

原 著

## 乳幼児の養育者における自己注目傾向が 被援助志向性を介して育児不安に与える影響

難波佑気\*<sup>1</sup> 福岡欣治\*<sup>2</sup>

### 要 約

現在の我が国では、育児不安が重要な社会的課題である。そこで、育児支援の取り組みが公的にあるいは私的に、様々な形で行われている。それにもかかわらず、支援を利用できていない養育者の存在が指摘されている。本研究は、養育者における自己注目の二側面が育児支援への被援助志向性に与える影響について検討することを目的とした。非機能的な側面である反芻は被援助志向性に負の関連がある一方で、機能的な側面である省察は被援助志向性に正の関連があり、育児不安を低減すると仮定した。また、ソーシャルサポート、ストレスラーとしての子どもの特性の知覚、子育て支援サービスの利用も測定し、それらの変数との関連性を併せて検討した。X市における乳幼児健康診査の対象児（4か月児、1歳6か月児、3歳児）の主たる養育者に調査票を配布し、有効回答の得られた179名を分析対象とした。構造方程式モデリングによるパス解析を行った結果、反芻は育児不安に直接的な影響を与えるとともに、被援助抵抗感を介して間接的に影響を与えていた。また、家族・親戚サポートや配偶者サポートは育児不安に直接的な影響を与えるとともに、家族・親戚サポートは子どもの特性をストレスラーとして認識しにくくすることで、配偶者サポートは被援助抵抗感を軽減することで、間接的にも影響を与えていた。これらの結果は、育児不安を低減するためには、非機能的な自己注目である反芻を低減すること、および家族・親戚や配偶者によるソーシャルサポートを充実させることが有効である可能性を示唆している。

### 1. 緒言

#### 1. 1 育児不安低減のための取り組みと課題

育児不安は、子どもの発達や養育者の精神的健康に悪影響を与えると考えられている<sup>12)</sup>。牧野<sup>3)</sup>は育児不安を「子の現状や将来あるいは育児のやり方や結果に対する漠然とした恐れを含む情緒の状態」と定義した。この概念は、母親の意識や生活上の問題点を分析するための一つの道具となり、これ以降、我が国ではこの定義を用いた育児不安研究が数多く報告されるようになった。

育児不安研究の中には、育児不安に影響を及ぼす要因に関するものが数多くある。興石<sup>4)</sup>はそれらを概観し、育児不安とつながる要因の一つとして「育児の孤立・母親の孤独」を挙げた。近年、核家族化や地域とのつながりの希薄化によって、孤立を感じ

ている母親は多い。原田<sup>5)</sup>は、「近所の話し相手がいない」と回答した母親が、15年前におこなわれた服部と原田<sup>1)</sup>の調査と比較して2倍以上に増加していることを報告し、特に乳児を育てている母親の孤立化が極端に進んでいることを指摘している。

そこで、平林ら<sup>6)</sup>は乳幼児をもつ母親に安定した支援を提供する公的資源が重要であると主張する。公的資源は、地域子育て支援事業や子育て支援新制度など、現在様々な形で行われている。しかし、笠原<sup>7)</sup>は、専門的な支援が必要な人ほど支援を要請しない状況を指摘している。このことから、育児不安低減のためには、公的資源の充実だけでは不十分であり、母親が支援を要請するプロセスを理解することが必要であると考えられる。そのため、本研究では母親の育児不安に影響を与えると考えら

\*1 川崎医療福祉大学大学院 医療福祉学研究科 臨床心理学専攻  
(2021年4月以降の所属：岡山市こども総合相談所)

\*2 川崎医療福祉大学 医療福祉学部 臨床心理学科  
(連絡先) 福岡欣治 〒701-0193 倉敷市松島288 川崎医療福祉大学  
E-mail: fukuoka@mw.kawasaki-m.ac.jp

れる内的要因、およびそれらと関連しうる外的要因について検討する。

## 1. 2 内的要因としての自己注目

### 1. 2. 1 育児不安と自己注目の関連

育児不安と関連付けられてきた内的要因の一つに自己注目がある。自己注目は、自分自身の方へ注意を向け、自らが自らを注目的としている状態である自覚状態 (self-awareness) と、普段から自己に注意を向けやすい性格特性である自己意識特性 (self-consciousness) の両者を含むとされている<sup>8)</sup>。このうち、自己意識特性に着目した興石<sup>9)</sup>は、自分の気持ちに注目しやすい母親は、育児に対する対処不能感が高い場合に育児不安が高まると報告している。また、相良<sup>10)</sup>は、自己没入尺度<sup>8)</sup>を自己注目の測度として用い、孤立感を背景とする自己注目が抑うつ傾向を強め、育児不安に至るという影響過程を示している。これらの研究より、自己注目は育児不安を高める要因の一つであるといえる。

### 1. 2. 2 自己注目の2側面

この自己注目について、Trapnell & Campbell<sup>11)</sup>は抑うつやパーソナリティの5因子モデルにおける神経症傾向と関連する不適応的な側面の反芻 (rumination) と、自己理解や5因子モデルにおける開放性とも関連する適応的な側面の省察 (reflection) の2つを区別した。田淵と及川<sup>12)</sup>は、不適応的な自己注目の低減と適応的な自己注目への変容の両方にアプローチすることによる、適応的な自己注目促進のための介入について言及している。また、田淵と及川<sup>13)</sup>では、大学生を対象としたものではあるが、集団心理教育プログラムによる反芻低減の効果を実証している。このことは、反芻と省察のそれぞれが育児不安に影響を与えていた場合、それぞれへ介入することで育児不安が低減する可能性を示唆している。

自己注目におけるこれらの2側面は、問題解決や対人行動との関連も異なることが示されている。Lyubomirsky & Nolen-Hoeksema<sup>14)</sup>は、反芻傾向の強い人が問題に関するネガティブで偏った解釈、または悲観的な解釈を行うことを示した。そしてこのことから、問題を統制不能であると思込みやすく、効果的な解決方法を生み出すことができないと述べている。一方、Mori et al.<sup>15)</sup>は省察が正確な自己理解と関連があるため自分に適した解決を生み出すことを主張し、日誌法による研究で、省察の得点が高い人は問題解決的な行動 (経験した問題について考え、必要な情報を集め、解決のための行動を実行する) を多くおこなうことによって抑うつを防いでいることを報告している。さらに高野ら<sup>16)</sup>は、反芻・

省察と自己受容および自己開示の関係について検討し、反芻と省察がこれらと異なる関係性を有する結果を報告している。すなわち、構造方程式モデリングの結果、反芻は直接に、また低い自己受容感を媒介して不適切な自己開示の高さと間接的に関連していた。これに対して省察は、高い自己受容感を媒介して不適切な自己開示の低さと関連していた<sup>16)</sup>。なお、自己受容は後述する被援助志向性との関連が想定されており<sup>17)</sup>、また自己開示は、被援助志向性との関連が数多くの研究で指摘されている変数の1つである<sup>18)</sup>。

このような自己注目の適応的側面と非適応的側面の区別は、育児不安と自己注目の関係を扱った先行研究では取り上げられていない。しかし、育児場面においても、反芻傾向の者は、不安や抑うつ、怒りなどと結びついたネガティブな自己関連の思考が繰り返され、問題に応じた援助資源を考慮することが難しいと考えられる。また、高野ら<sup>16)</sup>が報告するように、適切な自己開示ができないために、自らの不安や悩みを他者と共有できず、結果として周囲からの援助を引き出したりそれを活用したりすることが難しいのではないかと考えられる。それに対して、省察傾向の者は、自己の対処できる範囲を正確に認識し、必要な情報を収集して対処すると考えられる。また、自己受容にもとづく適切な自己開示によって他者から必要な援助を得ることに対して抵抗が少なく、問題解決のために適切な方法で他者に援助要請することができると考えられる。

### 1. 3 育児場面における問題解決を支える要因としての被援助志向性

援助要請は育児場面における問題解決行動の1つであると考えられるが、これを支える代表的な内的要因として、被援助志向性が考えられる。被援助志向性は、個人が、情緒的、行動的問題および現実生活における中心的な問題で、カウンセリングやメンタルヘルスサービスの専門家、教師などの職業的な援助者および友人・家族などのインフォーマルな援助者に援助を求めるかどうかについての認知的枠組みと定義されている<sup>18)</sup>。被援助志向性に関する先行研究には、養育者を対象としたものもある。例えば、状家<sup>19)</sup>は、被援助欲求の低い母親は、子どもの育てにくさを感じていても育児サポートを求められず、ストレス状況が高い状況にあることを示唆している。また永井<sup>20)</sup>は、援助に対する抵抗感の高さが育児不安の高さや、地域支援活動への参加に対するネガティブな意識と関連していたことを報告している。これらのことから、被援助志向性が低いと、支援につながりにくく、育児不安が高まることが推測

される。

#### 1. 4 自己注目傾向、被援助志向性、育児不安に影響すると考えられる外的要因

本研究では、上述した自己注目傾向、被援助志向性とともに、育児不安ならびに自己注目傾向、被援助志向性と関連すると考えられる外的要因として、ソーシャルサポート、ストレスラーとしての子どもの特性、子育て支援サービスも取り上げる。

まず、ソーシャルサポートは、従来より育児不安との関連が指摘されてきた変数である。先行研究<sup>21,22)</sup>より、ソーシャルサポートは育児不安に負の影響を与えると考えられる。また、ソーシャルサポートを「家族・親戚」、「配偶者」、「友人・知人」の3つのサポート源に区別した場合<sup>22)</sup>、家庭での孤立やサポートを得られないことが自己注目傾向を強めるといふ知見から<sup>10)</sup>、「家族・親戚」、「配偶者」のサポートは自己注目傾向に影響を与えることが考えられる。他方、「友人・知人」のサポートは親密性にもとづいており<sup>23)</sup>養育者から要請する人が多いと考えられることから、被援助志向性への影響を受ける可能性があると考えられる。

ストレスラーとしての子どもの特性も、従来より育児不安との関連が指摘されてきた変数である<sup>24,25)</sup>。先行研究より、ストレスラーとしての子どもの特性が顕著であるほど、育児不安が高まると考えられる。ただし、ストレスラーをどのように認知するかは個人の対処資源によって影響されるため<sup>26,27)</sup>、ソーシャルサポートとりわけ「家族・親戚」や「配偶者」のサポートによって影響を受けると考えられる。

子育て支援サービスの利用は、被援助志向性によって影響されると考える。加えて、子どもの特性をストレスラーとして認識する養育者はサービス利用のニーズが高いと考えられるため、子どもの特性によっても影響を受けると思われる。なお、子育て支援サービスは育児がより円滑におこなえることを目的として提供されるものであることから、その利用により育児不安が少なくともある程度まで低減する可能性があると考えられる。

#### 1. 5 本研究の目的

本研究では、主要な目的として、乳幼児の養育者における自己注目傾向としての反芻と省察が、被援助志向性を介して育児不安に与える影響について検討する。非機能的な自己注目である反芻は、被援助志向性に負の影響を与え、育児不安を高めることにつながると考えられる。一方、機能的な自己注目である省察は、被援助志向性に正の影響を与え、適切な援助を得ることによって、育児不安を低減させる

ことにつながると考えられる。自己注目と被援助志向性との関連を明らかにすることで、自己注目傾向への介入が主たる養育者の育児支援を受けることへの考え方に影響を与え、育児不安の低減につながる可能性を示すことができると考える。

加えて、これらの変数と関連し得る要因として、ソーシャルサポート、ストレスラーとしての子どもの特性、子育て支援サービスの利用についても検討する。ソーシャルサポートは基本的に育児不安に対して負の影響をもつと考えられるが、とりわけ「家族・親戚」や「配偶者」のサポートは自己注目傾向にも影響を与えると考えられる。また、ストレスラーとしての子どもの特性は「家族・親戚」や「配偶者」のサポートにより影響を受けつつ、育児不安に影響すると考えられる。さらに、子育て支援サービスの利用は、ストレスラーとしての子どもの特性とともに、被援助志向性によっても左右されると考えられる。

これらの変数間の相互関係を検証することによって、育児不安の低減に対していっそう幅広い視点から理解を深め、その低減につながる要因を指摘することができるかと期待される。

なお、育児不安に関する先行研究のほとんどは母親を対象としているが、父親や祖父母など母親以外の方が養育を主に担っている可能性もある。そこで本研究では、乳幼児の主たる養育者を対象として設定する。

## 2. 方法

### 2. 1 調査対象者

X市が行っている乳幼児健康診査（4か月児健康診査、1歳6か月児健康診査、3歳児健康診査）を利用し、質問紙調査を行った。健康診査対象児493名の主たる養育者のうち、432名に調査票を配布し、190名の回答を得た。そのうち、不同意と無記入が3項目以上のものを除き、179名（平均年齢33.9歳、SD=1.6）を分析対象とした<sup>†1)</sup>。内訳は、4か月児の主たる養育者57名、1歳6か月児の主たる養育者64名、3歳児の主たる養育者58名であった。

### 2. 2 測定内容

#### 2. 2. 1 自己注目傾向

RRQ (Rumination-Reflection Questionnaire)<sup>11)</sup>の日本語版<sup>28)</sup>を使用した。自己への脅威、喪失、不正によって動機づけられた、自己へ注意を向けやすい特性である「反芻 (Rumination)」12項目（例えば「本当に長い間、自分に起こったことを繰り返し考えたり、つくづくと考えたりしがちだ」と、知的好奇心によって動機づけられた、自己へ注意を向けやす

い特性である「省察 (Reflection)」12項目 (例えば「ものごとの本質や意味について深く考えることがとても好きだ」) の2因子計24項目で構成されている。それぞれの項目について、5件法 (全く当てはまらない: 1点, 当てはまらない: 2点, どちらともいえない: 3点, 当てはまる: 4点, よく当てはまる: 5点) で回答を求めた。

### 2.2.2 被援助志向性

田村と石隈<sup>29)</sup>が教師を対象に作成した被援助志向性尺度をもとに、永井<sup>20)</sup>が養育者を対象として用いた尺度を使用した。他者に相談することへの抵抗に関する「援助に対する抵抗感」7項目 (例えば「人に相談したり援助を求めるとき、いつも心苦しさを感ずる」) と、援助を求める「被援助欲求」4項目 (例えば「今後も、自分の周りの人に助けられながら、うまくやっていきたい」) の2因子計11項目で構成されている。それぞれの項目について、5件法 (全く当てはまらない: 1点, あまり当てはまらない: 2点, どちらともいえない: 3点, やや当てはまる: 4点, よく当てはまる: 5点) で回答を求めた。

### 2.2.3 育児不安

牧野<sup>3)</sup>の尺度を使用した。育児に関する不安徴候を測定する14項目で構成されている。ポジティブな意識についての6項目 (例えば「育児によって自分が成長していると感じられる」), ネガティブな意識についての8項目 (例えば「子どもを育てるためにがまんばかりしていると思う」) である。それぞれの項目について、4件法 (全くない: 1点, ほとんどない: 2点, 時々ある: 3点, よくある: 4点) で回答を求めた。

### 2.2.4 ソーシャルサポート

福岡<sup>30)</sup>の尺度を使用した。母親の子育てに対する知覚されたサポートを測定するための4項目 (例えば「子育てについてわからないことがあるとき、相談できる」, 「子どもの世話や相手を一緒にしてくれる」) について、「配偶者」, 「配偶者以外の家族・親戚 (父母, きょうだいなど)」, 「家族・親戚以外 (友人, 知人, 子育て中の他の母親など)」の3つのサポート源に対してそれぞれ回答を求めた。回答方法は、3件法 (そう思わない: 1点, 少しそう思う: 2点, おおいにそう思う: 3点) を用いた<sup>†2)</sup>。

### 2.2.5 ストレッサーとしての子どもの特性

吉永ら<sup>31)</sup>の作成した育児ストレス尺度の下位尺度である「子どもの特性」を抜粋して使用した。「かんしゃくを起こす」, 「後追いや抱っこなど相手をしほしがる」などの子どもに関連する5項目について、経験頻度 (ほとんどない: 1点, あまりない: 2点, 時々ある: 3点, よくある: 4点) と経験の程度 (ほ

とんど気にならない: 1点, あまり気にならない: 2点, 時々気になる: 3点, とても気になる: 4点) をそれぞれ4件法で回答を求めた。経験頻度と経験の程度の乗算で指標化される。

### 2.2.6 子育て支援サービスの利用経験

X市が実施している子育て支援サービス (育児相談, 育児電話相談, 地域子育て支援センター, つどいの広場, 親子クラブ, ほっとルーム, ファミリーサポートセンター) についてそれぞれの利用経験をたずねた。回答方法は、「知らない: 1点」, 「知っているが、利用したことはない: 2点」, 「一度利用したことがある: 3点」, 「何度か (複数回) 利用したことがある: 4点」の4件法を用いた。

### 2.2.7 個人属性

回答者の個人属性として、子どもとの続柄, 年齢, 就業形態, 同居家族を尋ねた。また、健診対象児の個人属性として、性別, 年齢, 出生順位, 昼間の主な養育者を尋ねた。

### 2.3 手続き

調査は、2020年7月から9月における計11回 (4か月児対象3回, 1歳6か月児対象4回, 3歳児対象4回) の乳幼児健康診査で実施した。X市では、新型コロナウイルスの感染拡大を受け、4月から6月の1歳6か月児健診と3歳児健診が延期され、本調査期間である7月から9月における乳幼児健康診査の対象となっていた。なお、人口約7万人の地方都市であるX市の乳幼児健康診査は、1回およそ40から50人が対象となり、1か所のみで実施されている。

乳幼児健康診査の待ち時間を利用し、調査票、依頼状、そして回収用封筒を調査員が配布した。配布の際、本調査の目的、協力は任意であること、同意しない場合も乳幼児健康診査などに否定的な影響が及ばないこと、同意後も回答の中断が可能であることを口頭と文書で説明した。協力が得られた主たる養育者には調査票を持ち帰り、自宅で回答してもらった。そして回答は個人が特定されることのないように回収用封筒に入れて封をしたうえで、郵送による提出を依頼した。できるだけ7日以内に提出するよう依頼したが、回答者の負担も考慮し、それ以降の到着分も分析対象に含めた。

### 2.4 倫理的配慮

調査への協力は自由意思にもとづき、回答しなくても不利益を受けることはないこと、結果から個人が特定されることはないこと、質問紙およびデータの管理は厳重に行うこと、答えたくない場合は白紙のまま提出してよいことを口頭で説明した。質問紙および依頼状にも同様の内容を記載した。なお、実施に先立って、川崎医療福祉大学倫理委員会の承認

を得た（承認番号19-118）。

### 3. 結果

#### 3.1 回答者および子どもの個人属性

回答者および子どもの属性を表1に示す。月齢3か月から12か月を4か月児健診対象者、20か月から25か月を1歳6か月児健診対象者、36か月から47か月を3歳児健診対象者として集計した。それぞれの健診対象者の人数はほぼ同じであった。次に、「子どもとの関係」は、母親が最も多かった。「養育者の年齢」は、30～34歳が最も多く、次に多かった35～39歳と合わせ、約7割が30代であった。「子どもの出生順位」は1番目との回答が約44%で最も多く、次いで2番目との回答がほぼ同じであった。「子どもの性別」は男女の回答が同数であった。「昼間の主な養

育者」は母親が最も多く約49%であり、次いで施設が約41%で多かった。「養育者の就労状況」は、主婦が最も多く、次いでフルタイムが多かった。「家族形態」は、配偶者のみ同居が最も多く、約77%であった。

#### 3.2 尺度の信頼性と記述統計量

Cronbachの $\alpha$ 係数を算出したところ、「子育て支援サービスの利用経験」が0.63、被援助志向性の「被援助欲求」が0.70とやや低かった。しかし、他はおおむね0.80前後ないし以上であった。そこで、これらを許容範囲内であると判断し、それぞれの尺度を構成している項目の評定値を加算し、各尺度の得点を算出した。表2に各尺度の信頼性と、平均点および標準偏差を示す。

表1 回答者および子どもの個人属性

属性	カテゴリー	人数	%	属性	カテゴリー	人数	%
子どもとの関係	母親	176	98.3	子どもの出生順位 <sup>a)</sup>	1番目	78	43.6
	父親	3	1.7		2番目	77	43
子どもの年齢	4か月	57	31.9		3番目	15	8.4
	1歳6か月	64	35.7		4番目以降	9	5
	3歳	68	32.4	昼間の主な養育者	母親	87	48.6
子どもの性別	男の子	89	49.7		施設	74	41.3
	女の子	89	49.7		祖父母	1	0.6
	無回答	1	0.6		母親、施設	10	5.6
養育者の年齢	20～24歳	4	2.2		母親、父親、施設	1	0.6
	25～29歳	27	15.1		母親、父親、祖父母	1	0.6
	30～34歳	73	40.8		母親、施設、祖父母	2	1.1
	35～39歳	51	28.5	母親、祖父母	1	0.6	
	40～44歳	21	11.7	施設、祖父母	1	0.6	
	45～49歳	3	1.7	無回答	1	0.6	
養育者の就労状況	主婦	63	35.2	家族形態 <sup>b)</sup>	同居家族無し	6	3.4
	フルタイム（常勤）	52	29.1		配偶者非同居、自分の両親同居	6	3.4
	パート・アルバイト	26	14.5		配偶者のみ同居	137	76.5
	自営	5	2.8		配偶者+配偶者の両親同居	20	11.2
	休職中	26	14.5		配偶者+自分の両親同居	10	5.6
	その他	7	3.9				

a) 4番目以降を集約した。b) 他の養育者と同居していない者を「同居家族無し」、自分の父親もしくは自分の母親の少なくともどちらか一方と同居している者を「自分の両親同居」、配偶者の父親もしくは配偶者の母親のどちらか一方と同居している者を「配偶者の両親同居」に集約した。

表2 各尺度の信頼性と記述統計量

変数・下位尺度	$\alpha$ 係数	平均値	標準偏差
自己注目傾向			
反芻	.91	36.94	8.93
省察	.85	34.23	7.47
被援助志向性			
被援助抵抗感	.84	17.12	5.24
被援助欲求	.70	16.66	2.37
育児不安	.78	33.74	5.73
ソーシャルサポート			
配偶者	.84	9.87	2.16
家族・親戚	.78	10.38	1.85
友人・知人	.77	8.30	2.09
ストレッサーとしての子どもの特性	.80	29.45	14.81
子育て支援サービスの利用経験	.63	16.01	3.20

### 3.3 回答者および子どもの個人属性と尺度得点との関係

回答者の属性、および子どもの属性によって尺度の得点に違いがあるか確認するために、属性変数を適宜集約し、平均値の比較を行った。

#### 3.3.1 回答者の個人属性との関係

回答者の年齢（20代、30代前半、30代後半、40代）、昼間の養育者（母親、施設、その他）、就労状況（主婦、フルタイム、パート・アルバイト、その他）、家族形態（なし、配偶者、自分の両親、配偶者の両親）について、それぞれ尺度得点との関連を検討するため、分散分析を行った。その結果、昼間の主な養育者と家族形態については、有意な関連はみられなかった。回答者の年齢と就労状況については、「子育て支援サービスの利用」において要因の効果が有意であった（順に  $F(2,176)=3.21$ ,  $p<.05$ ,  $\eta^2_p=.05$ ,  $F(3,175)=3.34$ ,  $p<.05$ ,  $\eta^2_p=.05$ ). Bonferroni の方法による多重比較で、回答者の年齢については、30代後半 ( $M=16.71$ ,  $SD=2.84$ ) が20代 ( $M=14.52$ ,  $SD=2.49$ ) と比べて有意に得点が高かった。就労状況については、パート・アルバイト ( $M=17.65$ ,  $SD=3.82$ ) がフルタイム ( $M=15.29$ ,  $SD=3.18$ ) と比べて有意に得点が高かった。

#### 3.3.2 子どもの個人属性との関係

出生順位（1番目、2番目、3番目以降）、性別（男の子、女の子）、年齢（4か月、1歳6か月、3歳）について、それぞれ尺度得点との関連を検討した。出生順位については、1要因3水準の分散分析を行ったところ、「子育て支援サービスの利用」において要因の効果が有意であった ( $F(2,176)=4.28$ ,  $p<.05$ ,  $\eta^2_p=.05$ ). Bonferroni の方法による多重比較では、3番目以降 ( $M=17.13$ ,  $SD=2.72$ ) の得点が1番目 ( $M=15.27$ ,  $SD=2.95$ ) の得点と比べて有意に高かった。性別については、対応のない t 検定を行った。

その結果、「反芻」のみ女の子の方が有意に高かった ( $t(176)=-2.10$ ,  $p<.05$ ,  $d=0.32$ ). 年齢については、1要因3水準の分散分析を行ったところ、「育児不安」、「配偶者サポート」および「子育て支援サービスの利用」において要因の効果が有意であった（順に  $F(2,176)=3.28$ ,  $p<.05$ ,  $\eta^2_p=.04$ ,  $F(2,176)=3.28$ ,  $p<.05$ ,  $\eta^2_p=.04$ ,  $F(2,176)=6.86$ ,  $p<.001$ ,  $\eta^2_p=.07$ ). Bonferroni の方法による多重比較では、まず「育児不安」は4か月児の養育者 ( $M=32.21$ ,  $SD=6.01$ ) に比べて、1歳6か月児の養育者 ( $M=34.78$ ,  $SD=5.53$ ) の方が有意に高かった。次に「配偶者サポート」は4か月児の養育者 ( $M=10.44$ ,  $SD=1.78$ ) が3歳児の養育者 ( $M=9.45$ ,  $SD=2.44$ ) と比べて有意に得点が高かった。最後に「子育て支援サービスの利用」は1歳6か月児の養育者 ( $M=16.33$ ,  $SD=3.35$ ) と3歳児の養育者 ( $M=16.84$ ,  $SD=3.36$ ) が、4か月児の養育者 ( $M=14.79$ ,  $SD=2.47$ ) と比べて有意に高かった。

### 3.4 尺度間の相関関係

尺度得点相互の相関関係を検討するために、ピアソンの積率相関係数を算出した。なお、先の分析で最も顕著な関係のみられた「健診対象児の年齢」（4か月、1歳6ヶ月、3歳）を統制した偏相関係数を算出したが、属性を統制しない場合と実質的に同様であったため、後者を採用した。その結果を表3に示す。

#### 3.4.1 自己注目傾向と被援助志向性および育児不安の相関

自己注目傾向の「反芻」と被援助志向性の「被援助抵抗感」、「被援助抵抗感」と「育児不安」の間にはともに正の相関が認められた。さらに「反芻」と「育児不安」との間にも強い正の相関が認められた。一方、自己注目傾向の「省察」と関連がみられたのは「反芻」のみであり、被援助志向性の「被援助欲求」と強い関連がみられたのは「被援助抵抗感」の

表3 変数間の相関係数

変数・下位尺度		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
自己注目傾向	反芻	①	1							
	省察	②	.43 ***	1						
被援助志向性	被援助抵抗感	③	.24 ***	.03	1					
	被援助欲求	④	-.04	-.03	-.56 ***	1				
育児不安		⑤	.42 ***	.09	.22 **	1				
ソーシャルサポート	配偶者	⑥	-.09	.10	-.18 *	.08	-.24 ***	1		
	家族・親戚	⑦	-.12	-.05	-.14 †	.09	-.30 ***	.15 *	1	
	友人・知人	⑧	-.14	.06	-.18 *	.14 †	-.11	.15 *	.22 **	1
ストレスラーとしての子どもの特性	⑨	.23 **	.04	-.04	.15 *	.46 ***	-.08	-.20 **	-.01	1
子育て支援サービス利用	⑩	.02	.10	-.22 **	.07	.07	.03	-.02	.13 †	.20 **

\*\*\* $p<.001$ , \*\* $p<.01$ , \* $p<.05$ , † $p<.10$

みであった。

### 3.4.2 ソーシャルサポート、ストレスラーとしての子ども の特性、子育て支援サービス 利用の相関

ソーシャルサポートの「配偶者サポート」、「家族・親戚サポート」および「友人・知人サポート」は相互に正の相関が認められた。「配偶者サポート」と「家族・親戚サポート」は「被援助抵抗感」、「育児不安」と負の相関があった。「友人・知人サポート」は「被援助抵抗感」と弱い負の相関が認められ、「被援助欲求」との間には弱いながらも正の相関が認められた。「ストレスラーとしての子どもの特性」は、「反芻」、「被援助欲求」、「育児不安」と正の相関がみられた。また「家族・親戚サポート」とは負の相関がみられた。「子育て支援サービスの利用」は、「被援助抵抗感」と負の相関が認められ、「ストレスラーとしての子どもの特性」との間には正の相関が認められた。またわずかではあるが、「友人・知人サポート」との間には正の相関があった。

### 3.5 構造方程式モデリングによる変数間の関連性

先の分析を踏まえ、他の変数と強い関連のみられなかった「省察」、「被援助欲求」、「友人・知人サポート」を除き、構造方程式モデリングによるパス解析を行った(図1)。「育児不安」と「子育て支援サービスの利用」を従属変数としたモデルを仮定したと

ころ、自己注目傾向の「反芻」は、被援助志向性の「被援助抵抗感」を介して「育児不安」に正の影響を与えるとともに、これを介さない育児不安への直接の正の影響も有意であった。ソーシャルサポートの「配偶者サポート」および「家族・親戚サポート」は育児不安に直接的な負の影響を与える一方、「配偶者サポート」は「被援助抵抗感」に対して、「家族・親戚サポート」は「ストレスラーとしての子どもの特性」に対してそれぞれ負の影響を与えることにより、「育児不安」および「子育て支援サービスの利用」に影響を及ぼしていた。「子育て支援サービスの利用」に直接影響していたのは、「被援助抵抗感」による負の影響と「ストレスラーとしての子どもの特性」による正の影響のみであった。

## 4. 考察

本研究の主要な目的は、乳幼児の養育者における自己注目傾向としての反芻と省察が被援助志向性を介して育児不安に与える影響を検討することであった。加えて、ソーシャルサポート、ストレスラーとしての子どもの特性、子育て支援サービス利用経験との関連についても検討した。本研究の最終的な結果は図1に示すとおりであるが、本稿ではまず、回答者および子どもの個人属性と尺度の記述統計量についての考察を行い、その後に変数間の関連性に係

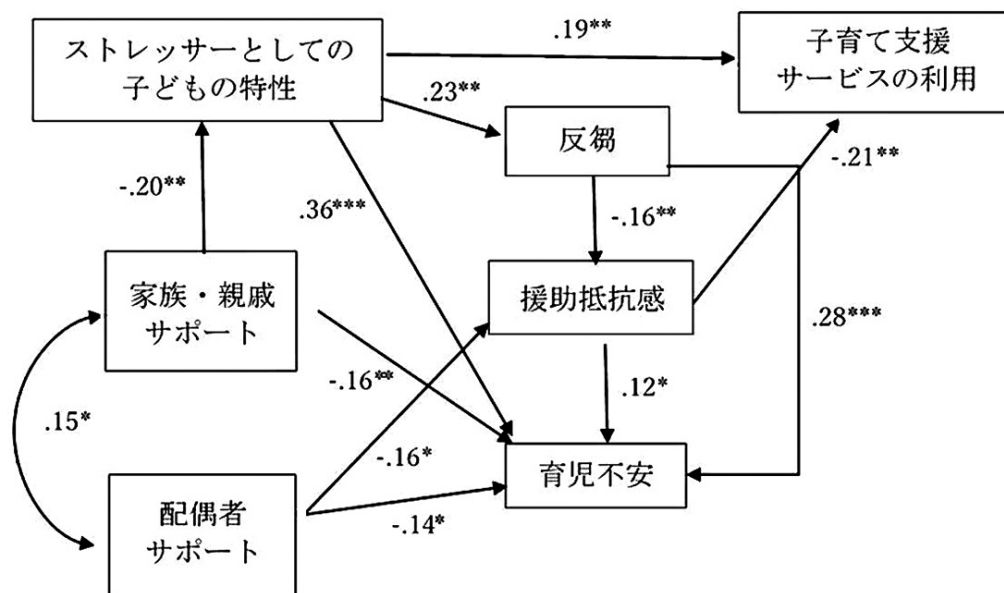


図1 育児不安と子育て支援サービスの利用に至るパス図

注) 誤差項と誤差項同士の相関についての表記は省略した。モデルの適合度指標は、 $GFI = .988$ ,  $AGFI = .963$ ,  $RMSEA = .000$ ,  $CFI = 1.000$ であったことから、十分な値であると判断し、モデルを採用した (\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ )。

る結果の解釈、ならびに本研究の結論と課題について述べる。

#### 4.1 回答者および子どもの個人属性と尺度得点について

本研究では、回答者の約98%が母親であった。また、家族形態は、「配偶者のみ同居」と「同居家族無し」を合わせた核家族世帯が約79.9%を占めていた。厚生労働省<sup>32)</sup>では、児童のいる世帯のうち核家族世帯が82.5%であったと報告されており、本研究もこれとほぼ同じ結果であった。

本研究で測定した尺度得点のうち、自己注目傾向、特に「省察」の平均値は、先行研究よりも低い結果であった。このことから、今回の調査対象者の自己注目傾向は低いことが推測される。本研究では、「反芻」が36.94点、「省察」が34.23点であった。これに対して、高野と丹野<sup>28)</sup>では「反芻」が37.88点、「省察」が41.05点であり、関と兒玉<sup>33)</sup>における女性の平均値は「反芻」が43.12点、「省察」が37.27点であった。理由としては、対象者の年齢の違いが考えられる。坂本<sup>8)</sup>は、青年期（特に大学時代）は自己注目が高まる時期であると述べている。先行研究の対象者は大学生であったのに対して、本研究の対象者のほとんどが成人期の養育者であった。本研究では、養育者の自己注目傾向は、大学生と比べて低いことが示唆された。

#### 4.2 変数間の関連性に関する解釈

##### 4.2.1 パス解析結果の概観

本研究では自己注目が被援助志向性を介して育児不安に影響すると考え、それらに関連する要因としてソーシャルサポート、ストレスラーとしての子どもの特性、子育て支援サービスの利用経験を位置づけた。図1に示す分析結果には、家族・親戚および配偶者のサポートが直接に育児不安を低め、ストレスラーとしての子どもの特性の認知が育児不安を高めるといった従来の研究知見に沿った結果とともに、本研究が焦点とした自己注目のうち、非機能的な側面である反芻が直接あるいは被援助抵抗感を高めることで育児不安につながるという結果、さらにはそれらに関連する上記の両サポートとストレスラーとしての子どもの特性による影響が示されている。すなわち、配偶者のサポートは被援助抵抗感を低め、また家族・親戚サポートはストレスラーとしての子どもの特性を認知しにくくさせ、それによって反芻を低めるといった影響関係を有していた。なお、子育て支援サービスの利用は、ストレスラーとしての子どもの特性を認知するほど多くなる一方、被援助抵抗感が高いと抑制されることが示唆された。

##### 4.2.2 自己注目傾向および被援助志向性、育児不安の関連について

本研究の主要な目的は、乳幼児の養育者における機能的・非機能的自己注目である省察と反芻が被援助志向性を介して、育児不安に与える影響を検討することであった。分析の結果、自己注目のうち「反芻」は、被援助志向性の「被援助抵抗感」に正の影響を与え、「育児不安」を高めていた。さらに、「反芻」は「育児不安」に直接的にも正の影響を与えていた。

「反芻」から「育児不安」への正の影響は、自己への脅威、喪失、不正によって動機づけられた自己注目特性である反芻が育児不安を高めることを意味する。同様の結果は興石<sup>9)</sup>や相良<sup>10)</sup>でも報告されており、本研究の結果はそれらに沿うものである。本研究の独自性は、育児不安に対する反芻の影響が、直接のみならず被援助抵抗感を介しても生じることを示した点にある。すなわち本研究では、反芻傾向が高い者は、周囲に援助を求めることに対する抵抗感が強いが故に育児不安が高まるという結果も見いだされた。反芻傾向の者は、問題を悲観的に解釈し、効果的な問題解決方法を生み出すことができないことから<sup>14)</sup>、援助を受けることに対する抵抗感が助長されると考えられる。

これに対して、機能的な自己注目である「省察」は、他の変数との間に関連がみられなかった。高野と丹野<sup>34)</sup>は、抑うつと省察の間に関連がなかったことから、否定的感情を高めることなく自己制御が可能であると述べている。本研究の結果からは、これと同様のことがいえると考えられる。しかし、省察による直接的ないし被援助志向性を介した間接的な育児不安の低減効果は認められなかった。その理由は本研究の枠内だけでは明確にできないが、1つの可能性として、本研究で測定した「被援助志向性」は高野<sup>17)</sup>が扱った自己開示と異なり、直接的なスキルや対人行動ではなく養育者の内的な認知的枠組みであったことが考えられる。また、本研究では、対象者の大半が成人期であり、前述のように自己注目傾向が大学生と比べて低かった。坂本<sup>8)</sup>が自己注目そのものの年齢による差異を指摘しているように、その影響についても年齢によって異なる可能性がある。成人期の養育者にとって、自分自身に関する省察は育児における問題解決に結びつかないことが示唆された。むしろ子育てという自らの直面する問題自体に関する省察を行うことで、問題解決に結びつくことも考えられる。

##### 4.2.3 ソーシャルサポート、ストレスラーとしての子どもの特性との関連について

本研究では、自己注目傾向と被援助志向性、育児



不安に及ぼすソーシャルサポート、ストレスラーとしての子どもの特性の影響について、また子育て支援サービス利用との関係についても検討した。

まず、配偶者および家族・親戚のソーシャルサポートから自己注目傾向への直接の影響はみられなかったが、これらのサポートの得点が高いほど「育児不安」は低かった。ソーシャルサポートと育児不安のこのような負の関係は、田中<sup>22)</sup>や福岡<sup>30)</sup>の先行研究と一致する。

本研究に特徴的な知見として、「配偶者サポート」が被援助抵抗感に負の影響を与えていたこと、および「家族・親戚サポート」が「ストレスラーとしての子どもの特性」の認知に負の影響を与えていたことが挙げられる。前者は、反芻を介さないものであり本研究の主たる焦点であった自己注目傾向とは無関係である。しかしながら、従来から育児不安を低減することが報告されてきた配偶者のソーシャルサポートが、直接のみならず被援助抵抗感を低めることによっても育児不安と関連することを表している。後者に関して、本研究における「ストレスラーとしての子どもの特性」は、先行研究にもとづき単なる経験頻度（経験したり感じたりする程度）ではなくそれに対する嫌悪度（それが気になる程度）との乗算で算出した。嫌悪度を反映するこの指標は、子どもの特性に対する養育者の認知的評価を含むものであるといえる。Lazarus らの心理学的ストレスモデル<sup>26)</sup>をふまえ、知覚されたサポートはストレスラー直面時の評価や対処に影響するとされる<sup>27)</sup>。このことから、家族・親戚のサポートを得られると思う人ほど、ストレスラーとしての子どもの特性を感じたり気になったりすることが少なくなると考える。そして、ストレスラーとしての子どもの特性は反芻と有意に関連していたことから、家族・親戚のサポートは子どもの特性の認知を介して、反芻を低めることにつながっていると言える。従って、家族・親戚のサポートを高めることが、本研究の主要な検討事項であった「自己注目が被援助志向性を介して育児不安に影響する」という関連性にも影響し、反芻を低めることで育児不安を低減し得ることが指摘できる。

#### 4.2.4 子育て支援サービスの利用に対する影響要因について

本研究において、子育て支援サービスの利用経験は育児不安と関連していなかった。これは当初の想定とは異なる結果であるが、不安であるが故のサービス利用と利用による不安の低減の両者が混在することによるのかもしれない。

子育て支援サービスの利用に関して本研究におい

て注目すべきと考えられるのは、ストレスラーとしての子どもの特性を認知することによって利用が促されるという正の影響と、被援助抵抗感によって利用が妨げられるという負の影響が認められたことである。これは、本研究で測定された子育て支援サービスが養育者側のニーズにある程度まで対応していることを反映すると同時に、養育者自身の特性によって利用が左右されることを表す。そして、被援助抵抗感を強める非機能的自己注目としての反芻は、家族・親戚のサポートがストレスラーとしての子どもの特性を認知しにくくすることで弱められる。配偶者のサポートが被援助抵抗感に対して直接に負の影響を及ぼしていたこととも相俟って、公的な子育て支援サービス利用に影響するものとしてのソーシャルサポートの重要性が示唆されたと言える。

ただし、本研究における子育て支援サービスの利用は、X市で実施されている子育て支援サービスを列挙して尋ねたものであった。そのため、尺度としての精度が十分とはいえなかった可能性があり、今後のさらなる検討が必要である。

#### 4.3 本研究の結論と課題

本研究では、養育者の自己注目傾向の「反芻」が直接的に、そして被援助志向性の「被援助抵抗感」を介して間接的に、「育児不安」を高めていることが示された。このことから、田淵<sup>13)</sup>の示すような認知的再評価や脱中心化のスキルによる不適応的な自己注目を予防・低減する介入によって、育児不安が低減される可能性が示唆される。また、本研究では、家族・親戚のサポートを受けることができると感じている養育者は、ストレスラーとしての子どもの特性が気になりやすく、反芻の低減につながることが示された。このことから、家族・親戚のサポートが充実していることも養育者の反芻傾向を低減する方法の一つであると考えられる。もちろん本研究では、このような介入の効果を直接に扱っているわけではないため、今後の研究によって検証する必要がある。

なお、本研究ではこれら以外にも、家族・親戚や配偶者からサポートが得られることによって育児不安が抑制されること、被援助抵抗感やストレスラーとしての子どもの特性認知の低減を介して子育て支援サービスの利用が促進されることも示唆された。育児不安の低減は、関連する様々な変数の観点からさらに検討することが可能であると考えられる。

さらに、本研究は人口約7万人の地方都市で行った調査をもとにしており、核家族が多いものの、家族・親戚が近居である場合が多い可能性がある。このことから、ソーシャルサポートを受けやすい環境

であったのではないかと考えられる。都市部では、 えることから、今後は都市部での調査による検討も  
ソーシャルサポートの入手可能性が異なると考えら 必要となる。

#### 付 記

本研究の遂行にあたり、利益相反関係にある企業等はありません。

#### 謝 辞

本研究の実施にあたり、X市こども課の皆様にも全面的な御協力を頂戴しました。また、調査票に御回答くださいました養育者の方々、研究の遂行ならびに論文執筆に際し御助言をくださいました川崎医療福祉大学大学院臨床心理学専攻の先生方に感謝申し上げます。なお、本研究は第一筆者が2020年度川崎医療福祉大学大学院医療福祉学研究科臨床心理学専攻に提出した修士学位論文に基づくものであり、岡山心理学会第68回大会（2020年12月開催）において発表されています。

#### 注

- †1) 同意欄が無記入であるが、調査票に回答があった場合、同意欄の見落としと判断し、分析対象に含めた。さらに、調査票全体が無記入が2項目以下のものにはその項目の最頻値を代入し、分析対象に含めた。
- †2) 集計の際には、1つのサポート源において4項目とも無記入であったものは、サポートを得られていないと判断し、1点として処理を行った。さらに、中間の回答（例：1.5点）は、点数の小さい方（例：1点）として処理を行った。

#### 文 献

- 1) 服部祥子, 原田正文: 乳幼児の心身発達と環境—大阪レポートと精神医学的視点—. 名古屋大学出版会, 名古屋, 1991.
- 2) 三枝恵子: 育児不安の構造. 深谷昌志編, 育児不安の国際比較, 学文社, 東京, 27-46, 2008.
- 3) 牧野カツコ: 乳幼児をもつ母親の生活と<育児不安>. 家庭教育研究所紀要, 3, 34-56, 1982.
- 4) 輿石薫: 育児不安の発生機序と対処方略. 風間書房, 東京, 2005.
- 5) 原田正文: 子育ての変貌と次世代育成支援—兵庫レポートにみる子育て現場と子ども虐待予防—. 名古屋大学出版会, 名古屋, 2006.
- 6) 平林佳奈, 砂川芽吹, 藤尾未由希, 下山晴彦: 乳幼児期の子をもつ母親に対する地域子育て支援の現状と課題. 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要, 39, 34-41, 2016.
- 7) 笠原正洋: 保育者による育児支援—子育て家庭保護者の援助要請意識および行動から—. 中村学園研究紀要, 32, 51-58, 2000.
- 8) 坂本真士: 自己注目と抑うつ. 社会心理学. 東京大学出版会, 東京, 1997.
- 9) 輿石薫: 母親の自己注目傾向と育児不安について. 小児保健研究, 61, 475-481, 2002.
- 10) 相良順子: 育児不安の発生プロセスの検討—母親の自己注目を一要因として—. 家族問題相談研究, 5, 7-11, 2007.
- 11) Trapnell PD and Campbell JD: Private self-consciousness and the Five-Factor Model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 284-304, 1999.
- 12) 田淵梨絵, 及川恵: 適応的な自己注目に関する文献レビュー—青年期における効果的な介入へ向けて—. 東京学芸大学紀要総合教育科学系, 69, 237-244, 2018.
- 13) 田淵梨絵, 及川恵: 大学生を対象とした反すうの心理教育プログラムの検討. *ストレス科学*, 31, 312-319, 2017.
- 14) Lyubomirsky S and Nolen-Hoeksema S: Effects of self-focused rumination on negative thinking and interpersonal problem solving. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 176-190, 1995.
- 15) Mori M, Takano K and Tanno Y: Role of self-focus in the relationship between depressed mood and problem solving. *Motivation and Emotion*, 39, 827-838, 2015.
- 16) 高野慶輔, 坂本真士, 丹野義彦: 機能的・非機能的自己注目と自己受容, 自己開示. *パーソナリティ研究*, 21, 12-22, 2012.
- 17) 鈴木潤也, 平山栄治: 自己受容と被援助志向性に関する文献検討—学生相談の立場から—. *青山心理学研究*, 11, 73-84, 2011.
- 18) 水野治久, 石隈利紀: 被援助志向性, 被援助行動に関する研究の動向. *教育心理学研究*, 47, 530-539, 1999.
- 19) 状家莉保: 育てにくさを感じている母親への支援の検討—被援助欲求と具体的な育児サポートに着目して—. 神戸

- 大学発達・臨床心理学研究, 14, 7-11, 2015.
- 20) 永井知子: 養育者の被援助志向性の特徴と支援に対する意識との関係性—育児不安, 身近な人からのサポート, 地域支援活動への参加意識との関連より—. 応用教育心理学研究, 33, 27-38, 2017.
  - 21) 牧野カツコ: <育児不安>の概念とその影響要因についての再検討. 家庭教育研究所紀要, 10, 23-31, 1988.
  - 22) 田中昭夫: 保育園児の母親への育児援助に関する基礎的研究—その蓄積的疲労徴候と育児不安を軽減するために—. 保育学研究, 32, 107-115, 1994.
  - 23) 稲葉昭英: ソーシャル・サポートの理論モデル. 松井豊, 浦光博編著, 人を支える心の科学, 誠信書房, 東京, 151-175, 1998.
  - 24) 水野里恵: 乳児期の子どもの気質・母親の分離不安と後の育児ストレスとの関連—第一子を対象にした乳幼児期の縦断研究—. 発達心理学研究, 9, 56-65, 1998.
  - 25) 武井祐子, 寺崎正治, 門田昌子: 幼児の気質特徴が養育者の育児不安に及ぼす影響. 川崎医療福祉学会誌, 16, 221-227, 2007.
  - 26) Lazarus RS and Folkman S: *Stress, appraisal and coping*. Springer, New York, 1984.
  - 27) Cohen S and Wills TA: Social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357, 1985.
  - 28) 高野慶輔, 丹野義彦: Rumination-Reflection Questionnaire 日本語版作成の試み. パーソナリティ研究, 16, 259-261, 2008.
  - 29) 田村修一, 石隈利紀: 指導・援助サービス上の悩みにおける中学校教師の被援助志向性に関する研究—バーンアウトとの関連に焦点をあてて—. 教育心理学研究, 49, 438-448, 2001.
  - 30) 福岡欣治: 乳幼児を育てる母親におけるソーシャル・サポート・ネットワークの特徴および育児不安との関連. 岡山心理学会第63回大会発表論文集, 67-68, 2015.
  - 31) 吉永茂美, 眞鍋えみ子, 瀬戸正弘, 上里一郎: 育児ストレス尺度作成の試み. 母性衛生, 47, 386-396, 2006.
  - 32) 厚生労働省: 2019年国民生活基礎調査の概況  
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa19/index.html>, 2019. (2021.1.1確認)
  - 33) 関博美, 兒玉憲一: 自己注目における省察及び反芻と自己効力感, 自尊感情, 抑うつ感との関連. 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, 11, 86-96, 2012.
  - 34) 高野慶輔, 丹野義彦: 抑うつと私的自己意識の2側面に関する縦断的研究. パーソナリティ研究, 17, 261-269, 2009.

(2021年5月25日受理)

## Effects of Self-focus on Childcare Anxiety Mediated by Help Seeking Preferences

Yuki NAMBA and Yoshiharu FUKUOKA

(Accepted May 25, 2021)

**Key words** : childcare anxiety, self-focus, rumination, reflection, help seeking preference

### Abstract

Childcare anxiety is a critical social issue in Japan. Local governments and voluntary organizations have established several childcare support services, however, some caregivers do not actively use these services. This study investigated the effects of two aspects of caregivers' self-focus on seeking childrearing help. We hypothesized that rumination, the dysfunctional aspect, is negatively related to help-seeking preferences, whereas reflection, the functional aspect, is positively related to help-seeking preferences, and the preference for help-seeking contributes to decreasing childcare anxiety. We also investigated the caregivers' perceived social support, the perceived stressfulness of their child, and the use of local governments' childrearing support services. The participants were recruited at local governments' health examinations for infants and toddlers. Caregivers (N = 179) responded to a questionnaire with no missing values. There were no significant relationships between reflection and any of the variables, except rumination. Structural equation modeling indicated direct and indirect effects of rumination on childcare anxiety through the unwillingness to seek help. Also, perceived support from family and relatives and support from a spouse affected childcare anxiety directly and indirectly by decreasing the child's perceived stressfulness or a caregiver's unwillingness to seek help. These results suggest the crucial role of decreasing rumination as dysfunctional self-focus and increasing perceived support from family and relatives and support from a spouse on lowering childcare anxiety.

Correspondence to : Yoshiharu FUKUOKA

Department of Clinical Psychology

Faculty of Health and Welfare

Kawasaki University of Medical Welfare

288 Matsushima, Kurashiki, 701-0193, Japan

E-mail : [fukuoka@mw.kawasaki-m.ac.jp](mailto:fukuoka@mw.kawasaki-m.ac.jp)

(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.31, No.1, 2021 91 – 102)