

母親自身の感情のコントロールと乳幼児へのかかわり方の関係

澤田 瑞也 (神戸海星女子学院大学)

田中 慶子 (神戸市立魚崎保育所)

問題と目的

最近、乳幼児と接していく中で、発達的に気になる乳幼児が増えてきているように感じられる。たとえば、喃語・発語の遅れ、表情の乏しさ、感覚の過敏さまたは鈍さ、身体のバランスの悪さ、手先の不器用さ、意思疎通の難しさなどである。また、母親の育児に対する姿勢にも問題が感じられる。母子ともに長時間、テレビ・DVDを視聴する、母親が電子ゲームや携帯（メール）に依存する、朝食を食べさせない、母子ともに夜更かしをするなど、母親としての責任の放棄ともいえるべき態度を目にする。子どもへの愛情があるのだろうかと思いたくなるほどの愛着関係の希薄化を感じてしまう。

筆者らは、これらの背景には、次のような近年の風潮があると考えている。

- ・母親が自分の子どもを産むまで、赤ちゃんと接する機会がほとんどないことにより、育児に向けての準備が不足している。
- ・現代の核家族化や都市化により、密室化した家庭環境の中で母親が周囲の人々からの育児のサポートを得られない。
- ・母子間の遊びが不足しているため、子どもの自発性と母親の心の余裕が失われている。
- ・現代の情報の偏重と感情の軽視という風潮の中で、母子間の感情交流が希薄になり、子どもの感情が豊かに育たない。また、母親自身も成人であるにもかかわらず、自己の感情をコントロールする力が十分に育っていない。

これらの中で筆者らは、最後にあげた母子間の感情交流に注目する。母親と子どもの間

で感情のやりとりが少なく、子どもの気持ちに寄り添う言葉掛けはほとんどない。そのため、子どもが自分の中の感情に気づき、それを言葉などで適切に表現することを学ぶ機会が与えられないことになる。その結果としての子どもの未熟な感情表現、とりわけネガティブな感情の未熟な表現（たとえば「泣き」）に対して、母親は困惑し、イライラすることが多い。

母親が子どものネガティブな感情を受けとめ、適切に対応できるためには、母親自身が自分の中のネガティブな感情をコントロールできていなければならない。コントロールできてこそ、自分の中に入りこんできた不快な感情に圧倒されず、また振りまわされることなく、子どものネガティブな感情に共感的に応答することが可能になるのである。その結果、子どもへの適切なかかわりが期待できることになる。

本研究では、母親が自分自身のネガティブな感情をコントロールできる程度が高いか、低いかによって、子どもへのかかわり方がどのように違って来るかを検討する。その際、子どもへのかかわり方として、(a) 育児を行っている際の母親の気持ち（たとえば、「イライラ」、「迷い」、「自信のなさ」、「大変さ」など、(質問項目として (1)～(5) と (17)) (b) 子どもの要求や気持ちに対する理解と対応、(質問項目として (6) と (11)～(16)) (c) 周囲の人たちへのサポートの求め、(質問項目として (7)～(10) と (18)) をとりあげることとする。

方法

調査内容と方法: まずフェースシートで「男の子ですか。女の子ですか。」「何番目のお子さんですか。」「あなたの年代はどれですか。(10代・20代・30代・40代)」について回答させた。

次に母親が子どもとどのように向き合っているかについて、次の18項目について

() 内に示したかたちで回答させた。

(1) 育児でいらいらすることは多いですか。

(①はい②どちらともいえない③いいえ)

(2) お子さんにどうかかわったらいいか迷う時がありますか。(①よくある②ときどきある③ない)

(3) 育児に自信が持てない、と感じることがありますか。(①よくある②ときどきある③ない)

(4) お子さんと一緒にいると楽しいですか。(①はい②どちらともいえない③いいえ)

(5) 子育てが大変と感じますか。(①はい②どちらともいえない③いいえ)

(6) お子さんが小さいとき、表情やしぐさで何を要求しているかわかりましたか。(①よくわかった②わかった③あまりわからなかった)

(7) 近所でふだん世間話をしたり、お子さんの話をしたりする人がいますか。(①数名いる②1~2名いる③いない)

(8) 親子で一緒に過ごす子育て仲間がいますか。(①はい②いいえ)

(9) 他の人があなたの育児をほめたり批判したりするのは気になりますか。(①はい②どちらともいえない③いいえ)

(10) あなたが育児について努力しているのをほめて欲しいと思うことがありますか。(①はい②どちらともいえない③いいえ)

(11) あなたは、自分の思い通りにものごとをすすめたいほうですか。(①はい②どちらともいえない③いいえ)

(12) お子さんが同じことをしているのに、ある時はしかり、ある時は見のがしたりしますか。(①いつも②ときどき③いいえ)

(13) お子さんが泣いたり、ぐずったりした時、なぜ泣いているかわかりますか。(①よくわかる②わかる③あまりわからない)

(14) お子さんが泣いたりぐずったりした時、どうしますか。(○は2つまで)

(①話しかける ②ほうっておく ③抱っこする ④菓子、おもちゃを与える ⑤その他)

(15) 子育てをしていてどういう時イライラしたり、怒ったりしますか。(○は2つまで)

(①子どもが泣いている理由がわからない ②子どものしつけ方がわからない③子どもが寝ない ④子どもがご飯を食べない⑤子どもが言う事を聞かない ⑥その他)

(16) お子さんの表情やしぐさで(身振り)でお子さんの気持ちがわかりますか。(①よくわかる②わかる③あまりわからない)

(17) 子育てをしている時の気持ちはどんな気持ちですか。(○は3つまで)

(①いらいらすることがある ②楽しい③不安だったりつらいときがある④うれしい⑤疲れる⑥大変⑦その他)

(18) 育児について心配なとき、一番たよりにする人はだれですか。(①夫②母方祖父母③父方祖父母④兄弟姉妹⑤親戚⑥友人⑦近隣⑧医師⑨保健師⑩保育士⑪看護師・助産師⑫電話相談⑬その他)

母親が自分自身のネガティブな感情をどのくらいコントロールできるかについては、つぎの4項目についてあてはまるときは○、あてはまらないときは×で回答させた。

①腹をたてているときに、「あ、自分は怒っているな」とすぐ気づく。

②誰かにやつあたりして、後悔することがよくある。

③心配なことや気がかりなことがあると、ほかのことが手につかなくなる。

④いつも何かに追い立てられているような気がする。

調査対象：1歳児から2歳児の子どもを持つ母親 39人

調査日時：2010年6月22日、及び7月13日

調査場所：K市H区役所(1歳6ヶ月の健康診査に来ていた母親140人)

健康診査の後「アンケートへのご協力のお
願い」の用紙を添え、1人ずつに手渡し、返

送してもらった。 合計140部を配り、回
収は39部、回収率は27.9%であった。

結果と考察

ネガティブ感情コントロールについての各母親の合計得点は次の通りである。

(ネガティブ感情コントロールは①—○、②×、③—×、④—×を正答とした。)

合計	0点	1点	2点	3点	4点
人数	0人	6人	13人	9人	11人

ネガティブ感情コントロールの得点が3点以上の者をネガティブ感情コントロール高群とし、ネガティブ感情コントロールの得点が2点以下の者をネガティブ感情コントロール低群とした。

ネガティブ感情コントロール高群20人(4点11人、3点9人)とネガティブ感情コントロール低群19人(2点13人、1点6人)について各質問項目の人数と%を以下にまとめた。

男の子ですか。女の子ですか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
男	9人(64.3%)	5人(35.7%)
女	11人(44.0%)	14人(56.0%)

何番目のお子さんですか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
1番目	13人(61.9%)	8人(38.1%)
2番目	5人(33.3%)	10人(66.7%)
3番目	1人(50.0%)	1人(50.0%)
5番目	1人(100.0%)	0人(0.0%)

あなたの年代はどれですか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
20代	4人(57.1%)	3人(42.9%)
30代	13人(44.8%)	16人(55.2%)
40代	3人(100.0%)	0人(0.0%)

(1) 育児でいらいらすることは多いですか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
はい	3人(15.0%)	5人(26.3%)
どちらともいえない	7人(35.0%)	13人(68.4%)
いいえ	10人(50.0%)	1人(5.3%)

(2) お子さんにどうかかわったらいいか迷う時がありますか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
よくある	1人(5.0%)	0人(0.0%)
ときどきある	12人(60.0%)	15人(78.9%)
ない	7人(35.0%)	4人(21.1%)

(3) 育児に自信が持てない、と感じることがありますか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
よくある	1人(5.0%)	1人(5.3%)
ときどきある	12人(60.0%)	9人(47.4%)
ない	7人(35.0%)	9人(47.4%)

(4) お子さんと一緒にいると楽しいですか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
はい	17人(85.0%)	18人(94.7%)
どちらともいえない	3人(15.0%)	1人(5.3%)
いいえ	0人(0.0%)	0人(0.0%)

(5) 子育てを大変と感じますか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
はい	10人(50.0%)	12人(63.2%)
どちらともいえない	5人(25.0%)	6人(31.6%)
いいえ	4人(20.0%)	1人(5.3%)

(6) お子さんが小さいとき、表情やしぐさで何を要求しているかわかりましたか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
よくわかった	3人(15.0%)	3人(15.8%)
わかった	15人(75.0%)	15人(78.9%)
あまりわからなかった	2人(10.0%)	1人(5.3%)

(7) 近所でふだん世間話をしたり、お子さんの話をしたりする人がいますか

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
数名いる	11人(55.0%)	17人(89.5%)
1～2名いる	6人(30.0%)	1人(5.3%)
いない	3人(15.0%)	1人(5.3%)

(8) 親子で一緒に過ごす子育て仲間がいますか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
はい	17人 (85.0%)	18人 (94.7%)
いいえ	3人 (15.0%)	1人 (5.3%)

(9) 他の人があなたの育児をほめたり批判したりするのは気になりますか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
はい	6人 (30.0%)	13人 (68.4%)
どちらともいえない	11人 (55.0%)	5人 (26.3%)
いいえ	3人 (15.0%)	1人 (5.3%)

(10) あなたが育児について努力しているのをほめて欲しいと思うことがありますか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
はい	9人 (45.0%)	16人 (84.2%)
どちらともいえない	8人 (40.0%)	2人 (10.5%)
いいえ	3人 (15.0%)	1人 (5.3%)

(11) あなたは、自分の思い通りにものごとをすすめたいほうですか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
はい	11人 (55.0%)	16人 (84.2%)
どちらともいえない	6人 (30.0%)	3人 (15.8%)
いいえ	3人 (15.0%)	0人 (0.0%)

(12) お子さんが同じことをしているのに、ある時はしかり、ある時は見のがしたりしますか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
いつも	0人 (0.0%)	0人 (0.0%)
ときどき	14人 (70.0%)	15人 (83.3%)
いいえ	6人 (30.0%)	3人 (16.7%)

(13) お子さんが泣いたり、ぐずったりした時、なぜ泣いているかわかりますか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
よくわかる	8人 (40.0%)	7人 (36.8%)
わかる	10人 (50.0%)	12人 (63.2%)
あまりわからない	2人 (10.0%)	0人 (0.0%)

(14) お子さんが泣いたりぐずったりした時、どうしますか。(〇は2つまで)

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
話しかける	19人 (52.8%)	17人 (47.2%)
ほうっておく	2人 (40.0%)	3人 (60.0%)
抱っこする	16人 (51.6%)	15人 (48.4%)
菓子、おもちゃを与える	1人 (33.3%)	2人 (66.7%)
その他	1人 (50.0%)	1人 (50.0%)

(15) 子育てをしていてどういう時イライラしたり、怒ったりしますか。(〇は2つまで)

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
子どもが泣いている理由がわからない	3人 (30.0%)	7人 (70.0%)
子どものしつけがわからない	0人 (0.0%)	1人 (100.0%)
子どもが寝ない	5人 (71.4%)	2人 (28.6%)
子どもがご飯を食べない	4人 (44.4%)	5人 (55.6%)
子どもが言う事を聞かない	10人 (43.5%)	13人 (56.5%)
その他	5人 (55.6%)	4人 (44.4%)

(16) お子さんの表情やしぐさで(身振り)でお子さんの気持ちがわかりますか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
よくわかる	11人 (55.5%)	7人 (36.8%)
わかる	9人 (45.0%)	12人 (63.2%)
あまりわからない	0人 (0.0%)	0人 (0.0%)

(17) 子育てをしている時の気持ちはどんな気持ちですか。(〇は3つまで)

	ネガティブ感情 コントロール高群	ネガティブ感情 コントロール低群
いらいらすることがある	3人 (23.1%)	10人 (76.9%)
楽しい	15人 (45.5%)	18人 (54.5%)
不安だったりつらいときがある	2人 (28.6%)	5人 (71.4%)
うれしい	13人 (61.9%)	8人 (38.1%)
疲れる	7人 (50.0%)	7人 (50.0%)
大変	7人 (46.7%)	8人 (53.3%)
その他	3人 (100.0%)	0人 (0.0%)

(18) 育児について心配なとき、一番たよりにする人はだれですか。

	ネガティブ感情コントロール高群	ネガティブ感情コントロール低群
夫	12人 (50.0%)	12人 (50.0%)
母方祖父母	6人 (54.5%)	5人 (45.5%)
父方祖父母	1人 (50.0%)	1人 (50.0%)
兄弟姉妹	0人 (0.0%)	2人 (100.0%)
親戚	0人 (0.0%)	0人 (0.0%)
友人	3人 (60.0%)	2人 (40.0%)
近隣	0人 (0.0%)	0人 (0.0%)
医師	0人 (0.0%)	0人 (0.0%)
保健師	0人 (0.0%)	1人 (100.0%)
保育士	0人 (0.0%)	0人 (0.0%)
看護師・助産師	0人 (0.0%)	0人 (0.0%)
電話相談	0人 (0.0%)	0人 (0.0%)
その他	0人 (0.0%)	0人 (0.0%)

次にこれらの結果の中でネガティブ感情コントロール高群と低群で20.0%前後以上の差が見られる質問項目をとり出して考察する。

フェースシートの「何番目のお子さんですか」の質問では、2番目と回答した母親がネガティブ感情コントロール高群5人(33.3%)だったのに対し、ネガティブ感情コントロール低群10人(66.7%)と2倍以上多かった。子どもが2人いることで、感情のコントロールが難しくなるということがわかる。

(1) 「育児でいらいらすることは多いですか。」の質問で「いいえ」と回答した母親は、ネガティブ感情コントロール高群10人(50.0%)ネガティブ感情コントロール低群1人(5.3%)となりネガティブ感情コントロール高群の母親がいらいらすることが少ない。

(2) 「お子さんにどうかかわったらいいか迷う時がありますか。」の質問で「ときどきある」がネガティブ感情コントロール高群12人(60.0%)に対し、ネガティブ感情コントロール低群15人(78.9%)と多くなっている。逆に「ない」と回答したのは、ネガティブ感情コントロール高群7人(35.0%)ネガ

ティブ感情コントロール低群4人(21.1%)で、ネガティブ感情コントロール高群の母親が多くなっている。感情のコントロールができていない母親はどうかかわったらいいか迷うことが少ないことがわかる。

(5) 「子育てを大変と感じますか。」の質問で「はい」と回答した母親は、ネガティブ感情コントロール高群10人(50.0%)、ネガティブ感情コントロール低群12人(63.2%)とネガティブ感情コントロール低群が多いのに対し、「いいえ」と回答したのはネガティブ感情コントロール高群4人(20.0%)ネガティブ感情コントロール低群1人(5.3%)となり、ネガティブ感情コントロール高群の母親のほうが多くなっている。感情のコントロールができていない母親は大変と感じることが少ないことがわかる。

(7) 「近所でふだん世間話をしたり、お子さんの話をしたりする人がいますか。」の質問では「数名いる」と回答したのはネガティブ感情コントロール高群11人(55.0%)ネガティブ感情コントロール低群17人(89.5%)「1～2名いる」ではネガティブ感情コントロ

ール高群 6 人 (30.0%) ネガティブ感情コントロール低群 1 人 (5.3%) となり、ネガティブ感情コントロール低群の母親はたくさんの人にサポートを求めている。

(9) 「他の人があなたの育児をほめたり批判したりするのは気になりますか。」の質問で「はい」と回答した母親はネガティブ感情コントロール高群 6 人 (30.0%)、ネガティブ感情コントロール低群 13 人 (68.4%) でネガティブ感情コントロール低群の母親が育児をほめたり批判したりするのを気にしていることがわかる。

(10) 「あなたが育児について努力しているのをほめて欲しいと思うことがありますか。」の質問で、「はい」と回答した母親はネガティブ感情コントロール高群 9 人 (45.0%) ネガティブ感情コントロール低群 16 人 (84.2%) で、ネガティブ感情コントロール低群の母親は育児について努力しているのをほめて欲しいと思っていることがわかる。

(11) 「あなたは、自分の思い通りにものごとをすすめたいほうですか。」の質問では、「はい」と回答した母親は、ネガティブ感情コントロール高群 11 人 (55.0%) ネガティブ感情コントロール低群 16 人 (84.2%) 逆に「いいえ」はネガティブ感情コントロール高群 3 人 (15.0%) ネガティブ感情コントロール低群 0 人 (0.0%) となり、ネガティブ感情コントロール低群の母親のほうが子育てを自分の思い通りにすすめようとしているのがわかる。

(15) 「子育てをされていてどういう時イライラしたり、怒ったりしますか。」の質問で「子どもが泣いている理由がわからない」と回答した母親はネガティブ感情コントロール高群 3 人 (30.0%) ネガティブ感情コントロール低群 7 人 (70.0%) となり、ネガティブ感情コントロール低群の母親のほうが子どもの感情がわからず、母親自身がイライラしたり怒ったりしているのがわかる。

(16) 「お子さんの表情やしぐさで(身振り)でお子さんの気持ちがわかりますか。」の質問で「よくわかる」と回答した母親はネガティブ感情コントロール高群 11 人 (55.5%) ネガティブ感情コントロール低群 7 人 (36.8%) となり、自分の感情がコントロールできている母親は子どもの気持ちをよくわかっていることがわかる。

(17) 「子育てをしている時の気持ちはどんな気持ちですか。」の質問で「いろいろすることがある」と回答したのは、ネガティブ感情コントロール高群 3 人 (23.1%) ネガティブ感情コントロール低群 10 人 (76.9%) 「不安だったりつらいときがある」ネガティブ感情コントロール高群 2 人 (28.6%) ネガティブ感情コントロール低群 5 人 (71.4%) となり、感情のコントロールのできていない母親は不安が強くいろいろすることが多いことがわかる。逆に「うれしい」と回答したのは、ネガティブ感情コントロール高群 13 人 (61.9%) ネガティブ感情コントロール低群 8 人 (38.1%) となり、ネガティブ感情コントロール高群の母親は子育ての中で肯定的な感情を持っていることがわかる。

全体的考察

(a) 「育児を行っている際の母親の気持ち」については、質問項目 (1) 「育児でいろいろすることは多いですか。」 (2) 「お子さんにどうかかわったらいいか迷う時がありますか。」 (5) 「子育てを大変と感じますか。」 (17) 「子育てをしている時の気持ちはどんな気持ちですか。」の結果からわかるように、ネガティブ感情コントロール低群の母親のほうが、イライラや迷い、不安が多くあり、子育ての大変さを強く感じている。さらに、ネガティブ感情コントロール高群の母親が「うれしい」と感じて、子育てをしているのに対し、ネガティブ感情コントロール低

群の母親は「イライラする」「不安でつらい」という気持ちで子どもと向き合っている。

(b) 「子どもの要求や気持ちに対する理解と対応」については、質問項目(11)「あなたは、自分の思い通りにものごとをすすめたいほうですか。」(15)「子育てをされていてどういう時イライラしたり、怒ったりしますか。」(16)「お子さんの表情やしぐさで(身振り)でお子さんの気持ちがわかりますか。」の結果からわかるように、ネガティブ感情コントロール低群の母親のほうが、子どもが泣いている理由がわからず、イライラし、子どもの要求や気持ちに寄り添うより、自分の思いを優先させていることがわかる。

(c) 「周囲の人たちへのサポートの求め」については、質問項目(7)「近所でふだん世間話をしたり、お子さんの話をしたりする人がいますか。」(9)「他の人があなたの育児をほめたり批判したりするのは気になりますか。」(10)「あなたが育児について努力しているのをほめて欲しいと思うことがありますか。」の結果からわかるように、ネガティブ感情コントロール低群の母親は、まわりの目を気にし、ほめてほしいという気持ちを持ち、多くの人にサポートを求めている。

以上のことから、母親自身がネガティブな感情をコントロールできているか、いないかによって、子どもへのかかわり方に違いが出てくることがわかった。母親が自分自身のネガティブな感情を受け止められず、感情をコントロールできないまま、子どもと向き合い、子どものネガティブな感情に共感的に応答できず、適切に対応できていないことがうかがえる。

母親自身が、ネガティブな感情と向き合い、コントロールすることが、子育てにおける重要な課題であるといえる。多くの情報に振りまわされず、目に見えない感情のありようを大切にする価値観が必要である。その中で、母親が安心して、自身のネガティブな感情と

向き合い、コントロールすることで、子どもに対するかかわり方は適切なものになる。母親が子どものネガティブな感情を受け止めることにより、子どもは自分の気持ちを表現することができるようになり、母子間の感情交流は豊かになる。したがって、子育てを支援していくうえで、母親自身の感情コントロールを育てていくことが重要であると思われる。

〈引用および参考文献〉

1. 裴岩 奈々(2001年)「感じない子ども ころを扱えない大人」集英社新書
2. 原田 正文(2006年)「子育ての変貌と次世代育成支援 一兵庫レポートにみる子育て現場と子どもの虐待予防」名古屋大学出版会
3. 田中 慶子(2009年)「母親の子どもへのかかわりと自分の感情への気づき」放送大学卒業研究

