

初産婦の育児自信の喪失

東北通信病院産婦人科

伊藤 範子 菅原 徳子

米本 行範 那須 一郎

国立仙台病院母子医療センター

伊藤紀久子

東北大学教育学部

村井 憲男

東北大学教養部

仁平 義明

初産婦の育児自信の喪失

東北通信病院産婦人科

伊藤 範子 菅原 徳子

米本 行範 那須 一郎

国立仙台病院母子医療センター

伊藤紀久子

東北大学教育学部

村井 憲男

東北大学教養部

仁平 義明

ある育児書の最初の章は「自信を持ちなさい!」という言葉で始まっている。健康な母子関係を確立するために、母親が自信を持って育児にあたることが重要なのは、いうまでもない。しかし、初産婦にとって、育児に自信を持つのが容易ではないのも、また事実である。初産婦は経産婦に比べ、育児経験・知識の蓄積も少なく、産後の情動もより不安定で、不安は高い²⁾。それゆえに育児に自信を持ちにくい条件にある。

われわれは、出産後4か月の間、母親としての育児の自信がどのように変化していくのかを、新生児期、産後約1か月、約4か月の3つの時点で調査した。その結果、産後1か月前後に、母親としての自信・実感が一時的に低下する傾向が、初産婦に特異的に認められることを見出した。さらに産後約1か月前後の母親を対象に面接を行ない、その原因について追加調査を行なった。

I. 新生児期から産後4か月までの育児自信の変化

新生児期から約4か月間、母親としての実感、育児の自信が、日を追ってどのように変化していくのかを調査した。

〔方法〕

質問紙によって調査を行なった。われわれは、これまで、新生児および乳児の行動特性を測定するために、母親の評定による質問紙を作成し、周産期要因の影響などについて検討をしてきた³⁾⁴⁾。今回は、その質問紙の末尾に加えた母親自身に関する2つの

質問を分析した。質問は母親としての実感と、母親として子どもの育て方は上手な方だと思うか、いわば育児の自信とを問うもので、次のように4段階の評定が求められている：

①母親だという実感は、

- a 実感がある
- b どちらかといえば実感がある方である
- c どちらかといえば実感がない方である
- d 実感がない

②母親としてお子さんの育て方は、

- a 上手な方だと思う
- b どちらかといえば上手な方だと思う
- c どちらかといえば上手でない方だと思う
- d 上手でない方だと思う

対象は、国立仙台病院、東北通信病院ほか、仙台市内数か所の病院で特に異常のない健康な児を出産した母親であった。これらすべての病院で母児同室制がとられている。調査は、大別すると、新生児期（産後3～8日、平均5.8日）、産後約1か月（26～38日、平均31.9日）、約4か月（13週～23週、平均17.3週）の3つの時期に行なわれた。質問紙の記入は、新生児期は入院中に、産後約1か月の場合は1か月検診に来院した際に依頼をした。産後約4か月の場合は、新生児期、約1か月時での対象者に郵送で記入依頼をした。郵送の場合の有効回収率は70.6%であった。対象者数は、新生児期186名（うち初産75名、経産111名）、約1か月286名（初産122

名, 経産162名), 約4か月183名(初産70名, 経産113名)の延べ655名であった。3つの時期の母親は部分的に重複しているので, 部分的な追跡研究であるといえる。3つの時期すべてに継続して対象者となった母親は83名であった。

〔結果と考察〕

母親としての実感, 育児の自信(育て方は上手な方か)が産後どう変化していったかを, それぞれ図1と図2に示した。なお, 評定段階は, そのまま1, 2, 3, 4と評点化されている。

図1. 母親としての実感の変化

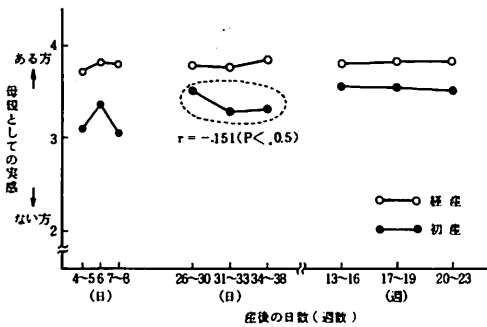
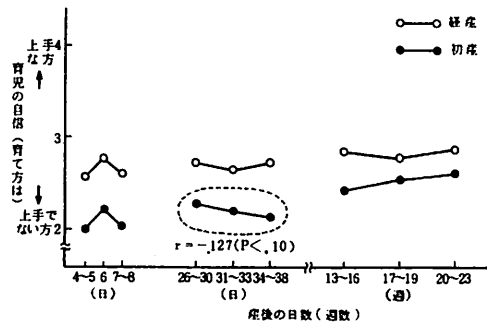


図2. 育児の自信の変化



まず, 「母親としての実感」(図1)は, 各時期とも, すでに子のある経産婦の方が有意に高い(新生児期, $t = 5.24, P < 0.001$; 産後約1か月, $t = 5.65, P < 0.001$; 約4か月, $t = 2.87, P < 0.01$)。初産婦の「実感」は, おおまかには, 新生児期から産後4か月までの間, 増大していく傾向があった。しかし, 産後1か月前後に特異的な実感の変化が見られる。すなわち, この産後26日から38日の間では, 初産婦の母親としての実感, むしろ低下していく傾向があった。この期間で, 産後の経過日数と実感

の評定との相関は, 低いけれども有意な負の相関を示している($r = -0.15, P < 0.05$)。他方, 経産婦の「実感」は, ほとんど安定しており, 3つの時期とも, 産後の日数(または週数)と実感評定の相関はゼロに近い(それぞれ, $r = -0.04, r = -0.06, r = 0.01$)。

「育児の自信」の変化にも同様な傾向がみられる(図2)。育児の自信は, 3つの時期とも一貫して, 経産婦の方が高い(新生児期, $t = 5.40, P < 0.001$; 産後約1か月, $t = 5.98, P < 0.001$; 約4か月, $t = 3.41, P < 0.001$)。また, 初産婦の自信は, おおまかには, 新生児期から産後4か月前後まで上昇していくといえる。しかし, ここでも, 「実感」の場合と同様に, 産後1か月前後の時期に, 一時的な自信の低下傾向が見られた。この期間の産後日数と自信の評定との間には, 低いながらも有意に近い負の相関($r = -0.13, P < 0.10$)がある。

以上のように, 初産婦の母親としての実感・自信は, 産後増大していき, 経産婦のそれに近づいていく傾向はあるものの, 約1か月前後に, 逆に一時的に低下するという特異な傾向が見られる。初産婦の一時的な育児自信の喪失を示すようなこの現象は, 何に由来するのであろうか。その条件を探るために, さらに追加調査を行なった。

II. 産後1か月の育児自信についての面接調査

育児の自信に影響する要因には, 調査Iの初経産差にあらわれたような育児経験・知識の蓄積, 親あるいは夫など外部からの援助・助言, さらに, 自信に関係するであろう子どもの側の何らかの特性などが考えられる。この調査では, 産後1か月前後の母親と面接を行ない, 育児をしていて自信をなくすような経験の有無, 原因などを, 直接に聴取した。

〔方法〕

対象は, 1か月検診のために東北通信病院に来院した産後20~41日までの母親55名である。そのうち, 初産婦は23名, 経産婦は32名であった。

面接での主な質問項目は, (1)育児をしていて自信をなくすような経験があるか, またどのような場合か, (2)そのほかに心配ごと, 困りごとはあるか, (3)産後の手伝い, (4)育児の相談相手, などである。

〔結果と考察〕

表1のように, 「育てていて自信を失なうような

表1. 「育児の自信を失なうような経験」, 「育児上の心配事・困り事」の有無

出産歴	自信をなくすこと		その他の心配事・困り事	
	あり	なし	あり	なし
初産	13名	10名	12名	11名
経産	2名	30名	17名	15名

経験」があると訴える率は、初産婦は13名(56.5%)で、経産婦の2名(6.2%)に比べはるかに高い(イエーツの補正による $\chi^2=14.6, P<0.001$)。そのほかの心配事や困り事は、初産婦・経産婦とも半数以上があげており、特に差はない。例えば、「おとなしい子どもなので育てるのがらく」だといって、自信を失なうことも、心配事、困り事もないという母親のように、全く問題を訴えない母親は、結局、経産婦では15名(46.9%)なのに対し、初産婦は3名(13.0%)にとどまっている。初産婦のほとんどが育児上の悩みを訴えているといえる。

母親達が、自信を失なう場合やその他の心配事、困り事としてあげた問題の内わけは、それぞれ図3と図4に示されている。そのいずれにしても、初産婦で最も頻度の高いのは、例えば、「何をしても泣きやまない」「何を要求して泣いているのかわからない」など、子の泣くことに関する問題である。他方、経産婦の心配事、困り事では、その子自体のことよりはむしろ、「上の子がやきもちをやくので困る」などの上の子についての問題が最も頻度が高い。

図3. 育児の自信をなくす問題(産後1か月)

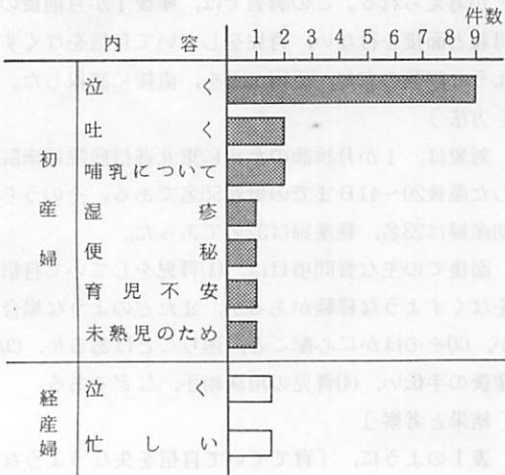
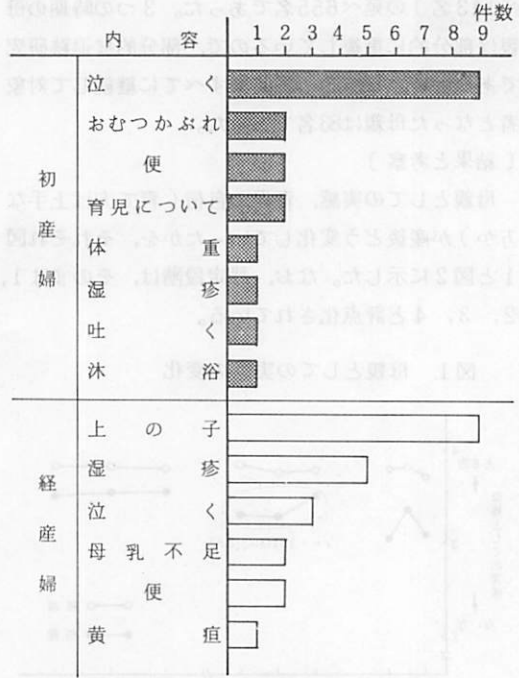


図4. 育児上心配な事・困り事(産後1か月)



このように、初産婦の育児自信の喪失の大きな要因として、子どもの「泣き」の問題を考えざるをえない。

次に考えなければならないのは、育児への援助、助言の問題であろう。産後約1か月ともなると、いわゆる核家族の場合は、産後の手伝いもそろそろなくなり、一人で家事・育児を行なわざるをえなくなる。この時期、独力で育児、家事をすることへの不安や負担は、当然、夫の親あるいは実の親が同居していない産婦で著しいことが考えられる。そこで、親の同居の有無が育児中の自信喪失の訴えに関係するかどうかを、その訴えの多かった初産婦について検討した。表2のように、夫の親または実の親が同居している4名の場合、1名だけが育児をしていて

表2. 親(夫のまたは自分の)の同居と育児の自信

親との同居	自信をなくすこと	
	あり	なし
同居	1名	3名
核家族	12名	10名

自信を失なうような経験があったと答えているのに対して、同居のない核家族の場合は、22名中12名(54.5%)が自信をなくすようなことがあったと述べている(イェーツの補正による $\chi^2=3.82$, $P<0.10$)。この傾向差は、やはり、親(特に母)の援助がすぐに得られることも育児の自信を支える要因の一つである可能性を示唆している。

なお、出産後の手伝いをしてくれたのは、初産婦とも、実母、義母が多く、育児の相談相手としては、実母、病院、友人や近所の人、義母などがあげられているが、特に育児の自信との関連は認められなかった。

Ⅲ. 総合的考察

以上の調査結果から次のことが明らかになった：
①産後1か月前後に、母親としての実感あるいは育児の自信が一時的に低下する傾向が、初産婦に特異的に見られる。②産後1か月前後の初産婦は、自信をなくす理由に、主として、子が泣くことに関する問題をあげる。③同居している夫の母または実の母からの援助や助言も、育児の自信を支える可能性がある。

ところで、Dalton⁵⁾は、産後の抑うつの一つに、軽度のうつ状態として産後疲憊(postnatal exhaustion)をあげている。彼女によれば、産後疲憊を示した産婦は、しばしば自分の子はよく泣く赤ん坊(a crying baby)だったと回想することが多いという。また、絶えず泣く赤ん坊が心身の疲憊を増すのも当然だろうとも述べている。今回の結果とDaltonの報告を考えあわせると、産後1か月前後の初産婦にみられた母としての自信や実感の一時的低下は、子の泣きによって増強されたこの産後抑うつの一つの徴候であるかもしれない可能性が考えられる。しかし、なぜこの現象が1か月前後に、しかも初産婦に特異的に見られるのだろうか。

Dunn⁶⁾は、第1子の場合、母親が規則的に授乳しようとする傾向が強いせいもあって、一日のうちに泣く時間が、第2子より長いという報告をしている。また、Brazelton⁷⁾によれば、一日のうちで乳児がぐずる(泣くのを含む)時間の長さは、生後6週目まで増加しつづけ、そこをピークとして、6週以後は減少していくという。

この2つの報告は、特に初産婦で、産後1か月前

後に前述の現象がみられるという今回の所見を、うまく説明してくれるように思われる。子の泣きが最も増加する時期である産後1か月前後の時期に直面した初産婦は、この変化にうまく対応できず、疲労も増し、時には自らを責め、母としての実感・自信を低下させていくのかもしれない。母親の自信・実感は、乳児の行動特性のうち、状態のわかりやすさ、きげんのよさなどの特徴と特に相関があるという分析⁸⁾も、この時期の子の泣きの変化と母の実感・自信の変化の関連を示唆している。さらに、この時期、独力で家事、育児にあたらなければならなくなる核家族の母親では、この傾向はより強められるのであろう。Ⅱの調査結果が、その可能性を示している。

以上のように、産後1か月前後という時期が、特に初産婦の母子関係にとって、一つの危機的な時期になりうる可能性があることは、今後さらに検討され、育児指導のうえでも考慮されていく必要のある問題であると考えられる。

(本論文の要旨は、第23回日本母性衛生学会において報告した。なお、この研究は、一部、昭和57年度文部省科学研究費、№5749004によって行なわれた。)

Ⅳ. 引用文献

- 1) Spock, B.: 高津忠夫監訳, スポック博士の育児書, 暮らしの手帖社, 1966
- 2) Murai, N., Murai, N. and Takahashi, I.: A study of moods in postpartum women, *Tohoku Psychol. Folia*, 37(1-4), 32-43, 1978
- 3) Murai, N., Nihei, Y., Yonemoto, Y. and Nasu, I.: Stability of individual differences in early infancy, *Tohoku Psychol. Folia*, 41(1-4), 1982 (印刷中)
- 4) Murai, N. and Nihei, Y.: Relations des facteurs prénatales et périnatales avec les caractéristiques de comportements des nouveau-nés, *Enfance*, 1983 (印刷中)
- 5) Dalton, K.: Depression after childbirth, Oxford Univ. Press: Oxford, 1980
- 6) Dunn, J.: 古澤頼雄訳, 赤ちゃんときげん, サイエンス社, 1979
- 7) Brazelton, T. B.: Crying in infancy, *Pediatrics*, 29, 579-588, 1962

- 8) 仁平義明, 村井憲男: 新生児の行動特性(4)―母親の育兒自信への影響―, 日本教育心理学会第24回総会発表論文集, 296-297, 1982