

原 著

気質特徴に適合した親子ふれあい遊びが養育者の 育児認識、育児不安および育児自己効力感に及ぼす効果

武井祐子^{*1} 門田昌子^{*1} 奥富庸一^{*2} 竹内いつ子^{*1}
岩藤百香^{*3} 岡野維新^{*1} 寺崎正治^{*1}

要 約

気質特徴に適合した親子ふれあい遊び体験が養育者の育児不安や育児自己効力感にどのような影響を与えるのか、どのような育児認識と関連しているのかについて、従来の親子ふれあい遊び体験との比較によって明らかにし、子どもの気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラムの有効性を検証した。従来の親子ふれあい遊びを体験した14組（統制群）、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験した18組（実験群）の質問紙の回答を分析した結果、どちらの親子ふれあい遊びを体験しても、育児に対する漠然とした不安は低下し、育児自己効力感が高まること、子どもや養育者への効果を実感していることが明らかとなった。一方、養育者の育児不安への効果は、実験群と統制群では異なっており、実験群では、日常生活への取り入れることの難しさを感じることなく、より多面的に子どもについて考えるようになっていた。気質特徴に適合した親子ふれあい遊びは、従来の親子ふれあい遊びと比較して、日常生活に取り入れられる可能性が高く、養育者が育児をする上でより有効な育児支援プログラムの1つになると考えられる。

1. 緒言

昨今、育児不安の内容自体が変化し、養育者が漠然とした不安を訴えることが多いと指摘されている¹⁾。実際、相談現場において養育者は、明確な原因や理由をあげることなく、「子どもとうまく関われない」「子どもと一緒にいるとしんどい」といった漠然とした表現で育児上の不安を訴えることが多い。乳幼児期の子どもを育てる養育者の育児不安を低減あるいは予防するためには、支援者は、養育者の漠然とした訴えを受容しつつも、支援の切り口として育児不安の背景にあると考えられる要因を理解しておく必要がある。

子どもの発達上の問題¹²⁾や子どもの健康上の問題³⁾など、子ども側の要因が、母親に影響を与え、そのことで養育者が育児不安を抱くようになるという報告がある。子ども側の要因のなかで、養育者の育児不安に影響を与える子どもの特徴は、養育者にとって育てにくい、あるいは扱いにくい特徴として

評価することができる。2歳と3歳では、男児が女児より扱いにくい子どもとされることが多いが、実際のところ、どの年齢にも扱いにくいと認知される子どもが2割程度存在していることが報告されている⁴⁾。

養育者が育てにくい、扱いにくいと認知する子どもの特徴は、子どもの気質の1つのタイプとして分類されている^{5,6)}。気質特徴とは、生得的、体質的な基盤をもつ、個人の行動特徴であり、ある程度の期間一貫性をもつと考えられている。新生児にも、よく泣くタイプやあまり泣かないタイプ、敏感なタイプや鈍感なタイプ、よく動くタイプやあまり動かないタイプがあることは、何人かの新生児に関われば経験的に明らかである。武井ら⁷⁾は、子どもの特定の気質特徴が養育者の育児不安や育児ストレスを高めることを明らかにした。さらに、武井ら⁸⁾は、養育者の育児不安を低減するためには気質特徴に適合した育児行動ができるという育児自己効力感を高めることが重要であることを明らかにしている。

*1 川崎医療福祉大学 医療福祉学部 臨床心理学科

*2 立正大学 社会福祉学部 子ども教育福祉学科

*3 川崎医療福祉大学 医療福祉マネジメント学部 医療福祉デザイン学科

(連絡先) 武井祐子 〒701-0193 倉敷市松島288 川崎医療福祉大学

E-mail : takei@mw.kawasaki-m.ac.jp

武井ら⁹⁾は、育児自己効力感を高める育児行動の1つとしてベビーマッサージに着目し、気質特徴に適合した12種類のベビーマッサージプログラムを開発した。その効果を検証した結果、気質特徴に適合したベビーマッサージは、養育者が子どもの行動や特徴を理解することを助け、育児における子どもへの関わりを考えるきっかけとなることが明らかとなった¹⁰⁾。さらに、ベビーマッサージを通して、気質特徴に適合した具体的な関わり方を助言することが、養育者の育児をする上での気づきや積極的な育児行動につながること¹⁰⁾、日常生活に気質特徴に適合したベビーマッサージを取り入れることで養育者の育児自己効力感が高まることや育児不安が低下することも明らかとなった¹¹⁻¹³⁾。つまり、気質特徴に適合したベビーマッサージという育児行動を養育者に具体的に助言することは、養育者の育児自己効力感を高め、養育者の育児不安を低下させると考えられる。しかし、ベビーマッサージは、歩行が可能となり、活発に動くようになる1歳後半以降になると実施することが難しく、また子どもの服を脱がせてオイルを使うため、1日に複数回実施するような育児行動になりにくいなどの課題があった。つまり、1歳半以降の幼児期以降においても容易に実施可能でかつ継続でき、さらにより日常生活に組み入れやすい、子どもの気質特徴に適合した育児支援プログラムの開発が必要であると考えられる。

養育者が幼児期以降も日常生活の中で頻繁に行う育児行動の1つとして、親子間で行われる遊びがある。門田ら¹⁴⁾は、養育者が子どもの気質特徴に適合した遊びを行い、自身の子どもと遊べると感じることで養育者の育児不安が低下することを明らかにしている。親子間で行われる遊びのなかに、親と子のふれあい遊びや親子体操がある。前橋と石井¹⁵⁾は、親と子のふれあい遊びや親子体操について、「親と子が仲良く協力し、お互いの力や体重を借りたり貸したりして行う運動遊び」としている。親と子のふれあい遊びである親子ふれあい遊びは、親子でふれあうことで親子のコミュニケーションづくりに役立ち、ことばの発達につながる¹⁶⁾、母子間のコミュニケーションを促進させること¹⁷⁾が指摘されている。また、母親自身にも楽しい活動となること¹⁸⁾や母親の自尊心の向上や抑うつ気分の改善が期待できる¹⁹⁾などの有効性が報告されている。つまり、親子ふれあい遊びは1歳半以降の幼児期以降においても実施可能でかつ継続でき、日常生活に組み入れやすい育児支援プログラムとなる可能性が高いと考えられる。

武井ら²⁰⁾は、子どもの年齢が1歳半以上である親

子を対象にした親子ふれあい遊びに着目し、養育者が子どもの気質特徴を理解した上で従来の親子ふれあい遊びを体験すると、養育者の子どもの特徴への新たな気づきや親子間の関わりを促進させる可能性や養育者の育児による時間の拘束感や負担感が低下することを指摘している。さらに、従来の親子ふれあい遊びが気質特徴に適合した内容になると、自身の子どもにどのように関わるとよいのかを具体的に考えるきっかけとなるとともに、日常生活のなかに積極的に取り入れていきたいという養育者の認識につながる²¹⁾ことが明らかとなっている。しかし、気質特徴に適合した親子ふれあい遊び体験が、従来の親子ふれあい遊びと比較して、養育者の育児認識だけでなく、養育者の育児不安や育児自己効力感に対してどのような効果があるのかは明らかにされていない。さらに、その効果に違いがあるとしたら、養育者のどのような育児認識と関連しているのかについては検討されていない。そこで、本研究では、気質特徴に適合した親子ふれあい遊び体験が、養育者の育児不安や育児自己効力感にどのような影響を与えるのかを従来の親子ふれあい遊び体験との比較によって明らかにし、子どもの気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラムの有効性を検討する。

2. 方法

2.1 調査期間

調査は2018年2月から10月に実施した。

2.2 被調査者

A市の子育てひろば、児童館そして保育園に貼られたチラシを見て応募し、研究協力に同意した養育者とその子ども35組であった。従来の親子ふれあい遊びを体験したのは14組(統制群)、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験したのは21組(実験群)であり、養育者の平均年齢は35.6歳($SD=3.63$)、子どもの平均月齢は37.3ヶ月($SD=11.94$)、男児14名、女児21名であった。

2.3 調査内容

2.3.1 幼児気質質問紙

武井ら²²⁾によって作成された幼児気質質問紙を使用した。幼児気質質問紙は、子どもの最近の状態(この1ヶ月)についての回答を求めるものであり、否定的感情反応尺度(9項目)、神経質尺度(10項目)、順応性尺度(6項目)、外向性尺度(8項目)、規則性尺度(7項目)、注意の転導性尺度(7項目)の6尺度47項目で構成された質問紙であった。幼児気質質問紙の6つの尺度については、信頼性および妥当性は検証されている²²⁾。回答形式は、「1:全くみられない」「2:ほとんどみられない」「3:時々みられる」

「4: いつもみられる」の4段階評定であった。尺度得点が高いほどその気質特徴を強く表わす子どもであることを示すが、順応性尺度においては、得点が高いほど順応性の気質特徴を強く表わさないことを示していた。

2.3.2 育児不安質問紙

本研究では、養育者を煩わせる育児中の子どもの行動や態度を育児ストレス、その育児ストレスによって引き起こされるストレス反応を育児不安と定義し、手島と原口²³⁾が作成した育児不安質問紙を使用した。育児不安質問紙は、養育者の子育てに対する感じ方、実際に子育てをしてどのように感じているか回答を求めるものであり、育児期の養育者が育児や子どもに対して抱く漠然とした不安、忌避感情、束縛感など否定的な感情を測定する中核的育児不安尺度、育児感情尺度、育児時間尺度の3尺度24項目で構成された質問紙であった。育児不安質問紙の3つの尺度についての信頼性および妥当性は検証されている²³⁾。回答形式は、「1: 全くあてはまらない」「2: あまりあてはまらない」「3: 少しあてはまる」「4: 非常にあてはまる」の4段階評定であった。尺度得点が高いほど育児不安が高いことを示していた。

2.3.3 育児自己効力感質問紙

育児行動に対する自己効力感を測定する項目は、井元ら²⁴⁾が作成した育児行動に対する自己効力感質問紙より項目を選定して用いた。井元ら²⁴⁾は、養育者に対する具体的な援助方針を得るために、従来の一般的な人格特性としての自己効力感ではなく、どの養育者も日常遭遇すると考えられる具体的な育児場面における自己効力感を測定する必要があると考え、養育者の相談内容や専門書、いくつかの先行研究を参考に、質問紙を作成した。具体的には2歳前後の子どもを持つ養育者が日常的に行うと考えられる48項目の具体的な育児行動を11カテゴリ（食事、排泄、泣く、睡眠、入浴、外出、遊び、褒め方・叱り方、接し方、歯磨き、相談相手・情報源）に分類したものであった。本研究では育児不安尺度や育児満足尺度との間に強い相関関係が報告されている²⁴⁾「接し方」（3項目）、「褒め方・叱り方」（6項目）カテゴリの9項目を用いた。回答形式は、「1: 全くできないと思う」「2: あまりできないと思う」「3: 少しできると思う」「4: 確実にできると思う」の4段階評定であった。カテゴリ得点が高いほど育児自己効力感が高いことを示していた。

2.3.4 自由記述質問紙

養育者のプログラム体験後の育児認識について明らかにするために、親子ふれあい遊び体験1ヶ月後

に自由記述質問紙による調査を実施した。自由記述質問紙では、日常生活での親子ふれあい遊びの実施の有無や頻度、親子ふれあい遊びについての思いや気づきについて、自由記述での回答を求めた。統制群には、「親子ふれあい遊びプログラムを体験してその後どの程度、日常の中で取り入れていますか」、「親子ふれあい遊びプログラムを体験して、何か気づかれたことや、分かったことがありましたか」、「お子さまの気質特徴を知って、そして親子ふれあい遊びプログラムを体験して、ご自身やお子さまに何か変化はありましたか」と尋ねた。実験群には、「お子さまの気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラムを体験してその後どの程度、日常の中で取り入れていますか」、「お子さまの気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラムを体験して、何か気づかれたことや、分かったことがありましたか」、「お子さまの気質特徴を知って、そして気質特徴に合った親子ふれあい遊びプログラムを体験して、ご自身やお子さまに何か変化はありましたか」と尋ねた。日常の中でどの程度取り入れているかについては、「毎日」「2日に1回程度」「1週間に1回程度」「月に1、2回」「していない」のいずれかに回答するよう求めた。

2.4 手続き

A市の子育てひろば、児童館そして保育園の責任者に調査について説明し、署名で同意を得た後、同意を得られた施設にチラシを貼り、参加募集を行った。参加募集のチラシでは、調査対象となる子どもの年齢が原則2歳から4歳であること、気質質問紙や育児に関わる質問紙などへの回答を求めること、親子ふれあい遊びを実施するプログラムへの参加は、母親か父親、どちらかの養育者の参加が必要であること、調査の内容および調査の流れ、調査日時、調査場所、申込み方法などを説明した。参加申込みのあった対象者に研究協力のお願い、同意書および同意撤回書、幼児気質質問紙、育児不安質問紙、育児自己効力感質問紙、返信用封筒を郵送し、同意書に記入および3つの質問紙に回答後、返送を求めた。従来の親子ふれあい遊びあるいは気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラムは、1回につき10組程度を対象として、30人程度が十分に身体を使って遊べる広さのある教室において集団で1時間程度実施した。従来の親子ふれあい遊びプログラムは、2018年2月と3月に各1回、合計2回実施し、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラムは、2018年7月に1回、9月に2回、合計3回実施した。気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラムは、従来の親子ふれあい遊びプログラムで得られたデータをもとに作成した。なお、参加募集は、各プログラムを

実施する1~2か月前から行った。対象者は、従来の親子ふれあい遊びあるいは気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラムのいずれかに参加し、従来の親子ふれあい遊びプログラムに参加した対象者を統制群、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラムに参加した対象者を実験群とした。従来の親子ふれあい遊びあるいは気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラムでは、子どもの気質特徴とは、子どもの性格（気質）のようなものであること、生まれてから1~2年の間には比較的变化が少ないとされているが時に変化する場合もあること、気質特徴は6つの内容で調べていること、アンケート結果は1点~4点の間で評価されること、気質特徴は「良い・悪い」はなく、あくまでも子どもの特徴であること、アンケートの得点が高かったり、低かったりしても、問題があるということではないことを養育者に口頭で説明した。さらに6つの気質特徴が日常生活のなかでどのような行動として表現されるのかを具体的に口頭で説明を行った後、養育者が回答した幼児気質質問紙の結果に基づき、書面にて個別に子どもの気質特徴の結果をフィードバックした。なお、気質特徴についての説明、6つの気質特徴についての具体的な説明については、書面でも個別にフィードバックした。その後、親子ふれあいプログラム¹⁹⁾を実践してきた幼少年体育指導士の指導のもと、40分程度、従来の親子ふれあい遊びあるいは気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを実施した。従来の親子ふれあい遊びでは、親子ふれあい体操¹⁵⁾を中心とした親子ふれあいプログラム¹⁹⁾で実施されている内容から、ロケット・ジャンプなどのからだを持ち上げる遊び、メリーゴーランドなどの逆さ感覚を養う遊び、ロボット歩きなどのバランス感覚を養う遊び、跳び越しまわり・跳び越しくぐりなどのジャンプ力・身のこなしを養う遊びなどを実施した。気質特徴に適合した親子ふれあい遊びでは、従来の親子ふれあい遊びの内容のなかで各気質特徴に適合した親子ふれあい遊びの内容を紹介した。さらに、従来の親子ふれあい遊びの気質特徴に適合した遊び方の工夫についても紹介し、それらの遊びを実践した。例えば、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びとして、外向性の気質特徴が高いタイプの子どものには、メリーゴーランドなどの逆さ感覚を養う遊びを紹介した。メリーゴーランドは子どもの背中を支えて背面に倒し、ゆっくり横にぶらぶら振ったり、くるっと一回転させるなど体全体を使った活発な遊びの内容から構成されていた。外向性の気質特徴が高い子どもは、活発で社交性が高く、少し落ち着きがないタイプであるため、走ったり、大人の背中や足に登

る等、運動欲求を十分に満たすような、ダイナミックで身体を大きく動かす遊びを好む特徴があるためである。また、気質特徴に適合した遊び方の工夫については、例えば、順応性の気質特徴が高いタイプの子どものは、おとなしく、初めての場所や遊びでは少し緊張してしまうタイプであるため、からだを持ち上げる遊びについて行う時は、触れ合うことを大切にしてゆっくりと行うこと、たかいたかいではなく、ひくいひくいからはじめるようにと伝えた。さらに、子どもの様子に合わせて時間をかけて行うことで、どのような遊びも取り組みやすくなると伝えた。どちらの親子ふれあい遊びでも玩具や遊具を使用することではなく、スキンシップを伴う親子がふれあう遊びで構成されていた。プログラムを実施した1ヶ月後に育児不安質問紙、育児自己効力感質問紙、自由記述質問紙への回答、返送を求めた。分析に用いたのは全ての質問紙に回答した32組（統制群14組、実験群18組）であった。

2.5 分析方法

子どもの気質特徴とプログラム体験前の養育者の育児不安および育児自己効力感との間の関連を検討するために尺度間で相関係数を求めた。統制群と実験群で、子どもの気質特徴のフィードバックを受け、親子ふれあい遊び体験前と体験後で育児不安及び育児自己効力感に変化が認められるかを検討するために、混合計画の2要因（統制群・実験群×体験前・体験後）の分散分析を行った。従来の親子ふれあい遊び体験後、あるいは気質特徴に適合した親子ふれあい遊び体験後の養育者の思いや気づき（育児認識）について、統制群と実験群で内容を比較するために、「親子ふれあい遊びプログラムを体験して、何か気づかれたことや、分かったことがありましたか」、「お子さまの気質特徴を知って、そして親子ふれあい遊びプログラムを体験して、ご自身やお子さまに何か変化はありましたか」の問いに対する記述について心理学を専門とする大学教員3名がKJ法によって整理した。KJ法によって分類したカテゴリ名は【 】で示し、養育者の自由記述の内容は“ ”で示した。

2.6 倫理的配慮

川崎医療福祉大学倫理委員会の承認を受けた（承認番号17-050号）。なお、研究協力のお願いの文書には、得られたデータは厳重に保管し、研究以外の目的で使用しないこと、個人が特定されることはないことを明記した。

3. 結果

3.1 幼児気質質問紙とプログラム体験前の育児不安および育児自己効力感との関連

子どもの気質特徴とプログラム体験前の養育者の育児不安および育児自己効力感との間の関連を検討するために尺度間で相関係数を求めた(表1)。子どもの気質特徴のうち、規則性尺度と育児自己効力感の「接し方」との間に有意な正の相関が認められた($r = .38, p < .05$)。つまり、子どもが“食事や睡眠などの生活リズムが規則正しい”といった生理的リズムが安定している気質特徴を示すと、養育者の子どもへの接し方についての育児自己効力感が高いことが明らかとなった。また、子どもの気質特徴のうち、順応性尺度と育児不安の育児感情尺度との間に負の相関傾向($r = -.31, p < .10$)、子どもの気質特徴のうち、注意の転導性尺度と育児不安の育児時間尺度との間に負の相関傾向($r = -.32, p < .10$)が認められた。

3.2 統制群及び実験群別の体験前後の育児不安及び育児自己効力感の変化

統制群と実験群で、子どもの気質特徴のフィードバックを受け、親子ふれあい遊び体験前と体験後で育児不安及び育児自己効力感に変化が認められるかを検討するために、混合計画の2要因(統制群・実験群×体験前・体験後)の分散分析を行った(表2)。

育児不安の中核的育児不安尺度、育児自己効力感の「接し方」および「叱り方・褒め方」について、体験の主効果は有意であったが(中核的育児不安: $F(1, 30) = 4.47, p < .05$;接し方: $F(1, 30) = 6.43, p < .05$;叱り方・褒め方: $F(1, 30) = 6.75, p < .05$)、群の主効果は有意ではなかった。また、育児不安の育児感情尺度において交互作用が有意であり($F(1, 30) = 4.36, p < .05$)、育児時間尺度において交互作用が有意傾向であった($F(1, 30) = 2.94, p < .10$)。実験群・統制群における体験前・後の単純主効果を検討したところ、育児感情尺度については、実験群が体験後に有意に下がっていたが($p < .05$)、統制群は体験前・後で有意な差は認められなかった。一方、育児時間尺度については、統制群が体験後に育児時間が有意に下がっていたが($p < .05$)、実験群は体験前・後で有意な差は認められなかった。つまり、子どもの気質特徴のフィードバックを受け、従来の親子ふれあい遊びあるいは気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験することで育児に対する漠然とした不安は下がり、育児自己効力感が高まるが、従来の親子ふれあい遊びを体験すると育児によって生じる時間の制限感や拘束感が低下し、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験すると子どもや養育に対する忌避感情が低下することが明らかとなった。

表1 気質特徴と育児不安及び育児自己効力感の関連

		育児不安			育児自己効力感	
		中核的育児不安	育児感情	育児時間	接し方	叱り方・褒め方
気質特徴	否定的感情反応	-.14	-.17	.22	.05	.02
	神経質	.17	.04	-.20	.09	-.02
	順応性	-.25	-.31 ⁺	-.06	.27	.26
	外向性	.14	.07	.22	-.05	.09
	規則性	-.13	-.06	.23	.38 [*]	.20
	注意の転導性	.25	-.08	-.32 ⁺	.26	.18

⁺ $p < .10$ ^{*} $p < .05$

表2 統制群・統制群別の体験前後の育児不安及び育児自己効力感の変化

	統制群 (N=14)		実験群 (N=18)		体験主効果 F値	群主効果 F値	交互作用 F値
	体験前	体験後	体験前	体験後			
	Mean(SD)	Mean(SD)	Mean(SD)	Mean(SD)			
育児不安							
中核的育児不安	2.16(0.49)	2.09(0.58)	2.46(0.33)	2.26(0.41)	4.47 [*]	2.46	1.13
育児感情	1.56(0.28)	1.58(0.34)	1.69(0.32)	1.53(0.36)	2.78	0.16	4.36 [*]
育児時間	2.95(0.49)	2.69(0.46)	3.00(0.49)	3.02(0.54)	2.22	1.42	2.94 ⁺
育児自己効力感							
接し方	2.79(0.49)	2.86(0.39)	2.75(0.34)	2.96(0.44)	6.43 [*]	0.07	1.59
叱り方・褒め方	3.33(0.29)	3.45(0.34)	3.33(0.38)	3.50(0.35)	6.75 [*]	0.05	0.19

⁺ $p < .10$ ^{*} $p < .05$

3.3 統制群及び実験群別の育児認識の違い

自由記述質問紙より得られた回答を表3に示した。

日常の中でどの程度親子ふれあい遊びを実施しているかを尋ねたところ、「毎日」と回答した養育者は、統制群、実験群ともに0人(0%)、「2日に1回程度」と回答した養育者は、統制群が0人(0%)、実験群が2人(11.1%)であり、「1週間に1回程度」と回答した養育者は、統制群が6人(42.9%)、実験群が10人(55.6%)、「月に1,2回」と回答した養育者は、統制群が6人(42.9%)、実験群が4人(22.2%)であり、「していない」と回答した養育者は、統制群が2人(14.3%)、実験群が2人(11.1%)であった。気質特徴に適合した親子ふれあい遊びは、「2日に1回程度」あるいは「1週間に1回程度」と回答した養育者が66.7%と7割近くであるのに対し、従来の親子ふれあい遊びは、42.9%と半数以下であり、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びは、従来の親子ふれあい遊びに比べ、日常生活に取り入れられていることが明らかとなった。

3.3.1 「親子ふれあい遊びプログラム(気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラム)を体験して、何か気づかれたことや、分かったことがありましたか」について

従来の親子ふれあい遊びを体験した養育者の自由記述は、【子どもの特徴についての気づき】(事例1, 事例8, 事例9, 事例10の4事例)、【養育者に対する効果】(事例2, 事例4, 事例5, 事例7, 事例12の5事例)、【子どもに対する効果】(事例13, 事例14の2事例)、【父親への肯定的効果】(事例14の1事例)、【日常への取り入れにくさ】(事例6, 事例11の2事例)の5つのカテゴリに分類された。具体的内容としては、【子どもの特徴についての気づき】については、“場所見知りがある”(事例1)、“ふれあい遊び当日は恥ずかしがったり…”(事例9)等であった。また、【養育者に対する効果】については、“親もストレス発散になり気持ちが良い”(事例4)、“おもちゃがなくても、あんなに楽しく子どもと過ごせる…”(事例12)等であった。さらに、【子どもに対する効果】については、“子どもにも充実感がある”(事例13)や、“たのしそうにしていました”(事例14)等であった。さらに、【父親への肯定的効果】については、“私自身はできないので、主人にしてもらっていました…”(事例14)という記述が見られた。また、【日常への取り入れにくさ】については、“1人だとなかなかできないまま時間が過ぎてしまいます”(事例6)や、“時間におわれている日常では、とりいれるのはすぐ忘れてしまいます”(事例11)という記述があった。

一方、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを

体験した養育者の自由記述は、【子どもの特徴への気づき】(事例16, 事例17, 事例23, 事例24, 事例26の5事例)、【子どもの好きな遊び】(事例22, 事例29, 事例31の3事例)、【子どもの気持ちや適した状況】(事例28, 事例30, 事例32の3事例)、【養育者に対する効果】(事例15, 事例19, 事例25の3事例)、【子どもに対する効果】(事例21, 事例27の2事例)、【子どもについての捉え方・考え方の変化】(事例18の1事例)の6つのカテゴリに分類された。従来の親子ふれあい遊び体験者と同様に、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験した養育者においても、“積極的かと思っていましたが…”(事例16)、“人見知り、場所見知り…”(事例26)等、【子どもの特徴への気づき】についての言及が見られた。加えて、“親にとっても喜ぶ子どもの姿を見ることは、とても嬉しいこと”(事例15)、“ふれあうと、自分自身、何か安心した”(事例19)等、【養育者に対する効果】や、“夜早くねむれたり和生活リズムが整い始めました”(事例21)や、“ふれ合うと子どもが笑顔になる”(事例27)等【子どもに対する効果】が示された。また、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験した養育者においては、“ダイナミックな遊びが好き…”(事例22)、“ふれあい遊びが大好きで…”(事例31)等、【子どもの好きな遊び】や、“楽しいだろうな…”(事例28)、“この子に合った世界でのびのびできる時間が大切…”(事例32)という【子どもの気持ちや適した状況】についての言及が示された。加えて、“悪い事だと思っていた所も考え方を変えれば良い方向にいけるのだと分かりました”(事例18)という【子どもについての捉え方・考え方の変化】も示された。

3.3.2 「お子さまの気質特徴を知って、そして親子ふれあい遊びプログラム(気質特徴に合った親子ふれあい遊びプログラム)を体験して、ご自身やお子さまに何か変化はありましたか」について

従来の親子ふれあい遊びを体験した養育者の自由記述は、【特になし】(事例5, 事例11, 事例7の3事例)、

【子どもに対する行動の変化】(事例4, 事例10, 事例13の3事例)、【子どもについての捉え方・考え方の変化】(事例6, 事例14の2事例)、【子どもとの遊び方の変化】(事例1, 事例9の2事例)、【ふれあい遊びの日常への取入れ】(事例2, 事例3の2事例)、【子どもの行動の変化】(事例12の1事例)の6つのカテゴリに分類された。具体的な内容としては、【特になし】については、“…変化は特になし”(事例5)、“特になし。”(事例11)、等であった。【子どもに対する行動の変化】については、“癇癪を起した時、おこしそうな時は、できるだけ手を止めて対面に座

表3 統制群・実験群別にみた研究参加者の概要と育児認識

[illegible]

事例 番号	子どもの年齢		子どもの 性別	養育者 の年齢	続柄	気質質問紙の結果		親子ふれあい遊びプログラム(お 子さまの気質特徴に合った親子ふ れあい遊びプログラム)を体験して その後の程度、日常の中で取り 入れていますか	親子ふれあい遊びプログラム(お 子さまの気質特徴に合った親子ふ れあい遊びプログラム)を体験 して、何か気づかれたことや、分 かかったことがありますか	お子さまの気質特徴を知って、そして親子ふ れあい遊びプログラム(気質特徴に合った親 子ふれあい遊びプログラム)を体験して、ご自 身やお子さまに何か変化はありましたか、具 体的に教えてください
事例10	3歳5か月	41か月	男	36歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	3.22	1週間に1回程度		痙攣は相変わずあるが、親が 対面で遊んでいる時には、比較 的落ち着いている。家事などを しながら相手をしていると怒り やすい気がする。
						敏感さ(神経質)	2.40			
						慣れにくさ(順応性)	3.17			
						活発さ 社交性(外向性)	3.63			
						生活リズムの安定(規則性)	3.00			
事例11	3歳7か月	43か月	女	41歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.11	月に1, 2回	ふれあい遊び内はとも楽しめ時間 でした。ただ、時間におわってい る日常では、とりいれるのはすぐ 忘れてします。	痙攣をおこした時、おこしそうな時は、で きるだけ手を止めて対面に座るか、ひざに 乗せて話すことを心がけるようになった。
						敏感さ(神経質)	3.00			
						慣れにくさ(順応性)	1.17			
						活発さ 社交性(外向性)	3.67			
						生活リズムの安定(規則性)	3.57			
事例12	4歳6か月	54か月	女	35歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.11	1週間に1回程度	おもちゃがなくても、あんなに 楽しく子どもとすごせるんだな と思った	子どもが“ひこうきしてー”などとふれあ いあそびを求めてくるようになった。関わ る時間が増えたかも。
						敏感さ(神経質)	3.30			
						慣れにくさ(順応性)	2.33			
						活発さ 社交性(外向性)	3.13			
						生活リズムの安定(規則性)	3.86			
事例13	4歳8か月	56か月	女	37歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.11	月に1, 2回	肌と肌を触れ合って遊ぶという ことや、親自身が楽しいと思 いながら遊ぶということが、子ど もにとっても充実感があるのか もしいないと思いました。	以前に比べて、スキンシップが増えたよう にも思います。
						敏感さ(神経質)	2.90			
						慣れにくさ(順応性)	2.00			
						活発さ 社交性(外向性)	3.75			
						生活リズムの安定(規則性)	3.14			
事例14	4歳10か月	58か月	女	38歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.11	月に1, 2回	私自身はできないので、主人に してもらっていましたが自らし たいといひ、たのしそうにして いました。	自分が思っているよりも、娘は日々頑張っ ていて、本当は、育てやすい子なのと思 うことがふえました。
						敏感さ(神経質)	3.20			
						慣れにくさ(順応性)	2.33			
						活発さ 社交性(外向性)	2.63			
						生活リズムの安定(規則性)	2.50			
事例15	1歳1か月	13か月	女	37歳	父親	不機嫌さ(否定的感情反応)	1.25	1週間に1回程度	ふれあうことは子どもにとつ ても楽しいことであるし、親 にとっても喜ぶ子どもの姿を見 ることは、とても嬉しいことで ある。	意識的に子どもとふれ合うようになった。
						敏感さ(神経質)	2.60			
						慣れにくさ(順応性)	3.80			
						活発さ 社交性(外向性)	2.71			
						生活リズムの安定(規則性)	3.57			
事例16	2歳1か月	25か月	男	31歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.33	月に1, 2回	積極的かと思っていきましたが、 意外に警戒心があると思いまし た。	特に変化はありませんが、知らない遊びを 知れてよかったです。
						敏感さ(神経質)	2.13			
						慣れにくさ(順応性)	2.33			
						活発さ 社交性(外向性)	3.13			
						生活リズムの安定(規則性)	2.71			
事例17	2歳4か月	28か月	男	35歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.33	1週間に1回程度	大人がふれあい遊びをする とすぐ慣れて寄っていく	体をつかうふれあい遊びをする ととてもうれしそうにしている。
						敏感さ(神経質)	2.44			
						慣れにくさ(順応性)	2.33			
						活発さ 社交性(外向性)	2.75			
						生活リズムの安定(規則性)	3.00			
事例18	2歳4か月	28か月	男	38歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.00	月に1, 2回	悪い事だと思っていた所も考 え方を変えれば良い方向にいける のだと分かりました	日々があっという間に過ぎ返事が遅れてし まいごめんなさい、気が付くと3か月過ぎ ていました。日々分かっていても何を実行 できていません。ただ、人のしている事に 興味をもったがする姿は集中力がない子 だと思っていたのですが、興味を持って いろんな所を見ている良い事だと受け止 める事が出来ました。ありがとうございます
						敏感さ(神経質)	2.43			
						慣れにくさ(順応性)	1.75			
						活発さ 社交性(外向性)	3.40			
						生活リズムの安定(規則性)	3.14			
事例19	2歳4か月	28か月	男	38歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.00	月に1, 2回	悪い事だと思っていた所も考 え方を変えれば良い方向にいける のだと分かりました	日々があっという間に過ぎ返事が遅れてし まいごめんなさい、気が付くと3か月過ぎ ていました。日々分かっていても何を実行 できていません。ただ、人のしている事に 興味をもったがする姿は集中力がない子 だと思っていたのですが、興味を持って いろんな所を見ている良い事だと受け止 める事が出来ました。ありがとうございます
						敏感さ(神経質)	2.43			

事例 番号	子どもの年齢		子どもの 性別	養育者 の年齢	続柄	気質質問紙の結果		親子ふれあい遊びプログラム(お 子さまの気質特徴に合った親子ふ れあい遊びプログラム)を体験して その後の程度、日常の中で取り 入れていますか	親子ふれあい遊びプログラム(お 子さまの気質特徴に合った親子ふ れあい遊びプログラム)を体験 して、何か気づかれたことや、分 かったことがありましたか	お子さまの気質特徴を知って、そして親子ふ れあい遊びプログラム(気質特徴に合った親 子ふれあい遊びプログラム)を体験して、ご自 身やお子さまに何か変化はありましたか、具 体的に教えてください
事例19	2歳5か月	29か月	女	38歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.67	1週間に1回程度	ふれあうと、自分自身、何か安 心したというか、気持ちがやわ らいだ	子どもに変化があったかどうかは？分から ないが、自分自身は、ふれあい遊びの時間 を意識的にとり入れたと思った
						敏感さ(神経質)	1.89			
						慣れにくさ(順応性)	2.00			
						活発さ 社交性(外向性)	3.71			
						生活リズムの安定(規則性)	2.67			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	2.60			
事例20	2歳7か月	31か月	女	不明	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.22	2日に1回程度	本人が好む遊びを、気質に合っ た遊びが異なり、本人が好むも のをしがらです。	お父さんとのふれあいが増え、お父さんが 好きになりました。
						敏感さ(神経質)	2.70			
						慣れにくさ(順応性)	2.67			
						活発さ 社交性(外向性)	3.00			
						生活リズムの安定(規則性)	2.86			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	3.00			
事例21	2歳8か月	32か月	女	30歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	3.22	1週間に1回程度	今まで体を使って遊んだりとか あまりしていなかったのですが、 しっかり体を動かすことで夜早 くねむれたり和生活リズムが整 い始めました。	自分から遊びに誘うようになりました。特 に「はぐはぐ」が好きみたいです。ありが とうございました！
						敏感さ(神経質)	2.40			
						慣れにくさ(順応性)	3.00			
						活発さ 社交性(外向性)	3.13			
						生活リズムの安定(規則性)	2.86			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	3.29			
事例22	2歳11か月	35か月	女	33歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	1.78	2日に1回程度	ダイナミックな遊びが好きにな ることが分かりました。	よく、「がっこうでやったりやつ。して！」 と勝ってくるようになりました。少しの時 間でも付き合ってあげると、満足そうです。
						敏感さ(神経質)	3.00			
						慣れにくさ(順応性)	3.00			
						活発さ 社交性(外向性)	3.38			
						生活リズムの安定(規則性)	3.29			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	3.86			
事例23	3歳0か月	36か月	男	35歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	1.22	していない 妊娠中のため、できていません …。	順応性はあるほうだと思ってい ましたが、人が多く集まるところ では緊急するのか、ちこま うってしまうタイプと知りました。	今まで気づいていなかった面((6)のこと) を知ってよかったです。それに対してど う対処しているかはわからないままです…。
						敏感さ(神経質)	2.10			
						慣れにくさ(順応性)	1.67			
						活発さ 社交性(外向性)	2.75			
						生活リズムの安定(規則性)	2.57			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	2.71			
事例24	3歳3か月	39か月	女	38歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.67	1週間に1回程度	得意な人、苦手な人がはっきり していて、一度苦手かなと思っ たらなかなか修正がきかない様 子が見受けられた。	気負っていた側面が、気質を掴むことで少 し和らぐのかな…と思いました。
						敏感さ(神経質)	2.50			
						慣れにくさ(順応性)	2.67			
						活発さ 社交性(外向性)	3.00			
						生活リズムの安定(規則性)	3.14			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	2.17			
事例25	3歳4か月	40か月	女	27歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	1.00	1週間に1回程度	一緒にになにかすることで、でき ることもある。	一人でさせず、まず一緒にする。
						敏感さ(神経質)	3.80			
						慣れにくさ(順応性)	3.83			
						活発さ 社交性(外向性)	2.63			
						生活リズムの安定(規則性)	2.57			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	4.00			
事例26	3歳5か月	41か月	女	34歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	1.78	1週間に1回程度	人見知り、場所見知りで全く母 から離れず困ったけれど、「お 姉さん達が自分としっかり遊ん でくれる!!」と気付いてからは 母そちらのけで遊びを楽しむこ とができていて安心しました。 時間がかかるようです。	どうしても下の子が優先になってしまうの で、2人の時間を意識的に持つようにする ととても嬉しそうにしてくれていました。
						敏感さ(神経質)	3.40			
						慣れにくさ(順応性)	3.33			
						活発さ 社交性(外向性)	3.25			
						生活リズムの安定(規則性)	3.29			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	3.14			
事例27	3歳5か月	41か月	男	41歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.44	1週間に1回程度	ふれ合うと子供が笑顔になる。 プログラムをおしえて頂きあり がとうございました。	時々思い出して遊んでいます。子供も時々 思い出して「やって。」と言います。
						敏感さ(神経質)	2.20			
						慣れにくさ(順応性)	1.83			
						活発さ 社交性(外向性)	3.75			
						生活リズムの安定(規則性)	2.86			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	3.43			
事例28	3歳6か月	42か月	男	36歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	1.44	月に1, 2回	子どもが求めてくるので、本人 に合ってるんだろうな、楽しい だろうなと思いました。	触れ合い遊びのレパトリーが増えた。求 められる事が増えたしかわいいです。
						敏感さ(神経質)	2.90			
						慣れにくさ(順応性)	2.67			
						活発さ 社交性(外向性)	2.50			
						生活リズムの安定(規則性)	3.00			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	2.43			

事例番号	子どもの年齢		子どもの性別	養育者の年齢	続柄	気質質問紙の結果		親子ふれあい遊びプログラム(お子さまの気質特徴に合った親子ふれあい遊びプログラム)を体験してその後どの程度、日常の中で取り入れていますか	親子ふれあい遊びプログラム(お子さまの気質特徴に合った親子ふれあい遊びプログラム)を体験して、何か気づかれたことや、分かったことがありますか	お子さまの気質特徴を知って、そして親子ふれあい遊びプログラム(気質特徴に合った親子ふれあい遊びプログラム)を体験して、ご自身やお子さまに何か変化はありましたか、具体的に教えてください
事例29	3歳7か月	43か月	男	32歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	1.89	月に1, 2回	大きな動きが好きなので、親側も思い切って遊んだ方が楽しいように感じた。	子供がよく抱っこをせがむようになった。今までふれあいが少なかったのかなと思った。
						敏感さ(神経質)	3.40			
						慣れにくさ(順応性)	1.50			
						活発さ 社交性(外向性)	3.50			
						生活リズムの安定(規則性)	2.86			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	3.57			
事例30	4歳1か月	49か月	女	37歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.67	していない	娘には遊びが少し子供っぽいかなと思いましたが、とても楽しかったようで、帰宅後、また行きたいと言っていました。私と体を使った遊びを求めているのかもしれないと思いました。	プログラムを体験した後、家でもやってみようと思ったのですが、1か月間一度もしていないことに気づきました。現在、私が週に3日仕事をしており、それ以外の平日2日は幼稚園→公園→家で手紙を書く(娘は今、お友達にお手紙を書くことに夢中です)という日常を送っています。そのような日々の中で、娘が自分から体験プログラムのような遊びをしようと言っこないこともあり、一度もしていません。娘には、1歳8か月の妹がいるため、親のほうからスキップをかねて体験プログラムの遊びをしようと思うようになりました。
						敏感さ(神経質)	3.20			
						慣れにくさ(順応性)	3.33			
						活発さ 社交性(外向性)	3.00			
						生活リズムの安定(規則性)	3.50			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	3.14			
事例31	4歳11か月	59か月	女	35歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	2.00	1週間に1回程度	ふれあい遊びが大スキで、おもちで遊ぶより喜んでいる	しっかり体をつかったふれあい遊びをするとても満足してくれる
						敏感さ(神経質)	3.00			
						慣れにくさ(順応性)	2.17			
						活発さ 社交性(外向性)	2.88			
						生活リズムの安定(規則性)	3.14			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	3.00			
事例32	5歳1か月	61か月	女	38歳	母親	不機嫌さ(否定的感情反応)	1.11	1週間に1回程度	この子にはこの子の合った世界でのびのびとできる時間が大切なんだろうと思いました。	〇〇(名前)の何事にも挑戦したい気持ちの強さは、親としては応援してあげられたら〜と以前よりは少し前向きにとらえられるようになったのでは〜と思います。
						敏感さ(神経質)	2.40			
						慣れにくさ(順応性)	1.50			
						活発さ 社交性(外向性)	3.63			
						生活リズムの安定(規則性)	3.14			
						切り替えのよさ(注意の転導性)	3.00			

るか、ひざに乗せて話すことを心がけるようになった”(事例10)等であった。また、【子どもについての捉え方・考え方の変化】については、“…娘の気質を知り本当は育てやすい方のタイプの子なんだと思ってから、娘に感謝の気持ちととっても良いところを見てあげようと思うようになりました。増々、娘が愛おしくなりました”(事例6)等であった。さらに、【子どもとの遊び方の変化】については、“…ふれあい遊びもとても喜んでいたので、休日は、ただ一緒にいる、ではなく、一緒に体を動かす、遊ぶ、ことを考えるようになりました”(事例9)等であった。また、【ふれあい遊びの日常への取入れ】については、“機嫌がわるいときに、ぎゅってしてあげたり、ふれあいあそびをしてあげると割とご機嫌になってくれます”(事例2)等であった。さらに、【子どもの行動の変化】については、“子どもが〴〵こうきして〴〵などとふれあいあそびを求めてくるようになった。…”(事例12)等であった。

一方、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験した養育者の自由記述は、【子どもについての捉え方・考え方の変化】(事例18, 事例24, 事例28,

事例29, 事例32の5事例)、【子どもへのふれあい遊びの効果】(事例17, 事例26, 事例31の3事例)、【子どもの行動の変化】(事例21, 事例22, 事例27, 事例28の4事例)、【気づいた上での戸惑い】(事例23, 事例30の2事例)、【子どもに対する行動の変化】(事例15, 事例25の2事例)、【ふれあい遊びの日常への取入れ】(事例19の1事例)、【特になし】(事例16の1事例)、【父親への肯定的効果】(事例20の1事例)の8つのカテゴリに分類された。従来の親子ふれあい遊び体験者と同様に、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験した養育者においても、“…人のしている事に興味をもってしたがる姿は集中力がな子だなと思っていたのですが、興味を持っているんな所を見ている良い事だと受け止める事が出来ました…”(事例18)、“子供がよく抱っこをせがむようになった。今までふれあいが少なかったのかなと思った。”(事例29)等、【子どもについての捉え方・考え方の変化】や、“自分から遊びに誘うようになりました。…”(事例21)、“…よく、「がっこうでやったやつ、して!」と誘ってくるようになりました。…”(事例22)等、【子どもの行動の変化】について

の言及がみられた。加えて、“意識的に子どもとふれ合うようになった。”(事例15)等、【子どもに対する行動の変化】や、“…ふれあい遊びの時間を意識的にとり入れたいと思った”(事例19)等、【ふれあい遊びの日常への取入れ】、“特に変化はありませんが…”(事例16)等、【特になし】などの記述があった。さらに、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験した養育者においては、“今まで気づいていなかった面を知ってよかったけれど、それに対してどう対処していいかはわからないままです…”(事例30)等、【気づいた上での戸惑い】についての記述もあったが、“しっかり体をつかったふれあい遊びをするととても満足してくれる”(事例31)、“体をつかうふれあい遊びをするととてもうれしそうにしている。”(事例17)等、【子どもへのふれあい遊びの効果】や、“お父さんとのふれあいが増え、お父さんが好きになりました。”(事例20)等、【父親への肯定的効果】についての言及があった。

4. 考察

本研究では、気質特徴に適合した親子ふれあい遊び体験が、養育者の育児不安や育児自己効力感にどのような影響を与えるのかを従来の親子ふれあい遊び体験との比較によって明らかにし、子どもの気質特徴に適合した親子ふれあい遊びプログラムの有効性を検討することを目的とした。

子どもの気質特徴とプログラム体験前の養育者の育児不安および育児自己効力感との関連について検討したところ、子どもが“食事や睡眠などの生活リズムが規則正しい”といった生理的リズムが安定している気質特徴を示すと、子どもへの接し方についての育児自己効力感が高くなることが明らかとなった。これらの気質特徴は養育者にとって育てやすい、関わりやすい子どもの特徴であるということは臨床的にも経験的にも明らかである。本研究の結果によって、客観的に実証できたと考えられるが、子どもの生理的リズムが不安定な場合には、養育者の育児自己効力感が低下することが考えられ、どのような育児支援が可能か検討していく必要があるだろう。一方、子どもの気質特徴と養育者の育児不安との間には、従来から指摘されてきたような関連は今回の調査では認められなかった。例えば、従来、子どもが“癇癪が激しい”“不機嫌である”といった否定的な感情を激しくあらわす気質特徴を示すほど、母親は“子育てに失敗するのではないかと思うことがある”といった育児自体に対する漠然とした不安を示すことが明らかとなっている⁷⁾。今回の結果では、関連性が認められなかったが、否定的な感

情を激しくあらわす気質特徴が養育者にとって扱いにくい特徴を示すことは明らかであり、今後調査を重ねるなかで、関連性について確認していく必要があると考えられる。

子どもの気質特徴のフィードバックを受け、親子ふれあい遊び体験前と体験後で育児不安及び育児自己効力感に変化が認められるかを検討したところ、従来の親子ふれあい遊び体験と気質特徴に適合した親子ふれあい遊び体験のどちらの親子ふれあい遊びを体験しても、養育者の育児に対する漠然とした不安は低下し、育児自己効力感が高まることが明らかとなった。奥富と國峯¹⁹⁾は、親子ふれあい遊びを体験した介入群と幼稚園あるいは保育園に通う子どもの養育者のなかで無作為に抽出した親子ふれあい遊びを体験していない統制群と比較し、自尊心や抑うつ気分については有意な差が認められたが、新版STAI 状態-特性不安検査の特性不安得点については両群に有意な差が認められなかったことを報告している。特性不安は、ある状況下で大きく変動するような状態としての不安ではなく、個人において比較的一定していると言われる性格特性としての不安である。本研究では、育児という限定した状況においての不安を測定したことによって、従来の親子ふれあい遊びの体験前後においても変化が確認できたのではないかと考えられる。また、親子ふれあい遊びを体験すると、親が子どもの成長を確認できることが報告されている¹⁶⁾。さらに、今回はどちらの親子ふれあい遊びプログラムにおいても、親子ふれあい遊びを体験する前に、養育者は自身の子どもの気質特徴についての説明を個別に受けていた。従来の親子ふれあい遊び体験も気質特徴に適合した親子ふれあい遊び体験もどちらも親子ふれあい遊び体験であること、加えて従来の親子ふれあい遊び体験でも気質特徴に適合した親子ふれあい遊び体験でも、自身の子どもの気質特徴の説明を受けたことで子どもの特徴への理解が進み、養育者の育児に対する漠然とした不安が低下し、育児に関する自己効力感が高まったのではないかと考えられる。

一方、従来の親子ふれあい遊びを体験すると、養育者の育児によって生じる時間の制限感や拘束感が低下し、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験すると、養育者の子どもや育児に対する忌避感情が低下することが明らかとなった。つまり、従来の親子ふれあいあそび体験と気質特徴に適合した親子ふれあいあそび体験では、養育者の育児不安に異なる効果が認められた。従来の親子ふれあい遊びを体験すると、養育者が親子でふれあって遊ぶことが日常に必要な育児行動として認識することにつなが

り、自分の時間がなくなると感じることや自分の仕事や趣味を制約されると感じるといった育児不安は低下するのではないかと考えられる。一方、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験すると、養育者が自身の子どもの特徴や子どもの特徴に合わせた関わり方への理解が進み、実際に気質特徴に適合した育児行動をとることが可能となることで、子どもに適切に関われるという実感をもち、子どもをわずらわしいと思うことや子どもを育てることを負担に感じるといった育児不安が低下するのではないかと考えられる。つまり、気質特徴に適合した親子ふれあい遊び体験の方が、従来の親子ふれあい遊び体験よりも、子どもの特徴を理解したより積極的な育児行動を促進する育児支援プログラムとなる可能性がある。

また、どちらの親子ふれあい遊びを体験しても、子どもの特徴についての気づき、子どもについての捉え方・考え方の変化、養育者や子どもに対する効果、養育者の子どもに対する行動の変化という育児認識につながっていたが、気質特徴に適合した親子ふれあい遊び体験では、子どもの好きな遊びや子どもの気持ちや適した状況を考え、子どもへのふれあい遊びの効果を実感していた。養育者は、どちらの

親子ふれあい遊びも日常に取り入れるということ意識はしてはいたが、従来の親子ふれあい遊びについて、日々の生活のなかに取り入れることの難しさを実感していた。養育者はどちらの親子ふれあい遊びを体験しても、育児上の効果を実感し、子どもに対する養育者自身の行動に変化を与えようと考えられる。その一方で、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びを体験した養育者は、日常生活に取り入れることの難しさを感じることなく、より多面的に子どもについて考えるようになると考えられる。つまり、従来の親子ふれあい遊びも気質特徴に適合した親子ふれあい遊びのどちらも子どもや養育者にとって効果的な育児支援プログラムになりうるが、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びの方が日常生活に取り入れやすい、より効果的な育児支援プログラムとなる可能性がある。

以上のことより、気質特徴に適合した親子ふれあい遊びは、従来の親子ふれあい遊びと同様の効果を示す一方で、従来の親子ふれあい遊びと比較して、日常生活に取り入れられる可能性が高く、子どもの特徴を理解したより積極的な育児行動を促進する、より有効な育児支援プログラムの1つになると考えられる。

謝 辞

本研究を実施するにあたって、調査にご協力いただきました皆様に深く感謝申し上げます。本研究は、JSPS 科研費 JP15K01928の助成を受けて実施した。

文 献

- 1) 田中千穂子：母と子のこころの相談室―「関係」を育てる心理臨床―。第1版，医学書院，東京，1993。
- 2) 渡辺菜緒，岩永竜一郎，鷺田孝保：発達障害幼児の母親の育児ストレスおよび疲労感―運動発達障害児と対人・知的障害児の比較―。小児保健研究，61(4)，553-560，2002。
- 3) 福井聖子：『子どもが病気のとき家庭でどうする？』―子育て支援の観点にたつ，親への啓発活動の検討―。小児保健研究，61(6)，782-787，2002。
- 4) 高濱裕子，渡辺利子：母親が認知する歩行開始期の子どもの扱いにくさ―1歳から3歳までの横断研究―。お茶の水女子大学子ども発達教育研究センター紀要，3，1-7，2006。
- 5) 庄司順一：子どもの気質と発達について―気質概念とその小児科臨床への適用―。小児科，40(8)，995-1000，1999。
- 6) 庄司順一：乳幼児の気質と発達。ぐんま小児保健，58，58-68，2000。
- 7) 武井祐子，寺崎正治，門田昌子：幼児の気質特徴が養育者の育児不安に及ぼす影響。川崎医療福祉学会誌，16(2)，221-227，2007。
- 8) 武井祐子，寺崎正治，高尾堅司，門田昌子：養育者との面接からとらえた育児不安についての質的研究。川崎医療福祉学会誌，18(1)，219-225，2008。
- 9) 武井祐子，久松ひろ枝，門田昌子，岩藤百香：My ふれあい Book。未公刊，2017。
- 10) Takei Y, Terasaki M, Kadota M, Okutomi Y and Takeuchi I: Effects of baby massage based on child's temperament characteristics on child-rearing. *Kawasaki Journal of Medical Welfare*, 22(1), 33-45, 2016。
- 11) 武井祐子，門田昌子，奥富庸一，竹内いつ子，定守加奈子，寺崎正治：気質特徴に適合したベビーマッサージプログラムの効果検証。日本発達心理学会第28回大会論文集，582，2017。
- 12) 武井祐子，門田昌子，寺崎正治，奥富庸一，竹内いつ子，岩藤百香：子どもの気質に適合したベビーマッサージが

- 育児不安に及ぼす影響. 日本心理学会第81回大会発表論文集, 779, 2017.
- 13) 門田昌子, 武井祐子, 寺崎正治, 奥富庸一, 竹内いつ子, 定守加奈子: 子どもの気質に適合したベビーマッサージが育児自己効力感に及ぼす影響. 日本心理学会第81回大会発表論文集, 778, 2017.
 - 14) 門田昌子, 寺崎正治, 奥富庸一, 武井祐子, 竹内いつ子: 子どもの気質と関連する遊びが養育者の遊びにおける対処可能感を介して育児不安, 育児満足に及ぼす影響. パーソナリティ研究, 25(3), 206-217, 2017.
 - 15) 前橋明, 石井浩子: 低年齢児～幼児とのふれあいあそび—手あそび&親子体操—. 初版, ひかりのくに, 大阪, 2005.
 - 16) 前橋明: 子どもにもママにも優しいふれあい体操. 初版, かんき出版, 東京, 2014.
 - 17) 高野牧子: 身体表現活動による母子間コミュニケーションの変容. 山梨県立大学人間福祉学部紀要, 7, 1-16, 2012.
 - 18) 成瀬九美, 田中みか, 大西靖美: 未就園児親子のからだコミュニケーションプログラムの実践—奈良市立幼稚園における親子体操報告—. 奈良女子大学スポーツ科学研究, 10, 129-136, 2008.
 - 19) 奥富庸一, 國峯巧巳: A. S. E. プログラムの要素を取り入れた親子ふれあいプログラムの予備的实践とその効果. 幼児体育学研究, 2(1), 47-57, 2009.
 - 20) 武井祐子, 門田昌子, 奥富庸一, 竹内いつ子, 岡野維新, 岩藤百香, 寺崎正治: 子どもの気質特徴のフィードバックと親子ふれあい遊び体験が養育者に与える効果. 川崎医療福祉大学 心理・教育相談室年報, 13, 1-13, 2019.
 - 21) 武井祐子, 門田昌子, 奥富庸一, 竹内いつ子, 岩藤百香, 岡野維新, 寺崎正治: 子どもの気質特徴に適合した親子ふれあい遊びの効果—養育者の育児意識や育児行動に及ぼす影響—. 日本発達心理学会第30回大会論文集, 391, 2019.
 - 22) 武井祐子, 寺崎正治, 門田昌子: 幼児気質質問紙作成の試み. パーソナリティ研究, 16(1), 80-91, 2007.
 - 23) 手島聖子, 原口雅治: 乳幼児健康診査を通した育児支援—育児ストレス尺度の開発—. 福岡県立大学看護学部紀要, 1, 15-27, 2003.
 - 24) 井元友貴, 寺崎正治, 武井祐子: 育児期の母親における育児不安についての研究—子どもの気質及び育児における自己効力感との関係—. 日本発達心理学会第18回大会発表論文集, 749, 2007.

(令和元年12月27日受理)

The Effects of Parent-Child Interaction Exercise Program Based on Child's Temperament Characteristics on Parenting Awareness, Childcare Anxiety and Parenting Self-efficacy.

Yuko TAKEI, Masako KADOTA, Yoichi OKUTOMI, Itsuko TAKEUCHI, Momoka IWADO,
Ishin OKANO and Masaharu TERASAKI

(Accepted Dec. 27, 2019)

Key words : temperament, parent-child interaction exercise program, parenting awareness, childcare anxiety, parenting self-efficacy

Abstract

The effects of parent-child interaction exercise program taking the temperamental characteristics of children into consideration on parents' childcare anxiety, parenting self-efficacy and parenting awareness were investigated by comparing the original parent-child interaction exercise program (original program) with the parent-child interaction exercise program based on the temperamental characteristics of children (temperamental program), and the effectiveness of the temperamental program was discussed. Parents (N = 14: a control group) responded to the self-reported questionnaires before and after participation in the original program and parents (N = 18: an experimental group) responded to the self-reported questionnaires before and after participation in the temperamental program. Results indicated that the vague childcare anxiety of both groups decreased and the parents of both groups increased their parenting self-efficacy in daily life, regardless of the differences in the parent-child interaction exercise program. Alternatively, the effectiveness on the parents' childcare anxiety of the experimental group was different from that of the control group, and the parents of the experimental group thought that they could do the program in daily life and understand their children from various viewpoints. It is concluded that the temperamental program had a positive effect on the daily life of mothers caring for children.

Correspondence to : Yuko TAKEI

Department of Clinical Psychology

Faculty of Health and Welfare

Kawasaki University of Medical Welfare

Kurashiki, 701-0193, Japan

E-mail : takei@mw.kawasaki-m.ac.jp

(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.29, No.2, 2020 279 – 292)