

# 育児期女性はどのような意識を抱いているか

—「個人としての自分」に着目して—

臨床心理学コース 小野田 奈穂

What kind of thought do women raising their children have?

—Focusing on “the personal-self”—

Naho ONODA

The purpose of this study was to investigate “the personal-self” for women raising their children. 12 participants were interviewed, and data was analyzed using the KJ method. The main results were as follows. First, “the personal-self” was classified into four types : (1) participation to society, (2) physical time, (3) psychological time, (4) interpersonal relationship. Second, it was suggested that the level of stress of “the personal-self” influence the level of stress resulting from child care.

## 目次

- 1 問題と目的
  - A 先行研究の概観
  - B 先行研究の問題点と本研究の目的
- 2 方法
  - A インフォーマント
  - B 手続き
  - C グループの生成過程
- 3 結果
- 4 考察
  - A 「母親としての自分」意識
  - B 「個人としての自分」意識
  - C 対処行動
  - D まとめ
- 5 総合考察と今後の課題

### 1 問題と目的

#### A 先行研究の概観

近年、都市化、核家族化、情報化、少子化などの社会状況の変化に伴って、子どもを持つ女性の育児環境が大きく変化してきており、育児期女性を対象とした研究にも変化を及ぼしている。

1980年代以前の初期の研究では、育児期女性は、子どもの発達に影響を与える要因としてのみ捉えられる

ことが一般的であった(柏木・若松, 1994)。1980年代になると、子どもだけに焦点を当てた研究から母親が抱える育児の困難、負担感、不安感に焦点を当てた「育児ストレス」、「育児不安」の研究が盛んに行われるようになった。育児ストレスの内容が検討され(岩田, 1995; 加藤, 1999; 川井・庄司・千賀・加藤・中村・安藤・谷口・佐藤・恒次, 1999; 牧野, 1982; 野澤, 1989), 「育児ストレス」と関連する様々な要因について検討されてきた(平山, 1999; 柏木・若松, 1999; 数井・無藤・園田, 1996; 野口・新川・多賀谷, 2000; 田中, 1994など)。

1990年代に入ると、生涯発達という新たな観点が母親研究に導入されるようになり、育児におけるストレス面ばかりではなく、育児を「親になる経験」として捉え、そこに成人期発達の積極的意義を見出す研究が行われるようになった(徳田, 2004)。「親になることによる発達」について検討した代表的なものに柏木・若松(1994)がある。柏木らは、親となることによる人格的・社会的な行動や態度の変化について明らかにしており、子育てが人格的成長をもたらすという視点を示した点で先駆的であると言える。また、親としてどのように発達していくか、その発達プロセスについては、親としての適応のプロセスを論じたものが多い(Fleming, Ruble, Flet, & Wagner, 1990; Fledman, & Aschenbrenner, 1983; Levy-shiff, 1994; 坂上, 2003; 菅野, 2001; 氏家・高濱, 1994など)。

さらに、今日では、女性のライフスタイルの多様化が社会で取り上げられるようになり、子どもを産むことは、親の主體的な選択によるものになっている(柏木, 2001)。すなわち、育児期女性の「母親としての自分」の側面だけでなく「個人としての自分」の側面について、社会も育児期女性たちも意識を向けるようになったと考えられる。柏木・永久(1999)は、現代の女性が家族の中に「私」という個人を求め、夫とは別個に心理物理的な私的領域を求める傾向があると指摘し、育児期女性の「個人化志向」について検討している。一方、現在、乳幼児を育てている女性の世代は、日本の伝統的な、子ども中心的な育児観を受け継ぎながらも、一方で男女は平等であるという教育を受けて、積極的に社会参加を果たしてきた世代である(坂上, 2005)。子どもを持つ女性が「個人としての自分」の意識を大切に、それに沿った生き方を希求することを認められつつあると言いながらも、実際には、今日もなお「母性神話」「女性への家庭役割期待」といった価値観が強く社会に根付いているのが現状である(岡崎・柏木, 1995)。そのため女性たちは、「母親としての自分」と同時に「個人としての自分」の生き方を求めながらも、実現はできないという現代ならではの葛藤を抱えている可能性があると考えられる。

この点について、Nicolson(2001), Oberman & Josselson(1996), 武田(1988), 徳田(2002)は、子どもを産み、育てるという「獲得」と同時に経験する「喪失」という観点から言及している。これらの研究で「喪失」体験として位置づけられている側面は、「母親としての自分」の意識が自身の中に芽生える以前から自分の中に存在していたであろう「個人としての自分」が実現できていない部分を示していると言える。また、岡本(1996)はこのことを、「個としてのアイデンティティと母としてのアイデンティティの葛藤」と位置づけている。

このように、近年の研究成果は、「母親としての自分」と「個人としての自分」との間の葛藤という視点で、子どもを持つ女性を、一人の「個人」として捉える必要性があることを提起したと言える。

## B 先行研究の問題点と本研究の目的

前節で概観したように、育児期女性を対象とした研究は、子どもに焦点を当てた研究から「育児ストレス」研究へ(例えば、牧野, 1982; 野澤, 1989)、生涯発達の視点から「親になることによる発達」に関する研究へ(例えば、氏家・高濱, 1994)、そして近年では「個人

としての自分」という意識の存在を言及した研究へ(例えば、柏木・永久, 1999; 岡本, 1996)と、多くの研究が蓄積され、深化しつつある。このように蓄積されてきた先行研究に基づき、育児期女性が抱えている意識についてさらに理解を深めるために、先行研究の問題点と本研究の目的を以下に述べる。

先行研究の問題点は、「母親としての自分」とは異なる「個人としての自分」という意識が女性たちの間に育ってきていることが近年言及され、注目されるようになってきているが、それにも関わらず、「個人としての自分」という意識についての具体的な内容を詳細に検討した実証的研究がほとんど見当たらないことである。現代の女性は、母として妻としてだけではなく個人としての生活や活動をもつことなしに幸福感をもちえないという指摘もある(柏木, 2002)。ゆえに、育児期にいる女性が、「母親としての自分」を生きながら、「個人としての自分」の意識をどのように持ち、日常生活を送っているのかということ、より具体的に明らかにしていく必要があると考えられる。

以上のことから、本研究では、「個人としての自分」意識とはどのようなものであるかを理解するための一示唆を得ることを目標とする。

「個人としての自分」意識が重視されている今日、育児支援のあり方を考えていくためには、親として、また個人として、育児期女性の意識を多面的に捉えていくことが必要であると考えられる。本研究は、そのための今後の研究の蓄積に向けての課題を探るための第一歩として捉えている。

## 2 方法

本研究では、「個人としての自分」という意識はどのようなものなのか探ることを目的としているが、そのためには、育児期女性の内的世界について探索的に検討していく必要がある。そこで、探索的に検討していくのに適しているといえる質的方法を採用し、インタビュー調査を行った結果について、質的分析を行った。

### A インフォーマント

首都圏に在住する、0歳児～就学前の子どもを持つ女性12名を対象とした。子どもの年齢の範囲は、育児期女性を対象とした先行研究を参考にして設定した。インフォーマントの年齢の平均は、30.83歳(22～37歳)であった。表1に、12名のプロフィールを示す。

表1 インフォーマントのプロフィール

No.	インフォーマント			第一子		第二子	
	年齢	職業	子どもの数	年齢	性別	年齢	性別
1	29	専業主婦	1	1	女		
2	26	専業主婦	1	0	女		
3	34	オペレータデザイナー	1	3	女		
4	32	専業主婦	2	4	男	1	女
5	32	専業主婦	2	4	女	0	男
6	37	専業主婦	1	5	女		
7	27	フリー翻訳・通訳業	1	4	女		
8	28	食品研究開発	1	0	女		
9	36	専業主婦	2	8	女	5	女
10	37	専業主婦	2	3	男	0	男
11	22	専業主婦	2	3	女	0	女
12	30	臨床心理士	1	1	男		

## B 手続き

半構造化面接によるインタビュー調査を行った。

育児期女性の実際の生活では、普段は「母親としての自分」と「個人としての自分」といったように、意識的に分けて考えるというよりは、両者が混在して存在していると考えの方が自然であろう。そこで、まず「今の生活の中で〇〇さんご自身が率直に感じていらっしゃるお気持ちをお話してください」という教示を行った上で、出産前に抱いていた出産後の生活イメージと実際の生活との差異と、差異に対する感情という視点からインタビューを行った。これにより、子どもについての直接的な感情ではなく、インフォーマント自身が自分の生活について抱いている感情についてのデータを収集することが期待される。

半構造化面接を行う上で、あらかじめ設定しておいたインタビューガイドは、以下の通りである。

- ① 出産前の生活と今の生活で、実際に特に変化したと感ずることはどのようなことですか。変化に対して、どのように感じていますか。
- ② 出産前と現在で、ご自身の意識面で変わったことはありますか。それはどのような面ですか。
- ③ 子どもを持ったことで、良かったことはどのようなことですか。
- ④ 子どもを持ったことによる悩みやストレス、困っていることはどのようなことですか。

なお、1人あたりの面接に要した時間は、約1時間であった。インタビューの内容は、インフォーマント

の許可を得て録音し、書き起こしたものを分析の対象とした。

## C グループの生成過程

インタビューの逐語記録を起こして発話データとし、KJ法(川喜田, 1967)を参考に、分析を行った。KJ法による分析手順は以下の通りである。

- ① カード作り：発話データを単一の意味内容になるように区切り、区切った記述ごとにカードに書き込み、カード作りを行った。
- ② グループ編成：カードを広げ、類似したカードごとに少しずつまとめていき、小グループが編成されたところで、それぞれのグループに名前をつけた。次に、小グループ同士を比較して、さらにまとめられるものはまとめ、中グループ、大グループへと分類を進めた。
- ③ 表札づくり：中グループ、大グループにタイトルをつけた。
- ④ 空間配置：大グループ間の関連を考えながら、配置の並べ替えを行い、相互の関係を空間的に表現した。グループ同士に関連があると考えられた場合は、矢印などの記号を用いて関連を図示した。

## 3 結果

インタビュー調査で得られた発話データについて分析を行った結果を示す。生成された【育児によるメリッ

表2 生成されたグループ別の回答例

生成されたグループ語りの例	
【育児によるメリット】	
〔生きがい感〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家族を作ったという意識が自分の居場所につながった。</li> <li>・自分という人間の大切さがわかった。</li> <li>・あんなに全身で私を信頼してくれる存在って他にはない。母親の特権。</li> <li>・子どもがいる生活がこんなにも幸せなんだと感じた。</li> </ul>
〔幅の広がり〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今までそんな遊びをしても楽しくなかったようなものが子どもと行くと楽しかったりとか。ディズニーランドとか。</li> <li>・子どもができて、5年後、10年後の日本はどうなっているのか？などと考えるようになった。</li> <li>・視野が広がって、人生観が変わった。</li> </ul>
〔自己の変化〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の行動に責任を持つようになった。子どもにマネしてほしいから、自分が正しい行動をとる。</li> <li>・強くなるなくちやとか守らなくちやという気持ちが強くなった。</li> <li>・子どもといると、自然と自分の殻を脱ぎ捨てられるようになった。</li> </ul>
〔人間関係〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・私がこの子を無条件で好きなように、親も好きでいてくれたんだなと思って、親の大切さを実感。</li> <li>・夫との信頼感が前よりも増した。</li> <li>・子ども同士が仲良くなったのもよかったし、子ども抜きでも付き合える友達関係ってすごくいいですよ。家族ぐるみで。</li> </ul>
【育児関連ストレス】	
〔子ども関連〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・抱っこしてもダメだし、何かあげてもいらないって言うし、そういうどうにもならなくなった時に、「何なの？どうして？」となって疲れる。</li> <li>・子どもが人見知りをするのが嫌。仲良くしてほしい。</li> <li>・他の子と比べてうちの子はここが遅いなとか、本当はこの子みたいになって欲しいなとか、他の子となんとなく比べてしまう。</li> </ul>
〔親関連〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・育児雑誌を読んで、少しでも違っていると不安で仕方なかった。</li> <li>・きちんと親らしくしつつけとかできていないのではないかと悩む。</li> <li>・日差しが強い時に「帽子がぶせなくていいの？」と言われると、分かっているけど、取っちゃうんだよ！と思う。</li> <li>・他の人に批判されると、それまで頑張ってきたことを全否定された気がした。</li> </ul>
【自分関連ストレス】	
〔社会参加〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・働いている人を見てうらやましいと思うこともある。</li> <li>・働きたいけれど、夏休みのこととか考えると、そんなにしっかりした仕事はできないかな。</li> <li>・外とのつながりがなくて、自分が見る世界がテレビの中の世界か、家とスーパーの往復の中で見る世界。そんな生活をしていると、置いていかれた気分になる。</li> </ul>
〔物理的時間〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・好きな時に出かけて好きなときにコンビニ行って、好きなときに立ち読みして、お風呂に入って、ご飯食べて・・・ということが全くできなくて辛い。</li> <li>・2、3時間でいいから、子どもから完全に離れて寝たいときに見ていて欲しい。</li> <li>・自分自身について、例えば身だしなみとか毎日お化粧するとか、あまりそういうことにこだわってられない。</li> </ul>
〔心理的時間〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・彼（夫）とも子どもとも関係なく、自分は自分という世界をちょっとでもいいから持っていたいというのがあるが、あまり実現できていない。</li> <li>・なんとなく家でぼーっとして、もったいないなと思う。でもだからといって、まだ働きにも出られないし。</li> <li>・自分の時間が欲しいと欲しいと思っているわりには、いざ自由になるとずっと子どものことを考えていて、気持ち的に一人にはなれない。</li> </ul>
〔人間関係〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・OLしている友達と話合わなくなってきたなあというのは感じる。</li> <li>・前は、自分が付き合いたい人だけと付き合えばよかったけれど、子どもを通じてのお付き合いはそういうわけにはいかない。</li> <li>・私としては、夫にもっと話を聞いてほしいという気持ちがある。</li> </ul>
【対処】	
〔問題焦点型〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・無駄に外をブラブラしてみたり、ちょっと歩いてみたりするだけで全然違う。</li> <li>・誕生日の時など、年に数回子どもを預けてキレイな格好をして食事に行くだけで満足している。</li> <li>・話を聞いてもらえるだけで、すごく楽になった。</li> </ul>
〔情動焦点型〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今もすごい泣いたりとか、「もう疲れる！」って思うこともあるけど、それよりも成長をみるほうが楽しくなってきて、それでちょうど帳消しになる。</li> <li>・子育てって本当に一瞬だから、その分どっぷり浸かろうと割り切っている。諦めの中でいかに自分の時間を作るかを考える。</li> <li>・自分が責任を持って産んだのだから、やりたいことができなくても仕方ないと思う。</li> </ul>

ト】【育児関連ストレス】【自分関連ストレス】【対処】という4つの大グループの中は、それぞれ中グループからなる。表2に、具体的に語られた回答例を、4つの大グループとそれぞれの中グループとともに示す。

【育児によるメリット】には、子どもを持ったことでプラスに変化した面について述べられた内容が分類された。反対に、子どもを持ったことによって感じるストレスや悩みについては、子どもに関する悩みやストレスが【育児関連ストレス】に、自分の生活や意識に関する悩みやストレスが【自分関連ストレス】に分類された。これら3つのグループに含まれた発話データは、一人の個人が生活の中で経験している意識や感情として捉えることができる。

一方、【対処】に分類された発話データは、半構造化面接を行う中で、インフォーマントの質問項目に対する回答からの自然な流れとして語られたものであった。【対処】に分類されたのは、現在の生活の中で抱く様々な意識や感情、ストレスを、自身の中でどのように処理しようとしているかということである。

【育児によるメリット】では、〔生きがい感〕〔幅の広がり〕〔自己の変化〕〔人間関係〕という4つの中グループからなる。また、【育児関連ストレス】では〔子ども関連〕〔親関連〕という中グループに、【自分関連ストレス】では〔社会参加〕〔物理的時間〕〔心理的時間〕〔人間関係〕という中グループからなる。そして、これらの育児意識と現在の生活との兼ね合いの中で起こると考えられる【対処】では、〔問題焦点型〕〔情動焦点型〕という中グループからなる。

以上のように、育児期の女性の意識として、大別すると3つの側面が得られた。そして、その意識に対しての対処行動的側面が同時に得られた。育児生活に対する意識の中で、【自分関連ストレス】のグループに分類された内容が、本研究での焦点となる「個人としての自分」を表していると考えた。詳細は、次章の考察にて言及する。

なお、各グループ間の関連に関しては、考察をしていく中で検討を行ったため、次章の考察とともに示すこととする。

## 4 考察

### A 「母親としての自分」意識

分析によって得られた大グループのうち、【育児によるメリット】【育児関連ストレス】の2つは、従来から多く研究されてきた、育児に対する直接的な意識で

あると考えられる。まず、【育児によるメリット】では、〔生きがい感〕〔幅の広がり〕〔自己の変化〕〔人間関係〕という4つのグループにさらに分類されることが確認された。〔生きがい感〕に見られるように、子どもを育てることに生きがいを感じたり、自分は子どもにとってなくてはならない存在であると自分の存在の大切さを認識できたりすることは、育児中心の生活におけるポジティブな側面として重要な感情であると考えられる。『社会に出たいっていう焦りとかもあるけれど、子どもを育てるといって嬉しい気持ちの方が大きいから大丈夫』『ストレスがないって言ったら嘘になるけれど、子どもの特別さには変えられない』といった語りがあるように、これらは育児をする中で多くの女性が基盤として感じているポジティブな感情であると考えられる。子どもの価値は世代差に関わらず高いものであり(柏木・永久, 1999)、子どものかけがえのなさは、大半の母親が一貫して感じている育児のメリットと言えよう。『人生の幅が広がった』『楽しみの幅が広がった』といった〔幅の広がり〕や、『自分が強くなった』『安定した』といった〔自己の変化〕では、自身の変化や成長に関することが語られており、育児のメリットとして、子どもとの関係性の中で親になることによる自分の発達という側面が大きく占めていることが示唆された。〔人間関係〕においても、『自分の親に対する感謝の気持ちが持てるようになった』『子どもが出来て同じくらいの年齢の子を持つ人と積極的に付き合い合うようになった』といったように、自身の変化という側面が多く語られている。すなわち、【育児に対するメリット】は、親になったことによって成長、発達できたと感じられるかどうかを中心として位置づけられていると考えられる。このことは、【育児に対するメリット】のグループの内容が、親となることによって親にどのような発達が見られるのかを検討した柏木・若松(1994)の研究内容とほぼ一致することからも言えるだろう。従って、【育児に対するメリット】は、従来の研究で言及されてきた「親としての発達」の側面(柏木・若松, 1994; 牧野・中原, 1990; 大日向, 1988など)と同様のものであると考えられる。

一方、【育児関連ストレス】では、育児に対する様々な悩みやストレスが語られていた。〔子ども関連〕では、『子どもが泣き止まない』『子どもが人見知りをするのがストレス』といった語りがあるように、子どもの性格や態度そのものから生じるストレスである。〔親関連〕は、『自分の育児の仕方が正しいかどうか分からなくなる』といった語りに代表されるように、親とし

での自分が育児に関することで感じているストレスであると言える。この分類は、「育児ストレス」の全てが質的に同じものではないと指摘し、「子ども関連育児ストレス」と「母親関連育児ストレス」の存在を示唆した佐藤・菅原・戸田・島・北村(1994)の分類と一致する。また、具体的な内容は、これまで蓄積されてきた「育児ストレス」研究の内容(岩田, 1995; 加藤, 1999; 牧野, 1982; 野澤, 1989; 川井・庄司・千賀・加藤・中村・安藤・谷口・佐藤・恒次, 1999)とほぼ同様のものであると考えられる。

## B 「個人としての自分」意識

【自分関連ストレス】は、育児の中で直接的に感じるストレスである【育児関連ストレス】とは異なり、育児生活を送る中で、自分自身について感じているストレスである。中グループには、〔社会参加〕〔物理的時間〕〔心理的時間〕〔人間関係〕という4つが生成された。〔社会参加〕では、特に仕事と育児の兼ね合いについての言及が多く、仕事と育児の両立が難しいという社会の現状がうかがえる。また、『社会から取り残された感じがする』といった語りから読み取れるように、育児生活が閉塞的な状況に陥りやすいものであると考えられる。〔物理的時間〕〔心理的時間〕のグループでは、『やりたいことがあっても、じゃあ子どもはどうするの?』というところから始まって、できないことにイライラ、『自分の時間が欲しいと思っているわりには、いざ自由になるとずっと子どものことを考えていて、気持ち的に一人にはなれない』など、自分の時間がほしいという思いが語られており、それを求めつつも、実際には自分のための時間を作ることが難しい状態であるという現実が語られている。〔人間関係〕のグループでは、『ママ友達は結局、個人対個人の付き合いではないので、我慢しなくちゃいけない部分もある』など、子どもを持ったからこそ生じた人間関係の悩みがあることが示唆された。

このように、【自分関連ストレス】の内容によって、育児期女性は、親としての自分が子どもとの具体的、現実的な関わりの中で感じる【育児関連ストレス】とは異なり、個人としての生き方に関する悩みやストレスもまた存在することが明らかになった。ここではストレスとして語られているが、「～できない」といった語りはストレスとして捉えることができるとともに、「～したい」という願望が背景としてあることも推測できる。つまり、「個人としての自分」によっても生き、社会や人と関わっていきたいと考えているということ

であり、【自分関連ストレス】は、「個人としての自分」意識の表れであると考えられる。このことから、「個人としての自分」意識の具体的な内容として、〔社会参加〕〔物理的時間〕〔心理的時間〕〔人間関係〕の4つの側面があることが示された。

## C 対処行動

【対処】のグループでは、育児期女性たちが感じている様々なストレスに対して、自らがどのように理解し、納得しようとしていくかという内容が語られた。中グループでは、具体的に問題解決を試みようとする〔問題焦点型〕と自分の生活について内省することで自分を納得させていく〔情動焦点型〕に分類された。これは、育児場面に限らず、一般的な概念として広く知られている「コーピング」の概念を援用できると考えられる。コーピングとは、「何らかの心理的ストレスを体験した個人が、嫌悪の程度を弱め、また問題そのものを解決するために行う、さまざまな認知的・行動的試みのこと」であり、これまで多くの研究が蓄積されている。Lazarus & Folkman(1984)によると、ストレッサーを経験した時に、それをどのようなものとして受け止めるようなコーピングを行うかによって、結果として生じるストレス反応が異なる。育児場面で感じるストレスに対しても、ストレス場面への対処という点では共通しており、コーピングの概念を用いて説明することができるのではないだろうか。Lazarusらは、コーピングを大別して、情動的な苦痛を軽減させるための情動焦点型コーピング(emotion-focused coping)と外部環境や自分自身の内部の問題を解決するためになされる問題焦点型コーピング(problem-focused coping)に分類している。【対処】のグループの中グループが〔問題焦点型〕と〔情動焦点型〕に分類したことからも本調査における【対処】は、育児生活におけるストレスに対するコーピングの反応であると考えられる。

## D まとめ

分析の結果、育児期女性の意識として【育児によるメリット】【育児関連ストレス】【自分関連ストレス】という3つのグループが生成された。育児のポジティブな側面の表れとして、【育児によるメリット】が抽出され、特に「親になることによる発達」という点について語られていた。一方、ネガティブな側面として育児生活におけるストレスについて語られたものが、【育児関連ストレス】【自分関連ストレス】に表れているが、前者は、従来から検討されてきた、「育児ストレス」研

究と内容が一致することが明らかになった。そして、後者は、「育児ストレス」とは異なるストレスとして注目できるものであり、「個人としての自分」が感じているストレスであると言える。これは、「個人としての自分」を大切にしたい生き方への願望とそれを実現できていない現状というギャップから生まれるストレスであると考えられる。従って、【自分関連ストレス】は、ストレスという形で捉えた「個人としての自分」の表れであると考えられる。

これらの側面は全て、一人の人間が生活の中で経験している意識や感情として捉えることができ、互いに関連しあい、切り離すことのできないものであると考えられる。

では、分析の結果抽出されたグループは、実際にどのように関連しあっているのだろうか。関連については、データの分析手順④に示した空間配置を行うことで検討を行った。空間配置を行う際には、先行研究における言及と本調査で得られた語りを参考にグループの配置の並べ替えを行い、グループ間の関連を検討した。

まず、先行研究でこれまで述べられてきた「個人としての自分」と「母親としての自分」の葛藤(例えば岡本, 1996)という関係は、本調査では【自分関連ストレス】と【育児関連ストレス】の葛藤関係として捉えることができる。職業や趣味、社会活動など、子どもを育てながらもやりたいと感じている「何か」を実現できているかが、「育児ストレス」の程度と関連すること(牧野, 1982)、また、親であることによる制限から生じる欲求不満、葛藤、焦燥感が、子領域にも波及して、「育児ストレス」を生じさせること(野澤, 1989)、「個人としての自分」の構成割合の現実が理想を下回るほど育児不安が喚起されやすいこと(原口ら, 2005)から、【自分関連ストレス】が高まるのが【育児関連ストレス】の高まりにつながるという方向性が考えられる。

インタビューから得られた語りでは、『少しでも自分の時間を持てると、また子どもを素直にかわいがることができる』、『自分のペースで何もできないことがすごく辛くて、そんな時は子どもが泣くことでさえイライラしちゃって、もう疲れ果ててしまう』といった語りが多く聞かれた。このような語りから、【自分関連ストレス】が育児や子どもに関するストレスである【育児関連ストレス】にプラスにもマイナスにも影響を及ぼし得るということが示唆される。つまり、【自分関連ストレス】が大きいと【育児関連ストレス】も大きくなることが予測される。また反対に、【自分関連ス

トレス】が小さいことは、【育児関連ストレス】の減少につながるということも言えるだろう。

また、【対処】のグループに分類された語りには、『飲みに行ったり自分の時間がないのは不満ではあるけれど、やっぱり楽しいことも多いからまあいいかなと思う』『今もすごい泣いたりとか、「もう疲れる！」って思うこともあるけど、それよりも成長をみるほうが楽しくなってきた、それでちょうど帳消しになる』といったものが見られた。つまり、育児生活の中で様々な悩みやストレスを感じた時、悩みやストレスと【育児によるメリット】との兼ね合いの中で自分なりの【対処】を行うことで、現在の生活に適應しようとしている人が多いのではないかと考えられる。すなわち、メリットとストレスの間で折り合いをつけながら生活をし、また、折り合いをつける際には、【対処】能力を用いていると考えられる。従来の研究では、「個人としての自分」と「母親としての自分」は、個人として生きることと母親であることの対立の構図として葛藤を生じさせるものであると言われてきた(青木・神宮, 2000)。しかし、本研究では、「個人としての自分」と「母親としての自分」は、別物として対立するものとしてばかりではなく、両者の間で折り合いをつけることで、適応的に関連することもあるという示唆が得られた。

以上のことを総合すると、【自分関連ストレス】が高いと、【育児関連ストレス】も高くなるが、その2つの関連性にはさらに、【育児によるメリット】の意識が関連すると考えられる。また、自身の中で折り合いをつけていく際に、用いるスキルとして【対処】が挙げられ、【育児によるメリット】とともに、【対処】の能力が関連すると考えられる。

以上のことをふまえて、空間配置によって、グループ間の関連性について図示した結果を図1に示す。

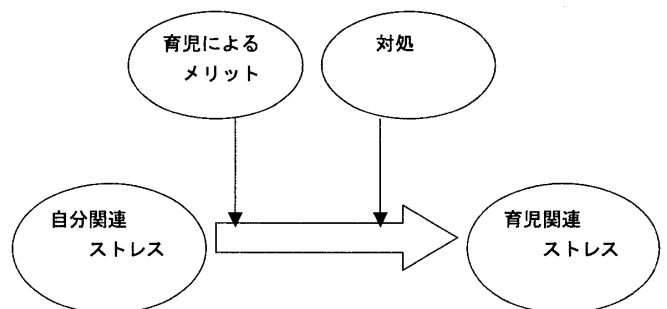


図1 グループ間の関連についての空間配置図

本研究の目的は、近年、注目されている「個人とし

での自分」という育児期女性の意識はどのようなものであるか、その一示唆を得ることであった。

「個人としての自分」意識の表れであると考えられる【自分関連ストレス】では、中グループとして〔社会参加〕〔物理的時間〕〔心理的時間〕〔人間関係〕からなつた。〔物理的時間〕と〔心理的時間〕は個人内に関するものである。先行研究において、「個人としての自分」の意識は、「家族内で心理的・物理的に独立の個人空間を求める傾向」(柏木・永久, 1999; 目黒, 1987)とされてきた。本研究における〔物理的時間〕〔心理的時間〕のグループはこのような従来の定義における「個人としての自分」意識を反映していると考えられる。しかし、本研究ではさらに、〔社会参加〕〔人間関係〕というグループが生成された。この2つのグループは対社会、対人との関係の中で生じるものである。つまり、「個人としての自分」と言っても、それは個人の中だけで感じているものだけではなく、社会や人との関係の中でも感じるものであるということが示唆された。

## 5 総合考察と今後の課題

本稿では、まず、育児期女性を対象にしたこれまでの先行研究を「育児ストレス」研究、「親になることによる発達」に関する研究、「個人としての自分」に着目した研究の3つの領域に大別して概観した。その中で、本研究では、近年注目されているにも関わらず、具体的内容がまだまだ明らかになっていない「個人としての自分」の意識について特に着目し、その理解を目的に研究を行った。本研究では、「個人としての自分」意識として、〔社会参加〕〔物理的時間〕〔心理的時間〕〔人間関係〕の4つの側面があることを示すことができた。今後はさらに検討を重ね、「個人としての自分」と「母親としての自分」との関連について、育児期女性にとっての「個人としての自分」の位置づけについてなどを明らかにしていきたい。

また、本研究では、インタビュー調査の結果、「個人としての自分」以外の意識についてもグループとして生成された。これらは、先行研究であげた「育児ストレス」「親になることによる発達」の研究領域の内容とほぼ一致するような内容であった。これら研究領域では、それぞれ多くの研究がなされ蓄積されているにも関わらず、相互の関連を検討するなど育児期女性の意識として総合して捉えることがこれまであまりされてこなかった。本研究では、先行研究の3つの領域にほぼ一致すると考えられるグループ同士の関連を検討

することで、育児ストレスにつながるような関係とそれを防ぐような対処の仕方についての関連が見出された。今回は、その大枠のみを捉えるにとどまったが、今後、育児期女性の意識について、より詳細に関連を検討していく必要があるだろう。そうすることで、実際の支援の中で、援助が必要なところはどこか、何が女性たちのサポートとして成り立っているのかということが見えてくるのではないだろうか。今後、育児期女性にとって本当に必要な援助を考えていくためには、育児期女性の様々な意識や思いを総合して理解していく必要があるだろう。

(指導教官 田中千穂子教授)

## 引用文献

- 柏木恵子 1998 結婚・家族の心理学—家族の発達・個人の発達—ミネルヴァ書房
- 柏木恵子 2001 子どもという価値 東京:岩波書店
- 柏木恵子・永久ひさ子 1999 女性における子どもの価値—今、なぜ子を産むか— 教育心理学研究, 47, 170-179
- 柏木恵子・若松素子 1994 「親となる」ことによる人格発達:生涯発達の視点から親を研究する試み 発達心理学研究, 5(1), 72-83
- 川井尚・庄司順一・千賀悠子・加藤博仁・中野恵美・恒次欽也 1994 育児不安に関する基礎的検討 日本総合愛育研究所紀要, 30, 27-39.
- 川井尚・庄司順一・千賀悠子・加藤博仁・中村敬・安藤朗子・谷口和加子・佐藤紀子・恒次欽也 1999 子ども総研式・育児支援質問紙(試案)の臨床的有用性に関する研究 日本子ども家庭総合研究所紀要, 36, 117-138
- 川喜田二郎 1967 発想法—創造性開発のために— 中公新書
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. 1984 Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer
- 牧野カツコ 1982 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.
- 牧野カツコ 1983 働く母親と育児不安 家庭教育研究所紀要, 4, 67-76
- 永久ひさ子・柏木恵子 2000 母親の個人化と子どもの価値—女性の高学歴化, 有職化の視点から— 家族心理学研究, 14(2), 139-150
- Nicolson, P. 2001 Postnatal depression: facing the Paradox of loss, happiness and motherhood John Wiley and Sons
- 野澤みつえ 1989 親業ストレスに関する基礎的研究 関西学院大学教育学科研究年報, 15, 35-56
- 岡本祐子 1996 育児期における女性のアイデンティティ様態と家族関係に関する研究 日本家政学会誌, 47, 849-860
- 岡本祐子 1999 女性の生涯発達とアイデンティティ—個としての発達・かかわりの中での成熟— 北大路書房
- 小野寺敦子 2003 親になることによる自己概念の変化 発達心理学研究, 14(2), 180-190



- 大日向雅美 1988 母性の研究 東京：川島書店
- 徳田治子 2001 子育て期女性の自己の構造—“母親”は、母・妻・個人としての自己をいかに記述するか— 家庭教育研究所紀要, 23, 158-170
- 徳田治子 2002 母親になることによる獲得と喪失—生涯発達の視点から— 家庭教育研究所紀要, 24, 110-126
- 徳田治子 2004 ナラティブから捉える子育て期女性の意味づけ：生涯発達の視点から 発達心理学研究, 15(1), 13-26
- 氏家達夫・高濱裕子 1944 3人の母親：その適応過程についての追跡的研究 発達心理学研究, 5(2), 123-136