東京学芸大学教育実践研究紀要　第19集　pp. 63-69，2023

乳幼児の保護者が感じる“育てにくさ”と臨床心理学的支援に関する調査研究

杉山　友菜*・橋本　創一**・石川　卓磨***・秋山　千枝子****・
山口　遼*****・田口　禎子*****・小柳　菜穂*

（2022年11月22日受理）

SUGIYAMA, Y., HASHIMOTO, S., ISHIKAWA, T., AKIYAMA, C., YAMAGUCHI, R., TAGUCHI, T. and KOYANAGI, N.; Child-rearing Difficulties Experienced by Infants' and Toddlers' Parents and Their Psychological Support.　ISSN 1349-9580

This study examined “child-rearing difficulties” experienced by parents of infants and toddlers and factors contributing to these difficulties” to identify the child-rearing support need of parents' s. We surveyed parents raising infants and toddlers using Google Forms and received 753 responses. The results indicated that approximately 30% of parents felt child-rearing difficulties. The “child factors” of their difficulties showed high stress for things closely related to children's daily life and development, including eating, sleeping, hygiene, and personal independence. The “parental factors” and “parent-child relationship factors” indicated that many respondents were concerned about becoming emotional, critical, and anxious, suggesting that parents' complex feelings and conflicts lead to stress. The “life environment factors” indicated that many parents had problems mainly at home, including the workload and marital relationships. Based on the above results, we concluded that child-rearing supporters must carefully consider the daily problems of infants' and toddlers' parents and provide advice and support about specific methods of coping with these problems.

KEY WORDS : Difficulty in raising children, Infants and toddlers, Childcare support

* *Gradutate School of Education, Tokyo Gakugei University*
** *Center for the Research and Support of Educational Practice, Tokyo Gakugei University*
*** *Megumi Nursery School*
**** *Akiyama Children's Clinic*
***** *The United Graduate School of Education, Tokyo Gakugei University*
****** *Komazawa Women's College*

* 東京学芸大学　教育学研究科
** 東京学芸大学　特別支援教育・教育臨床サポートセンター
*** めぐみ保育園
**** あきやま子どもクリニック
***** 東京学芸大学大学院連合学校教育学研究科
****** 駒沢女子短期大学

1．はじめに

厚生労働省の調査（2022）[1] によると，児童虐待対応件数は統計を開始した平成２年度から増加の一途をたどり，令和３年度では207,659件（速報値）と過去最多を記録した。また，母子健康における格差，少子化，子どもの貧困等，母子保健領域の課題は社会的問題となっている。

以上のような課題に対し，厚生労働省は平成13年度，母子の健康水準向上を目指した国民運動計画として「健やか親子21（第１次）」を打ち出した。また，平成21年度からは現状の課題を踏まえた新たな計画である「健やか親子21（第2次）」を開始している。「健やか親子21（第２次）」[2] では，10年後に目指す姿を「すべての子どもが健やかに育つ社会」とし，３つの基盤課題と２つの重点課題を設定している。その重点課題①となっているのが「育てにくさを感じる親に寄り添う支援」である。“育てにくさ”とは，「子育てにかかわる者が感じる育児上の困難感」と定義され，類似概念として“育児不安”や“育児困難感”，“育児ストレス”等がある。島澤（2014）[3] をはじめとした様々な先行研究から，育児不安や育児ストレスが虐待のリスク要因となることが明らかになっている。

“育てにくさ”を感じる要因は，以下の４つに整理されている（秋山ら，2017）[4]。一つ目が子どもの要因（発達の遅れ，障害，性格等），二つ目が親の要因（子育て経験の未熟さ，障害や疾病等），三つ目が親子の関係性の要因（愛着形成，親子の相性等），四つ目が環境の要因（経済面，制度やサービスの不足等）である。このように，“育てにくさ”の要因は多様であり，実際のケースでは要因が複雑に絡み合っている場合が少なくない。従って子育て支援においては，“育てにくさ”の要因を包括的にアセスメントし，それに基づいて的確に親のニーズを判断する必要がある。

「健やか親子21」の最終評価・課題分析及び時期国民健康運動の推進に関する研究（2015）[5] によると，子どもに対して育てにくさを「いつも感じる」「時々感じる」と回答した保護者の割合は，３・４ヶ月児では15.4%，１歳６ヶ月児では27.4%，３歳児では35.4%となっており，乳幼児期では子どもの年齢が上がるにつれて育てにくさを感じる保護者が増加することが示されている。また，厚生労働省の調査（2021）[6] では，虐待を受けた子どもの年齢は，０歳から３歳未満が17.5%，３歳から学齢前が21.9%と，乳幼児期の虐待件数が全体の４割程と高い割合を占めている。以上の現状を踏まえると，乳幼児を育てる保護者に対する子育て支援の充実が一層求められていると考えられる。

現在，親が“育てにくさ”を感じた際の相談場所は様々に存在する。渕上（2019）[7] や前田（2020）[8] は，子育て支援を行う支援者（渕上：保健センター保健師および児童発達支援センター職員，前田：幼稚園教諭・保育士）を対象に，相談ケースの要因として多く挙がる項目を，先に紹介した４要因に整理して検討しており，各支援機関に共通した側面と特徴的な側面があることを明らかにしている。一方，子育ての当事者である保護者自身を対象とした，４要因の観点による調査はあまりなされていないのが現状である。子育て支援とは「親の育児不安を軽減すること」（秋山ら，2017）[4] であることからも，親の主観的なストレスや不安に，よりフォーカスする必要がある。

以上のことから，本研究では乳幼児を育てている親に，“育てにくさ”の感じ方及びその要因について尋ねるアンケート調査を行い，子育て支援におけるニーズを検討することを目的とする。

2．方法

2．1　調査対象

現在０歳～６歳（乳幼児期）の子どもを育てている保護者。

2．2　調査方法

Googleフォームにてアンケート調査を実施した（調査期間は2022年８月～９月）。東京都内多摩地域にある保育所・幼稚園48園を利用する保護者にURL記載チラシを配布した。また，Twitterユーザーの子育て情報に関心ある保護者にSNSを用いてURLを送信して依頼した。

2．3　調査内容

調査対象者（保護者）自身の子ども一人について回答を依頼した。調査内容は，①フェイスシート（子ども及び保護者自身の基本情報），②育てにくさ及び子育て感情に関する質問（３項目），③子どもの要因（18項目），④親の要因・親子関係の要因（16項目），⑤生活環境の要因（12項目），である。②～⑤の質問は「とても感じる」～「全く感じない」の５件法で回答を求めた。なお，③～⑤の各要因の質問項目については，秋山ら（2017）[4]，渕上（2019）[7]，前田（2020）[8] を参考に作成した。

2．4　倫理的配慮

調査データは統計処理し，保護者及び子どもが特定されることは一切ないこと，結果については学術的な目的

以外に使用しないことを明示し承諾を得た（東京学芸大学研究倫理委員会承認）。

３．結果と考察

３．１　フェイスシート

753名の保護者から回答が得られた。

まず，保護者の基本情報について，性別は，男性35名（4.6％），女性714名（94.8％），その他・回答しない４名（0.5％）であった。年齢は，20歳未満０名（0.0％），20代前半15名（2.0％），20代後半67名（8.9％），30代前半264％（35.1％），30代後半243名（32.3％），40代前半143名（19.0％），40代後半20名（2.7％），50代以上１名（0.1％）であった。回答のあった保護者の傾向として，ほとんどが女性であること，30代が多いことが挙げられた。

続いて，子どもの基本情報について，性別は，男子398名（53.1％），女子343名（45.7％），その他・回答しない９名（1.2％），未回答３名（0.4％）であった。年齢は，０歳０－５ヶ月27名（3.6％），０歳６－11ヶ月48名（6.4％），１歳０－５ヶ月106名（14.1％），１歳６－11ヶ月110名（14.6％），２歳０－５ヶ月106名（14.1％），２歳６－11ヶ月37名（4.9％），３歳０－５ヶ月44名（5.8％），３歳６－11ヶ月55名（7.3％），４歳０－５ヶ月52名（6.9％），４歳６－11ヶ　月41名（5.4　％），５歳０－５ヶ　月48名（6.4％），５歳６－11ヶ月40名（5.3％），６歳０－５ヶ月32名（4.2％），６歳６－11ヶ月７名（0.9％）であった。子どもの傾向として，男女比はおよそ等しいこと，１，２歳の幼児前期の子どもが多いことが挙げられた。

３．２　育てにくさ及び子育て感情に関する質問

「子どもに対して育てにくさをどの程度感じるか」について，「とても感じる」43名（5.7％），「少し感じる」198名（26.3％），「どちらともいえない」138名（18.3％），「あまり感じない」222名（29.5％），「全く感じない」149名（19.8％），未回答３名（0.4％）であった。また，「子育てにおいてポジティブな気持ち（子育てが楽しい，子育てできることが嬉しい）をどの程度感じるか」について，「とても感じる」314名（41.7％），「少し感じる」306名（40.6％），「どちらともいえない」82名（10.9％），「あまり感じない」44名（5.8％），「全く感じない」７名（0.9％）であった。また，「子育てにおいてネガティブな気持ち（これ以上子育てできない・したくない，子育てに疲れた）をどの程度感じるか」について，「とても感じる」41名（5.4％），「少し感じる」191名（25.4％），「どちらともいえない」158名（21.0％），「あまり感じない」182名（24.2％），「全く感じない」180名（23.9％），未回答１名（0.1％）であった。

本調査より，育てにくさを感じている親が３割程いることが明らかになった。これは「健やか親子21」最終評価・課題分析及び次期国民健康運動の推進に関する研究（2015）[5] の１歳６ヶ月児保護者（27.4％）や３歳児保護者（35.4％）と概ね一致する結果である。乳幼児健診等でフォローアップされ，既に継続的な発達支援を受けている親子のみならず，潜在的なニーズを抱えている親が一定数いることが示唆された。また，子育ての中でネガティブな感情を抱く保護者は少なくない一方で，ほとんどの保護者が同時に子育ての楽しさ・喜びも感じていることが明らかになった。子育て支援においては，保護者の日常の大変さや困難感に寄り添う姿勢とともに，ポジティブな面にも視点を向けて積極的なフィードバックを行うことが重要になると考えられる。

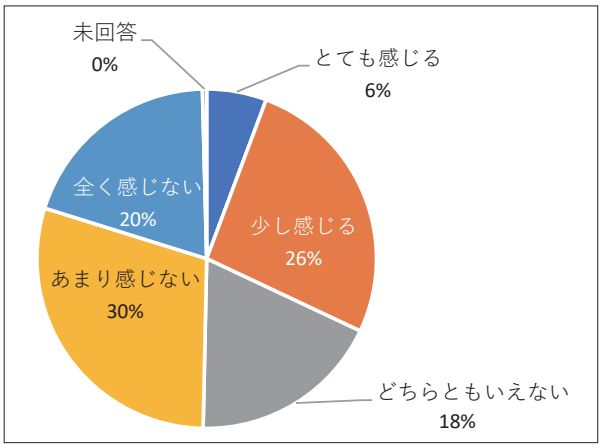

図１　育てにくさをどの程度感じるか

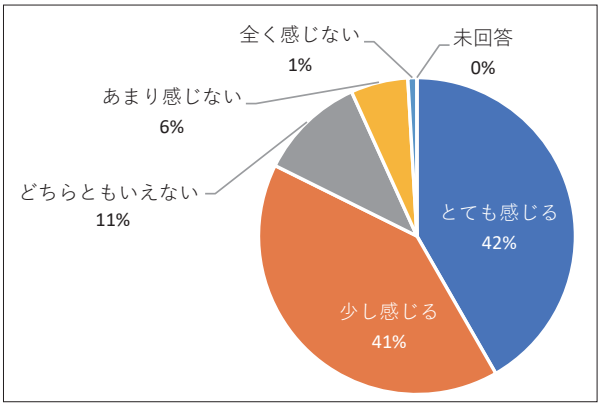

図２　ポジティブな気持ちをどの程度感じるか

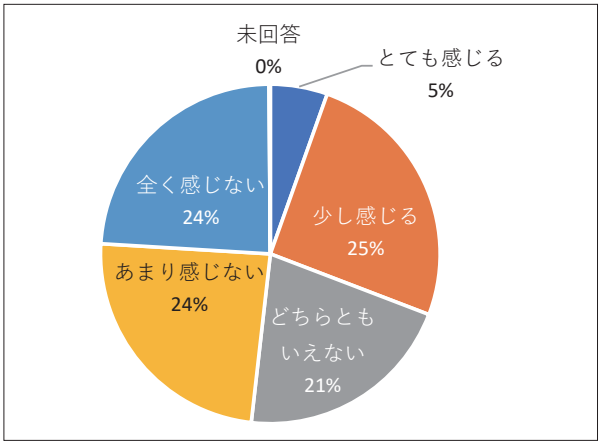

図３　ネガティブな気持ちをどの程度感じるか

３．３　子どもの要因

子どもの要因に関する以下の項目について，ストレスや育てにくさを感じるか回答を求めた。「とても感じる」「少し感じる」の合計回答者数は，「食事」337名（44.8％），「睡眠」270名（35.9％），「感情コントロール」261名（34.7％），「衛生面や身辺自立」200名（26.6％），「落ち着きのなさや衝動的な行動」174名（23.1％），「排泄」127名（16.9％），「不安の強さ」120名（15.9％），「コミュニケーション」110名（14.6％），「言葉の発達」107名（14.2％），「健康面」105名（13.9％），「こだわりや興味関心」104名（13.8％），「全般的な発達の遅れ」92名（12.2％），「母子分離」76名（10.1％），「運動発達」53名（7.0％），「病気・アレルギー」38名（5.0％），「障害」19名（2.5％），「生育不全」15名（2.0％），「その他」75名（10.0％）であった。

以上の結果より，子どもの要因に関しては「食事」「睡眠」「衛生面・身辺自立」といった日常生活や発育に密接したことへのストレスの大きさが伺えた。保健師・児童発達支援センター職員を対象とした渕上（2019）[7] や幼稚園教諭・保育士を対象とした前田（2020）[8] の調査では，食事や睡眠の順位は高くなく（いずれも８位以下），保護者対象の本調査結果とは相違がみられた。一方で，「感情コントロール」「落ち着きのなさや衝動的行動」といった情緒・行動面の悩みの多さは支援者対象の上記先行研究と一致した結果であった。このことから，以下の二点が示唆された。一点目は，子どもの行動・情緒面についての悩みは育てにくさにつながりやすく，保護者側も支援者側も課題意識を感じやすい可能性である。山原・小枝（2014）[9] は，保護者が子どもを育てる上で育てにくいと感じることとして，自己主張の強さ・指示の入らなさ，多動・衝動的な行動，かんしゃく等が多く挙がったことを示している。また，近年では注意欠陥多動性障害（ADHD）や自閉スペクトラム症（ASD）といった発達障害の特性を持つ子どもの母親の抑うつ度の高さも指摘されており（眞野・宇野，2007：永田，2011）[10][11]，保護者が子どもの行動や感情制御に難しさを感じる場合，対応の仕方に苦慮したり，今後の発達・適応等に関する心配が増大することが考えられる。二点目は，子どもの発育に関することは一般的に保護者が悩みやすい内容であるが，子育て支援の場においては他の顕在化した課題が優先され，相対的に相談に挙がりにくい可能性である。本調査でおよそ半数の保護者が回答した食事に関して，長谷川・今田（2004）[12] は食行動の問題をもつ子どもの母親は育児不安が高くなることを指摘している。このことからも，発育に関する内容は支援者側から丁寧に聴き取りを行い，保護者のニーズがある場合は具体的な助言・サポートが重要となるだろう。

３．４　親の要因・親子関係の要因

親の要因・親子関係の要因に関する以下の項目について，ストレスや育てにくさを感じるか回答を求めた。「とても感じる」「少し感じる」の合計回答者数は，「子どもに感情的・批判的になってしまう」330名（43.8％），「子どもへの不安や心配する気持ちが強くなる」299名（39.7％），「子どもに適切な働きかけができる自信がない，

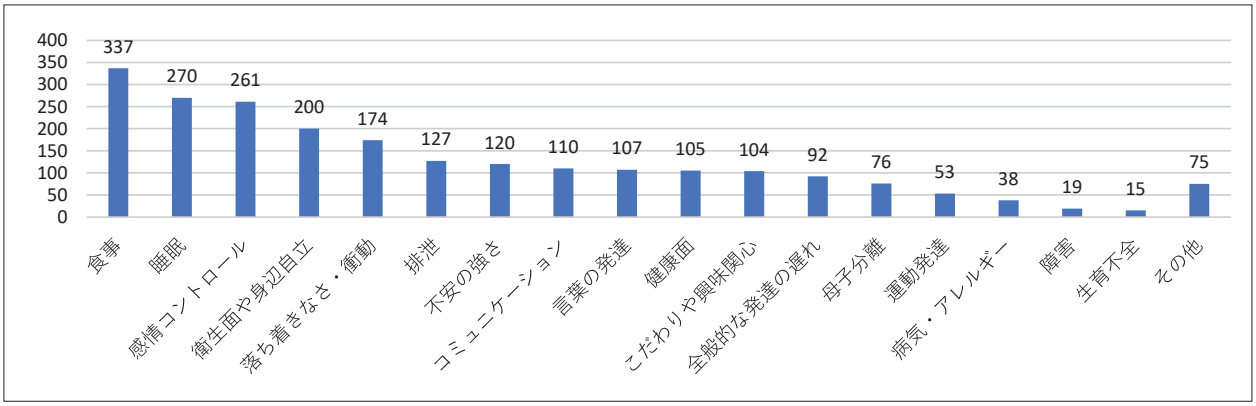

図４　子どもの要因（とても感じる・少し感じる 合計回答数）

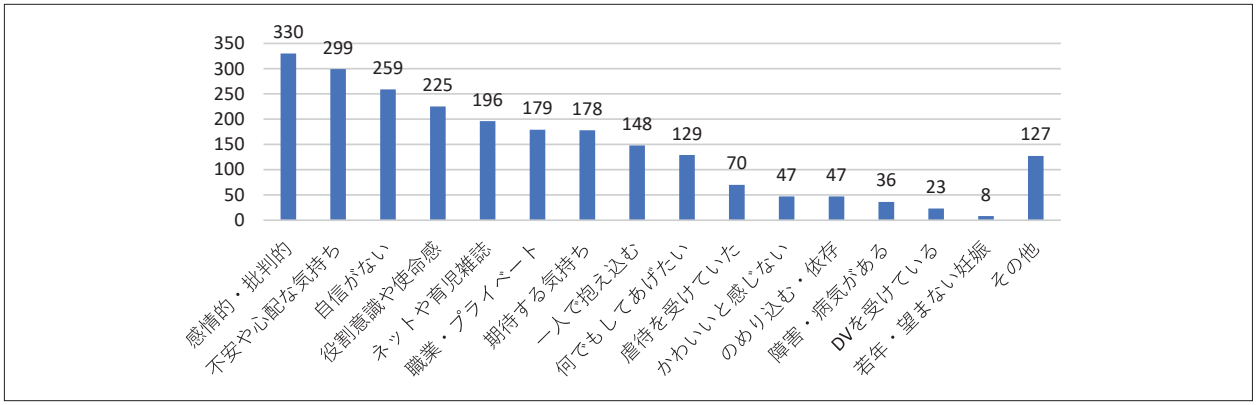

図５　親の要因・親子関係の要因（とても感じる・少し感じる 合計回答数）

どうしていいかわからない」259名（34.4%），「子育てに役割意識や使命感を強く感じている」225名（29.9%），「ネットや育児雑誌などの情報に影響されやすい，混乱してしまう」196名（26.0%），「職業人としての生活やプライベートを充実したい気持ちが強い」179名（23.8%），「子どもに期待する気持ちや，こうなってほしいという思いが強い」178名（23.6%），「悩みを一人で抱え込んでしまう」148名（19.7%），「子どもに何でもしてあげたい，手助けしたい」129名（17.1%），「ご自身が過去に虐待を受けていた，大切に育てられたと感じられない」70名（9.3%），「子どもをかわいいと感じない，関心が向かない」47名（6.2%），「特定のものにのめり込んだり，依存しやすい」47名（6.2%），「ご自身に障害・病気がある」36名（4.8%），「DVを受けている」23名（3.1%），「若年妊娠，望まない妊娠だった」8名（1.1%），「その他」127名（16.9%）であった。

親の要因・親子関係の要因の結果からは，保護者の子育てに対する認知の仕方・考え方の傾向に関する項目が上位に多く挙がっており，子どもに対して複雑な心情や葛藤を日々重ねながら子育てしている状況が考えられた。高橋（2007）[13] は，母親の育児ストレスの関連要因を検討した研究の中で，パーソナリティとしての不安の喚起のしやすさが，育児ストレス構造の基盤にあると指摘している。また，今回多く挙がった「感情的・批判的」な気持ちや「役割意識・使命感」に関しても，子育ての中で誰もが持ち得る自然な感情であるものの，その強さや頻度は保護者の性格・気質なども関係すると考えられる。島澤・渡辺・川瀬（2015）[14] は，エゴグラムの「AC（順応した子ども）」の得点が高い母親は，育児に対して「～しなければならない」という観念が強く，自身の理想とする育児ができなかったときにストレスを感じてしまう傾向を指摘している。また，大橋ら（2015）[15] は，EI（Emotional intelligence：情動知能）が高い母親ほど育児ストレスが低くなることを明らかにしている。以上のことからも，真面目で一生懸命に取り組みやすい，感情の起伏が大きい，不安になりやすいといった特徴のある保護者は育児においてストレスを感じやすく，保護者自身のメンタルケアも重要になるだろう。そのため，子育て支援においては，保護者の気持ちに寄り添い受け止める情緒的なサポートを基盤とし，パーソナリティや気質，場合によっては精神疾患や障害への可能性についてもアセスメントを行いながら，一人一人の保護者に合った助言や伝え方の工夫が必要であると考えられる。

３．５　生活環境の要因

生活環境の要因に関する以下の項目について，ストレスや育てにくさを感じるか回答を求めた。「とても感じる」「少し感じる」の合計回答者数は，「夫婦ともに仕事が忙しく，育児の余裕がない」280名（37.2%），「配偶者との仲が悪い，連携がとりにくい」173名（23.0%），「近くに親戚や相談できる友人がいない」171名（22.7%），「保育所や幼稚園に入れない」156名（20.7%），「実家と不仲，介入が多い」110名（14.6%），「生活が経済的に苦しい」107名（14.2%），「子ども（兄弟）が多い」58名（7.7%），「転居が多い，地域に馴染みにくい」55名（7.3%），「保育所や幼稚園の環境が子どもに適していない」40名（5.3%），「介護が必要な家族がいる」22名（2.9%），「ひとり親家庭である」10名（1.3%），「その他」100名（13.3%）であった。

生活環境の要因については，両親の多忙や夫婦関係といった家庭内のことが中心となってストレスにつながりやすいことが示された。共働き家庭では，仕事と家事・育児の両立に苦労している家庭が多いこと，子どもと過ごす時間が少なくなることで子どもの状態を把握しにくくなり，心配事を抱えやすくなることが指摘されている（梅田・島谷・長沼，2017）[16]。父親の子育て参加の度合いが母親の育児ストレスに関連することは，これまで様々な先行研究により報告されているが（村上ら，

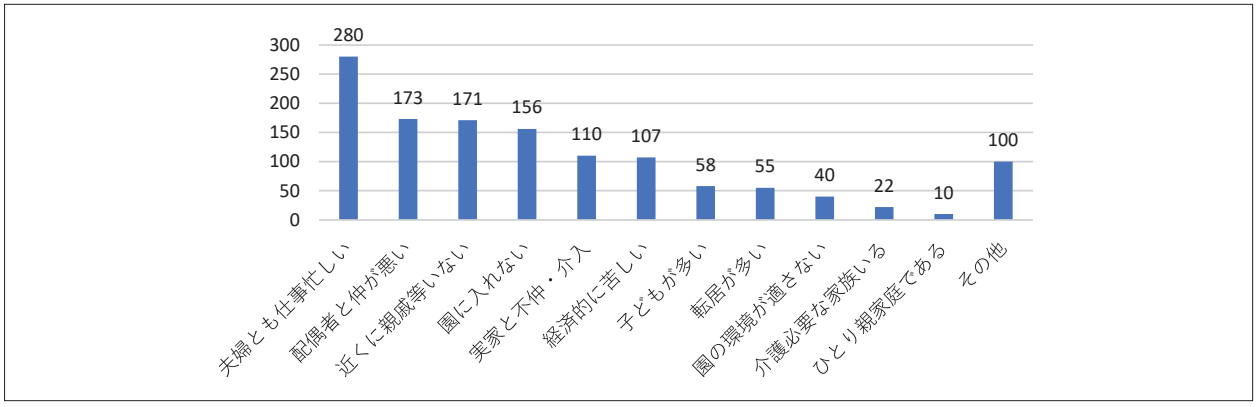

図6　生活環境の要因（とても感じる・少し感じる 合計回答数）

2005：田中・2010）[17) 18)]，近年共働き世帯が増加していることからも，それぞれの家庭の形態に合った役割バランス，連携の仕方等の助言が今後求められるだろう。また，保護者にとって，祖父母は子どもを預かってもらったり気軽に相談できる等，重要なサポーターになり得るが，核家族化が進行している現代において，そのような存在が近くにいないことも育てにくさを高める要因であることが示唆された。支援者としては，配偶者との連携に加え，周囲からのサポートを十分に得られるよう支援したり，地域の子育て施設・コミュニティを紹介する等を通して，孤立感を緩和するためのサポートが求められるだろう。

4．まとめと今後の課題

本研究においては，実際に専門的な子育て支援を受けているかに関わらず調査を行ったため，一般的に保護者が抱えやすい子育ての悩みを抽出することができたと考える。一方で，今回調査協力のあった各保護者が，それぞれどの程度専門的な支援ニーズを持っているかは不明であるため，支援ニーズがある保護者とない保護者の相違点については明らかにできなかった。また，本研究は基本統計の分析にとどまっているが，今後，子どもの発達段階や病気・障害の有無，保護者の性格等で群間比較を行うことで，より詳細に育てにくさにつながる要因の特徴を検討していくことが課題となった。

文献

1）厚生労働省：令和３年度児童相談所での児童虐待相談対応件数（速報値）
https://www.mhlw.go.jp/content/11900000/000987725.pdf（参照：2022/11/01）
2）厚生労働省：健やか親子21―妊娠・出産・子育て期の健康に関する情報サイト―.
https://sukoyaka21.mhlw.go.jp/（参照：2022/11/01）.
3）島澤ゆい（2014）：育児ストレスを抱える母親へのサポートに関する検討―先行研究の動向をもとに―. 金城学院大学大学院人間生活学研究科論集（14），29-41.
4）秋山千枝子・小枝達也・橋本創一・堀口寿広（2017）：『「育てにくさ」の理解と支援―健やか親子21（第２次）の重点課題にむけて―』診断と治療社
5）厚生労働省（2015）：「健やか親子21」の最終評価・課題分析及び次期国民健康運動の推進に関する研究－平成26年度総括・分担研究報告書
6）厚生労働省：児童虐待の定義と現状
https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11900000-Koyoukintoujidoukateikyoku/0000108127_1.pdf（参照：2022/11/01）
7）渕上真裕美（2019）：発達障害児をもつ親が抱える育てにくさの要因と臨床心理学的支援について．東京学芸大学大学院教育学研究科（修士論文）.
8）前田詩奈（2020）：育てにくさを抱える保護者への臨床心理学的支援について．東京学芸大学大学院教育学研究科（修士論文）.
9）山原摩耶・小枝達也（2014）：親子教室等に通う保護者の育てにくさ・困り感に関する研究．地域学論集 鳥取大学地域学部紀要，11（1），31-43.
10）眞野祥子・宇野宏幸（2007）：注意欠陥多動性障害児の母親における育児ストレスと抑うつとの関連．小児保健研究，66（4），524-530.
11）永田雅子（2011）：軽度発達障害が疑われる子と親への早期介入プログラム構築のための研究．科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書，1-5.
12）長谷川智子・今田純雄（2004）：幼児の食行動の問題と母子関係についても因果モデルの検討．小児保

健研究，63（6），626-634
13）高橋有里（2007）：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.
14）島澤ゆい・渡辺恭子・川瀬正裕（2015）：エゴグラムによる母親のパーソナリティと育児ストレスの関連―TEG Ⅱ（東大式エゴグラム）・母性意識尺度・育児ストレッサー尺度より項目選出―．小児保健研究，74（1），144-148.
15）大橋純子・桂敏樹・星野明子・臼井香苗（2015）：乳幼児を養育する母親における育児ストレスと情動知能要因との関連．小児保健研究，74（6），878-883.
16）梅田弘子・島谷智彦・長沼貴美（2017）：乳幼児を育てる共働き家庭の家族機能の特徴―夫婦それぞれの評価に着目して―．広島国際大学看護学ジャーナル，14（1），57-67.
17）村上京子・飯野英親・塚原正人・辻野久美子（2005）：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.
18）田中恵子（2010）：父親の育児家事行動・夫婦関係満足度の変化と母親の育児ストレスとの関連性．奈良女子大学人間文化研究科年報，25，215-314.