

育児期女性の自己受容に関する一研究

— 子ども受容・被受容感との関連を通して

春日 由美

A Study on Women's Self-acceptance during Parenting

: Correlation with Acceptance of Their Own Children and Their Sense of Being Accepted

KASUGA Yumi

キーワード：育児期女性 自己受容 子ども受容 被受容感

概要：本研究では乳幼児を育児中の女性を対象に、自己受容と子ども受容や被受容感、および疲労感との関連を検討した。対象は20～40代の女性104名である。その結果、女性は個人・女性・母としての自己を同程度受容しており、特に母としての自己を受け入れたいという得点が高かった。また個人としての自分と母としての自分の受容に高い相関が見られた。そして自己受容以上に子ども受容の得点が高かった。加えてステップワイズ法による重回帰分析の結果、現在の子ども受容には、女性の個人としての自分の受容が影響していた。また子どもを受容したいという気持ちには、母としての自分を受容したいという気持ちが影響していた。他方、被受容感に関しては、女性は家族からの受容を最も感じていたが、被受容感は自己受容や子ども受容と強い関連は見られなかった。

1. 問題と目的

近年、女性のライフスタイルは多様化し、人生の選択がより複雑になっていることが指摘されている(河田ら, 2005)。このような中で女性は個人、母親、職業人など、複数の役割アイデンティティを持つことが考えられている(濱野, 2002など)。一方で出産から子どもが乳幼児期にある間は、女性は仕事を休職・退職したり、多くの時間を母親役割や妻役割に費やすことになる。そのため出産後女性は、それまでのアイデンティティを再構成しなおす必要に迫られることが考えられるが、この時期は母親役割規範と自己との間の「ずれ」と葛藤が女性に心理的負担をかけること(井上, 2013)や、乳幼児を育てる女性の自尊感情は母親になる前よりも低下すること(小野寺, 2003)が指摘されており、乳幼児を育てる女性は自己意識の葛藤が生じ、自己への肯定的感情が低下するなど、自己意識の変化が生じることが推測される。

他方、近年育児期女性の自己受容と子ども受容との関連が指摘されている(武内ら, 2014)。自己受容は「ありのままの自分を受け入れること」と定義され、成熟したパーソナリティーや心理的健

康の一指標と考えられている(春日, 2015)。また現在、自己受容が高いだけでは適応的とは言えず、自己受容と他者受容を同時に測定する必要性が指摘されている(櫻井, 2013)。このことから、育児期女性の心理的健康を支援する目的で自己受容について検討する場合、女性の自己受容と子ども受容を同時に測定することは有益であると考えられる。

一方でこれまでの育児期女性の自己受容について検討した研究では、女性の自己受容について母親(井上ら, 2014)、あるいは自分自身(山口ら, 2000)といった自己の一側面から測定されている。しかし先述したように現代の育児期女性は多様なアイデンティティを持つことが考えられるため、同時に個人、女性、母親など複数の側面から自己受容について検討することが必要であろう。

さらに他者からの受容は自己受容を促進することが実証的に明らかにされている(木下, 2012)。春日(2015)は自己受容に関するレビューを行い、自己受容が他者受容、および他者からの受容と密接に関連することを示している。これらのことから育児期女性の自己受容を検討する際に、女性を

取り巻く他者からの受容感（被受容感）についても同時に検討することで、育児期女性の支援に繋がる知見を得られることが考えられる。

以上のことから本研究では、特に自己意識の変化が大きくなると考えられる乳幼児を育児中の女性の自己受容について複数の自己受容の側面から検討し、それらが子ども受容や被受容感とどのように関連するかを検討することを目的とする。なお自己受容の側面としては、「(個人としての)自分」「女性」「母」の3つの側面から検討する。また春日(2015)から自己受容では「現在自己を受け入れている」ということだけでなく、「自己を受け入れたい」という姿勢も重要であると考えられたことから、「自己を受容していると感じているか」と「自己を受容したいと感じているか」の2つの自己受容について検討する。また子ども受容についても同様に、「子どもを受容している」「子どもを受容したい」の2つの受容から検討する。さらに育児期女性の自己受容が心理的ストレスとどのように関連するかについても併せて検討する。

2. 方法

(1) 調査協力者・時期

保育所・認定こども園計4園に対し、研究の目的・内容・方法・フィードバック等について説明を行い、保護者に質問紙の配布協力を依頼した。質問紙は1名分ずつ切手を貼った返信用封筒と共に、返信用とは別の封筒に入れて配布した(2016年11月)。返信のあった質問紙のうち、ほとんど回答されていない1名分と祖母が回答された1名分を除いた104名分を分析に用いた。

(2) 調査内容

①**基本属性**：性別、女性(母親)の年齢、子どもの年齢、子どもの数、女性(母親)の仕事、家族構成

②**自己受容尺度**〔**現在の自己受容**〕**自己受容志向**の2下位尺度)：筆者が今回の調査のために作成したもの。作成においては、西田(2000)・徳田(2001)・櫻井(2013)・春日(2015)を参考にした。現在の自己を受け入れているといった「現在の自己受容」を問う項目として、「(個人としての)自分」「女性としての自分」「母と

しての自分」の3つについて、(a)ありのままを受け入れている、(b)良い面も悪い面も含めて受け入れている、(c)素直に認めている、の3つの内容をそれぞれ問う計9項目を用いた(項目例：「ありのままの自分を受け入れている」「良い面も悪い面も含めて、今の自己を受け入れている」「今の自分を素直に認めている」)。また自己を受け入れたいといった「自己受容志向」を問う項目として、「(個人としての)自分」「女性としての自分」「母としての自分」の3つについて、(a)ありのままを受け入れたい、(b)良い面も悪い面も含めて受け入れたい、(c)素直に認めたい、の3つの内容をそれぞれ問う計9項目を用いた(項目例：「女性としての自分を受け入れたい」「良い面も悪い面も含めて、女性としての自分を受け入れたい」「女性としての自分を素直に認めたい」)。「あてはまらない」から「あてはまる」の4件法。

③**子ども受容尺度**〔**現在の子どもの受容**〕**子ども受容志向**の2下位尺度)：筆者が今回の調査のために作成したもの。作成においては、櫻井(2013)・春日(2015)を参考にした。現在子どもを受容しているかといった「現在の子どもの受容」を問う項目として、「ありのままの子どもを受け入れている」「良い面も悪い面も含めて、子どもを受け入れている」「子どものことを素直に認めている」の3項目を用いた。また子どもを受容したいと思っているかといった「子ども受容志向」を問う項目として、「ありのままの子どもを受け入れたい」「良い面も悪い面も含めて、子どもを受け入れたい」「子どものことを素直に認めたい」の3項目を用いた。「あてはまらない」から「あてはまる」の4件法。

④**被受容感尺度**：筆者が今回の調査のために作成したもの。作成においては鈴木ら(2006)・角張ら(2013)を参考にした。「周囲の人」「家族」「友人」「保育所(園)の先生」「職場の上司や同僚」の5つについて、(a)私を支えてくれる、(b)私を理解してくれる、(c)私を受け止めてくれる、の3つの内容をそれぞれ問う計15項目を用いた。「そう思わない」から「そう思う」の3件法。

⑤労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト（中央労働災害防止協会，2004）：現在の自覚症状を尋ねる項目からなる。「ほとんどない」「時々ある」「よくある」の3件法。合計得点が高いほど疲労度は高い（以下、「疲労蓄積度」と記す）。

3. 結果と考察

(1) 基本属性

基本属性について表1に示す。

表1. 調査協力者の基本属性 (N = 104)

		度数 (%)
年齢	20代	16 (15.4)
	30代	61 (58.7)
	40代	27 (26.0)
就業状態	専業主婦	4 (3.8)
	パート・アルバイト	32 (30.8)
	フルタイム勤務	59 (56.7)
	その他	9 (8.7)
家族構成	核家族	84 (80.8)
	自分の親と同居	8 (7.7)
	夫の親と同居	3 (2.9)
	その他	6 (5.8)
子どもの数	1人	23 (22.1)
	2人	46 (44.2)
	3人	26 (25.0)
	4人以上	8 (7.7)
	子どもの年齢	0歳
	1~3歳	54
	4~5歳	53
	6~12歳	53
	13~15歳	6
	16歳以上	0

注) 子どもの年齢は2人以上の場合は重複してカウントしている。

基本属性の内訳として、調査協力者の年齢は、30代が58.7%で最も多く、次いで40代が26.0%、20代が15.4%であった。就業状態はフルタイム勤務が56.7%で最も多く、次いでパート・アルバイトが30.8%であった。就業状態の「その他」に書かれたものとして、「自営業」「育児休暇中」があった。家族構成は核家族が8割以上を占めて

いた(80.8%)。子どもの数は2人が44.2%で最も多く、次いで3人が25.0%、1人が22.1%であった。子どもの年齢は幼児前期(1~3歳が54人)と幼児後期(4~5歳が53人)、児童期(小学生が53人)がほぼ同数であった。

(2) 基礎統計量

②~⑤の各尺度の基礎統計量を表2に示す。また④については詳しく検討するため、各項目の平均値を表3に示す。

表2. 尺度毎の項目評定値の総和

尺度(得点範囲)	N	平均値 (SD)
自己受容尺度		
現在の自己受容：自分(0-12)	104	9.62 (1.96)
：女性(0-12)	103	9.89 (1.86)
：母(0-12)	104	9.94 (1.85)
自己受容志向：自分(0-12)	103	9.85 (1.75)
：女性(0-12)	101	9.86 (1.78)
：母(0-12)	104	10.26 (1.63)
子ども受容尺度		
現在の子ども受容(0-12)	104	10.71 (1.54)
子ども受容志向(0-12)	104	11.11 (1.47)
被受容感		
周囲の人(0-9)	103	7.91 (1.30)
家族(0-9)	104	8.16 (1.32)
友人(0-9)	104	7.57 (1.72)
保育所の先生(0-9)	104	7.36 (1.54)
職場の上司や同僚(0-9)	100	6.81 (1.85)
疲労蓄積度(0-39)	104	21.43 (5.56)

注) 尺度毎に欠損値を除いて平均値を算出している。

表3. 疲労感各項目の平均値 (N = 104)

項目	平均値 (SD)
1. イライラする。	2.21 (0.53)
2. 不安だ。	1.60 (0.65)
3. 落ち着かない。	1.42 (0.63)
4. ゆううつだ。	1.39 (0.65)
5. よく眠れない。	1.58 (0.63)
6. 体の調子が悪い。	1.42 (0.62)
7. ものごとに集中できない。	1.44 (0.57)
8. することにまちがいが多。	1.41 (0.57)
9. 仕事中、強いねむけにおそわれる。	1.69 (0.62)
10. やる気がでない。	1.78 (0.65)
11. へとへとだ(運動後を除く)。	1.86 (0.73)
12. 朝、起きた時、ぐったりとした疲れを感じる。	2.13 (0.70)
13. 以前とくらべて、疲れやすい。	2.72 (0.72)

注) 得点範囲はそれぞれ0~3。

表2のように自己受容尺度（「現在の自己受容」「自己受容志向性」）の各下位尺度では、平均値が9以上10未満（得点範囲は0～12）がほとんどであったが、「自己受容志向」の「母」のみ10.26であった。このことから女性たちは、現在の自己については自分自身、女性としての自分、母としての自分のいずれも同程度に受け入れていると考えられる。また自分自身や女性としての自分も同程度に受け入れたいと思っていると考えられる。一方で自分自身や女性としての自分を受け入れたいという思い以上に、「母としての自分を受け入れたい」という思いを強く持っていることが考えられる。

また子ども受容尺度では、「現在の子ども受容」は10.71、「子ども受容志向」は11.11（いずれも得点範囲は0～12）であり、これは女性自身の自己受容尺度のいずれの下位尺度得点よりも高い。このことから、女性は自分のこと以上に子どものことを受け入れていると感じていたり、それ以上に受け入れたいと感じていることが考えられる。

被受容感では、最も得点が高かったのが「家族」（8.16。得点範囲は0～9）であり、最も得点が低かったのは「職場の上司や同僚」（6.81）であった。調査協力者の多くが、家族から支えられてい

るという実感を感じていることが考えられる。一方で一日の多くの時間を過ごし、子育てへの理解が期待される職場からの支えは、他の周囲からの支えに比べると感じられていないことが考えられた。

疲労蓄積度は全体の平均値は21.43であった。表3のように、各項目の平均値では項目1（イライラする）、項目12（朝、起きた時、ぐったりとした疲れを感じる）、項目13（以前とくらべて、疲れやすい）が2点以上であった。このことから、乳幼児を育てる女性は、疲労感の中でもイライラや疲れを感じやすいことが考えられる。

(3) 尺度間の相関

②～⑤の尺度間の相関を表4に示す。表4のように、自己受容尺度の各下位尺度間では中程度から高い相関がみられた（.58～.80）。特に「現在の自己受容：自分」と「現在の自己受容：母」は.80と高い相関がみられた。このことから乳幼児を育児中の女性では、自分自身の受容と母としての自分の受容は密接に関連していることが考えられる。

また自己受容尺度は子ども受容尺度の2下位尺度それぞれと低い相関から中程度の相関がみられた（.23～.49）。その中でも「現在の自己受容：自分」「現在の自己受容：母」の2つと「現在の

表4. 下位尺度間の相関

尺度名	現在の自己受容					自己受容志向		被受容感						
	女性	母	自己	女性	母	現在の子ども受容	子ども受容志向	周囲の人	家族	友人	保育所の先生	職場の上司や同僚	疲労蓄積度	
現在の自己受容：自分	.69**	.80**	.66**	.58**	.62**	.49**	.23*	.19	.11	.14	.05	.19	-.35**	
：女性		.73**	.64**	.84**	.73**	.24*	.27*	.03	.04	.18	.08	.08	-.31**	
：母			.61**	.66**	.74**	.46**	.29**	.17	.17	.16	.06	.22*	-.34**	
自己受容志向：自分				.61**	.74**	.40**	.34**	.28**	.15	.13	.23*	.29**	-.33*	
：女性					.77**	.27**	.31**	.02	.06	.18	.05	.08	-.23*	
：母						.37**	.37**	.20*	.16	.24*	.18	.27**	-.21*	
現在の子ども受容							.68**	.16	.10	.04	.07	.13	-.23*	
子ども受容志向								.04	.03	-.01	.01	.03	-.10	
被受容感：周囲の人									.62**	.40**	.35**	.51**	-.28**	
：家族										.43**	.21*	.38**	-.30**	
：友人											.34**	.45**	-.09	
：保育所の先生												.57**	-.21*	
：職場の上司や同僚													-.20*	

子ども受容」はそれぞれ中程度の相関がみられた。このことから、女性自身が自分自身や母としての自分を受け入れていることが、現在子どもを受け入れられるかどうかと関連すると考えられる。

また被受容感の各下位尺度は自己受容や子ども受容と低い相関がみられるか、相関がみられなかった。このことから他者からの受容は、自己受容や子ども受容と強く関連しないことが考えられる。一方で被受容感の各下位尺度間の相関では、「周囲の人」と「家族」「友人」「職場の上司や同僚」、「家族」と「友人」、「友人」と「職場の上司や同僚」、「保育所の先生」と「職場の上司や同僚」といった、いくつかの被受容感の下位尺度間において中程度の相関がみられたことから、他者からの受容を感じる場合、複数の別の他者からの支えを感じやすい可能性も考えられる。

一方で疲労蓄積度は他の尺度との間に低い相関しかみられなかった。このことから疲労蓄積の実感には、自己受容や子ども受容、他者からの支えなどは強くは関連しないと考えられる。

(4) 子ども受容と女性の自己受容の重回帰分析による検討

③子ども受容尺度「現在の子ども受容」「子ども受容志向」の2下位尺度を基準変数、②自己受容尺度「現在の自己受容」「自己受容志向」それぞれの3下位尺度を説明変数とした重回帰分析(ステップワイズ法)を行った。説明率が10%以下の結果については、因果関係を表すには不十分

であると考えられることから(清水, 2001)、分析結果からは除いた。標準回帰係数が5%水準で有意になった結果を表5に示す。

「現在の子ども受容」には、「現在の自己受容」からは1項目が選択され、 $R=.49$ で有意であり(F値(1, 101) = 32.54, $p < .01$)、「現在の自己受容：自分」から正の関連が示された($\beta = .49$, $p < .01$)。「自己受容志向」からは1項目が選択され、 $R=.40$ で有意であり(F値(1, 101) = 18.56, $p < .01$)、「自己受容志向：自分」から正の関連が示された($\beta = .40$, $p < .01$)。また「子ども受容志向」には、「現在の自己受容」からは説明率が10%以上の項目がなかった。そして「自己受容志向」から1項目が選択され、 $R=.37$ で有意であり(F値(1, 98) = 15.76, $p < .01$)、「自己受容志向：母」から正の関連が示された($\beta = .37$, $p < .01$)。以上のことから現在の子ども受容には女性が今の自分を受け入れていること、自分のことを受け入れたいと思っていることが影響しており、現在子どもを受け入れられるためには女性が女性や母としての自分でなく、自分自身を受容する、あるいは受容したいと思っていることが重要であると考えられる。また子どものことを受け入れたいという思いには、女性自身が母である自分を受け入れたいということが影響しており、母親としての自分を受け入れたいという思いが、子どもを受容したいという気持ちを促進することが考えられる。

表5. 子ども受容と自己受容の重回帰分析の結果

基準変数	説明変数	重相関係数 (説明率)	標準偏回帰 係数	F値
現在の子ども受容	現在の自己受容 ：自分	$R = .49$ ($R^2 = .24$)	.49	32.54 **
	自己受容志向 ：自分	$R = .40$ ($R^2 = .16$)	.40	18.56 **
子ども受容志向	自己受容志向 ：母	$R = .37$ ($R^2 = .14$)	.37	15.76 **

** $p < .01$

5. まとめと今後の課題

今回の検討から、女性は個人としての自分、女性、母としての自分を同程度に受け入れていたり、受け入れたいと思っているが、特に母としての自分を受け入れたいという思いが強いことが考えられた。そしてこの時期の女性は自分以上に子どもを受け入れていると感じ、更にそれ以上に子どもを受け入れたいと感じていることも示唆された。また個人としての自分の受容と母としての自分の受容が強く関連していることが示された。このことから乳幼児を育てる女性では、「母」の側面が重要になり、個人としての自己と母としての自己の受容が密接に関連し合うと考えられる。そしてこの時期女性は自分のこと以上に、子どもを大切に思うと考えられる。

また現在、子どもを受け入れていると感じるかどうかに、女性が自分を受け入れている、あるいは受け入れたいと感じていることが影響することが示された。上記のように、今回の検討から乳幼児を育児中は女性においては母の側面が重要になると考えられるが、一方で子どもを受け入れるためには女性自身が自分自身を受容することが重要であることが示唆されたと言えよう。

他方、被受容感では家族からの受容を最も感じ、職場からは最も感じていないことが示されたが、被受容感は自己受容とは弱い関連しか見られず、更に子ども受容とは関連がなかった。普段他者からの受容を感じていないわけではないが、それが自分や子どもを受け入れることとは意識的にはつながっていないのかもしれない。しかしそれはまた子育てが、「他者とのつながりが実感できない閉じたもの」「自分がどうにかしなければならぬもの」として感じられることにつながっている可能性も考えられる。

今後の課題としては第一に、自己受容の尺度の問題が挙げられる。個人としての自分、女性、母の3側面から自己受容を尋ねる項目を用いたが、アンケートの感想において分かりづらかったという記入が数名見られた。これは徳田(2001)の研究にあるように、女性は個々人で個人、母、妻をどのように意識するかには、個人、女性、母の3側面が明確に分かれている方もいれば、混然一体

となっている方などいくつかのパターンがあることが考えられ、そのため個人としての自分、女性、母親と分けた項目が分かりづらく感じることが推測される。今後はこのような多様な女性の自己意識を捉えるための尺度を検討することや、インタビューや描画等による質的検討を行うことも必要であることが考えられる。

そして臨床からの指摘や筆者の経験からも、被受容感は自己受容に関連することが推察されていたが、今回は被受容感が自己受容や子ども受容と関連があまり見られなかった。これについては尺度による検討のみでは、なぜ関連が見られなかったかを明らかにすることは困難であるため、今後インタビューなどを元に更に検討することが必要であろう。

さらに今回は乳幼児を育児中の女性を対象にしたが、今後児童期や青年期を育児中の女性、あるいは男性を対象にした検討も必要と考えられる。

引用文献

- 濱野亜希子(2002)多重役割が女性の自己に及ぼす影響について－「母親であること」と「自分であること」の関係－, 武庫川女子大学発達臨床心理学研究所紀要(4), 281－291.
- 井上和博・柳田信彦・深見真也・深野佳和(2014)保育園児を持つ母親の育児ストレスとその関連要因との関係, 鹿児島大学医学部保健学科紀要, 24(1), 35－42.
- 井上清美(2013)現代日本の母親規範と自己アイデンティティ, 風間書房.
- 角張慶子・小池由佳(2013)「子育て支援」が親に与える影響について－「親子の居場所」の利用による子育てにおける変化, 人間生活研究, 4, 41－50.
- 春日由美(2015)自己受容とその測定に関する一研究, 南九州大学人間発達研究, 5.
- 河田悦子・日比野英子(2005)幼児期の子どもを持つ女性と子に対する共感経験, 神戸親和女子大学大学院研究紀要, 1, 75－84.
- 木下千春(2012)青年期における自己受容と対人的関係について, 追手門学院大学心理学論集, 20, 25－33

- 西田裕紀子（2000）成人女性の多様なライフスタイルと心理的well-beingに関する研究，教育心理学研究，48，433－443.
- 小野寺敦子（2003）親になることによる自己概念の変化，発達心理学研究，14（2），180－190.
- 櫻井英未（2013）女子大学生の自己受容および他者受容と精神的健康の関係，日本女子大学大学院人間社会研究科紀要，19，125－142
- 清水健司（2001）青年期における対人恐怖心性と孤独感との関連，心理臨床学研究，19（5），525－534.
- 鈴木由美・石井貴子（2006）子育てが勤労女性にもたらすメリットについて，桐生短期大学紀要，17，31－36.
- 武内珠美・田井中華恵・河野伸子（2014）母親の養育態度に関する研究－母親自身の愛着スタイルと自己受容に焦点をあてて－，大分大学教育福祉科学部研究紀要，36（1），43－54.
- 中央労働災害防止協会（2004）労働者の疲労蓄積度チェックリスト，中央労働災害防止協会.
- 徳田治子（2001）子育て期女性の自己の構造－“母親”は、母・妻・個人としての自己をいかに記述するか－，家庭教育研究所紀要，23，158－170.
- 山口茂嘉・森元真紀子・鈴木薫・丹治礼・大松孝子（2000）幼稚園における子育て支援の基礎的研究，岡山大学教育学部研究集録，113，173－177.

謝辞

研究を行うにあたり、調査にご協力いただいた研究協力者の皆様と質問紙を配布いただいた保育所および認定こども園の先生方に深謝いたします。また論文作成にあたりご協力いただいた南九州大学人間発達学部早川純子先生に心より感謝いたします。なお本研究は、平成28年度南九州学園研究奨励費を受けて行われました。

Summary

This research examines correlation of women's self-acceptance during parenting with acceptance of their own children, their sense of being accepted, and their feebleness. Participants are 104 women (age=20s through 40s). As a result, their scores on three self-acceptance aspects of individual, female, and mother are on the same level, especially the score on the aspect of mother is the highest. And the data showed a strong correlation between their scores on the aspect of individual and the aspect of mother. Further, scores on the acceptance of their own children are higher than scores on their self-acceptance. Additionally as the results of multiple regression analysis, their self-acceptance aspect of individual affects present acceptance of their own children. And their intention to self-acceptance aspect of mother affects their intention toward accept of their own children. Conversely, they feel the acceptance from their families most strongly, while their sense of being accepted has no correlation with their self-acceptance and acceptance of their own children.