

令和 4 年 5 月 13 日現在

機関番号：32309

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2018～2021

課題番号：18K10482

研究課題名(和文) 乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメント尺度の開発と信頼性・妥当性の検討

研究課題名(英文) Content of Child-rearing Stress Management Practiced By Mothers of Infants:
Analysis of Mothers' Narratives

研究代表者

堀越 摂子(Horikoshi, Setsuko)

群馬パース大学・看護学部・講師

研究者番号：60641488

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,000,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメント尺度の開発が目的である。乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメント尺度の開発に向けて、育児に伴うストレスマネジメントの概念を明確にするため、国内外の文献を基に育児に伴うストレスマネジメントの概念分析を行った。続いて、乳児をもつ母親12名を対象に、面接調査を実施し、育児に伴うストレスマネジメントの内容を明らかにした。これらの研究により、尺度開発の基礎資料となるデータを得ることができた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の結果より、乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメントは、母親が育児に伴うストレスに気づき、自ら夫や家族、周囲からサポートを得、自分のための時間を確保することや自分なりの方法で育児をするなど、自身に適したストレス対処法を生活に取り入れ、育児に伴うストレスと上手くつき合っていくことであることが明らかとなった。今回の研究により、母親が自身の生活に育児に伴うストレスマネジメントを取り入れ、継続していくことができるための方法や考え方を提示できると考える。また、今後の乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメント尺度作成の基礎的資料が得られたと考える。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study was to develop a stress management scale for mothers of infants. In order to clarify the concept of stress management for mothers of infants, we conducted a conceptual analysis of stress management for mothers of infants based on domestic and international literature. Then, interviews were conducted with 12 mothers with infants to clarify the content of stress management associated with childcare. These studies provided basic data for the development of the scale.

研究分野：生涯発達看護学

キーワード：育児に伴うストレス ストレスマネジメント 乳児をもつ母親 内容分析

1. 研究開始当初の背景

近年、少子化、核家族化が進み、地域の絆が弱体化したことにより孤立した状況の中で育児を担う母親が増加している。育児は母親の年齢や職業の有無にかかわらず負担であり、経産婦であっても育児の負担が増すことでストレスが強まる(坂田他、2014)。そのため、育児に伴うストレスへの対処に困惑している母親が多く存在することが考えられる。育児に伴うストレスは、母親の抑うつや不安を予測する因子であり(佐藤他、1994 / Skipstein et al, 2012) さらに、子どもへの虐待との関連も指摘されている(佐藤他、2013)。従って、育児に伴うストレスの蓄積を防ぐことは母親のメンタルヘルス不調の予防及び虐待を回避するうえで重要であると考えられる。育児に伴うストレスは、母親の心理的な健康を脅かす一方、親としての自信や成長をもたらすものであることを踏まえると、母親の育児に伴うストレス軽減への支援では、ストレスといかに折り合いをつけていけるかに着目することが有益であると考えられる。乳児をもつ母親が育児に伴うストレスと上手くつき合うことができるよう、母親が育児に伴うストレスマネジメントできるための支援を検討していく必要がある。乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメントを測定できる尺度を開発することで、母親のストレスマネジメントを促す支援への取り組みに活用できると考えた。

育児に伴うストレスへの対処、及び母親のストレスマネジメントに関する先行研究では、育児をしている母親のストレスマネジメントプログラムの効果を明らかにした研究や、育児に伴うストレスの軽減に有効な対処行動に焦点を当てた研究が行われてきている。しかし、母親が育児に伴うストレスと上手くつき合いながら生活しているかという視点での研究は見当たらず、育児に伴うストレスマネジメントの内容は明らかにされていない現状がある。これらのことから、乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメント尺度を開発し、母親が育児に伴うストレスマネジメントを実践していけるための支援を検討するために、母親の視点からストレスマネジメントの内容を明らかにする必要があると考えた。

2. 研究の目的

(1) 研究1: 育児に伴うストレスマネジメントの概念分析

育児に伴うストレスマネジメントの概念を近年の文献から明確にする。

(2) 研究2: 乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメントの内容

乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメントの内容を明らかにし、尺度開発の基礎資料を得る。

3. 研究の方法

(1) 研究1: 育児に伴うストレスマネジメントの概念分析

医中誌 Web、CiNii、PubMed、CINAHL を用いて 2000 年から 2017 年までに公表された文献の検索を行った。検索キーワードは、医中誌 Web、CiNii (和文献) では「育児ストレス」と「ストレスマネジメント」、「対処行動」、「認知的評価」のいずれかを含むものを抽出した。また、本研究の対象とした文献は、乳幼児をもつ母親の育児ストレスについて研究された文献を対象とした。医中誌および CiNii からの検索結果は各 39 件、24 件であり、うち、原著論文ではないもの、抄録の内容が研究目的と合致しないものを除外し、各 11 件、2 件を抽出した。また、英文献の選択は検索システムとして PubMed と CINAHL を使用し、「parenting stress」または「child-rearing」と「stress management」、「management」、「coping」、「cognitive」で検索を行った。PubMed と CINAHL からの検索結果は各 586 件、169 件であり、うち原著論文ではないもの、抄録の内容が研究目的と合致しないものを除外し、各 66 件、16 件まで絞り込んだ後、乳幼児をもつ母親の育児ストレスに関する文献各 16 件、2 件を抽出した。また、重要文献の除外を避けるために、研究対象文献で繰り返し引用されているランドマークとなる文献をハンドサーチにより 3 件追加し、合計 34 文献を概念分析の対象とした。データ分析は、Rodgers の概念分析の手法を用いて、乳幼児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメントの概念分析を行った。

(2) 研究2: 乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメントの内容

研究参加者

研究参加者は、生後 8~10 か月の乳児をもつ母親であり、単胎児を出産、子どもが正期産児で低出生体重児でない、精神的な疾患の治療中でないという 3 つの条件をすべて含む者とした。

調査方法

育児に伴うストレスマネジメントの概念分析から得られた定義をもとに作成したインタビューガイドに基づいて半構成的面接を行い、データを収集した。面接内容は、育児に伴うストレスに気づいたときの状況とその時の思いや考え、育児に伴うストレスへの対処方法、また、ストレスを軽減するための工夫などである。面接内容は、研究参加者の同意を得た上で、IC レコーダーに録音した。

分析方法

ベレルソンの内容分析法を用いて分析した。録音した面接内容から逐語録を作成し、育児に伴うストレスマネジメントの内容が表現された文脈を抽出してデータ化し、記録単位とした。次に、個々の記録単位の意味内容を変えないように注意しながら初期コードを作成し、続いて、12 事例の初期コードを集め、内容の類似性に従って分類し、抽象化の作業を経てコード化した。各コードについて抽象度を高めてサブカテゴリ化、カテゴリ化し命名した。

4. 研究成果

(1) 研究1：育児に伴うストレスマネジメントの概念分析

本研究における概念分析の結果得られた育児に伴うストレスマネジメントの概念は、乳幼児をもつ母親が育児に伴うストレスを自覚し、ストレスへの対処が可能であるという認識を抱くことで、様々な対処行動の中から自身に適した方法を選択・実行し、実行した対処行動を振り返り修正しながら育児に伴うストレス状況に応じて対処行動を使い分け、対処行動を工夫することであることが明らかとなった。本概念を基に、育児に伴うストレスマネジメントを「育児に伴うストレスを自覚し、ストレスへの対処可能性を認識し、育児に伴うストレス状況に応じて対処行動を工夫すること」と定義した。社会環境の変化により母親の育児の負担感が増し、母親が育児に伴うストレスをマネジメントできるように支援していくことは今後ますます重要となることが予測されるため、本概念は母親支援ならびに育児に伴うストレスマネジメントに関する研究への活用性が期待できる。

(2) 研究2：乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメントの内容

生後8～10か月の児をもつ母親12名に半構成的面接を実施した。初産婦7名、経産婦5名、職業有が7名、専業主婦が5名であった。職業有の母親は全員がフルタイム勤務であり、面接時は育児休業中であった。

育児に伴うストレスマネジメントの内容として、【育児に伴うストレスに気づく】【楽観的な考え方を取り入れ育児に伴うストレスへの対処の意志をもつ】【育児から少し離れ自分のための時間を日常生活に組み入れる】【日頃から有効なサポートを見極め自らサポートを得る】【無理のない自分なりの育児の方法を見出し生活に取り入れる】【夫や家族と育児に関する話ができる関係性を築く】【育児に伴うストレスへの対処を振り返り自身に適した対処方法を見出し継続する】の7カテゴリが形成された。【育児から少し離れ自分のための時間を日常生活に組み入れる】ことは、母親が自分らしさを確認し、女性としてのアイデンティティの確立が促されることで、アイデンティティの葛藤から生じる育児に伴うストレスと上手く折り合いをつけていることであると示唆された。また、母親の努力ではどうにもならない育児の状況においても、合理的な信念を持ち、完璧を求めず【無理のない自分なりの育児の方法を見出し生活に取り入れる】ことによって育児の負担感を軽減し、育児に伴うストレスと上手くつき合っていることが示された。さらに、育児に伴うストレスマネジメントを生活に取り入れ継続していくためには、周囲のサポートを得てストレスが軽減することで母親の自己効力感が高められることや、育児に伴うストレスへの対処を振り返り、自身に適した対処方法を見出していくことが重要であることが示唆された。母親の育児に伴うストレスへの気づきを促し、母親が自分の好きなことや楽しむこと、育児の負担が軽くなることなどを踏まえ、無理なく継続することができるストレスマネジメントを日常生活の中に取り入れていけるよう支援することの重要性が示唆された。

今後、今回明らかとなった乳児をもつ母親の育児に伴うストレスマネジメントの内容を基に評価指標についての研究を進める必要がある。

< 引用文献 >

- 坂田祥，成瀬昂，田口敦子，他．幼児の行動特性別にみた母親の育児困難感とその関連要因．日本公衆衛生雑．2014，61，3-15．
- 佐藤達哉，菅原ますみ，戸田まり，他．育児に関連するストレスとその抑うつ重症度との関連．心理学研究．1994，64，409-416．
- Skipstein A, Janson H, Kjeldsen A, et al. Trajectories of maternal symptoms of depression and anxiety over 13 years: The influence of stress, social support, and maternal temperament. BMC Public Health. 2012, 12, 1120. Retrieved from <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/12/1120>
- 佐藤幸子，遠藤恵子，佐藤志保．母親の虐待傾向に与える母親の特性不安，うつ傾向，子どもへの愛着の影響 母子健康手帳交付時から3歳児健康診査時までの検討．日本看護研究学会雑誌．2013，36（2），13-21．

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 2件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 2件）

1. 著者名 堀越 慎子、常盤 洋子	4. 巻 68 (4)
2. 論文標題 育児に伴うストレスマネジメントの概念分析	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 The Kitakanto Medical Journal	6. 最初と最後の頁 233 ~ 240
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.2974/kmj.68.233	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 堀越 慎子、常盤 洋子、國清 恭子、深澤 友子、飯嶋 友美	4. 巻 63 (4)
2. 論文標題 乳児をもつ母親が実践している育児に伴うストレスマネジメントの内容 母親の語りの内容分析	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 母性衛生	6. 最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

〔学会発表〕 計1件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 1件）

1. 発表者名 Setsuko Horikoshi, Yoko Tokiwa, Sumiko Shimada, Kyoko Kunikiyo, Tomoko Fukasawa, Yumi Iijima, Asuka Saito
2. 発表標題 Stress of childcare in mothers of infants
3. 学会等名 The 6th International Nursing Research Conference of World Academy of Nursing Science (国際学会)
4. 発表年 2020年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究 分 担 者	常盤 洋子 (Tokiwa Yoko) (10269334)	新潟県立看護大学・看護学部看護学科・教授 (23101)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------