

研究報告

乳児期の子どもを育てる母親のMasteryに関する文献検討

Women's Mastery of Infant Care : A Literature Review

嶋岡 暢 希 (Nobuki Shimaoka)*

松本 鈴子 (Suzuko Matsumoto)*

時長 美 希 (Miki Tokinaga)*

岩崎 順子 (Junko Iwasaki)*

要 約

母親にとって子どもを産み育てることは、身体的な変化のみならず、社会的にも心理的にも大きな変化をもたらす多様で複雑な体験であり、ストレスが生じる。ストレスの経験を通して適応能、統制能、支配能を獲得していく人間の反応はMasteryといわれている。

本稿では、乳児期の子どもを育てる母親のストレス、および母親のMasteryとはどのようなものかを明らかにすることを目的とした。分析方法は乳児期の子どもを育てる母親のストレスとMasteryに関わる内容が読み取れる16の文献を対象にし、Masteryの4つの構成要素に視点をあて、分析した。その結果、1. 乳児期の子どもを育てる母親は、育児に不慣れであることや子どもの成長発達に伴い新たな育児の対応が求められることからストレスが生じており、そのストレスは、母親の心理的傾向と子どもや夫、家族に対する感情に影響をうけていた。2. 乳児期の子どもを育てる母親のMasteryは、自分なりの方法を確立する【確かさ】、自分自身の思考・行動を変化させて、生活を工夫し時間をコントロールする【変更】、現状に妥協し折り合いをつけていく【受け入れ】、育児をしている自己の能力や存在価値を高める【拡がり】から構成されていた。

今後の課題は、乳児期の子どもを育てる母親のMasteryの4つの構成要素の関係性やプロセスを明らかにすることである。

キーワード：母親 育児 乳児期 Mastery

I. はじめに

母親にとって子どもを産み育てることは、身体的な変化のみならず、社会的にも心理的にも大きな変化をもたらす多様で複雑な体験である。育児期にある母親にとって子どもを産み育てることは、子どもとのかかわりだけでなく、日々の生活や夫との関係、さらには社会システムに対してもストレスをかかえており、このような複合化したストレスは子育て期を幸福にすることを困難にしている¹⁾。また、母親にとって、子どもの存在が時に自らの自己実現を妨げるものとしてとらえられ、母親である自分と個人としての自分との間の緊張や葛藤が存在し、心理的問題につながっているという報告もある²⁾。この他にも、乳児期の母親の育児困難感に焦点をあてた研究³⁾⁴⁾や、乳児の母親の育児ストレスに焦点をあてた研究^{5)~9)}などから、母親の不安・抑うつ傾向があると育児困難感を上昇させ

ること、子どもの成長発達という反応の変化が母親の育児困難感を高め、育児ストレスに影響することが明らかになっている。また、乳児期でも、特に生後1ヶ月、6ヶ月、1年の時点で育児に対する否定的反応が高く生じる傾向があることも明らかになっている。一方、母親は育児で悩みながらも、他者の力を借りる、工夫をする、考え方を変更するなどから、育児の困難を克服し、自分の体験を意味あるものとしてとらえていることが示されている¹⁾¹⁰⁾¹¹⁾。鈴木¹²⁾は産後4ヶ月の母親が家事や育児のこだわりに折り合いをつけながら環境を調整し、育児と家事のバランスがとれるようになることで、行動を拡大し自信を獲得していくと述べている。つまり、育児をしていく中で困難を感じる状況でも、母親はその状況を多様な視点から解釈する力をもっており、考え方や方法を変更し、環境をコントロールすることで育児の自信につながっているといえる。

*高知県立大学看護学部

このように、困難な、もしくはストレスに満ちた状況に対する人間の反応で、ストレスの経験を通して適応能、統制能、支配能を獲得していく人間の反応はMasteryといわれている¹³⁾。これまで早産児をもつ母親のMasteryとストレス、ソーシャルサポート、うつとの関係を明らかにした研究¹⁴⁾はあるが、健常な乳児を育てる母親のMasteryを明らかにした研究はみあたらない。そこで、本稿では、乳児期の子どもを育てる母親のストレス、および母親のMasteryとはどのようなものかを既存の文献から明らかにすることを目的とした。

II. 方 法

1. 文献検索

医学中央雑誌を使用し、「マステリー」、「ストレス」、「育児」、「母親」、「乳児期」をキーワードとし、1983年から2012年までを文献検索した。そのうち、乳児期の子どもを育てる母親の心理・社会的側面に関する研究、育児をしている母親の体験に焦点をあてた研究を選別し、最終的に乳児期の子どもを育てる母親のストレスとMasteryに関わる内容が読み取れる16の文献を対象とし、分析した。

2. 分析の枠組み

YoungerはMasteryを「病気をはじめとする困難もしくはストレスに満ちた状況に対する人間の反応で、ストレスの経験を通して適応能、統制能、支配能を獲得していく人間の反応」と定義し、人はMasteryによりストレスを受ける前

よりも鍛えられ、強さをもった存在になる¹³⁾としている。また、YoungerはMasteryのプロセスとして【確かさ】、【変更】、【受け入れ】、【拡がり】の4つの構成要素をあげており、それらは表1のように訳されている¹⁵⁾。女性は妊娠し子どもを育てる上で、役割や自己像の変化を体験しながらも、母親としての新しい自己に適応していく。また母親は育児体験により、柔軟さや自己制御、自己の強さなどを得て、人間的に成長する¹⁶⁾。つまり、子どもを育てることは、母親にとってストレスな出来事であるが、その経験を通して母親としての適応能、統制能、支配能を獲得し、成長していくと考えられ、Youngerの定義するMasteryと合致する。そこで本稿では、乳児期の子どもを育てる母親のストレスと、Masteryの4つの構成要素がどのようなものであるか分析することとした。

III. 結 果

1. 乳児期の子どもを育てる母親のストレス

乳児期の子どもを育てる母親のストレスは、子どもの月齢により変化している。産褥1か月ごろまでは、母児の健康上の問題や育児に関する心配事が多い時期である¹⁷⁾¹⁸⁾。自分の判断で育児を行っていくことに自信がもてず、育児不安が最も高くなるのは、退院後から産褥1か月ごろと報告されている^{19)~22)}。前原は、産褥2~3週から1か月時は、児の基本的な世話技術にも慣れる頃であるが、一方で、睡眠不足や慢性的な疲労が蓄積する中で、マニュアル通りにはいかない出来事に遭遇し、自分とわが子にあっ

表1 Mastery構成要素の定義 (藤田¹⁵⁾)

確 か さ (certainty)	妥協(交渉)によって得た視点を採択した状態で、それによってストレスに満ちた出来事もしくは状況をどう見るかという点に関して、自己の内部と外部に一貫性がもたらされること
変 更 (change)	環境に対して個人が直接働きかけて、ストレスの影響を軽減すること
受け入れ (acceptance)	個人が期待を現実的に調整して、変えられないものを変えようとするのをやめ、前に進もうと自らが決める状態
拡 がり (growth)	新たな意味を獲得し、耐えられると感じ、また困難な状況を克服することができるようになる個人の発達的变化。これにより人は、その出来事が生じる前よりもさらに効力を持つようになること

たやり方を探索し始め、試行錯誤するというストレスフルな状況にある²³⁾と述べている。また1～2ヶ月児の母親の特徴として、2～3割の母親は、子育てに対して自信の無さを感じ、また、精神的な不調、子どもの扱いにくさを感じている¹¹⁾。

乳児の母親の育児ストレスでは、生後6ヶ月未満より、生後6カ月以上のほうがストレス度は高く、この時期の子どもが感覚・神経系の発達により情緒の分化が起こり、睡眠中心の生活から積極的な探索行動をとること、人見知りや人の好き嫌いなど、相手と自分の間の心的距離を自分で調整するなど、子どもの発達に伴い母親と子どもとの関係性が変化し、母親が対応に戸惑うと考えられている。また、寝返りや離乳開始といった、子どもの新たな発達課題に対する環境や食への配慮など、親の育児課題が増え、これらが母親の育児ストレスの誘因となることが示唆されている⁹⁾。

つまり、乳児期の子どもを育てる母親は、子どもの育児そのものに慣れるまでのストレスがある一方、月齢による成長発達に伴って新たな育児の課題が生じ、それに対するストレスを抱えると考えられる。

乳児期の母親のストレスや育児困難感に影響する因子としては次のようなことが明らかになっている。母親の不安・抑うつがあると育児困難感を上昇させること、母親の不安・抑うつ傾向には、夫の心身不調、夫・父親・家族機能の問題、子どもの扱いにくさが関連している³⁾⁴⁾。また母親の情動的共感性により子どもの感情の読み取りが異なるという研究もある。感情的暖かさをもつ母親は子どもの感情を快として読み取り、感情的冷淡さをもつ母親は不快として読み取る傾向があること、感情的冷淡さを持つ母親は他者の様々な感情に対し不快感をもつため精神的な安定感が低く、育児困難感を抱きやすいことが示されている²⁴⁾。育児ストレスは母親のパーソナリティとしての不安になりやすさをベースに、夫に対するストレスや子どもへの否定的感情、母親役割の非受容感が影響して生じる⁹⁾。

以上のことから、乳児期の子どもを育てる母親のストレスは、育児そのものに不慣れなこと、

子どもの月齢による成長発達に伴い新たな育児の対応が求められることから生じているが、母親の心理的傾向と、子どもや夫、家族に対する感情、夫・家族の健康状態や育児へのサポート状況などが影響を受けていると考えられる。

2. 乳児期の子どもを育てる母親のMastery

乳児期の子どもを育てる母親は、先述したような育児ストレスを抱えているが、それらのストレスをどのように克服しているのか、YoungerのあげているMasteryの4つの構成要素にそって述べていく。

1) 【確かさ】

産褥1.5カ月までの初産婦における母親の心理的变化として、退院後間もない時期は育児負担感や育児困難感などの否定的感情が約6割と多いが、1.5カ月時には否定的感情が約4割に減少し、「子育て肯定感」や「子どもへの愛着形成」などの肯定的感情が増加している¹⁰⁾。この肯定的感情には「子どもの泣きの意味がわかってきた」、「子どもの発達に気づけてきた」、「子どもの生活リズムがでてきた」、「子どもの成長を実感する」、「赤ちゃんは世話が必要な存在である」といった「子どもの特徴の把握」があげられている。産褥1か月までの母親役割の自信を構成する要素としては<知識・技術の自信>、<合図をよみとる能力>、<要求に応答する能力>、<自分とわが子に合ったやり方の確立>があげられている²³⁾。産後4カ月の母親が自信を獲得するプロセスでは、まず「試行錯誤しながら子どもと自分にあわせた育児方法を確立する」段階がある。母親は、とにかく育児に無我夢中で取り組む、医療者や実母や義母に言われるままに、とりあえず子どもの世話をしていたが、次第に子どもの要求を推測するための情報や対応方法のコツをつかみ、子どもにとって最善と思われる方法を決定するなど、自分なりの育児方法を確立している¹²⁾。これらより、母親は慣れない育児にストレスや困難さを感じながらも、育児を続けていくことにより、子どもの反応を読み取り、意味を理解する、あるいは子どもの特徴など、育児の助けになる確かなサインや、うまくいく確かな方法をつかんでいると

考えられる。

清水は、母親が人と話を聞いてもらうこと、逆に人の話をきくことから、ストレスを発散したり、励まされたり、喜びや苦勞を共有したり、自分の置かれている状況を理解している¹⁾と述べている。母親自ら表現し、他者に聞いてもらうこと、あるいは他者の話を聞くことは、育児に関する不安やうまくいかないストレスなど自分の抱えている思いや状況が言語化されることで、より自己を客観視し、理解することにつながっていると考えられる。

以上のことから、乳児期の子どもを育てる母親のMasteryを構成する【確かさ】とは、子どもの反応の意味や子どもの特徴を理解し、方法がわからず不安な育児から自分なりの育児の方法を確立すること、また育児に対する自分の思いを他者と共有し、今、自分が置かれている状況がより明確になることと考えられる。

2) 【変更】

育児をしている母親は、無理をしない範囲での生活の工夫をしている。例えば、仕事を続けることや会社の選択、職場での交渉をすることなどによって、育児をしている自分の限界を知った上で、無理をしないよう、自ら周囲に働きかけをしている。自分自身の身体的・心理的健康を保持するために無理をしない範囲での生活を工夫することが子どもにとって、また自分にとってとても大切なことであることに気付いており、自分自身の生活を充実させるための工夫と日頃からのポジティブ思考やありのままの自分であることを心がけている。また、自分の時間を確保しようと、自ら努力しており、24時間という限られた時間を自分なりにコントロールする心のゆとりと、時間をコントロールしたことによる結果として心のゆとりが生まれている¹⁾。

母親は育児だけでなく、家事や仕事など、複数の役割を担っていることに加え、育児は子どもの機嫌や突発的な出来事により、計画通りに進まないことも多い。それが睡眠不足や慢性的な疲労の蓄積、時間のなさや時間に追われている現状につながり、ストレスの増大となる。そのような状況でも、母親自身の意識として、自分で時間をコントロールしようと工夫し、様々

な変更をしていると考えられる。

山崎によると、育児をしている母親は、我が子に必要とされる「母親としての自己」、社会(職場)で必要とされる「母親として以外の自己」の充実を望んでいる。母親は、育児に専念する時間の他、短い時間でも育児から解放され、社会で必要とされる自分の時間を作れるよう、主体的に時間をコントロールしている²⁵⁾。

以上のことから、乳児期の子どもを育てる母親のMasteryを構成する【変更】とは、育児をしている自分の限界を知った上で、時間に追われストレスに満ちた状況から、ゆとりのある状況へと、自分自身の思考・行動を変化させて、生活を工夫し時間をコントロールすることと考えられる。

3) 【受け入れ】

母親は思い通りにならない育児や家事に対し、子どものことを優先していくうちに、家事に対するこだわりを捨て、精神的に楽になると感じしており、母親が家事と育児との折り合いをつけ、視座の転換を図り現実的な目標を見いだすことで、現状を受け入れ、精神的な負担も軽減している¹²⁾。

母親は育児で夫や家族のサポートを受けることができている場合、サポートが得られているという実感をもち、そのサポートによって自分の育児がより豊かになっていることを認識している¹⁾。初産の母親では家庭内役割分担への「期待」と「実際」のズレから生じるイライラ感などの心理的葛藤や配偶者との対立への対処として、子どもが誕生したことに対し、よい側面を見つめて肯定的にとらえる、期待の水準を下げるなど、意味づけを変化させて現実を受け入れている²⁶⁾。また児の出生は家族成員にとって相手をより深く理解する機会になっており、それが肯定的理解であろうと否定的理解であろうと、育児という共同生活を通じてお互いがより多面的でより深い理解を得ていく²⁷⁾。

つまり、日々の生活における家事や育児などに対し、父親やあるいは家族への期待などもあるが、考え方を変化させる、あるいは父親や家族の理解を深めることで、現実的に得られているサポートや今の状況を受け入れ、精神的な安

定を得ていると考えられる。

以上のことから、乳児期の子どもを育てる母親のMasteryを構成する【受け入れ】とは、これまでストレスとなっていた育児・家事へのこだわりや家族に期待するレベルを変えていき、現状に妥協し折り合いをつけていくことと考えられる。

4) 【拡がり】

母親は夫や家族から育児のサポートを受け、助けられることへの感謝の念を抱き、周囲に気遣いをしている。母親は自分が行ってきた子育ての体験そのものと、そのことを乗り越えることができた自分、乗り越えることによって生じた現在の状況に対する価値を評価する力を持ち、また育児を経験したことから生まれる心のゆとりが、現状の認識や判断により影響をもたらしている。そしてストレスに満ちた現状の中で、点として存在している幸福な時を感じ取り、幸福な時を育児の中で大切なこととして価値づけている¹⁾。また、4ヶ月児をもつ母親は子どもの成長により反応が増え、子どもの成長を実感するとともに、子どもとのコミュニケーションが豊かになることから、子どもの欲求に合わせたかかわりができることで、母親自身の成長や子どもとの強いつながりを実感している¹²⁾。このように母親は、育児を通して、自己の成長を感じ、また周囲に感謝の念を抱くなど、育児による体験や、現時点での意味づけがより豊かなものとなっている。

児の出生によって、母親は自分の実家や夫の実家との関係が緊密になることが多く、お宮参りや節句などの節目で親戚と交流する機会も増加する。また、近隣に住む同じ月齢の児をもつ母親と知り合いになる、小児科などの医療機関や保育所など、児の出生前には縁のなかった社会資源との関係も生じ、社会性の拡大をもたらす。原田は子育てをしている母親のサポートグループを通じたエンパワーメントを明らかにしている²⁸⁾。子どもが誕生してから母親の生活は常に子どもとともにあるが、サポートグループに参加することにより、外出する自信をもったり、子どもとの距離をおき、母親以外の自分を求め始めるなど、人や社会とのつながりを回復

し、社会的な存在としての自己を回復させることが明らかになっている。

つまり、母親は育児をしている現状の意味づけに拡がりをもつこと、社会的な交流も拡がりをもつこと、さらに、自己に対するとらえも、育児をしている母親としての自己から、より社会的な自己へと拡がりをみせている。

以上のことから、乳児期の子どもを育てる母親のMasteryを構成する【拡がり】とは、母親が自分のおかれている現状、これまでストレスに対処してきた体験を肯定的に意味づけし、育児をしている自己の能力や存在価値を高めることと考えられる。

IV. 考 察

1. 育児期における発達課題を達成することと Masteryとの関係

女性は妊娠することによって、人生の転換点に立たされる。1人の女性から母親になり、子どもを育てていくという母親役割を受け入れ、適応することを迫られる。また、女性は男性に比べて一生の間に多様な役割が期待され、それぞれのライフステージにより果たすべき役割が次々と変化する²⁹⁾。初めて妊娠した女性は妊娠初期から自分がどのような母親になるかを明確にイメージしたり母親になることに対して自信を持っていることは少なく、妊娠中に徐々に母親になることに対する心の準備を整えていく。他の母親から学習した母親像を取り入れ、模倣・空想・脱分化などのプロセスを繰り返し、自分なりの母親像を構築していくといわれている。妊娠によって女性は母親としての自己概念を新たに確立していく必要に迫られ、このプロセスを支援していくことが重要である。女性の中には、それまでの役割に母親役割が加わることに抵抗を感じ、心理的に混乱した状態に陥る者も多い。個人的欲求と母親役割との葛藤が生じ、すぐには適応できない女性がいても不思議なことではない。しかし、徐々に母親役割を自己の一部として受け入れ、母親になることに喜びや充実感を感じ、子どもの誕生を待ち望む気持ちが育ってくる。母親としての自己概念を内在化し、新しい自己同一性を再構築できると、心が

安定し自信が生まれてくる。母親になるにともないそれまでに思い描いていた人生設計の変更を余儀なくされることも少なくない。妊娠により1人の女性として自分自身の生き方をあらためて考え直すことが必要となるため、そのような女性の思いを理解しながら、納得のいく自己決定ができるよう支えていくことが大切である³⁰⁾。

生後1年の児をもつ母親の、児の泣きに対する情動得点を評価した研究では、もともと仕事をしていない母親の非受容的情動得点は妊娠を機会に仕事を辞めた母親と同様に高く、仕事をしている母親や、育児休職中の母親より有意に高かった³¹⁾。仕事をしながら子育てするということは、育児に専念している母親より心理面で余裕が持てるのかもしれない。つまり、育児以外の仕事に目を向けられる時間があることで、忙しい日々の中にも育児に集中し、育児から息を抜ける時間が確保できていることも推測される。

育児期にある母親は、わが子に必要とされる「母親としての自己」、社会で必要とされる「母親として以外の自己」の充実を望んでいる²⁵⁾。Masteryにおける【変更】では、母親が育児だけでなく、家事や仕事など、複数の役割を担っているが、自分で時間をコントロールしようと様々な工夫をし、主体的な取り組みをしている。これは、子どもの機嫌や突発的な出来事により、計画通りに進まないことに対して主体的に取り組み、母親が自分自身の時間を持ち、育児以外にも目を向け、一人の女性としての自己を充実させることにつながっていると考えられる。

育児期にある母親は、夫との親密性を獲得することも課題である。宮本によると、育児不安において高不安群の母親は低不安群の母親に比べ、育児満足感や自己効力感が低く、子どもの育てにくさを感じながら育児を行い、夫からのサポートも不十分と感じていた³²⁾。夫から情緒的なサポートのある場合は母親の育児ストレスが低く、母子間の愛着が安定する傾向にあり、育児期の子どもをもつ母親の抑うつ重症度を左右する要因として、夫が子どもの世話をしない、一生懸命なのに誰もわかってくれない、という育児サポートの欠如が影響すると考えられてい

る。船越の調査でも、「夫といろいろなことを話す時間がある」ことが育児不安と関連するという結果があり、夫が育児の実際的な役割を担うことよりもむしろ、「気持ちを分かりあえる関係」が重要で、育児支援の具体的方法として夫との話し合いが持てるような場の提供が大切である³³⁾と述べられている。つまり、育児をしている母親にとっては、夫とのコミュニケーションがとれ、互いの気持ちを分かりあえている関係性が重要であるといえる。

【受け入れ】、【拡がり】においても、夫や家族の理解を深めることで、現実的に得られているサポートや今の状況を受け入れ、折り合いをつけることで、精神的な安定を得、育児を通して周囲に感謝の念を抱くなど、育児による体験や、現時点での意味づけがより豊かなものとなっている。これらから、Masteryの経験を通して、夫の理解を深め、夫から得られるサポートや夫との関係性を、より多面的に意味づけすることにより、相互の親密性を獲得する機会ともなると考えられる。

2. 育児の経験とMasteryとの関係

【確かさ】として、母親は慣れない育児にストレスや困難さを感じながらも、育児を続けていくことにより、子どもの反応を読み取り、意味を理解する、あるいは子どもの特徴など、育児の助けになる確かなサインや、うまくいく確かな方法をつかんでいることが明らかになった。育児の継続により、経験を重ね、より確かな技術や方法の獲得につながっていると考えられる。しかし、単に技術や方法の獲得がMasteryにつながるのであろうか。

乳児の泣きに対する母親の情動反応では、1か月の時点において、児の要求の区別がつかず、いろいろやってみないとわからないとする母親が特に初産婦にみられたことから、出生後間もないころ、特に初産婦においては、児との生活に慣れず、児の泣きに対する世話に苦慮することが多い現実を反映している。このような出産経験による情動反応の違いはその後の経過においてはみられておらず、出生後からの時間が経過し、泣きに対して順応し、その対応に慣れてくると、対処を通して経験的学習が蓄積さ

れ、不安やあせり、どうしたらいいかわからないという情動反応が緩和されていることが予測された。しかし、イライラ感やわずらわしさ、憎たらしさといった情動は、1年時で有意に高くなっており、時間の経過とともに、児への対応には慣れてくるものの、育児をしている母親にとって、児が泣くという日常的で慢性的な刺激は、ストレスフルな情動を引き起こし、全体として1年時の非受容的な情動を高めていることが推察されている。そしてこれまでの学習経験では対応しきれない事態、すなわち、児がさらに泣き続けるような事態が生じたときに、母親の対応を超えてしまい、児の泣きは単なる刺激からストレスフルなものとして母親に認知され、非受容的な情動傾向に逆転していくのではないかと考えられている³¹⁾。一方、Masteryにおける【変更】、【拡がり】の内容から、母親は育児技術の習得や、泣いた時の子どもの対応がうまくいくことだけでなく、現状に妥協や折り合いをつける視点を見出し、子どもを育てている自分の価値や、家族への感謝など、子育てをしている今の状況を様々に意味づけしている。つまり、日々の育児を積み重ねていく中で、育児に関する方法だけでなく、考え方を変更し、一つの現象を多面的に解釈することが、Masteryと関係している。

V. お わ り に

乳児期の子どもを育てる母親のストレスとMasteryはどのようなものであるか明らかにすることを目的とし、文献から検討した。その結果、乳児期の子どもを育てる母親は、育児に不慣れであり、子どもの成長発達に伴い新たな育児の対応が求められることからストレスが生じており、そのストレスは母親の心理的傾向と、子どもや夫、家族に対する感情に影響をうけていた。また乳児期の子どもを育てる母親のMasteryは、自分なりの方法を確立する【確かさ】、自分自身の思考・行動を変化させて、生活を工夫し時間をコントロールする【変更】、現状に妥協し折り合いをつけていく【受け入れ】、育児をしている自己の能力や存在価値を高める【拡がり】から構成されていた。また、母親は育児だけでなく、家事や仕事など、複数の役割

を担っており、一人の成人女性としての発達課題や家族の発達課題を達成していくことと、育児期における母親のMasteryとは相互に影響していることが考察された。

今後、乳児期の子どもを育てる母親のMasteryについて、対象者から得たデータを分析し、4つの構成要素の内容や関係性、Masteryのプロセスを明らかにすることが課題である。

引用・参考文献

- 1) 清水嘉子、他：子育て期をより幸福に過ごすための母親の工夫とその効果、日本助産学会誌、21(2)、23-35、2007.
- 2) 柏木恵子：子どもという価値、岩波書店、2001.
- 3) 川井尚、他：育児不安のタイプとその臨床的研究—育児不安に関する臨床的研究3 育児困難感のアセスメント作成の試み、日本総合愛育研究所紀要、33、35-56、1996.
- 4) 小林康江 他：1か月の子どもを育てる母親の育児困難感、山梨大学看護学会誌、5(1)、9-16、2006.
- 5) 水野里恵：乳児期の子どもの気質・母親の分離不安と後の育児ストレスとの関連：第一子を対象にした乳幼児期の縦断研究、発達心理学研究、9(1)、56-65、1998.
- 6) 西海ひとみ、他：第一子育児早期における母親の心理的ストレス反応（第1報）—育児ストレスの要因との関連による母親の心理的反応の特徴—、母性衛生、45(2)、188-198、2004.
- 7) 村上京子、他：乳幼児を持つ母親の育児ストレスに関する要因の分析、小児保健研究、64(3)、425-431、2005.
- 8) 堀田法子、他：6ヶ月児をもつ母親の精神状態に関する研究（第1報）不安、抑うつと育児ストレスとの関連から、小児保健研究64(1)、3-10、2005.
- 9) 高橋有里：乳児の母親の育児ストレス状況とその関連要因、岩手県立大学看護学部紀要、9、31-41、2007.
- 10) 望月初音、他：母親の適応過程に関する研究—産褥1.5カ月時における初産婦の心理的变化と影響要因に焦点をあてて—、筑波国際短期大学紀要、35、157-170、2007.

- 11) 小林康江：産後1ヶ月の母親が「できる」と思える子育ての体験、母性衛生、47(1)、117-124、2006.
- 12) 鈴木由紀乃、他：産後4か月の母親が母親としての自信を得るプロセス、日本助産学会誌、23(2)、251-260、2009.
- 13) Younger, J. A theory of mastery. *Advances in Nursing Science*, 14, 76-89, 1991.
- 14) Younger, J. et al. Mastery of stress in mothers of Preterm Infants. *Journal of the Society of Pediatric Nurses*, 2(1), 29-35, 1997.
- 15) 藤田佐和：マステリー、佐藤栄子編著、事例を通してやさしく学ぶ 中範囲理論入門 第2版、397-398、日総研出版、2009.
- 16) 柏木恵子、他：「親となる」ことによる人格発達、発達心理学研究、5(1)、1994.
- 17) 島田三恵子、他：産後1ヶ月間の母子の心配事と子育て支援のニーズに関する全国調査、小児保健研究、60(5)、671-679、2001.
- 18) 和泉京子、他：新生児期から乳児中期における母親の養育への意識・態度、大阪府立看護大学紀要、6(1)、83-96、2003.
- 19) 服部祥子、他：乳幼児の心身発達と環境、名古屋大学出版会、1991.
- 20) 竹下福代、他：退院後の褥婦の不安に関する調査—継続看護の視点からの検討、日本看護学会論文集 母性看護、26、86-88、1995.
- 21) 岡本美和子、他：生後1~2か月児の持続する泣きに対する初産婦の対処の実態とその影響要因、日本助産学会誌、15(3)、200-201、2002.
- 22) 池田浩子：育児負担感に関する研究 育児負担感の時期別変化と母親の心理状態との関連、母性衛生、42(4)、607-614、2001.
- 23) 前原邦江：産褥期の母親1役割獲得過程—母子相互作用の経験を通して母親役割の自信を獲得していくプロセス—、日本母性看護学会誌、5(1)、31-37、2005.
- 24) 小原倫子：母親の情動共感性及び情緒応答性と育児困難感との関連、発達心理学研究、16(1)、92-102、2005.
- 25) 山崎あけみ：育児期の家族の中で生活している女性の自己概念—「母親としての自己」・「母親として以外の自己」の分析—、日本看護科学会誌、17(4)、1-10、1997.
- 26) 堀口美智子：夫婦の家庭内役割分担における妻の葛藤と対処プロセス—乳児をもつ妻へのインタビューからの考察、家族関係学、23、81-90、2004.
- 27) 鈴木和子、他：家族看護学 第3版、日本看護協会出版会、2006.
- 28) 原田紀子：子育てをしている母親のサポートグループを通じたエンパワーメント、看護研究、29(6)、497-508、1996.
- 29) 岡野雅子：女性のライフサイクルと発達課題、—女子短大生とその母親による展望と回顧—日本家政学会誌、41(8)、781-790、1990.
- 30) 河野洋子：成熟期の健康、女性のライフサイクルとナーシング：女性の生涯発達と看護、ヌーヴェルヒロカワ、2011.
- 31) 田淵紀子、他：生後1ヶ月から1年までの乳児の泣きに対する母親の情動反応に関する縦断的研究、日本助産学会誌、20(1)、26-36、2006.
- 32) 宮本政子、他：乳幼児を持つ母親の育児不安の現状とその要因、香川県立医療短期大学紀要、2、115-121、2000.
- 33) 船越和代、他：幼児をもつ母親の育児不安、日本公衆衛生雑誌、47(11)、534、2000.