数」および「夫の育児サポート」との間に0.5%水準で有意な負の相関が得られた。一方、第6主成分「ゆとりのなさ」と、「病気の時預かってもらえる人数」および「自由な時間が欲しい時預かってもらえる人数」との間に、0.5%水準で正の有意な相関が見られた。

菅原（1997）は、現代の若い母親の中に子どもができたために自分のやりたいことができず、うまく生きられないことによる焦りやイライラが生じ強いストレスになっている「生活不満層」の母親がいることを報告している。単純な毎日の生活の不満を、日常の何気ない会話で吐き出せる相手が少ない人ほど育児に対するストレスが高まるのであろう。このような人は、気心の知れた何でも話せる人や何かあれば本当に頼りにできる心の支えとなる人の数も少ない傾向にあり、そのような人の存在が重要となるだろう。また、自分の不満を話せるネットワークが必要であるといえる。

子どもについての不安が高い人は、心の支えとなってくれる人が少ない傾向にあり、夫の育児サポートも少ないということがわかる。このことから、夫がいても母親自身が自分一人で子どもを育てているという気持ちが強いのではないかと推測される。

一方、母親にゆとりがないほど、病気の時預かっても

Table 1 育児不安の主成分分析結果 (Varimax 回転後)

No.	項目の内容	成分1	成分2	成分3	成分4	成分5	成分6	成分7	共通性
19	子どもにかまけてばかりで、自分の能力や意欲をいかしているという充実感がない	0.874	-0.004	-0.006	0.004	-0.147	-0.107	0.110	0.817
18	子どもとばかりいて、孤立した感じがする	0.851	-0.008	-0.000	0.007	0.151	0.004	-0.002	0.765
13	子どもを育てるためにがまんばかりしていると思う	0.690	0.177	0.003	-0.002	0.004	-0.008	0.432	0.706
10	自分一人で子どもを育てているのだという圧迫感を感じてしまう	0.657	0.273	0.000	0.189	0.386	0.000	-0.142	0.711
16	子どもが足手まといに感じられる	0.641	0.370	0.434	0.116	0.183	0.005	-0.005	0.789
14	子どもは好きではないと思う	0.569	0.297	0.258	0.114	0.285	0.294	-0.127	0.675
21	子どもに対して衝動的に手をあげることがある	0.196	0.848	0.208	-0.207	-0.004	-0.003	0.122	0.862
20	子どもに対して大声で怒ることがある	-0.296	0.814	-0.108	-0.008	-0.002	0.175	0.004	0.802
3	考えごとがおっくうでいやになる	0.504	0.622	-0.003	0.137	0.127	-0.003	0.191	0.715
8	子どもは結構一人で育っていくものだと思う*	-0.178	-0.596	0.004	-0.156	-0.004	0.172	0.313	0.543
5	子どもがわずらわしくてイライラしてしまう	0.376	0.498	0.234	-0.001	0.254	-0.005	-0.487	0.749
17	子どもはとてもかわいいと思う*	0.008	0.000	0.816	0.003	0.008	0.009	-0.115	0.703
22	自分の子どもと他人の子どもを比較して気になることがある	0.324	0.112	-0.547	-0.526	0.201	-0.002	-0.120	0.749
12	毎日毎日、同じことの繰り返ししかしていないと思う	0.350	0.322	0.519	-0.003	-0.319	-0.426	-0.009	0.789
15	子育てが楽しく毎日が充実している*	0.211	0.008	0.136	0.805	0.150	0.117	0.149	0.777
2	朝、めざまがさわやかである*	0.182	0.008	-0.329	0.652	-0.158	-0.008	0.168	0.644
11	育児によって自分が成長していると感じられる*	0.001	-0.188	0.152	0.635	0.104	-0.005	-0.275	0.551
7	子どものことでどうしたらよいかわからなくなる	0.217	0.001	-0.113	-0.003	0.815	-0.005	-0.002	0.728
6	自分は子どもをうまく育てていると思う*	0.001	0.003	0.483	0.008	0.703	0.158	0.241	0.818
4	生活の中にゆとりを感じる*	0.170	0.221	-0.003	0.004	0.172	0.782	-0.131	0.739
1	毎日くたくたに疲れる	0.123	0.190	-0.147	0.003	0.145	-0.740	0.002	0.644
9	子どもをおいて外出するのは心配で仕方がない	0.163	0.002	-0.005	0.007	0.110	-0.152	0.817	0.740
固 有 値		4.114	2.965	2.018	1.937	1.849	1.600	1.532	
寄 与 率		18.70	13.47	9.17	8.80	8.40	7.27	6.96	(72.80)

\*は逆転項目

Table 2 育児不安の主成分とソーシャル・サポートの相関係数

	抑うつ	不機嫌	毎日	充実感	子ども	ゆとり	1人に
世間話人数	-0.132	0.012	-0.351*	-0.076	-0.202	-0.177	0.236
預け合い人数	-0.147	0.014	-0.280	-0.123	-0.149	0.307	0.117
家族軒数	0.073	-0.163	-0.127	0.086	-0.146	0.23	0.388
気心人数	0.001	-0.103	-0.351*	0.132	-0.295	0.126	0.153
支え人数	0.058	-0.150	-0.346*	0.042	-0.332*	0.186	0.239
病気するとき	0.093	-0.055	-0.325	-0.135	-0.193	0.443*	0.259
用事があるとき	0.045	-0.085	-0.274	-0.058	-0.011	0.287	0.224
自由が欲しいとき	0.146	-0.192	-0.131	0.098	0.027	0.479*	-0.277
夫の育児サポート	-0.212	-0.004	-0.212	-0.224	-0.335*	-0.187	0.159

\*p < 0.05

らえる人数や自由が欲しい時預かってもらえる人数が多いという予想に反した結果が出た。猪野・久野・松本(1995)によれば、母親の「ゆとり」は、育児に携わっている母親自身が自分を大事にする時間やものをもって、性格あるいは生き方が大きく関わっており、夫が妻のそうした生き方を肯定し認めていることが大きく関係しているという。さらに今後は、妻から見た夫の育児行動・意識との関連についても調査を進めていきたい。

この調査では主成分分析において7つの主成分を抽出したが、今後、育児不安に関する項目を見直して抽出する成分を検討していくことが課題である。また、データの数が少なく因子が安定しないので、もっとデータの数を増やして本調査を行い、母親の育児不安に関連する要因を詳しく探り、母親を支えるソーシャル・サポートについて検討していきたい。

## 付 記

本研究の一部は、日本教育心理学会 第43回総会(2001年9月)にて発表した。

## 引用文献

- 牧野カツコ 1982 乳幼児をもつ母親の生活とく育児不安> 家庭教育研究所紀要, No. 3, 34-56.
- 田中昭夫 1994 保育園児の母親への育児援助に関する基礎的研究 - その蓄積的疲労徴候と育児不安を軽減するために - 保育学研究, 第32巻, 107-115.
- 加藤邦子・石井クンツ昌子・牧野カツコ・土谷みち子 1998 父親の育児参加を規定する要因 - どのような条件が父親の育児参加を進めるのか 家庭教育研究所紀要, No.20, 38-47.
- 牧野カツコ・中西雪夫 1985 乳幼児をもつ母親の育児不安 - 父親の生活および意識との関連 - 家庭教育研究所紀要 No. 6, 11-24.
- 菅原健介 1997 母親の5つのタイプ 山本真理子(編著) 現代の若い母親たち 新曜社, 18-49.
- 猪野邦子・久野美和子・松本律子 1995 夫は妻の育児感情をどう認識している - 妻のゆとり感情と育児感情 - 島根大学教育学部紀要(人文・社会科学)第29巻, 33-37.