

科学研究費助成事業（学術研究助成基金助成金）研究成果報告書

平成25年 4月 2日現在

機関番号：14401
 研究種目：挑戦的萌芽研究
 研究期間：2011～2012
 課題番号：23660063
 研究課題名（和文） 地域における育児に悩む母親のレジリエンス向上を図る前向き育児支援プログラムの活用
 研究課題名（英文） Utilizing the Parenting Program (Triple P) to Improve Resilience of Community Mothers Experiencing Child-rearing Difficulties
 研究代表者
 藤原 千恵子 (FUJIWARA CHIEKO)
 大阪大学・大学院医学系研究科・教授
 研究者番号：10127293

研究成果の概要（和文）：

地域で育児している3歳児をもつ母親550名（回答率38.0%）を調査対象として分析した。母親の育児ストレスとレジリエンスは、負の相関関係にあることが明らかになった。また、母親のレジリエンス測定尺度は妥当性と信頼性を確認した。さらに育児困難な母親8名にトリプルPの講習会を実施した結果、受講前に比べて母親の育児不安や子どもの問題行動が減少する効果を得た。地域の保健師がトリプルP講習会を継続して実施できるように支援した。

研究成果の概要（英文）：

A survey was conducted targeting 550 mothers in the community raising their 3-year-old children (response rate: 38.0%). It showed that motherhood-related stress is negatively correlated with resilience to such issues. The measurement scale of mothers' resilience in dealing with motherhood issues was verified for its validity and reliability. In addition, a Triple P workshop was provided for eight mothers having difficulties caring for their children, and it resulted in a decrease of their anxiety towards parenting and children's problematic behaviors as compared to before the workshop. Support was provided to community nurses so that they could follow up on the implementation of Triple P workshop approaches

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
交付決定額	2,500,000	750,000	3,250,000

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学・生涯発達看護学

キーワード：小児看護学、育児ストレス、レジリエンス、トリプルP

1. 研究開始当初の背景

育児ストレスに関する研究は数多く取り組まれているが、育児ストレスの現状や関連要因に関する研究に限定されていることが多く、ストレスをいかに軽減させるかに焦点を当てた研究が目立っている。しかしストレスに対して、自らの力でいかに立ち直るか、ストレスになりにくい育児方法の有効性に関する研究は見いだせなかった。レジリエンスは、ストレスからの立ち直りを意味する概

念であり、誰もが持ちつつ自身で発達できる特性である。育児ストレスに悩むだけでなく、自らのレジリエンスを向上させ、ストレスから立ち直る強みの部分に着目した検討が必要であると考えられる。

トリプルPはオーストラリアで開発された育児プログラムであるが、日本においてファシリテーター養成講座で学ぶことができ、日本の母親にも有効であることが報告されている。しかし、地域での育児支援において、

保健センターなどの地域の育児支援機関で積極的に活用されているとはいえない。

2. 研究の目的

本研究の目的は、地域で育児中の母親のうち、育児力の低下や自信のなさから子どもに対して適切な対応ができず悩んでいる母親を対象に、前向き育児プログラム（トリプルP）を活用し、育児ストレスの緩和やストレスからの立ち直り力（レジリエンス）の向上を図る実践システムを模索し、地域の育児支援機関である保健センターとの協働を図ることである。

具体的には、以下の内容を目的とする。

- ① 3歳児健診に参加した母親を対象とした調査から、育児ストレスとレジリエンスの現状と関係を分析する。
- ② 育児期の母親のレジリエンスを測定する尺度の開発を行う。
- ③ 地域の保健センターでフォローされている育児に悩む母親にトリプルPの講習会を試行し、効果を分析する。
- ④ 地域の保健師にトリプルPのファシリテーター資格を取得してもらい、地域での講習会を継続できるようにする。

3. 研究の方法

(1) 研究の概念枠組み（図1）

本研究においては、図1のような概念について、現状把握と測定尺度の開発を行った後、トリプルPの講習会を実施した。

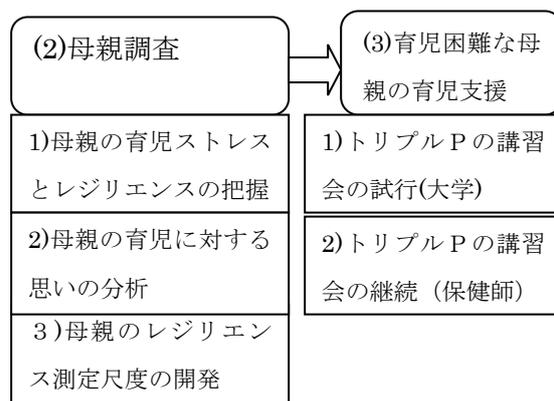


図1 研究の概念枠組み

(2) 母親調査

1) 母親の育児ストレスとレジリエンスの把握

①大阪府下の3市の保健センターの協力を得て3歳児健診の会場で健診に参加した母親1479名に調査の主旨および倫理的配慮

を説明後に調査票を配付した。

②回収は郵送法および会場で封筒に入れて回収ボックスに投函する方法で行った。

③調査結果はSPSSを用いて統計分析を行った。

④研究グループで調査結果の分析を行い、研究成果の学会発表の準備を行った。

2) 母親の育児に対する思いの分析

①上記の調査票の自由記載を内容分析法によってカテゴリーに分類した。

②分類結果から、育児に対する母親の思いを考察した。

③研究成果は、論文にまとめた。

3) 母親の育児レジリエンス尺度の開発

①上記の調査結果のレジリエンス項目を分析した結果、回答に偏りがあり、天井効果になる項目が多かったため、項目と回答段階を再検討した。

②質問項目の修正と項目の回答段階を7段階に変更して、再度大阪府下の3市のうちの1市の保健センターの協力を得て3歳児健診会場で健診に参加した母親330名に研究の主旨と倫理的配慮を説明後、調査票を配付した。

③回収は郵送法および会場で封筒に入れて回収ボックスに投函する方法で行った。

④調査結果はSPSSを用いて統計分析を行った。

⑤研究グループで調査結果の分析を行い、研究成果の学会発表の準備を行った。

(3) 育児困難な母親への育児支援

1) トリプルPの講習会の試行(大学)

大阪府下の3市のうち、研究協力の了解が得られた1市の保健センターにおいて、保健師がフォローしている育児困難な母親を対象にトリプルPの講習会（2週間に1回開催する講義と演習×4回、電話個別相談3回、グループセッション1回）を実施した。

②受講前後の育児ストレス、レジリエンス、育児不安、子どもの行動を測定した。

③上記を分析し、効果を判定した。

④1カ月後に自由討論会を企画し、継続性について判定した。

2) トリプルPの講習会の継続（保健師）

①同市の保健師2名にトリプルP研修会に受講させ、ファシリテーター資格を取得させた。

②資格取得した保健師によるトリプルPの講習会を企画した。

③保健師主催の講習会の必要数のテキストブックを提供した。

④保健師へのフォローアップを行った。

4. 研究成果

(1) 母親調査

1) 母親の育児ストレスとレジリエンスの把握

有効回答 550 名 (回収率 38.0%) であった。

母親の年齢は、平均 35 歳であった。母親の年齢で最も多かったのが 35~39 歳で、最も少なかったのは 20 代であった。子どもの数は平均 2 人で、最も多かった 2 人きょうだいは半数を占めていた。家族形態で最も多かったのは夫婦と子どもの核家族で、最も少なかったのは母子家庭とその他の家族であった。就業状況では、就業していない主婦が 60% 程度、就業している母親は 30% 程度であり、最も少なかったのは現在休職中であった。

母親が対象として回答した子どもの年齢は、平均 5 歳であった。第 1 子の成長発達段階は、幼児期後期が 70% と最も多く、次いで学童期が 25% で、最も少なかったのが青年期であった。第 1 子の通園通学状況では、通園通学なし 30% で最も多く、最も少なかったのは中学校以上であった。また、末子の年齢は平均 2 歳であった。

母親の現在までに体験したネガティブイベントは、「知らない土地への引っ越し」の体験が最も多く、最も少なかったのは「配偶者との死別」であった。また「離婚」の経験者の割合は、6.8% であった。

属性と育児ストレスおよびレジリエンスを分析し、以下のことが明らかになった。

- ・母親の育児ストレスは、2 人以上の子どもや幼児後期の子どもがいる場合、通園や通学をしていない場合、引っ越し経験があるや育児支援者がいない場合に高くなっていた。
- ・母親のレジリエンスは、幼児後期の子どもや通園児がいる場合、母親が就業している場合、配偶者の入院や離婚経験がある場合に高くなっていた。
- ・育児ストレスとレジリエンスは、レジリエンスの「対人関係」と育児ストレスでは図のような有意な相関関係があり、レジリエンスの「ソーシャル・サポート」と育児ストレスとは 0.4 以上の実質的な相関関係がみられた。

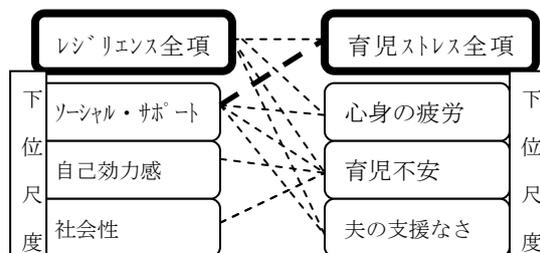


図 2 レジリエンスと育児ストレスの関係

----- 有意な負の相関を示す

— — — — 0.4 以上の相関

以上の事から、レジリエンスの向上を図ることで、育児ストレスの緩和が図られる可能性やレジリエンスを強化することで育児ストレスからの立ち直りを早めることが予測できる。レジリエンスは誰もが持つ特性であり、強化出来るとされていることから、地域で育児する母親のレジリエンスを向上させる方法を具体的に模索することによって、育児ストレスからの立ち直りを促進し、子どもの育児環境の改善に繋がると考えられる。

以上の研究成果は、平成 25 年 7 月に高知県で開催される日本小児看護学会および 8 月に秋田県で開催される日本看護研究学会に発表抄録を登録した。

2) 母親調査から育児に対する思いの分析 (自由記載の分析)

回答のあった 550 名のうち自由記載があった 292 名を分析対象とした。

地域で生活する母親の育児に対する認識と必要とする支援について調査票自由記載欄の内容分析を行った結果、【育児に対する不安感・困難感】【育児に対する肯定感・信念】【育児に関して必要としている支援】の 3 つのテーマが抽出された。【育児に対する不安感・困難感】は《育児そのものに対する不安感・困難感》と《育児をする自分に対する不安感・困難感》の 2 つのカテゴリーが構成され、育児のみならず育児する側の母親自身に対する不安感・困難感が示された。【育児に対する肯定感・信念】も《育児そのものに対する肯定感・信念》《育児をする自分に対する肯定感・信念》の 2 つのカテゴリーが構成された。【育児に関して必要としている支援】は 8 つのサブカテゴリーから《育児環境・育児制度》《人的サポート》《情報サポート》の 3 つのカテゴリーが構成された。

以上の事から、育児中の母親は育児することでポジティブな面とネガティブな面の両面を認識しており、育児が子どもの成長発達とともに親自身の発達に繋がる可能性がある一方、適切な支援がない場合は孤立や虐待などにもつながる危険性を持っていることが示唆された。

3) 母親の育児レジリエンス尺度の開発

3 歳児健診に参加した母親 100 名 (回収率 30.3%) から回答を得たが、回答に不備の多い 3 名を除外し、97 名 (有効回答率 97.0%) を分析対象とした。

育児レジリエンスの 36 項目は、天井効果のある 2 項目を除き、項目と項目の相関関係で 0.7 以上の項目がない、項目全体と各項目の相関である I-T 分析で 0.2 以下の項目がないことを確認した。

34項目で因子分析を行った。主因子法で因子分析を行い、スクリープロットから3因子を確認した。主因子法・プロマックス回転による因子分析を行い、因子負荷量の低いおよび複数の因子に負荷量の高い7項目を除外した。その後も因子分析を繰り返した結果、最終的に27項目3因子に分類された。

各因子の解釈として、第1因子は、「私は、どんな時でも自分の努力を認めてくれる人がいる」「私は、どんな場合でも自分の辛さを安心して言える人がいる」「私は、どんな状態でも受け止めてくれる人が常にいる」「私には必要な時に手助けしてくれる人がいる」などの10項目が含まれ、自分の周囲からのサポートや情報提供を認識する『周囲からの支援 (I have 因子)』と命名した。

第2因子は、「私には、いろいろな角度からものごとをみることができる」「私には、経験を活かして物事に対処することができる」「私は、すぐにあきらめてしまわず、可能な方法を見出そうとする」「私は、新しいことに取り組む意欲をもっている」などの11項目が含まれ、問題解決力や対処能力を示す『問題解決力 (I can 因子)』と命名した。

第3因子は、「私は、いつも日常の中に喜びを見出すことができる」「私は、物事を肯定的に受け止めることが多い」「私は、失敗にいつまでもこだわらないほうである」「私は、自分で気分転換をはかることができる」など6項目が含まれ、自身の信念や行動特性を示す『受け止め力 (I am 因子)』と命名した。

信頼性は、Cronbach's α 係数を算出し、尺度全得点で0.94、各因子では0.90~0.85の範囲であり、高い信頼性が確認された。

基準関連妥当性は、すでに市販されているレジリエンス尺度のSH式レジリエンス尺度との相関関係を求め、尺度全得点および各因子が0.66~0.75の強い相関がみられ、基準妥当性は十分であると考えられる。

レジリエンスは、ストレス状態からの立ち直りを示す概念であることから、育児ストレスとの関係についてみると、育児レジリエンスの尺度全得点と各因子は、育児ストレス全項目と実質的な負の相関関係がみられた。育児ストレスの各因子では、「心身の疲労」は『受け止め力 (I am 因子)』、「育児不安」では、育児レジリエンス尺度全得点と3因子、「夫の支援のなさ」は育児レジリエンス尺度全得点と『周囲からの支援 (I have 因子)』、『受け止め力 (I am 因子)』と実質的な負の相関関係がみられた。

以上のことから、母親の育児レジリエンス尺度は27項目3因子で構成されており、信頼性と妥当性が確認できた。この尺度は地域で生活する母親の育児のレジリエンスを測定することに使用できると考えられる。

育児レジリエンスを測定することによって、種々の育児支援のアセスメントや効果の判断に活用できると思われる。

以上の研究成果は、平成25年7月に高知県で開催される日本小児看護学会に発表抄録を登録した。

(2) 育児困難な母親への育児支援

1) トリプルP講習会の試行 (大学)

大阪府下の保健センターで育児困難な状況にある母親8名に、隔週に1回開催の講義と演習4回と電話での個別指導3回、グループセッション1回で構成されている全8回のトリプルP講習会を実施した。

母親8名は、男児4人女児5人を持っていた。母親のうち1人の母親は子ども2人を対象とした。対象児の年齢は2歳から5歳で3歳児が一番多かった。1人の母親は対象の子どもに発達に遅れがあると記載していた。母親の年齢は25歳から39歳で30歳前半が一番多く、全員が専業主婦であった。全ての母親は育児の協力者がいると答えており、協力者の内訳で最も多かったのはパートナーで全ての母親が協力者にあげていた。

この講習会は、実践的なワークショップと家庭で実施する宿題で構成されている。8名の母親は欠席する者がほとんどなく、4回のセッション参加と個別電話相談、グループセッションを完了することができた。講習会での参加状況では、楽しみながら積極的に参加している人が多く、家庭で実施する宿題についても熱心に取り組んでいた。講習会を受講中の家庭での子どもや夫の反応については、母親の子どもに対する対応が変わることで子どもの行動が変化し、子どもを怒ることが少なくなったことや、夫が子どもの行動変化に驚いていることを報告している母親もいた。

受講前後の比較では以下の点が明らかになった。

- ・母親の子どもに対する認識は正常範囲の母親が増加した。

- ・母親の子育てスタイルは臨床範囲の母親が減少した。

- ・抑うつ、不安、ストレスなど適応性は全ての母親が軽度または正常範囲に変化した。

- ・母親の子育てに対する気持ちは「子育ては確かな結果がでると思う」母親が増加し、「子育てはストレスだと思う」「子育てで落ち込んだ気持ちになる」母親が減少した。

以上の事から、トリプルP講習会はリスクの高い母親でも楽しく受講することができることが示された。具体的な子どもへの対応を学び、すぐに家で実行する教育スタイルは、だれでも取り入れやすい方法であり、さらに

子どもの変化が直に認識でき、取り組みやすかったと思われる。母親の心理状態も安定し、そのことで子どもの行動も変化することが確認できた。

以上の結果から、有効な育児支援プログラムと推察できる。しかし、受講3か月後に、受講した母親の同窓会を開催して、トリプルPの継続性について確認したが、家庭で自分自身の力だけで継続するのはむずかしい面があることが示されている。

今後、受講後の効果を継続させるために、追加講習会を検討し、教育効果を強化する手立てが必要であるという課題を確認した。

2) トリプルP講習会の継続（保健師）

保健師2名にファシリテーター研修会に受講してもらった。2名の保健師は資格試験に合格にファシリテーター資格を取得できた。

保健センターにおいて、大学教員による試行に参加した母親の担当保健師および資格を取得した保健師と大学教員が参加し、試行時の母親や子どもの反応などの結果を報告し、意見交換を行った。

その後、保健師がファシリテーターとして実施する講習会を計画した。大学から研究分担者がフォローするために参加することを決定した。

平成25年2月5日から3月26日までに週1回計8回の保健師主催のトリプルP講習会を行った。参加者は保健センターで保健師がフォローしている母親5名であった。

母親の年齢は25歳から44歳であり、第1子どもの年齢は2歳から4歳であった。参加した母親は、子どもとの対応がわからない、自分自身の感情をコントロールできないなどの育児困難感を感じていた。

講習会は、大学側からワークブックの提供および保健師のファシリテーターに対する大学教員のサポートによって開催した。講習会前後で、母親の心理状況、育児不安、子どもの行動を測定した。

講習会は予定通り実施できた。実施後の母親のデータは、前回大学主催時のデータを合体させて分析することになった。上記の研究成果は、25年11月に福井県で開催される日本看護学会－地域看護－に発表するために抄録の準備をしている。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計1件)

① 宮野遊子 藤本美穂 山田純子 石井京子 藤原千恵子 3歳半児健診を訪れた母親の育児に対する思い 大阪大学看護学雑誌 19 pp ~ 2013.

6. 研究組織

(1) 研究代表者

藤原 千恵子 (FUJIWARA CHIEKO)
大阪大学・大学院医学系研究科・教授
研究者番号：10127293

(2) 研究分担者

宮野 遊子 (MIYANO YUKO)
大阪大学・医学系研究科・助教
研究者番号：00616592

(3) 連携研究者

石井 京子 (ISHII KYOKO)
大阪市立大学・医学部・教授
研究者番号：30259494

(4) 研究協力者

・藤本 美穂 (FUJIMOTO MIHO)
大阪大学大学院医学系研究科博士前期課程・院生

・山田 純子 (YAMADA JYUNKO)
森ノ宮医療大学・保健医療学部・講師

・和泉市保健センター・保健師

・茨木市保健医療センター・保健師

・吹田市保健センター・保健師