

## 博士論文要旨

題 目 育児不安・育児困難の予防を目指した妊娠期からの  
グループ支援「妊婦プログラム」の評価

Assessing Group Support Based on “The Expectant Mothers Program”  
from the Pregnancy Period for the Prevention of Childcare Anxiety  
and Childcare Difficulties

指導教授 西村 真実子 教授

入学年月 平成21年4月 進学

学籍番号 0907601

氏 名 伊達岡 五月

### 背景

平成 25 年の子ども虐待による死亡事例等の検証結果（第 11 次報告）によると、妊娠期・周産期の問題として「望まない妊娠/計画していない妊娠」、「若年妊婦」等が第 3 次報告から第 11 報告まで継続して高率であり、妊娠中からの虐待に至る前のレベルでの適切な支援の必要性が強く言われるようになってきた。妊娠・出産はそれまでの、母親自身の親子関係や配偶者との危うい関係性の問題を露呈させ、支援が早急に必要となる時期と言われている。特に妊娠期は母親役割獲得の第一歩と言われており、そのためには妊婦が自分の受けた養育を振り返り、実母との関係や自分の気持ちを整理することが必要である。しかし、妊娠中の母親役割の獲得やこれからの育児への不安のケアが不足しているのが現状である。

### 目的

育児不安や育児困難の予防を目指し妊婦を対象に行うプログラム（以下、妊婦プログラム）の効果を評価することである。その際、参加者主体型、話し合い形式、連続集中開催のスタイルが有効ではないかという仮説を立てた。

### 方法

研究方法は、介入研究で準実験型デザインである。研究対象者は妊婦であり、介入群は妊婦プログラムへの参加者、比較群は研究協力の得られた 2 つの産科施設で行われているマザーズクラスの参加者とした。

介入群への妊婦プログラムの内容は、5～10 人のグループを対象に、妊娠や出産・子育てに関する疑問や不安を共有し、ファシリテーターつきで話し合うグループ支援を実施した。1 回 2 時間の話し合い（以下、セッション）を週 1 回のペースで計 4 回を 1 クールとして実施した。セッションのテーマは初回に参加者同士が自分達で決める。妊婦プログラムのねらいとして、①妊娠・出産・母親役割・子育て等への不安を軽減し、エンパワメントをはかる（実母とのネガティブなエピソード等を振り返り、自分の気持ちを整理することによって、不安を軽減することをねらいとする）、②不安の背景にある自分の考えに気づいたり、不安の対処に関する新たな考え方や具体的な方法を得る、③サポートし合う仲間づくりの 3 つを挙げた。評価は、介入群・比較群ともに各クラスの前・後・産後 1 ヶ月後にアンケート調査を実施し、それを統計的に分析した。また、介入群はプログラム中の言動の逐語録とプログラム終了後の自由記載の内容を質的データとし、ねらいを分析指標として内容を抽出・コーディングし、カテゴリー化した。介入群への妊婦プログラムの実施及びアンケート調査は平成 23 年 10 月か

ら平成 27 年 2 月に行い、比較群への調査は平成 24 年 7 月から平成 27 年 5 月に行った。

## 結果及び考察

妊婦プログラムは計 6 クール実施し、プログラム中の逐語録及び自由記載の内容は、6 クール分全て対象とした。アンケートは介入群 38 名、比較群 90 名へ配布し、妊婦プログラム又は妊婦教室前・後・出産後の 3 時点とも揃った介入群 27 名（有効回答率 71.1%）、比較群 17 名（有効回答率 18.9%）を分析対象とした。

その結果、妊娠時の心理・社会的適応度を測定する Japanese Prenatal Self-Evaluation Questionnaire（以下、J-PSEQ）の下位尺度〔実母との関係〕、〔母親役割の同一化〕が、介入群においてプログラム前後で得点が有意に低下していた。これは、プログラム内で実母との関係について不安を語り、気持ちを整理できたことが得点の改善につながったのではないかと考えられる。また、プログラム終了後の「一人一言」、及び「自由記載アンケート」から抽出したカテゴリーでも、【感情の吐露ができてスッキリした】、【悩みや困り事に関する濃い話ができて不安が軽減した】、【悩みや困り事に関する自分の気持ちや考えに気づいたり、確認できて気持ちが楽になった】、【悩みや困り事に関する新たな考えや具体的な方法を得た】等ということが挙げられた。参加者の中には、＜子ども時代の親から否定されたつらい経験＞を持ち、そのような心情を吐露したり、《感情の激しい実母とのエピソード》を語りながら、＜実母と衝突する時の、実母の気持ちや自分自身の気持ちに気づいた＞として、“頼りたいが、頼られすぎるのも嫌”、“本音は愛情深く思っているのに、口では嫌な言い方をしてしまう”という衝突する時の実母の気持ちに気づいていた。このように思いを表出し、自分の気持ちに気づいたり、新たな考え方や具体的な方法を得ることを同時にできたことが不安の軽減やエンパワメントにつながったと考える。そして、比較群において〔痛みのコントロール〕、〔夫との関係〕の得点が受講前後で有意に低下し、また両群において〔出産の準備〕の得点が受講前後で有意に低下していた。以上の結果より、妊婦プログラムの話し合い形式と従来のマザーズクラスの講義・演習型の両方のスタイルを取り入れたクラスの運営が望ましいと考える。

また、グループメンバーによるサポートを測定する「グループによる被サポート感尺度」の〔グループメンバーへの安心感〕、〔被受容感による人間関係への自信〕、〔自己の内面の伝達可能性〕の 3 因子全てにおいて、介入群の方が比較群より得点が有意に高く、メンバーによる被サポート感を得ていた。質的データからも【参加者同士が仲間・友人だと思えた】というカテゴリーが抽出された。また、付随効果として【これから積極的に子育てリソース（人・サービス）にアクセスしようと思った】というカテゴリーが抽出され、妊娠中からの仲間づくりや、妊婦プログラムへ参加すること自体が、母が今後様々なリソースへアクセスしてくる第一歩となると考えられた。

## 結論

本研究で実施した妊婦プログラム（参加型・話し合い形式・連続開催）に参加した妊婦は、実母との関係や母親役割の獲得に関する不安が有意に軽減していた。これは、実母との関係やこれからの子育てについて話し合い、思いの表出や具体的な考え・やり方の獲得ができたからではないかと考えられる。これは従来のマザーズクラスではみられなかった効果である。また、妊婦プログラム参加者はマザーズクラス参加者に比べ、グループメンバーからサポートされていると有意に感じていた。

本プログラムは、妊婦を対象とした、母親役割獲得に向けた準備プログラムとして、効果があると考えられる。