

母親が乳幼児の負情動表出を受け入れられないのはなぜか？

——「泣き」に対する認知と授乳をめぐる愛着システム不全の影響——

響 江吏子*・大河原 美 以**

教育心理学講座

(2013年9月13日受理)

1. 問題意識と目的

大河原は、不適応を示す子どもたちの心理治療の経験から、心理的問題を抱えている多くの子どもたちが、負情動制御の発達において課題を抱えていることを指摘し、「感情制御の発達不全」について研究を重ねてきた^{17) 18) 19) 20)}。大河原の仮説によると、親が子どもの負情動・身体感覚を否定することにより、子どもが自身の生体防御反応としての負情動を自己に統合することができなくなり、統合されていない負情動が制御できない形でさまざまな問題行動を引き起こしていくと考えられている。

親が子どもの負情動表出（泣き・ぐずりなど）を受け入れるということは、親子の愛着を形成する上できわめて重要な関わりである。しかしながら、子育て困難が生じている場合には、子どもの泣き・ぐずりを前にして、親自身が不快感情でいっぱいになってしまうという事態が生じている。乳児の泣き・ぐずりが引き起こす母親の情動・心理的反応に関する研究によると、子どもの負情動表出が、母親の不快感²⁷⁾ や子どもへの非受容的情動²⁶⁾、対処困難感・自信喪失感²³⁾を生じさせる刺激となることが示唆されている。そしてそれらは、母親の子育て不安や育児ストレス、抑うつ感を高めることにつながってしまう。

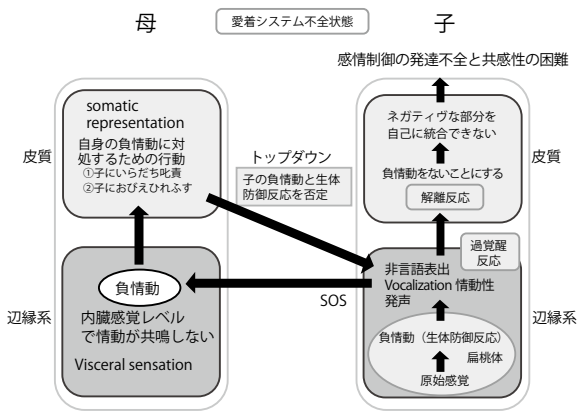
大河原^{19) 20)} は、負情動・身体感覚否定経験がなぜ感情制御の育ちを困難にするのかについて、感情制御の脳機能の観点から、理論的に説明し、乳幼児期の母子のコミュニケーションにおいて、母が子の負情動・身体感覚を否定するに至る相互作用を脳機能の点から

「愛着システム不全の仮説モデル」として、図式化した（図1）。「愛着システム不全の仮説モデル」では、情動を司る辺縁系領域と、認知機能を司る皮質領域にわけて、母子の相互作用を図式化している。子の辺縁系領域（扁桃体）において生体防御反応としての負情動が喚起されると、子は情動性発声（泣き声やぐずり）によって自己のSOSを母に伝える。子の泣き声やぐずりに、母は自身の辺縁系（内臓感覚レベル）で共鳴し、子が求める安心を与えるため、皮質において、子の負情動を言語化し、抱きしめる。そのような関わりが、健全な愛着システムであり、内臓感覚レベルでの共鳴は、いわゆる情動調律²⁴⁾をさしている。しかしながら、愛着システム不全が起こるときには、子から発せられる生体防御反応としての負情動によって、母の内臓感覚に不快が生じ、負情動が喚起されてしまう。そのため、子のSOSの訴えに対して適切な情動調律が行なわれず、母は自身の辺縁系を支配している負情動を制御するために必要な行動をとることになるので、結果として、生体防御反応としての子の負情動・身体感覚を否定することになるのである（図1）。

鈴木・大河原他²⁵⁾では、図1の愛着システム不全の仮説モデルに基づいて、愛着システムを測定する質問紙を作成するために、2～3歳の子どもをもつ母201名に質的な調査を行った。「授乳、卒乳・断乳、離乳食、睡眠、排泄、遊び、その他の場面」において、困った場面や行動などについて、自由記述を求め、その内容を質的に分析した。その結果、愛着システム不全は、授乳をめぐる母子の相互作用におけるつまづきを出発点として、その後の育児場面における悪

* 千葉県船橋市家庭児童相談室（273-8501千葉県船橋市湊町2-10-25）

** 東京学芸大学（184-8501 小金井市貫井北町4-1-1）

図1 愛着システム不全の仮説モデル²⁰⁾

循環をうみだしていくことが明らかになった。

また、大河原¹⁹⁾の「感情制御の発達不全の症状形成に関する仮説モデル」では、親が子の負情動を否定する背景として、「親の子どもの感情に対する感情制御のスタイル」というものが影響していると考えられている。これは親自身が原家族において、自身の感情をどう扱われてきたのかという体験から獲得されている認知・行動のスタイルでもある。「泣いてはいけない」と育てられた人は、わが子に対しても「泣いてはいけない」という認識の下でかかわることになる。このような「感情についてのメタ認識」はMeta-Emotion Philosophy (MEP)^{7) 8)}と言われ、親子や夫婦の関係において暗黙裡に重要な役割を果たしている^{12) 13) 21) 22)}。

そこで、本論では、母親が乳幼児の負情動表出を受け入れられない背景として、泣くことについての母自身の認知が、どのような影響を持っているのかについて検証する。つまり、そもそも「泣くことはよくないことだ」と認識している場合と、「泣くのはあたりまえだ」と認識している場合とでは、子どもの泣き・ぐずりの状態に対する、母自身の許容度に違いが生じるのではないだろうか？

一般的に、「泣く」ということは生理学・神経学・脳科学的にも理にかなった反応である。無論、乳児の泣きは、親への意志伝達⁶⁾や、信号行動としての機能^{3) 4) 5)}として重要であるが、成人の場合でも、泣くことには意味がある。

以下、Walter.C³⁰⁾の書籍から、涙の生理学的意味を整理する。涙の分泌には、基礎分泌、反射的分泌、情動性分泌の3つの要因がある。これら3種類の涙は、機能と成分が異なり、生化学物質、ホルモン、たんぱく質の濃度に違いがある。情動性分泌の涙には、反射的分泌の涙と比較してタンパク質が20～25%多い。また慢性的なうつ病患者において脳内濃度が高くなる

と言われているマンガンは、血液の30倍含まれており、ストレスの度合いをきわめて正確に示す物質であるACTH(副腎皮質刺激ホルモン)や、プロラクチンなどのホルモンも、多量に含有されているという。William, H.F³¹⁾は、泣く理由について、悲しい気分を生みだした脳内の過剰なホルモンやタンパク質を、涙とともに外に排出しているという仮説と、逆に、脳内に神経伝達物質のロイシンエンケファリン(鎮痛作用あり)が分泌されるという仮説を提示している。さらに、「泣く」際には、自律神経系の副交感神経の働きが優位な状態にあり、一見すると気が動転して泣いているように見えるが、実際には動転した状態から立ち直るために「泣く」行為が存在していると言われている¹⁵⁾。

有田¹⁾によると、一般にストレス状態は、交感神経の緊張が非常に亢進した状態であり、短期的には交感神経アドレナリン系の活動亢進、長期的には視床下部・下垂体・副腎皮質軸(HPA軸)の賦活が認められるが、「号泣状態」では、自律神経のバランスが一時的に副交感神経優位の状態にシフトしているという。「号泣」後、スッキリ爽快の気分があるのは、覚醒状態にありながら、積極的に副交感神経優位の状態を発現させて、ストレス緩和に寄与しているからだと考えられている。そして、有田²⁾は、緊張や興奮を促す交感神経から落ち着きを促す副交感神経へと切り替わることによって起こる「泣き」の涙は、それ以上ストレスを積み重ねる必要がなくリラックス状態に入ったという信号としての意味をもつと述べている。さらに、心理的ストレスが免疫機能を低下させるという報告は多いが、涙を流すことはストレスを発散し、免疫機能を高めるといふ効果があるとされる。

以上のように、「泣く」ということは、ストレスから開放されるための生理学的な必然の反応であり、身体の実現である。ゆえに「泣くのはあたりまえだ」と思う認識も正当であるといえる。母自身が、泣くことに対して肯定的であれば、子の泣きに対しても受容的な態度を示すことができ、負情動表出を受け止められると考えられる。

本論の目的は、母が子の負情動表出を受容できない背景を、上記の観点をふまえた調査により明らかにし、子育て支援への指針を得ることである。

2. 調査研究

2.1 仮説

鈴木・大河原他²⁵⁾の研究より、授乳時における愛

着システム不全があると、子の負情動表出を制御する傾向が高まるだろうと考えられる。

また、Meta-Emotion Philosophy (MEP)^{7) 8)}の観点からは、母親が自分自身の「泣き」に対してネガティブな認知をもっている場合には、「子の泣き」に対してネガティブになり、また子育てで不安そのものに対して否定的な認知が構成され、そのために子の負情動表出を制御する傾向が高まるだろうと考えられる。

以上の仮説を図2に示した。この仮説に基づき、質問紙調査を実施した。

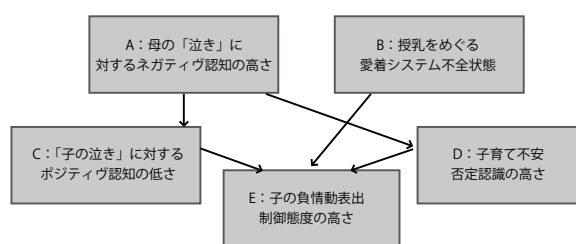


図2 仮説図

2. 2 質問紙構成

①フェースシート

年齢、子の年齢・性別、家族構成、就労状況、子育て環境、第一子の授乳方法、第一子の卒乳時期（授乳中の場合、予定時期）で構成した。

以下の質問紙のA～Eは、図2のA～Eに対応している。

②A: 「泣き」に対するネガティブ認知質問紙

以下の手続きにより作成した。2012年6月、大学・大学院生（22名/男性9名・女性13名）を対象に質的調査を実施。自身が「泣くこと」について、「どんな意味や効果があると思うか、自身が『泣くこと』について、どんな良くない（好ましくない）ことがあると思うか」自由記述による回答を求めた。質的データは、臨床心理学を学ぶ大学院生4名でKJ法（川喜多、1986）を参照した手法を用いて分類し、「泣き」に対する認知質問紙項目23項目を選定した。2012年7月～8月に、この23項目について、0～6歳の子どもを子育て中の母親（104名:平均年齢34.61歳）を対象に、「全く当てはまらない」「あまり当てはまらない」「どちらかといえば当てはまらない」「どちらとも言えない」「どちらかといえば当てはまる」「よく当てはまる」「非常によく当てはまる」の7件法で回答を求めた。因子分析を行い妥当性の観点から、1項目（2感動したら、泣いていいと思う）を削除した。この22項目を『泣き』に対するネガティブ認知質問紙」と

した。

③B: 授乳をめぐる愛着システム不全評価質問紙²⁵⁾

鈴木・大河原他²⁵⁾において、選定された授乳場面とそれにもなう睡眠場面における18項目について、以下の手続きで妥当性と信頼性を確認した。2012年7月～8月に、0～6歳の子どもを子育て中の母親（104名:平均年齢34.61歳）を対象に、「全く思わない」「あまり思わない」「少しそう思う」「そう思う」「非常にそう思う」の5件法で回答を求めた。因子分析により3因子構造であること及び信頼性を確認し、この18項目を「授乳をめぐる愛着システム不全評価質問紙」とした。

④C: 「子の泣き」に対するポジティブ認知質問紙

「子の泣き」の機能的な側面に焦点を当てた愛着関係の記述^{6) 3) 4) 5)}と、予備調査の自由記述で挙げられたものを参考に項目を作成した。子育てにおいて、「子の泣き」をどの程度「肯定的に捉えているか」を問う5項目。「全く思わない」「あまり思わない」「少しそう思う」「そう思う」「非常にそう思う」の5件法で回答を求めた。

⑤D: 子育て不安否定認識質問紙²²⁾

尾上²²⁾の、子育て不安に対して、否定的な認識がもつ程度を測る8項目。「全く思わない」「あまり思わない」「どちらかといえばそう思う」「非常にそう思う」の4件法で回答を求めた。

⑥E: 子の負情動表出制御態度質問紙²²⁾

尾上²²⁾の、子どもが負情動を表出する場面で、母親が子どもの負情動表出を制御しようとする度合を測る15項目。「全く思わない」「あまり思わない」「どちらかといえばそう思う」「非常にそう思う」の4件法で回答を求めた。

2. 3 調査方法

①調査時期:2012年9月3日～10月23日

②調査協力者:

都内X幼稚園の年少・年長組の母親205名（回収率40.49%）、Y市内の児童館で開催される子育てひろば、子ども家庭支援センターの子育てひろばに遊びにきていた親子の母親87名（回収率100.00%）、Z市子ども家庭支援センター内の子育てひろばに遊びにきていた親子の母親64名（回収率98.46%）、筆者の知人の母親6名（回収率100.00%）に調査協力を依頼した。欠損値のあるデータなどをのぞいて、234名（平均年齢:33.29歳）を分析対象とした。

2. 4 結果

2. 4. 1 質問紙の信頼性・妥当性の検証

①A: 「泣き」に対するネガティブ認知質問紙 (表1)

表1に示したとおり、2因子構造を確認した。第1因子は「A1:泣きの不利益認知」因子、第2因子には逆転項目が収束し「A2:伝達手段としての泣き否定認知」因子と名づけた。

②B:授乳をめぐる愛着システム不全評価質問紙 (表2)

18項目について、初期解を主因子法による因子分析を行ない、3因子構造が妥当であると判断した。第1因子を「B1:授乳の心理的困難」因子、第2因子を

「B2:授乳の心理的嫌悪」因子、第3因子を「B3:授乳の機能的困難」因子と名づけた。

③C: 「子の泣き」に対するポジティブ認知質問紙 (表3)

5項目について、1因子構造を確認した。

④D:子育て不安否定認識質問紙²²⁾ (表4)

先行研究と同様の1因子構造で、概ね十分な信頼性を得た。

⑤E:子の負情動表出制御態度質問紙²²⁾ (表5)

先行研究と同様の1因子構造で、概ね十分な信頼性を得た。

表1 A: 「泣き」に対するネガティブ認知質問紙の因子負荷量と α 係数 (主因子解・2因子指定)

	A ₁	A ₂
14:「すぐ泣く大人は弱い」と思うから、泣いちゃいけないと思う。	.817	.336
12:泣くと、「泣けば済むと思って」と思われるから、泣いちゃいけないと思う。	.786	.277
11:泣くのは、恥ずかしいから、泣いちゃいけないと思う。	.783	.339
10:泣くと、周りに心配をかけてしまうから、泣いちゃいけないと思う。	.772	.355
17:泣くと、プライドに傷がつくから、泣いちゃいけないと思う。	.760	.208
13:感情を表に出すのは好ましく思わないから、泣いちゃいけないと思う。	.758	.330
15:泣くと周りの空気が悪くなるから、泣いちゃいけないと思う。	.741	.387
6:泣くと相手に気をつかせてしまうから、泣いちゃいけないと思う。	.717	.418
23:人前で泣きたくないから、泣いちゃいけないと思う。	.692	.330
18:泣くと、周りの人に傷つけられそうだから、泣いちゃいけないと思う。	.690	.179
5:泣くと、「弱い」と思われるから、泣いちゃいけないと思う。	.677	.309
20:泣くと、「冷静じゃない」と思われるから、泣いちゃいけないと思う。	.647	.240
9:泣くと、悲しくなるから、泣いちゃいけないと思う。	.634	.134
3:泣くと、くやしいから、泣いちゃいけないと思う。	.633	.281
1:泣くと、「同情を買っている」と思われるから、泣いちゃいけないと思う。	.593	.246
22:泣くと、相手が悪者とされてしまうから、泣いちゃいけないと思う。	.588	.110
19:「泣かないのがえらい」と思うから、泣いちゃいけないと思う。	.572	.160
4:泣くと、目がはれたり、顔が赤くなったりするから、泣いちゃいけないと思う。	.510	.269
8:相手に思いが伝わるから、泣いていいと思う。*	.250	.817
7:「泣くのはいいことだ」と思うから、泣いていいと思う。*	.334	.677
16:気持ちを表現できるから、泣いていいと思う。*	.237	.659
21:コミュニケーションの1つの手段だから、泣いていいと思う。*	.201	.623
	α 係数	.941
	累積寄与率	48.653%
因子間相関	A ₁	—
	A ₂	—

表2 B:授乳をめぐる愛着システム不全質問紙の因子負荷量と α 係数（主因子解）

	B ₁	B ₂	B ₃
18：子が夜間に何度も起きるので困った。	.766	.491	.126
8：子に泣かれると、どうしていいかわからなかった。	.734	.385	.310
15：夜中の授乳が苦痛だった。	.727	.376	.346
7：子を寝かしつけることに時間がかかりとてもむずかしかった。	.684	.438	.100
6：子の求めが親の思いと異なるとき、苦痛を感じた。	.603	.524	.358
16：子の求めがマニュアル通りではないので、ちゃんと母乳(ミルク)の量が足りているのかわからなかった。	.568	.144	.448
11：子の求めが親の思いと異なるとき、授乳していいのかどうか迷った。	.526	.477	.358
12：母乳のために、子と離れることができないことが苦痛だった。	.360	.660	.110
10：子が乳首をかむので、授乳が苦痛になった。	.335	.649	.302
17：子に泣かれたくないから、授乳していた。	.506	.579	.082
4：子が母乳を求め、ミルクを飲んでくれないので、預けることができず困った。	.179	.490	-.054
13：子が胸をさわってくるのが苦痛だった。	.289	.480	.146
1：子を泣きやませるために、常に授乳していた。	.379	.471	-.083
2：外出先で、子に母乳を求められるのがいやだった。	.307	.412	.175
14：母の母乳の出が悪いから、うまく授乳できないと思った。	.232	-.029	.720
3：母の乳首の問題で、うまく授乳できないと思った。	.112	.141	.563
9：母の乳房のトラブルから、授乳が苦痛になった。	.363	.513	.538
5：子の母乳の飲み方が下手なので、うまく授乳できないと思った。	.285	.176	.529
α 係数	.843	.700	.682
累積寄与率		40.825%	
因子間相関	B ₁	—	.351
	B ₂	—	.200
	B ₃		—

表3 C：「子の泣き」に対するポジティブ認知質問紙の因子負荷量と α 係数（主因子解）

3：子どもの泣きは、子どもが成長するのに必要だと思う。		.791	
2：子どもの泣きは、子どもの意志表示だと思う。		.568	
5：子どもの泣きは、子どもを理解する上で必要だと思う。		.565	
1：子どもの泣きは、健康の証だと思う。		.393	
4：子どもの泣きは、私(母)を求める行動だと思う。		.349	
α 係数	.870	累積寄与率	58.584%

表 4 D: 子育て不安否定認識質問紙の因子負荷量と α 係数 (主因子解)

6: 子育てが上手にできない自分はいけないと思う。	.791
7: 子育てについて不安を感じることは避けたいと思う。	.622
4: 子育てや子どものことについて不安になる自分を許したくない。	.618
2: 子育てのことでわからないことがあると、なんだか怖くなる。	.578
5: 子育て方法やしつけについて困ったとき、なんだか逃げ出したい気持ちになる。	.568
8: 子育てに悩み、くよくよしているとき、もっと頑張らなければいけないと思う。	.565
3: 子育て不安を感じることはいけないことだと思う。	.393
1: はっきり言って、子育てに悩み、くよくよする自分はきらいだ。	.349
α 係数	.784
累積寄与率	33.076%

表 5 E: 子の負情動表出制御態度質問紙の因子負荷量と α 係数 (主因子解)

13: 子どもには、かんしゃくを起こさず、ちゃんと考えて行動してほしい。	.798
8: 子どもには、ぐずらずに、ちゃんと考えて行動してほしい。	.768
11: 子どもには、かんしゃくを起こすことが良くないことだとわかってほしい。	.762
6: 子どもには、ぐずることが良くないことだとわかってほしい。	.750
12: 子どもが言うことを聞かないで、かんしゃくを起こしたときは、それをすぐ止めなければと思う。	.706
14: 子どもがかんしゃくを起こしたとき、二度とそういうことが起こらないように対処しようと思う。	.697
7: 子どもが言うことを聞かないで、ぐずるときは、それをすぐ止めなければと思う。	.681
3: 子どもには、泣かずに、ちゃんと考えて行動してほしい。	.676
15: 子どもがかんしゃくを起こさずに、ニコニコと楽しくしてさえいれば、結果的に親子は仲良くなれると思う。	.637
9: 子どもがぐずったとき、二度とそういうことが起こらないように対処しようと思う。	.629
10: 子どもがぐずらずに、ニコニコと楽しくしてさえいれば、結果的に親子は仲良くなれると思う。	.619
2: 子どもが言うことを聞かないで泣いているときは、それをすぐ止めなければと思う。	.582
5: 子どもが泣かずに、ニコニコと楽しくしてさえいれば、結果的に親子は仲良くなれると思う。	.550
1: 子どもには、泣くことが良くないことだとわかってほしい。	.531
4: 子どもが泣いたとき、二度とそういうことが起こらないように対処しようと思う。	.486
α 係数	.920
累積寄与率	44.123%

表 6 5 質問紙の相関関係

	A	B	C	D	E
A: 母の「泣き」に対するネガティブ認知	—	.076	-.150*	.131*	.262***
B: 授乳をめぐる愛着システム不全評価		—	-.069	.319***	.351***
C: 「子の泣き」に対するポジティブ認知			—	-.102	-.228***
D: 子育て不安否定認識				—	.443***
E: 子の負情動表出制御態度					—

* $p < .05$, *** $p < .001$

2. 4. 2 仮説の検証

①質問紙間の相関

まず、仮説図（図2）における、A:母の「泣き」に対するネガティブ認知、B:授乳をめぐる愛着システム不全、C:「子の泣き」に対するポジティブ認知、D:子育て不安否定認識、E:子の負情動表出制御態度、これらを測定する5つの質問紙間の相関関係をみた。

それぞれの相関係数を表に示した（表6）。母の「泣き」に対するネガティブ認知は、子育て不安否定認識・子の負情動表出制御態度と有意な正の相関がみられ、「子の泣き」に対するポジティブ認知と有意な負の相関がみられた。そして、授乳をめぐる愛着システム不全は、子育て不安否定認識・子の負情動表出制御態度と有意な正の相関が示された。一方、母の「泣き」に対するネガティブ認知は、授乳をめぐる愛着システム不全とは関係しないということが明らかになった。

②構造方程式モデリングによるパス解析

次に、各質問紙間に相関関係がみられたため、構造方程式モデリングによるパス解析により、仮説図の検証を行なった。A:母の「泣き」に対するネガティブ認知が、C:「子の泣き」に対するポジティブ認知に負の影響を、D:子育て不安否定認識とE:子の負情動表出制御態度に正の影響を及ぼすこと、B:授乳をめぐる愛着システム不全がD:子育て不安否定認識、E:子の負情動表出制御態度に正の影響を及ぼすことを仮定し、分析をおこなった。多因子構造であるA:母の「泣き」に

対するネガティブ認知とB:授乳をめぐる愛着システム不全から引かれるパスについては、有意ではなかったパスを削除しながら分析を重ねていき、適合度指数はGFI=.961, AGFI=.917, RMSEA=.077, AIC=78.526となった（図3）。

結果として、子の負情動表出制御態度に至る背景には、以下の4つの要因が独立して存在していることが示された。

- ①A1:泣きの不利益認知は、直接的にE:子の負情動表出制御態度へ正の影響を及ぼす（制御態度を強める）上、D:子育て不安否定認識への正の影響を介してE:子の負情動表出制御態度へ正の影響を及ぼすことも示された。
- ②A2:伝達手段としての泣き否定認知は、C:「子の泣き」に対するポジティブ認知に負の影響を与えていた。一方C:「子の泣き」に対するポジティブ認知そのものは、E:子の負情動表出制御態度へ負の影響を及ぼす（制御態度を弱める）効果がみられた。
- ③B1:授乳の心理的困難が、D:子育て不安否定認識を強め、その正の影響を介して、E:子の負情動表出制御態度へも正の影響を与えていた。
- ④B2:授乳の心理的嫌悪が、直接的にE:子の負情動表出制御態度へ正の影響を及ぼすことが示された。

なお、B3:授乳の機能的困難からのパスは引かれなかった。

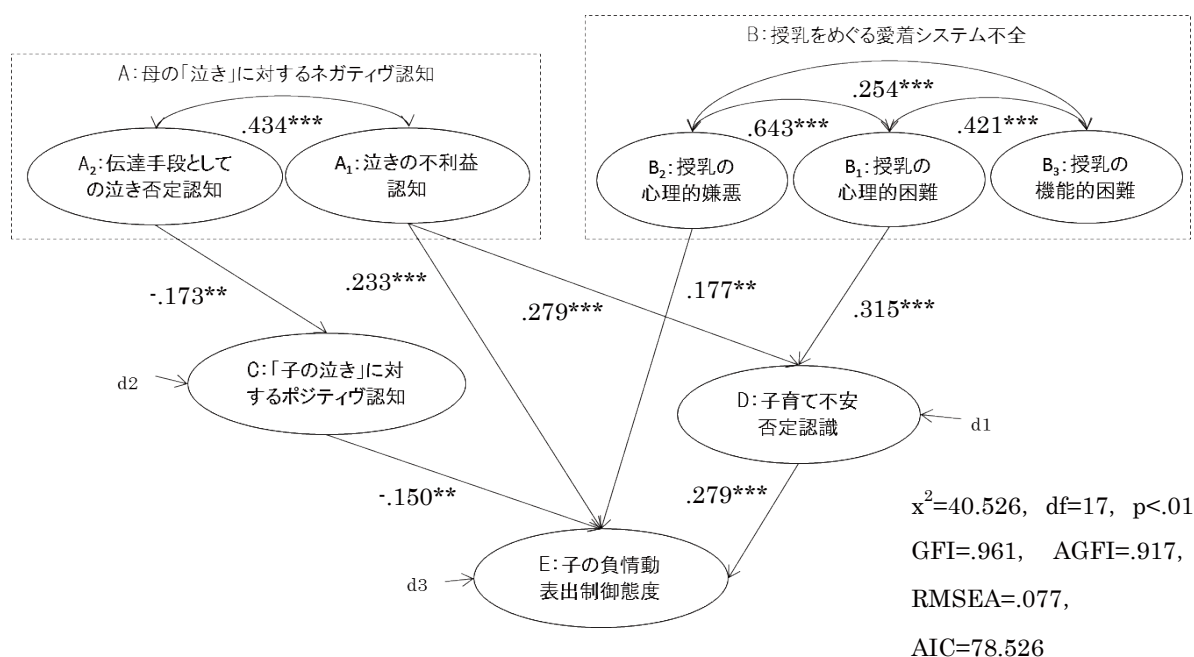


図3 「泣き」に対する認知と子育ての関連についてのパス解析結果

以上のように、母の「泣き」に対する認知の2因子と、授乳をめぐる愛着システム不全の3因子は、独立して影響力をもっており（あるいはもっておらず）、仮説がより詳細に立証されたといえる。

3. 考察

子の負情動表出制御態度に影響する背景には、「泣き」に対する認知と授乳をめぐる愛着システム不全の要因が、独立して存在することが明らかになった。

3. 1 「泣き」に対する認知が与える影響

「泣き」に対する認知は、「泣き」に対する「伝達手段としての泣き否定認知」と「泣きの不利益認知」の2因子にわかれ、それぞれが独立して子の負情動表出制御態度に影響を及ぼすことが明らかになった。

まず、母の「伝達手段としての泣き否定認知」は、「泣き」の機能とポジティブな意味を見出すことができない認知を表している。「泣き」が相手に思いを伝えたり、コミュニケーションの手段であったりするという認識が薄いと、「子の泣き」に対しても肯定的に捉えられないということが示された。つまり、母親が自身の「泣き」について、その機能とポジティブな意味を見出し「泣いていい」と思えることは、子どもの「泣き」を肯定的に受け止めることにつながるのである。「泣いていい」と思えることは、自分の否定的感情との葛藤についても語る力³⁴⁾や、内省する力³³⁾と同義といえるが、その力があると、子どもの気持ちを理解しやすかったり³³⁾、「泣きは乳児にとって必要なもの、自然なもの」と捉えられる過程³⁴⁾へつながったりするという。そして、以上のような過程を踏み「子の泣き」を肯定的に受け止めることができると、子どもの泣き・ぐずりへの制御態度が、軽減されることが明らかになった。

次に、母の「泣きの不利益認知」は、子育て不安否定認識を強め、さらに子どもの負情動表出制御態度へも影響を及ぼすことが示唆された。子育て不安否定認識に影響するという結果は、尾上²²⁾の知見と一致する結果であった。これは、Meta-Emotion Philosophy (MEP)^{7) 8)}の理論から説明すると、母が自身の「泣き」を承認できないということが、自分の不安を承認できないことと同義であり、そのため子育てにおいて必然的に伴う「子育て不安」を強めてしまうことを示している。さらに、「泣いちゃいけない」という母の認識が、子の泣き・ぐずりを否定する態度へ直接的に影響を与えることが明らかになった。このこと

から、「泣いてはいけない」と育てられた人が、わが子に対しても「泣いてはいけない」という認識の下でかわる、つまり子どもの泣きを否定することにつながるという世代間連鎖の可能性を孕んでいる。

3. 2 授乳をめぐる愛着システム不全が与える影響

授乳をめぐる愛着システム不全は、「授乳の心理的嫌悪」「授乳の心理的困難」「授乳の機能的困難」の3因子にわかれ、因子の影響力に相違がみられた。すなわち、授乳の心理的嫌悪は、直接、子の負情動表出制御態度に影響し、心理的困難は、子育て不安否定認識を媒介して負情動表出制御態度に影響し、機能的困難は、子育て不安にも、負情動制御にも影響しないということが明らかになった。

「授乳の機能的困難」因子には、母の身体的な理由で授乳に困難がある項目が収束しているが、このことが子育て困難に影響しないという点は、きわめて重要な結果である。

「授乳の心理的困難」因子は、夜中の授乳や寝かしつける場面に困ったり、子の求めと親の思いの相違に困難感をもったりするような項目が収束している。この心理的困難は、「上手に子育てできない自分はいけない」「もっとがんばらなければ」「わからないことがあるとこわくなる」といった子育て不安否定認識に影響を与え、それを媒介として子どもの負情動表出制御態度につながるということが明らかとなった。

尾上²¹⁾の調査によると、妊娠中、医師による問題指摘を受けたことがある人の方が、自分自身の不安に対して否定的であり、子育てについての悩みや不安が高く、子どもに対して否定的な感情をより強く抱いていたことが報告されている。このことから、子育て不安否定認識は、母親になる以前に形成してきたMEPの影響だけでなく、周産期に受ける医療分野での支援者との関係性の中で形成される可能性も考えられる。

さらに、「授乳の心理的嫌悪」因子は、授乳時の子どもの反応に嫌悪感を抱いたり、子と離れられないことに苦痛を感じたりするような項目が収束している。こうした心理的嫌悪は、母が内臓感覚レベルで情動調律することが困難な状態にあることを反映しているものと思われる。

以上から、「授乳の心理的嫌悪」因子と「授乳の心理的困難」因子が、母が子の負情動表出を否定することとなる愛着システム不全を測定する尺度として妥当性があることが示唆された。

3. 3 授乳期の子育て支援

授乳の心理的困難や心理的嫌悪が、子育て不安否定認識を介して、あるいは直接子どもの負情動表出制御態度につながるという結果は、子育てにおける授乳期の重要性と授乳期における支援の必要性を示唆しているといえよう。

鈴木ら²⁵⁾は、授乳をめぐる母子相互作用におけるつまづきを出発点として、その後の育児場面における悪循環をうみだしていることを指摘している。堤²⁶⁾も、母子の健康にとって、授乳期、離乳期は重要な時期にあり、母子の愛着形成や子どもの心の発達が大きな課題となっている現状では、それらの課題への適切な対応が求められていると述べている。そして、授乳・離乳の支援にあたっては、管理・指導の観点ではなく、母子が慣れない授乳や離乳を体験して行くその過程をどのように支援していくかという“育児支援の観点”を欠かすことができないことに言及している。厚生労働省でも平成19年に「授乳・離乳の支援ガイド」が策定されているが、従来の「管理」「指導」は「支援」にかわり、所属する施設や専門領域が異なっても、基本的事項を共有化し支援を進めていくことができることを意図して作成されている²⁶⁾。また、井関・白井¹¹⁾は、授乳の際に支援者としてかかわる実母の存在の重要性について述べている。娘（乳児の母）の実母への否定的な思いの原因のほとんどは授乳に関係しているという。産後、実母との関係に満足し、適切な情緒的サポートが提供されることは、授乳への満足感、ストレス緩和につながるという。このように、授乳期において、情緒的サポートが得られる育児支援者の存在はきわめて重要な意味をもち、特に実母との関係性の良否は、娘（乳児の母）の情緒の安定に欠かせない要素であるという。鶴山・久米²⁹⁾は、産後必要とされるソーシャルサポートは「自分への理解」であることを指摘しており、実母による娘の気持ちの受容と支持は産後のケアの重要なポイントである。また、尾上²²⁾も、夫が、妻の子育て中の負情動について、そのときの気持ちを承認することは、母親の授乳体験の肯定感を高める働きをもたらすとしている。

授乳期の支援は、母子の状態などに十分に配慮した上で、「単に母乳栄養率の向上や、乳房管理の向上のみを目指すものではない」¹⁴⁾支援が求められており、支援者や家族から負情動を承認される情緒的なサポートがきわめて重要であるといえる。

3. 4 「泣き」に対する認知に対する心理教育

本調査結果から、母自身の「泣き」に対するネガテ

ィブな認知が、子の負情動表出を否定する関わりに、深く影響することが明らかになった。

「泣き」に対するネガティブな認知が子育て不安否定認識に影響を及ぼすことについては、世代間連鎖の可能性のあることについて前述した。育児不安の原因は母親自身の養育体験である割合は高いと言われており³²⁾、そのネガティブな世代間連鎖を断ち切るためには、自らの経験を振り返る能力、社会的サポートの享受が、重要な役割を果たす⁹⁾という。

しかし、本研究の結果からは、「泣き」に対するネガティブな認知は、直接、子の負情動表出を否定することに影響することがわかった。このことは、母が「泣いてもいいんだ」ということを知ることの重要性を意味している。中釜¹⁶⁾は、子育て支援における心理教育について、“子育てについてすでにわかっていること、実証的・経験的に見出された知見を、学び手の心理状態に細やかに配慮しながら伝達することで、子育て技能の向上や問題解決に役立てようとする働きかけである”と述べている。その中で、ペアレンティング技能の習得や発達のメカニズムについて知るといような、よりgeneralな問題に対する支援の視点をもつことは重要であるとされている¹⁰⁾。

そこで、筆者は、本研究の結果から明らかになったことをふまえ、乳幼児の母むけの心理教育教材（子育てママのためのお助けマンガ：『泣くことって大事だよ』編）を作成した。育児で活字をよむ時間のない母たちに、短時間で伝えるための工夫として、マンガの手法を用いた。この心理教育教材は、WEB上にアップして、自由にダウンロードできるものとした（WEBアドレスを付記に記載した）。

3. 5 まとめ

本研究からは、泣くことが心の健康を維持する上で重要な働きをしているということの心理教育が、子育て支援の1つとして役立つ可能性を示すことができた。

そしてまた、授乳期における愛着システム不全は、このような認知の問題とは独立して存在することも明らかになった。今後の課題として、母子の本能的なボンディングを保障する授乳をめぐる愛着システム不全がどのような理由から生じるのかを明らかにする必要があるだろう。

また、本研究より、母親が子どもの負情動表出を受け入れられない要因は多様にあることがわかった。今回取り上げた要因以外にも、子どもの泣き・ぐずりの否定に作用する要因は存在する可能性が考えられるた

め、今後、それらを明らかにする必要があるだろう。

付記

本稿は第2執筆者の指導の下に、第1執筆者が東京学芸大学大学院修士論文(平成24年度)として提出したものをまとめ直したものである。調査にご協力いただいた皆様に、心より感謝申し上げます。

心理教育教材は、下記のHPからダウンロードできる。東京学芸大学大河原美以研究室HP:子育てママのためのお助けマンガ「泣くことって大事だよ」編

<http://www.u-gakugei.ac.jp/~ohkawara/manga3.pdf>

引用文献

- 1) 有田秀穂:涙とストレス緩和, 日薬理誌, 129, 99-103, 2007.
- 2) 有田秀穂・中川一郎:「セロトニン脳」健康法, 講談社, 2009.
- 3) Bowlby, J.: Attachment and loss, Vol.1 Attachment. New York, Basic Books, 1969.
- 4) Bowlby, J.: Attachment and loss, Vol.2 Separation. New York, Basic Books, 1973.
- 5) Bowlby, J.: Attachment and loss, Vol.3 Loss, sadness, and depression. New York, Basic Books, 1980.
- 6) Brennan, M.& Kirkland, J.: Classification of infant cries using descriptive scales., Infant Behavior and Development, 5, 341-346, 1982.
- 7) Gottman, J.M., Katz, L.F., &Hooven, C.:Parental Meta-Emotion Philosophy and the Emotional Life of Families., Theoretical Models and Preliminary Data, Journal of Family Psychology, 10 (3), 243-268, 1996.
- 8) Gottman, J.M., Katz, L.F., &Hooven, C.:Meta-Emotion How Family communicate emotionally, Lawrence Erlbaum Associates. Mahwah, NJ, 1997.
- 9) 林裕美・横山恭子:ネガティブな被養育経験をもちながら適切な情緒応答性を示す母親の特性について一負の世代間伝達を断ち切るために一, 上智大学心理学年報, 34, 33-42, 2010.
- 10) 平木典子:カナダ(トロント)における子育て支援の紹介-治療的支援を中心に, 平木ほか, 子育て期の夫婦を支援するための心理教育プログラムの開発とその効果測定, 23-31, 2006.
- 11) 井関 敦子, 白井瑞子:実母からの授乳・育児支援のなかで娘が体験した思いとその思いに関係する要因, 母性衛生, 50 (4), 672-679, 2010.
- 12) 萱野亜希子:Meta-Emotion Philosophyの構成と変化に関する探索的研究, 東京学芸大学修士論文, 2007.
- 13) 萱野亜希子・大河原美以・橋本麻美・吉田衣織:家族研究における新しい概念Meta-Emotion Philosophyとその可能性, 東京学芸大学紀要総合教育科学系 I, 61, 137-144, 2010.
- 14) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局:「授乳・離乳の支援ガイド」平成19年3月.
- 15) Lutz, T. (別宮貞徳 藤田美砂子 栗山節子 訳):人はなぜ泣き, なぜ泣きやむのか-涙の百科全書, 八坂書房, 2003.
- 16) 中釜洋子:子育て支援の心理教育. 日本家族心理学会 編, 家族支援の心理教育-その考え方と方法, 34-45, 2007.
- 17) 大河原美以:子どもの心理治療にEMDRを利用することの意味-感情制御の発達不全と親子のコミュニケーション-, 第27巻第2号, 293-298, こころの臨床アラカルト, 星和書店, 2008.
- 18) 大河原美以:子どもの「感情制御の発達不全」と治療援助の方法論, 東京学芸大学大学院連合学校教育学研究科, 博士論文, 2010.
- 19) 大河原美以:教育臨床の課題と脳科学研究の接点(1)-「感情制御の発達不全」の治療援助モデルの妥当性-, 東京学芸大学紀要総合教育学系 I, 第61集, 121-135, 2010.
- 20) 大河原美以:教育臨床の課題と脳科学研究の接点(2)-感情制御の発達と母子の愛着システム不全-, 東京学芸大学紀要総合教育科学系 I, 第62集, 215-229, 2011.
- 21) 大倉朋佳:子育てにおける母親のMeta-Emotion Philosophyの重要性, 東京学芸大学修士論文, 2008.
- 22) 尾上明日香:乳幼児の母の子育て困難と負情動否定認識との関係, 東京学芸大学修士論文, 2009.
- 23) 杉浦絹子:「乳児の泣きぐずりに対する母親の心理反応尺度」の開発 母性衛生, 49 (1), 114-119, 2008.
- 24) Stern, D. N.: The interpersonal world of the infant. Basic Books, New York, 1985. 小此木啓吾・丸田俊彦監訳:乳幼児の対人世界-理論編. 岩崎学術出版社, 東京, 1989.
- 25) 鈴木廣子・大河原美以・殿川佳子・藤岡育恵・響江吏子:母子の愛着システム不全評価尺度の作成(1)-2歳児における質的データの分析-, 東京学芸大学紀要総合教育科学系 I, 第62集, 241-255, 2011.
- 26) 田淵紀子・島田啓子:生後1カ月から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, 26-36, 2006.
- 27) 高橋有里:乳幼児の泣き声に対する母親の情動反応, 泣き声不快尺度および育児ストレスとの関連, 岩手県立大学社会福祉学部紀要, 9, 64, 2007.
- 28) 堤ちはる:「授乳・離乳の支援ガイド」について(特集 乳

響・大河原：母親が乳幼児の負情動表出を受け入れられないのはなぜか？

- 幼児健診) — (食育と保育に関して), 小児科, 51 (11), 1411-1416, 2010.
- 29) 鶴山愛子・久米美代子:産後1カ月の母親が必要としているソーシャルサポートの検討, 日本ウーマンズヘルス学会誌 4, 9-31, 2005.
- 30) Walter, Chip. (梶尾あゆみ訳):この6つのおかげでヒトは進化した～つま先・親指・のど・笑い・涙・キス～, 早川書房, 2007.
- 31) William, H.Frey, Muriel Langseth, (石井清子 訳): 涙
一人はなぜ泣くのか, 日本教文社, 1985.
- 32) 吉田 弘道:親のメンタルヘルス (1) 育児不安, 子育て支援と心理臨床, 1 (0), 104-107, 2010.
- 33) 吉田 弘道:親のメンタルヘルス (3) 愛着形成への援助, 子育て支援と心理臨床, 3 (0), 104-107, 2011.
- 34) 頼経かをる・永山くに子:乳児の泣きをめぐり母親が体験した成長のプロセス—1事例の生後3カ月間にわたるナラティブ・アプローチを活用して—, 母性衛生, 52 (1), 120-128, 2011.

母親が乳幼児の負情動表出を受け入れられないのはなぜか？

——「泣き」に対する認知と授乳をめぐる愛着システム不全の影響——

Why does Mother Invalidate Her Baby's Expression of Negative Emotion?

—— The Effect of the Mother's Cognition about Crying
and the Dysfunction of Attachment System ——

響 江吏子*・大河原 美 以**

Eriko HIBIKI, Mii OKAWARA

教育心理学講座

Abstract

The purpose of this paper is to clarify the reason why mother invalidate her baby's expression of negative emotion. It was investigated how Mother's negative cognition about "crying" and the dysfunction of attachment system during lactation period affect mother's attitude to control child(ren)'s expression of negative emotion. Questionnaires were conducted for 234 mothers who are raising her 0-5-year-old child(ren). As a result, it became clear that the mother's negative cognition about "crying" and the dysfunction of attachment system have influenced mother's attitude to control her child(ren)'s negative emotions respectively. This result showed that psycho education that "crying" is very important function to maintain mental health is useful as one of helps for child rearing.

Key words: negative emotion, cognition about crying, attachment system, lactation period, invalidating environment

Department of Educational Psychology, Tokyo Gakugei University, 4-1-1 Nukuikita-machi, Koganei-shi, Tokyo 184-8501, Japan

要旨: 本論の目的は、母が子の負情動表出を受容できない理由を明らかにすることである。母親自身の「泣き」に対する否定的な認知と、授乳をめぐる愛着システム不全が、子の負情動表出制御態度にどのような影響を及ぼしているかを調査した。0～5歳の子どもを子育て中の母親234名を対象に質問紙調査を実施した。その結果、母親自身の「泣き」に対する否定的な認知と、授乳をめぐる愛着システム不全は、それぞれ独立に、子どもの負情動表出制御態度に影響していることが明らかになった。このことから、泣くことが心の健康を維持する上で重要な働きをしているということの心理教育が、子育て支援の1つとして役立つ可能性を示すことができた。

キーワード: 負情動, 泣きに対する認知, 愛着システム, 授乳期, 不認証環境

* Funabashi Family and Children Affairs Counseling Room (2-10-25 minatocho, funabashi-shi, Chiba)

** Tokyo Gakugei University (4-1-1 Nukuikita-machi, Koganei-shi, Tokyo, 184-8501, Japan)