

乳幼児期の子どもをもつ母親の育児ストレス (第1報)

—育児ストレス要因の解析—

榮 玲子¹⁾*, 舟越和代¹⁾, 小川佳代¹⁾, 野口純子²⁾, 三浦浩美¹⁾, 松村恵子¹⁾

¹⁾ 香川県立医療短期大学看護学科

²⁾ 香川県立医療短期大学専攻科助産学専攻

Child-Rearing Stresses of Mothers of Infant (Part 1) —Factor Analysis of Child-Rearing Stresses—

Reiko Sakae¹⁾*, Kazuyo Funakoshi¹⁾, Kayo Ogawa¹⁾,
Junko Noguchi²⁾, Hiromi Miura¹⁾, Keiko Matsumura¹⁾

¹⁾ *Department of Nursing, Kagawa Prefectural College of Health Sciences*

²⁾ *Advanced Course of Midwifery, Kagawa Prefectural College of Health Sciences*

Abstract

The purpose of this study was to investigate the factor of child-rearing stresses of mothers of infants by using the Maternal Parenting Stressor Scale (MPSS). Subjects were 143 mothers rearing infants.

Factor analysis showed eight stressors : (i)child disobedient to mother, (ii) mother having no time for herself, (iii)mother's sense of rearing child by herself and being isolated from society, (iv) husband's nonparticipation in child-rearing and housekeeping (husband regards child care as mother's role), (v)child's undesirable eating behavior, (vi) mother lacking knowledge / experience for child care, (vii) child always at mother's heels, and (viii) feeding child three times every day. These stressors belong to three categories of child's behavior, husband's participation in child-rearing and housekeeping, and mother's own perspective of child care.

Key words : 母親 (mother), 育児ストレス (child-rearing stress),
育児ストレス要因 (stressor in child care), 因子構造 (factor structure)

* 連絡先: 〒761-0123 香川県木田郡牟礼町原 281-1 香川県立医療短期大学看護学科

* Corresponding address: Department of Nursing, Kagawa Prefectural college of Health Sciences,
281-1 Hara, Mure-cho, Kita-gun, kagawa, 761-0123, Japan

I. 緒 言

母親にとって乳幼児を育てることは、喜びであるとともに大きな不安やストレスを伴うものである。Lazarus & Folkman¹⁾は、日常生活の中で起きるある出来事（ストレッサー）に対する認知的評価がコーピング（対処行動）を決定し、その結果がストレス反応として表れるという心理学的ストレスモデルを提唱している。今日、核家族の増加や近所づきあいの脆弱化、子ども数の減少などに伴う地域社会の変容といった育児環境の変化に伴い、子育て中の母親は様々な不安やストレスなどの問題を抱え生活している。このような不安やストレスを抱える母親へのサポートを考えた時、育児中の母親のもつストレス内容と程度およびそのストレスにおける関連要因やストレッサー、対処行動、ストレス反応といった過程を明確にすることで初めて有効な育児支援が可能となる。

日下部ら²⁾は、発達心理学的視点から育児ストレス状況に着目し、子どもの行動、日常生活における母親自身の問題、および母親と夫あるいは子どもとの関係という3側面から、育児中の母親の育児ストレッサーが測定できるストレッサー尺度を開発した。

今回は、この育児ストレッサー尺度を用い、乳幼児期の子どもをもつ母親が、日常生活の中でストレスを感じる要因はどのようなものがあるか、その要因であるストレッサーを測定し、育児ストレッサーの因子構造を明らかにすることを目的とする。

II. 研究方法

1. 期間

平成13年10月～12月。

2. 対象

3歳児健康診査に来所した母親344名に調査依頼し、148名より回答が得られた（回収率43.0%）。そのうち有効回答143名（有効回答率41.6%）を分析対象とした。

3. 方法

乳幼児期の子どもをもつ母親を対象とした無記名自記式質問紙調査である。

1) 測定用具

日下部ら²⁾が作成し、信頼性、妥当性が確認されている育児ストレッサー尺度（Maternal Parenting Stressor Scale:MPSS）を用いた。この育児ストレッサー尺度は、ストレスという言葉に対する母親の反応からストレス構造をとらえるという特徴を有し、育児

中の母親のストレッサーを測定することを目的とする質問紙である。母親の育児に対する日頃の気持ちや子どもや夫との関係を表す31項目、「1. ほとんどない」から「4. よくある」までの4段階リッカートスコアからなる。尺度の使用については、事前に文書をもって作成者の承諾を得た。

2) 倫理的配慮

3歳児健康診査主催の公的機関の承諾を得た後、健康診査を妨げない時と場所を保健師に確認した。研究対象者である3歳児健康診査に来所した母親には研究の主旨を説明し、承諾の得られた母親に調査票を配付した。回収は、郵送法とし、対象が特定できないように配慮した。

3) 分析方法

統計的解析には統計パッケージSPSS 10.0J for Windowsを用い、因子分析を行った。先行研究では、主因子法、バリマックス回転により固有値1.00以上、累積寄与率37.98%で8因子を抽出している²⁾。本研究は、固有値1.00以上を解釈する分析方法を採択した。

III. 結 果

1. 対象の属性

対象である母親の平均年齢は31.9±4.1歳、就労者は79名（55.2%）で、育児相談者のあるもの97.2%（139名）、育児協力のあるもの92.3%（132名）であった（表1）。対象の家族をみると夫の平均

表1 母親の属性

n=143	
年齢（平均±SD）	31.9±4.1歳
就労状況	
就 労	79 (55.2%)
非就 労	64 (44.8%)
育児の相談者がいる	139 (97.2%)
育児の協力者がいる	132 (92.3%)
趣味をもっている	54 (37.8%)
交流の場に参加している	48 (33.6%)

表2 家族の属性

n=143	
夫の年齢（平均±SD）	34.5±4.7歳
家族形態	
核 家 族	124 (86.7%)
複 合 家 族	19 (13.3%)
家族数（平均±SD）	4.5±1.3人
子ども数（平均±SD）	2.1±0.8人

表3 育児ストレスの因子構造

項目	因子負荷量								共通性	平均値	標準偏差
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII			
n=143											
I 子どもの聞き分けのない行動 (7項目, $\alpha=0.849$)											
11. 聞き分けがない	0.785	0.027	0.180	0.121	0.022	0.022	0.193	-0.248	0.777	2.26	0.72
8. 言うことを聞かない	0.730	0.116	-0.027	0.021	0.183	0.024	0.027	0.028	0.600	2.75	0.69
9. 癩癩を起こす	0.634	0.198	0.190	0.027	-0.027	0.028	0.028	-0.027	0.510	2.29	0.81
6. 大人の理屈が通らない	0.566	0.023	0.022	0.021	0.104	-0.032	-0.039	0.239	0.390	2.58	0.72
10. ぐずるとなだめにくい	0.548	0.176	0.022	0.143	-0.028	0.028	0.170	-0.138	0.415	2.12	0.84
7. よく泣く	0.546	0.195	0.133	-0.022	0.138	0.121	0.293	0.168	0.503	2.36	0.88
22. 子どもの泣いている理由が分らない	0.433	0.247	0.145	0.026	0.022	0.234	0.023	0.162	0.357	1.56	0.64
II 自分の時間がない (6項目, $\alpha=0.870$)											
12. 自分の時間がない	0.029	0.702	0.028	0.121	0.226	0.180	-0.025	0.024	0.633	2.72	0.95
14. 一人になれる時間がない	0.179	0.676	0.169	0.029	0.275	0.119	0.029	0.026	0.630	2.72	0.98
27. 子どもを育てるために我慢をしていることがある	0.274	0.649	0.207	0.176	-0.190	0.105	0.135	0.176	0.677	2.44	0.86
25. 子どものために仕事や趣味を制約される	0.243	0.640	0.259	0.192	0.028	-0.025	0.027	-0.104	0.600	2.28	0.98
26. 毎日同じことの繰り返しをしている	0.156	0.582	0.314	0.103	-0.022	0.137	0.203	0.291	0.619	2.74	0.99
21. 自分のペースが乱れる	0.273	0.531	0.292	0.029	0.023	0.367	0.151	-0.022	0.610	2.39	0.90
III 一人きりの子育て・社会からの孤立 (5項目, $\alpha=0.797$)											
23. 一人きりで育児をしている	0.066	0.260	0.661	0.252	0.023	0.142	0.102	-0.025	0.607	1.61	0.90
20. 子どもと2人だけで家にいる	0.104	0.025	0.644	0.150	0.151	0.022	0.155	0.199	0.538	1.62	0.87
24. 短時間子どもを預けられる人がいない	0.023	0.217	0.632	0.022	0.023	0.021	-0.026	-0.116	0.468	1.69	1.04
19. 自分と子どもだけの世界で、社会との接点がない	0.028	0.165	0.522	0.206	0.025	0.282	-0.024	0.347	0.556	1.79	0.90
28. どうしついたらよいか分らなくなる	0.236	0.242	0.519	0.028	0.107	0.306	0.022	-0.022	0.498	2.12	0.88
IV 夫の無理解・非協力的態度 (3項目, $\alpha=0.849$)											
30. 夫が育児に非協力的である	0.116	0.132	0.114	0.811	0.165	0.137	-0.024	-0.144	0.763	1.84	0.92
31. 夫が家事に非協力的である	0.101	0.154	0.106	0.763	0.233	0.027	-0.024	0.027	0.694	2.32	1.10
29. 育児は母親の仕事だと夫は思っている	0.023	0.203	0.319	0.711	-0.027	-0.023	0.164	0.118	0.698	2.21	0.97
V 子どもの食行動における問題 (3項目, $\alpha=0.672$)											
2. 思うような食べ方をしてくれない	0.027	0.243	0.163	0.117	0.777	0.023	0.024	-0.021	0.714	2.79	0.85
1. 自分で食べたがらない	-0.029	-0.032	-0.037	0.123	0.574	0.176	0.239	0.155	0.467	2.37	0.92
3. 子どもが少食である	0.115	0.023	0.026	0.025	0.540	0.026	0.032	0.118	0.332	2.34	1.10
VI 親としての対応 (3項目, $\alpha=0.698$)											
16. 他の親とつけ方が違う	0.025	0.027	0.122	0.021	0.106	0.810	0.129	0.027	0.713	2.06	0.82
17. 家事を全てする時間がないこと	0.106	0.238	0.027	0.158	0.027	0.486	0.024	-0.188	0.378	2.30	0.99
15. よその子どもとの間に問題を起こしたときの対処の仕方がわからない	0.364	0.127	0.282	0.022	0.240	0.461	-0.029	-0.027	0.512	1.95	0.79
VII 子どもにまどわりつかれること (2項目, $\alpha=0.679$)											
5. 一人にすると泣く	0.203	0.110	-0.033	0.023	0.136	0.023	0.633	-0.026	0.480	2.12	0.85
4. まどわりついて離れない	0.378	0.107	0.121	-0.023	0.025	0.106	0.566	0.025	0.507	2.25	0.82
VIII 子どもに食べさせること (1項目)											
13. 子どもに食べさせなくてはならない	0.024	0.139	0.022	0.039	0.268	-0.029	-0.022	0.603	0.467	2.52	0.99
固有値	3.39	3.05	2.50	2.10	1.78	1.68	1.14	1.00			
寄与率(%)	11.33	10.19	8.36	7.00	5.96	5.61	3.82	3.34			
累積寄与率(%)	11.33	21.52	29.88	36.88	42.85	48.46	52.29	55.64			

年齢は 34.5 ± 4.7 歳, 子ども数は平均 2.1 ± 0.8 人, 家族数は平均 4.5 ± 1.3 人であり, 86.7% (124名) が核家族, 夫や子ども以外の者との同居は 13.3% (19名) であった (表2).

2. 育児ストレスの因子構造

母親の育児に対する日頃の気持ちや子どもおよび夫との関係に関する育児ストレス 31 項目のう

ち, 欠損値 ($n=93$, 62.8%) が多く, 因子負荷量 (0.464) と共通性 (0.447) が最も低い「仕事を辞め, 会社との繋がりが切れた」の 1 項目を除く 30 項目を変数として因子分析を行い, 固有値 1.00 以上で 8 因子を抽出した. 累積寄与率 55.64%, 因子負荷量 0.40 以上を解釈した. α 係数は 0.799 で高い信頼性が確認できた. 本研究における因子構造の因子名は, 先

行研究に基づいて行った²⁾。

抽出された8因子は以下の通りである(表3)。

第I因子は「聞き分けがない」、「言うことを聞かない」、「癩癩を起こす」、「大人の理屈が通らない」、「ぐずるとなだめにくい」、「よく泣く」、「子どもの泣いている理由が分らない」の7項目(α 係数0.849)が含まれていた。聞き分けがなく、思い通りにならないと言うことを聞かず、癩癩をおこしたり、泣いたし、子どもが聞き分けないことが母親のストレスとなることがわかる。このような子どもの聞き分けのない行動がストレスを感じさせていると思われる、『子どもの聞き分けのない行動』とした。

第II因子は「自分の時間がない」、「一人になれる時間がない」、「子どもを育てるために我慢をすることがある」、「子どものために仕事や趣味を制約される」、「毎日同じことの繰り返しをしている」、「自分のペースが乱れる」の6項目(α 係数0.870)が含まれていた。育児に追われ、自分のためだけの時間がないことがストレスとなっていると思われる、この因子を『自分の時間がないこと』とした。

第III因子は「一人っきりで育児をしている」、「子どもと2人だけで家にいる」、「短時間子どもを預けられる人がいない」、「自分と子どもだけの世界で、社会との接点がない」、「どうしついたらよいか分らなくなる」の5項目(α 係数0.797)であった。この因子には子育て中の母親の環境に関する項目が含まれ、母親が一人で子育てをし、社会との接点がないことによりストレスを感じていることがわかる。そこで第III因子は『一人きりの子育て、社会からの孤立』とした。

第IV因子は「夫が育児に非協力的である」、「夫が家事に非協力的である」、「育児は母親の仕事だと夫は思っている」の3項目(α 係数0.849)が含まれていた。夫の育児や家事に対する協力の程度や考え方の違いにストレスを感じており、この因子は『夫の無理解・非協力的態度』とした。

第V因子は「思うような食べ方をしてくれない」、「自分で食べたがらない」、「子どもが少食である」の3項目(α 係数0.672)で、子どもの食行動に関する因子と考えられ『子どもの食行動における問題』とした。

第VI因子は「他の親としつけ方が違う」、「家事を全てする時間がないこと」、「よその子どもとの間に問題を起こしたときの対処の仕方がわからない」の3項目(α 係数0.698)で、親としての対応に関する因子と考えられ『親としての対応』とした。

第VII因子は「一人にすると泣く」、「まとわりついて離れない」の2項目(α 係数0.679)で、『子どもにまとわりつかれること』とした。

第VIII因子は「子どもに食べさせなくてはならない」の1項目で、『子どもに食べさせること』とした。

IV. 考 察

因子分析結果より、育児ストレスは8因子から構成されていた。

第I、第V、第VII因子は、『子どもの聞き分けのない行動』、『子どもの食行動における問題』、『子どもにまとわりつかれること』などの子どもの行動がストレスとなっている因子である。少子化や核家族化に伴い、母親達の多くは子どもの少ない核家族で育ち、育児行動の経験が少なく、乳幼児との接触がないまま母親になっているという現状があり^{3) 4)}、母親が子どもを産んだ事により初めて子どもと接するような状況が産まれていることが考えられる。このような状況において、母親は、思い通りにならないときに泣かれたり、癩癩をおこすなどの子どもの聞き分けのない行動に戸惑い、それがストレスを引き起こしていると推察される。また、子どもは自我の芽生えとともに母親に対する反抗的な態度が表れる。母親がそのことを十分理解できなければ、子どもの行動や食行動がストレスとなるとともに、子どもが母親の思い通りにならないことや育児書どおりにいかないことがストレスとなることも予測できる。このような育児経験や知識の不足を補うためには、妊娠中に実施される母親学級のような教育機会を充実させることが必要であろう⁵⁾。このような機会を通して、母親が子どもの発達や個性を考えた育児の必要性や子どもの行動に対する対処法を理解することで、ストレスの軽減を図ることができると考える。

第II、第III因子は、『自分の時間がないこと』、『一人きりの子育て、社会からの孤立』など、育児中の母親の環境に関する問題がストレスとなっている因子である。対象である母親の90%以上が育児に関する相談者や協力者がいると答えている。しかし、対象の属性として約9割が核家族、母親の約半数が専業主婦という状況であり、交流の場に参加している母親は約3割と少ない。このことから、母親は昼間あるいは夫の帰宅までの夜間には一人で家事と育児を行わなければならない、1日のほとんどの時間を家事や育児に費やしていることや自分だけの

時間を持ち難いことが推察される。また、家庭の中での生活時間が長く、母親と子どもだけの閉ざされた環境をつくりだしていることも考えられる。専業主婦の母親は育児不安が高い傾向が見られるとの報告があり⁶⁾、核家族や専業主婦という状況では、育児に対する不安や心配とあいまって、社会から孤立し、一人きりで子育てをしているという気持ちを強め、ますますストレスを増強しているのではないかと考える。働いていない母親が子どもを気軽に預けられるような施設の充実は急務であり、一時でも環境を変えられる時間や空間づくりがストレス軽減につながるであろう。

第IV因子は『夫の無理解・非協力的態度』であり、夫の考え方や夫のサポートの程度がストレスナーとなっている因子である。父親である夫は、家事や育児が妻あるいは母親の当然の仕事であると考え、非協力的であることが母親のストレスを引き起こしていることが考えられる。父親の育児役割を調査した報告によると、父親は子育ての責任は母親にあると考えている状況があり⁷⁾、大日向⁸⁾が指摘するように、今なお家事や育児は女性の生来的な適性だとする従来の母性観が根強く社会に存在しているといえる。夫が育児に協力的に参加していると母親は育児に対して肯定的な感情を抱くとの報告もある⁹⁾。対象の大部分が核家族で子育てをしているという状況を考えると、夫が社会から孤立し一人きりで子育てをしているという母親の気持ちや置かれている状況を理解し、母親だけに子育ての責任を持たせるのではなく、協力して子育てができるように支援することが必要であろう。

第VI、第VIII因子は『親としての対応』、『子どもに食べさせること』であり、子どもとの関係に関する因子であった。大日向¹⁰⁾は、母親自身の育児観の未熟さなどから子どもとの関わり方がよくわからない親たちが増え、それが育児困難を引き起こしストレスナーとなっていることを指摘している。また、日下部ら²⁾が指摘しているように、他の子どもと遊ぶ機会が増えるに従い、子ども同士の物の取り合いやけんかがストレスナーとなり、他の子どもの親との関係といった要因も含まれることにより、ストレスは一層大きくなることが推察できる。母親としてどのように子どもに接するのか、あるいは、子どもをどのようにしつけるかといった育児観を育てることが、子どもとの関係におけるストレスの軽減につながるのではないかと考える。

V. まとめ

本調査は、乳幼児期の子どもをもつ母親143名を対象に、育児ストレス尺度を用い、母親がどのようなストレスを感じるのかを調査し、母親の育児ストレスの因子構造を明らかにすることを目的とした。育児ストレス尺度の項目を因子分析した結果、8因子が抽出され、子どもの行動、育児中の母親の環境、夫の考え方や夫のサポートの程度、子どもとの関係が母親の育児ストレスナーとなることが明らかになった。この因子構造の特徴から、育児中の母親は自分の時間をもつことができにくく、社会からの孤立感を生んでいることや、一人きりで子育てをしているという気持ちをもつことが示された。今後、育児中の母親がもつ不安やストレスに対する有効な育児支援のためには、ストレスナー、対処行動、ストレス反応といった育児ストレス過程を明確にすることが課題である。

謝 辞

今回の研究を実施するにあたり、快くご承諾くださいました各公的機関の皆さま、調査にご協力くださいましたお母様方に感謝申し上げます。

文 献

- 1) Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984) "Stress, Appraisal, and Coping" Springer Publishing Company, Inc., New York. [本明寛, 春木豊, 織田正美監訳 (2000) "ストレスの心理学 認知的評価と対処の研究", 実務教育出版, 東京, p14-19.]
- 2) 日下部典子, 坂野雄二 (1999) 育児に関わるストレスナーの構造に関する検討. ヒューマンサイエンスリサーチ, 8: 27-39.
- 3) 厚生省 (1998) "平成10年版厚生白書", ぎょうせい, 東京, p46-123.
- 4) 榎原洋一 (2002) 育児不安. こころの科学, 103: 29-35.
- 5) 日下部典子, 坂野雄二 (2001) 三歳児をもつ母親のストレスナー, ストレス科学, 15 (4): 276-283.
- 6) 牧野カツ子 (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, 3: 34-56.
- 7) 桑名行雄, 桑名加代子, 坂上明子, 坂原純子, 大沼珠美 (2001) 乳児期における父親の育児役割とストレス. 宮城大学看護学部紀要, 4 (1): 74-84.

8) 大日向雅美 (2000) “母性愛神話の罨”, 日本評論社,
東京, p1-23.

9) 佐々木正美 (1996) 児童精神科医のみる子育て不安.
現代のエスプリ, 342: 28-32.

10) 大日向正美 (1996) 子どもを愛せない最近の母親たち.
現代のエスプリ, 342: 55-62.

受付日 2003年6月18日