父親の育児参加における心理的体験についての質的検討

基本的心理欲求との関連を含めた考察

〇一ノ瀬早織[1]・佐柳信男[2]
（[1]山梨英和大学人間文化研究科・[2]山梨英和大学）

キーワード：父親の育児，心理的体験，基本的心理欲求（自己決定理論）

問題と目的

近年，父親の育児参加が社会的に推進されている。背景には日本において育児に追い込まれる母親が多いことと女性の社会進出の増加がある。父親が育児の役割を積極的に果たすことが，母親の育児不安の軽減，女性が活躍できる環境整備，子どもの健全な育ちのためにも重要である。父親の積極的な育児参加は子どもにとって月齢 2 ヶ月頃から愛着の対象として認識され，より安定的な養育環境の構築につながり，子どもの社会性の発達にも影響するなど，父親の育児によるポジティブな影響についての研究はあるが，どうすれば育児行動が促進されるのかについての研究はあまりなされていない。寺薗（2019）は母親が自己決定理論で想定される 3 つの基本的心理欲求がそれぞれ充足されたとき，育児に対する自己決定的な行動や効力感，well-being が高まる可能性を示唆している。しかし，父親の育児動機づけについての研究はまだ見当たらない。そこで本研究では，父親が育児で前向きもしくは後ろ向きになることを中心としたインタビュー調査を通して父親の育児参加における心理的体験を明らかにし，育児動機づけを促進・抑制する要因について示唆を得ることを目的とした。さらに，自己決定理論の基本的心理欲求で育児に対する意欲の説明を試みた。

方法

0~6 歳の子どもを育児中の父親 30 名を対象に，2020 年 8 月～2021 年 4 月に電話インタビューを実施した。対象者は筆者の知人や縁故を基点としたスノーボールサンプリング法によって抽出した。調査の目的を十分に説明した上で協力を依頼し，感染症対策の観点から電話インタビューを行った。約 1 時間／人，承諾を得た上で録音しながら実施した。質問項目は，①年齢・職業・労働時間・妻の就労形態などの属性，②「子育てに対して前向きな気持ちになるのはどんなときですか」，③「どういうときに子育てのやる気が出ないですか」，④「どういうときに子育ての手応えを感じますか」など 13 項目を尋ねた。

逐語録を作成し，筆者と臨床心理学を専攻する大学院生 2 名，心理職公務員 1 名の計 4 名で KJ 法（川喜多，1967）による分析を行った。

結果と考察

分析の結果，12 の大カテゴリ，36 の中カテゴリ，238 の小カテゴリが見出された。以下，12 の【大カテゴリ】を中心に説明する。【①仕事と両立の難しさ】では，職場において「父親は働く」イメージがあり，自身が育児に関わりたいという思いをもっていたとしても，奥さんがいるなら任せられるでしょという職場の雰囲気から，働き盛りである父親らは仕事を振られ，従来の働き方から変わりなく多忙である状況がうかがえた。【②介護との両立の難しさ】では，仕事，育児，介護の 3 つが重なり，板挟みで苦慮している父親の姿があった。【③孤独になりやすい父親たち】では，周りと差を感じてしまうから話さないことや，話題にしようとも思わない，自慢になっちゃいそうという理由から，子どもの話ができる人がいない状況になりやすいようであった。【④自分がしたい子育て】では，こういう風にしていきたい，こういう大人になってほしいなど，期待や子育て観をもつ父親の姿があった。【⑤父親になっていくことをめぐる思い】では，自分がやろうと思っても子どもが泣き止まない場合や，子どもが何を考えているのか分からないという手応えを得られない状況，そしてママがいいと言っている子どもを見る難しさやベクトルが自分に向いていない状況において，父親として無力さを感じざるをえ

ず, いっぱいいっぱいでイライラし余裕がなくなるという, うまくやれない気持ちを抱えている父親の心境がうかがわれた。また，夫婦共働きで子育てという，自身が元々持っている父親像がうまく適用できない状況に置かれる中で, 新たな父親像の模索をしている様子があった。一方，中には育児の知識や医学的根拠が役に立っている父親がおり, 妻の産後に育休を取得する行動や，精神的余裕につながっていた。【⑥他者からの評価】では，父親としての自分を否定されたときに育児のやる気が下がることがみられた一方, 妻から認められたり, 自分がしたことで妻が喜ぶ姿をみたりしたときに前向きな育児に繋がっていた。【⑦二人三脚子育て】では，お互いをフォローし，尊重し，助け合っていた。「夫婦で頑張ると決めた」など，夫婦で同じ方向を向いていると思えていることが育児の前向きさにつながっていた。【⑧信頼できる人とのつながり】では, パパ友だちや先輩の存在のお陰で,「誰にでもあるんだ」や「肩の力が抜けた」ことになり，子育てに対して自信を得やすくなっていた。また，ロールモデルの参考になり, 周りを頼るという体験ややってみようという意欲の高まりにつながっていた。夫婦だけでなく祖父母とチームで子育てすることや, さらに近所のサポートがあることで社会との繋がりや安心感を得ながら育児をしていた。【⑨両立のしやすさ】では，子育てに対して周りの理解があることが両立しやすさに繋がっていた。【⑩子育てって楽しい】では，遊び相手という役割があることで，遊んでると楽しい，一緒にいると楽しいという感情や，関わるとより関わりたくなるという思いを抱く様子がみられた。【⑪大切な人を守りたい】では，妻に一人の時間を作ってあげたい, 妻が自分らしくいられることが大事という思いや，妻が（下の子を）妊娠中で，体調などへの気遣いを通して, より育児に関わろうという思いが増していることがみられた。また，出産時の体験を通して，妻に対する尊敬の思いが増し，育児の前向きさにつながっていた。【⑫コロナ禍による影響】では, 在宅ワークにより時間的余裕が生まれたことで送り迎えができたり, 自転車の練習を見ることができたりしたなど, 子どもと関わる時間が物理的に増加したことが育児行動につながっていた。

ここまで，大カテゴリを基に，男性の育児における心理的体験の様相を概観することができた。これらの示唆を踏まえ，父親らが子育ての正しい知識や理解，価値観を得られるようにエンパワメントしていくことは，子や妻，そして父親自身にとっても重要なことであるといえるだろう。ここで，育児参加に関する 36 の中カテゴリが自己決定理論の基本的心理欲求の充足/不満で説明できると考えられたため，表 1 に整理した。個人が自分の考えに沿って自発的に行動を起こしたいという「自律性欲求」，自分の周囲の環境と効果的に相互作用する能力によって手ごたえを感じたいという「コンピテンス欲求」，親密で支持的な対人関係を持ち，人とのつながりを感じたいという「関係性欲求」，それぞれに当てはまると思われるものについて分類した。

表 1　父親の基本的心理欲求の充足/不満につながる要因の整理表

	基本的心理欲求を充足する要因		基本的心理欲求を不満となる要因
自律性欲求充足	余裕が生まれた 遊び相手という役割 父親としての自覚の芽生え 父親アイデンティティの確立 子どもを慈しむ気持ち 自分がもつ子育て信念 働きやすい職場	自律性欲求不満	余裕がない やりたくないわけじゃない 父親は働くというイメージ やらなきゃいけないからやる 自分はサブ 責任を重く感じている
コンピテンス欲求充足	育児の知識を積み重ねている 自分の得意なことで勝負！ 必要とされたと感じる体験 自分のやったことが実った！ 自信が得られた 妻から認められる 褒められる 頼もしい存在からの助言	コンピテンス欲求不満	子育てと介護の両立が心配 役に立てていない感じ 父親としての無力感 うまくやれない 父親としての自分を否定される
関係性欲求充足	夫婦で尊重し合う パパ友だちの存在 親身になってくれる人の存在 妻を大切に思う気持ち 具体的なサポート	関係性欲求不満	妻から仕事面への配慮のなさ 話ができる人がいない 妻と方針が合わない

本調査の対象者について, 結婚生活を継続できている人しか対象としておらず，行き詰まり，離婚してシングルペアレントとなったケースについて拾うことができていないことがひとつの限界である。

父親らがどの程度基本的心理欲求が充足されているのか，あるいは不満にさせられているのか，具体的にどのような状況で生じているかを検討することで，より具体的にどのような状況で生じているかの知見を得ることが期待できる。