

平成 30 年 5 月 31 日現在

機関番号：13802

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2017

課題番号：26463375

研究課題名(和文) 母親の養育者としての発達を促す支援 育児不安に対するSAT法による予防的介入

研究課題名(英文) Support Promoting Development of Mothers as Nurturers ; Preventive Intervention Using the SAT Method for Parenting Anxiety

研究代表者

武田 江里子 (Takeda, Eriko)

浜松医科大学・医学部・教授

研究者番号：60448876

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,800,000円

研究成果の概要(和文)：1. 養育者としての発達を測定する「愛着-養育バランス」尺度と気質との関連が明らかとなり、気質に応じた支援が養育システムの発達を促進し、子育て支援に繋がること示唆された。特に《不安気質》の人への支援が望まれる。

2. 妊娠期からの子育て支援として、SAT法を用いたリーフレットを試作した。リーフレットを配布した群に自己イメージの改善がみられた。「気持ちが楽になった」「子育てに役立つ」という意見が聞かれ、リーフレットの効果が示唆された。

3. 支援者を対象としたSAT学習会を3年継続して開催した。参加者は自己や対象を知るのに効果的であると評価したが、日常の中に定着させるための方法が今後課題となった。

研究成果の概要(英文)：1. This study clarified the relationship between temperament and the Attachment-Caregiving Balance Scale that measures development as a nurturer and suggested that support tailored to temperament encourages development of the caregiving system and leads to parenting support. Support for women with an anxious temperament is particularly desirable.

2. A test leaflet was created that used the SAT (Structured Association Technique) method to provide parenting support starting in pregnancy. An improvement in self-image was seen in the group that received the leaflet. Comments that included, "I feel more at ease" and "It's helpful for parenting," suggested the leaflet was effective.

3. SAT study sessions targeting supporters were held for 3 consecutive years. Participants assessed it as effective for understanding oneself and the support subjects, but an issue going forward is how to incorporate the content in day-to-day life.

研究分野：助産学 看護学

キーワード：愛着 養育 気質 子育て支援 育児不安 養育者としての発達 自己イメージ

1. 研究開始当初の背景

(1) 「健やか親子21」の課題4「子どもの心の安らかな発達の促進と育児不安の軽減」

厚生労働省の最終評価報告書(平成25年11月)の課題別の指標達成状況をみると、課題1~3は「改善した」項目数が81.3~92.9%であるのに対し、課題4では改善した項目は18項目中10項目(55.5%)と他の課題に比べ低い。その中でも「子育てに自信の持てない母親の割合」は変わらず、4人に1人は「自信が持てない」という状況にいた。また、産後うつ病疑いの割合の減少は目標を達成したと評価しながらも、変わらない項目の中には「児童虐待による死亡数の減少」があり、新たな課題として児童虐待防止対策の更なる充実とともに「育てにくさ」を感じる親に寄り添う支援があげられた。

(2) 育児不安への支援

育児支援としては、ソーシャルサポートの充実・養育に関する知識・スキルの提供というような外的要因が主に行われているが、効果的な支援のためには母親の認知や行動に影響を与える内的要因に関わる必要性も示唆されている(眞崎他:2012)。育児不安は育児に対するストレス反応だけではなく、家事や生活の総体から生み出される母親のストレスとして包括的に捉えられるようになった(輿石:2005)。つまり、育児に対することだけを支援しようとしてもなかなか育児不安は軽減しないということである。ストレスがその人の心身に与える影響は、サポートや生活環境など(外的要因)と、それをどう認識するかというその人の内面(内的要因)とが関わるため、両方向からの支援が必要と言える。

外的要因については妊娠期から様々な支援(育児知識の指導、サポート体制の準備等)がなされているが、内的要因についてはその実態がつかみづらいこともあり、適切な支援ができていないと言えない状況がある。しかし、育児不安を少なくするためには、予防的支援としての内的要因への働きかけは重要である。

(3) 育児不安に関わる内的要因

育児不安には、その人が持つ元々の気質、自分自身への自信のなさ(自己価値観の低さ)、母親役割に対する他者の評価、支援に対する認知(原口他:2005、眞崎他:2012)や満足度(大森:2010)が関連していることが明らかとなっている。そして、母親自身を支援する視点の必要性(今井他:2011)や母親自身のサポート認知(金岡他:2002)を促す支援の必要性等が報告されている。しかし、支援者側は同じように支援をしていると思っても、対象による支援認知は異なる。さらに同じ育児不安の内容であっても、単独で育児不安の要因となるものは少なく、またその捉え方は異なる(武田他:2013)。つまり、

母親個々の感じ方やそれに影響する要因(内的要因)を捉えていかないと、その母親にとって有益な支援とはならないことが示唆されている。

つまり、母親自身の内的要因に注目していくことが必要であり(酒井他:2008)、母親の支援に対する認知や対処能力感・自己効力感の認知を上げていくことが子育て支援として望まれる(金岡他:2002、武井他:2008)。気質は、外部の刺激に対する情動反応に大きく影響する(宗像他,2007)ことから、内的要因の中核と考えることができる。そこで、母親自身の内的要因として、気質と養育者としての発達評価として「愛着-養育バランス」(武田:2012)に着目した。

2. 研究の目的

(1) 母親の気質と養育者としての発達との関連を明らかにする。

(2) 妊婦へのSAT(Structured Association Technique)法を活かした介入の効果を検証する。

(3) SAT法を活かした支援を行うための支援者の育成を行い、その効果を評価する。

SAT法とは気質コーチングや構造化された問いかけにより自己イメージを改善させ、問題解決や行動変容の方法について本人の気づきを促すものである(宗像:1997)。

3. 研究の方法

(1) 母親の養育者としての発達と気質との関連を明らかにする。

乳児健診(1か月、6~7か月、1歳6か月)を受診し調査同意の得られた母親923名を対象に調査票を配布し、有効回答が得られたのは794名(有効回答率86.0%)であった。調査内容は、養育者としての発達を測定する尺度として開発された「愛着-養育バランス」尺度短縮版(武田:2012)と気質(「循環気質」「粘着気質」「自閉気質」「執着気質」「不安気質」「新奇気質」)チェックリスト(宗像他:2006)とした。

「愛着-養育バランス」6要素をそれぞれ従属変数とし、固定因子(独立変数)を出産歴、子どもの月齢、各気質の発現とした多元配置分散分析を行った。

表1 「愛着-養育バランス」尺度6要素の定義

定義	
適応	愛着 「子どもへの依存」 母親になったことに自信が持てず 子どもとの関係性が不安定な状態
	養育 「役割実習」 子どもとの関係性の安定と 子どもの成長・発達を考えられること
感受性	愛着 「自分への関心」 自分への関心が より強くなっていること
	養育 「子どもへの関心と理解」 子どもの状態を察知し、 欲求を満たしてあげられること
親密性	愛着 「自分に対する支え」 自分への支えや助け、 癒しが必要な状態
	養育 「子どもへの愛情と支え」 子どもを愛し、 支えたいと思うこと

(2) 妊婦への SAT 法を活かした介入の効果を検証する。

SAT 法を用いたリーフレットの試作：グループインタビューで抽出された産後 1 か月の母親の気持ち（武田他:2015）に対する気質ごとの対処や「あるがままの自己」でいるための方法について内容を検討しリーフレットを試作した。

非介入群と介入群で条件を揃えるため、同じ病院で同じ母親学級を受講した妊婦とし、1 年目は介入なし、2 年目に介入として作成した SAT 法を取り入れたリーフレットを配布し、内的要因への効果を分析した。調査時期は非介入群が平成 27 年 6 月～12 月、介入群が平成 29 年 10 月～3 月であった。両群とも 2 回調査を行った（2 回とも回答が得られたのは、非介入群 28 名、介入群 38 名であった）。1 回目は妊娠中の調査として母親学級後に行い、2 回目は産後 1 か月（予定日前後）に調査票を郵送し返信してもらった。介入は妊娠中の 1 回目調査後に行った（図 1）。調査内容は、1 回目は気質、2 回目は「愛着-養育バランス」尺度短縮版、1 回目・2 回目ともに自己イメージ（自己価値観、自己抑制行動特性）、レジリエンス、情緒的支援認知（家族内、家族外）とした。効果として、調査票の各項目の 2 回目 / 1 回目（変化率）を算出し、2 群間で比較した。



図1 調査時期と介入時期

リーフレットの評価として、の内容以外に、「気持ちが楽になったか」等の気持ちの変化と、リーフレットの見やすさ等体裁について意見を伺った。

(3) SAT 法を活かした支援を行うための支援者の育成

「人間理解とストレスをコントロールするための理論と方法：対象者も自分もらくに生きるための方法論」をテーマとした学習会を企画し参加者を募った。毎回アンケートにて、各参加者にとっての効果と方法について評価し、時間や回数も調整した。平成 26 年度と 28 年度は SAT 法創始者の宗像氏を講師に講演会を開催した。

#### 4. 研究成果

(1) 母親の養育者としての発達と気質との関連

有効回答 794 名を分析した。「愛着-養育バランス」6 要素は愛着的要素が養育的要素に比べ低い傾向にあり、愛着的 3 要素間ならびに養育的 3 要素間では中等度～高い相関がみられた。6 つの気質の分布では属性による差

はみられなかった。【適応：愛着】【敏感性：愛着】【親密性：愛着】の愛着的要素には《自閉気質》以外の 5 つの気質が関連しており、気質の高発現者で愛着的要素が高いことが明らかになった。養育的要素では【適応：養育】【敏感性：養育】が《不安気質》と関連しており、《不安気質》の低発現者で養育的要素が高い傾向がみられた。【親密性：養育】は交互作用では出産歴において《粘着気質》、《執着気質》と有意な関連がみられたが、効果量は小以下であった。これらのことから、属性を情報として得るのは必要であり子育てにおいては影響する場合もあるが、個々の気質にも今後着目していくことが、より個別性のある支援に繋がると考える。

乳幼児を子育て中の母親の気質と「愛着-養育バランス」との関連が明らかとなった。愛着的要素には《自閉気質》以外の気質の高発現が関連していたことから、高発現している気質を察知し、その気質に応じた支援をしていくことが養育システム発達を促進し、子育て支援に繋がることが示唆された。その中でも《不安気質》は養育的要素にも関連するため、特に《不安気質》高発現者への支援が望まれる。

(2) 妊婦への SAT 法を活かした介入の効果

非介入群（28 名）と介入群（38 名）では、初産経産の割合に有意差はなかったが、気質の発現において、非介入群の方が《自閉気質》《新奇気質》の高発現者が多く、さらに自己イメージが良く（自己抑制型行動特性が低い）、レジリエンス（肯定的未来志向）が高かった。

#### 自己イメージ・レジリエンスの変化

産後 1 か月/妊娠中の変化率の 2 群間での比較では、自己抑制型行動特性において、介入群の方が非介入群に比べ有意に下がっており自己イメージの改善を示した（表 2）。

表2 自己イメージ・レジリエンスの変化率(産後1か月/妊娠中)の比較

		介入の有無	中央値 (四分位範囲)	p値	参考値 平均値 (SD)
自己イメージ	自己価値観 変化率	非介入群	1.00 (1.00-1.33)	0.265	1.19 (0.43)
		介入群	1.00 (0.88-1.25)		
	自己抑制行動特性 変化率	非介入群	1.07 (0.89-1.25)	0.019	1.08 (0.21)
		介入群	0.86 (0.72-1.17)		
レジリエンス	レジリエンス 変化率	非介入群	1.02 (0.98-1.10)	0.488	1.04 (0.08)
		介入群	1.02 (0.97-1.07)		
	新奇性追求 変化率	非介入群	1.04 (1.00-1.12)	0.327	1.05 (0.10)
		介入群	1.04 (0.96-1.08)		
感情調整 変化率	非介入群	1.00 (0.98-1.10)	0.279	1.04 (0.13)	
	介入群	1.00 (0.94-1.07)			
肯定的な未来志向 変化率	非介入群	1.05 (1.00-1.11)	0.974	1.04 (0.11)	
	介入群	1.03 (0.94-1.15)			

Mann-WhitneyのU検定

非介入群 n=28, 介入群 n=38

非介入群も介入群も妊娠中より産後1か月の方が、自己イメージ(自己価値観が上がり、自己抑制行動特性が下がる)もレジリエンスも良くなっていたが、統計学的に有意であったのは非介入群の自己価値観の上昇と、レジリエンスであり、介入群は有意ではなかった。また、「愛着-養育バランス」には両群とも自己イメージやレジリエンスが影響していた。

非介入群も介入群も、妊娠中と産後1か月において自己イメージ、レジリエンスともに高い相関がみられ、妊娠中に自己イメージやレジリエンスを高めておくことは産後に良い影響をもたらす可能性が示唆された。

### リーフレットへの意見

表3のようにリーフレットに関する意見は、8割以上の対象者が肯定的で役立つものであると回答したことから、効果はあったと評価できる。

表3 リーフレットをみての意見・感想

気持ちが楽になった	32名(84.2%)
子育てに役立つと思えた	35名(92.1%)
他の人にも勧めたい	31名(81.6%)
プログラムとして必要である	34名(89.4%)

n=38

自由記載欄から一部を以下に抜粋する。

- ・自分の気質を知ることで、つらいことの乗り越え方に役立つというのが知ることができて良かった。
- ・自分の性格の傾向を自覚でき、かつ対応を教えてもらえるのがありがたかった。また「すべて完璧でなくてよい」と思えて心が楽になった。
- ・自分では気づいていないけど、確認(チェック)することによって、改めて自分の気持ちを知ることができた。
- ・今、自分がどのような心理状態なのか、また自分がどのような気質を持っているのかを知ることができたと思う。その状態から自分が子育てに対して感じるイライラをどう変換させるか、自分の考えや捉え方を見直すだけで大分気持ちが楽になった。育児は育児書通りにはいかなないと割り切ることができた。

体裁についての自由記載も一部抜粋する。

- ・私はリーフレットなどがあると読みたくなる性格なので読むと思うけど、読むのにエネルギーが必要な構成に感じる。
- ・子育て中で少しでも自分の時間が欲しい状態で、この情報量は少し厳しいです。例えば、「各気質の特徴」などは自分にあてはまらない部分は必要なく、見た目にも読むのが面倒な印象です。枚数を増やしても字をもう少し大きく、出来る限りシンプルに、絵や写真も大きくしていただけると、もう少し手に取りやすくなるかなと思います。

以上より、一定の効果はあったと評価はできるが、手にとってもらえないと内容も伝えることができないので、今後はより見やすくしていく必要がある。

### (3) SAT法を活かした支援を行うための支援者の育成

平成27年～29年の学習会には、3年間で139名の参加があった。実施内容は表4の通りである。

表4 3年間のSAT学習会の概要

	概要
2015年度:4回 6月～8月 土曜日 13時～17時	1回目:感情と行動(行動変容できないわけ) 2回目: SAT法(イメージ脚本とは) 3回目: あるがまま(自己成長)と考え方ではなく感じ方を変えること 4回目: ソーシャルスキルとグループカウンセリング
2016年度:6回 6月～1月 土曜日 13時半～17時	1回目: ソーシャルスキル(感情と行動、観察・傾聴・確認・共感) 2回目: ソーシャルスキル(7セッション・ネゴシエーション・コラボレーション、問題解決コーチング) 3回目: 気質と支援法(行動目標化支援、グループカウンセリング) 4回目: 宗像恒次氏 講演会 5回目: SAT法(自己イメージ脚本、あるがまま、気質コーチング、ストレスの自己対処) 6回目: 気質と自律神経・ホルモンとの関係(身体感覚から癒す)
2017年度:3回 7月～10月 土曜日 10時～17時	1回目: 気質とソーシャルスキル(観察・傾聴・確認・共感、7セッション・コラボレーション他) 2回目: 気質と自己イメージ脚本(感情と行動、あるがまま、身体感覚から癒す他) 3回目: 気質と支援法(ストレスと生体反応、問題解決コーチング、グループカウンセリング他) 毎回: 気質コーチング

学習会の内容理解は約8割ができた、2割が一部理解できなかったと回答した。支援に活かしたいとした人は64～91%であり年々増加した。自分の生活に是非活かしたいは76～91%で、一部活かしたいを入れると100%であった。自由回答では「自分の傾向を知れた」「気持ちが楽になった」「やってみるとおもしろみがわかる」等があった。演習を通して、すぐに使えるコミュニケーション方法と感じながらも、実際の生活に定着させる難しさについての意見も聞かれた。

対象が自己決定できる支援が望まれるが、そこには対象自身の自己イメージが大きく影響するとともに、支援者の自己イメージも支援する際に影響してくる。演習を多く取り入れた学習会は自己や対象を知るのに効果的であった。今後は生活の中に定着できるよう継続した学習会と共に支援としての具体的方法を検討していくことが課題である。

### 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7件)

武田江里子、木村幸恵、乳幼児を子育て中の母親の気質と「愛着-養育バランス」尺度との関連、日本助産学会誌、査読有、31(2)、2017、165-175

武田江里子、小林康江、1歳6か月児健康診査における「愛着-養育バランス」尺度短縮版のアセスメントツールとしての有用性、母性衛生、査読有、58(2)、2017、314-321

武田江里子、弓削美鈴、小林康江、母親が子育てをしやすく感じられるリーフレット

トの試作 母親の産後 1 カ月時の気持ちに着目して、日本母性看護学会誌、査読有、17(1)、2017、81-88

武田江里子、小林康江、弓削美鈴、乳幼児を子育て中の母親から子どもへの「愛着-養育バランス」に影響する内的要因 母親の被養育体験と内的作業モデルの影響、日本看護科学会誌、査読有、36、2016、71-79  
武田江里子、「愛着-養育バランス」尺度短縮版の作成と信頼性・妥当性の検討 乳幼児健診での「気になる」母親との関連から、小児保健研究、査読有、73(6)、2014、783-789

[学会発表](計16件)

武田江里子、産後 1 か月の母親の「愛着-養育バランス」尺度への自己イメージ・レジリエンスの影響、第 32 回日本助産学会学術集会、2018 年 3 月 3 日、横浜

木村幸恵、武田江里子、生後 6 か月児を子育て中の母親が期待する共感的支援と気質との関連、第 32 回日本助産学会学術集会、2018 年 3 月 4 日、横浜

武田江里子、子育て支援のための支援者育成の試み SAT(Structured Association Technique)学習会の効果、第 58 回日本母性衛生学会、2017 年 10 月 6 日、神戸

Eriko Takeda、The Connection Between the Temperament of Mothers of Infants and Concerns They Wish to Resolve、13th International Family Nursing Conference、2017 年 6 月 14 日、Pamplona Spain

木村幸恵、武田江里子、乳幼児を養育中の母親の不安気質と「愛着-養育バランス」尺度との関連、第 56 回日本母性衛生学会、2015 年 10 月 16 日、盛岡

Eriko Takeda、Yasue Kobayashi、Misuzu Yuge、The Impact a Mother's Parental Bonding Instrument and Internal Working Model Have on the Attachment-Caregiving Balance from Mother to Child、ICM APRC 11<sup>th</sup> International Confederation of Midwives、2015 年 7 月 22 日、Yokohama Japan

Eriko Takeda、Misuzu Yuge、Yasue Kobayashi、Stress and Stress Management that Impact the Development of the Caregiving System in Mothers at 1-month Postpartum、ICM 30<sup>th</sup> Triennial Congress International Confederation of Midwives、2014 年 6 月 3 日、Prague Česká republika

[その他]

特記事項なし

## 6. 研究組織

### (1) 研究代表者

武田 江里子 (TAKEDA, Eriko)  
浜松医科大学・医学部・教授  
研究者番号：60448876

### (2) 研究分担者

木村 幸恵 (KIMURA, Yukie)  
浜松医科大学・医学部・特任助教  
研究者番号：10725758

### (3) 研究連携者

小林 康江 (KOBAYASHI, Yasue)  
山梨大学・大学院医学工学総合研究部・教授  
研究者番号：70264843