乳児を持つ母親の育児リカバリー経験尺度の開発

埼玉県立大学大学院　保健医療福祉学研究科　博士論文

指導教員：延原弘章教授、関美雪教授、北畠義典教授

2023 年 3 月　学籍番号：2291001　氏名：伊草 綾香

研究背景・目的

育児ストレスは母親の心身に悪影響を及ぼすだけでなく、子どもの心身の発達を阻害する可能性があることや、児童虐待のリスクとなることが指摘されており、様々な対策が行われている。しかしながら、近年も育児につらさを感じている母親は少なくなく、母子保健分野において、育児ストレスは依然として大きな問題である。特に、育児初期の母親は育児を楽観的に捉えることが出来ず、否定的な感情が増加しやすい傾向にあるといわれており、乳児を持つ母親に対する支援が重要であるといえる。

ところで、産業保健分野ではストレス対策のひとつに「余暇」が挙げられ、余暇時間におけるストレスからの回復に導く経験を示す、「リカバリー経験」という概念が提唱されている。リカバリー経験とは「一日の仕事後の余暇時間におけるストレスからの回復に導く行動」と定義され、「心理的距離」「リラックス」「熟達」「コントロール」の 4 つの側面で構成されている。このようなリカバリー経験は、仕事中の過度なストレスや疲労を回復し、労働生産性の向上を実現させる可能性が示唆されており、乳児を持つ母親の育児ストレス対策への活用も検討されている。

しかし、乳幼児を持つ働く母親を対象に行ったリカバリー経験に関する研究では、育児支援にリカバリー経験の概念を導入することの意義が一定程度は確認できたものの、オリジナルの日本語版リカバリー経験尺度（The Japanese version of the Recovery Experience Questionnaire；以下 REQ-J）では、育児におけるリカバリー経験は正しく測定できない可能性が示された。そこで本研究では、乳児を持つ母親の育児ストレスの増大を防ぎ、包括的・効果的な育児支援方法の検討に資することを目的に、育児におけるリカバリー経験を「育児によって生じるストレスフルな体験によって消費された心理社会的資源を元の水準に回復させるための活動および経験」と定義して、育児リカバリー経験尺度（Parenting Recovery Experience Questionnaire；以下 P-REQ）の開発を行った。

本研究は研究 1 と 2 で構成し、研究 1 では予備調査を行い、育児リカバリー経験の構成概念について検討するとともに、P-REQ 原案を作成し、研究 2 では本調査を行い、原案を

もとにP-REQを開発し、妥当性、信頼性の検討を行った。

研究 1

【研究方法】

先行研究をもとに40項目のP-REQのアイテムプールを作成し、インターネット調査会社にモニター登録をしている乳児を持つ母親100名を対象として調査を行い、探索的因子分析により構成概念の検討を行うとともに、P-REQ原案の作成を行った。

【結果】

有効回答数100、母親の年齢は平均33.8歳、標準偏差4.6歳であった。項目分析により31 項目に絞り込み、探索的因子分析を行った結果、「心理的距離」「サポートの実感」「育児の熟達」の3因子25項目が抽出された。各因子のCronbach αは心理的距離:α＝0.867、サポートの実感：α＝0.880、育児の熟達：α＝0.801であった。

この結果に基づき、研究2では対象者を増やしたうえで、抽出された25項目を尺度原案として調査を行い、より高い精度で構成概念妥当性を確認するとともに、育児リカバリー経験に関連する尺度との基準関連妥当性を確認することとした。

研究 2

【研究方法】

研究1で得られたP-REQ原案の25項目により、インターネット調査会社にモニター登録をしている乳児をもつ母親300名を対象として調査を行った。項目分析、探索的因子分析、確証的因子分析によりP-REQ項目の精選を行うとともに構成概念の確認を行い、ストレスの状態を評価するK6、育児に対する自己効力感を評価するKaritane Parenting Confidence Scale（KPCS）、子どもに対するボンディングの状態を評価する日本語版Mother-Infant Bonding Scale（MIBS-J）との相関により基準関連妥当性の検討を行った。

【結果】

有効回答数300、母親の年齢は平均32.4歳、標準偏差4.4歳であった。項目分析を行った結果、8項目を削除し17項目により探索的因子分析を行った。探索的因子分析によって得られた3因子13項目について確証的因子分析を行ったところ、許容可能な適合度指数のモデルが得られたが、修正指数と改善度を参考にさらに項目を削除しモデルの改善を行ったところ、3 因子 11 項目からなるモデルが得られ、適合度指数は GFI=0.952、

AGFI=0.922、CFI=0.955、RMSEA=0.061 と良好であった。ただし、研究 1 で「サポートの実感」と命名した因子については、「周囲のサポート」に変更した。

信頼性については Cronbach の α 係数による検討を行い、心理的距離：α＝0.758、育児の熟達：α = 0.771、周囲のサポート：α = 0.792、全体：α = 0.816 と内的整合性の観点からも概ね高い信頼性が示された。11 項目の合計得点を P-REQ の尺度得点として、K6、KPCS、MIBS-J との相関係数を求め、基準関連妥当性の検討をしたところ、それぞれ r = -0.395、r = 0.503、r = -0.323 で、いずれも事前に仮定した関係が確認された。

考察・結論

本研究では、育児ストレスの増大防止に寄与するため、産業保健分野で活用されているリカバリー経験の概念を育児支援に導入し、P-REQ の開発を行ったところ、「心理的距離」「育児の熟達」「周囲のサポート」の 3 因子 11 項目からなる P-REQ が得られ、乳児を持つ母親の育児におけるリカバリー経験を評価するための尺度として一定程度の妥当性と信頼性が確認できた。また、P-REQ が母親のストレス尺度と負の相関、育児の自信に関する尺度との正の相関を示したことは、必ずしも因果関係を示すものではないが、育児におけるリカバリー経験を事前に図ることで育児ストレスの増大を防ぐ効果や、母親の育児の自信を高めることにも繋がる可能性を示したものといえよう。

しかしながら、本研究ではインターネット調査会社の登録モニターを対象に調査を行っており、一般の乳児を持つ母親としての代表性が確認できないこと、またサンプルサイズが研究 1 では 100、研究 2 でも 300 と少ないため、データの安定性が十分ではないことなどの課題も残る。今後、ある程度のサンプルサイズを確保したうえで、一般の地域住民など複数の集団に調査を行い、尺度の妥当性・信頼性を確認する必要がある。また、リカバリー経験は産業保健分野で生まれた概念であるため、育児の場面との差異についても考慮したつもりではあるが必ずしも十分ではない可能性もあり、さらに改善を進めていきたい。

母親は、育児をする喜びとともに、様々な経験から心理社会的資源を消耗し、日々継続される育児と向き合っている。まずは母親自身や、母親を支援する周囲の支援者に母親の育児におけるリカバリー経験の状況について知ってもらうことが重要である。育児に対するネガティブな感情を減少させ、母親にサポートが得られていると感じてもらい、育児の自信を高めることで「また育児を頑張ってみよう」と前向きに思えるような支援につなげていけることが期待される。