

# 研究の結果

## 文献研究

母親のストレス研究

男女共同参画及び共働き家庭に関する研究

子育て支援に関する施策の動向

## 調査研究 I

養育者の生活スタイル調査

## 調査研究 II

障害乳幼児を抱えて就労している保護者へのインタビュー調査



# 母親のストレスへの支援に対する現状と課題

## －養育と就労の関係から－

伊藤 由美

### 1. はじめに

女性の社会参加の機会は戦後の社会情勢の中で大きく拡大した。このことは、女性の社会貢献や社会参画の増大とともに、女性の権利について一般的な理解が図られることにつながっている。その一方で、女性を取り巻く社会環境にはまだ不十分な点も多く、働く女性が子どもを持った場合に、就労と子育てを両立させることは未だに困難な状況にある。

確かに、現在では子どものための急な休暇、遅刻、早退が認められる状況に変わりつつあるが(平成15年の厚生労働省雇用均等・児童家庭局の調査<sup>5)</sup>では、就労している母親のうち、子どものためにこれらの経験をしている母親は59.2%という結果がでていいる)、現実にはそのような労働の配慮が容易に受けられる状況にはないようである。そのため、就労をしている母親には子育てそのものの悩みとともに就労環境からくるストレスが存在しており、大きな負担になっていることが予想できる。このような状況の中で、子育てとのバランスを取りながら就労をしている母親のストレスを軽減するための1つの課題として、子どもの保育環境の確保があるだろう。またこうした状況の中、就労している障害児の母親のストレスについては、さらに考慮すべき点があることが推測できる。具体的には就労環境の充実のみならず福祉的なサポートも必要となることが考えられる。

本稿では、これらの問題意識を基に、「母親の養育ストレスの背景となる子育て事情」と就労の現状を整理し、さらに、「子どもを養育しながら就労している母親のストレス」、「障害のある子どもの母親および家族のストレス」に関して文献をもとに整理していく。最終的には、障害のある子どもを養育しながら就労をしている母親のストレスと就労との関係について考察をおこないたい。

### 2. 現在の子育て事情と女性の就労の現状

まずは、現在の子育て事情について今までに行われてきた施策の面から整理してみたい。1960年以降、保育サービスは大きく四段階に分かれ事業を拡大してきており、特に第三期にあたる1975(昭和50)年頃から1990(平成2)年頃までは、就労を通じた女性の自立支援を中心に事業が進められてきた。その後、現在に至る第四期までは「緊急保育対策等5ヵ年事業」「新エンゼルプラン」「少子化対策プラスワン」「次世代育成支援」等、女性の社会進出と少子化現状に対応し、仕事と子育ての両立を支援すべく施策が打ち出されてきた。特に平成15年に提出された「次世代育成支援対策推進法」を受け、①地域における子育ての支援、②母性並びに乳児及び幼児の健康の確保及び増進、③子どもの心身の健やかな成長に資する教育環境の整備、④子どもを育成する家庭に適した良好な居住環境の確保、⑤職業生活と家庭生活との両立の推進、⑥その他の次世代育成支援対策の実施の6項目が市町村及び都道府県の行動計画にも盛り込まれることとなった。こうした動きをみると、子育ての支援体制を整備する必要性を感じ、推進の動きが高まっているように感じられる。

しかしながら、こうした施策や事業がすすめられてはいるものの、乳幼児を持つ母親が働くにはまだ十分な環境になってはいないのが現状である。男女共同参画白書(平成15年版)<sup>10)</sup>によると、

2003年に3歳未満の子どもの保育サービス利用と女性の労働力の関係を日本、イギリス、アメリカ、ドイツ、スウェーデンで比較をしたところ、スウェーデンでは、育児休業制度等、仕事と子育ての両立を支える仕組みが手厚く設けられているためか、保育サービス利用率とともに、女性労働力率も高くなっている。ドイツでは、保育サービス利用率は低いが、3歳までの育児休業が可能であるため、労働力率が引き上げられている。アメリカでは、育児休業制度の不十分さが背景にあることが指摘されているものの民間保育サービスの選択肢が多いため、保育サービス利用率が高いという結果がでたことが報告がされている。こうした各国の現状と比べ、日本は、女性労働力率が最も低く、保育利用率もドイツと並び非常に低いことが明らかとなった。保育サービス利用が進み、子育てのサポート体制が整っている国ほど、女性の労働力率が高い傾向にあるという推察からすると、日本の現状はまだ途上段階と言えよう。

また、女性の就労の現状について取り上げると、1970年以降、就業している既婚者は専業主婦を上回るようになったが、厚生労働省がおこなった第1回21世紀出生児縦断調査（平成13年度）<sup>6)</sup>によると、第1子の出産を機に約7割の女性が退職しているという結果がでている。欧米諸国において育児や出産を機に退職することが少ない要因として、仕事と子育ての両立支援策の充実等、女性が働きやすい環境条件の整備、フルタイム労働とパートタイム労働の転換が可能であることがあげられる。一方、日本の場合は、正社員の身分を維持したままでのフルタイム労働とパートタイム労働の相互転換はほとんど行われていない。多くの女性は、出産・育児のために退職し、育児負担が軽くなった時点で再就職をすることを選択するが、そのほとんどがパートタイムでしか働けないのが現状である。このような状況の中、女性は子どもを産むことで子育てと仕事の選択に迫られ、さらに、仕事を継続しても退職しても、子育てをしていく中で様々なストレス場面に出会う。また、子育てをしながらの就労は新たなストレスを感じる事となる。この様な現状において、日本における子育ては、精神的にも体力的にも母親の大きな負担により支えられているといえるだろう。

### 3. 文献をもとにした母親のストレスに関する考証

#### ① 子育てによるストレスとその軽減方法

鯨岡（1997）<sup>4)</sup>は「出産や子育ては自分が行うことでありながら、周囲の動向に影響を受けた文化的営みであり、そこに親としての義務や責任といった考えが生まれる。子育てはまさに個人と社会・文化が接点をもつところで営まれるものなのであり、そこに子育てに心配や不安、不満が生まれる理由がある」と述べている。確かに、母親は自分の育てられた経験、多方面から入ってくる様々な情報を基に、社会文化を基盤としながら子育てをしている。そういう意味で、他の子どもと比べて発達が遅いと心配になったり、子育ての仕方が不適切だと指摘されて目責の念に駆られたり、腹立ちを感じたりするのは当然のことといえよう。

これまで、子育てに関する不安や心配、またそこから感じる母親のストレスについての研究は多くされてきている。子育てに関する母親の不安について取り上げると、牧野（1982）<sup>14)</sup>は乳幼児を持つ母親を対象に育児不安について調査をしており、その結果から、①育児不安の程度に関連する大きな要因は、夫婦関係と母親の社会的な人間関係のあり方である、②夫も子育てを一緒にしてくれていると感じることのできる場合、母親は情緒的に安定しやすい、③母親が家族以外に、より広い人間関係を持つことは育児不安の低減と関連する、④母親が子どもとの距離を適切にとることが

できると育児不安を低くすることができる、⑤母親が子どもから離れて自分の時間を持つことが育児に望ましい態度に繋がるという可能性を示している。

また萩尾 (1997)<sup>12)</sup>は「一人で悩んでいると、自分は子どもの犠牲になっているのではという被害者意識が湧いてきて、子どもと楽しく向かい合えなくなる」と述べている。そして、母親が自分自身の喜びを見出してもらう手立てを考える視点をもつことが必要であること、新たな生き甲斐につながるが発見されると徐々に子どもを受け止められるようになってくるのではないかと推察している。

以上のことから、子育てのストレスを軽減するためには、夫婦で子どもを育てているという母親への心理的な支えが非常に重要であることが分かる。母親が子どもと適切な距離を取って向き合うためにも、夫婦を中心としながら社会の中で子育てをしているという意識を父母ともに持つことが必要である。

## ② 保育サービスに対する現状と期待

夫婦による子育てが母親への大きな心理的サポートに繋がることを先に述べたが、現実には、結婚もしくは出産を機に仕事をやめる女性が多いことから、未だに子育ては母親の役割という社会的な風潮がある。こうした環境の中では子ども、特に乳幼児のいる母親が仕事を続けること自体容易なことではない。また、母親の就労を阻むものとして、保育サービスの不十分さもその理由となっている。

平成14年におこなった男女共同参画社会に関する世論調査<sup>10)</sup>では、20代の48.8%、30代の64.2%が子育ての負担が大きく就労していないと答えている。また、日本労働研究機構 (2003) で無職女性を対象におこなった調査では、利用できれば仕事を続けられた支援とサービスについて、保育所・託児所 (60.8%)、育児休業制度 (54.4%)、職場の理解 (51.2%)、看護休暇制度 (50.4%)、夫の支援措置 (46.4%)、職場の支援措置 (44.0%)、子どもの祖父母の協力 (35.2%)、育児休業中の所得保障 (34.4%)、育児休暇制度 (30.4%) をあげている。サービスの内容は多岐に渡っているが、保育が充実していたら仕事を続けたいと考えている母親が多くを占めていることが分かる。

一方、就労している母親にとっても、子どもの病時対応 (50.3%)、短期間等の就労に対応した保育サービス (47.0%)、残業など急な予定変更への対応 (26.9%)、長時間の就労に対応した保育サービス (16.0%) を保育サービスとして期待しているという結果がでている。

これらの調査結果から、母親のストレスには、就労したくてもできない現状に立たされていることへのストレスと、子育てをしながら就労を続けることに対するストレスの二つがあることが分かる。

こうした現状の中でも、就労を続けている母親は決して少なくはない。しかし、子育てと仕事の両立をしながら働くには時間的な制約が大きく、パートタイムで就労をしている母親は、フルタイムに比べ倍以上の数となっている。

フルタイムで仕事をしている母親にとって、保育園への期待は大きく、園の保育時間と流動する仕事との間で日々ストレスを感じることになる。この点について、平田 (1993)<sup>13)</sup>が、「家庭」、「預け方」、「心の問題」、「新しい環境」の4つの視点から子育ての問題点を述べている。中でも、ワーキング・マザーのおかれている現状について一番注意すべき点は心の問題ではないかと考察している。特に「子どもをおいて仕事をすることに対しての罪悪感」と「職業生活に必要な理性の力と子

育てに大切な感性の力のバランスがとれているか」という2点については、サポートが重要となる。そして、このようなストレスを感じているワーキング・マザーにとって、保育所に子どもを預け育てることへの安心感を与えること、保育所が子どもの味方になって母親を責めないこと、母子をユニットにして育てていくようなまなざしを持つことが保育所に求められることを指摘している。また、就労している母親が子育てと仕事の両立を支援するための具体的な方法としては、①保育時間を長くする、②乳児保育を増やす、③一時的保育を増やす、④保育所情報を発信するというシステムを作るとともに、育児支援や親としてのあり方の側面からも母親たちの支援が必要であり、ワーキング・マザーの生活を受けとめパートナーシップをもつことが大切だと述べている。

一方、働いている母親の多くを占めるパートタイムについて、鈴木(1999)<sup>8)</sup>は、労働条件の不利、不安定さ、低賃金などへの潜在的な不満が労働意欲に反映し、労働の負担感を増し、疲労度を増加させているのではないかと指摘している。負担感を感じる労働の中には、仕事そのものだけでなく、家庭に戻ってからの子育てや家事も含まれてくる。保育園に子どもを預けている間だけ仕事をし、家事や子育てと両立しようと頑張れば頑張るほど、身体的にも精神的にも負担が多くなる。それが悪条件と相まった時、満たされない感覚がストレスとなり、フルタイムで仕事をしている母親とは異なる大きな心理的負担になるのではと考えられる。労働条件により必要なサポートは異なるが、仕事をしている母親の負担感を軽減するために、柔軟な対応が可能な保育サポートの充実と制度化が望まれる。

### ③ 障害のある子どもの母親および家族のストレス

1950年代以降、障害のある子どものみならず、障害のある子どもを養育している母親や家族までを含め、障害そのものや心理的な理解、養育者や社会との関係性、支援方法などが研究されてきている。特に、1980年代以降、障害のある子どもを育てる親のストレスについて多くの研究が行われてきた。その方法の多くは、障害のない子どもとの比較研究や海外との比較研究であり、内容はストレスを測定する質問紙の開発や不足している支援の掘り起こし、対象は、母親、夫婦、さらに子どもを取り囲む家族全体が抱えるストレスへと広がっている。また多くの研究で、支援の必要性や支援方法の提案などが考察されている。ここでは、障害のある子どもを養育している保護者に焦点をあてた研究について整理をする。

まずは、障害の違いによる母親の心的態度とストレスの比較として、稲波ら(1980)<sup>1)</sup>が、自閉症児、知的障害児、肢体不自由児、視覚障害児の母親の心的態度を調査をした結果を示す。この調査では、親の心的負担を「親自身の問題」「家族の問題」「子どもの問題」の3つの視点から分類している。その結果、自閉症児の母親は、自己の心身不健康、子どもに時間のかかりすぎること、拒否的であること、過保護であること、子どもの活動性の欠如、子どもの人格上の問題の6項目、肢体不自由児の母親は、家庭の経済的困難、子どもの身体能力の欠如の2項目で他の障害のある子どもの母親に比べ有意に高いストレスが認められている。

また、海外との比較で出てきた傾向としては、米との比較において(稲波ら:1980)<sup>1)</sup>、同じ障害の子どもを持った母親の葛藤は全般的には同じものであるものの、日本の母親は、子どもが充実した日常生活ができないことに強い不満を持っており、またイギリスとの比較研究(稲波ら:1994)<sup>2)</sup>では、親の社会的孤立に因るストレスが日本で高かったという結果を示している。日本では、障害のある子どもやその母親が、社会の中で過ごすことで感じるストレス要因が高いように推

察される。

次に障害のある子どもの母親とない子どもの母親とのストレスの比較を示す。稲波ら（1994）<sup>2)</sup>は、障害のある子どもの母親とない子どもの母親のストレスを測定するために「親の問題」、「家族の問題」、「子どもの問題」という3つの領域について質問紙法により調査を行っている。その結果、全ての領域において、障害のない子どもの母親より障害のある子どもの母親にストレスが高く、特に年長児の親にストレスが高かった。また、新見ら（1985）<sup>11)</sup>は就学前児を持つ母親のストレスについて、障害のない子どもの母親と比較している。その結果、障害のある子どもの母親は、障害のない子どもの母親に比べ、将来への不安、育て方についてストレスが高いことを示していた。

では、障害のある子どもの父母が感じている、このようなストレスの背景にはいったいどのようなものがあるのだろうか。新見ら（1985）<sup>11)</sup>は、学齢期の障害児をもつ父母のストレスの背景要因を調査し、「問題行動」「人間関係」「学校教育」「社会資源」「将来」がその背景にあると示している。また、障害の程度や介護の大変さ、外出、現実の学校教育と母親の抱く教育観とのズレ、的確な情報が得られないことがストレスの高さに影響するとしている。この結果と稲波らの研究結果から、障害のある子どもの親のストレスには、一般的な子育てのストレスに、障害の受入れ、周囲の理解の得られなさ、特別な支援を受けることの難しさ等、多くのストレスがかかってくる背景があると推察される。また、障害のある子どもの母親が感じる、卒後の進路や将来の見通しが立たない不安は、障害に伴う固有のストレスと考えられる。稲波ら（1994）<sup>2)</sup>の調査によると、心的ストレスが高まる程、障害のある子どもの母親は拒否と過保護の間を揺れ動くと考えられている。子どもに障害がある場合、母親が感じるストレスの源も、それに伴うストレスの量も増えることを念頭に、母親を囲む環境と支援の必要性を理解する必要があるだろう。

また家族の視点でみた研究もある。田中（1996）<sup>9)</sup>は、障害のある子どもを育てる母親のストレスと家族機能との関係について調査し、障害のある子どもを持つ家族の場合、ストレスの高い母親は家族の連帯感を低く感じているのに対し、その父親は高く感じているという結果から、父母間の家族認知の違いが母親のストレスの原因の1つとなることを述べている。

家族のサポートは障害のある子どもの母親にとっても、ストレス軽減に非常に効果的だという結果がいくつかの研究から示されている。例えば、北川ら（1995）<sup>3)</sup>は、障害幼児を育てる母親へのソーシャルサポートの影響について障害のない幼児を持つ母親との比較をしている。その結果、夫婦の親密性は母親の日常的なストレスに効果があると示しており、田中（1996）<sup>9)</sup>も家族の連帯感によって母親のストレスが軽減されことを示している。子育てをするということにおいては、障害の有無に関わらず、夫の理解や協力、家族全体の連帯感やサポートが大切であるが、障害のある子どもを養育している母親にとっては、特に重要だと言える。

一方、障害のある子どもを養育していくには、家族のサポートとあわせ、様々なソーシャルサポートの充実も望まれるところである。サポートにも様々な内容や方法、それを行っている機関の違いがあるが、その性質によって母親のストレス軽減に与える効果も異なるようである。北川ら（1995）<sup>3)</sup>の調査によると、療育サポートは一時的なストレス軽減に効果があり、近隣のサポートは母親の精神的健康に効果を持つという結果がでている。しかし、いずれの場合も、母親のストレスが高い時に援助的な言葉を多く受けると精神的な健康を低下させてしまうため、ソーシャルサポートの持つ難しさが示唆されている。

新見ら（1985）<sup>11)</sup>の調査では、母親が感じるストレスの内容は障害の有無に関わらず同じであり、

その程度が量的に連続していることを指摘している。もし、量的な連続性でストレスが繋がっているのであれば、支援の方法によって段階的にストレスの低減に繋がられる可能性となりうることから、適切なサポートの重要性が望まれる。

#### 4. おわりに

先にも述べたように、子どもを養育している母親に対し、そのストレスを軽減させるためのサポートの有用性は多くの研究や臨床報告から明らかになっている。その中で、近喰（1999）<sup>7)</sup>が、母親に対して子育てのストレス調査をした結果では、仕事をしている母親より専業主婦の母親にストレスを実感する傾向が強くみられた。この結果は、社会に出て行くことはストレスが低減するという視点の転換に繋がるという意味で非常に興味深い。調査結果の詳細から、多くの母親が感じている育児ストレスの要因は子育てによる拘束から派生しているようであり、ストレスの解消の仕方がわからないために、ストレス状態が限界にいくとそのイライラが子どもに飛火する可能性を示唆している。また、何らかの仕事・役割など社会の一員としての認知を期待しながらも満たされなまま子育てをしている状況が考えられ、子育てや家事との間でストレスを感じる状況にあるのではないかと考察している。このような結果を見ると、子育てをしながら仕事をすることは、労働量が増えたり、時間的な忙しさなどマイナス面がクローズアップされがちであるが、逆にストレスの軽減に繋がる可能性を含んでいることが示唆されたと言える。特に、障害のある子どもの母親の場合、子どもと一対一で過ごす時間が長くなることは、養育の大変さ、子どもの障害への罪悪感、将来の不安などを感じる事が多くなり、大きなストレスに繋がる可能性が高い。

母親の就労を援助するためには、病時対応、保育サービスの延長、学童の拡充、送迎の対応など多くソーシャルサービスの充実が求められる。特に障害のある子どもの母親にとって就労をサポートすることがストレスの軽減に繋がるとしたら、それは今後のサポートシステム作りに1つの方向性を与えるものになるだろう。

#### 《引用文献》

- 1) 稲浪正充・西 信高・小椋たみ子（1980）障害児の母親の心的態度について．特殊教育学研究, 18 (3), 33-41.
- 2) 稲浪正充・小椋たみ子・Catherine Rogers・西信高（1994）障害児を育てる親のストレスについて．特殊教育学研究, 32 (2), 11-21.
- 3) 北川憲明・七木田敦・今塩屋隼男（1995）障害幼児を育てる母親へのソーシャルサポートの影響．特殊教育学研究, 33 (1), 35-44.
- 4) 鯨岡峻（1997）子育て支援をめぐるいくつかの視点．発達 (72), 1-10.
- 5) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局（2003）子育て支援策等に関する調査研究報告書.
- 6) 厚生労働省大臣官房統計情報部（2001）第1回21世紀出生児縦断調査.
- 7) 近喰ふじ子（1999）養育とストレス．現代のエスプリ別冊 現代的ストレスの課題と対応,123-134.
- 8) 鈴木佐喜子（1999）新保育論5 現代の子育て・母子関係と保育．ひとなる書房.
- 9) 田中正博（1996）障害児を育てる母親のストレスと家族機能．特殊教育学研究, 34 (3), 23-32.
- 10) 内閣府（2003）平成15年版 男女共同参画白書－国際比較でみる男女共同参画－.



- 11) 新見明夫・植村勝彦 (1985) 学齡期心身障害児をもつ父母のストレス－ストレスの背景要因－. 特殊教育学研究, 23 (3), 23-34.
- 12) 萩尾藤江 (1997) 発達相談で出会った子どもたち. 発達 (72), 51-55.
- 13) 平田圭子 (1993) ワーキング・マザーたちの声. 保育年報1993, 15-21.
- 14) 牧野カツコ (1982) 乳幼児をもつ母親の生活と<育児不安>. 家庭教育研究所紀要3, 34-56.

#### 《 参考文献 》

- 1) 今川民雄・古川宇市・伊藤則博・南美智子 (1993) 障害児を持つ母親の評価と期待の構造. 特殊教育学研究, 31 (1), 1-10.
- 2) 植村勝彦・新見明夫 (1981) 心身障害児をもつ母親のストレスについて－ストレスの構造－. 特殊教育学研究, 18 (4), 59-69.
- 3) 植村勝彦・新見明夫 (1981) 就学前の心身障害幼児をもつ母親のストレス－健常幼児の母親との比較－. 発達障害研究, 3 (3), 206-216.
- 4) 植村勝彦・新見明夫 (1982) 心身障害児をもつ母親のストレスについて－ストレス・パタン分類－. 特殊教育学研究, 19 (3), 20-29.
- 5) 植村勝彦・新見明夫 (1983) 学齡期心身障害児をもつ母親のストレス－「母親用」「父親用」ストレス尺度の構成愛知県心身障害者コロニー・発達障害研究所 社会福祉学部研究報告, 8, 19-51.
- 6) 植村勝彦・新見明夫 (1984) 学齡期心身障害児をもつ母親のストレス－ストレスの構造－. 特殊教育学研究, 22 (2), 1-11.
- 7) 小林倫代・久保山茂樹 (1999) 障害児の早期からの教育における保護者支援. 国立特殊教育総合研究所研究紀要, 26, 111-118.
- 8) 教育に関する委員会セミナー (2003) 乳幼児期の子育て支援における連携について. 児童青年精神医学とその近接領域, 44 (2), 88-105.
- 9) 橋本厚生 (1983) 「社会的ストレスから見た障害児・者のいる家族の家族発達段階とその関連要因についての研究」－ストレス源、ストレスの大きさ、母親のパーソナリティ及びその他の規定要因－. 長野大学紀要, 4 (1.2), 79-109.
- 10) 中塚善次郎 (1984) 障害児を持つ母親のストレス構造. 和歌山大学教育学部紀要教育科学, 33, 27-40.
- 11) 中塚善次郎 (1985) 障害児を持つ母親のストレス構造(Ⅱ). 和歌山大学教育学部紀要教育科学, 34, 5-10.
- 12) 新見明夫・植村勝彦 (1980) 心身障害児をもつ母親のストレスについて－ストレス尺度の構成－. 特殊教育学研究, 18 (2), 18-33.
- 13) 新見明夫・植村勝彦 (1984) 学齡期心身障害児をもつ父母のストレス－ストレスの構造－. 特殊教育学研究, 22 (2), 1-10.
- 14) 日本子ども家庭総合研究所編 (2004) 日本子ども資料年鑑2004. KTC中央出版.
- 15) 肥後功一 (1997) 市・県の育児支援事業に参加して. 発達56-63 (72),

