

# 母親の適応過程に関する研究

—産褥1.5ヶ月時における初産婦の心理的变化と影響要因に焦点を当てて—

Investigation about the Process of Becoming a Mother :

The Psychological Changes of the Primipara's  
in the First and Half Month after Childbirth, and Its Factor

望 月 初 音  
Hatsune MOCHIZUKI

大 場 佐 悦  
S a e O U B A  
(前埼玉県立大学看護学部)

## 要旨

産褥1.5ヶ月時の初産婦における、母親としての適応過程での心理的变化と母親としての成長・発達状況、及びその影響要因について明らかにすることを目的に、Y県内で出産された初産婦33名を対象に、自由記載による質問紙調査を実施した。その結果、総記述件数は162件あり、以下のことが明らかになった。

1. 退院から1.5ヶ月時までの母親の心理的变化は、「退院後間もない時期の母親の心理」28件(17.3%)、「産褥1.5ヶ月時の母親の心理」70件(43.2%)であり、退院後間もない時期は「育児負担感」や「育児困難感」などの「否定的感情」が約6割と多かったが、1.5ヶ月時では「否定的感情」は約4割に減少し、「子育て肯定感」や「子どもへの愛着形成」などの「肯定的感情」が増加していた。
2. 母親としての成長・発達に関する内容は、「子どもの特徴の把握」16件(9.9%)、「子育てや社会問題に対する関心」11件(6.8%)、「親役割の獲得」9件(5.6%)、「母親としての成長・発達過程」8件(4.9%)であった。
3. 退院後の母親の心理的变化や成長・発達への影響要因は、「夫および家族によるソーシャルサポートの提供」16件(80.0%)、「家事と育児方法の工夫」3件(15.0%)、「母親モデルの獲得」1件(5.0%)であった。

## はじめに

近年、少子化傾向とともに子育てに不安をもつ母親や、子育てが辛いと感ずる母親が増えてきており、その背景には、核家族化により母から子への育児方法の伝達が薄れてきたこと、母親自身が子どもに触れる機会が少なく、育児について身近な所で学習する機会も少なくなっていることが考えられる。また、戦後の経済復興によって生活が豊かになり、自己実現に向けて主体的に生き方を選択したり、子育てに関して従来のような価値が見出せない若者が増えてきていることから、隣近所に依存しない生活スタイルが生み出され、近隣・他者との関係が希薄になってきている。

初産婦にとって育児は初めての体験であるため、対応困難なことが多く、児の生理的变化や状態等に関する不安や心配事<sup>1)2)3)</sup>、乳児の「泣き」への対応の困難さ<sup>4)</sup>が報告されている。また、生後2～3週頃からぐずり泣きを含む「泣き」の量が増加すること<sup>5)6)</sup>により、初産婦は混乱と動揺を経験している<sup>7)</sup>こと等も報告されてきているが、母親の対応や母親としての適応過程に焦点を当てた研究はまだ少ないのが現状である。

産褥1～2ヶ月頃は、Rubin, R.<sup>8)</sup>の「母親になるプロセス」では解放期(第3段階)にあたり、退院後の生活に適応しながら、自分なりの生活スタイルを身につけ、母親としての成長に伴い落ち着きを見出していく段階であり、「泣き」が落ち着く4ヶ月頃までは、初産婦にとっては乗り越

えなければならない最初のハードルの時期ともいえる。

そこで、産褥1～2ヶ月頃の初産婦がどのような気持ちで子育てをし、経時的な心理的变化とともに、母親としてどのように成長していくのか、また母親の適応に影響を及ぼしている要因についても明らかにしたいと考え、調査を行った。

## I. 研究目的

本研究の目的は、産褥1.5ヶ月時の初産婦における、母親への適応過程での心理的变化と母親としての成長・発達状況、及びその影響要因について明らかにすることである。

## II. 本研究における操作上の用語の定義

母親としての適応過程とは、Rubin, R<sup>®</sup>の「母親になるプロセス」の3段階、つまり、受容期、保持期、解放期における母親の心理的变化と、母親としての成長・発達の過程を経て、適応していくプロセスをいう。

## III. 研究方法

### 1. 調査対象

Y県内の3施設で出産された初産婦70名であり、対象の選択基準は以下の通りである。

- 1) 母親は妊娠経過に異常がなく、合併症がないこと。しかし、妊娠10ヶ月の時点で軽度の貧血や軽度の妊娠中毒症（妊娠高血圧症候群）がある場合は対象とする。
- 2) 正常分娩が望ましいが、帝王切開での出産後であっても、母子ともに産後の経過が順調であり、産後7日目頃には退院でき、産後の生活への影響が少ないことが予測できる場合は対象とする。
- 3) 新生児は在胎37週0日から42週未満の間に生まれ、出生体重2500g以上の男児および女児で、胎児異常や出産による異常がなく、順調に経過していること。
- 4) 既婚者であること。

### 2. 調査期間

平成14年5月27日から9月30日までの4ヶ月間である。

### 3. 調査方法

産褥2～4日目頃、病棟より了解の得られた褥婦の病室を訪問し、研究同意書に基づいて説明し、同意の得られた母親にフェイスシートへの記載、郵送先の住所の記載を依頼した。産褥1.5ヶ月（1.5ヶ月と略す）の時期に自記式質問紙にて郵送法による調査を実施した。今回は、1.5ヶ月時の「母親の気持ち」に関する自由記載の内容について分析する。

#### 4. 調査内容

##### 1) 人口学的特性および背景に関するデータ

本人及び夫の年齢と職業，家族形態，居住場所，子どもの栄養方法，産後の手伝いの有無

##### 2) 出産の受けとめ方

先行研究等を参考に，独自に作成した尺度を用い，「とても良いお産ができてよかった」「良いお産ができてよかった」「どちらとも言えない」「あまり良いお産ができなかった」「思い通りのお産ができなかった」の5件法で測定した。

##### 3) 母親の心理的变化，母親としての成長・発達状況，影響要因

#### 5. 分析方法

人口学的特性については，SPSS. 11.0 J for windows を使用して，記述統計による集計を行った。適応過程における母親の心理的变化と母親としての成長・発達状況，その影響要因については，1.5ヶ月時の初産婦が記述した内容から共同研究者とともに読み取り分類した。記録単位は，1文節（1意味1内容）からなるキーワードに着目しながら内容を読み取り，コード化した。そして，意味内容の類似性に従いサブカテゴリーに分類し，さらに，その分類をカテゴリー化した。また，分析データの信頼性，妥当性を得るために，合意が得られるまで分類内容の検討を行った。

#### 6. 倫理的配慮

質問紙調査を開始する前に，直接対象者に研究同意書を用いて，文書と口頭により研究の目的，参加は自由意志によるものであること，途中で中止する権利を有すること，参加者に関する秘密は厳守し無記名とすること（回答者はコード番号で表記することによって，匿名性を維持し，母親に関するデータはすべてコード化する）について説明し，同意を得てから実施した。

### IV. 結果

#### 1. 対象者の属性および背景

調査への協力に同意された対象者70名のうち，記載して下さった母親は33名（有効回答率47.1%）であった。対象の属性は表1に示すように，出産年齢は27.5(±4.5)歳であり，出産年齢の範囲は16歳から37歳であった。夫の年齢は30.1(±4.9)歳であり，範囲は21歳から44歳であった。本人の職業は，専業主婦が19名(57.6%)と最も多く，次いで常勤10名(30.3%)，パート3名(9.1%)，その他1名(3%)であった。しかし，調査期間中は産後の休暇中である。夫の職業は，会社員17名(51.5%)，公務員5名(15.2%)，自営業8名(24.2%)，その他2名(6.1%)であり，家族形態は，核家族が26名(78.8%)，拡大家族が7名(21.2%)であり，核家族が約8割を占めていた。

表1 対象者の属性

		平均(SD)	割合(%)
年齢	本人	27.5±4.5	
	夫	30.1±4.9	
職業(本人)	専業主婦		19(57.6)
	常勤		10(30.3)
	パート		3(9.1)
	その他		1(3)
職業(夫)	会社員		17(51.5)
	公務員		5(15.2)
	自営業		8(24.2)
	その他		2(6.1)
	NA		1(3.0)
家族形態	核家族		26(78.8)
	拡大家族		7(21.2)

また、退院後の居住先は表2に示すように、実家(本人)が20名(60.6%)と最も多く、次いで自宅9名(27.2%)、実家(夫)2名(6.1%)、その他2名(6.1%)の順であり、その期間中のサポート提供者として最も多かったのが実母28名(58.3%)であり、次いで夫10名(20.8%)、義母5名(10.4%)、実父3名(6.3%)、義父と姉がそれぞれ1名(2.8%)であった。サポート提供者については複数の人々が対象に関わっており、サポート提供者がいないという母親はいなかった。そして、1.5ヶ月の時点では、自宅に帰っている母親は25名(75.8%)であり、実家(本人)が5名(15.2%)、その他2名(6.1%)であった。

子どもの栄養法では、退院1週目は母乳栄養22名(66.7%)、混合栄養11名(33.3%)であり、1.5ヶ月の時点では母乳栄養16名(48.5%)、混合栄養15名(45.4%)、人工栄養2名(6.1%)であった。

表2 対象者の背景

項目		退院1週間	1.5ヶ月
栄養法	母乳栄養	22(66.7)	16(48.5)
	人工栄養	—	2(6.1)
	混合栄養	11(33.3)	15(45.4)
居住先	自宅	9(27.2)	25(75.8)
	実家(本人)	20(60.6)	5(15.2)
	実家(夫)	2(6.1)	—
	その他(祖母・姉)	2(6.1)	2(6.1)
	NA	—	1(3)
産後の手伝い人 (延べ人数)	実母	28(58.3)	
	実夫	3(6.3)	
	夫	10(20.8)	
	義母	5(10.4)	
	義父	1(2.8)	
	姉	1(2.8)	

## 2. 出産の受けとめ方

図1で示したように5件法で測定し、「とても良いお産ができてよかった」17名(51.5%),「良いお産ができてよかった」9名(27.3%),「どちらとも言えない」5名(15.1%),「思い通りのお産ができなかった」2名(6.1%)であり、「あまり良いお産ができなかった」と答えた母親はいなかった。「思い通りのお産ができなかった」と答えた2名の母親は、いずれも帝王切開による出産であり、1名は「予想以上の痛みだった」と答えている。

## 3. 初産婦の心理的变化と母親の成長・発達状況、及びその影響要因

総記述件数は表3に示したように162件であり、「退院から1.5ヶ月時までの母親の心理的变化」98件(60.5%),「母親としての成長・発達状況」44件(27.2%),「母親の心理的变化および母親としての成長・発達への影響要因」20件(12.3%)の3つに分類された。そして、退院から1.5ヶ月時までの母親の心理的变化に関する内容の内訳は、「退院後間もない時期の母親の心理」28件(17.3%),「産褥1.5ヶ月時の母親の心理」70件(43.2%)であり、母親としての成長・発達状況の内訳は、「子どもの特徴の把握」16件(9.9%),「子育てや社会問題に対する関心」11件(6.8%),「親役割の獲得」9件(5.6%),「母親としての成長・発達過程」8件(4.9%)であった。

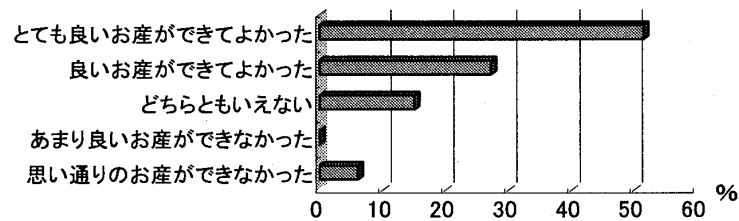


図1 出産の受けとめ方

表3 初産婦の心理的变化と母親の成長・発達及びその影響要因

大項目	項目	n=33	
		件数	割合(%)
1)退院から1.5ヶ月時までの母親の心理的变化	(1)退院後間もない時期の母親の心理	28	17.3
	(2)産褥1.5ヶ月時の母親の心理	70	43.2
	小計	98	60.5
	-----		
2)母親としての成長・発達状況	(1)子どもの特徴の把握	16	9.9
	(2)子育てや社会問題に対する関心	11	6.8
	(3)親役割の獲得	9	5.6
	(4)母親としての成長・発達過程	8	4.9
	小計	44	27.2
-----			
3)母親の心理的变化および母親としての成長・発達への影響要因	小計	20	12.3
	合計	162	100

### 1) 退院から1.5ヶ月時までの母親の心理的变化

退院から1.5ヶ月時までの母親の心理的变化に関する内容は、表4、表5に示した。

まず、「退院後間もない時期の母親の心理」は表4に示したように、「母親の役割が重く後悔した」、「子育ては思っていた以上に困難」など15件のサブカテゴリーに分類され、さらに11カテゴリーに集約された。その内訳は、「育児負担感」「育児困難感」がそれぞれ6件、「母親役割の遂行」5件、「育児不安」「子育て方法の違い」「里帰りによる精神的ゆとり」がそれぞれ2件、「母親の生活スタイルの変化」「子どもの生活リズムの変化」「子育てからくる喪失感」「夫に対する欲求不満」「子どもを尊重した捉え方」がそれぞれ1件であった。

また、「1.5ヶ月時の母親の心理」は表5に示したように、大きく「肯定的感情」34件(48.6%)、「否定的感情」30件(42.9%)、「否定—肯定的感情」6件(8.5%)、の3項目に分類された。

「肯定的感情」は、「あせらず、のんびり、気楽に子育てをしていきたい」「我が子がとても可愛い」「自分に余裕ができたら夫の優しさに気づいた」など13件のサブカテゴリーに分類され、さらに「子育て肯定感」17件、「子どもへの愛着形成」7件、「子育て満足感」5件、「新しい生活への適応」3件、「体調の回復」「育児経験の仕事への活用」がそれぞれ1件の6カテゴリーに集約された。

「否定的感情」は「社会からの孤立による欲求不満」「体力を使うため、疲れる」「子育てはとても大変」など14件のサブカテゴリーに分類され、さらにカテゴリー化により「欲求不満」8件、「育児不安」7件、「育児困難感」「育児に伴う身体的疲労」がそれぞれ6件、「義父母との関係の難しさ」「育児肯定感」「母親としての自責の念」がそれぞれ1件の7カテゴリーに集約された。

「否定—肯定的感情」では「時々イライラや疲れがあるが、母親としての楽しさに変化」「子育ては大変だが、頑張る力がでてくる」など4件のサブカテゴリーに分類され、さらに「親となるための成長過程」6件の1カテゴリーに集約された。

表4 退院後間もない時期の母親の心理

サブカテゴリー	件数(%)	カテゴリー	件数(%)
母親の役割が重く、後悔した	4(66.7)	育児負担感	6(21.4) *
児の世話に追われ、休む暇がない	2(33.3)		
子育ては思っていた以上に困難	3(50)	育児困難感	6(21.4) *
泣かれると大変でイライラする	3(50)		
児に笑顔でよく話しかけていた	2(40)	母親役割の遂行	5(17.9)
最初は必死で頑張った	2(40)		
子どもは私がいなければ育たない	1(20)		
不安で泣いたことがある	2(100)	育児不安	2(7.1) *
子育ての方法の違いや変化に驚いた	2(100)	子育て方法の違い	2(7.1)
里帰り中は、精神的にゆとりが持てた	2(100)	里帰りによる精神的ゆとり	2(7.1)
生活スタイルが変化した	1(100)	母親の生活スタイルの変化	1(3.6)
赤ちゃんの生活リズムが毎日変わる	1(100)	子どもの生活リズムの変化	1(3.6)
自分には自由がない	1(100)	子育てからくる喪失感	1(3.6) *
夫の行動に対して不満をもった	1(10)	夫に対する欲求不満	1(3.6) *
赤ちゃんも一人の人間です	1(100)	子どもを尊重した捉え方	1(3.6)
		合計	28(100)

注: \*は否定的感情

表5 産褥1.5ヶ月時の母親の心理

	サブカテゴリー	件数(%)	カテゴリー	件数(%)		
肯定的感情	あせらず、のんびり、気楽に子育てをしていきたい	7(41.1)	子育て肯定感	17(50.0)		
	自分に余裕ができれば、イライラがなくなり、夫の優しさに気づいた	4(23.5)				
	子どもの笑顔に励まされ、頑張っていきたい	2(11.8)				
	良い加減が大事と気づいた	2(11.8)				
	「ゆったりした心で」を心がけている	1(5.9)				
	自信をつけて、児と向き合いたい	1(5.9)				
	我が子がとても可愛い	5(71.4)			子どもへの愛着の形成	7(20.6)
	愛情と責任感がでてきます	2(28.6)				
	子どもとの3人の生活に満足し、幸せを感じている	3(60.0)			子育て満足感	5(14.7)
	この子を産んで良かった	2(40.0)				
自分の時間をもてるようになり、生活のペースがつかめてきた	3(100)	新しい生活への適応	3(8.9)			
体調の回復	1(100)	体調の回復	1(2.9)			
今の気持ちを仕事(保育)に活かしたい	1(100)	育児経験の仕事への活用	1(2.9)			
			小計	34(48.6)		
否定的感情	社会からの孤立による欲求不満	6(75.0)	欲求不満	8(26.7)		
	夫のサポート不足に対する欲求不満	2(25.0)				
	自宅に戻ってからの不安が大きい	2(28.5)	育児不安	7(23.4)		
	ちょっとしたことが気にかかる	1(14.3)				
	当たり前と思うことも悩む	1(14.3)				
	泣かれると心配になる	1(14.3)				
	緊張した日々を送っている	1(14.3)				
	イライラしたり、悲しくなる	1(14.3)				
	子育てはとても大変なことだと思う	5(83.3)	育児困難感	6(20.0)		
	ぐずられると、途方にくれてしまう	1(16.7)				
	体力を使うため、すごく疲れる	6(100)	育児に伴う身体的疲労	6(20.0)		
	義父母への気遣いから落ち着かない	1(100)	義父母との関係の難しさ	1(3.3)		
毎日必死で育児をしている	1(100)	育児肯定感	1(3.3)			
母乳で育てられず負い目がある	1(100)	母親としての自責の念	1(3.3)			
			小計	30(42.9)		
否定・肯定的感情	時々イライラや疲れがあるが、母親としての楽しさに変化している	2(33.3)	親となるための成長過程	6(100)		
	子育ては大変だが、頑張る力がでてくる	2(33.3)				
	苦勞することはあるが、精神的に落ち着いてきた	1(16.7)				
	他の子と比べることもあるが、マイペースで育児をしていきたい	1(16.7)				
			小計	6(8.5)		
			合計	70(100)		

2) 母親としての成長・発達状況

母親としての成長・発達状況に関する内容は、表6に示した。これは大きく「子どもの特徴の把握」16件(36.4%)、「子育てや社会問題に対する関心」11件(25.0%)、「親役割の獲得」9件(20.4%)、「母親としての成長・発達過程」8件(18.2%)の4項目に分類された。

「子どもの特徴の把握」では、「子どもの泣きの意味がわかってきた」「子どもの発達に気づけてきた」など5件のサブカテゴリーに分類され、さらに「子供の成長発達への気づき」16件の1



表6 母親としての成長・発達状況

	サブカテゴリー	件数(%)	カテゴリー	件数(%)
子どもの特徴の把握	子どもの泣きの意味がわかってきた	6(37.5)	子どもの成長発達への気づき	16(100)
	子どもの発達に気づけてきた	6(37.5)		
	子どもの生活リズムができてきた	2(12.4)		
	子どもの成長を実感する	1(6.3)		
	赤ちゃんは世話が必要な存在である	1(6.3)		
			小計	16(36.4)
子育てや社会問題に関する関心に	家族の助けが必要と痛感している	3(42.9)	家族および社会からの育児サポートの必要性	7(63.6)
	外国と日本の育児サポートの違い	3(42.9)		
	自分が支えられてこそ、子どもを支えられる	1(14.2)	社会問題への関心	3(27.3)
	最近、乳幼児虐待が多く残念	2(66.7)		
	育児書を通しての育児は理解できない	1(33.3)		
医療関係者から母親へのアドバイスに対する要望	1(100)	保健指導に対する要望	1(9.1)	
		小計	11(25.0)	
親役割の獲得	栄養法と水分の与え方がわからない	4(66.7)	育児に関する困りごと	6(66.7)
	夏の環境調整について困っている	2(33.3)	子どもとの生活パターンへの適応	2(22.2)
	手探りの状態で子どもと接している	1(50.0)		
	ぐずりへの対応ができるようになった	1(50.0)		
	育児書を読んでいる	1(100)	育児書の活用	1(11.1)
		小計	9(20.4)	
母親としての成長・発達過程	自分も一緒に育てられている	2(25.0)	母親としての成長	8(100)
	子育ては、いざとなるとできるもの	1(12.5)		
	「辛抱」が親としての自分を育ててくれる	2(25.0)		
	親や周囲の人たちへの親近感が感じられるようになった	1(12.5)		
	母親らしくなった	1(12.5)		
自分も大切にしていきたい	1(12.5)			
			小計	8(18.2)
			合計	44(100)

カテゴリーに集約された。

また、「子育てや社会問題に対する関心」では、「家族の助けが必要と痛感している」「外国と日本の育児サポートの違い」など6件のサブカテゴリーに分類され、「家族および社会からの育児サポートの必要性」7件、「社会問題への関心」3件、「保健指導に対する要望」1件の3カテゴリーに集約された。

「親役割の獲得」では、「栄養法と水分の与え方がわからない」「夏の環境調整について困っている」など5件のサブカテゴリーに分類され、「育児に関する困りごと」6件、「子どもとの生活パターンへの適応」2件、「育児書の活用」1件の3カテゴリーに集約された。

「母親としての成長・発達過程」では、「自分も一緒に育てられている」「『辛抱』が自分を育ててくれる」など6件のサブカテゴリーに分類され、「母親としての成長」8件の1カテゴリーに集約された。

### 3) 母親の心理的变化および母親としての成長・発達への影響要因

母親の心理的变化および母親としての成長・発達への影響要因については、表7に示した。

表7 母親の心理的变化および母親としての成長・発達への影響要因

サブカテゴリー	件数(%)	カテゴリー	件数(%)
物理的サポートの提供	7(43.8)	夫および家族によるソーシャルサポートの提供	16(80.0)
情動的サポートの提供	5(31.2)		
情動的サポート(夫、他)の提供	3(18.7)		
物理的・情動的サポートの提供	1(6.3)		
工夫すれば家事と育児は両立できる	2(66.7)	家事と育児方法の工夫	3(15.0)
余裕があれば子どもの訴えに答えられる	1(33.3)		
義母や先輩ママが良いお手本である	1(100)	母親モデルの獲得	1(5.0)
		合計	20(100)

その内容は「物理的サポートの提供」7件、「情動的サポートの提供」5件、「情動的サポートの提供」3件、「物理的・情動的サポートの提供」1件、「工夫すれば家事と育児は両立できる」2件、「余裕があれば子どもの訴えに答えられる」1件、「義母や先輩ママが良いお手本である」1件の7サブカテゴリーに分類され、これらは「夫および家族によるソーシャルサポートの提供」16件(80.0%)、「家事と育児方法の工夫」3件(15.0%)、「母親モデルの獲得」1件(5.0%)の3カテゴリーに集約された。

## V. 考察

### 1. 退院から1.5ヶ月時までの母親の心理的变化

Rubin, R.<sup>9)</sup>は出産後の母親の適応過程について、受容期(分娩後24~48時間)、保持期(出産後2・3日~10日頃)、解放期(出産後10日以降)の3段階に分けて説明している。産褥1.5ヶ月時は解放期にあたり、褥婦は自分と家族の変化に適応した新しい母親役割パターンを作り、子どもに振り回されず、いろいろな役割を達成できるようになると考えられている。しかし、その背景には、子育てによる生活スタイルの変化に伴い、夫婦のみのライフスタイルを喪失するという体験により悲嘆感情を引き起こすことや、親役割遂行に伴う欲求不満が出現することが先行研究<sup>9)</sup>や筆者らの調査<sup>10)</sup>からも明らかになっている。

では、このような喪失体験を経験しながら、母親はどのような心理的变化を経て、新しい生活スタイルに適応し、母親として成長・発達をしていくのであろうか。

今回の調査では1.5ヶ月時の母親の心理は、「肯定的感情」、「否定的感情」、「否定—肯定的感情」の3つに分類され、「肯定的感情」がやや多く、次いで「否定的感情」、「否定—肯定的感情」という順であった。母親の回想による退院間もない時期の心理は「育児負担感」や「育児困難感」、「育児不安」、「子育てからくる喪失感」等の「否定的感情」が約6割を占めていたが、1.5ヶ月時では「否定的感情」は約4割に減少し、「肯定的感情」が増えてきているのが特徴である。

退院間もない時期は、「子育ては思っていた以上に困難」、「泣かれると大変でイライラする」等、予想していた育児と現実とのギャップから「育児困難感」を感じている母親が多く、「不安で泣い

たことがある」という「育児不安」を感じている母親も数名みられている。この育児不安は、1.5ヶ月時では否定的感情の約2割を占めるようになり、「当たり前と思うことで悩む」「不安が大きい」「泣かれると心配になる」「イライラしたり、悲しくなる」、「栄養方法や環境調整といった育児方法による不安」等が出現してきている。青木ら<sup>11)</sup>は育児不安の内容について、①子どもの「泣き」に象徴される子どもの要求内容がわからないこと、②育児技術の未熟さ、③母親としての自己の能力に対する自信のなさをあげており、今回の調査ともほぼ一致する傾向が示された。

また、否定的感情を持ちながらも、「あせらず、のんびり、気楽に子育てをしたい」「我が子がとても可愛い」などの「子育て肯定感」に変わり、「子どもへの愛着形成」も築かれる中で、子育てに対する満足感を感じてきている母親が増えてきている。このような母親の心理的変化の背景には、里帰りによる精神的ゆとりが関係しているのではないかと考える。

次に、育児不安に影響する要因として、出産体験の受けとめ方が関係しているという報告があり、蛭田ら<sup>12)</sup>は「自己の出産体験に『わだかまり』を持った産婦は、産後の不安が強くなりやすい」と述べている。今回の調査では「思い通りのお産ができなかった」と答えた母親が2名いたが、二人とも帝王切開による出産であり、1名は「予想以上に痛かった」という痛みによる辛さから、満足感に繋がらなかったのではないかと考えられる。しかし、この体験が出産後の母親の育児不安に関係しているかどうかについては確認できていない。さらに、蛭田ら<sup>12)</sup>は「産婦が自己の出産体験に『わだかまり』を持たず、満足感を持って出産体験を受け入れることができるようにすることが、産後の不安状態を改善することにつながる」と述べている。このように、出産後に母親との振り返りの時間を持ち、出産を肯定的に受けとめられるような関わりが大切ではないかと考える。

## 2. 母親としての成長・発達状況

エリクソン<sup>13)</sup>は成人中期の発達課題として「世話」を挙げており、その課題を達成するためには、育児や家事を分担し、様々な経験や感情を共有する親密な夫婦関係が重要になる、と述べている。今回の調査では、子どもの世話を通して、1.5ヶ月時の母親は「子どもの泣きの意味がわかってきた」、「子どもの成長や発達を実感する」など、我が子の成長発達への気づきができるようになり、子どものニードを満たすことができるようになってきている。これは、母親としての成長であり、子どもの欲求を満たすことによって得られる満足感へと繋がっていると考えられる。また、調査を実施した時期が夏季であったことから、「水分の与え方」や「環境調整」等に対する困りごとが生じている。高濱<sup>14)</sup>は、「母親になるプロセスにおいて遭遇するであろうさまざまな問題やできごとは、親になることへの積極的な意義を提供するものととらえることができる」と述べている。これらの問題を解消する過程や新たな問題への対応を通して、母親としての意識が育ち、子どもと一緒に自分も育てられていることを実感できるようになってきている。

また、柏木ら<sup>15)</sup>は「親としての成長」について、幼児をもつ母親に調査をした結果、親として

の『視野の広がり』が成長要因のひとつであるとしている。今回の調査でも、「子育てや社会問題に対する関心」として、我が国と外国の育児サポートの違いや子ども虐待のニュースへの関心等、社会問題への関心となって表現されている。これは、子育ての大変さを解消するためのサポートの必要性とともに、子どもが幸せに育つことを願う、母親としての愛情の芽生えと考えられる。今回の調査では抽出されなかったが、柏木らはさらに、「生きている張り」や「自分がなくてはならない存在」などの『生きがい・存在感』、「自分の健康への関心」や「自分の考えははっきり主張する」などの『自己の強さ』等を親としての成長要因としてあげている。これらの成長要因は、乳児期から幼児期へと子どもの成長とともに、母親も成長していく過程で達成できていくのではないかと考える。

水上ら<sup>9)</sup>が「育児は大変だが、楽しいという傾向が初産婦に強かった」と報告しているように、育児を楽しみつつ、家事との両立ができるような、個別性を踏まえた育児支援についてさらに検討していきたいと考えている。

### 3. 母親の心理的变化および母親としての成長・発達への影響要因

退院間もない時期に多かった否定的感情は、1.5ヶ月時には減少し、肯定的感情が増加していた。このような母親の心理的变化に影響を及ぼしたと考えられる要因のうち、最も多かったものは「夫および家族によるソーシャル・サポートの提供」であり、対象者の約半数16名が記述していた。サポートの内容としては、「物理的サポート」、「情動的サポート」、「情緒的サポート」等であり、「物理的サポート」では夫によるおむつ交換や沐浴、ミルクを与えるなどの育児への協力を通して、子どもとのコミュニケーションの時間を大切にしていることが推察される。また、初産婦にとっては初めての育児のため、父母や親戚の人達から、アドバイスや励ましの言葉による「情動的サポート」を得ることにより、頑張る気力をもらえたり、安心して子育てができるなど、心のゆとりを得ていることが伺えた。

退院後実家に里帰りした母親は、表2に示すように約7割であり、自宅に戻った母親は約3割であった。実家に戻った時期は実母や夫などのサポートを受けており、自宅に戻った母親も、退院後1～2週間はサポートを受けられる体制がとれていた。そして、周囲の協力がなければ子育てはできないと実感している母親が多く、こうしたサポート体制が出産後の母親の適応には不可欠であると考えられる。

Y県では身近に本人および夫の実家や親戚が多いという地域性があり、夫は自宅と実家を行き来していることから、「情緒的サポート」による「話を聞いてくれる夫がいるので癒される」など、精神的なゆとりを得ているのではないかと考える。しかし、大日向<sup>10)</sup>は、日本の夫は妻への「ねぎらいの言葉」や「子育ての大変さを認める言葉かけ」が少ないことを指摘しており、筆者の調査<sup>10)</sup>でも夫による「情緒的サポート」は、退院時より産褥1.5ヶ月時に減少してきている傾向がみられている。このことから、夫の育児休業取得による育児支援のみならず、母親の育児に対す

る想いを傾聴できるような夫による育児参加のあり方や、地域の特徴を活かした、独自の育児支援対策を検討していく必要があるのではないかと考える。

その他の影響要因としては少数ではあったが、「家事と育児方法の工夫」があげられている。自分の時間を作り、心にゆとりを得るための工夫として、宅配サービス（夕食の材料）の活用や夕食作りの時間調整、「時には手抜きも必要」と思いを変えて対処している。また、子どもは泣くのが当たり前、泣くには必ず理由があるのだから冷静に考えてみよう、と考えられるようになってきていることも「母親としての成長」であり、主体的に育児に向かえてきている証ではないかと考えられる。このような母親の知恵ともいべき行動変容にも目を向けて、母親が孤立しないで、子どもとともに成長・発達できるような支援を考えていきたい。

## VI. 結論

今回、産褥1.5ヶ月時の初産婦への調査を通して、以下のことが明らかになった。

1. 退院から産褥1.5ヶ月時までの母親では、退院後間もない時期は「育児負担感」や「育児困難感」などの「否定的感情」が約6割と多かったが、1.5ヶ月時では「否定的感情」は約4割に減少し、「子育て肯定感」や「子どもへの愛着形成」などの「肯定的感情」が増加していた。
2. 産褥1.5ヶ月時の母親は、子どもの成長発達への気づきや、子育てや社会問題への関心に伴う「視野の広がり」がみられること、また、子どもの成長とともに、自分も育てられているという実感をもちながら子育てをしている等、母親としての成長・発達の過程にあった。
3. 退院後の母親の心理的变化や成長・発達への影響要因は、「夫および家族によるソーシャルサポートの提供」「家事と育児方法の工夫」「母親モデルの獲得」であり、これらは身近に本人および夫の実家や親戚が多いY県の地域性による影響も示唆された。

## 本研究の限界と今後の課題

本研究の限界は、対象者数が少ないこと、調査時期が夏季に限定していること、Y県という地域に限定されていること、また、対象者の記述内容からの分析であり、一般化に限界があることである。今後も、「母親としての成長・発達」に着眼しながら、初産婦がどのように母親として適応していくのか、その過程について検討していきたいと考えている。

最後に、本研究にご協力下さいましたY県内のお母様方、また、3施設の看護部および病棟スタッフの皆様に心から感謝申し上げます。

## 文献

- 1) 水上明子, 馬場直美, 植田明美他: 産後の母親の不安と育児状況—退院時と1ヶ月健診時の比較—, 母性衛生, 36(1), 97-102, 1995

- 2) 竹下福代, 佐々木美祐紀, 田代好枝: 退院後の褥婦の不安に関する調査—継続看護の視点からの検討, 第26回, 母性看護, 86-88, 1995
- 3) 筒井三和, 入江妙子, 大前和巳: 産褥期の母親の不安に対する退院指導の検討, 第28回, 母性看護, 118-120, 1997
- 4) 伊藤範子, 菅原徳子, 米本行範他: 初産婦の育児自信の喪失, 母性衛生, 24(1), 68-71, 1983
- 5) 加藤忠明: 情緒の発達と泣き声, 小児看護, 16(1), 93-98, 1993
- 6) 大藪泰: 新生児心理学, 川島書店, 27-38, 1992
- 7) 岡本美和子, 松岡恵: 生後1~2ヶ月児の持続する泣きに対する初産婦の対処の実態とその影響要因, 日本助産学会誌, 15(3), 200-201, 2002
- 8) Rubin, R. 新道幸恵他訳: 母性論 —母性の主観的体験—, 医学書院, 149-167, 1997
- 9) 新道幸恵, 和田サヨ子: 母性の心理社会的側面と看護ケア, 医学書院, 47-76, 1990
- 10) 望月初音: 生後1~2ヶ月児の「泣き」に対する初産婦の困難感と関連要因に関する研究, 山梨医科大学大学院医学系研究科(看護学専攻), 修士論文, 28, 2002
- 11) 青木康子, 加藤尚美, 平澤美恵子: 助産学体系6; 母子の心理・社会学, 日本看護協会出版会, 188-192, 2001
- 12) 蛭田由美, 亀井睦子, 西脇美春: 褥婦の出産体験の受け止め方と不安の変化, 母性衛生38(2), 303-311, 1997
- 13) 服部祥子: 生涯人間発達論, 医学書院, 9, 2003
- 14) 高濱裕子: 母親の適応過程についての研究, 母性衛生, 36(1), 141-150, 1995
- 15) 柏木恵子, 高橋恵子編: 発達心理学とフェミニズム, ミネルヴァ書房, 43, 1995
- 16) 大日向雅美: 子育てと出会うとき, 日本放送出版教会, 47-68, 1999