

育児初期の母親が抱える心理的混乱への適応過程

— 語りの分析による質的検討 —

浅賀 万理江・三浦 香苗

A qualitative study of the adapting process to psychological difficulty during the early stages of childrearing

Marie ASAKA and Kanae MIURA

The process by which a mother overcomes difficulties that she faces in the early stages of childrearing was investigated. We conducted semi-structured interviews with 12 such mothers. Data were analyzed, using a modified grounded theory approach. As a result, three stages, twelve categories and 37 concepts regarding this process were formulated. The three stages comprised the following periods: initial Psychological overcoming confusion; and having overcome such confusion and internalizing the role of a mother. The difficulties that a mother faced during the first period included not only adaptation to the new circumstances of raising a child, and the existential confusion about how to live her new life. The process of a new mother overcoming her difficulties could be formulated as a process of internalizing her new role as a mother and adapting herself to this role. Moreover making future career plans and taking pride in being a mother, helped to complete this adaptation process. After it was completed, motherhood became a reality, and the role of the mother was internalized.

Key words : early stages of childrearing (育児初期), mother (母親), adapting process (適応過程),
modified grounded theory approach (修正版グラウンデッドセオリー・アプローチ, M-GTA)

1. 問題と目的

子どもを授かり、産み育てることは女性にとってどのような体験となるのであろうか。1970年代以降のわが国において、虐待の増加や少子化など子育てにまつわるさまざまな問題が増加し、子育てをめぐる危機意識や「母性とは何か」という問題への社会的関心が高まった（大日向, 2001）。このような関心が高まった当初から現在に至るまで、それまで子どものみに強い関心に向けていた心理学研究あるいは精神医学的研究においても、母親自身をその主題としたものが急増してきた。そして、それらは子どもを育てる中で母親が体験する心理的危機を数多く報告してきた（詳細は、浅賀・三浦, 2008）。中でも最も盛んに行われてき

たのは、育児不安や育児ストレスに関する研究であり、これらの研究は母親が心理的葛藤や苦悩を抱えうる存在であることを十二分に明らかにしており、これまであまりにも自明視されてきた母親の愛情（花沢, 1977）というものに疑問を投げかけた。そして、母親自身も何らかの支援を必要とする存在であるという言明を発信することにより、母親に対する社会的意識の変革に寄与してきたといえる。ところで、育児不安や育児ストレスなどの研究背景には、それらが不適応的養育行動に対する予測変数であるという前提があるように思われる。しかし、本当にそうなのだろうか。Braiker & Kelly (1979) は、「葛藤や問題の存在は、新たな発展を導く強い契機になり得る」としているが、これを子育てという営みに当てはめられ

ば、育児不安や育児ストレスというような育児における葛藤や問題は、母親としての発達に寄与するという事も考えられるのではないだろうか。

そこで、本研究では、育児において母親が抱える葛藤や問題を取り上げ、母親としての発達という観点から、それに対する適応プロセスを検討することを目的とする。すなわち、子育てという営みの中で母親たちが体験する心理的プロセスは、氏家・高濱(1994)が指摘するように、ストレスによる一時的な混乱ではなく、より持続的で積極的な発達の意味を持つものであるという立場に立ち、母親が育児において体験しうる心理的混乱をどのように乗り越え、その結果どのような変化が起こりうるのかということについて検討する。具体的には、以下の3点について示唆を得ることを目的とする。第一に、母親が育児において体験する心理的混乱とはどのようなことか。第二に、母親はどのようにして、その混乱を乗り越え、精神的適応を可能にしていくのか。第三に、混乱を乗り越えた結果、母親自身にどのような変化が生じるのかということである。これは、極めて母親自身の主観的体験によるものであるため、インタビュー法によってデータを収集し、その分析を行うこととした。

本研究の意義として、以下の3点が挙げられる。まず、既述した「母親としての発達」について、これまで親の「何が」発達するのか、「どのように」発達するのかといったことについて明らかにされてきた(詳細は、浅賀・三浦, 2008)が、同じく母親を対象としてきた育児ストレス研究との関連がみえてこない。そこで、本研究では、その両方の観点から総合的に母親の体験に迫ることにより、両者の研究の隙間を埋め、子育てのより現実的な問題に迫りうるができるようになる。第2に、個人の体験を重視することで、多変量解析では捉えきれない母親の体験に迫り、母親としての適応的な発達プロセスをボトムアップ的に明らかにすることができる。第3に、適応的な発達プロセスを明らかにすることで、何が母親としての適応への促進要因あるいは阻害要因となり得るのかを検討することができる。このことは、母親としての適応的な発達プロセスに向けた心理的支援を考察する足がかりとなるであろう。

2. 方法

(1) 対象者

調査は、就園前の乳幼児をもつ母親を対象として行った。対象者の募集は、NPO法人が運営する子育て支援施設において行った。当該施設は、0～3歳の未就学児とその保護者が、無料で自由に利用できる子育て広場である。利用者の多くは、0,1歳児とその母親である。ここにおいて、筆者らは育児ストレスに関するアンケート調査を行い、同時にインタビュー調査への協力をお願いした用紙を配布した。アンケート調査への協力を得た96名のうち、12名の母親からインタビュー調査への協力の承諾を得て実施した。調査の対象者には、その場であるいは後日電話およびメールにて協力を要請した。

対象者の概要は、対象者数12名、年齢26歳～39歳(ave.32.4歳)であった。また、子どもの月齢は、6ヶ月～11歳(ave.26ヶ月)であった(Table 1)。なお、対象者Cは、子どもが2人いるが、第一子の子育てに関する語りのみを分析対象とした。

対象者全員に共通する特徴として、経済的に比較的豊かな地域に住み、現在は経済的理由によって仕事に就く必要がないことがあげられる。また12名中11名が大学卒業以上の高学歴であり、全員が結婚・出産前に何らかの職業に就いていた。

(2) インタビューの手続きおよび倫理的配慮

2008年9月～11月にかけて、半構造化面接を行った。インタビュー開始時に、研究の目的、プライバシーの保護、拒否の権利、結果の公開について口頭で説明をし、改めて研究への同意を確認した。同時に、インタビュー内容をICレコーダーにより記録することについても許可を得た。

インタビューにおいては、①結婚・出産前の子どもを持つことに対する意識、②妊娠・出産の計画性、③妊娠中の経過、④出産時の様子、⑤実際に出産し子育てをしてきて最も大変であったこと、⑥それをどのように乗り越えてきたか、⑦現在の子育てに対する思いについて、なるべく自由に語ってもらった。なお、対象者に対して質問内容を紙面などにて予め示すことはなかった。

インタビュー時間は、平均63.3分(30～81分)であった。インタビュー実施後、録音内容を逐語

Table 1 対象者一覧

対象者	年齢	子の月齢	最終学歴	出産の希望	妊娠～現在の就業状況	実家のサポート期間	同居家族	特記事項
A	33	8ヶ月	大	当然	有職→育児休暇	産後～2週	夫・子	6ヶ月時退職
B	34	6ヶ月	院	当然	有職 (フリーランス)	なし 夫が2週間育児	夫・子	
C	39	11歳 8ヶ月	大	当然	出産前退職	なし	夫・子(2人)	第一子0歳時に復職、 1歳時離婚
D	27	11ヶ月	院	当然	大学院生→無職	産後2週～ 1カ月(在宅)	夫・子	海外で出産 6ヶ月時帰国
E	28	22ヶ月	大	強く希望	妊娠前退職	産後～3か月 (帰省)	夫・子	
F	35	27ヶ月	大	希望	出産前退職	産後～1か月 (在宅)	義父・夫・子	
G	37	35ヶ月	大	周囲の期待	結婚時退職	なし (メイド有)	夫・子	海外で出産
H	32	35ヶ月	大	強く希望	有職→育児休暇	なし	子	児1歳時、離婚
I	31	10ヶ月	大	希望なし	出産前退職	産後～1か月 (在宅)	夫・子	
J	26	13ヶ月	高	当然	結婚時退職	なし	夫・子	
K	31	12カ月	大	希望	有職→育児休暇	産後～3か月	夫・子	
L	36	12ヶ月	大	周囲の期待	専門学校→無職	産後～1か月 (帰省)	夫・子	不妊治療 →自然妊娠

化し、文書化されたインタビュー・データを作成した。

(3) 分析方法

データの分析方法として、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ(以下M-GTA)を採用した。M-GTAは、Glaser & Straussによって開発されたオリジナル版グラウンデッド・セオリー・アプローチ(以下GTA)におけるgrounded-on-dataの原則を継承しつつ、その分析技法面の課題を克服し、独自の認識論を明確にした新たな質的研究技法のひとつである(木下, 2007)。

M-GTAを採用した理由として、主に以下の3点が挙げられる。第1に、M-GTAは、ヒューマンサービス領域における実践への還元を目的としており、本研究も母親としての適応の支援を目指すものとして有効であると考えられる。第2に、その技法面において、厳密なgrounded-on-dataを確保できるよう工夫されており、よりリアリティのある現象把握とその深い解釈を目指す本研究の目的に合致させる上で有効と思われる。第3に、

M-GTAでは、研究者自身の先入観やバイアスなどについて意識的であることが徹底して主張されており、この問題に対して研究者自身が自覚的になることができる点があげられる。これによって、質的研究における解釈について問題となりやすいバイアスの問題をできるだけクリアにしていくことを目指す。

以下、分析の流れを示す。

まず、分析にあたり、分析テーマを設定した。分析開始時には「母親になった女性が育児生活において体験する葛藤を乗り越えるプロセス」としていたが、「葛藤」と言うほどの強い混乱を語らなかった対象者のデータも考慮し、また全員が育児が始まったばかりの初めの時期について大変だったと語ったことより、「母親になったばかりの女性が育児生活において体験する心理的混乱を乗り越えるプロセス」とした。

分析テーマの設定と並行して、録音されたテープを聞きながら逐語録を読み、対象者全員のデータ全てに目を通した。その上で、育児が辛かった初期の状況を克服し、育児を楽しめるようになって

た現在に至るまでを詳細に報告していた対象者Aを最初の分析対象とした。次に、この対象者のデータにおいて、分析テーマに関連して語られた箇所に着目し、それを1つの具体例として概念を生成した。ここでいう概念とは、データを解釈して得られる仮説的なものであり、同時並行して類似の具体例を全ての対象者のデータから探すことで、概念を精緻化していった。また、概念の精緻化においては類似例の探索と並行して、対極例について検討することで、解釈が恣意的に偏ることを防いだ。

次に、個々の概念について他の概念との関係を検討し、概念同士のまとまりであるカテゴリーの生成を行った。最後に、育児期の心理的状況について明らかになりつつあるプロセスに着目し、カテゴリー相互の力動的な関係を検討し、カテゴリー関連図として結果をまとめた。

(4) 概念生成過程の例示

本研究の概念「子どもに必要とされている自分の存在意義」をもとに、概念の生成過程を簡単に説明する。まず、データの中で分析テーマに関連する箇所として、“だけど本当にこの子が、あー私がないとだめなんだっていう風に思えるのは、やっぱりその2,3ヶ月くらい、本当に辛い時期を超えてから”という部分に着目した。そして、この部分についての意味を表現できるように定義について検討し、その後概念名を決定した。その結果、「子どもにとって自分が最も重要な対象となっていることを実感し、また自分にとってもそれが大きな喜びとなっている様子」と定義し、概念名を「子どもに必要とされている自分の存在意義」とした。そして、これら进行分析ワークシートに記入した。その後の分析過程については、上記の分析手順に示したとおりである。分析ワークシートはTable 2のようになる。

Table 2 分析ワークシート例

概念名	子どもに必要とされている自分の存在意義
定義	子どもにとって自分が最も重要な対象となっていることを実感し、また自分にとってもそれが大きな喜びとなっている様子
具体例	<ul style="list-style-type: none"> ● だけどホントに子ども、この子が、あー私がないとだめなんだっていう風に思えるのは、やっぱりその2,3ヶ月くらい、ホントに辛い時期を超えて、うん。(A) ● 今は夫が働いて自分が働いてないっていう状態なので、どうしても彼女、この子のことをずっと見ているのは私だし、この子の癖を分かっているのも私だし、どうやって食べさせたらいいとかかそういうことを考えると、たまにね、夫がうまく食べさせられてないのを見て「あ、やっぱりねー」って分かってないって。でも、それ言っちゃかわいそうなんですよね、彼だって別にいたくなくていいわけじゃないから。っていうところは、まー母親ならではなんだろうなーと思いますよね。あとは、やっぱりどうしても本当に調子が悪い時は私だけなんですよね。私しかあの一呼ばないっていうか。父親が来てもだめですから、それもお母さんなんだなって。(D) ● 今ほんとに、私を100%信頼してくれていて、いいも悪いも、信頼してくれて、やっぱりこの子の扱いは一番わかっているのは私だなって実感するとやっぱり守ってあげなきゃいけないけれど、あと幸せになっほしいって (B)
理論的メモ	<ul style="list-style-type: none"> ・ 2,3ヶ月という時期に意味があるか? → 子どもの笑顔など自分の働きかけに対する反応が出始める時期。 ・ 他の対象者にとっても2,3ヶ月がターニングポイントのようになっているか? → なっている。 ・ このことが喜びではなく負担として語られることはあるか? → 今回の対象者に該当なし。 ・ この前後についての語りに変化があるか? → 苦勞が前面に出た語りから、肯定的な心的状態へ。子どもへの愛着が増し、母親であることの実感が伴うようになっていく。

3. 結果と考察

M-GTAによる分析の結果、12のカテゴリーと37の概念が生成された。各概念およびカテゴリーの命名と定義、および語りの具体例を付表に示した。

インタビューにおいて語られた心理的混乱を体験した時期は、Lを除く全対象者に共通して、病院から退院し家庭での生活がスタートしてから産後2, 3ヶ月までの時期であった。したがって、この時期を育児最初期と呼び、その混乱から、それを乗り越えていくプロセスとして、時系列に沿って3つの時期に分けることとした。具体的には、(1) 育児最初期における心理的混乱の時期、(2) 混乱を乗り越えつつある時期、(3) 混乱を乗り越え、母親役割が内在化される時期とした。本節では、それぞれの時期について、カテゴリーの内容とその関連について説明を行う (Figure 1)。なお、Lはこれまでの育児期全体を通して混乱を感じてこなかったと語ったため、分析対象外とした。以下の文中では、カテゴリーを《 》、概念を「 」、カテゴリーおよび概念の定義を〈 〉、具体例を“ ”内に示すこととする。また、具体例の後の()内は、発言した対象者を示す。

(1) 育児最初期における心理的混乱の時期

この時期は、《育児の現実》、《育児におけるマイナス感情》、《母親の実感なく過ぎていく多忙な日々》、《母親役割だけではない自己の意識》、《自分・家族のあり方の見つめなおし》、《あるべき母親像》の6カテゴリーが属する。主に退院後に児との生活がスタートしてから2, 3ヶ月までの時期についての語りであり、全ての対象者がこの時期に体験した何らかの心理的混乱について言及した。また、《サポート》は、(1) および (2) の両時期において多く語られ、母親の心理的プロセスにおいて重要な役割を持っていたが、主に混乱の時期における役割が大きいと考えられたため、本節の最後 (⑦) で説明を加える。

① 《育児の現実》

このカテゴリーには、出産を終えて初めての育児生活をスタートした母親が、それをどのように体験したかについて語った内容が含まれる。まず、育児最初期について、出産前にイメージして

いた“楽しい”育児とのズレについて驚きと共に大変さが語られた(「イメージした育児とのズレ」)。対象者が体験した大変さとは、それまで体一つで自由であった自分の生活を全て子どもの世話に費やすことになった「出産前後の劇的な生活の変化」や、「想像以上の育児の大変さ」など物理的な面で新しい生活に適応しなければならない状況であった。そして、そのような状況の中でも、睡眠不足を主とした「体力的疲弊」を抱え、それでもなお「未知の生物としての赤ちゃん」を目の前にして、終わりのない育児と向き合っていかなければいけない現実であった。「未知の生物としての赤ちゃん」は、母親にとって“すべてが新鮮で新しく、もうこれが赤ちゃんなんだーみたいな、そういう喜び”(B)を与える存在であると同時に、“子どもが寝ないとかなんで泣いてるのか分からないとかいちいち分からない”(I)というような、人としてのコミュニケーションが通用しないことへの困惑も抱かせる存在のようであった。このような現実認識は、以下の《育児における心理的混乱》を招いていた。

② 《育児における心理的混乱》

このカテゴリーには、《育児の現実》を目の当たりにした母親が体験した心理的混乱に関する語りが含まれる。それらは、いわゆるマタニティブルーと言われるものにあたるような「産後の精神的な不安定性」、「初めての育児に対する不安」や「子どもに制約される生活への困惑」、さらに「母親業をうまくこなせない自分への苛立ち」として語られた。育児最初期における混乱について、“子どもはかわいいんですけど…”、など肯定的感情を感じながら否定的感情に支配されきっているわけではないが、前面に出てくるのは否定的感情体験に関する語りであったことが特徴的である。また、“もう泣き声聞くともう頭が痛くなっちゃったりして。もう体力がないと気持ちも滅入っちゃうので、悲観的になってしまう”(A)や、“もう一つ一つビクビクしながらで”(I)、“最初は失敗の連続でちょっと落ち込んで。なんで私もっと上手にあやせないんだろうとか、もう嫌だっとなってた”(A)などのように、この時期の母親が非常に傷つきやすく、合理的な判断力を発揮できない心理的状态(氏家, 1996)にあることがうかがわれた。この時期の母親は、“今思え

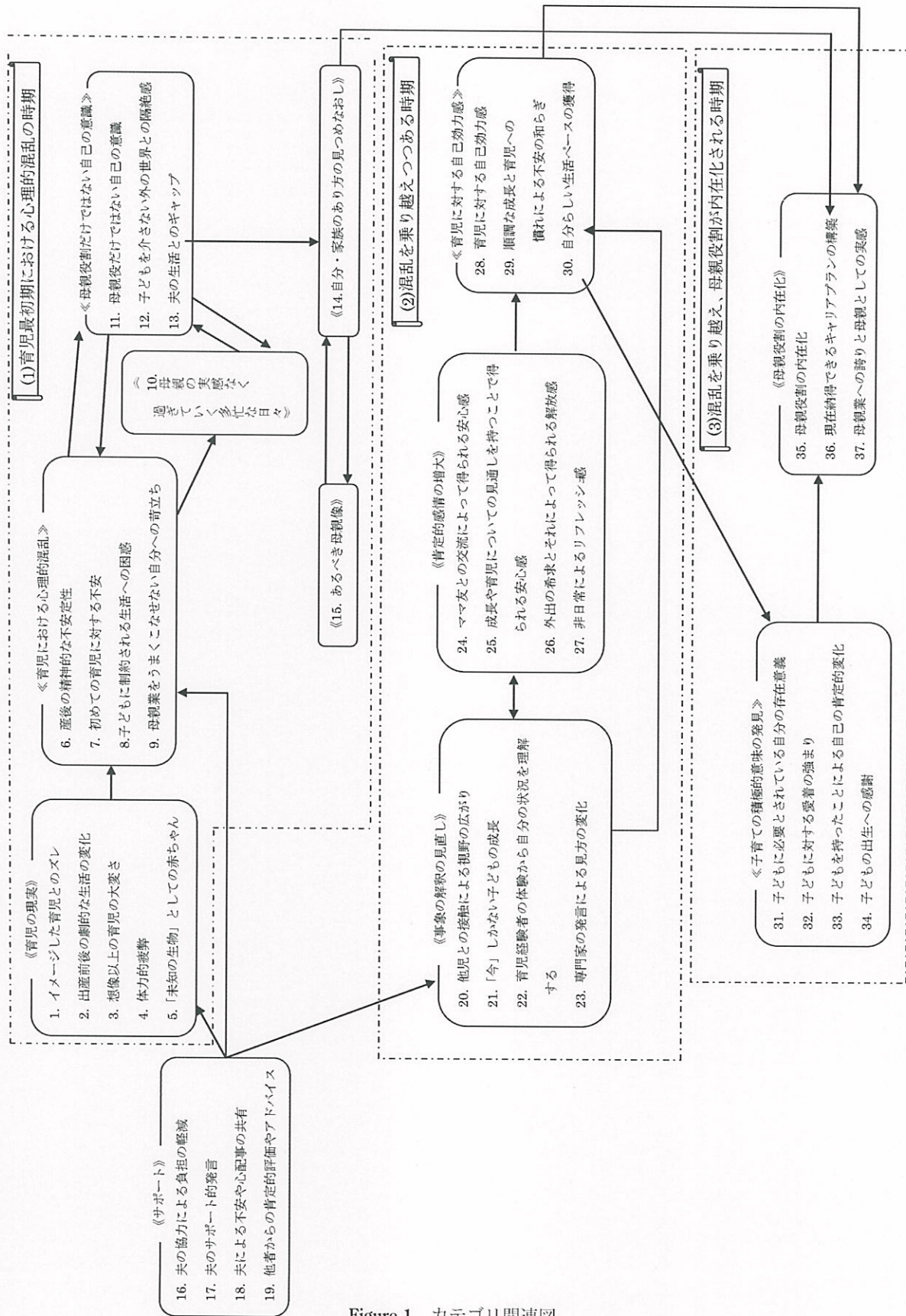


Figure 1 カテゴリー関連図

ば、なんであんなことでイライラしたり、泣いたりしたんだろう” (E) と語られるように、物事に対する構え方がネガティブへと方向づけられていた様子がかがわれる。Fleming, Ruble, Flett, & Wagner (1990) は、入院や治療が必要なほどの産後うつに陥る女性は少数であるものの、かなり多くの女性は産後2~12週間に涙もろくなったりイライラしやすくなるなど、不適応的な心理状態になるとしているが、本研究でも同様の母親像が浮かび上がったといえる。

③《母親の実感なく過ぎていく日々》

これは単一概念で一つのカテゴリーとした。育児最初期に、自分が母親であることをどのように感じていたかということについて語られた内容である。最初期、つまり《育児の現実》に直面し、《育児における心理的混乱》を抱えつつも、育児と向き合わなければならぬ時期にある母親たちは、目の前の世話に明け暮れ、それまでの生活から激的に変化した現在に適応すべく、“とにかくがむしゃらに” (F) 育児と向き合っていたという。そして、“もういっぱいいっぱいすぎて、母親っていうことをかみ締める余裕はなかった” (A) と語り、改めて母親であることの実感を抱くことは難しいようであった。

④《母親役割だけではない自己の意識》

このカテゴリーには、母親ではない、あるいは母親ではなかった自己について語られた内容が含まれている。それは、“やっぱりお母さんって、母親でなきゃいけないというか、どっちかっていうと自分よりも子どもがメインになるじゃないですか、だから自分自身でいられる(中略)時間がなくて煮詰まっていた” (C) というように、母親であることと自分自身は分離して考えられており、母親役割を自己の中に位置づけられないような語りがみられた。この「母親役割だけではない自己の意識」は、“もう地球に子どもと二人きりになったんじゃないかと錯覚するような孤独感” (A) と表現されるような「子どもを介さない外の世界との隔絶感」によって、より一層意識化されるようであった。さらに、子どもを介さない世界を持つ「夫の生活とのギャップ」を際立たせるようであった。この意識の強まりは、目の当たりにした《育児の現実》やそれによる《育児における心理的混乱》から母親役割への同一化が困難に

なっている心的状態の表れのように感じられる。そして、母親役割に没頭せざるを得ない環境からの要求との間で葛藤を起こすことで、育児に明け暮れる母親を不安にさせ、以下に記す《自分・家族のあり方の見つめなおし》を行う契機となるようである。実際、この時期の母親は育児に対して傾倒的に関与する(鯨岡, 1986)ことを迫られるが、そのことで“社会から取り残されているような感じ”(J)を抱き、社会への帰属意識が弱められているかのようなのである。このことは、母親の自己存在を揺らがせ、自己概念を傷つけるのであろう。

⑤《自分・家族のあり方の見つめなおし》

これは単一概念で一つのカテゴリーとした。《母親役割だけではない自己の意識》は、“自分の人生これでいいのかなーって考えたりして、そういう転機になりました” (D) というように、これからの人生をどう生きていこうとするのかについて見つめなおしを行う契機となっていた。これは、主に再就業をテーマとして語られた。つまり、母親業に没頭することによって弱められた社会への帰属意識を取り戻すべく、就業という形で社会に復帰していくことを考え始めるようである。そして、母親の就業は家族のあり方に大きく影響することになるため、《自分・家族のあり方の見つめなおし》が行われるようであった。

⑥《あるべき母親像》

これは単一概念で一つのカテゴリーとした。《自分・家族のあり方の見つめなおし》において、自分の人生設計の構築、特に再就業について考えるにあたり、母親としての自分を考える視点のようなものを与えているような語りであった。例えば、“3歳児神話じゃないですけど、やっぱりちっちゃいうちはお母さんがそばにいた方がいいんだっていう思いもあって迷った” (C) のように、子育てに専念しようとするのか、母親役割以外の自己も選択するのかという葛藤の背景に、自身が描く《あるべき母親像》が見え隠れする。この母親像とは、多分に母親に対する社会・文化的要請の影響を受けていると思われる。

⑦《サポート》

このカテゴリーには、夫を中心とする他者からの具体的・精神的サポートが含まれる。その他のカテゴリーが母親の内面で起きたことについての

語りであるのに対して、《サポート》は外部から提供されるものであること、また語りの多さは変わるものの、2つの時期において語られていたことから、Figure内では時期を示す枠の外に配置することとした。体力的にも精神的にも大変さの大きい《育児の現実》に対して、家事や育児の実際の労働に対する夫のサポートは、母親にとってかなりの負担軽減として機能していた（「夫の協力による負担の軽減」）。また、《育児における心理的混乱》に対しては、「夫のサポート的発言」や「夫による不安や心配事の共有」といった情緒的サポートが母親にとっての心理的環境として重要な意味を持っていた。これらの夫による具体的・精神的サポートは、母親自身が混乱を乗り越えるための人格的強さを強固に支え（鯨岡, 1999）、育児と向き合っていくための心的エネルギーを強める働きをしているのであろう。

(2) 混乱を乗り越えつつある時期

この時期は、《事象の解釈の見直し》、《肯定的感情の増大》、《育児に対する自己効力感》の3カテゴリーが属する。対象者によって幅があるが、産後1～3ヶ月以降についての語りが主である。

① 《事象の解釈の見直し》

産後1～3ヶ月の間に、母親は子どもを外へ連れ出すようになる。外出することで他者と関わるようになるが、そのことによって、それまで混乱として体験されてきた育児に関するさまざまな事象について、その解釈の仕方がよりポジティブへと変容していた。例えば、“やっぱり色々な子がいるなっていうのはすごくなんか勉強になるっていうか。やっぱりこう赤ちゃんって一人一人個性があったり、人間だから当たり前だけど。ホントにロボットじゃないっていうのをホントそこで思って”と語ったEは、それまで“育児書どおりに育たない”わが子に不安を抱き、「母親業をうまくこなせない自分への苛立ち」を感じていたが、語りにあるような解釈の見直しを行うことにより、そのような心理的混乱を緩和していた。他にも、「今しかない子どもの成長」を“楽しもう”(J)という姿勢に変わっていくことでストレスフルであった育児生活に心理的余裕ができたり、「育児経験者の体験から自分の状況を理解することや「専門家の発言による見方の変化」が起こ

ることで、子育てに対する自らの視野を広げることが可能になっていた。氏家(1996)は(育児最初期に)自己概念が傷ついた母親は、公的な知識や他者の経験、あるいは文化的価値に依存的になるとしている。たしかに、本研究の結果からも、混乱を抱えた母親がそういったものを取り入れようとする姿が見受けられた。しかし、氏家の言うこれらに対する「依存」は、むしろ母親たちを適応的な方向へと動かすように働いていた。つまり、外部の知識や文化的価値観は、母親たちの視野を広げ、事象の解釈を見直すきっかけとなり、ネガティブへと方向づけられつつあった母親をポジティブへと変容させていくように思われた。まさに、心理的混乱を少しずつ乗り越えつつある母親像が浮かんでくる語りであった。

② 《肯定的感情の増大》

このカテゴリーには、それまで語りの中心であった不安や孤独感といった混乱に対して、安心感や解放感といった肯定的感情が増え始めている様子が感じられる内容の語りが含まれている。そして、それらは、主に外出することや他者との関わりによって体験されているようであった。例えば、ママ友と会って話をする中で、“悩んでいるのは”あるいは“大変な思いをしているのは自分だけではなくて、みんな同じだと思えた”と同じ状況にいる「ママ友との交流によって得られる安心感」を得ていた。また、先輩となるママ友から子どもの様子を聞いたり、わが子よりも大きい子どもを実際に見ることによって、「成長や育児についての見直しを持つことで得られる安心感」を獲得していた。さらに、外出すること自体により、「外出によって得られる解放感」を味わい、「非日常によるリフレッシュ感」を得ることで、心理的混乱が前面に出ていたのに対して心理的余裕が生まれ、肯定的感情をふくらませているようであった。

③ 《育児に対する自己効力感》

このカテゴリーは、産後3ヶ月頃以降について語られた内容であった。それまで、“がむしゃら”に、しかし混乱やあるべき母親像によってがらめになりそうになりながら育児に向かっていた母親が、“肩の力を抜いて”(F)育児に向かっている様子うかがえる。そして、それは“日中の遊び方が上手になってきた”(D)のように、

「自分らしい生活ペースの獲得」をし始めたこと、また子どもが順調に成長し、それまでやってきた自分の世話が間違っていなかったことを確認して安心したり、母親自身が子どもの世話に慣れ始めたことで、いくらか育児に対して自信を持ち始めること（「順調な成長と育児への慣れによる不安の和らぎ」）によって可能となるようだ。

(3) 混乱の乗り越えから、母親役割の内在化へ

この時期は、《子育ての積極的意味の発見》、《母親役割の内在化》の2カテゴリーが含まれる。この時期の特徴として、育児最初期の語りが否定的感情が前面に出されていたものであったのに対して、その様相が逆転し、より強い肯定的感情が前面に出てくるようになることがあげられる。

① 《子育ての積極的意味の発見》

このカテゴリーでは、それまでの時期に語られることのなかった育児の積極的意味が明確に語られるようになる。このカテゴリーで重要と思われる心理的体験は、「子どもに必要とされている自分の存在意義」を確認し、「子どもに対する愛着の強まり」がみられることである。「子どもに必要とされている自分の存在意義」とは、“今、この子のことを一番わかっているのは私だなんて実感するし、この子のことを一番笑わされるのも私だし”（B）のように、〈子どもにとって自分が最も重要な対象となっていることを実感し、また自分にとってもそれが大きな喜びとなっている〉と感じられる語りである。鯨岡（1999）は、この時期の母子の観察から、両者の間にある独特の「繋り」を感じ取っているが、この母親の心理的体験は、おそらくそのような母子の繋りによって母親の側に生じる育児への思いなのであろう。そして、このことは「子どもへの愛着への強まり」を生み出す。“まあ、それまでもかわいかったけど、本当に愛おしいと思うのはやっぱり笑いかけようになったりとか、私を母親だと分かってくれるようになった時”（B）と、自分の働きかけに対する子どもの反応がみられるようになることが重要な契機となっている。ここに、母親が初期の混乱を乗り越える上で、すなわち母親としての発達において、母子の関係性が果たす役割があると思われる。母親は、自分を特別な対象として見

つめる子どもを見つけ、そこに自分自身が母親であることへの喜びを改めて確認する。そして、その喜びは子どもに対する愛着を強め、母子独特の繋りをより強固なものにしていくのであろう。そして、その子どもからの働きかけは、“自分のしたことに対して子どもが反応してくれるような、そういう楽しさみたいなのが育児の大変さを紛らわせてくれたのかな”（G）と、それまで前面で語られていた心理的混乱をも覆い隠すインパクトを持つものであるようだった。その時に“改めてこの子が生まれてきてくれて、本当にありがたうって思った”（B）と、「子どもの出生への感謝」が深く抱かれている。そして、これらの《子育ての積極的意味の発見》は、以下の《母親役割の内在化》へと母親の心を動かしていくようである。

② 《母親役割の内在化》

このカテゴリーは概念がそのまま上位カテゴリーとして位置づいたものである。「母親役割の内在化」とは〈育児に対する心理的余裕が生まれ、母親であることを心理的に引き受け、その役割を適応的に受け入れている様子〉である。この内在化は、以下の2つの点が達成されることによって可能となっているようであった。まず、《自分・家族のあり方を見つめなおし》を行った結果生み出された「現在納得できるキャリアプランの構築」によって、母親が自身の生き方についての迷いを克服し、心理的に育児へと向かうことである。このことは、必ずしも母親であることだけを選択した場合のみを意味するわけではない。いずれにせよ、この時点での自分の生き方にある程度見通しを持てることが、育児に向かう際の混乱を和らげるものと考えられる。なぜなら、再就業の選択をした対象者Cも、母親であることに専念することを選択した他の対象者と同様に、心理的に迷いなく適応的に育児に向かう語りをしてきたからである。これは、母親が自らの人生を「選択する主体」（岡本，1999）となったことで、最初期に体験した実存的な混乱を克服したということであろう。2つ目に、《子育ての積極的意味の発見》により、〈子どもを育てるという営みの偉大さを感じ、自分が母親であることに誇りを持ちながらその実感を深化させている〉ことを表す「母親業への誇りと母親であることの実感」を抱くことで

ある。そして、これらの心理状態は、“今、何も否定的な部分は持ってないですね” (B) と言うほど、肯定的で前向きであり、“〇〇ちゃんのママって言われることがちょっと嫌だったけど、今はもう全くそんなの無い” (C) と母親であることを全面的に引き受けているような印象を受けるものであった。この「母親役割の内在化」は、おそらく鯨岡 (1999) の言う「傾倒的な母性的関与」を可能にしていくのであろう。「傾倒的な母性的関与」とは、単なる授乳、単なるスキンシップ、単なる機械的な相手ではなく、常に子どもの情態を間主観的に感じ取りながら対応を微妙に変化させていくこととされる。子どもの情態を間主観的に感じ取ることができるためには、子どもとの「繋がり」とそれを感じ取る心理的余裕が必要である。その意味において、実存的混乱の克服と母親としての実感の深化は、母親役割が内在化される上でクリティカルな意味を持つ体験であると考えられる。

4. 総合考察

本研究は、育児最初期の母親が抱える心理的混乱に着目し、それを母親たちがどう乗り越えていくのかというプロセスを明らかにすることを目的とした。M-GTAによる分析の結果、このプロセスは (1) 育児最初期における心理的混乱の時期、(2) 混乱を乗り越えつつある時期、(3) 混乱を乗り越え、母親役割が内在化される時期の3つに分けることができた。

初めて子どもを育てる母親は、育児に関するストレスだけではなく、自己存在の揺らぎをも含む心理的混乱を体験し、子どもの可愛さだけではない大変な最初期を迎える。この時期の母親は、母親役割を自らに位置づけられず、そこに葛藤を体験しているようであった。しかし、夫の支えや周囲との関わりによって、徐々に子育てに対する視野を広げつつ、子育てにおける自信を獲得し、肯定的感情をふくらませると、そのような葛藤を克服し始める。そして、そのような心理的余裕のもと、子育てにおける自信や楽しさだけではなく、自己にとっての積極的意味に気づき始める。それにより、母親であることへの誇りを獲得し、母親としての実感を深化させることが可能になる。同

時に、自らの生き方についても見通しを持つことで、自己存在の揺らぎを克服し、母親役割を自らに位置づけることができ、心理的に母親となっていくのではないかと考えられた。これが母親役割を内在化させることであり、育児最初期における母親としての発達であると考えられる。ただし、母親としての発達とは、当然この時点で完結するわけではなく、初期の混乱を克服できた母親たちも、今後多くの困難に直面し、また新たな発達を遂げていくのであろう。それでも、本研究で明らかになった初期の混乱の克服は、その後生涯続く母親としての役割の中で直面するであろう困難に対して、それらを乗り越えていく自信と土台になっていくものと思われる。

最後に本研究の限界と課題について述べる。まず、本研究で得られた結果は対象となった母親の特徴に限定的である可能性が高いということである。12名中11名が大学卒業以上の高学歴者であり、全員が子どもを授かる前には有職者であった。また、そのうち9名は比較的高いキャリア志向のもと仕事をしていただと考えられる。そして、子どもを持つことに対しても、強く希望した者は少なく、またまったく予期していなかった者は0であり、「結婚したのだから当然」という意識で授かったものが多かった。そのため、本研究で得られた結果のうち、特に母親以外の自己の意識に関する実存的混乱は対象者層に独特の結果となっている可能性が考えられる。子どもを授かることを強く希望し、職に対する意識は低い女性、あるいは子どもを授かることをまったく予期しない状態で授かった場合の適応プロセスについては明らかにできていない。2つ目に、インタビューは追跡的な方法ではなく、1回の実施となった。そのため、育児初期について振り返るかたちでの語りとなった。育児初期より追跡的にインタビューを行っていただければ、特に当時の混乱についてこれほど意識化されたかたちでの語りはなされなかったかもしれない。そして、まさに「今」のことを語るとなれば、語られる内容は本研究で明らかになった内容とはまったく違ったことが語られていたかもしれない。つまり、本研究で分析したデータは、振り返りによって意味づけられたものであると考えられる。その意味において、本研究における振り返りによる語りの分析では、on-timeの

リアリティを追求することは難しかったといえる。一方で、そのような語りだからこそ明らかにできた点もあるであろう。最後に、本研究では心理的混乱に着目して、母親としての発達について検討を行った。しかし、今回分析対象外となった対象者Lのように、混乱を経験していないと語る母親も存在する。このような母親が、母親になったことによって何を体験しているかは明らかにできていない。母親としての発達にとって、混乱が必然であるのか否かについて検討する上で、これらの対象者の体験も明らかにすることは重要であろう。これらの課題は、いずれも今後の研究課題である。

引用文献

- 浅賀万理江・三浦香苗 (2008). 育児における女性の心理的体験に関する研究の今後. 昭和女子大学生活心理研究所紀要, 11, 49-56
- Braiker, H.B., & Kelly, H.D. (1979). Conflict in the development of close relationships. In R.L. Burgess, & T.L. Hutson (Eds), *Social exchanges in developing relationships* (pp.135-168). N.Y.: Academic Press.
- Fleming, A.S, Ruble, D.N., Flett, G.J., & Wagner, V.V. (1990). Adjustment in first time mothers : Changes in mood and mood content during the early postpartum months. *Developmental Psychology*, 26, 137-143.
- 花沢正一 (1977). 母性心理学 医学書院.
- 木下康仁 (2007). ライブ講義M-GTA. 実践的質的研究法—修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチのすべて—. 弘文堂.
- 鯨岡 峻 (1986). 母子関係と間主観性の問題. 心理学評論, 29, 506-529.
- 鯨岡 峻 (1999). 関係発達論の展開—初期「子ども—養育者」関係の発達の変容. ミネルヴァ書房.
- 大日向雅美 (2001). 母性研究の課題—心理学の研究は社会的要請にいかに応えるべきか—教育心理学年報, 40, 146-156.
- 岡本裕子 (1999). 女性の生涯発達とアイデンティティ. 個としての発達・かかわりの中の成熟. 北大路書房.
- 田中浩司 (2010). 年長クラスにおける鬼ごっこの指導プロセス—M-GTAを用いた保育者へのインタビューデータの分析—. 教育心理学研究, 2010, 58, 212-223.
- 氏家達夫 (1996). 親になるプロセス. 金子書房.
- 氏家達夫・高濱裕子 (1994). 3人の母親：その適応過程についての追跡的研究 発達心理学研究, 5, 123-136.

(あさか まりえ 昭和女子大学大学院生活機構研究科生)
(みうら かなえ 昭和女子大学大学院生活機構研究科)

付表 概念リスト

No	概念名	定義	ヴァリエーション
(1) 育児最初期における心理的混乱の時期			
育児の現実			
1	イメージした育児とのズレ	出産前にイメージした育児と現実とのズレが大きく、うまくいかずに困惑している様子。	なんだろう、全然本と違ふ。まー口ポットじやないから当たり前なんですよ、そうすね。だから生まれる前はすごく寝たきりっていうか、たまに泣いただけであつて、まーこんなに泣くとも思わなかつたし。だから今もすごくかわいしいし楽しいんだだけ。もうとっつきつくさず楽しんでおいて。 (E, 他3名)
2	出産前後の劇的な生活の変化	子どもを産む前と後での生活があまりにも変わり、その変化に対応しきれない様子がうかがえる。	そんなにたぶんすぐ切り替わらないと思うんですよ、女性から母になるっていうことに対して。で、妊娠中はお腹は大きいんですけど、あんまり今の自分の生活とはあんまり変化がないですよ。まーちょっとは体が重いか、ちょっと遠出はやめておこうかなとか、それくらいで別に何の変化も、まー仕事もしてたわけ。ただ、その一それが産まれた瞬間からガラッとともう社会からは遅くかけ離れ、子どもとすーっと二人の生活を受け入れる。 (A, 他4名)
3	想像以上の育児の大変さ	出産前にさまざまな情報は知ってはいなかったものの、実際には想像を遥かに超えて育児生活が大変であったと感じている。	もう、まったく想像してなかったすね。(妊娠中も考えたことない?) ホントに誰も言ってくれなかった。こんなに育児が大変だったことを (A, 他5名)
4	体力的疲弊	育児によって体力的に消耗すること。	ただ出てきたからもうお世話しなきゃいけないっていうところでは、あの一眠くても起きなきゃいけないしとか、確かに産後産んでけっこう寝不足が続くとき、でも無理が利かない、しんどくたっていう時期。(D, 他8名)
5	「未知の生物」としての赤ちゃん	目の前の赤ちゃんに対して、可愛さとともに人間らしくなさなど不思議な感覚を抱いている。	んー、産まれてすぐでいるのは小さくて可愛っていうのはあると思うんですけど、それは人間としてかわいいていうよりも、動物としてかわいいていう感じがした。反応もないし、なんで泣いてるかもよく分からないうし。人間じゃない感じがするよ。(G, 他3名)
育児における心理的混乱			
6	産後の精神的な不安定性	産後、精神的に不安定になり、ちよつとしたことでイライラしたり涙もろくなったりしている様子がうかがえる。	私の場合は、けっこう精神的になんかよやく言われる産後、産後うつまでいかないですけど、マタニティブルーって言われる、ホントそういうふうな気持ちが続く。なんかこうよく泣いてたりしました。うーん、でも今考えるとなんでもあれで泣いてたのかなって思うんですけど、ねー、体に来る人いれば、ってはい言いますけど、私はすごくこころ精神的に、なんかすごく泣いちゃうみたいなのところがあった。そういう部分では、なんか自分でどうしていいかわからないう時期があった、そこは辛いですよ。(F, 他5名)
7	初めての育児に対する不安	子どもの世話の一つ一つがまったく初めての体験であり、不安がある様子がうかがえる。	やっぱり初めてのことで、自信がないんです。これでいいのかな、これでいいのかなって1ヶ月ぐらいははずーっとこころオロオロしながら、おっぱいを飲んでるけど足りるのかなかと思いつつやるところに、でもやっぱり泣く泣く泣いていって、1ヶ月ぐらいただ。泣いてる所に、どうなんだろうなあって。(F, 他4名)
8	子どもに制約される生活への困惑	それまで自由に動き回れた生活が、急に子どもに行動によってすべてを制約された生活に変わったことに困惑している様子がうかがえる。	自分の時間がなくなっていうのが一番大きいと思います。とりあえず、自分の自由がきかないっていうのもあるんで、もう全然、今まで一人で勝手に動いてたのは全然違うものすね。(K, 他5名)
9	母親業をうまくこなせない自分への苦立ち	自分のイメージする母親業をうまくこなすことができず、自分を責め、苛立ったり、無力感を抱いている様子。	最初は、やっぱり失敗の連続とかで、ちよつと落ち込んで、なんで私もつと上手にあやせないんだらうとか、そういうのも泣きやまないと。もう嫌だ。私が向しても泣きやまないと。私、なんで私が抱っこして泣きやまないと。(夫)が抱っこすると泣きやまるとか。(A, 他4名)
10	母親の実感なく過ぎていく多忙な日々	子どもの世話に明け暮れ、母親になつたんだと改めて実感する間もなく過ぎていく日常。	そこで改めて親としての気持ちでいう感じではなかつたかな。ただ出てきたからもうお世話しなきゃいけないっていうところでは、あの一眠くても起きなきゃいけないしとか、確かに産後産んでけっこう寝不足が続くとき、でも無理が利かない、しんどくたっていう時期。(D, 他4名)
母親役割だけでは足りない自己の意識			
11	母親役割だけでは足りない自己の意識	子どもに制約されない時間・空間をもつていた自分を振り返ったり、そのような時間・空間を持つことを望んでいる様子がうかがえる。	私は、もう(母であるということと)外に出ていないことは)全く別ものです、ずつとそうすね。今までは、母親でなかったときで自分しかないのでもなんぶうに考えることはなかつたんですけど、やっぱりお母さんって、母親でなきゃいけないというか、どっちらかっていうと自分より子どもになるか、メイトになるか、だから自分自身でいられる?自分のことだけ気にしていいからっていうか、そういう時間がないから、煮詰まってきた。(C, 他4名)
12	子どもを介さない外的世界との隔絶感	子ども以外の他者と誰ともつながっていない、子どもと二人きりになつてしまったような隔絶感。	だんだんあーなんか社会から取り残されていく感じがして、その辺りから感じ始めちゃって(孤独感みたいなの?) そーすね、ね、孤独…友達、旦那と子どもだけ、みたく、今日誰とも話してないとか、その当時って携帯とかもなかったので、あつたかもいれなくてすけど、持たなかったの、メールでやりとりとかはPCでやりとりですけど、みんな働いてるのでもなんでも頻繁にはやらないし、携帯で、びびりみたく感じやなかつたので、あー離れちゃったみたいないない感じがすごく強くなつていきましたね、ほんとに、仕事に戻れた時はすごく嬉しいかったです。(C, 他5名)

25	成長や育児について見通しを持つことで得られる安心感	育児に対する先の見通しが立つことにより得られる安心感。	なんか、もうちょっとこれぐらいの時期になったら大丈夫かなとか。すごい参考になった。(I, 他4名)
26	外出の希求とそれによる解放感	外出することへの欲求が強まっており、また外出によって解放感を得ている。	主人がすごく言うてくれていてたんですよね、とにかく外に出るって、今日はどこに行くのみたいな、朝から仕事行く前に、結構プレッシャーがすごくて、(笑) いろいろ主人もやっぱり外国人コミュニティにいますから、そういうところだといろんな情報をもたらしてくれてたんですよね、ここに産後ヨガやっていると、外国人のお母さんが集まる場所があったんですけどそこに行ったりとか、そうすね、とにかく外に出る努力をしたし、主人も家の中に二人きりでずっと家にいるのは絶対によくなくて最初からわかってたから。(B, 他3名)
27	非日常によるリフレッシュ感	育児に明け暮れる日々の中で、少しでも育児以外の活動をする事でリフレッシュしている様子。	あと、結局気が晴らしたくても外に出られないので、主人が帰ってきた後にあの一人居るお風呂入って、ちょっと長めに風呂入らせてもらったりとか、あともう休日はあの一まったく主人に任せて、一人でマッサージュ行ったりスタバ行ってずっと本読んだりとか。とにかく一人の時間をつくるようになってました、休日とかは。(A, 他3名)
育児に対する自己効力感			
28	育児に対する自己効力感	不安もあったが、実際にやってみたら意外とできたという感覚。	で、やってみたら意外に平気でした。やってやれないことはないと思ってる、でそれですごい気が大きくなって。(E, 他3名)
29	順調な成長と育児への慣れによる不安の和らぎ	子どもが成長し、次第にしっかりしてくることで、救いやすくなること、また母親自身が育児に慣れくることにより、それまでの不安が徐々に和らいでくる様子。	そうすね、まだなんかこう、ナヨナヨしてる。プラス私もまだ安定しなかったんで、でもだんだんやっぱり赤ちゃんでも首も据わってくると、こっちも慣れてくるんで、救い方に、あんまり気になんなくなってきた。(A, 他3名)
30	自分らしい育児生活のあり方の獲得	子どもの生活ペースをつかむ事で、それに合わせた自分の生活ペースも確立してくること。	日中の遊び方が上手になってきたかな。色々なことが分かってきて、どこに行けばどう遊ぶかができるみたい。子どもとお出かけするの。(D, 他3名)
子育ての積極的意味の発見			
31	子どもにも必要とされている自分の存在意義	子どもにとって自分が最も重要な対象となっていて自分を実感し、また自分にとってそれが大きな喜びとなっている。	だけどもホントに子ども、この子が、あー私がいけないとだめなんだったという風に思えるのは、やっぱりその-2, 3カ月ぐらいい、ホントに辛い時期を越えて、うん。(A, 他3名)
32	子どもに対する愛着の強まり	子どものことをより一層かわいく思ったり、愛おしく思ったりしている様子。	ほんとに愛おしいって思うのはやっぱり、まあかわいかったけど、ほんとに母性本能というか、愛おしいと思いはじめたのは、笑いかけるようになってたりとか、私を母親だとわかってくれるようになってきたときとか。(B, 他3名)
33	子どもを持つことによる自己意識の肯定的変化	子どもを持つことにより、それまで持っていた価値観が変わり、そのことを肯定的に話している。	ポジティブにはなれたんですけど、ポジティブになれたということと、そうすね後は、お友達もすぐ作れるようになったので、そういうところすごくよかったです。(I, 他3名)
34	子どもの出生への感謝	子どもが生まれてきてくれたことへの感謝の気持ちを表している。	この子を持ってきてくれたこと、この子がいるからこそ私の人生って自分の仕事だけじゃなくて楽しみがある。(B, 他2名)
母親役割の内化			
35	母親役割の内化	育児に対する心理的余裕が生まれ、母親であることと心理的に引き受け、その役割を適応的に受け入れている様子。	今やっとなんか乗れているような、それは自分の中で気持ちに区切りをつけて、私は、この先バリバリ仕事をすることはもうできないけれども、逆に言えばいい、しなくていい、楽しんでいい、楽しんでいい、楽しんでいい。(B, 他4名)
36	現在精進できるキャリアプランの構築	現時点可能なキャリアプランを自分で選択し、先の見通しを持ち始めている様子。	やっぱり社会復帰のあれにも諦めがついたし。うん、ま、諦めついでにいうか、まーこの3年ぐらいいまちょっとみとこうついでいうのが、まー納得して持ってるし。(A, 他5名)
37	母親業への誇りと母親であることの実感	子どもを育てるといふ営みの偉大さを感じ、自分が母親であることに誇りを持ちながらその実感を深化させている様子がある。	うんうん、じゃあその一出産、ホントにその一出産のときに産まれてきてわが子を見て、その時ともまた違う自覚。うーん、正直出てきた瞬間とか、もう全然「あ、出た出た」くらいで、全然なんか「あ、母なんだわわわわ」っていうのは全然しなかったです、もう必死で、ただホントに子ども、この子が、あー私がいけないとだめなんだったという風に思えるのは、やっぱりその-2, 3カ月ぐらいい、ホントに辛い時期を越えて、うん。はいはい、それはたぶん、そこで、母になった感覚だと思ってる。(A, 他3名)

(3) 混乱を乗り越え、母親役割を内化させる時期