

原著

乳幼児をもつ母親の育児困難の状況 —母親および子育て支援に関わるエキスパートへのフォーカス・ グループ・インタビューから—

東雅代¹ 西村真実子¹ 米田昌代¹ 井上ひとみ² 梅山直子³宮中文子⁴ 堅田智香子¹ 和田五月¹ 松井弘美⁵

概要

本研究の目的は、乳幼児をもつ母親が抱える困難や不安の状況を明らかにすることである。3つの母親グループと、育児困難や不安、虐待の悩みをもつ母親の相談に深く関わっているエキスパートの2つのグループに対してフォーカス・グループ・インタビューを行った。インタビュー内容を逐語録に起こし、質的に分析した。

結果、子育てで困難・不安を感じることで、1) 子どもに対してイライラしてしまうこと、2) 祖父母や周りとは当たり障りのない関係をもつこと、3) きょうだいに対してバランスよく対応すること、4) 頑張らずにはいられないこと、の4つを見出した。また、これらに関係する要因として、1) 母の子育てへの自信のなさ、2) 母の他者評価が気になりプレッシャーになる傾向、3) 母自身自分から頼れない・頼らない傾向、4) 祖父母が親育ちの助けにならない傾向、5) 母自身自分の意思が子どもに通じることが当たり前と思うこと、の5つを見出した。

以上のことから、育児困難を抱える母親の支援においては、母親が育児に困難を感じる理由や背景・状況をよく理解したうえで関わる必要性が示唆された。

キーワード 乳幼児, 育児, 困難感, 不安, 子育て支援

1. はじめに

近年、育児困難感・不安を抱える母親は増加傾向にあり、虐待防止の視点からも対応の必要に迫られている。育児困難・不安に関する研究は、育児不安の本態を明らかにするために因子分析を行い、各因子のプロフィールを評定する尺度作成の試み¹⁾が行われている。これによると育児不安は、夫・父親・家庭機能の問題、夫の心身不調、母親の不安・抑うつ傾向、Difficult Baby、育児困難感Ⅰ（心配・困惑・不適格感）、育児困難感Ⅱ（ネガティブな感情・攻撃衝動性）の成分から成るとされる。これにより、育児困難の質や程度と背景要因が把握できる。また、様々な評価尺度を用いて母親のストレス状況と関連要因を調査し分析した結果によると²⁾、育児ストレスは、夫との関係性のストレス、子どもへの否定的感情、

母親役割の非受容感が影響していた。また、支援ネットワークの有無や規模と育児不安の強さが関連していることも明らかになっている³⁾。しかし、これらは質問紙調査であり、項目が規定されていて、育児困難にまつわる母親の複雑な心理や詳細な状況は不明である。質問紙以外での調査方法をとった研究として、母親に産後1ヶ月までの育児不安についてインタビュー形式のアンケート調査⁴⁾をした結果では、退院後も49%の母親に不安が出現していることや、相談できる相手がいれば解決可能であることが示されている。また、母親のソーシャル・サポート・ネットワークについて尋ねた研究⁵⁾では、43%の母親が現在のネットワークに満足しているが、51%の母親はネットワークの拡大を望んでいたという結果であった。また、保健師に、育児不安をもつ母親への家庭訪問での介入方法を尋ね⁶⁾、支援姿勢や介入時の留意点を質的に分析している。これらの結果を見ても、育児困難にまつわる母親の心理や詳細な状況

¹ 石川県立看護大学

² 帝京大学医療技術学部看護学科

³ 金沢大学附属病院

⁴ 元石川県立看護大学

⁵ 石川県立看護大学大学院看護学研究科博士前期課程

は明らかにされていない。Bloomfieldらは育児の困難性と課題について、広く英国の母親、訪問看護師、家族サポートセンター職員にインタビューし明らかにしている⁷⁾。しかし、日本における研究では、母親と専門家の両者に対して育児困難の内容を深く尋ねている研究は見当たらなかった。

育児不安・困難を抱える母親への支援については個人への相談やカウンセリング、グループケアにより、ありのままの感情を受容される体験を通して自己肯定感が高まるとともに、自己洞察が進み、結果的に育児への様々な否定的感情の軽減につながるなど、様々な取り組みの報告がある⁸⁾⁹⁾。

「子育てを完璧にしなければならない」という母親の思い込みを修正する、親支援プログラムも行われるようになってきた¹⁰⁾。しかし、プログラム開発に必須とされるニーズ調査が、日本においては不十分であったり、あるいはニーズ調査の結果が活かされていないという指摘もある¹¹⁾。

以上のことから、本研究において、乳幼児をもつ母親が抱える育児上の困難や不安の状況を明らかにし、現在、我々が取り組んでいる「母親の自己効力感を高めるペアレンティング・プログラム」作成の資料にするなど、育児困難感・不安をもつ母親への支援に役立てたいと考えた。本研究で扱う育児困難とは、前述した川井の研究結果の育児困難Ⅰ、Ⅱが示す概念で、本研究の目的は、そのような育児困難がどのような状況において、または何がきっかけとなって生じるのか、またそのような母親の感情・態度の背景には、どのような要因が関係しているのかを明らかにすることである。

2. 研究方法

2.1 研究対象およびリクルート方法

本調査の目的に沿う対象として、以下の5グループを設定した。

- ①3歳未満の乳幼児をもつ母親
- ②3歳以上の未就学児をもつ母親
- ③育児困難をテーマにしている母親グループの参加者
- ④育児困難や不安、虐待の悩みをもつ母親の相談に深く関わっている保健師・助産師
- ⑤育児困難や不安、虐待の悩みをもつ母親の相談に深く関わっている保育士など

対象者のリクルートは、次の手順で行った。

(1) 母親

1) 参加協力者の募集用紙の作成

インタビューの目的、対象者、日時と場所、インタビュー方法と内容、連絡先を明記した募集用紙を作成した。

2) 子育て広場への募集用紙設置

A市に対して概要説明を行い、許可を得て、募集用紙を子育て広場に設置した。育児困難をテーマにしている母親には、グループの代表者に依頼し、グループの連絡のための郵送書類に募集用紙を加えてもらった。

3) 協力承諾書の返送を得る

協力承諾書の郵送を得て、研究参加者とし、改めてフォーカス・グループ・インタビューの実施案内を行った。

(2) 保健師

児童相談所での勤務経験のある保健師や、育児不安・困難、虐待支援のエキスパートとして紹介を受けた保健師に依頼した。

(3) 助産師・保育士

育児困難や不安、虐待の悩みをもつ母親の相談に深く関わっており、エキスパートと思われる人に依頼した。

対象に専門家を含めた理由は、母親が意識していない点を把握できる可能性や、母親集団の特徴を把握できることが考えられ、母親が抱える育児困難や不安の状況を、客観的視点で把握できる利点があると考えたためである。

2.2 調査方法

(1) 調査期間

フォーカス・グループ・インタビューは2006年8月～9月に実施した。

(2) 調査方法と内容

協力承諾の得られた参加者に対してフォーカス・グループ・インタビューを行った。質問内容は、母親には子育てで困っていること、うまくいかないことを尋ね、専門家には、母親は子どものどのような行動や状況にいらだつのか、母親を追い込むものは何か、の2点を聞いた。

2.3 分析方法

参加者の許可を得て録音したインタビュー内容はすべて逐語録にした。それぞれのグループの逐語録を精読し、どんな状況に母親は困難や不安を感じるのかという観点と、何が困難や不安を感じさせるのかという観点で分析・抽出し、名前を付けた(コード化)。さらに、それぞれのグルー

プの分析でコード化されたデータ同士を比較し、意味の同じものを分類し、カテゴリー化した。また、カテゴリー間の関係性を確認した。

カテゴリー化の過程においては、フォーカス・グループ・インタビュー時の観察者の観察記録も用いた。これは、一人の参加者の思いだけでなく、同意する参加者の存在を確認し、参加者の総意としてカテゴリー化に反映できるものである。また、研究者間で繰り返し検討し、カテゴリー化を進めた。

2. 4 倫理的配慮

参加者に対し、自由な発言を制限しないこと、守秘義務について、データの扱いについて、フォーカス・グループ・インタビュー実施前に口頭と書面で説明し、同意書を得た。

3. 結果

3. 1 研究参加者の背景

参加者のリクルートの結果、3歳未満の乳幼児をもつ母親6名、3歳以上の未就学児をもつ母親7名、育児困難をテーマにしている母親グループの参加者4名、計3グループ17名がフォーカス・グループ・インタビューに参加した。

母親の平均年齢は32.1歳で、子どもの人数は1人が6名(35.3%)、2人が9名(52.9%)、3人の子どもの母親は2名(11.8%)であった(表1)。

専門家は、保健師3名、助産師3名のグループと保育士3名、看護師2名のグループ、計2グループ11名であり、臨地の経験年数の平均は20.1年、うち、子育て支援に関わっている期間の平均は15.2年であった(表2)。

3. 2 子育てで困難・不安を感じること

母親がどんな状況に困難や不安を感じるのか

については、4つに分類された(表3)。

(1) 子どもに対してイライラしてしまうこと

母親は、次のような子どもの言動にイライラしていた。挨拶することや、周りに迷惑をかけないようにうろろ歩き回らずにいることなど、母親にとって『‘人並み’のことができない』ことがイライラの原因になっていた。また、『子どもがわざとやって自分を困らせている』のではないかと思ったときや、食べ物をこぼすことなど、同じ失敗を何度も繰り返し、母親にとっては『できて‘当たり前’と思われることをしない』ことがイライラを誘発していた。さらに、母親自身が『子どもに嫌われていると思うとき』にイライラを感じていた。子どもへのイライラには、子どもに対する嫌悪感や敵意、子どもに負担をかけられているという思い、一生懸命やっているのに報われないという思い、自分では手に負えないという気持ちや焦り、自身の不甲斐なさといった付随感情が存在していた。

(2) 祖父母や周りとうち当たり障りのない関係をもつこと

母親は、祖父母やママ友などの周りの者と当たり障りのない関係でいたいと願っていた。母親が親しくなりすぎることを嫌がり当たり障りのない関係を望む理由は3つある。一つは、親しくなるとかえって相手に傷つけられたり、逆に相手を傷つけてしまうことがあるのではないかと危惧するからである。二つめの理由は、子どもと周りの人が親しくなると、その親密さが気になり、母親自身が役割の喪失感を抱いたり、母親としての自信をなくすのではないかと不安だからである。三つめは、親しくなりすぎると、子ども同士の関係が親同士の関係に影響すると考えているからである。しかし、専門家の意見によると実際は、母の主体性を損なうような周囲の干渉があったり、

表1 参加者の属性(母親) (n=17)

グループ(人数)		1(6名)	2(7名)	3(4名)	全体
平均年齢(歳)		30.8	33.3	31.8	32.1±3.6
子ども の人数	1人	4	1	1	6名(35.3%)
	2人	2	5	2	9名(52.9%)
	3人	0	1	1	2名(11.8%)

表2 参加者の属性(専門家) (n=11)

グループ(人数)	1(6名)	2(5名)	全体
臨地の経験年数(年)	22	17.8	20.1±7.2
子育て支援年数(年)	12.8	18	15.2±8.6

母親自身の自己決定力や周りを説得する力が不足しているために、周りから介入されることがあるという。このような状況の中で母親は、当たり前障りのない関係をもつことに困難を感じている面もあるのではないかと思われた。また、お互いの価値観の違いを認め合い、折り合いをつけることが難しいため、より親しくなることを避けているようにも思われた。祖父母との関係においては、祖父母の子どもへの関わり方に対する不満をあえて言わないようにしている傾向もあった。

(3) きょうだいに対してバランスよく対応すること

片方の子どもをより叱ったり、より褒めることが多いことを自覚する母親は多く、きょうだいに対してバランスよく接することに困難を感じていた。

(4) 頑張らずにはいられないこと

この状況は、育児困難をテーマにしているグループ(対象③)のみで語られた特徴である。

母親は子育てに対する周りのいろいろな意見が気になり、それに左右されそうになり、葛藤することがある。また、子育てや子どもに対する自分の理想があり、そうなるように一生懸命母親なりに無理して頑張っていたり、意に反することもやっているのに、頑張れば頑張るほど孤立するといったような、子育てで傷つく体験もしている。また、理想と現実のギャップが大きいと感じることもあり、育児に関して「これでいい」と思えず、頑張らずにはいられない状況が母親を追い詰め、困難さを感じさせていた。

3. 3 子育てで困難・不安を感じることに関連する要因

何が困難や不安を感じさせるのかという視点で分析し、以下の5つの要因を見出した。要因とその背景、および、これらの要因がもたらす結果について、表4に示す。

(1) 母の子育てへの自信のなさ

子育てで困難・不安を感じることの要因として、母親の自信のなさが抽出された。母親の自信のなさは、次の2点に起因していた。一つ目は、育児を実践するときに必要となる応用的な知識がないことである。例えば、良いと言われている育児方法を行ってうまくいかなかったとき、その方法が良いとされる根拠や子どもの発達・特徴などをよくわかっておらず、またそのことをタイミングよく教えてくれる人もいないので、うまくいかな

い原因や、次にどうしたら良いかがわからず、自信がもてないということがあった。また育児支援のエキスパートによれば、子どもが発達していく中でみられる、正常な子ども本来の姿や反応を母親が知らなさすぎることが二つ目の原因として考えられた。例えば、乳児は泣くのが当たり前であることや、失敗し試行錯誤の中で学習していくものであるといったことを母親は知らないことが多い。自信のなさは、自分の対応がこれでいいという確信がもてずに不安になるなどの結果をもたらしていた。

表3の母親Aのデータ例のように、母親は子どもが挨拶できないのが気になって仕方がなかったが、それを注意すると子どもが返って萎縮してしまうことから、そのような自分の対応に自信をなくしていた。子どもが自分からできるようになるのを見守ればよいと思いつつも、それでいいという確信も持てず、結局、挨拶できずにいる我が子にイライラして、きつく注意し追い込んでしまうことが多かった。子どもにどう対応したらいいのか自信がなかったからイライラしたのではないが、自信のなさが不安やイライラなどのネガティブな感情を高めていたのではないかと思われた。

(2) 母の他者評価が気になりプレッシャーになる傾向

母親は、自分の子どもや子育てが標準かどうか、周りから子どもがどう評価されているか、また、子どものことをよく知らないのに、安易な評価がされているのではないか、自分が母親としてどのように評価され表現されているのかということに非常に気にしており、それがプレッシャーになっていた。自分やわが子の評価が良くないのではないかという疑念または確信があると焦りを感じ、子どもに小言を言うってしまうなど、他者評価が子どもへの対応に影響していた。

(3) 母自身自分から頼れない・頼らない傾向

母親は、いい子でありたいという思いから自分の弱味を見せることができず、実母をも頼れない傾向があった。実母に相談しても逆に注文や課題が増えるという思いがある者もあり、実母を頼れない状況がみられた。また、関係が深まることにより人を傷つけたり、自分が傷つくことを恐れ、他の母親との交流にも消極的であることが、周囲を頼れない状況に拍車をかけていた。その結果、周囲への相談ができずに孤立し、子育ての責任を一人で負わなければならない負担感を感じていた。

表3 子育てで困難・不安に感じることと逐語録例

分類	内容	逐語録例
子どもに対してイライラしてしまうこと	<p><イライラするとき></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 『人並み』のことをしないとき: 挨拶ができない, うろろうして迷惑をかける 2) わざとやっていると思うとき 3) できて『当たり前』と思われることをしないとき 4) 嫌われていると思うとき <p><付随感情></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 嫌悪感, 敵意 2) 子どもに負担をかけられているという思い 3) 一生懸命やっているのに報われない思いや手に負えないという思い 4) 焦り 5) 自分自身の不甲斐なさ 	<p>例1) 自分から挨拶をすることがどうしてもできなくて, どうしてできないだろうと思う. 陰から見守るしかないかなと思いつつも, 自分で手伝えないところが難しく, 言ってもできないし, 言えば追い込むし, どうしたらいいんだろうかと. <中略>言い続けると余計いこじになると思って待っていると, 今度はよその人からちゃちゃが入って, 難しいな, 本当に(母親A)</p> <p>例2) 幼稚園とかで普通にちゃんと自分でできるんですけど, 急に「パンツおろせない, できない, して」って, 急に言い出したりして. どうして欲しいのかわからない, 手に負えない. 「自分でできるからちゃんとしなさい」と言っているんですけど, しなかったりするの, こっちはイライラ.(母親B)</p>
祖父母や周りとう当たり障りのない関係をもつこと	<p><当たり障りのない関係でいたい理由></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 親しくなりすぎると, かえって傷ついたり傷つけたりする 2) 子どもと周りとの親密さが気になる なつかないのもなつきすぎるのも困る 3) 子どものことが親同士の関係に影響する <p><関係維持が難しい原因> (専門家の意見)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 母の主体性を損なうような干渉がある 2) 自己決定力や周りを説得する力が不足している 3) 子どもへの関わりに関する不満をあえて言わないようにする 	<p>例1) 可愛がってくれるのはすごく有り難いんですけど, ほどほどがいいのかな. そこまでしていらないよって思いつつも, 本人は喜んでついていくので.(母親C)</p> <p>例2) 行くと必ずけんかになるというかとラブルになる子がいて. <中略>向こうのお母さんから「やられる方でいいよね」って言われたんですよ. <中略>だから, 善し悪しというのもよくわかった. お互い当たり障りのない関係だったら, ただ「ごめんね」と言って, 「いいよ, お互い様だし」で済むことだけ.(母親D)</p> <p>例3) だんなさんではなく, 赤ちゃんのおばあちゃんにあたられる人たちから, 彼女(母親)の意志をふたするようなことがあるんですね.(専門家A)</p> <p>例4) わからないから, もうあなたたちでやってちょうだいって感じで, すごくひいているようなおじいちゃん, おばあちゃんもいるし.(専門家B)</p>
きょうだいに対してバランスよく対応すること	<ol style="list-style-type: none"> 1) どうしても片方だけをほめることが多くなったり, 片方をより叱る. 2) 母親自身がストレスの大きいときはきょうだいげんかを見ているのがつらいと感じる. 	<p>例) 下の子が要領いいので(上の子が叱られているのを見ているので, すごく得意になって何でもさっさとやる)褒めることが多く, 上の子がすねる. 上を立てつつ下の子も立ててバランスを取っていくのがすごく難しい.(母親E)</p>
頑張らずにはいられないこと (グループ③のみ にみられた特徴)	<p><頑張らずにはいられないと思うとき></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 無理して頑張っている・意に反することも頑張っている・やることはやっているのに, 頑張れば頑張るほど孤立するとき 2) 周りが気になるとき 3) 理想と現実のギャップが大きいと感じたとき 	<p>例1) (子どもが)うまく言えないんだと思うんだけど「違うよね」みたいなそういう言い方, 顔とか表情をするんです. そうすると<中略>ちゃんとやっているのに<中略>やることはやっているのに何なの?という感じで悲しくなったときもあったんです.(母親F)</p> <p>例2) やっぱ, 親の欲目じゃないけど, 自分の子どもはよく見せたいみたいなのがあって, あいさつぐらいちゃんとして, となってしまう.(母親G)</p> <p>例3) こういうのはこうがいいというのが頭にあってそれを一生懸命やろうと思うけど, 現実とは違って(母親H)</p>

表4 子育てで困難・不安に感じることに関連する要因

関連する要因	その背景など	もたらされる結果や母親の気持ち
母の子育てへの自信のなさ	<p><原因>子育ての現実に対する意識不足</p> <p>①子どもの世話の具体的大変さ</p> <p>②子どもの育ち・本来の姿(乳児は泣くのが当たり前等)</p> <p>③子どもの一般的な行動の理由や意味(泣く理由等)</p> <p>④具体的育児方法(どういうふうにしたらいいか,到達点)</p> <p>⑤育児方法の根拠(どうしてそうしたらよいかの基礎知識)</p> <p>⑥児への対応がうまくいかない場合の考え方(応用編)</p> <p>⑦専門職へのアクセス・その方法(本が頼り)</p>	<p>1) 自分の対応がこれでいいという確信がもてない</p> <p>2) 失敗してはいけない・何かあったらどうしようという不安</p> <p>3) 正しいとされるひとつの考え(育児書,病院で習ったこと,見聞き体験から得た考え)を絶対視する傾向</p> <p>視野狭窄となり,それ以外をイメージできないマニュアルからはずれたことを気楽に考えられない</p> <p>4) 子どもの行動を誤認することがある</p>
母の他者評価が気になりプレッシャーになる傾向	<p><母親が気になる点></p> <p>1) 子どもや子育てが標準かどうか</p> <p>2) 周りから子どもがどう評価されているか</p> <p>3) 子どものことをよく知らないのに,安易な評価をされているのではないか</p> <p>4) 何を言われて(批判されて)いるのか</p>	<p><母親の気持ち></p> <p>1) 標準でないと感じたときに焦る</p> <p>2) 評価がプレッシャーになると,子どもに小言を言わずには済ませなくなる</p> <p>3) 周りから守らなければと考える</p> <p>4) 言われていることを気にかけて不安になる</p>
母自身自分から頼れない・頼らない傾向	<p><理由></p> <p>1) 実母に甘えられない・頼らない 没交渉もある 実母に問題について相談すると注文や課題が増えるという思い</p> <p>2) いい母親・いい人でしようとする</p> <p>3) 他者への警戒心が強い(批判されると思って心を開けない・弱みや辛さを見せられない)</p>	<p>1) 子育ての責任を一人で負わなければならない負担とこれに対する憤りを感じる</p> <p>2) いつも家事・育児に追われる生活</p> <p>3) 周囲への相談ができず,孤立する</p>
祖父母が親育ちの助けにならない傾向	<p><原因></p> <p>1) 夫婦での子育てを尊重する思いがない</p> <p>2) 母親の自己決定を助けていくプラスの言葉かけがない</p> <p>3) 祖父母自身の余裕のなさ</p> <p>4) 祖父母の知識不足</p> <p>5) 祖父母の,子どもや孫への過剰な執着</p>	夫婦の子育てへの過干渉もしくは引き姿勢
母自身自分の意思が子どもに通じるのが当たり前と思うこと	「こうして欲しいから,こうしてもらえる」という確信的な期待がある	そうならなかったときのイライラの増幅

この,自分から頼れない・頼らない傾向は,【子どもに対してイライラしてしまうこと】、【祖父母や周り当たり障りのない関係をもつこと】と関係する。また,「上の子も下の子も上手に立っているお母さんを見ると,ああ,いいなと思う」ことはあっても,自分にはできないと思うか,または,具体的にどう対応したらいいのかわかぬ

に【きょうだいに対してバランスよく対応すること】に困難を感じる場合があった。さらに,頼れないことは【頑張らずにはいられないこと】を強める要素にもなっていた。

(4) 祖父母が親育ちの助けにならない傾向
専門家の意見によると,祖父母が夫婦の子育て方針を尊重する思いに欠けていることから,夫婦

の子育てに過干渉になったり、逆に祖父母自身の余裕のなさや知識不足から、子育てに引き姿勢になり、親育ちの助けにならない傾向がある。

(5) 母自身自分の意思が子どもに通じるのが当たり前と思うこと

母親が「こうして欲しいと思っていることに応えるのが子ども(の務め)」という確信的な期待を持っていると、そのようにしない子どもにイライラすることが多かった。「自分が産んだ子どもは自分に似ているのかなというか、自分の意思が通じるのかなと産む前までは深く考えていなかったんですけど、やっぱりちっちゃいころから一人の人間というか、性格がそっくりとか、そういう問題でもないのかもしれないんですけど、こうしてほしいからこうしてもらえんというの、お互い間違っているようで、けんかが多くて、思い通りに・・・お互い思っていると思うんですけど、なかなか2人が同じということがなくて、＜中略＞考えを持ってからがちょっと難しいなと思います。」というデータ例が示すように、自分の子どもだから自分が思うことは子どもも同じように思っている、理解してくれていると考えており、実際にそうならなかったときにイライラしてけんかしている場合もみられた。

4. 考察

4. 1 母親はなぜイライラするのか

母親は、自分の子育てに自信がもてない人が多かった。子どもが人並みのことができないと、そんな子を育てた自分がダメな親であるといわれているかのように感じていた。このように、子育てによって自分が評価されているように感じるものが、イライラの一因ではないかと思われた。

また、子どもに嫌われていると思うときにイライラする母親がいた。子どもに嫌われていると思うことによって、子どもを、自分が嫌われてきた実親のように感じてしまい(感情の転移)¹²⁾、実親との間にある葛藤や実親に対するネガティブな感情が、わが子の子育て場面において生じ、ひどく罵るなど、子どもにあたってしまうこともあるのかもしれない。

さらに、わが子が普段ならできている、できて『当たり前』と思われることをしないときや、わざとやっていると思うときにもイライラすることがあった。相手が‘できて当たり前のことをしない’とか‘自分を困らせるためにわざとしない’と感じたときは誰しも感情的になりやすい。

しかし、子どもが「母親を困らせるために、できることをわざとしない」という反応を示すのは、母親を求める余りに抵抗したり甘えているときが多い。そこには通常、あまり悪意は存在しない。母親がイライラするのは、心身に余裕がないからなのか、このような子どもの真意に気づいていないからなのか、あるいは子どもの反応を悪く捉えてしまっているからなのか、または先に述べた「自分が評価される」と思っているからなのか、何かの怒りや不快感で感情的になっているからなのか等、さまざまな理由が考えられ、本研究の結果のみから、その複雑な心理について明言することは難しいが、「できて当たり前のこと、わかっていることをなぜしないのか」、「わざとしている」という心理が働いている場合もあることを理解しておく必要がある。

4. 2 母親の対人関係スタイル

母親たちは祖父母や周りとは「当たり障りのない」関係を望み、それによって対人関係を保っている場合が多いようであった。先行研究によれば¹³⁾、母親の内的ワーキングモデルにおいて回避型の傾向が強い者は相互交渉を避ける傾向があり、関係が深まらないと感じる母親が多いという結果であった。内的ワーキングモデルとは、自分が愛され、援助される価値のある存在なのかという自己に関する表象と、他者は自分の求めに応じてくれるかという他者に関する表象からなり、対人関係に影響を及ぼす。安定型、回避型、アンビバレント型に分類される。回避型は人の援助を期待できず、自己充足しようとする傾向があり、アンビバレント型は他者に対して信頼と不信の相反する思いをもち、自分にも自信がない傾向がある。本研究では内的ワーキングモデルは調査していないが、育児困難に悩む母親は自分に【自信がなかったり】、他者を【頼れない・頼らない】傾向が強いことがわかったので、上述の定義や分類と考え合わせると、育児困難に悩む母親は回避型やアンビバレント型の傾向の強い、不安定な内的ワーキングモデルを持っているのではないかと思われた。

また、母親は人には頼れない・頼らないでいる一方、他人の評価は気になり、プレッシャーを感じやすい。人を頼れず、相談もできない状況で、育児を1人で頑張っているのにうまくいかない状況であると考えられる。

育児グループへの参加による効果を調査した研究では¹⁴⁾、「相談ができる」「話をして楽になれる」

「子どもを遊ばせられて安心できる」といったプラス面のみがあげられているが、交流が深まることにより対人関係に関する問題が生じることも多いのではないかと考えられる。

4. 3 「頑張らずにはいられない」という心理
特定の母親グループの参加者においては、【頑張らずにはいられないこと】があることがあり、それが返って母親を困難な状況に追い込んでいることがわかった。努力しているのに子どもに結果が出ず空回りしている思いを抱いたり、周囲から認められていないのではないかと恐怖心をもっているのが力げず、「これでよい」と思えない。そうしてどんどん自分を追い込む。このような「頑張らずにはいられない」という強迫的な心理が、育児困難の状況の発生や悪化に強く関与している可能性がある。先行研究では¹⁵⁾、電話相談の中に見られた、育児に対する母親の感情表現を分析しており、悲嘆の感情表現の要素として「もう限界」という感情を挙げている。多くの者は努力の「限界」を感じたときに、目標への到達をあきらめたり、開き直って目標を下げたり、「これでいい」と思い直すことができると思われるが、母親たちはそれができないでいた。

4. 4 子育て支援への応用

今回明らかになった、育児への不安や困難な状況、およびその関連要因に着目し、子育てで困難や不安を抱える母親に対して心理的な支援をしていく必要がある。

母親には、頑張らずにはいられないという思いがある。また、子どもが当然できて当たり前ことができなると、自分が評価されるように感じ、周囲の目が気になる。だからこそ、「よい子」にするために厳しくしつけるといった、母親なりの子育てに対する論理があった。母親への支援においては、このような心理を十分に理解し、受け止めていくことが必要である。また同時に、そのような受容的で、安心できる関係性の中で、他者の子育て経験や、子育てに対する自分とは少し違った見方を知ることが、自分の考え・感情への気づきや自己洞察に繋がることが多い。子育て中には、そのような自分や自分の子育てを客観的に見直す機会が必要ではないかと考える。

また、対人関係スタイルとして、人に頼らず、自己充足しようとする母親がいたり、相手を尊重したり避けたりするために「引き気味」になる母

親がいた。このことを考えたうえで仲間作りをしていく必要がある。グループなどで子どもとの関係ばかりでなく、祖父母や周囲の母親仲間など対人関係をテーマに話し合うことも必要になるのではないかと考える。単に「近所の話し相手」の存在や「親子で一緒に過ごす子育て仲間」の存在は母親の精神的安定には寄与しない¹⁰⁾、という結果から、表面的なその場限りの仲間づくりに終始するのではなく、認められる体験をすること、特別な思いを述べたり弱音が吐けることといった、母親同士が関係を作るきっかけを提供し、母親同士が真に支えあえるようになるための支援を行う必要がある。

4. 5 今後の課題

本研究の対象を乳幼児を育児している母親だけでなく、子育て支援にかかわっているエキスパートを含めたことにより、育児に関しての困難や不安について、母親側からだけの思いの反映にとどまらず、客観的視点を入れることができた。しかし、研究参加者の母親は少人数であり、また、インタビューの場に参加でき、思いを話せる人に限られていることから、乳幼児をもつ母親全ての育児困難の状況について説明できたわけではない。また、育児不安・困難を抱えている母親に多いとされる、人との交流の場など、外に出ることが難しい人の思いについても十分に反映できていない。今後は、より確かな子育て支援を行っていくために、研究に協力していただける対象者の方を増やし、さまざまな困難な状況について母親の立場から明らかにしていくことが重要である。

5. まとめ

5つのグループに対してフォーカス・グループ・インタビューを行なったことにより、乳幼児をもつ母親が子育てで困難・不安を感じることとその関連要因が明らかとなった。

母親が子育てで困難・不安に感じていることは、<母の子育てへの自信のなさ><母の他者評価が気になりプレッシャーになる傾向><母自身自分から頼れない・頼らない傾向><祖父母が親育ちの助けにならない傾向><母自身自分の意思が子どもに通じるのが当たり前と思うこと>が要因となって生じる【子どもに対してイライラしてしまうこと】【祖父母や周りと同じ障りのない関係を保つこと】【きょうだいに対してバランスよく対応すること】【頑張らずにはいられな

いこと】であった。

謝辞

本研究にご協力いただきました、育児中のお母様方、子育て支援の専門家の方々に深く感謝いたします。なお、本研究は、平成 18～20 年度科学研究費補助金・基盤研究 (C) (西村真実子教授) ならびに平成 19 年度地域ケア総合センター調査研究の助成 (西村真実子教授) を受けて実施したものの一部である。また、本研究の要旨は第 48 回母性衛生学会学術集会 (つくば市) で発表した。

引用文献

- 1) 川井尚, 庄司順一, 千賀悠子ほか: 育児不安に関する臨床的研究 V. 日本子ども家庭総合研究所紀要, 35, 109 - 143, 1999.
- 2) 高橋有里: 乳児の母親のストレス状況とその関連要因. 岩手県立大学看護学部紀要, 9, 31 - 41, 2007.
- 3) 阿部範子: 母親の育児不安と育児支援ネットワークとの関係. 日本看護学会論文集母性看護, 37, 140 - 142, 2007.
- 4) 緒方妙子, 林文子, 和田亜紀子ほか: 産後 1 ヶ月までの母親の育児不安とその解決方法について. 聖マリア学院紀要, 14, 75 - 79, 1999.
- 5) 野口真弓, 新川治子, 多賀谷昭: 育児をする母親のソーシャル・サポート・ネットワークの実態. 日本赤十字広島看護大学紀要, 1, 49 - 58, 2001.
- 6) 渡部綾, 工藤節美: 育児不安をもつ母親への保健師の効果的介入 家庭訪問における初期の関わりに着目して. 保健師ジャーナル, 63(3), 280 - 285, 2007.
- 7) Bloomfield, L., Kendall, S., Applin, L., et al : A qualitative study exploring the experiences and views of mothers, health visitors and family support centre workers on the challenges and difficulties of parenting. Health and Social Care in the Community, 13(1), 46 - 55, 2005.
- 8) 松野郷有実子, 水井真知子, 相田一郎ほか: 育児不安を抱えた母親に対するグループ・ケアの試み. 小児保健研究, 63(4), 453 - 458, 2004.
- 9) 中坂育美: 母と子の育児グループによる虐待予防の試み. 保健婦雑誌, 54(8), 631 - 636, 1998.
- 10) 原田正文: 新しい子育て支援メニュー『親支援プログラム』を展開しよう!. 保健師ジャーナル, 60(12), 1228 - 1231, 2004.
- 11) 藤後悦子: 日米におけるペアレンティングプログラム研究の現状と課題. コミュニティ心理学研究, 9(1), 25 - 40, 2005.
- 12) 上村順子: なぜ子どもを殴るのか. 子どもの虐待防止センター, 24-25, 2005.
- 13) 中西美紀, 岩堂美智子: 幼児をもつ母親の仲間関係と育児困難感. 生活科学研究誌, 3, 107 - 114, 2004.
- 14) 沼田加代: 育児グループの形態別にみた育児不安と育児グループの効果に関する検討. 群馬保健学紀要, 25, 15 - 24, 2004.
- 15) 長谷川理絵子, 牧谷孝子, 善養寺圭子ほか: 北海道家庭生活総合カウンセリングセンターの電話相談にみる育児不安の変化 - 平成元年と平成 12 年の比較 -. こころの健康, 21(2), 72 - 80, 2006.

(受付: 2008 年 10 月 31 日, 受理: 2009 年 2 月 23 日)

The Current Status of Child-raising Difficulties of Mothers Having Infants -From the focus group interview of the mothers and the experts involved in child-raising support-

Masayo AZUMA, Mamiko NISHIMURA, Masayo YONEDA,
Hitomi INOUE, Naoko UMEYAMA, Fumiko MIYANAKA,
Chikako KATATA, Satsuki WADA, Hiromi MATSUI

Abstract

The purpose of this study was to highlight the current status of the difficulties and anxieties experienced by women nurturing their infants. Focus-group interviews were held with three groups of mothers, and two groups of experts in counseling mothers with difficulties in, or anxieties about child-raising, and abusing their child. The recorded contents of the interviews were transcribed verbatim, and qualitatively analyzed.

The analysis identified what these mothers felt was difficult, or made them uneasy, during child-raising: 1) becoming irritated with the infant; 2) building neutral relations with both sets of grandparents of the infant and other people; 3) treating all children in a balanced manner; and 4) becoming too serious. The factors involved with these recognitions were also noted, including lack of self-confidence; a tendency to be nervous about others' opinions, and feel pressure; apprehension and a consequent unwillingness toward relying on others; a tendency to consider grandparents of no use in nurturing their children; and a belief that they could communicate with the infant without the need of words.

These findings suggest the necessity of presenting themes related to the above difficulties in child-raising support, and the need for support that is based on a thorough understanding of the reasons why, or the background/situation in which, mothers encounter difficulty in child-raising.

Key words infant, child-raising, difficulty, anxiety, child-raising support