

母親の育児幸福感と育児事情の実態

長野県看護大学

清水 嘉子

静岡県看護大学

伊勢カンナ

抄 録

本研究は育児している母親の肯定的な情動を「育児幸福感」とし、育児幸福感を感じる際の事情から、育児幸福感と育児事情の実態を明らかにした。

3歳以下の子どもを育児している母親にアンケート用紙を配布し、Lazarusの理論による7項目の情動である安心、希望、愛情、喜び、感謝、同情、誇りを育児中に感じる頻度を5段階評価とした。さらに、それぞれの情動を感じる育児事情について自由記述を求めた。調査用紙は188名に配布し101名から回収された。

結果として母親が育児中に感じる肯定的情動の中心は、愛情、喜び、感謝であり、安心、誇り、希望と続き、同情は少なかった。育児幸福感を感じる際の事情は14項目に分類できた。育児幸福感を感じる際の事情は、主として「子どもの成長・発達・健康」および「子どものしぐさ」などの子ども中心の構成であり、その他として「周囲の援助・声かけ・つながり」などであった。本研究の結果は、育児支援としては、①育児する中で喜びや愛情を感じた時の子どもの様子について語れる場を提供すること、②母親が他者と良好な関係であるという認知を促すこと、③子どもの成長に関する肯定的なフィードバックにより母親の努力や能力が認められること、④母親が育児協力を周囲に求められるように援助すること、⑤カウンセリング技術による母親の肯定的な自己認識を促すといった働きかけの重要性を明らかにした。

キーワード：母親、育児幸福感、情動、実態、育児事情

I. 緒 言

母親にとって子どもを育てることは、人間性を豊かにし、生きる実感が湧くという自己実現を達成する過程として意義深い行為である。育児支援の研究は、育児ストレスの対処研究は多くなされているが、育児の楽しみや喜びなどの育児幸福感という視点からの研究は少ない。育児をとりまく状況が厳しくなりつつある現在、育児ストレスを回避するような支援とともに、育児によってもたらされる幸福感に対する支援が重要な課題である。

Argyle¹⁾は、幸福について「情緒的側面と、認知的・熟慮的側面に大別できる」としている。育児ストレスの研究²⁾ではLazarusのストレス理論³⁾

を用い、ストレスを幅広い否定的な情動としてとらえ、母親の否定的な情動に焦点を当てた。Lazarus³⁾は、情動には肯定的な内容の情動と否定的な内容の情動があるとしている。

本研究では育児中に感じる肯定的な情動を「育児幸福感」としてとらえ、母親の育児幸福感と、それを感じる際の育児事情を明らかにすることを目的とした。

II. 研究方法

1. 調査対象

3歳以下の乳幼児を育児している母親

2. 調査方法

(1) 調査施設 A市B保健福祉センター

(2) 調査期間 平成16年7～8月

(3) 調査方法 保健センター長に研究目的・研究方法などを説明し、事前に調査実施の承諾を得た。調査は、「3歳児健診」「1歳6ヵ月児健診」「9ヵ月育児相談」で実施した。調査用紙の配布にあたっては、来所した母親に研究目的・方法・研究の意義・守秘義務・研究への協力および協力拒否が可能であることについて文書を用いて説明した。口頭で同意の得られた母親に、アンケート用紙を配布した。アンケート用紙の回収は郵送法で行った。

3. 調査内容

1) 対象者の属性

母親の年齢、子どもの年齢、子どもの数、職業の有無、就業形態(フルタイム・パート・内職・自営)、家族形態(核家族、複合家族)の回答を求めた。

2) 育児中に感じる肯定的な情動の頻度と育児幸福感を感じる際の事情

育児幸福感は育児中に感じる肯定的な情動の頻度よりとらえた。育児中に感じる肯定的な情動の頻度は①安心、②希望、③愛情、④喜び、⑤感謝、⑥同情、⑦誇りの7項目について、いつもある・ある程度ある・わからない・たまにある・全くないの5件法によって測定し、育児幸福感を感じる際の事情は自由記述からとらえた。

III. 分析方法

情動の強さは、「全くない」を1点、「たまにある」を2点、「ある程度ある」を3点、「いつもある」を4点、「わからない」および無回答・重複回答などの無効回答を0点とした。

自由記述の内容の分析は、1つの質問に対して複数の内容が記載されている場合は、それぞれ別の内容として1件とし、その頻度を単純集計した。内容の分析は研究者2名がすべての項目について協議し、結果が一致したものを項目別に整理・分類・命名した。

IV. 結果

1. 調査用紙の回収率

188名に配布し、回収は101名、有効回答は101名、回収率は53.7%であった。ただし、対象の属性である年齢については9名が無回答であった。

2. 対象の属性

対象者の年齢の平均値は 31.1 ± 4.2 歳(min21, max47)であった。子どもの数の平均値は 1.7 ± 1.6 人(min1, max4)であった。

職業の有無は、有職22人(22.2%)、無職77人(77.8%)であり、有職者の就業形態は、有職者22人中常勤8人(36.4%)、パート9人(40.9%)、内職1人(4.5%)、自営4人(18.2%)であり、パートが最も多かった。

家族形態では、核家族76人(77.6%)、複合家族22人(22.4%)であった。

3. 育児幸福感

1) 育児中に感じる肯定情動の頻度

①安心、②希望、③愛情、④喜び、⑤感謝、⑥同情、⑦誇りの7項目の情動別頻度は、各平均値が安心は 2.1 ± 1.1 、希望は 2.3 ± 1.2 、愛情は 3.5 ± 0.7 、喜びは 3.3 ± 0.5 、感謝は 3.1 ± 1.6 、同情は 1.1 ± 1.1 、誇りは 1.7 ± 1.2 で、最高値は愛情の3.5で「ある程度ある」～「いつもある」、最少値は同情の1.1の「全くない」であった。全項目の平均値は 2.4 ± 0.8 で「たまにある」～「ある程度ある」であった。

2) 育児幸福感を感じる際の情動別事情数と内容

①情動別事情数

それぞれの情動を感じる際の事情として自由記述にあがった内容は、喜びが207件(26.0%)、愛情が184件(23.1%)、感謝が160件(20.1%)、安心が75件(9.3%)、誇りが66件(8.3%)、希望が63件(7.8%)、同情が43件(5.4%)、母親の感じる情動別事情数は計798件であった(表1)。

②事情別内容とその頻度

自由記述の内容を分析した結果、育児幸福感を感じる際の事情を14項目に分類できた。

育児幸福感を感じる際の事情別内容は表2より、1.「子どもの成長・発達・健康」として、体・心の成長、精神の健康、できることが増える、昨日できなかったことが今日できる、言葉が出るなどの事情があり、172件(21.6%)と最も多くの事情を含んでいた。次いで、2.「子どものしぐさ」として、笑顔、寝顔、しぐさ、喜ぶ姿、表情、頑張っている、挨拶できる、ごはんをおいしそうに食べる、子どもどうし遊んでいる、無心に遊んでいるなどの事情が98件(12.3%)であった。

表1 育児幸福感を感じる際の情動別事情数

No	事情	情動項目						
		喜び	愛情	感謝	安心	誇り	希望	同情
1	子どもの成長・発達・健康	91	6	20	22	5	28	0
2	子どものしぐさ	36	47	0	9	4	2	0
3	周囲の声かけ・援助・つながり	8	9	55	3	2	0	0
4	子どもの存在	5	8	36	13	4	4	0
5	子どもの優しさ・愛情	15	16	11	4	7	2	0
6	子どもとのコミュニケーション	21	22	2	5	0	0	0
7	妊娠・出産・育児の経験	4	0	4	0	37	0	0
8	物事への共感	0	0	0	0	0	0	43
9	子どもに必要とされる	5	29	0	6	0	0	0
10	家庭円満・日常生活	19	10	4	3	1	0	0
11	自然に感じる	3	33	2	0	0	0	0
12	自分の生き方・成長	0	1	25	0	6	2	0
13	子ども・自分・家族の将来	0	0	0	0	0	23	0
14	心身の余裕	5	1	1	6	1	0	0
合計件数 (%)		207 (26.0)	184 (23.1)	160 (20.1)	75 (9.3)	66 (8.3)	63 (7.8)	43 (5.4)

次に、3.「周囲の援助・声かけ・つながり」として、夫の協力、子どもの協力、周囲の協力、実父母の協力、周囲が子どもを可愛がる、子どもがほめられる、子どもを通した人とのつながりなどの事情で77件(9.6%)であった。次に、4.「子どもの存在」として、生まれてきてくれたこと、自分の子どもである、子どもを授かったこと、血のつながりなどの事情が70件(8.8%)であった。さらに、5.「子どもの優しさ・愛情」として、優しさ、素直さ、「ママ(一番)好き」という、よい子に育っている、心配してくれるなどの事情で55件(6.9%)であった。6.「子どもとのコミュニケーション」として、一緒にいるとき、話ができる、子どもが抱きついてくる、抱きしめたときなどの事情で50件(6.3%)であった。7.「妊娠・出産・育児の経験」として、自分の育児、授乳の時、2児・3児の母であること、子育てで生きる実感がわくなどの事情で45件(5.6%)であった。8.「物事への共感」として、虐待のニュース、子どもにかかわる悲しいニュース、ママ仲間の悩み、夫の叱りすぎ、子どもが比べられている様子、産

後うつ状態の人、戦争・難民キャンプの子ども、流産した人、子どもがほしいのにいない人などの事情で43件(5.4%)であった。9.「子どもに必要とされる」として、他の誰より必要とされる、頼られる、泣いて母を求める、甘えられる、「ママ」という、後を追われるなどの事情で40件(5.0%)であった。

数としては少なかったが、10.「家庭円満・日常生活」として、姉妹で助け合う、夫・祖父母と子どもが楽しそう、日々の生活、家族の絆などの事情で39件(4.9%)あった。11.「自然に感じる」として、いつもある、何もかも、見ているだけで、お金で買えない宝物などの事情で38件(4.8%)であった。12.「自分の生き方・成長」として、実父母が育ててくれたこと、自分の成長、義両親が夫を育ててくれたこと、実母が産んでくれたこと、自分の人生を考えられた、自分の心の変化、人を思いやれるようになったなどの事情で34件(4.3%)であった。13.「子ども・自分・家族の将来」として、子どもの将来・未来、自分の将来・未来、将来・未来に対して、家族の将来などの事情で23

表2 育児幸福感を感じる際の事情別内容とその頻度

No	事情	内容(頻度順)	合計件数(%)
1	子どもの成長・発達・健康	(体・心の)成長,(精神の)健康,できることが増える,昨日できなかったことが今日できる,言葉が出る,元気に生まれた,何かやり遂げた,周りより優れている,その時しか見れない成長が見れた	172(21.6)
2	子どものしぐさ	笑顔,寝顔,しぐさ,喜ぶ姿,表情,頑張っている,挨拶できる,ごはんをおいしそうに食べる,子どもどうし遊んでいる,無心に遊んでいる,笑う,挑戦と失敗,楽しそう,一生懸命,賢い行動,母親の絵を描く	98(12.3)
3	周囲の援助・声かけ・つながり	夫の協力,子どもの協力,周囲の協力,実父母の協力,家族の協力,義父母の協力,周囲が子どもを可愛がる,周囲の人に子どもがほめられる,子どもを通した人とのつながり,ママ友達ができる,ママ友達に悩みを励まされる,他人に声をかけられる,友達に大切にされる	77(9.6)
4	子どもの存在	生まれてきてくれたこと,自分の子どもである,子どもを授かったこと,血のつながり,子どもがもたらした幸せ,子どもがいるから頑張れる,家族がいる,おなかの中で育ち痛みに耐えて産んだ子ども,自分や夫と似ている,嫌なことがあっても子どもに癒される,元気をくれる	70(8.8)
5	子どもの優しさ・愛情	優しさ,素直さ,「ママ(一番)好き」という,よい子に育っている,愛情,心配してくれる,進んで手伝う,感謝される,「おかえり」という,命を大切にしている	55(6.9)
6	子どもとのコミュニケーション	一緒にいるとき,話ができる,子どもが抱きついてくる,抱きしめたとき,一緒に遊んでいるとき,コミュニケーションが取れる,気持ちを分かち合う,子どもと接するとき,「〇〇できた(した)」と報告されたとき,チューしたとき,心のつながり,ありのままの付き合い	50(6.3)
7	妊娠・出産・育児の経験	自分の育児,(母乳)授乳時,(2児・3児の)母であること,子育てで生きる実感がわく,親である,1男1女を産めた,自然分娩,母乳育児,楽しんで育児している,頑張って育児している,夫婦協力して育児している,思った通りに行かない育児を達成したとき	45(5.6)
8	物事への共感	虐待のニュース,育児ストレスのニュース,子どもにかかわる悲しいニュース,ママ仲間の悩み,育児の悩み,子どもの成長の悩み,子どもの嫌な体験,子どもの失敗,子どものしたいことが思い通りにいかない様子,夫の叱りすぎ,子どもが比べられている様子,産後うつの人,育児疲れで子どもに当たってしまう人,子どもを愛せない人,双子のママ,障害児とその家族,怪我・病気の子どものその家族,ぐずっている子どもとその母親,上の子を十分にかまってあげられない,兄弟喧嘩しているとき,戦争・難民キャンプの子ども,一人っ子,流産した人,子どもがほしいのにいない人	43(5.4)
9	子どもに必要とされる	(他の誰より)必要とされる,頼られる,泣いて母を求める,甘えられる,「ママ」という,後を追われる,慕われる,遠くからでも「ママ」と見つける,愛をほしがる,上の子へのやきもち,保育園に迎えに行くこと嬉しそう	40(5.0)
10	家庭円満・日常生活	姉妹で助け合う,夫・祖父母と子どもが楽しそう,日々の生活,家族の絆,夫の子どもへの愛,些細なこと,賑やかな時間,目まぐるしい日々,家族一緒にいられる,子どもに囲まれている,家族の喜ぶ姿,家族の笑顔,家族からの信頼,喧嘩してもうまくやれる,夫の自分への愛,夫と接するとき,四季を感じる	39(4.9)
11	自然に感じる	いつもある,何もかも,愛がなければ育児はできない,わが子を守りたい,叱るときも愛がある,今までにない愛,母性愛,見ているだけで,お金で買えない宝物,育児に懸命な自分を振り返って,疲れたりイライラしていても子どもを嫌ったり憎んだりできない	38(4.8)
12	自分の生き方・成長	実父母が育ててくれたこと,自分の成長,義両親が夫を育ててくれたこと,実母が産んでくれたこと,自分の人生を考えられた,自分の心の変化,人を思いやれるようになった,自分への親からの愛情,自分自身,自分の生き方,仕事に対する思い,頑張ってるねといわれる	34(4.3)
13	子ども・自分・家族の将来	子どもの将来・未来,自分の将来・未来,将来・未来に対して,家族の将来	23(2.9)
14	心身の余裕	心に余裕があるとき,仕事を終えて家に帰って子どもの顔を見たとき,子ども・家族が寝静まっているとき,自分がイライラしているときはうさく思う	14(1.8)

件(2.9%)であった。14.「心身の余裕」として、心に余裕があるとき、仕事を終えて家に帰って子どもの顔を見たとき、子ども・家族が寝静まっているときなどの事情で14件(1.8%)であった。

3) 育児幸福感を感じる際の事情と情動および事情間の関連

すべての情動反応を伴う育児幸福感を感じる事情はなかった。「子どもの成長」「子どもの存在」「子どもの優しさ・愛情」は、安心・希望・愛情・喜び・感謝・誇りの6情動を伴っていた。次に「子どものしぐさ」で、安心・希望・愛情・喜び・誇りの5情動を伴っており、「周囲の援助・声かけ・つながり」「子どもとのコミュニケーション」「家庭円満・日常生活」「心身の余裕」も安心・愛情・喜び・感謝・誇りの5情動を伴っていた。希望・愛情・感謝・誇りの4情動を伴っていた「自分の生き方・成長」であった(表1)。

育児幸福感件数798件中の事情間の関連では、「子どもの成長・発達・健康」と「子どもとのコミュニケーション」「妊娠・出産・育児の経験」と「自分の生き方・成長」で12件、「子どものしぐ

さ」と「心身の余裕」で10件が自由記述の同一文章内に関連をもった記述として表記されていた。また、「子どもの成長・発達・健康」は、件数が圧倒的に多く育児幸福感の主たる事情と考えられるため図中には二重線で示している(図1)。

「物事への共感」については、同情以外の情動を伴わないとともに、他の事情との関連はなかった。

V. 考察

1. 育児幸福感を感じる際の情動反応

育児幸福感を情動的側面からとらえた場合、育児している母親が育児中に感じる肯定的な情動の中心となったのは、「愛情」「喜び」「感謝」であり、ついで「安心」「誇り」「希望」があげられ、「同情」は弱かった。愛情、喜び、感謝は育児幸福感の主たる情動であり、希望、安心、誇りについても見逃せない情動といえる。育児幸福感を感じる際の主たる事情が子どもを中心に構成されており、育児中の母親は子どもを中心にさらに周囲の声かけ・援助・つながりなどの関係から情動反応が起こっている。これらの情動は心の余裕や妊娠・出産・育児の経験、自分の生き方・成長などの事

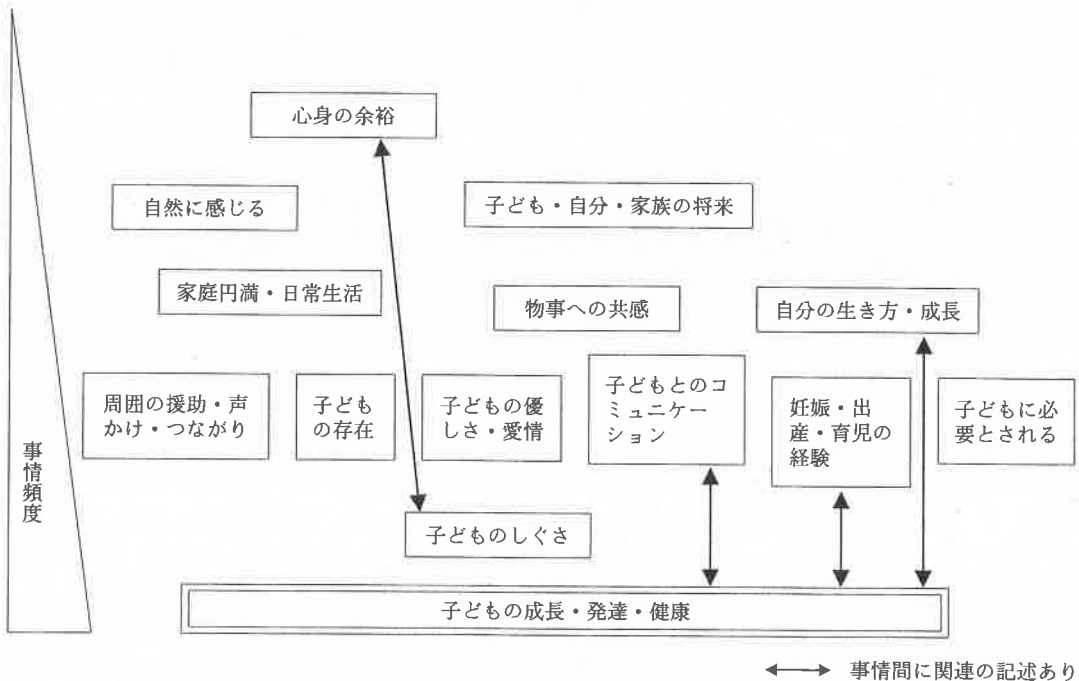


図1 育児幸福感を感じる事情とその関連

情と関連しさらに情動が喚起されていることも明らかにになった。

同情は他の情動項目とは異なり、「物事への共感」の事情との間でのみ関連が認められていたことから、どちらかという和幸福の中でも特異な情動といえる。これは「同情」という言葉が、「共感」「共鳴」「賛成」といった肯定的な意味の他に「哀れみ」や「情け」などの否定的な意味をもつことが影響していると考えられる。

また、情動を感じる頻度は愛情、喜び、感謝、安心、誇り、希望、同情の順で高く、情動を感じる頻度と育児事情の件数も安心、誇り、希望で多く、両者の頻度と順位はほぼ比例していた。情動を感じる頻度と育児事情の件数の順位の違いは具体的な項目と抽象的な項目に関する例のあげやすさやあげにくさが関係していたと考えられた。

さらに大脳新皮質による情動の調節は、左半球は肯定的な感情の傾向が強く、右半球は否定的な感情の傾向が強い。さらに情動の調整は右半球のほうが優位である⁷⁻⁹⁾。このことは、人間の情動は通常否定的な調整を受けやすく、育児などストレスを感じやすい状況では肯定的な情動を感じにくく、幸福感を感じる事が困難な状態にある。石井¹⁰⁾によると、肯定的と否定的感情の双方の測定が、幸福感の実態をとらえるうえで必要であると述べており、本研究では愛情や喜び・感謝・安心・希望といった情動について高い頻度で認められているが、ストレスや否定的感情との関係については明らかにされていない。今後、肯定的と否定的感情の双方の解明を進めることが課題である。肯定的な情動を強化することがストレスや否定的情動の軽減につながるかについては今後の課題であるが、肯定的な情動の中核である視床下部が動機づけ行動の起こりやすい部位であることから、肯定的な情動を強化することで育児に対する積極性を促すことができると考えられる。

2. 育児幸福感を感じる際の育児事情と育児支援

育児が自己の成長に影響しており、その成長を支えるのは日々の育児行動の1つひとつである。母親は育児中に肯定的な情動を頻繁に感じており、それらの情動すなわち育児幸福感は、発達課題の達成という点でも重要である。本研究の結果、育

児幸福感を感じる際の事情は、母親自身の成長を実感し、子どもとの愛着関係をとおして多くの情動として育児幸福感を感じていた。

Argyle¹¹⁾は、幸福感を増進する方法として、「短期的増大、最も実効のある快活動の頻度を増す、他者との良好な関係、申し分のない仕事とレジャー、人々が物事をもっと好意的角度から眺め・もっと好意的自己評価をし・もっと実現可能な自己目標を設定して不幸を助長している誤った信念を放棄させるように企図された各種の治療形態」などをあげている。たとえば、楽しい最近の出来事を考える、喜劇映画やテレビを視聴する、楽しい音楽を聴く、自分のよいところ・好ましいところを見つけ出すなどを意味しており、「楽しい」雰囲気の中に自分をおき、自分の気分を「楽しい」方向へと自然な形で導くことである。育児幸福感を感じる事情の中心が「子どもの成長・発達・健康」および「子どものしぐさ」であったことから、育児する中で喜びや愛情を感じた子どもの様子について、語れる場を提供することは有効と考えられる。育児相談やその他の育児している母親が集まる場において、母親の相談を受けたあと、「最近育児をしていて嬉しかったことはありますか」と投げかけ、母親同士で話し合ってもらうなど、育児の辛い部分だけでなく、嬉しい・楽しい・幸せな部分にも意識的に感じられるように援助する。

また、育児をする母親は振り返りの日誌をつけることが有効であり、ちょっとした時間の確保が課題となる。「子どもの成長・発達・健康」および「子どものしぐさ」「周囲の援助・声かけ・つながり」および「子どもの優しさ・愛情」「子どもに必要とされる」、そして「家庭円満・日常生活」に着目し、1日の終りに夫から「今日子どもとどうだった？」というような問いかけをしてもらい、「子どもが生活の中でできることが増えた様子や、母親や友人と楽しく過ごしている様子、子どもが甘えてくる可愛い様子」について思い起こし、楽しかったかかわりあいや遊びについて確認し、子どもがぐずっているのをあやすのに有効だった方法を話しながら確認することで夫が育児を一緒に行ってくれているという一体感などを感じられる。夫に「1日の終りにその日の子どもとの出来

事を聞くだけでも精神的援助として有効である」という意識づけし、行動を啓発していくことは有効と考える。

幸福な結婚生活・友人・家族・親族・仕事仲間・近所の人々と関係をよくするためには本人のコミュニケーション能力そのものが重視されている。「周囲の援助・声かけ」は、その他の幸福感の中でも中心的な位置を示しており、特に感謝の情動を伴う幸福感であった。このことから、園田¹²⁾の述べるようなオブティミスティックバイアスを利用して他者の協力を認識し、「自分は色々な人に支えられて育児している」または「さまざまな人が協力の協力が得られている」と認知することで、他者と自分との関係が良好であると認知し、感謝の情動反応を惹起することにつながり有効である。

さらに、自分の育児はうまくいっていると感じること、育児を通して自分がある役割をもった人間であると認識でき、育児している者同士の間である種の連帯感を感じられることは重要である。「子どもの成長・発達・健康」や「子どもの優しさ・愛情」「妊娠・出産・育児の経験」と「自分自身の生き方・成長」が関連しあっていることから、「子どもがよく育っている」ということを自分の育児方法や努力の成果としてとらえることを促すことが有効である。この援助は、周囲の人間、特に育児相談などを受ける専門家が、母親に対してその努力を認め、子どもの成長を肯定的に母親に返していくことが具体的な援助としてあげられる。また、今回「同情」が示したように、共感がある種の幸福感であったことは、育児しているもの同士の連帯感を育む、育児サークルや母親が集まる機会や場の提供が母親に対する援助になることを示唆する。

一方、母親にとり育児から解放されるわずかな時間は大変重要であり、子どもを任せられる相手や場があることが大切である。育児している母親の休息を確保し弛緩を促すため、育児協力者が必要であり、何でも自分で頑張りすぎず、夫や家族または育児支援センターなどの社会的サポートに育児を任せて休む時間を確保することも、時には重要であると伝えていく。最後に、カウンセリングが病的な場合だけでなく健常者にも有効である。

専門職者に対し、カウンセリング技法について学習し技術を習得することも有効な援助となると考える。

VI. 結 語

母親が育児中に感じる肯定的情動の中心は、愛情、喜び、感謝であり、同情は少なかった。育児幸福感の事情は主として「子どもの成長・発達・健康」および「子どものしぐさ」などの子ども中心の構成であり、子どもとの関係の中で幸福感としての情動が認められていた。さらに、「妊娠・出産・育児の経験」や「周囲の援助・声かけ・つながり」や「自分の生き方・成長」が幸福感としての情動に関係していた。さまざまな角度から母親への支援を検討していくことが課題となる中で、本研究で明らかにされた母親の育児幸福感を感じる事情に着目し、肯定的な情動を喚起する働きかけが重要になってくると考える。

(謝辞:最後に本研究にあたり、アンケートにご協力いただきましたお母様方、およびA市B保健センタースタッフの皆様に深く感謝いたします)

文 献

- 1) Argyle, M 著, 石田梅男訳. 幸福の心理学. 誠信書房, 1994, 1 - 15.
- 2) 清水嘉子. 育児ストレスの実態研究—ストレス情動反応を中心にして—. 母性衛生. 2003, 44 (4), 372 - 378.
- 3) R. Lazarus 他著, 本明寛他訳. ストレスの心理学. 東京, 実務教育出版, 1996, 269 - 277.
- 4) S. Folkman 著, 黒田弘子訳. パーソナル・コントロール, ストレス, コーピング・プロセス理論的分析. 看護研究. 1998, 21 (3), 35 - 52.
- 5) 本明寛. Lazarus のコーピング (対処) 理論. 看護研究. 1998, 21 (3), 17 - 22.
- 6) 本明寛. ストレスと情動の関係. ストレス科学. 2000, 15 (3), 219 - 220.
- 7) 内村英幸編. 情動と脳—精神疾患の物質的基礎—. 金剛出版, 1981, 186 - 194, 241 - 256.
- 8) 伊藤正男, 梅本守, 山鳥重他. 岩波講座 認知科学 6. 岩波書店, 1994, 25 - 34, 38 - 47, 61 - 69.

- 9) Paul D. MacLean 著. 法橋登編・解説. 三つの脳の変化. 工作舎, 1994, 14 - 159, 213 - 233.
- 10) 石井留美. 主観的幸福感研究の動向: コミュニティ心理学研究 1. 1997, (1), 94 - 107,
- 11) 前掲書 1) 218 - 237.
- 12) 園田明人. 随伴性判断の研究: 共変動バイアスと depressive realism, および情動・行動の分析. 静岡県立大学平成 9 ~ 11 年度科学研究補助金 (基盤研究 (C) (2)) 研究成果報告書, 2000.

A study on the reality of child care happiness and child care event in mothers

Nagano College of Nursing
Yoshiko Shimizu

School of Nursing University of Shizuoka
Kanna Ise

Abstract

To examine types of support with which mothers can find more happiness in childcare, this study focused on the emotional dimension of childcare happiness, following theories advocated by Lazarus. Defining positive emotions that mothers feel during childrearing as childcare happiness, the research aimed at revealing the truth about childcare happiness by investigating the circumstances under which mothers feel childcare happiness. A questionnaire was distributed to mothers who were rearing children aged three or under, asking them to evaluate, on a five-point scale, the degree to which they felt peace, hope, love, joy, gratitude, sympathy, and pride during childcare. The questionnaire also included open-ended questions about the childcare contexts in which they experienced each of the emotional ranges. There were 101 responses out of 188 questionnaires distributed to those mothers. It was found that love, joy and gratitude were the major positive emotions felt by mothers during childcare, followed by peace and pride, while sympathy was much less experienced. Responses on the circumstances of where childcare happiness had been experienced were divided into 14 categories, with most related to children, such as "children's growth, development and health" and "children's gestures and actions." Other categories include "support and communication opportunities offered by others" and "relationships with others." These results suggest what type of childcare support can enhance mothers' childcare happiness. They include :

- 1) Providing situations where mothers can talk about the appearance and behaviors of their children for which they feel joy and love while caring for them
- 2) Encouraging mothers to realize that they must keep a good relationship with other people around them
- 3) Recognizing mothers' efforts and capabilities with positive feedback on the growth and development of their children
- 4) Helping mothers to ask others for childcare assistance
- 5) Providing counseling to mothers so that they will develop positive perceptions of themselves.

Key words : mother, child care happiness, emotion, reality, child care event