

# 母親の子どもに対する心理的距離と Sense of Coherence が

## 子育て不安に及ぼす影響

### 1 目的

子育ては子どもを授かった時から自立させるまで続く営みであり、母親が乳幼児の育児期以降も不安や悩みを抱くのは当然である。しかし従来の研究の多くは就学前の子どもを育てる母親に焦点をあてたものであり、幼児期から成人初期までの子育て期間全体を視野に入れた検討はほとんどなされていない。そこで本研究は、幅広い期間における母親の子育て不安について、母親と子どもの心理的距離に注目して検討する。心理的距離は山根(2005)を参考にして、母親が子どもに実際にとっている距離（「能動表出」）、母親が子どもにとりたいたいと思っている距離（「能動表象」）、子どもが母親に実際にとっている距離（「受動表出」という3種を取り上げ、それらの心理的距離が、第一子の年齢、すなわち子どもの成長によってどのように変化し、子育て不安にどのように影響しているのかを明らかにする。また母親が子育てで出合う悩みや不安を対処する能力である Sense of Coherence (Antonovsky, 1997; 以下 SOC と略す) が子育て不安に及ぼす影響についても検討する。

### 2 方法

**①調査対象者** H県M郡の保・幼・小・中・高校に子どもが在籍する母親 743 名。第一子の年齢（最年少 2 歳，最年長 27 歳）をもとに、7つの年齢段階に分けて分析を行なった(表 1 参照)。

**②調査方法** 園，学校を通じた留置き法（回収率 81.1%）。

**③調査項目** ①デモグラフィック要因，②子育て環境（子育て相談の対象数，子育て以外の時間や場所の確保），③母親の子どもとの心理的距離（能動表出，能動表象，受動表出のそれぞれについて，心理的距離尺度およびイメージ図により測定），④子育て不安尺度(川井ら, 1994)，⑤SOC 尺度（山崎, 1999）。

### 3 結果と考察

#### ①心理的距離

心理的距離尺度の主成分分析により，能動表出(27 項目)，能動表象(27 項目)，受動表出(4 項目)はいずれも一因子構造であることを確認し，各尺度の平均評定値を算出した。第一子の年齢段階を独立変数とする分散分析では，能動表出得点，能動表象得点，受動表出得点のすべてで主効果が有意となり ( $F(6, 586 \sim 626) > 63.1, p < 0.001$ )，子どもの成長とともに心理的距離は遠くなっていた。特に受動表出得点は小学校高学年から中学生にかけて大きく変化し，この時期の母親は子どもが自分から急激に離れていったと意識している

第一子の年齢	能動表出		能動表象		受動表出		ズレ	
就学前	4.28	(.39)	3.96	(.60)	4.22	(.63)	.33	(.56)
小学生(低)	4.13	(.50)	3.86	(.58)	3.62	(.90)	.28	(.53)
小学生(高)	3.79	(.60)	3.50	(.62)	3.14	(1.08)	.28	(.50)
中学生	3.43	(.67)	3.28	(.74)	2.31	(1.09)	.16	(.59)
高校生(同居)	2.92	(.79)	2.86	(.65)	1.96	(1.22)	.05	(.67)
学生・社会人(同居)	2.73	(.95)	2.41	(.85)	1.68	(1.08)	.32	(.61)
学生・社会人(別居)	1.78	(1.04)	2.18	(.93)	1.40	(1.30)	-.44	(.84)

	第一子の年齢	心理的距離	完全内包 人数(%)	部分内包 人数(%)	隣接 人数(%)	分離 人数(%)
能動表出と受動表出の比較	就学前	能動表出	57(54.8)	40(38.5)	6(5.8)	1(1.0)
		受動表出	69(67.0)	29(28.2)	5(4.9)	0(0.0)
	小学生(低)	能動表出	61(55.0)	40(36.0)	9(8.1)	1(.9)
		受動表出	71(64.5)	27(24.5)	12(10.9)	0(0.0)
	小学生(高)	能動表出	33(34.7)	▲ * 51(53.7)	▽ * 11(11.6)	0(0.0)
		受動表出	33(36.3)	▽ * 33(36.3)	▲ * 22(24.2)	3(3.3)
	中学生	能動表出	52(38.0)	58(42.3)	▽ * 17(12.4)	10(7.3)
		受動表出	39(28.9)	51(37.8)	▲ * 31(23.0)	14(10.4)
	高校生(同居)	能動表出	25(23.1)	56(51.9)	19(17.6)	8(7.4)
		受動表出	16(15.4)	48(46.2)	24(23.1)	16(15.4)
	学生・社会人(同居)	能動表出	8(38.1)	5(23.8)	6(28.6)	2(9.5)
		受動表出	6(28.6)	5(23.8)	6(28.6)	4(19.0)
	学生・社会人(別居)	能動表出	7(13.2)	22(41.5)	11(20.8)	13(24.5)
		受動表出	8(39.3)	10(33.0)	21(40.4)	13(25.0)
能動表象と受動表出の比較	就学前	能動表象	60(58.8)	21(20.6)	▲ ** 17(16.7)	▲ ** 4(3.9)
		受動表出	69(67.0)	29(28.2)	▽ ** 5(4.9)	▽ ** 0(0.0)
	小学生(低)	能動表象	67(60.9)	23(20.9)	17(15.5)	3(2.7)
		能動表出	33(34.7)	51(53.7)	11(11.6)	0(0.0)
	小学生(高)	能動表象	32(33.7)	38(40.0)	24(25.3)	1(1.1)
		受動表出	33(36.3)	33(36.3)	22(24.2)	3(3.3)
	中学生	能動表象	▲ * 59(43.1)	47(34.3)	27(19.7)	▽ * 4(2.9)
		受動表出	▽ * 39(28.9)	51(37.8)	31(23.0)	▲ * 14(10.4)
	高校生(同居)	能動表象	28(25.5)	53(48.2)	17(15.5)	12(10.9)
		受動表出	16(15.4)	48(46.2)	24(23.1)	16(15.4)
	学生・社会人(同居)	能動表象	7(33.3)	7(33.3)	5(23.8)	2(9.5)
		受動表出	6(28.6)	5(23.8)	6(28.6)	4(19.0)
	学生・社会人(別居)	能動表象	12(22.2)	▲ * 18(33.3)	▽ * 13(24.1)	11(20.4)
		受動表出	8(39.3)	▽ * 10(33.0)	▲ * 21(40.4)	13(25.0)
			***p<.001 **p<.01 *p<.05			
			▲有意に多い、▽有意に少ない			

ことが示された。また能動表出得点から能動表象得点を減じたズレ得点でも年齢段階の主効果が有意であり(F(6,568)>10.6,p<001), 高校生の母親では子どもに対して実際にとっている距離とりたい距離とがほぼ一致しているのに対して, 就学前の子どもの母親では実際の距離とりたい距離以上に近いことが明らかとなった。さらに子どもの高校卒業後では, 同居か別居かによって心理的距離のズレ方が異なることが示され

た。なお、母親と子どもを2つの円で示したイメージ図によって測定した心理的距離でも、子どもが小学校高学年と中学生の時期および子どもの別居後では母親の能動表出と受動表出にズレが生じていることが確認された( $\chi^2(3) > 10.4, p < .05$ )。能動表象と受動表出でも就学前と中学生の時期にズレが認められた( $\chi^2(3) > 10.1, p < .05$ )。

以上のことから、3つの心理的距離は必ずしも相互に一致しておらず、その不一致は子どもの就学前、小学校高学年から中学生、別居後という時期に生じていることが分かった。これらの時期は、母親が心理的な危機に遭遇しやすいことが従来から指摘されており、母親の危機には子どもとの心理的距離が関与している可能性があると考えられよう。

## ②子育て不安

因子分析から抽出された「子育て自信喪失感」「疲労抑うつ感」「子育て不満感」( $\alpha > .7$ )の各因子について平均評定値を算出し、第一子の年齢段階を独立変数とする分散分析を行った。その結果、「子育て自信喪失感」においてのみ主効果が有意であった( $F(6, 661) > 7.3, p < .001$ )。多重比較の結果、就学前から中学生の母親の自信喪失感は同じレベルで維持されており、子どもが高校を卒業してようやく落ち着くことが明らかとなった。

表3 第一子の年齢段階別の子育て不安得点 (SD)

第一子の年齢	子育て自信喪失感		疲労抑うつ感		子育て不満感	
就学前	1.61	(.40)	1.26	(.51)	.94	(.45)
小学生(低)	1.66	(.49)	1.33	(.51)	.99	(.46)
小学生(高)	1.74	(.48)	1.49	(.57)	1.10	(.55)
中学生	1.55	(.53)	1.33	(.55)	1.07	(.45)
高校生(同居)	1.51	(.51)	1.40	(.52)	1.10	(.52)
学生・社会人(同居)	1.15	(.57)	1.28	(.56)	1.12	(.57)
学生・社会人(別居)	1.32	(.49)	1.29	(.64)	.99	(.44)

## ③子育て環境、心理的距離、SOCが子育て不安に及ぼす影響

子育て不安を目的変数とする重回帰分析の結果、全体としては「子育て以外の時間や場所の確保」とSOCが子育て不安の全般を軽減することが明らかとなった。心理的距離では、子どもに近づきたいと思うこと(能動表象)は子育てにおける不満を軽減する一方で、自信の喪失や疲労を増加させることが示された。このような結果は、SOCの影響以外は子どもの年齢段階によって異なっていた。心理的距離については、例えば中学生の子どもと実際の距離が近いこと(能動表出)は母親の自信喪失を促進していたが、高校では近づきたいと思うこと(能動表象)が促進要因となるなど、子育て不安の軽減には子どもの成長に合わせた心理的距離の調節が必要であることが示唆された。

表4 子育て環境・心的距離・SOCが子育て不安因子に及ぼす影響(重回帰分析)

	第一子の年齢	全体	就学前	小学生(低)	小学生(高)	中学生	高校生 (同居)	学生・社会人 (同居)	学生・社会人 (別居)
「子育て 自信喪失感」	子育て以外の時間や場所の確保	-.11 **	-.22 *	.07	.00	-.14	-.11	.12	-.10
	子育て相談の対象数	-.02	-.04	-.02	-.05	-.02	-.08	-.35	-.16
	能動表出の心的距離	—	.00	.04	—	.26 **	—	.91	—
	能動対象の心的距離	.29 ***	-.21	—	-.11	—	.26 *	—	.28
	受動表出の心的距離	-.01	.14	-.01	.23	-.19 *	-.12	-.17	.36
	能動表出と能動対象の不一致(ズレ)	.02	—	-.16	-.19	-.31 ***	.07	-.52	.03
	図形 能動表出と受動表出の不一致	-.05	-.18	-.14	.29 *	-.03	-.13	.60	-.23
	図形 能動対象と受動表出の不一致	.05	.12	.15	-.10	-.05	.11	.30	.20
	SOC得点	-.46 ***	-.33 **	-.51 ***	-.51 ***	-.54 ***	-.47 ***	-.46	-.56 **
説明率(R <sup>2</sup> )	.30 ***	.29 ***	.29 ***	.23 **	.38 ***	.25 ***	.50 ns	.39 **	
「疲労抑うつ感」	子育て以外の時間や場所の確保	-.08 *	-.07 *	.01	-.15	-.09	-.02	-.20	.05
	子育て相談の対象数	-.09 *	-.15	-.11	-.06	-.01	-.17	-.70	-.07
	能動表出の心的距離	—	-.04	.02	—	.19	—	.58	—
	能動対象の心的距離	.16 **	.09	—	.02	—	.23	—	.19
	受動表出の心的距離	.03	.04	.17	.09	.05	.01	.22	.19
	能動表出と能動対象の不一致(ズレ)	-.02	—	-.06	-.15	-.29 ***	.06	-.22	.25
	図形 能動表出と受動表出の不一致	.01	-.18 *	-.09	.24 *	.06	-.01	.05	.06
	図形 能動対象と受動表出の不一致	.03	.09	-.09	-.02	-.02	-.07	.43	-.16
	SOC得点	-.56 ***	-.53 ***	-.53 ***	-.61 ***	-.57 ***	-.54 ***	.14	-.73 ***
説明率(R <sup>2</sup> )	.36 ***	.44 ***	.31 ***	.42 ***	.36 ***	.31 ***	.46 ns	.37 **	
「子育て 不満感」	子育て以外の時間や場所の確保	-.16 ***	-.15	-.12	.12	-.12	-.27 **	-.11	-.49
	子育て相談の対象数	-.05	.00	.06	-.14	.00	-.13	-.10 **	.11
	能動表出の心的距離	—	-.01	-.10	—	-.07	—	—	—
	能動対象の心的距離	-.10 *	-.35 **	-.08	-.49 ***	—	.01	.11	-.17
	受動表出の心的距離	-.14	.04	-.15	.02	-.18	-.23 *	.43	-.15
	能動表出と能動対象の不一致(ズレ)	.03	—	—	-.37 **	-.13	.02	.34	.29
	図形 能動表出と受動表出の不一致	-.10 **	-.19	-.17	.15	-.02	-.15	.26	-.36
	図形 能動対象と受動表出の不一致	-.04	-.04	.00	-.20	-.12	-.04	.42 *	.18
	SOC得点	-.33 ***	-.31 *	-.37 ***	-.37 ***	-.33 ***	-.35 ***	.33	-.07
説明率(R <sup>2</sup> )	.21 ***	.16 **	.23 ***	.41 ***	.16 ***	.30 ***	.71 **	.16 ns	

数値は標準偏回帰係数, \*p&lt;.05, \*\*&lt;.01, \*\*\*&lt;.001

—は除外された項目を示す

#### 4 今後の課題

子育て環境においては、子育て以外の時間や場所が確保できること、また子育て相談ができる環境を整えることが子育て不安を軽減することが明らかにされた。心的距離は、子どもの年齢によってその距離が与える影響が異なり、就学前には子どもが近いほど子育て不安を高め、思春期以降は子どもが離れるほど不安を高めていた。したがって子どもの発達段階に合わせて適切な距離が調整できるよう母親を支援する必要がある。また SOC は強く子育て不安を軽減していたことから、SOC を強化する汎抵抗資源や SOC を高めるプログラムの開発を検討していきたいと考える。