

原著論文

幼児をもつ父親の育児ストレスと関連要因

岩永 裕人¹⁾ 大迫 健²⁾ 徳永 瑛子³⁾
田中 悟郎³⁾ 菊池 泰樹³⁾ 岩永竜一郎³⁾

要旨：本研究は、幼児を子にもつ父親の育児ストレスとその関連要因を明らかにすることを目的とした。3～6歳の子を持つ父親500名に対して、Parenting Stress Index/Short Form (PSI/SF), Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ), SCIラザルス式ストレスコーピングインベントリー, 日本語版ソーシャルサポート尺度, 日本語版K6を実施し, PSI/SFのスコアを従属変数として重回帰分析を行った。その結果, 86名から回答が得られ, 独立変数の中でSDQの多動・不注意, 抑うつ度, 家族のサポートのスコアが有意であった。このことから, 父親の育児ストレスには多数の要因が関連しうることが示唆された。

キーワード：育児ストレス, 父親, 子どもの特性

はじめに

「夫は外で働き, 妻は家庭を守る」という性別役割分業の下では, 父親が経済的基盤を維持するため働き, 母親が家事を担い, 子どもの世話や教育を行ってきた。しかしながら, 1990年代から, この性別役割分業・意識が揺らぎ, 父親に対してもより幅広い育児への関与が期待されている¹⁾。また2010年6月には育児・介護休業法の改正により, 父親の育児休業手得促進が図られている。さらに, それに呼応するように厚生労働省が「イクメンプロジェクト」を始動していることもあり, 男性に育児への積極的参加を呼びかける動きは以前よりも盛んになっている。今後は, 母親と父親が協力して育児を行っていくことが当然の風潮と

なり, 父親と子どものかかわりが増えることが期待される。

しかし, そのような流れはあるものの日本においては, 父親特有の育児中のストレスやストレス構造の研究は母親に比べて少ない²⁾。また, 宮本³⁾によると, 保健医療従事者が育児中の父親と接する機会が限られており, 研究対象とすることが困難であることが挙げられている。一方, 育児雑誌「ベビーエイジ」⁴⁾の特集で, 「育児の悩みはあるか?」と258人の父親に質問したところ, 77%の父親が悩んでいると答えていた。また, 近年では父親に焦点化した育児ストレスの調査^{5,6)}も行われており, 父親の育児ストレスに対して対応をとることが必要だといえる。父親の育児ストレスと父親としての認識やストレス対処行動との関連性について調査された研究がある。岩田ら⁷⁾は, 父親になった事実を肯定的に捉え, 前向きに努力し, 肯定的に考えて対処する父親は育児ストレスが低

1) 三川内病院

2) 特定非営利活動法人なごみの杜

3) 長崎大学大学院医歯薬学総合研究科

いことを報告している。また清水ら⁸⁾は、育児ストレスの高い父親は、逃避や回避の対処行動をとることを報告している。しかし、父親の育児ストレスについて他の関連要因を調査した研究はない。

さらに、近年は自閉スペクトラム症、注意欠如多動症等の発達障害をもつ子どもたちが増加しているといわれている。このような発達障害を持つ子どもたちも作業療法の対象となる。その際、子どもたちへの支援と同様に保護者への支援も重要となる。しかし、情緒面、行動面の問題等の発達障害児に起こりやすい問題に対して父親がどのような影響を受けるのかはわかっていない。本研究を行い、父親の育児ストレスに関する基礎的情報を得ることで、将来的には作業療法の対象となる発達障害を持つ子どもたち、その父親に対する適切な育児支援の方法を検討することにつなげたい。

本研究では父親の育児ストレスとその関連要因を分析することで、子どもの行動の特徴や対処行動、ソーシャルサポート、抑うつ度が父親の育児ストレスに対し、どのように影響しているのかを見出すことを目的とする。そうして父親のストレスを引き起こしやすい要因を明らかにし、具体化することで父親への育児支援を検討し、父親自身が育児ストレスに対して客観的に対応するための情報を提供することを目指している。

方 法

1. 対象

対象は幼稚園、保育園に通園している3～6歳の子を持つ父親500名である。

2. 調査期間

2013年12月～2014年5月

3. 調査方法

A県内の3園の幼稚園、3園の保育園に、研究者らが準備した調査票を幼稚園教諭または保育士が配布し協力を呼びかけた。調査票には、調査の

趣旨と個人が特定されないこと、研究以外の目的には使用されないこと、調査の趣旨に同意した場合のみ調査へ参加していただく趣旨を記載した。調査票は園で取りまとめてもらい、研究者らが園に出向いて回収を行った。

4. 質問紙

調査内容は大きく3つあげられる。

1つ目は、回答者である父親、子どもの情報等の「基本属性」、2つ目は、「育児ストレスの程度」、3つ目は「育児ストレスに影響を与える可能性のある要因」である。その要因として今回は、先行研究において育児ストレスと関係があるとされていた「子どもの行動特徴」、「育児ストレスに対するコーピング方法」、「ソーシャルサポートの量」、「うつ病のリスク」をあげた。

1) 基本属性

対象の年齢、子どもの性別・月齢、家族形態、子どもの人数をたずねた。

2) Parenting Stress Index/Short Form (PSI/SF)

この調査票により、「育児ストレス」を評定する。Abidin⁹⁾のThe Parenting Stress Index (PSI)の日本版を使用した。本研究では『PSI短縮版36項目』¹⁰⁾を用いた。PSI/SFは「親の苦悩」(例:私は親としての責任にとらわれていると感じる)、「親-子相互作用の機能不全」(例:私の子どもは、私が喜ぶことはほとんどしない)、「むずかしい子ども」(例:私の子どもは、他の子どもよりずっと泣きやすくむずかりやすい)の3つの下位尺度からなり、各尺度12項目である。各項目への回答は「全くそのとおり」から「全く違う」の5段階となっており、「全くそのとおり」=5点、「全く違う」=1点と得点化する。得点範囲は25～125点であり、得点が高いほど育児ストレスが高いことを示す。

3) Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

Goodman, R¹¹⁾が開発したSDQは、子どもの行

動特徴を測定するための質問紙である。日本語版も信頼性、妥当性が検証されている¹²⁾。SDQは親が回答し、質問紙は「情緒」、「行為」、「多動不注意」、「仲間関係」、「向社会性」の5つのサブスケール、25項目からなる。評価項目は、「他人の心情をよく気づかう」、「おちつきがなく、長い間じっとしてられない」、「一人でいるのが好きで、一人で遊ぶことが多い」、「自分からすすんでよく他人を手伝う（親・先生・友達など）」などがある。

評価方法は、各項目について「あてはまらない」= 0点、「まああてはまる」= 1点、「あてはまる」= 2点と3段階で評価をつける。逆転項目では、「あてはまる」= 0点、「あてはまらない」= 2点をつける。そして、「情緒」「行為」「多動不注意」「仲間関係」「向社会性」のそれぞれのサブスケールスコアの合計点を集計する。「向社会性」得点を除いた4つのサブスコアの合計がSDQ総得点とされている。

4) ラザルス式ストレスコーピングインベントリー (SCI)

日本健康心理学研究所の日本語版SCI¹³⁾を用いて育児ストレスに対するコーピング法を評価した。対象者に最近経験した具体的なストレス状況を思い出してもらい、その時どう対処したかを各項目について、「あてはまる」= 2点、「少しあてはまる」= 1点、「あてはまらない」= 0点の3段階で対象者自身が評価するものである。SCIは問題と情動志向の評価から「問題志向型」ないし「情動志向型」という2つの対処ストラテジーへの分類、および8下位尺度からなる対処型（「計画型」「対決型」「社会的支援模索型」「責任受容型」「自己コントロール型」「逃避型」「隔離型」「肯定評価型」）から構成される。問題対処にまつわる64の質問項目の回答結果から、対処ストラテジー、対処方を分類する。対処行動における傾向が高い尺度ほど得点も高くなるように作成されている。

5) 日本語版ソーシャルサポート尺度

日本語版ソーシャルサポート尺度¹⁴⁾では、

「ソーシャルサポートの状態」を評価した。日本語版ソーシャルサポート尺度は「家族のサポート」「大切な人のサポート」「友人のサポート」の3つの下位尺度と全12項目からなる。「全くそう思わない」= 1点、「そう思わない」= 2点、「あまりそう思わない」= 3点、「どちらとも言えない」= 4点、「ややそう思う」= 5点、「そう思う」= 6点、「非常にそう思う」= 7点をつける。各サポート源の下位尺度別に合計得点を算出する。

6) 日本語版K6

日本語版K6¹⁵⁾では、「うつ病リスク」を評価した。K6は6項目5件法の尺度であり、過去1ヶ月間の抑うつ、不安状態を評価する。「全くない」= 0点、「少しだけ」= 1点、「ときどき」= 2点、「たいてい」= 3点、「いつも」= 4点をつける。合計点の範囲は0～24点である。点数が高いほど抑うつ、不安状態が高いことを示す。

5. 分析方法

分析にはIBM SPSS Statistics19を使用した。重回帰分析を行い、育児ストレスの関連要因を解析した。有意水準を5%とした。

6. 倫理的配慮

本研究は長崎大学大学院医歯薬学総合研究科倫理委員会の承認を得ている（承認番号13072536）。

結果

幼稚園・保育園児500名の父親を対象に、500部の調査用紙を配布し、122名（24%）から回答があった。このうち欠損値があるもの、子どもに何らかの障害があると明言したものを除いた86名（幼稚園39名、保育園47名）を分析対象とした。

父親の平均年齢は 37.9 ± 6.1 歳であった。子どもの平均月齢は 58.3 ± 13.4 ヶ月であった。

父親のPSI総得点を従属変数とし、他の因子を独立変数として、重回帰分析（ステップワイズ法）を行った。その結果、有意であった変数は選出順にSDQの「多動・不注意」、K6の「抑うつ度」、ソー

表1. PSI総得点を従属変数とした重回帰分析

	標準化係数	t値	有意確率
(定数)		10.142	.000
多動不注意(SDQ)	.405	4.914	.000
うつ(K6)	.363	4.460	.000
家族のサポート	-.313	-3.831	.000

シャルサポート尺度の「家族のサポート」,であった(表1).

考 察

1. 育児ストレスと子どもの行動特性

相関分析の結果では,父親のストレスは子どもの「情緒」,「行為」,「多動・不注意」,「仲間関係」などに関係があることが示唆された.また,重回帰分析の結果から,「多動・不注意」が父親の育児ストレスに寄与することが示されたため,父親の育児ストレスには,子どもの特性の中で多動や不注意が影響している可能性があると考えられる.立林ら¹⁶⁾は,父親は子どもの外観や行動などの様子からの育児ストレスを受けやすいとし,さらにその要因として父親は育児に不慣れであり,子どもと接する時間も母親よりも少ないからであると述べている.また,父親の育児背景には,従来からの性別役割分業が残存しているとも合わせて述べている.これらのことから,父親は日頃育児を中心的に担っているわけではないため,子どもの表面的な行動特性からよりストレスを受けやすいのではないかと推察される.2~6歳の子をもつ父親の子どもに対する衝動的感情を調査した研究¹⁷⁾では,「食わずに遊ぶ」,「ふてくされる」,「きょうだいげんか」,「大事なものにイタズラ」といった場面で,約6割の父親が子どもを怒りとばし,1~2割が思わずたたくことがあると報告している.これより父親は子どもの行動に関する知識・対応が不十分で,不適切な関わりをとりがちであることも推察される.

したがって,父親の育児ストレスには子どもの

特に多動・不注意に関する行動が影響していることがわかった.さらに,子ども自体に対する理解,その子どもの行動に対する対応の難しさに対し父親が苦悩している可能性があることが窺える.この状態を軽減するためには父親が子どもの行動に関する知識を得て,対応方法を具体的に理解し実践する必要がある.多動・不注意を主症状とする注意欠如多動症にしばしばペアレント・トレーニングが使われるが,父親に対しても有効であることが明らかにされている¹⁸⁾.例え診断名がなくても,多動・不注意傾向のある子どもに悩む父親に対してはこのような対応を伝達する場が有効である可能性が推察される.

2. 育児ストレスとソーシャルサポート

本調査の結果より,父親への家族からのソーシャルサポートは育児ストレスの軽減に有効であることが示唆された.柏木ら²⁾は,父親が適切なソーシャルサポートを受けられることができると育児不安が和らぐと述べている.さらに,先行研究では父親の育児ストレスに対して家族以外からのソーシャルサポートも有効であることが述べられている.北村ら¹⁹⁾によると,父親の育児ストレス高得点群では家庭外での育児の相談相手がいないことが明らかにされており,相談相手の有無が父親の育児ストレスに影響を与えることが推察できる.さらに,福丸ら²⁰⁾は,子育ての楽しさだけではなく,子育てにまつわる葛藤やネガティブな感情を聞き合う場が重要であると述べている.このことから家族からのソーシャルサポートはもちろんのこと,それに加えて父親が育児について話し合ったり,相談したりする場を設定することも支援の一つの方法となると考える.

3. 育児ストレスと抑うつ度

父親の育児ストレスに関して抑うつ度が影響を与えていることが分かった.父親の抑うつが3歳半時点の子どもの行動的・情緒的問題と関連していることを示した研究²¹⁾では,父親が抑うつであった子どもは行動面・情緒面の問題が多いと

いう結果が示されている。さらに、その理由の一つとして父親が抑うつ的になると夫婦間葛藤が増加し、その結果、子どもの問題につながるという間接的影響の可能性も挙げられている。他にも、1歳の子どもをもつ父親にインタビューを行い父親の抑うつと養育行動の関連を調べた研究²²⁾では、抑うつ的な父親はそうでない父親と比べて絵本を読み聞かせるというポジティブな養育行動が有意に少ないこと、子どもを叩くというネガティブな養育行動が有意に多いことが示されている。したがって、今回の結果や先行研究から父親が抑うつ状態であると子どもの行動・情緒へのネガティブな影響がある可能性があるといえる。

まとめ

本研究により、父親の育児ストレスには「子どもの行動特性」、「ソーシャルサポート」、「抑うつ度」が関連しているといえる。重回帰分析より、子どもの「多動・不注意」傾向が強い、「抑うつ」状態であること、「家族のサポート」が少ないという3つの状態が相互に関連しあって父親の育児ストレスが高くなるということが示唆された。そのため、これら3つの特徴を持つ父親に対しては特に配慮して積極的に介入する必要がある。しかし、今回は父親の育児ストレスと対処行動との関連を明らかにすることは出来なかった。今回とは別のストレス対処行動尺度を用いた研究が今後必要だと考える。

文献

- 1) 住田正樹, 中村真弓, 山瀬範子: 幼児をもつ親の役割意識に関する研究. 放送大学研究年報27: 25-33, 2009.
- 2) 柏木恵子編: 父親の発達心理学-父性の現在とその周辺-. 川島書店, 東京, 1999.
- 3) 宮本政子: 乳幼児を養育する母親及び父親の育児支援に関する研究-育児ストレス構造の特徴と対処行動との関連-. 小児保健研究67(5): 729-737, 2008.
- 4) 婦人生活社: 『ベビーエイジ』第26巻第5号. 婦人生活社, 東京, 1995.
- 5) 桑名行雄, 桑名佳代子: 1歳6か月児をもつ父親の育児ストレス-親役割認知および性別役割態度との関連-. ころの健康21(1): 42-54, 2006.
- 6) 清水嘉子: 父親の育児ストレスの実態に関する研究. 小児保健研究65(1): 26-34, 2006.
- 7) 岩田裕子, 森恵美, 前原澄子: 父親役割への適応における父親のストレスとその関連要因. 日本看護科学会誌18(3): 21-36, 1998.
- 8) 清水尚子, 住岡里永子, 岸田真由紀他: 育児期における父親の育児ストレス, ストレス対処, ストレス反応の関連. 京府医大看護紀要17: 79-86, 2008.
- 9) Abidin, R. : Parenting stress index manual 1st ed., Pediatric Psychology Press, 1983.
- 10) 兼松百合子, 荒木暁子, 奈良間美保他: PSI 育児ストレスインデックス手引き. 雇用問題研究会, 東京, 2006.
- 11) Goodman R: The Strengths and Difficulties Questionnaire: A research note. Journal of Child psychology and Psychiatry 38: 581-586, 1997.
- 12) Matsuishi T, Nagano M, Araki Y et al : Scale properties of the Japanese version of the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) : a study of infant and school children in community samples. Brain Dev 30: 410-415, 2008.
- 13) 小林恒也: ストレスコーピングインベントリー 自我態度スケール マニュアル-実施法と評価法-. 株式会社 実務教育出版, 東京, 1996.
- 14) 岩佐一, 権藤恭之, 増井幸恵他: 日本語版

- 「ソーシャル・サポート尺度」の信頼性ならびに妥当性--中高年者を対象とした検討. 厚生指標54(6), 26-33, 2007.
- 15) Furukawa TA, Kessler R, Andrews G, Slade T: The performance of the K6 and K10 screening scales for psychological distress in the Australian National Survey of Mental Health and Well-Being. *Psychological Medicine*33:357-62, 2003.
- 16) 立林春彦: 保育園児をもつ父親と母親の育児ストレスと不安の比較. *米子日本看護医療医誌*63:56-66, 2012.
- 17) 村上京子, 青木久美, 塩川雄也他: 幼児をもつ父親はどのような育児場面で衝動的感情を抱くか. *チャイルドヘルス*16:42-46, 2013.
- 18) Fabiano GA, Pelham WE, Cunningham CE: A waitlist-Controlled Trial of Behavioral Parent Training For Fathers of Children with ADHD. *J Clin Child Adolesc Psycho*141(3):337-345, 2012.
- 19) 北村眞弓, 土屋直美, 細井志乃ぶ: 子どもの年齢別にみた母親の育児ストレス状況とストレス関連要因の検討-父親との比較に焦点を当てて-. *日本看護医療学会雑誌*8:11-20, 2006.
- 20) 福丸由佳: 成人期と親になること. ジェンダーの心理学ハンドブック. ナカニシヤ出版, 京都, 2008.
- 21) Romchandani P, Stein A, Evans J et al: Paternal depression in the postnatal period and child development: a prospective population study. *Lancet*365: 2201-2205, 2005.
- 22) Davis RN, Davis MM, Freed GL et al: Fathers' Depression Related to Positive and Negative Parenting Behaviors With 1-Year-Old Children. *Pediatrics*127: 612-618, 2011.

Child care stress in fathers who have preschoolers and affected factors of it

Yuto Iwanaga¹⁾ Takeru Osako²⁾ Akiko Tokunaga³⁾ Goro Tanaka³⁾
 Yasuki Kikuchi³⁾ Ryoichiro Iwanaga³⁾

- 1) Mikawachi Hospital
 2) Specified nonprofit corporation Nagami-no-mori
 3) Nagasaki University Graduate School of Biological Sciences

Abstract

The aim of this study was to clarify child care stress and affective factors of it in mothers of preschool children. We asked mothers who have children aged 3 to 6 to check Parenting Stress Index/Short Form(PSI/SF), Strength and Difficulties Questionnaire(SDQ), Stress Coping Inventory, Social Support Index, K6. In the results, 86 fathers responded those questionnaires. Multiple regression analysis revealed hyperactivity scale score, depression score and support of family score correlated with PSI/SF score. Therefore, child care stress might be affected by various factors.