

### 子どもの発達に関する知識が育児ストレスに及ぼす影響

大川, 真知子 / OKAWA, Machiko / WATANABE, Yayoi / 渡辺, 弥生

(出版者 / Publisher)

法政大学文学部

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

Bulletin of the Faculty of Letters, Hosei University / 法政大学文学部紀要

(巻 / Volume)

74

(開始ページ / Start Page)

81

(終了ページ / End Page)

93

(発行年 / Year)

2017-03-30

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00013651>

# 子どもの発達に関する知識が 育児ストレスに及ぼす影響

渡辺 弥生・大川真知子

---

## 要 旨

本研究の目的は、育児ストレスを緩和する要因として、子どもの発達に関する知識を挙げ、まず、子育てをしている親がどのくらいの知識を持っているのかを調べた。同時に、知識を知っていることが育児ストレスにどのような影響を及ぼしているのかを検討した。保健所の乳幼児健康診査に来所した母親 294 名に調査用紙を配布し、返送のあった 104 名を分析対象とした（有効回答数 78.7%）。分析の結果、子どもの発達に関する正確な知識を持って子育てをしている親がかなり少ないことが平均得点の範囲から明らかになったことや、特に、お友達との関係性を含む社会性の面の知識に関して、子どもが実際に獲得できる年代よりも大幅に早く獲得できている母親が多いことが明らかになった。

また、知識の多少が育児ストレスに影響を与えているかどうかを調べたところ、知識を中程度に持っている群の母親が最も育児ストレスが高いことが示された。以上の結果から、子どもの発達に関する知識が多ければ育児ストレスを緩和する要因になるとは単純にはいえず、今後どのような知識をどれくらいといったさらに具体的な検討が望まれる。

キーワード：育児ストレス、育児不安、子どもの発達に関する知識

---

## 問題と目的

核家族化が進み、地域とのつながりが希薄になっている現在、周囲から育児についての知識やサポートを得られないまま親になることも少なくない。特に、育児を担うことが多い母親は育児にストレスを抱えやすい。こうした状況をふまえて、妊娠期からのサポート体制や、出産後の子どもの乳幼児健診等で、子どもの発達面だけではなく、親の心配や不安を緩和できるような取り組みも増えてきている。子育て中の親は、誰しも不安やストレスを感じており、このような否定的な感情を持つこと自体は特別な問題ではない。しかし、その程度が閾値を超え過度に感じるようになると、毎年増え続けている児童虐待につながる危険性が高ま

ることが多くの研究で示唆されている（花田・永江・大石・本田，2007；中谷・中谷，2006，高橋，2007）。育児に対する否定的な感情が高まることによって、親業や一般的な生活全体に対する満足度が低下し（Crinic & Booth, 1991）、抑うつ の程度にも影響するほか（佐藤・菅原・戸田・島・北村，1994）、子どもの発達や親子関係にも望ましくない影響を及ぼす可能性があると言われている（Belsky, 1984）。

こうした事態をふまえ、育児ストレスや育児不安を緩和する要因を検討することは、育児をする母親や父親へ何らかのサポートを行う可能性に結びつくと考えられる。子どもの心身の成長や発達、精神的健康を維持することにつながり、育児の楽しさや親としての自信を得ることにもつながると考えられる。従来の先行研究からこうした育児ス

トレスの緩和に効果があるものとして、ソーシャル・サポートが取り上げられてきた。ソーシャル・サポートとは、ソーシャル・ネットワークといった人間関係によりもたらされる援助のことを指している。必ずしも、実際に助けてもらうことではなく、何か困った状況でSOSのサインを出したときに助けてくれることをどの程度確信できるか、という信頼度とも考えられる(寺見, 2015)。具体的に育児ストレスを緩和するソーシャル・サポートの例を挙げると、子どもと毎日過ごすことが辛いというストレス状況に陥った場合は、夫が交代し買い物に行かせてくれる、同じ年齢の子どもを持つママ友に話を聞いてもらう、という周りの他者が必要な時に助けとなる手段を提供してくれることが考えられる。

ストレス研究において、ソーシャル・サポートが心身の健康に果たす役割は大きく、育児期の母親のストレスについて、緩和する効果があることが明らかである(荒木・大石・岩木・渡辺・池田・達田・小川, 2001; 荒牧・田村, 2003)。この結果は、海外の研究でも同様のことが示唆されている(Belsky, 1984; Goldstein, Harold, Diener & Mangelsdorf, 1996)。特に、ソーシャル・サポートの送り手に関しては、サポートの送り手が“誰か”ということよりも、多くの人からサポートがもらえる状態にあることがストレスを減少することになるほか(竹田・岩立, 1999)、配偶者である夫のサポートの重要性が指摘されている(牧野, 1982)。さらには、育児仲間の存在が育児不安の緩和要因として作用すると報告されている(渡辺・石井, 2005)。こうした研究から、母親と子どもの二人だけの孤立した育児にならないように、配偶者である夫や家族、友達、子育てセンターや保健所の人々、地域の人々などの社会全体で育児に取り組むことが必要である(中村, 2010; 中谷, 2010)。

しかし、高橋・園田(2008)は、ソーシャル・サポートは対人関係における事柄であるため、先述したポジティブな面だけではなく、逆にネガティブに働く可能性を考慮する必要があると指摘して

いる。つまり、過度なソーシャル・サポートは、かえってサポートを受容する側のストレスになってしまう場合もあり、望んでいないサポートには負担を感じてしまう場合があるのではないかと指摘している。また、大森(2010)は、母親のパーソナリティと育児不安の関連性を検討しており、自律性や柔軟性、親和性といったパーソナリティの側面がソーシャル・サポートの受容に関係しているという結果を示した。母親の個人差から、ソーシャル・サポートを有効に受容できる人もいれば、受容することができない人、受容してもストレスや不安が緩和しない人など、様々な人がいると考えられる。他方で、塩澤・笠原・五十嵐(2005)は、核家族化が進む日本において、周りに育児の悩みを相談出来るような人がいない母親が多く存在していると指摘し、ソーシャル・サポートを得たくても、得ることの出来ない母親への支援にも言及している。このことから、ソーシャル・サポートだけに依存せず、育児ストレスや育児不安にネガティブな影響を及ぼしている可能性があるとするならば、何か他の緩和要因について検討することが必要だと考えられる。しかし、今のところ、日本において育児ストレスを緩和する要因に関しては、大半の研究がソーシャル・サポートに関するものである。

そこで、育児ストレスを緩和する要因の一つとして、新たに「発達に関する知識」を増やす支援が考えられる。MacPhee(1981)の研究を参考にすると、「子どもの発達段階に基づく知識、つまり子どもの発達過程で見られる行動や現象がどういった身体的・精神的成長をしているのかを示す情報」と定義づけることができる。MacPhee(1981)は、子育てには毎日のように解決しなければならぬ問題が生じてくると指摘している。そのため、子どもが新しい発達段階に入るにあたって、あらかじめ子どもに対応できるような情報を親が学んでおくことが望ましいと考えられる。親には学んで実践できる情報が必要となることを指摘し、親が子どもの発達について大雑把にでも捉えることができれば、ある程度子どもの行動を予期

できるほか、子どもに対してより効果的に接することができるのではないかと考えられる。こうした背景から、親の養育行動を支援することにつながるかと仮定し、実際に親がもっている子どもについての知識をアセスメントしようと試みている。MacPhee (1981) は、Knowledge of Infant Development Inventory (KIDI) 尺度を作成し、信頼性および妥当性を検証している。すでに海外において、この KIDI が使用され、育児に関する事柄と関連を見た研究いくつか行われている (Huang, Caughy, Genevro & Miller, 2005; Zolotor, Margaret, Debra, Marjorie & Key Family Life Project Investigators, 2008)。

こうした発達に関する知識の研究は、MacPhee (1981) だけに限らず、海外において多様に研究されている。Donovan, Taylor & Leavitt (2007) は、子どもの発達に関する知識が少ない母親は、乳児に関する感受性 (子どもの反応に対するの敏感さ、応答性) が低いことを実験によって明らかにしている。また、Bornstein, Hendicks, Hahn, Haynes, Painter & Tamis-LeMonda (2003) は、子育てと乳児に関する発達の知識は、自分自身の能力の認知、満足、子育てへの投資においてポジティブに関連があるということを示している。同様に、子どもの発達についての知識を持つことで、家庭環境の質 (Benasich & Brooks-Gunn, 1996) や養育スキル (Stevens, 1984) にもポジティブな影響があることが報告されている。Page (2008) の研究によると、乳児に関する発達の知識は、産後うつを予防し、知識を多くもつ母親は、知識を少ししかもたない母親や中程度の知識をもつ母親と比較すると、ポジティブな養育行動を維持しやすいことが報告されている。Elliott & West (2008) の研究でも、母親の育児と子どもの発達についての知識は、望ましい育児行動をする上で重要な促進要因となることが示されている。さらに、Barbara & Deborah (1992) は、母親の自信を示す自己効力感とこの知識が結びつくと、親子間の相互作用の質が高くなることを報告している。この

ように、発達に関する知識は、母親の養育行動や認知に対してポジティブな影響を及ぼしていることが考えられる。

しかし、日本においては、この発達に関する知識や育児知識が育児ストレスを緩和しているかについて検討されてこなかった。ソーシャル・サポートのように周囲の人間関係を変化させるなど環境要因に介入することは難しいが、若い親に発達についての知識を伝えることは比較的容易であり、支援の可能性が高まると考えられる。そこで、本研究では、まず母親を対象に、子どもの行動がどういった心理的な意味をもっているのか、何歳くらいにどのくらいの行動や現象が見られるようになるのかという子どもの発達について知識を測り、母親の子どもの発達についての知識の現状を探ることを目的とする。また、知識があることで育児ストレスや不安が緩和できるのかどうかを検討することとする。その際、どれくらいの知識の量を持つことで、育児ストレスが緩和されるのかについても併せて検討することとする。

## 方 法

### 1. 調査対象者

東京都 S 区内にある保健センターに乳幼児健康診査 (4 ヶ月・1 歳 6 ヶ月・3 歳) に来所した母親 294 名に質問紙を配布した。返送のあった 132 名 (回収率 44.8%) の中から欠損値を除いた 104 名を分析対象とした (有効回答率 78.7%)。104 名の健診年齢別内訳は、4 ヶ月健診対象者の母親 48 名、1 歳 6 ヶ月健診対象者の母親 31 名、3 歳健診対象者の母親 25 名であった。母親の平均年齢は 34.35 歳であり、SD は 3.56 であった。

### 2. 調査内容 (質問紙構成)

#### (1) 発達に関する知識項目

既存の発達検査 (乳幼児精神発達診断法、遠城寺式乳幼児分析的発達検査法、日本版デンバー式発達スクリーニング検査、新版 K 式発達検査 2001) において、共通している項目や、渡辺

(2003) の『1歳から3歳児のしつけ方がわかる本』、渡辺(2005)の『親子のためのソーシャルスキル』を参考にし、30項目を作成した。回答方法は、「下記のような子どもさんの行動や状態は何歳頃から見られると思いますか?」という質問に対し、「0歳」～「5歳」までの中からあてはまると思う年齢に○をつけてもらうようにした。質問項目の内容は、Table 1 に表した通りである。

## (2) 育児ストレス尺度

手島・原口(2003)の作成した育児ストレス尺

度の下位尺度である育児不安尺度20項目が使用された。例えば、「育児についていろいろ心配なことがある」、「ひとりになれる時間がない」、「子育てに関してどうしたらいいかわからない」、「子どもをわずらわしいと思うことがある」等、養育者が育児中に生じる心の状態を尋ねる項目から構成されており、「全くあてはまらない(1)」～「非常にあてはまる(4)」の4段階評定で回答を求めた。合計得点が高ければ高いほど、育児に対して不安が高いということを示している。

Table 1 発達に関する知識項目

	0 歳	1 歳	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳
1. ひとりで歩くようになる	0	1	2	3	4	5
2. 「イヤ」「自分でやる」といった自己主張をする	0	1	2	3	4	5
3. 首がすわる	0	1	2	3	4	5
4. ごっこ遊びをする	0	1	2	3	4	5
5. 聞き分けができるようになる	0	1	2	3	4	5
6. いろいろな曜日があることを知っている	0	1	2	3	4	5
7. おもちゃを取り合う	0	1	2	3	4	5
8. 人見知りをする	0	1	2	3	4	5
9. 同年齢の子どもと会話ができる	0	1	2	3	4	5
10. ルールがわかるようになる	0	1	2	3	4	5
11. がまんでできるようになる	0	1	2	3	4	5
12. 自分の名前を言う	0	1	2	3	4	5
13. 文字に対する関心が芽生えてくる	0	1	2	3	4	5
14. ひとり遊びをする	0	1	2	3	4	5
15. 自分の気持ちを伝えられるようになる	0	1	2	3	4	5
16. こぼさないで食事ができるようになる	0	1	2	3	4	5
17. ものにつかまって立つ	0	1	2	3	4	5
18. 人を見ると笑いかける	0	1	2	3	4	5
19. 足を交互に出して階段をのぼる	0	1	2	3	4	5
20. 相手の表情から気持ちを推測できる	0	1	2	3	4	5
21. 上衣をひとりで着る	0	1	2	3	4	5
22. 寝返りをうつ	0	1	2	3	4	5
23. 絵本を読んでもらいたがる	0	1	2	3	4	5
24. ひとりで靴をはく	0	1	2	3	4	5
25. 名前を呼ばれると返事をする	0	1	2	3	4	5
26. 自分のものと他の人のものの区別がつくようになる	0	1	2	3	4	5
27. 自分の名前をひらがなで書けるようになる	0	1	2	3	4	5
28. 友達と順番にものを使う	0	1	2	3	4	5
29. 「パパ」「ママ」など意味のある言葉を3語以上言う	0	1	2	3	4	5
30. 友達と互いに主張したり、協力しながら遊ぶ	0	1	2	3	4	5

### (3) フェイスシート

母親の現在・出産時の年齢、子どもの数、性別、勤務状況、家族構成、知識・情報の入手先、現在の子育ての悩み（自由記述）を記入するよう依頼した。

### 3. 調査手続き

東京都品川区にある保健センターで行われた乳幼児健康診査（4ヶ月、1歳6ヶ月、3歳）に来所した母親に対して質問紙を配布し、自宅に持ち帰り記入してもらった。郵送方法が用いられ、同封した切手付き返送用封筒に入れて投函してもらうようお願いした。

## 結 果

### 1. 発達に関する知識項目の得点

発達に関する知識は30項目から構成されており、正しい年齢に丸がついていたら1点、不正解の場合は0点と採点した。満点は30点、レンジは6点～17点であった。調査対象者の平均得点は12.10点であった（ $SD = 2.37$ ）。度数を見ると、14点の者が22名、13点の者が18名、11点の者が17名の順に多かった。年齢については、その年齢ジャストということではなく、その年齢の範囲でという理解で回答してもらった。

正解率の高かった項目は、「ひとりで歩くようになる」（正答：1歳）、「首がすわる」（正答：0歳）、「寝返りをうつ」（正答：0歳）、「人を見ると笑いかける」（正答：0歳）等であり、いずれも90%を越えていた。また、不正解率の高かった項目は、「聞き分けができるようになる」（正答：4歳）、「ルールがわかるようになる」（正答：5歳）、「相手の表情から気持ちを推測できる」（正答：5歳）等であり、いずれも90%を越えていた。この結果から、0歳や1歳ごろの行動や状態に関する知識については大半の母親が持っていること、しかし、他者とのやりとりや、社会性に関する知識については正確な知識を持っている母親は少ないということがわかった。

また、不正解率の高かった項目や他者とのやりとりに関する行動や状態については、母親が回答した年齢と実際に行動や状態が見られる子どもの年齢との間に違いが生じていると考えられるため、どのくらいの差が生じているのかを調べた。「10. ルールがわかるようになる」のは実際5歳頃であるのに対して、約72.5%の母親は2・3歳と回答していた。「20. 相手の表情から気持ちを推測できる」のは実際5歳頃であるのに対して、約87.3%の母親は0～3歳と回答していた。「5. 聞き分けができるようになる」のは実際4歳頃であるのに対して、約73.5%の母親は2・3歳と回答していた。さらに、「11. がまんでできるようになる」のは実際4歳頃であるのに対して、約71.6%の母親は2・3歳と回答していた。すなわち、母親が持っている知識と実際の年齢の知識との間に違いが生じていることが示唆された。そして、実際の年代よりも、早い時期に獲得していると考えられる傾向にあり、特に、社会性がすでに2～3歳で獲得されていると考えていることが明らかになった。

### 2. 育児不安尺度の因子構造

育児不安を問う20項目について、因子分析（重み付けのない最小二乗法、バリマックス回転、先行研究を基に因子数を決定）を行った結果、先行研究と同様に3因子（負荷量が0.35以上、累積寄与率44.5%）を抽出した（Table 2）。なお、除外した項目はなかった。

第1因子は、「この先どう育てたらいいのかわからない」、「何となく育児に自信が持てない」、「よその子と比べて、落ち込んだり、自信をなくしたりすることがある」など、どの項目に関しても育児に対して不安や心配と感じていること、育児をしていく自信のなさを表す項目に負荷量が高いことから「育児不安感」因子と命名した。「育児不安感」因子の得点が高くなるほど、育児をより困難、不安と感じていることと判断される。

第2因子は、「自分の時間がない」、「子どものために仕事や趣味を制約される」、「ひとりになれる時間がない」など、どの項目に関しても育児を

する前は出来ていた自分の趣味ややりたいこと、自分で自由に使うことが出来ていた時間が育児のために出来なくなってしまい、制約されていると感じていることや時間がとれないなど、育児をすることによって生じている感情を表す項目に負荷量が高いことから「育児束縛感」因子と命名した。「育児束縛感」因子の得点が高くなるほど、自分のやりたいことや育児以外の時間を持ちたいと思っているにもかかわらず、育児（子ども）を優先しなければならないという葛藤が生じていることと判断される。

第3因子は、「子どもを憎らしいと思うことがある」、「子どもをわずらわしいと思うことがある」、

「子どもを育てることが負担に感じる」という育児をすることによって生じる子どもへの負の感情を表す項目に負荷量が高いことから「育児負担感情」因子と命名した。「育児負担感情」因子の得点が高くなるほど、育児（子ども）に対してネガティブな感情を持っていることと判断される。

因子分析の結果において、明らかになった各因子を構成する下位尺度の内的整合性を検討するために、Cronbachの $\alpha$ 係数を算出したところ、「育児不安感」因子が.84、「育児束縛感」因子が.79、「育児負担感情」因子が.79と高い信頼性が認められた。

Table 2 育児不安の因子分析

項目	育児不安感	育児束縛感	育児負担感情	共通性
21. この先どう育てたらいいかわからない	0.712	0.072	0.263	0.581
13. 何となく育児に自信が持てない	0.686	0.200	0.229	0.563
22. よその子と比べて、落ち込んだり、自信をなくしたりすることがある	0.656	0.194	0.149	0.490
30. 子育てに関してどうしたらいいかわからない	0.648	0.240	0.285	0.559
18. 子育てに失敗するのではないかと思うことがある	0.633	0.104	0.183	0.446
4. 母としての能力に自信がない	0.556	0.054	0.373	0.451
1. 育児についていろいろ心配なことがある	0.501	0.204	0.136	0.311
9. 子どもの発育・発達が気になる	0.401	0.133	0.025	0.179
8. 自分の時間がない	0.242	0.733	-0.051	0.598
25. 子どものために仕事や趣味を制限される	0.058	0.708	0.111	0.516
14. ひとりになれる時間がない	0.155	0.605	0.166	0.418
33. 家事を全てする時間がない	0.067	0.566	0.251	0.388
20. 自分のペースが乱れる	0.245	0.559	0.310	0.469
32. 毎日同じことの繰り返しをしている	0.281	0.353	0.127	0.220
31. 子どもを憎らしいと思うことがある	0.026	0.242	0.712	0.565
35. 子どもをわずらわしいと思うことがある	0.349	0.159	0.652	0.572
34. 子どもを育てることが負担に感じる	0.39	0.331	0.572	0.589
6. 子どもを虐待しているのではないかと思うことがある	0.191	0.256	0.503	0.356
27. 育児意欲がない	0.213	0.052	0.459	0.259
24. 子どもを産まなければ良かったと思う	0.411	-0.003	0.447	0.369
固有値	6.90	2.01	1.54	
因子寄与率	18.53	13.19	12.79	
累積寄与率	18.53	31.71	44.50	
Cronbachの $\alpha$ 係数	0.840	0.790	0.790	

### 3. 知識得点の高低が育児ストレスに及ぼす影響

発達についての知識得点の高低が育児ストレスにどう影響しているかを調べるために、平均値を基準として、知識得点低群・中群・高群に分けた。その際、知識得点低群（10.32点以下、24名）、知識得点中群（10.33～13.87点、45名）、知識得点高群（13.88点以上、35名）のように分類を行った。知識についての群を独立変数とし、育児不安得点を従属変数とする1要因の分散分析を行った。その結果、有意差が見られたことから( $F(2, 101) = 3.59, p < .05$ )、最小有意差法(LSD法)による多重比較を行ったところ、知識得点の中群と高群、及び知識得点の低群と中群が5%水準において有意な差が見られた。育児不安の得点の平均値は、中群が38.96点と最も高く、続いて低群で34.75点、高群で34.69点であった(Figure 1参照)。

Figure 1に示されるように、発達に関する知識を多く持っている母親(知識高群)は、知識を中程度持っている母親(知識中群)に比べて育児不安が低いということが明らかとなった。同様に、知識を少し持っている母親(知識低群)は、知識を中程度持っている母親(知識中群)よりも育児

不安が低いということも示された。知識を多く持っている母親と少なく持っている母親の間に有意な差は見られなかった。すなわち、知識を30問中10～13問程度持っている母親はそれより多く持っている母親、少なく持っている母親よりも育児に対して不安やストレスといったネガティブな感情を抱いている可能性があることが示唆された。必ずしも、知識が増えるほど不安がなくなるのではなく、中程度の知識をもつ場合に不安が高いことが示唆された。

## 考 察

### 1. 発達に関する知識得点の検討

平均点を見てみると、12.70点であったことから発達に関する正しい知識を多く持った母親は少ないことが考えられる。これは、誤った知識をもったまま子育てをしている母親が多いという可能性も示唆することができる。正解率の高かった項目を見てみると、0歳頃に見られる「行動」に関しては、正確な知識を持った母親が多いことがわかった。これは、0歳の頃は精神的な面の発達よりも、身体的な面での発達の方が顕著に見られるためであろう。また今回の調査では、4ヶ月、1歳6ヶ月、3歳児の乳幼児健康診査で来所した母親に対

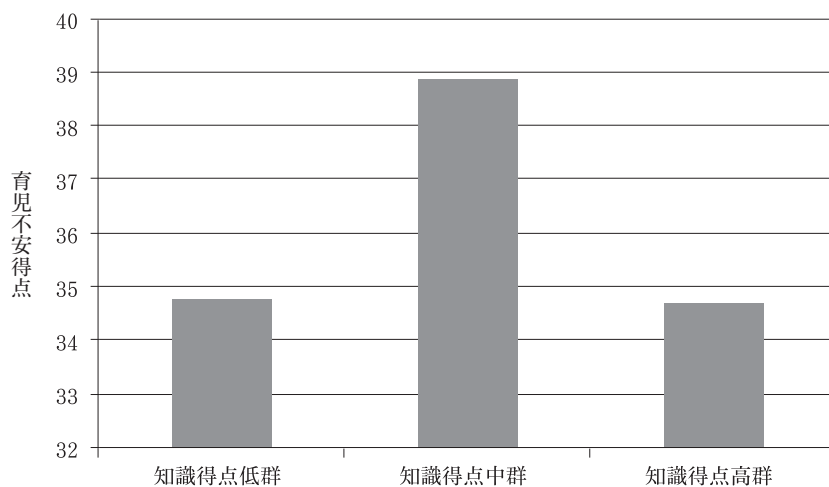


Figure 1 知識の群分けによる育児不安得点



して行ったため、1歳6ヶ月、3歳児健診で来所した親は経験として理解していた内容だったためであるとも言える。また、妊娠期から子育てを始めたばかりの時期は、育児に関する本や情報に敏感であり、祖父母など周囲のサポートも多くあり、知識として定着する可能性が高いように思われる。

逆に、不正解率が高かった項目については、他者と関わり、相手のことを考えられることが出来るようになる状態に関するものが多く、対人関係について正確な知識を持った母親が少ないことが明らかとなった。不正解率が高かった項目について、母親が回答した年齢と実際に行動や状態が見られる子どもの年齢との間に違いが生じてあるかどうかを調べたところ、実際の年齢よりも早い年齢に行動や状態が見られると回答した母親が多かった。間・関根・室(2000)は育児中の母親が、子どもが2歳の時に「ひらがなが読めない」、「日付・曜日がわからない」、といった言語領域、「おもちゃの貸し借りができない」、「約束を守れない」といった対人(社会性)領域においてネガティブ感情が高まることを示した。本研究の結果でも、「ルールがわかるようになる」のは実際5歳頃であるのに対して、約70%の母親は2・3歳と回答していた。さらに、「がまんできるようになる」のは実際4歳頃であるのに対して、約70%の母親は2・3歳と回答していた。実際の子どもの年齢と母親が考えている年齢にズレが生じているため、母親はイメージと現実に挟まれ悩んでしまうことや不安に感じてしまうことにつながるのではないかと、と思われる。すなわち、実際よりも早い年齢で出来るという思い込みから、出来ないことに焦りを感じてしまうことが考えられる。平海(2006)は、乳幼児健診で見られた月齢による育児不安の変化を調査しており、幼児期になると発育の個体差が大きくなり、言語や社会性と情緒の発達が見られる時期になり、育児上の心配が増加していることを明らかにした。以上のことから、発達段階の視点を入れた発達に関する知識を母親に与えることで、現実とのギャップに悩んでいる母親には、実際に出来るようになる年齢を考慮し、長期的な見

通しを立てて子どもと生活していくこと、さらには、育児上の不安が高まる幼児期に正しい知識を得ることにより、不安を解消し、子どもが成長していく様子を楽しめるようになることにつながるのではないかと考えられる。

## 2. 育児不安尺度の因子構造の検討

育児不安尺度の因子分析の結果から、育児に対する心配事や自信のなさを表す項目に負荷量が高い「育児不安感」因子、育児をすることによって、自由な時間がなく制約があるように感じる項目に負荷量が高い「育児束縛感」因子、子どもに向かい合うことによって生じるネガティブな感情を表す項目に負荷量が高い「育児負担感情」因子の3因子が抽出された。手島・原口(2003)が行った先行研究では、「中核的育児不安」因子、「育児感情」因子、「育児時間」因子といった3因子が抽出されており、因子負荷量は違うものの、先行研究通りの項目に3つの因子に分かれる結果となった。本研究の「育児不安感」は先行研究の「中核的育児不安」と、「育児束縛感」は「育児時間」と、「育児負担感情」は「育児感情」に該当する。因子名を変更した理由としては、先行研究の因子名は育児不安というネガティブな感情を適切に表現しているとは思えなかったため、本研究では新たな因子名をつけて表現した。因子分析の結果から、育児不安と一言で表せるとはいっても、3つの要因から構成されていること、育児や子どもに対してネガティブな感情が含まれていることが明らかになった。

この結果から、乳幼児の子どもをもつ母親が、育児そのものへの不安や負担感情だけではなく、自分の時間がないといった育児以外の行動が制約されることが、育児不安を形成する要因になっている可能性があることが示唆された。まず、「育児不安感」因子についてであるが、現代の若い母親は、子どもの育て方は学校等の教育の場では教わることは少ない上、核家族化のため、出産するまで小さな子どもと関わる機会がないという状況が考えられる。このような中で母親となり、今ま

では違う生活で混乱や戸惑いを感じることや、子どもの事を真剣に考えるがゆえに不安になることが予測される。子育てにおいて不安にならない母親はいないとされており（荒牧・無藤，2008；大日向，1982），誰もが不安やストレスを多少は感じている。そのため，精神的健康に影響を及ぼさない程度なら心配はいらないが，深刻な問題に発展する可能性もあることに注意しなければならないと言える。次に，「育児束縛感」については，母親役割の受容の困難ということが挙げられる。大日向（2010）は，最近の母親の様子として，「母親役割では充たされない母親」について述べている。これは，一旦子どもを産んで育児に専念する生活に入ると，「妻」や「母親」としてしか扱われなくなると考え，社会から取り残される焦燥感を高め，わが子と共に過ごす時間にも喜びを見いだせないと自責の念に苦しんでいることを意味している。現在の日本では，3歳児神話などに見られるように，子どもが小さい時は専業主婦という選択をしている母親が多くおり，ある程度子どもが大きくなり，仕事に復帰したくても子育てと仕事の両立が可能な社会になっているとは考えられないため，「母親」という役割を選択するしかないと考えてしまうのである。その結果，子どもをもつ以前の自分の自由なライフスタイルが，出産後，子どものペースや成長に合わせなければならなくなった状況にあることが推測され，育児に対する束縛感を高める結果になっていると考えられる。3つ目の「育児負担感情」については，日本では3歳児神話と呼ばれるものがあり，育児をするために専業主婦を選択せざるを得なくなる母親が多くいる。仕事をしていた時よりも社会との接点がなくなり，核家族化が進む中で，サポートを求める相手が身近にいないといった育児に対する閉塞感から派生してくるものであるように思われる。育児不安の背景には，社会的な背景と伝統的な母親役割の受容の影響が強いと考えられる。

### 3. 知識得点の高低が育児ストレスに及ぼす影響の検討

結果から，知識が多い場合および少ない場合は，意外にも育児ストレスは低く，子どもの発達についての知識の量がストレスには影響があまりないことが示された。この理由として，知識を少し持っている群の母親は，2つのイメージが喚起される。1つ目は，知識や育児の情報に頼るのではなく，子どもとの相互作用を重視し，子どもとの関わりから独自に育児方法を見出すことができている母親である。子どもが親にいろいろ教わるように，親も子どもから多くのことを教わっているのではないかとも見受けられる。知識や技術的なものをあまり気にせず，自由に自分らしく育児を行っている可能性が考えられる。しかし，その一方で，知識をもたず無知な状態で子育てを行っており，特に不安も感じず，奔放に育児を行っている場合も考えられる。いずれにせよ，せっかくの子どもの成長を見る機会を見逃しているのではないかと考えることができる。

他方，知識を多く持っている群の母親のイメージ像として，育児雑誌や育児書が多く出回り，情報が氾濫している中でも必要な知識を頭に入れ，子どもが何が出来るようになったのかその成長の過程を楽しんでいる姿を想像することができる。子どもの行動やトラブルが何歳頃に見られるかという大まかな知識を持つことにより，余裕ができ，子育てをする上で見通しや予期を立てることが可能になると思われる。発達に関する知識をたくさん詰め込むべきというわけではなく，各年齢や各発達段階で知っておいたほうが良いものをある程度選定して負担にならない程度に持つことが重要であると言える。子どもを育てることは，常に葛藤や試行錯誤があり，不安や悩みは避けられないというような考えをもちながらも，まったくの手探りで育児をするよりは，すでに明らかとなっている知識や経験を理解し，それを活用した方が子どもと上手に関わることはできるのではないかと考えられる。

本研究では、知識を中程度持っている群が最も育児ストレスが高いという興味深い結果が得られた。おそらく、知識の獲得が中途半端な状況にあり、悩んだ時に知識に頼れば良いのか、今まで育ててきてわかった感覚に頼れば良いのかわからなくなってしまう状態を想像することができる。また、知っている知識と知らない知識にばらつきがあると考えられるほか、ある年齢の子どもの行動や状態に関しては不安や心配はなかったものの、次の年齢の知識を知らないのも、そこで悩んでしまう場合もあるのではないだろうか。

知識を中程度持っている母親が最も育児不安が高いということは、他の群と比較して明らかとなったが、知識の低群と高群の得点の間には統計的な差は見られなかった。この結果からは、知識をより多く持った方が育児に対する不安が生じにくいという可能性が示されたと同時に、知識を持っていなくても育児に対する不安が生じにくいという可能性が示された。そのため、一概には言えないが、知識を多く持つことで不安が低くなるという可能性は一部示唆されたと言える。ただし、知識をもたず、不安ももたないということは、子どもに対する感受性や応答性が低い (Donovan et al., 2007) ということも示されている。感受性や応答性が低いということは、子どもが何か行動や状態を示した時に、対応をせずに無視をして家事や他のことに夢中になっているということが挙げられるため、ネグレクトといった児童虐待のリスクも考えられる。今後は、育児不安が少ないことは望ましい状態ではあるが、知識との関連からは一概にそうは言えないため、育児をする母親全員に対して知識を提供する必要性があると言えよう。特に、社会性などの知識が必ず早期に獲得されると思込んでいることから、友達関係を早くから期待したり、親の気持ちがわからないのかと叱咤する可能性も考えられるため、乖離が大きかった項目について親にきちんと伝えておく必要がある。林 (2005) は、子育てに必要な援助として、子どもの発達の知識を得ることと挙げているほか、青木・粕谷・藤巻 (2009) が母子健康手帳への要望

を調査したところ、「子どもの発育や発達、健康のチェック」のニーズがあったことを報告している。すなわち、知識を得ることは育児をする上で有効とされていること、本研究において、育児ストレスを緩和する要因である可能性が示唆されたため、今後の乳幼児健康診査での指導や保健所での育児相談の場での活用が期待される。

## 総合考察

本研究は、育児ストレスを緩和する要因として子どもの発達に関する知識を取り上げ、育児ストレスに対して緩和することができるかどうか、探索的に研究を行った。発達に関する知識を持っている程度を3つに分け (低群・中群・高群)、統計的な分析を行ったところ、知識を30問中10問程度持っている群が最も育児不安やストレスを感じていることが明らかとなった。本研究の結果から、知識をたくさん詰め込むようなことは必要ないが、心理学的視点を入れた発達段階ごとの重要な知識を持つことで、不安やストレスを低くするという緩和の効果が期待できると考える。また、こういった発達に関する知識は育児を行う上で必要とされていること、母親が知りたいという要望があることから、育児をする親に対して保健所、子育て支援センター、母親学級等の親の支援をする場で支援する側が機会を設け、教える必要性のあることが明らかである。

今後の課題としては、本研究において、発達に関する知識は既存の発達検査の項目を使用した。標準化はされており、各々の検査の共通している項目を採用したものの、妥当性や信頼性まで検討を行わなかった。今後、知識の程度を測定する場合は本研究に使用した発達に関する知識項目の信頼性や妥当性を検証する他に、MacPhee (1981) のKIDIを日本語に訳し、標準化するなど海外の尺度を日本で行うことも考えられる。また、調査対象者が104名と少なかったため、今後はより多くの対象者に質問紙調査を行い、どのくらいの知識の量が有効であるのか、項目の内容まで検討す

ることが必要であると言える。

また、育児不安を抱える母親に対する支援に関しては、乳幼児健康診査や予防接種等で保健所に来所した際に、心理相談やカウンセリングを気軽に受けることのできるような場を提供することが必要だと言える。1994年に母子健康法が改正され、乳幼児健康診査の実施に際して心理相談員が配置されるようになったため、子どもの発達や疾患等の問題だけではなく、母親自身の問題にも目を向けることが可能となっている。日本の乳幼児健康診査の受診率は高く、ほとんどの母親もしくは父親が来所するため、育児不安やストレスが高い親を見つけることのできる機会と思われる。しかし、心理相談やカウンセリングは、保健師から相談を勧められても、その場ではなく、改めてアポイントをとらなくてはならないことが多く、母親が負担に感じ、相談そのものに不安を感じてしまうことが指摘されている(興石, 2005)。このような状況を改善することで、母親が人的なサポートを気軽に得ることができ、専門家である心理士からのアドバイスは有効に働くことができるのではないかと考えられる。育児不安やストレスが高い母親に対しては、個別のフォローが必要であるため、心理相談やカウンセリングは継続的に行われることが望ましいと言える。母親の負担にならないような相談の場が多く設けられることが大切だと考える。最後に、母親だけでなく育児は父親中心に行われる家庭も増えており、夫婦を対象にした支援のあり方を考えることが重要であろう。

#### 引用文献

- 青木美菜子・粕谷和美・藤巻わかえ (2009). 母子健康手帳の積極的活用に向けて — 保護者への質問紙調査から — 小児保健研究, **68**, 575-582.
- 荒木美幸・大石和代・岩木宏子・渡辺鈴子・池田早苗・達田志津子・小川由美子 (2001). 育児期にある母親に対するソーシャル・サポートと育児ストレスとの関連性 長崎大学医療技術短期大学部紀要, **14**, 89-95.
- 荒牧美佐子・無藤隆 (2008). 育児への負担感・不安感・肯定感とその関連要因の違い: 未就学児を持つ母親を対象に 発達心理学研究, **19**, 87-97.
- 荒牧美佐子・田村毅 (2003). 育児不安・育児肯定感と関連のあるソーシャル・サポートの規定要因 — 幼稚園児を持つ母親の場合 — 東京学芸大学紀要 6 部門, **55**, 83-93.
- Barbara, C., & Deborah, G. (1992). Maternal Confidence, Knowledge, and Quality of Mother-Toddler Interactions: A Preliminary Study. *Infant Mental Health Journal*, **13**, 353-362.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, **55**, 83-96.
- Benasich, A., & Brooks-Gunn, J. (1996). Maternal attitudes and knowledge of child-rearing: Associations with family and child outcomes. *Child Development*, **67**, 1186-1205.
- Bornstein, M. H., Hendricks, C., Hahn, C., Haynes, M., Painter, K. M., & Tamis-LeMonda, C. S. (2003). Contributors to self-perceived competence, satisfaction, investment, and role balance in maternal parenting: A multivariate ecological analysis. *Parenting: Science and Practice*, **3**, 285-326.
- Crnic, K. A., & Booth, C. L. (1991). Mothers' and fathers' perceptions of daily hassles of parenting across early childhood. *Journal of Marriage and the Family*, **53**, 1042-1050.
- Donovan, W., Taylor, N., & Leavitt, L. (2007). Maternal Self-Efficacy, Knowledge of Infant Development, Sensory Sensitivity, and Maternal Response During Interaction. *Developmental Psychology*, **43**(4), 865-876.
- Goldstein, L. H., Harold, E., Diener, M. L., & Mangelsdorf, S. C. (1996). Maternal characteristics and social support across the transition to motherhood: Associations with maternal behavior. *Journal of Family Psychology*, **10**, 60-71.
- 花田裕子・永江誠治・大石和代・本田純久 (2007). 潜在的児童虐待リスクスクリーニング尺度の基準関連尺度による信頼性・妥当性 保健学研究, **19**(2), 51-58.
- 林昭志 (2005). 親を生業発達の観点から捉える心理学的研究の試み 上田女子短期大学紀要, **28**, 11-18.
- 間三千夫・関根剛・室みどり (2000). 児の年齢階層別に見た母親の育児不安 信愛紀要, **40**, 41-8.
- 平海光夫 (2006). 乳幼児健診で見られた育児不安の検討 生活科学論, **37**, 31-37.
- Huang, K. H., Caughy, M. O. B., Geneviro, J. L., &

- Miller, T. L. (2005). Maternal knowledge of child development and quality of parenting among White, African-American and Hispanic mothers. *Applied Developmental Psychology*, **26**, 149-170.
- 興石薫 (2005). 育児不安の発生機序と対処方略 風間書房
- MacPhee, D. (1981). Knowledge of infant development inventory. Unpublished manual and questionnaire, *University of North Carolina at Chapel Hill*.
- 牧野カツコ (1982). 乳幼児を持つ母親の生活と〈育児不安〉 家庭教育研究所紀要, **17**, 34-56.
- 中村敬 (2010). 地域における子育て支援 — 交流の場の意義 — 教育と医学, **58**, 388-396.
- 中谷奈津子 (2010). 子育て支援のニーズと課題 教育と医学, **58**, 397-405.
- 中谷奈美子・中谷素之 (2006). 母親の被害的認知が虐待的行為に及ぼす影響 発達心理学研究, **17**(2), 148-158.
- 大日向雅美 (2010). 最近の母親の育児事情 教育と医学, **58**, 2-3.
- 大森彩子 (2010). 母親の育児不安およびパーソナリティと有効な子育て支援の関連 日本女子大学大学院 人間社会研究科紀要, **16**, 173-188.
- Page, M. A. (2008). The context and experience of new mothers: Postpartum depression, family relationships, knowledge of infant development, and infant outcomes. *Dissertation Abstracts Internal Section A: Humanities and Social Sciences*, **69**(3-A), 1185.
- 佐藤達哉・菅原ますみ・戸田まり・島悟・北村俊則 (1994). 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, **64**, 409-416.
- 塩澤恵美・笠原郁子・五十嵐京子 (2005). 育児不安軽減における情報の役割について：育児情報の入手手段の検討 明和学園短期大学紀要, **16**, 43-58.
- Stevens, J. H., Jr. (1984). Child development knowledge and parenting skills. *Family Relations*, **33**, 237-244.
- 高橋有里 (2007). 乳児の母親の育児ストレス状況とその関連要因 岩手県立大学看護学部紀要, **9**, 31-41.
- 高橋道子・園田陽子 (2008). 育児への肯定的感情にソーシャル・サポートが与える影響 — 東京・沖縄における調査 — 東京学芸大学紀要総合教育科学系, **59**, 171-181.
- 竹田小百合・岩立京子 (1999). ソーシャル・サポートが育児ストレスにおよぼす効果について — 特定のサポート源の違いおよびサポートに対する必要度との関連から — 東京学芸大学紀要1部門, **50**, 215-222.
- 寺見陽子 (2015). 母親の育児ストレスの背景とソーシャルサポートに関する研究：母親成育経験と子育て環境との関連 神戸松陰女子学院大学研究紀要人間科学部篇, **4**, 59-73.
- 手島聖子・原口雅浩 (2003). 乳幼児健康診査を通じた育児支援：育児ストレス尺度の開発 福岡県立大学看護学部紀要, **1**, 15-27.
- 渡辺弥生・石井睦子 (2005). 母親の育児不安に影響を及ぼす要因について 法政大学文学部紀要, **51**, 35-46.
- Zolotor, A. J., Burchinal, M., Skinner, D., Marjorie, R., & the Key Family Life Project Investigators (2009). *Official Journal of the American Academy of Pediatrics*, **3**, 1668-1676.

## Influences of Knowledge Regarding Child Development on Parenting Stress

Yayoi WATANABE and Machiko OKAWA

### Abstract

The purpose of this research was to investigate how much knowledge parents raising children had about child development as a factor to relieve stress in child rearing. At the same time, we examined if having such knowledge had an effect on child rearing stress. We distributed surveys to 294 mothers who visited health centers for infant health screenings and analyzed the results from 104 respondents (valid response rate of 78.7%). As a result of this analysis, it was evident from the range of average scores that there are few child rearing parents with a correct knowledge of child development. It was also true that mothers believed that children could develop at a greatly quicker pace than was true especially regarding socialization including relationships with peers. After seeing if the amount of knowledge affected child rearing stress, we found that mothers with a moderate amount of knowledge had the most stress in child rearing. From these results, we cannot simply say that an increased knowledge of child development will lead to relief in child rearing stress, and further concrete studies are necessary to determine the content and amount of knowledge that has an effect.

**Keywords:** child rearing stress, child rearing anxiety, knowledge regarding child development