

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 5 月 21 日現在

機関番号：12102

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2011～2013

課題番号：23650442

研究課題名(和文) 妊娠期のパートナーシップの改善による子育て支援

研究課題名(英文) Supporting Families Raising Children by Strengthening Partnerships during Pregnancy

研究代表者

橋本 佐由理 (HASHIMOTO, Sayuri)

筑波大学・体育系・准教授

研究者番号：10334054

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,700,000円、(間接経費) 810,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、子育て期や妊娠期の夫婦の気質と心理社会的要因を把握し、新たな支援法を開発する。そして、子育て期や妊娠期の母親集団に介入を行い、効果を検討することが目的である。質問紙調査からは、自分に自信がなく他者を気にして行動する他者報酬型の生き方や、希薄な夫婦の関係性は、不安や抑うつ、不適切な養育態度につながることを推察できた。調査結果を踏まえて、夫婦や家族の生き方変容や関係性構築を促す支援法を開発した。開発した支援法による介入の前後において、自己価値感や育児自信の向上、育児不安感や抑うつの軽減などの有意な良好な変化が確認され、1か月以上後の短期的な持続効果も確認できた。

研究成果の概要(英文)：We studied the temperaments of married couples and associated psychosocial factors during pregnancy and child-rearing and developed a new method of family support. Our aim was to intervene in a group of mothers during pregnancy or child-rearing, and to examine the results of our intervention. The results of a questionnaire investigation suggested that being oriented toward reward from others and having a weak spousal relationship could lead to anxiety, depression, and inappropriate child-rearing attitudes in mothers. We developed a support method to change the lifestyles of married couples or families and promote relationship-building. We applied our method various numbers of times and for various lengths of time, with different combinations of interventions. After the intervention there was a significant improvement in self-esteem and self-confidence and a significant reduction in depression and in anxiety about child-rearing. The effect was prolonged, at least in the short-term.

研究分野：健康行動科学

科研費の分科・細目：生活科学、生活科学一般

キーワード：保育・子育て パートナーシップ 育児不安 自己イメージ コーチング メンタルヘルス 妊娠期 介入研究

1. 研究開始当初の背景

(1) 社会背景

近年、児童虐待が社会問題となっている。「健やか親子21」において、育児不安の軽減や産後うつへの減少、虐待による死亡児数の減少が国民の課題とされた。この課題を解決するためには、子どもを持つ全ての親を念頭に入れ、虐待防止の取り組みをすすめていく必要がある(江草2005)。

国内外の児童虐待の研究を概観すると、児童虐待の背景、影響、支援に関するものが報告されている。まずは、発生前の予防支援が重要であることから、Family Partnership Model や Cognitive Approach に基づいた家庭訪問や教育プログラムが行われている。しかし、それらの取り組みの効果は十分とはいえない。先行研究によれば、介入群に育児ストレスの改善(Huebner2002)や母子相互作用の向上(Gershtater-Molko2003)が見られたものがあるが、Fraser(2000)やDuggan(2007)の結果では、介入群と対照群に有意差は見られなかったとのことである。ここに考えられることは、対症療法的な支援、母子中心の支援の限界があるのではないかとということだ。

既存の支援では、他者報酬追求型の生き方や希薄なパートナーシップを作っている根源問題への対応が不十分であると思われる。そこで、妊娠期からの生き方変容を促し、良好なパートナーシップを形成する必要性を感じ、その支援法を構築し、新たな両親学級の提案を試みたいと考えた。

(2) 理論背景

我々の考え方では、児童虐待をストレス代償行動と捉えている。他者の評価を気にして他者から非難されないように行動する他者報酬追求型の生き方と本来の自分を認めることができない希薄なパートナーシップは、常に不安や緊張を伴う。この不快感を代償させようとして、不適切な養育態度をとるために児童虐待が生じると考える。そこで本研究では、自己イメージ変容と夫婦がお互いを理解し良好なパートナーシップを築くために性格のコアを形成している気質を理解するという方法に着目した。性格のコアとなる気質は遺伝子によって規定される(Dean Hamer 1993)。そうだとすれば、生まれ持った性格は一生変わらない。人間関係ストレスは他者に対して相手の気質に合わない期待をするために期待外れを体験することから生じる。本研究では、相手の気質に合わない期待を切り捨て、相手の気質に合った期待をするように調整することで良好な関係を築くことができるよう支えることを目指す。

さらに、人は誰でも過去の記憶からつくられた自分についてのイメージスクリプトを持っており、そのスクリプトに添うように自分の感情や行動を決めている。ストレス耐性のある、自己報酬追求型の生き方に切り替えていくためには、自己イメージをそれまでの

否定的なものから肯定的なものへと書き換える必要がある。本研究では、仮定法を用いて嫌悪系のイメージ記憶を報酬系のイメージに変え、自己報酬追求型の自己イメージを構成する想像記憶をつくることを促す。

既存の育児支援における課題を考えると、生まれ持った良さを認めず性格を変えようとすると共に、育児を肩代わりする方向にあり、パートナーとの関係の築き方が分からなくなりがちである。また、育児や子どものための行動習得が重視された支援では、育児中の両親が本来の自分が見えなくなる上、過去の嫌悪系の記憶をもとに現実を認知しようとするという認知の仕方(考え方や感じ方)が変わらないために、ストレスを抱えやすいと考えられる。

一方、本研究による支援は、親自身が自分と大切な人と共に愉しむ生き方への変容に重点を置き、相手と自分を理解し、成長し合える関係性を支援する新しい原理の発展を提案するものである。

虐待への支援ではなく、虐待予防に取り組み、支援を実現することは意義があると考えられる。本法で、自己イメージ変容と家族関係の改善が図れれば、児童虐待の予防のみならず、将来の不登校や引きこもり、うつの予防にもつながる可能性も期待できる。さらに、妊娠期の母親への支援で効果が得られれば、近年注目の高い「成人病胎児期発症説」や「胎児期プログラミング仮説」の報告のように、将来の子どもの生活習慣病や問題行動の予防にも貢献できると考えた。

2. 研究の目的

(1) 本研究の目標

本研究は、増加の一途をたどる児童虐待の予防をするためには、これまでに行われている既存の支援法に加え、新たな支援法を開発する必要があるのではないかと考えたものである。

他者報酬追求型の恐怖に基づいた生き方と希薄なパートナーシップは、ストレス代償行動としての不適切な養育態度を生み、児童虐待を引き起こすと考えられる。子育て期の夫婦や妊娠期の夫婦の生き方を他者報酬追求型から自己報酬追求型に変容し、良好なパートナーシップを形成する支援法を構築し、集団介入を行い、その効果を検討する。そして、新たな両親学級を提案したい。

(2) 研究目的

子育て中や妊娠中の母親集団への介入により、生き方が自己報酬追求型へと変容するか否か、良好なパートナーシップが形成されるか否かを明らかにすることが一つの目的である。

具体的には、子育て家族の自己イメージの変容、夫婦や家族のパートナーシップの改善、メンタルヘルスの向上、子どもへの認知の変容がなされるかどうか、育児不

安感の軽減や育児自信感の向上につながるかどうかを検討することで、介入法の効果を明らかにする。

さらに、本研究で構築した支援法を担う、保健師や子育てサポーターを養成することも目的とした。

3. 研究の方法

本研究は、第1段階として、子育て期や妊娠期の夫婦の気質と心理社会的要因の関連を質問紙調査により把握し、その結果を踏まえ、子育て期や妊娠期の夫婦の生き方を他者報酬追求型から自己報酬追求型に変容させ、良好なパートナーシップを形成する新たな支援法を提案する。

第2段階としては、研究協力の得られている複数の機関の子育て期や妊娠期の夫婦に対して、提案した新たな支援法で集団介入をし、介入前後およびフォローアップ調査により本支援法の効果を検討する。

第3段階として、普及のために支援者の養成を試みる。また、本支援法を活用した両親学級の提案を試みる。

4. 研究成果

(1) 第1段階は、乳幼児をもつ母親の心身の健康状態と育児をめぐる心理的社会的要因の関連、妊娠期の状況との関連を明らかにすることを目的に母親への調査研究を行った。

2012年9月から11月にA市の公立幼稚園・保育園児の親に無記名自記式質問紙調査を行った(配布1101票、回収500票:回収率45.4%)。男性回答のものを除き、分析対象は母親494票(34.79±5.25歳、20~65歳)とした。配偶者の同居有88.7%、無11.3%、配偶者の年齢は、36.95±6.12歳(23~63歳)、子ども的人数は、2.01±0.81人(1~6人)であった。

SF-36と属性や妊娠期の状況との関連

配偶者が「同居していない者」は「同居している者」に比べ、SF-36が有意に低かった。

妊娠判明時の気持ちについて「うれしいけれど不安だった者」は「とてもうれしかった者」に比べ、育児中の現在のSF-36が有意に低く、「(気持ちを)忘れてしまった者」は「とてもうれしかった者」に比べ、育児中の現在のSF-36が有意に低かった。また、出産時の気持ちについて、「とても不安だった者」や「(気持ちを)忘れてしまった者」は「とてもうれしかった者」に比べ、育児中の現在のSF-36が有意に低かった。

妊娠中、「就業していなかった者」は「就業していた者」に比べ、育児中の現在のSF-36が有意に低く、妊娠中、「相談相手がいなかった者」は「相談相手がいた者」に比べ、育児中の現在のSF-36が有意に低い。

児の妊娠が、「計画的でなかった者」は「計画的であった者」に比べ、育児中の現在のSF-36が有意に低く、妊娠中に「体調不良があった者」は「体調不良がなかった者」に比

べ、育児中の現在のSF-36が有意に低かった。また、妊娠中、「疲労感があった者」は「疲労感がなかった者」に比べ、育児中の現在のSF-36が有意に低く、妊娠中、「情緒不安定があった者」は「情緒不安定がなかった者」に比べ、育児中の現在のSF-36が有意に低かった。妊娠・出産トラブルが「2つ以上の者」は「0~1つの者」に比べ、育児中の現在のSF-36が有意に低い。

SF-36と各尺度値との関連

SF-36得点をクラスタ分析で3群に分けた(SF-36低群・中群・高群)。3群による各尺度値の差を検討したところ、自己イメージに関する尺度、支援認知に関する尺度、育児への認知に関する尺度、メンタルヘルスに関する尺度の全てに有意差が見られた。SF-36低群は、他群に比べ、有意に自己価値感が低く、自己抑制型行動特性が強く、家族や家族以外からの情緒的支援や手続的支援が低かった。さらに、育児自信感が低く、育児不安感が高く、マルチトリートメント傾向が強く、抑うつも高かった。

妊娠期や育児中、母親が自分に自信がもてず他者から非難されないよう他者報酬追求型で生きていることや、本来の自分を認めることができない希薄な夫婦・家族関係は、心身の健康状態の悪化、育児不安感の強さや育児自信感の低さ、不適切な養育態度を生むと推察する。妊娠期や育児期早期から自分とパートナーがお互いを理解し、自分を愉しみパートナーと共に愉しむことのできる自己報酬追求型の生き方支援が求められていると考えた。

(2) 第2段階として、夫婦や家族の生き方変容、関係性構築を促す支援法の構築を行った。構築した支援法の効果を予備的に検討することを目的に、乳幼児をもつ母親への介入研究を行った。

介入1:乳幼児・児童をもつ母親への気質コーチング(2時間×1回)

2013年11月にA市在住の乳幼児・児童をもつ母親62名(38.92±4.32歳)に対し、気質コーチングによる育児支援約2時間1回、介入者はヘルスカウンセリング学会公認資格をもつ研究者)を試みた。

その結果、自己価値感や育児自信感、育児不安感に良好な変化が見られた。各々の変化を概観すると、自己価値感は介入後に有意な向上(p<.05)が見られ、一ヶ月後も高いまま維持された(p<.10)。育児自信感は介入後に有意な向上(p<.05)が見られた。育児不安感介入後に有意な低下(p<.05)が見られた。

介入2:幼児をもつ母親への気質コーチング・イメージ療法(2時間×1回)

A市で開催された人権講座に参加された乳幼児をもつ母親A群B群それぞれ11名の22名(平均年齢35.2±4.2歳)を対象とした。A群は2011年10月、B群は11月に、気質コ

ーキング法とイメージ療法(表情再脚本化イメージ法)を用いた育児支援(約2時間1回、介入者はヘルスカウンセリング学会公認資格をもつ研究者)を試みた。

ノンパラメトリック検定を行った結果、自己価値感は一ヶ月後に有意に向上し($p < .05$)、二ヶ月後まで維持した($p < .05$)。情緒的支援(家族)、手段的支援(家族)は介入前から高値で、介入後も維持された。情緒的支援(家族)は介入直後、有意に向上した($p < .05$)。育児不安感は一ヶ月後に有意に低下した($p < .05$)。

介入3:乳幼児・児童をもつ母親への気質コーチング・イメージ療法(2時間×3回)

2013年11~12月にA市在住の乳幼児・児童をもつ母親16名(平均年齢 37.25 ± 3.77 歳)に対し、気質コーチング法とイメージ療法(魔法の言葉法、表情再脚本化イメージ法)を用いた育児支援(約2時間×3回、介入者はSAT法の公認資格をもつ研究者)を試みた。

その結果、介入前後の二時点の変化を検討したところ、介入後には自己価値感が有意に向上し($p < .05$)、自己抑制型行動特性が有意に低下し($p < .05$)、抑うつも低下した($p < .10$)。

介入後、気付きや感想を求めた。「気質を知ることによって気持ちが楽になり、自分を認めることができました。」「これまでは義父母によく思われたいという気持ちから、子どもに大声で叱るなど子どもに当たっていた自分がいた。講座を受けて、穏やかな自分になった。自信がもてた。」「子どもに怒鳴りたくなったら代理顔表情を見て一旦落ち着くようにすると、怒っていたこともどうでもよくなるが増えた」などの声が聴かれた。

介入前・後・一ヶ月後の三時点の変化を検討したところ、自己価値感、自己抑制型行動特性、育児自信感が良好な変化が見られた。各々の変化を概観すると、自己価値感は一ヶ月後に有意な向上($p < .05$)が見られ、一ヶ月後も高いまま維持された($p < .10$)。自己抑制型行動特性は一ヶ月後に有意な低下が見られた($p < .05$)。育児自信感は一ヶ月後に向上する傾向($p < .10$)が見られた。情緒的支援ネットワーク:家族・家族以外、手段的支援ネットワーク:家族は、介入前から得点が高く、高いまま維持された。

一ヶ月後の振り返りでは、「講座前は自分がきちんと育児ができているか不安だったが、講座を受けて、まあいいかと思うようになった。」「講座前は自分が疲れていると子どもの態度一つ一つにイライラしがちであったが、講座後には、気分転換ができるようになり、子どもに対して口出しすることが減った」など認知の仕方、行動の仕方に変容が見られた。その一方で、「実家が近く母親のところにはばかり行ってしまい、なかなか友人ができないでいる。少しずつ積極性を出すように心がけている」などの記入が見られ、人間関係上の自己の課題を挙げる者もいた。

妊娠期の母親・両親学級への本介入の普及

については、参加した母親からは、「もっと早くにこの話が聴ければよかったと思った。両親学級にぜひお願いしたい」「妊娠中はとても不安なので、両親学級でこの話を聴くと安心できると思うのでぜひ取り入れてほしい」「この話を妊娠中に聴けていたら、もっとゆったりしたマタニティライフを送っていたと思う」と前向きな意見が聴かれた。

介入4:乳幼児をもつ母親への気質コーチング・イメージ療法・コミュニケーションスキル(2時間×4回)

B市で乳幼児から中学生を子育て中の母親や市民センタースタッフ(30名)に対し、2012年10月から12月に子育て応援講座(約2時間1回、介入者はヘルスカウンセリング学会公認資格をもつ研究者)を行った。内容は、気質コーチング法(宗像のSAT気質コーチング法)とイメージ療法(魔法の言葉法、表情再脚本化イメージ法)、リスニングスキル(表情や態度に表れた相手の心をキャッチする)、アサーションスキル(相手の心に届く素敵な伝え方)とした。分析対象は、乳幼児をもつ母親11名(平均年齢 35.2 ± 4.2 歳)とした。

ノンパラメトリック検定を行った結果、情緒的支援(家族)が一ヶ月半後、有意に向上した($p < .05$)。手段的支援(家族以外)も一ヶ月半後、有意に向上した($p < .05$)。育児不安感は一ヶ月半後、有意に低下し($p < .05$)、一ヶ月半後も低いまま維持した($p < .10$)。マルチトリートメント傾向は、一ヶ月半後、有意に低下した($p < .05$)。

また、講座を終えての気付きや感想を求めたところ、「講座前は、子どもが怒っている時、思い通りにしたくなり、感情的に怒鳴ってしまっていた。講座を受けて、子どもを思い通りにしようとせず、ひと呼吸おいて、子どもの話をきくようになった。」「講座前は、育児に協力的ではない夫に対し不満を抱え、言わなくても手伝ってほしいと思っていた。講座を受けて、自分と相手は違うと思い、協力してほしいことは具体的をお願いするようにすると、協力が得られ、それに対してもお礼が言えるようになった」などの肯定的な変化が聴かれた。さらに、本講座を妊娠期に実施することに対して意見を問うと、「妊娠期にこういった講座を希望する」と回答する者が大半であった。

講座により、乳幼児をもつ家族がお互いを尊重し、自分を愉しみ周りとの愉しみながら生きる見通しが得られたことで、育児への自信が高まり、不安の軽減、養育態度の改善が見られたと考える。

(3)乳幼児をもつ親への支援法の有効性が示されたことをふまえ、さらに、娠期の母親に対して提案した支援法で介入をし、効果を検討した。

介入5:妊娠期の母親への気質コーチング・イメージ療法(2時間×1回)

2013年10月にA市在住の妊娠期の母親11

名に対し、気質コーチングとイメージ療法による育児支援（約2時間1回、介入者はヘルスカウンセリング学会公認資格をもつ研究者）を試みた。

対象となった妊娠期の母親は、平均年齢33.18±4.77歳、全員に配偶者がいる。妊娠週数は介入時点で9-32週であった。初産婦は7名、経産婦は4名であった。

介入を行った結果、妊娠期の母親の抑うつやSF-36、対児感情（接近）に良好な変化が見られた。各々の変化を概観すると、抑うつは介入後に低下する傾向が見られ（ $p<.10$ ）、一ヶ月後も低いまま維持された（ $p<.10$ ）。SF-36は一ヶ月後に向上する傾向が見られた（ $p<.10$ ）。対児感情（接近）は介入後に有意に向上し（ $p<.05$ ）、高いまま維持された（ $p<.10$ ）。情緒的、手段的支援（家族）は介入前から高値、介入後も高いまま維持された。

介入後の気付きや感想を求めたところ、「気分がとても穏やかになった。」「親になる自覚が持てた。」「夫婦ともなるほどと思うことが多く、改めて自分を知ることができた。相手を理解しようと思うことができた。」「夫婦で似ている所、違う所が発見できた。それぞれ良さがあるから、支え合っていきたい。」「魔法のスキルは夜眠る前に赤ちゃんに語りかけている。いつもお腹の中で元気に動いてくれるのですごく嬉しい。」などの声が得られた。

妊娠期の母親・両親学級への本介入の普及について意見を問うと、参加された母親からは「とてもよいと思う。自分やパートナーのことは知っているようで知らないこともあり、これから家族が増えることも考えると、気質を理解し、接する時のコツを知っていることは自分や家族のためになると思う。もっとこの講座の内容が広く伝わるとよいと思う。」「子育ての楽しさがより伝わって良いと思う。」「もっと色々な人に知ってほしい。」「（講座の内容は盛り沢山だったため）内容は少し薄くして、魔法のスキルとその活用法に重点を置くとよいと思う。」などの声が挙がった。

（4）第3段階として、本研究で構築した支援法を担う、保健師や子育てサポーターの養成については、2名の専門職をもつ研究者を養成しながら、研究を行った。現在、引き続きトレーニング中である。

本支援法を活用した両親学級の提案として、回数や内容、時間を変えて、検討した結果、気質コーチング法の講座（90～120分）を1回と1カ月間くらいの期間をあけて、イメージ療法による講座（90～120分）を1回行う2種類の方法を2回に分けて行うプログラムが有効ではないかと考えられた。

5. 主な発表論文等

〔学会発表〕（計6件）

眞崎由香、橋本佐由理、乳幼児をもつ母親の育児不安の心理社会的要因に関する研究、第20回日本未病システム学会学術大会、2013.11.09～10、一橋大学（東京都）

田村知栄子、眞崎由香、橋本佐由理、未就学児をもつ母親の妊娠・出産体験記憶と自己イメージ、育児体験認知との関連、第28回日本保健医療行動科学学会学術大会、2013.06.22～23、東京女子医科大学（東京都）

橋本佐由理、シンポジウム「子ども支援の企画といきいき実践」養育者支援の立場から子どもの笑顔を守る養育者への支援、第9回すこやかキッズ支援全国セミナー（招待講演）2013.03.02～03、筑波大学東京キャンパス（東京都）

眞崎由香、橋本佐由理、乳幼児を持つ母親への育児支援、第9回すこやかキッズ支援全国セミナー、2013.03.02～03、筑波大学東京キャンパス（東京都）

橋本佐由理、眞崎由香、乳幼児をもつ母親の育児支援-介入前後の効果について-、第27回日本保健医療行動科学学会学術大会、2012.06.16～17、岐阜医療科学大学（岐阜県）

眞崎由香、橋本佐由理、乳幼児をもつ母親の育児支援-介入の短期効果について-、第27回日本保健医療行動科学学会学術大会、2012.06.16～17、岐阜医療科学大学（岐阜県）

6. 研究組織

(1) 研究代表者

橋本 佐由理 (HASHIMOTO, Sayuri)

筑波大学・体育系・准教授

研究者番号：10334054