

家族ライフサイクルからみた就学前の 子どもをもつ夫婦に関する臨床心理学的研究

——システムズアプローチの観点からの子育て支援——

狩 野 真 理

【目次】

序章

第1節 問題と目的

1. 目的
2. 問題

第2節 本論文の用語の定義

第3節 本論文の構成

第一部 家族・夫婦に関する先行研究の概観

第1章 家族の発達

第1節 家族の発達に関する理論

1. ライフサイクル
2. 家族発達理論
3. 小考察

第2節 子どもの各発達段階の特徴とその段階に起こりうる身体的・心理社会的問題及び夫婦／両親の役割と支援

1. 胎児期
2. 乳幼児期
3. 学童期
4. 思春期
5. 青年期

第3節 成人期の各段階の特徴とその段階に起こりうる身体的・心理社会的問題

1. 成人期
2. 老年期

第4節 第1章のまとめ

第2章 夫婦関係・子育て・家族に関する先行研究

第1節 夫婦関係に関する先行研究

1. 夫婦関係満足度に関する先行研究
2. 健康感に関する先行研究
3. 性役割観に関する先行研究

- 4. 妻の就労状況・ワークライフバランスに関する先行研究
- 5. ソーシャルサポートに関する先行研究
- 6. 夫婦間コミュニケーションに関する先行研究
- 7. 夫婦間の差異・ギャップに関する先行研究
- 第2節 子育てに関する先行研究
 - 1. 母親の育児不安、育児ストレスに関する先行研究
 - 2. 親役割・夫婦役割に関する先行研究
 - 3. 両親と子どもの関係性に関する先行研究
- 第3節 夫婦関係、子育てに関する先行研究の小考察
 - 1. 夫婦関係満足度に関する先行研究より
 - 2. 子育てに関する先行研究より
 - 3. 家族ライフサイクルの視点から得られた知見のまとめ
- 第4節 家族に関する研究
 - 1. 家族研究と家族療法
 - 2. システムズアプローチ
- 第5節 第2章のまとめ
- 第3章 予防的支援について
 - 第1節 予防医学モデル
 - 第2節 子育てに関する様々な子育て支援事業
 - 第3節 子育てに関する予防的支援プログラムについて
 - 1. 産後の抑うつ予防を目的とした支援プログラム
 - 2. 子育て中の母親に対する支援プログラム
 - 3. アサーショントレーニング
 - 第4節 第3章のまとめ
- 第二部 育児期夫婦に焦点を当てた調査研究
- 第4章（研究1） 保育園・幼稚園の子どもをもつ夫婦を対象とした性役割観と夫婦関係満足度に関する量的研究
 - 第1節 問題と目的
 - 第2節 方法
 - 第3節 結果
 - 第4節 考察
- 第5章（研究2） 保育園・幼稚園の子どもをもつ夫婦を対象とした性役割観と夫婦関係満足度に関する質的研究
 - 第1節 問題と目的
 - 第2節 方法
 - 第3節 結果
 - 第4節 考察
- 第6章（研究3） 家族ライフサイクルからみた母親の回想的語りによる夫婦関係満足度の変遷
 - 第1節 問題と目的
 - 第2節 方法
 - 第3節 結果と考察

第4節 総合考察

第7章（研究4） 家族ライフサイクルからみた夫婦関係満足度の変遷と関連する要因についての量的研究

第1節 問題と目的

第2節 方法

第3節 結果

第4節 考察

第8章（研究5） 家族ライフサイクルからみた精神的健康の変遷に関する量的研究

第1節 問題と目的

第2節 方法

第3節 結果

第4節 考察

第三部 臨床実践における事例報告と予防的支援の提案

第9章（事例1） 夫婦の関係性が変化したことによって子育て困難感が軽減した事例

第1節 はじめに

第2節 事例の概要

第3節 考察

第10章（事例2） 母親の身体症状が軽減したことによって子育て困難感が軽減した事例

第1節 はじめに

第2節 事例の概要

第3節 考察

第11章 予防的支援の提案

第1節 調査研究で得られた知見についてシステムズアプローチの視点からの検討

第2節 臨床実践の事例を通して効果的であった介入についてシステムズアプローチの視点からの検討

第3節 就学前の時期における予防的支援の提案

1. 介入の時期について

2. 就学前の時期における予防的支援の提案

第4節 第11章のまとめ

第四部 総合考察と今後の課題

第12章 本論文の総合考察

第1節 総合考察

1. 本研究で明らかになったこと

2. 就学前の子どもをもつ母親への支援

3. 予防的支援講座の内容について

第2節 本研究の意義

第3節 本研究の限界と今後の課題

【要旨】

1. 序章

子どもの心身の健康は、養育者及びその夫婦関係と密接に関わっており、子どもの身体的精神的健康を維持するためにも、親や家族を早期段階から継続的に支援していくことは極めて重要であると思われる。家族は、夫婦関係から親子関係へと発達してゆき、さらに、子どもが乳児期の家族と青年期の家族では、夫婦関係や親子関係においても、その相互作用は異なってくる。そのため、夫婦関係が家族のライフステージに従ってどのように変化するかといった視点と、「個人の発達」とその「個人で構成される家族の発達」を考慮した家族ライフサイクルの視点からも検討していく必要があると思われる。その際、家族システムの移行期には、夫婦の関係性を維持してゆく難しさが窺われる。子育てに伴う新たな生活形態に適応するため、自身の考え方やパートナーへの期待や欲求に変化が生じてくるが、上手く適応できず様々な問題を抱える場合もある。夫婦の関係性を扱う際には、それぞれの「考え方」のみでなく『パートナーの考えについてどのように推測しているか』といった視点も重要であると考えられるが、この点に関する研究は十分行われていないのが現状である。そのため、従来の夫婦それぞれの自己認識のみを問うペアデータではなく、同じ質問に対してパートナーの認識を推測させる手法をとることによって、これまで明らかにされることが少なかった「夫の自己評定－妻の自己評定」で求められる「個人間差異」と「自己評定－推測したパートナーの評定（推測評定）」で求められる「個人内差異」の2つの側面からの調査研究が可能となると考えられる。

また、夫婦や家族間で問題が生じた場合、「問題」には「原因」があり、その原因を究明することが「問題の解決」に繋がると考えられることが多いが、原因を探究すれば「悪者探し」になってしまう危険性がつきまとう。そこで、原因を探究し母親や父親を奮闘させるような子育て支援ではなく、どちらも原因にも結果にもなりうるといった円環的に物事をみるシステム論的観点からの子育て支援も必要であると思われる。

以上を踏まえ、本論文の目的は、第一に夫婦の関係性を捉える視点として「夫婦関係満足度」を指標とし、自己評定と推測評定を用いた研究を行い、夫婦関係満足度が家族のライフステージにしたがってどのように変化するのかについて明らかにすること、第二に、家族ライフサイクルの視点から保育園・幼稚園への入園を重要な1つのライフイベントとして捉え、一般的に「乳幼児期／育児期」としてまとめられている就学前の時期を「未就園の時期」と「保育園・幼稚園の時期」と区分して考え、就学前の時期に焦点をあて、一般的に相談機関へ来談の多い母親に対する効果的な援助方法をシステムズアプローチの観点から整理すること、第三に、主に母親を対象とした問題や心身の不適応を未然に防ぐ予防的支援についての提案を試みるこ

である。

2. 第一部 家族・夫婦に関する先行研究の概観

「第1章 家族の発達」では、家族の発達に関する理論について概説したのち、各理論におけるライフステージの区分を踏まえ、本研究で用いる家族ライフサイクルのステージ区分について述べた。そして、第2節で子どもの各発達段階の形態的・機能的発達、心理社会的発達の特徴とその段階に起こりうる身体的・心理社会的問題、および夫婦／両親の役割と支援について、胎児期から乳幼児期、学童期、思春期、青年期についてそれぞれ概説した。続いて、成人期と老年期の各段階におこりうる形態的・機能的発達、心理社会的問題の特徴とその段階におこりうる身体的・心理的問題と支援について概説し、各ライフステージにおける個人の発達の理解を深めることを試みた。

「第2章 夫婦関係・子育て・家族に関する先行研究」では、夫婦関係に関する研究の際、指標として用いられることの多い①夫婦関係満足度 ②健康感 ③性役割観 ④妻の就業状況・ワークライフバランス ⑤ソーシャルサポート ⑥夫婦間コミュニケーション ⑦夫婦間の差異・ギャップに関する先行研究について整理した。次に、子育てに関する先行研究として、三歳児神話に関する歴史的背景を述べた後、母親の育児不安、育児ストレスに関する先行研究ならびに親役割・夫婦役割、両親と子どもに関する先行研究について整理した。その後、家族に関する研究として、統合失調症の家族研究から家族療法へと発展していった経緯と、システム理論やコミュニケーション理論などの理論的背景について整理したのち、それらの理論的背景をもとにした心理的援助法のひとつであるシステムズアプローチについて概説した。最後に、予防医学モデルについて概説したのち、子育てに関する様々な子育て支援事業の紹介と既に行われている子育てに関する予防支援プログラムについて整理した。

3. 第二部 育児期夫婦に焦点を当てた調査研究

「第4章 保育園・幼稚園の子どもをもつ夫婦を対象とした性役割観と夫婦関係満足度に関する量的研究（研究1）」では、保育園・幼稚園の子どもをもつ両親110組を対象に質問紙調査を行った。ペアデータを用いて分析を行った結果、夫婦ともに夫婦関係満足度と「性役割観の個人間差異」においては有意な相関はみられなかった。一方、「性役割観の個人内差異」においては有意な負の相関がみられ、「個人内差異が小さい」すなわち、「パートナーとの性役割観の差異が小さいだろう」と推測していると「夫婦関係満足度が高い」ことが示された。また、妻が有職の場合、夫を平等的だろうと推測していると夫婦関係満足度が高く、逆に伝統的だろうと推測していると夫婦関係満足度が低くなることが示された。これらのことから、「実際に

相手がどのように考えているか』ということよりも、それを『どのように感じ取っているか』という自己内にあるパートナー像の方が夫婦関係満足度に影響を及ぼすことが明らかとなった。

「第5章 保育園・幼稚園の子どもをもつ夫婦を対象とした性役割観と夫婦関係満足度に関する質的研究（研究2）」では、自由記述をもとに質的に分析を行った。パートナーの性役割観に対する推測は、日々の言語的情報や、行動・態度・口調などの非言語的情報に基づいているものと考えられ、推測評定の回答を求めた後の「どのようなところからそう思ったか？」という問いに対する自由記述を用いて検討を行った。その結果、互いに満足しているペアの特徴は、“お互いがパートナーに感謝・ねぎらいといった気持ちを伝え、パートナーからも同様の気持が感じられていること”であった。そして、互いに不満ペア・妻のみ不満ペアを「不満ペア」として捉えると、“話し合っているつमोरの夫と文句を言われていると感じている妻”、“協力しているつमोरの夫と協力してもらっていないと感じている妻”という夫婦間の齟齬が生じていることが示された。

「第6章 家族ライフサイクルからみた母親の回想的語りによる夫婦関係満足度の変遷（研究3）」では、家族ライフサイクルの視点から検討を行うため、青年期の子どもをもつ母親に対してインタビュー調査を行い、各ライフステージにおいて、どのような要因が夫婦関係満足度に影響を及ぼしているかについて検討した。その結果、妻が育児期を振り返った時、出産後のライフステージ全てにおいて“夫の協力・支え”が妻の夫婦関係満足度に影響を及ぼしていた。その内容はライフステージによって異なっており、乳幼児期には妻がひとりで子育てしないような協力体制から、子どもが成長するにつれて妻が“ひとりの時間をもつこと”や“個としての自分”も持つ事ができるように理解を示してもらうこと、子どもの試合の応援や送迎など“ここ”という時の協力へと変化してきていることが示唆された。また、“夫と子どもの関わりが増えること”や“夫との共通の話題が出来ること”も、妻の夫婦関係満足度を上昇させる事柄として認識されており、その際、妻や子どもから直接働きかけることも重要な要因であることが示された。さらに、妻自身の身体的健康も重要な要因のひとつであることが明らかとなった。

「第7章 家族ライフサイクルからみた夫婦関係満足度の変遷と関連する要因についての量的研究（研究4）」では、第6章のインタビュー調査によって明らかとなった夫婦関係満足度に関連する要因、ならびに性役割観の差異と夫婦関係満足度の関係についてライフサイクルの視点から検討を行い、絶対値を用いた「差異の大きさ」だけでなく、伝統的か平等的かといった「差異の方向」という視点からプラスマイナスの値を用いての検討も行った。その結果、夫婦関係満足度は、夫婦共に第一子が小学生の時期から低くなり、夫群に比べ妻群の方が有意に低いことが示された。性役割観の個人内差得点は、第一子が未就園児の時期には夫婦共に同程度であったものが、次第に妻群の個人内差が大きくなり、反対に夫群はその差が減少傾向にあ

ることで、次第に夫婦間の齟齬が生じていく様相が窺えた。また性役割観の差異に関して、個人内差5以上の妻群、ならびにマイナス群（自分より伝統的だろう）の妻群の夫婦関係満足度がそれぞれ最も低いことが示された。性役割観の個人間差得点では有意な差はみられなかった。また、性役割観の個人内差異と夫婦関係満足度の間に有意な負の相関がみられ、個人間差異との間には有意な相関はみられなかった。これらの結果から、実際のパートナーの性役割観との差異よりも個人内における差異の方が妻の夫婦関係満足度と関連していることが示唆された。また、性役割観の個人内差異以外に夫婦関係満足度と関連している要因として、「パートナーの夫婦満足度」が全てのライフステージで関連しており、互いに影響を及ぼしあっていることが推察された。そして「主観的な健康度が高い」「ストレス発散時間がある」と感じているほど満足度が高いことが示され、これらの要因が夫婦関係満足度と関連していることが示唆された。

「第8章 家族ライフサイクルからみた精神的健康の変遷に関する量的研究（研究5）」では、夫婦関係満足度と関連する要因のひとつである精神的健康度に焦点をあて、日本版精神健康調査票（The General Health Questionnaire：GHQ12）の得点を用いて、家族ライフサイクルの視点から検討した。その結果、具体的なリフレッシュ行動として、母親群が「ひとりの時間」や「友人との時間」にリフレッシュの場を求めている一方で、父親群は「家族との時間」というように家庭にリフレッシュの場を求めているという夫婦間のずれが窺われた。そして、約半数の夫婦のどちらかが不健康、あるいは両者とも不健康なペアであることが示され、特に第一子が未就園児と保育園・幼稚園の時期は両親ともに健康なペアは40%に満たないことが示された。両親それぞれに対するメンタルヘルス向上への支援が必要であると考えられる。その際、リフレッシュ時間が取れていると感じることが重要であることが明らかとなった。

4. 第三部 臨床実践における事例報告と予防的支援の提案

「第9章 夫婦の関係性が変化したことによって子育て困難感が軽減した事例」では、子育て困難感と共に夫婦関係にも悩みを抱えて来談した妻の個人面接を通して、妻の語る夫婦の関係性に変化がみられ、子育て困難感も軽減した3事例について報告し、どのような視点からの介入が効果的であったかについて考察を行った。助言の比率が多くなる子育て支援現場のカウンセリングにおいては、相談者が何を求めているのかに気を配り、相談者を支持する姿勢で関わり、悪循環やリフレーミング、心理教育などを用いた提案・介入が効果的であったと考察された。

「第10章 母親の身体症状が軽減したことによって子育て困難感が軽減した事例」では、子育てにおける困難感と疲労感などの身体症状を同時に訴える母親に対して、まずは身体症状に

対するアプローチから支援を行うことによって、引き続き子育て困難感が軽減された3事例について報告し考察を行った。母親の心身の落ち着きは、子どもや夫にも良い影響を及ぼすといえる。今後は、臨床的な問題を発現するに至っていない養育者も含め、予防的な支援も必要であることについて指摘した。

「第11章 予防的支援の提案」では、第一部で概観した先行研究からの知見と第二部の第4章～第8章までの調査研究で得られた知見を臨床実践の中で活用し、第三部の第9章・10章で論じた事例で効果的であった介入についてシステムズアプローチの視点から整理した。そして、臨床実践の事例を通してシステムズアプローチの視点からの効果的な支援について検討した後、子どもの就学前の時期における養育者に対する予防的支援の可能性について具体的に提案を行った。なお、予防的支援の提案に関しては、一般的に相談場面に来ることが多い母親を対象として述べた。

5. 第四部 総合考察と今後の課題

「第12章 本論文の総合考察」では、まず、本研究で明らかになったことについて整理をした。5つの調査研究より、「実際のパートナーの性役割観」ではなく、「推測したパートナーの性役割観」の方が、さらに性役割観の「個人間差異」ではなく、「個人内差異」の方が（研究1、研究4）夫婦関係満足度に影響を及ぼしていることが示された。すなわち、送り手の情報よりも、受け手がどのように受け止めているかが重要であり、その人の心的現実、すなわち主観的なパートナー像がより強い影響力を持っていることが明らかとなった。そのため、システムズアプローチの考え方である〔社会構成主義〕や〔リフレーミング〕という考え方が役立つことを提案した。また、双方が日々の中で感謝の気持ちや労いを伝え、それを感じられるときに互いの夫婦関係満足度が高まっていることも示された（研究2）。

家族ライフサイクルの視点から見た時、全ての時期において、夫の支え・協力や妻自身の健康が妻の夫婦関係満足度に影響していることが示され（研究3）、リフレッシュ時間を持つことができていると感じられることがメンタルヘルス向上に役立つことが示された（研究5）。夫婦関係満足度は夫婦共に第一子が小学生の時期から低下し、同時期から妻側の性役割観の個人内差異が広がっていく様相がみられた（研究4）。これらの差異が縮まらないまま就学前の時期を過ごしている可能性が示唆された。そのため予防的な介入の実施は、夫婦関係満足度が低下する前の「就学前の時期」に行うことがより効果的であることを提案した。

続いて、就学前の子どもをもつ母親への支援と予防的支援講座の内容について、総合的な考察を行った。多くの家庭において家庭内ケアのほとんどを母親が担っており、子どものことで相談に来るのも母親が多く、乳幼児健診も母親が連れてくる方が圧倒的に多いのが現状である。

夫婦・家族は互いに影響を及ぼし合っているため、子育て中の母親を支援することによって、母親の気持ちが楽になり、その結果、夫や子どもにも良い影響を及ぼし、そのことによって、家族の中で良循環が形成されていくことが期待できる。そのため、本論文では母親を対象とした予防的支援を提案した。すなわち、【ケアする人のケア】が大切であることを述べた。

本研究の意義として、ペアデータの特性を活かし、「個人内差異、すなわち自己評定と推測したパートナーの性役割観との差異」の方が夫婦関係満足度に影響を及ぼすことが明らかとなったこと、臨床実践において有効性が報告されているリフレーミングやアサーションなどの考え方を予防的支援講座に取り入れて日常生活で活用することを提案した点、ならびに、本論文で提案した予防的支援講座は、単発のプログラムで参加者の負担も少なく易しい内容で構成されているという3点を挙げた。

最後に本研究の限界として、本研究から導き出された知見は、概ね主観的な健康度が高く、夫婦関係も良好である夫婦のデータによるものといった偏りが予想される点であること、ライフステージの区分の妥当性について、環境要因として経済的な指標を用いた検討や両親の資質などについても検討していないこと、予防的支援において実践まで本論の中に組み込むことが出来ず提案で留まっていることの4点について述べた。加えて、予防的支援の対象を妻のみでなく夫へも広げ、夫婦双方への支援を視野に入れること、本論で提案した内容について実践を行い、その有効性の検証を行い、修正を加え、より洗練された子育ての予防的支援講座の内容にしていくこと、さらに、それらの内容を看護師、助産師、保健師なども活用できるプログラムとしていくことを今後の課題としてあげた。