

# 養育者の自己内省と内的作業モデルが子育てに及ぼす影響

—自己省察・自己反芻の視点から—

田代佳織・重橋のぞみ

## Influences on Parent's Raising of Children Through Their Self-insight and Internal Working Model —Adapting a Viewpoint of Self-Rumination and Self-Reflection—

Kaori Tashiro · Nozomi Jyubashi

### 【問題と目的】

現代の日本社会は、核家族化や地域のつながりの希薄化により、家庭や地域の中で育児の知恵や経験を共有することが困難になっており、育児に対して周囲の手助けを求めにくくなっている。また長時間労働などにより父親の家事、育児への関わりが十分でない中で育児が孤立し、母親の負担が大きくなっている。特に養育者の持つ育児不安やストレスは深刻な問題の1つであり、育児不安やストレスの長期化は母親自身の精神衛生を悪化させるだけでなく、子どもへの悪影響やさらには社会問題である児童虐待を引きおこしかねない。児童虐待相談件数が増加していることから問題の深刻さが伺える。地域の中で養育者と子どもが集まる場を提供し、養育者と子どもの孤立を防ぎ、子育てへの負担感を和らげるための取り組みが必要であり、そのためにはエビデンスに基づく子育て支援に関わる研究が必要である。

育児困難になる要因の1つに、養育者の内的作業モデル (Internal Working Model : 以下 IWM) がある。IWM とは、幼少期に愛着対象との日々の持続的な相互交渉を通して、人の内部に形成される自己と他者に対する心的表象である (Bowlby, 1969)。Bowlby (1982) は、子どもがアタッチメント対象との具体的な経験を通して、アタッチメント対象の情緒的応答性等に関する主観的な確信、表象を有すると考え、この表象を IWM とした。こうしたアタッチメント経験の内化は、アタッチメント対象に関するモデルの形成としてのみならず、自己に関するモデルを形成する。養育者が支持的で応答的である時、子は養育者を安定した (secure) ものとして内在化し、それに応じて自分を価値ある存在、愛されるに値する存在と表象可能になる。一方、養育者が非応答的・拒絶的である時、子は養育者を悪いもの不安定な (insecure) なものとして内在化し、自分が愛され、助けられるに値しない存在であるという表象を作り上げ

る。IWM は、生涯にわたって機能するパーソナリティの中心の特徴であることから (Bowlby, 1993)、養育者の不安定な IWM が育児を困難にさせるとの結果が示されてきた (浦山, 2009)。

しかし、近年 IWM の変容に関する研究も進んでいる。遠藤 (1992) は、アタッチメントの世代間伝達に関する研究を概観し、想起される自らの被養育経験の質が否定的なものであるにも関わらず、現在安定した IWM を有し、自分の子に対して感受性豊かな対応ができる親の存在を示している。また、IWM の不連続性の可能性を指摘し、「ある過程を経て表象モデルの力動的統合ができれば、関係性の崩壊は繰り返されない」と述べている (遠藤, 1992)。これより、世代間伝達が生じない要因、IWM を変容させる要因を検討することが重要だといえる (遠藤, 2010)。

IWM を変容させる要因に関する研究として、代理対象の存在や良好な夫婦関係 (高橋ら, 2015)、重要な他者の存在 (内田ら, 2010) など、周囲の他者の存在が指摘されている。しかし、近年、養育者本人の“内省機能”も注目されはじめている。内省機能とは、自己の心的状態や他者の心的状態から、自分や他者の行動の意味を認知し理解する能力のことである (岡本, 2010)。

林・横山 (2010) は、ネガティブな経験を持ちながらも IWM の不連続性を示す養育者は、自らの経験を振り返る力に長けており、されて嫌だったことを明確に意識すると同時に様々なサポートを積極的に享受し、他者の支えを得る力があることを示している。山岸 (2013) は、青年期の IWM と成人期の IWM の比較をした縦断研究を行い、IWM の変容には重要他者の存在に加え、内省力、メタ認知的モニタリングが関連することを示している。また、西田 (2015) は、発達支援を受けている子の親が子どもを洞察するプロセスを検討し、「自分側の要因に気づくことができ、それを認め表現できた場合に子どもへプラスの影響を及ぼす」「親自身が不安や焦りか

注1 本論文は、修士論文 (田代, 2018) の一部を加筆修正したものである。

注2 元福岡女学院大学人文科学研究科臨床心理学専攻大学院生

ら一歩引いて子どもをみることができる」と子育てにおける内省機能の重要性を指摘している。これより、子育ての悩みを抱える養育者に対し、相互交流や共有の場の提供に加え、養育者自身が自己を振り返る自己内省機能を高める支援が必要になると考えられる。

さらに、実際の支援の結果からも内省機能の影響が示されている。親の安全基地としての役割や能力、子どもの感情を理解することに焦点をあて子どものアタッチメント健全化を目指す“the Circle Of Security (以下COS)”プログラム(数井, 2012)では、特に健全なアタッチメントに必要な親の能力として、子どもや自分の心的世界に思いを馳せる内省機能に注目する。北川(2013)は、アメリカにおけるCOSに関する一連の研究を紹介し、親の内省機能とアタッチメントとの関連を臨床実践例から指摘している。

しかし朴・杉村(2009)は、これらの研究が育児の現場でより適用されやすい示唆を必ずしも与えるわけではないとし、また内省機能はメタ認知、内省的注意力など様々な用語で使用されており定義が不十分だと述べている。さらに、内省には自己への脅威・喪失・不正によって動機づけられた自己へ注意を向けやすい特性としての「反芻」、知的好奇心によって動機づけられた自己へ注意を向けやすい特性として「省察」の2つがある(高野・丹野, 2008)。この肯定的(自己省察)と否定的(自己反芻)の2種類の自己内省の視点から子育て支援との関連について実証研究されたものは少ない。

朴・杉村(2009)は、従来メタ認知や内省的注意力などと呼ばれてきたものも含めて“省察”という概念で統一し、子育てにおける省察の影響を検討した。結果、子どもの状態の正確な読み取りや他者の観察が、子育てにおいて重要であることを示唆している。また、省察をよく行う親は、自己が抱える問題について悩みやすい否定的な内省(自己反芻)と、前向きに対処していく肯定的な内省(自己省察)の両方をもっていることも指摘している。すなわち省察を高めるだけでなく、反芻と省察の折り合いをいかにつけるかも重要だと考えられる。このように養育者の肯定的な“省察”についての研究はされているが、否定的な“反芻”について詳細に調べられた研究はなく、またIWMと自己省察・自己反芻の関連を検討した研究は少ない。養育者の子育てに対する自己の振り返りは、日々の育児行動や育児感情に影響を与えていると考えられる。省察を行いやすい養育者は、育児への肯定的感情をもちやすく、反芻に陥っている養育者は育児への否定的感情を抱えやすいであろう。

そこで本研究では、子育てに閉塞感・孤立感を抱える養育者への支援につながる知見を得るため、育児における養育者の自己省察・自己反芻と養育者の内的作業モデル、育児感情との関連を検討し、省察を高める要因を検討する。なお本研究では、辻(2004)より、肯定的な振り返りを「自己省察」、否定的な振り返りを「自己反芻

と定義した。

## 【方法】

1. 調査協力者 子育て講演会参加者(B施設20名、C小学校55名、D幼稚園210名)、E幼稚園(192名)の保護者を対象とした。未回収、不備回答212名を除く265名を分析の対象とした。

2. 調査時期 2017年6月中旬～8月中旬

3. 手続き 質問紙を無記名方式で配布した。講演会の影響をなくし、かつ回答への自由な同意が保障するため、B施設は講演会前、C小学校・D幼稚園は郵送やボックスの設置にて回収した。E幼稚園では、施設に回収ボックスを設置し留置き方式で回収した。

## 4. 倫理的配慮

本研究は、本学倫理委員会における審査の了解を得て実施した。回答は無記名・任意であること、回答しないことで不利益が生じないこと、研究以外の目的で使用されないことがないことを質問紙に明記し、口頭および文章にて研究内容について十分に説明した上で、同意を得た協力者のみに調査を依頼した。

## 4. 質問紙の構成

フェイスシート(年齢、家族構成、サポートの有無、子の人数、就労形態)に加え、以下の3つの質問紙から構成されている。

①成人版愛着スタイル尺度(詫摩・戸田, 1998) 3つの愛着スタイルの強さを測定し、個人内での相対比較によって愛着スタイルを類型化するものである。項目は「知り合いが得意な方である」「自分を信用できないことがある」などの18項目であり、下位尺度は「安定型」「アンビバレント型」「回避型」である。

②育児感情尺度 荒牧(2005)の育児感情尺度、および柏木・小坂(2005)の育児への態度・感情尺度を用いた。育児感情尺度は、育児に対する感情を測定する尺度で「子どもがわずらわしくてイライラすることがある」「育児のことでどうしたらよいのか分からないことがある」などの16項目3下位尺度からなる。育児への態度・感情尺度は、子育てに関する感情や態度を測定する尺度で「子どもの成長に最も喜びを感じる」「子どもを通して世界が広がるのが嬉しい」などの14項目3下位尺度からなる。両尺度から項目を選択し、14項目で構成した。

③子育てに関する省察・反芻尺度 朴・杉村(2009)の自己省察尺度から抽出した17項目を用いた。朴・杉村(2009)は、日常的な育児場面において養育者の気持ちや考え、行動の現状を振り返る形式で、省察の程度を測る質問紙を構成している。親・子・他者の3場面について、親自身の省察は「子どもに何か伝える前に自分の伝え方について考えることがある」、子どもに関する省察は「子どもがどう変わってきたか考えることがある」、他者を通じた省察は「他の人の育て方をみて、今の自分の子育て

てに必要なことに気づくことがある」など、33項目3下位尺度からなる。

省察に対応する子育て場面に関する自己反芻尺度がないため、高野・丹野（2008）のRumination-Reflection Questionnaire（以下PRQ）日本語版の反芻項目、および辻（2004）の自己意識・自己内省尺度の中の自己反芻項目を参考に、子育てに関する自己反芻項目を作成した。反芻とは、自己について同じことを繰り返し考え悩みや心配を増幅し、不安や抑うつなど、ネガティブな情動を強めていくことである。省察と同様、親・子・他者の3場面で沸き起こる反芻を測定する項目を作成するため、臨床心理士有資格者および臨床心理学専攻の大学院生複数名で協議し、29項目の質問項目を作成した。親自身の反芻は「悩みがあると子どもと話す時でも、ついそのことに注意が向いてしまう」、子どもに関する反芻は「子どものことを考える時、子どもの不快な行動が繰り返し浮かぶ」、他者を通した省察は「他の子どもが親と関わる様子を見て、自分の子育てが気になり頭から離れない」などの12項目からなる。

なお、①の評定は6件法、②と③は4件法であり、得点が高いほどその要素が高いことを示す。

【結果】

因子分析結果

①成人版愛着スタイル尺度 因子分析の結果(主因子法、Promax 回転)、先行研究と同じ3因子が抽出されたため、因子名は先行研究と同様「安定型」「アンビバレント型」「回避型」とした。

②育児感情尺度 主因子法による因子分析を行い、固有値の変化及び解釈可能性より、2因子解が妥当であると考えられた。Promax 回転を行った最終的な因子分析結果を表1に示す。第1因子は、「親であることに充実感を感じる」「子どもを育てるのは楽しいと感じることがある」などからなり、育児に対し肯定的な感情であった

めポジティブ育児感情、第2因子は「子どもがわずらわしくてイライラすることがある」「子どものことを考えるのが面倒になることがある」などからなり、育児に対し否定的な感情であるため「ネガティブ育児感情と命名した。

③子育てに関する省察・反芻尺度 朴・杉村（2009）の自己省察尺度にならい、「親」「子ども」「他者」の項目別に因子分析を行った。いずれも主因子法による因子分析を行い、スクリープロットの固有値の変化及び解釈可能性より2因子解が妥当であると考えられた。Promax 回転を行い、因子負荷量.40以下の項目を基準に因子分析を繰り返した最終的な結果を表2に示す。「親」「子ども」「他者」いずれも、第1因子は前向きな振り返りであることから「省察」、第2因子は後ろ向きな振り返りであることから「反芻」と命名した。

IWM の分類と群の特徴

「安定型」「アンビバレント型」「回避型」のそれぞれのIWMの得点によってIWMのタイプを抽出するため、ward法によるクラスタ分析を行った結果、2群を得た。2群を固定因子とした1要因の分散分析の結果を表3に示す。「安定型」「アンビバレント型」ともに0.1%で有意 ( $F(1,263)=73.64, p<.01$ ;  $F(1,263)=364.54, p<.01$ ), 「回避型」は0.5%で有意であった ( $F(1,263)=73.64, p<.05$ )。以上の結果から、第1クラスタは安定型が低く、アンビバレント・回避型が共に高いため、「IWM不安定群」とした。第2クラスタは、安定型が高くアンビバレント・回避型が共に低いため、「IWM安定群」とした。

IWMタイプと自己省察・自己反芻との関連

IWM 2群の「親」「子ども」「他者」の自己省察および自己反芻を比較するため、IWM 2群（安定・不安定）と自己の振り返り3場面（親・子ども・他者）の2要因分散分析を行った。従属変数は省察・反芻得点である。結果を表4に示す。

自己省察の結果 省察の主効果に有意差 ( $F(1,263)=$

表 1. 育児感情項目の因子分析の結果 (N=265)

| 項目                                    | F1   | F2   |
|---------------------------------------|------|------|
| 『ポジティブ育児感情』 $\alpha=0.85$             |      |      |
| 10 親であることに充実感を感じる                     | .70  | -.17 |
| 7 子どもを育てるのは楽しいと感じることがある               | .70  | -.24 |
| 14 子どもを育てることは有意義で素晴らしいことだと思うことがある     | .68  | -.11 |
| 12 子どもの成長に最も喜びを感じる                    | .64  | -.09 |
| 11 子どもを育てることによって自分も成長しているのだと感じることがある  | .63  | -.10 |
| 6 子どものことがかわいくて仕方ない                    | .62  | -.18 |
| 3 子どもを通して世界が広がるのがうれしい                 | .61  | -.07 |
| 『ネガティブ育児感情』 $\alpha=0.79$             |      |      |
| 1 子どもに時間をとられて自分のやりたいことができずイライラすることがある | -.10 | .72  |
| 8 子どもがわずらわしくてイライラすることがある              | -.14 | .70  |
| 4 子どものことを考えるのが面倒になることがある              | -.32 | .63  |
| 13 子どもが言うことをきかないのでイライラすることがある         | -.05 | .57  |
| 9 自分の子どもでもかわいくないと感じることがある             | -.25 | .54  |
| 2 子どもが汚したり散らかしたりするので嫌になることがある         | -.07 | .47  |
| 5 育児のことでどうしたらよいか分からないことがある            | -.06 | .45  |

表 2. 省察・反芻項目の因子分析の結果

| 項目   | F1  | F2   |
|--|-----|------|
| 『親の省察』 $\alpha=0.8$                          |     |      |
| 1 子どもに何か伝える前に自分の伝え方を考えることがある                 | .78 | .00  |
| 5 子どもに何かを言う前に自分の言動の影響を考えることがある               | .73 | .25  |
| 9 子どもと話すとき自分の言動や態度を意識することがある                 | .70 | .29  |
| 2 親としての自分の長所短所を考えることがある                      | .52 | .28  |
| 『親の反芻』 $\alpha=0.81$                         |     |      |
| 6 子どもに対する自分の関わりについて繰り返し考える                   | .12 | .83  |
| 3 子どもとうまく関われなかった際自分のふるまいに何度も考え込んでしまう         | .34 | .67  |
| 8 自分の子育ての方針を振り返り改善すべき所を考えることがある              | .31 | .65  |
| 7 悩みがあると子どもと話すときでも、ついそのことに注意が向いてしまう          | .07 | .48  |
| 『子どもの省察』 $\alpha=0.76$                       |     |      |
| 8 子どもと話した後、子どもがどのように受け止めたか考えることがある           | .77 | -.02 |
| 7 子どもと話す前に子どもの受け止め方について考えることがある              | .64 | .02  |
| 6 子どもと話している時、子どもの表情や態度に注意することがある             | .61 | .10  |
| 2 子どもがどう変わってきたか考えることがある                      | .54 | .11  |
| 10 子どもの普段の行動から子どもの長所・短所を考える                  | .47 | .30  |
| 1 子どもと一緒にいるとき子どもの行動や言動に注意を向けることがある           | .46 | .11  |
| 4 子どもに関する長期的な見通しについて考えることがある                 | .41 | .08  |
| 『子どもの反芻』 $\alpha=0.76$                       |     |      |
| 5 子どものことを考える時、子どもの不快な行動が繰り返し浮かぶ              | .01 | .81  |
| 3 子どもの将来を考えると否定的な方向にしか考えられない                 | .18 | .75  |
| 9 子どもと一緒にいる時、子どもの短所ばかりに注意が向いてしまう             | .01 | .73  |
| 11 子どもと話した後、子どもがネガティブな気持ちになったのではないかと繰り返し考える  | .26 | .43  |
| 『他者の省察』 $\alpha=0.75$                        |     |      |
| 2 他者の育て方をみて、今の自分の子育てに必要なことに気づくことがある          | .72 | .20  |
| 6 他の子どもが親と話したり関わる様子を注意深くみることがある              | .64 | .32  |
| 1 他の子どもの言動を注意深くみることがある                       | .62 | .20  |
| 9 他の人と子育ての話をして、自分の子育て方針を改めることがある             | .50 | .14  |
| 8 他の人と話しているうちに、自分の子育てに関する疑問が解決することがある        | .43 | .06  |
| 『他者の反芻』 $\alpha=0.76$                        |     |      |
| 5 他の子どもが親と関わる様子をみて、自分の子育てが気になり頭から離れない        | .21 | .76  |
| 3 他の子どもの行動をみると、自分の子どもと比較してしまい、そこから注意がそらせなくなる | .19 | .72  |
| 7 他の人と子育ての話をすると、自分の子育てに対する否定的な側面に注意が向く       | .20 | .62  |

表 3. IWM タイプ別の平均値と SD および分散分析結果

|          | 不安定群 (n=121) |       | 安定群 (n=144) |       | F値                 | *       |
|----------|--------------|-------|-------------|-------|--------------------|---------|
|          | 平均           | SD    | 平均          | SD    |                    |         |
| 安定型      | 12.8         | -3.24 | 16.25       | -3.27 | 73.64              | **<br>* |
| アンビバレント型 | 22.11        | -2.91 | 14.9        | -3.19 | 364.5 <sub>*</sub> | **      |
| 回避型      | 10.42        | -2.61 | 9.63        | -2.56 | 6.26               | *       |
|          | *** $p<.001$ |       | ** $p<.05$  |       | 自由度はいずれも (1,263)   |         |

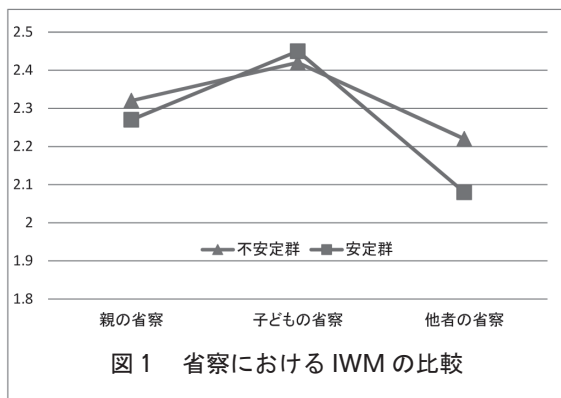
表 4. IWM タイプ (2 群) と自己の振り返り場面 (3 水準) の 2 要因分散分析結果

|    | IWM            |                |                |                |                |                | 主効果             |             | 交互作用              |
|----|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|-----------------|-------------|-------------------|
|    | 不安定群           |                |                | 安定群            |                |                | 自己の振り返り3水準 群別2群 |             |                   |
|    | 親              | 子ども            | 他者             | 親              | 子ども            | 他者             | F値              |             |                   |
| 省察 | 2.32<br>(0.61) | 2.42<br>(0.48) | 2.22<br>(0.53) | 2.27<br>(0.59) | 2.45<br>(0.53) | 2.08<br>(0.51) | ***<br>33.50    | 1.21        | 2.97 <sup>+</sup> |
| 反芻 | 2.30<br>(0.60) | 1.58<br>(0.58) | 1.50<br>(0.60) | 1.98<br>(0.57) | 1.29<br>(0.33) | 1.23<br>(0.36) | ***<br>319.5    | ***<br>35.1 | 0.42              |
|    |                |                |                |                |                |                | *** $p<.001$    |             | + $p<.10$         |



33.50,  $p < .01$ ) が認められた。多重比較の結果、振り返り3場面間全てに有意差があり、子どもに対する振り返り(省察)が最も高く、次に親、最も得点が低いのは他者への振り返り(省察)であった。

また、IWMと振り返り3場面の交互作用は有意傾向であった( $F(1,263)=2.97, p < .10$ )。下位検定のため3場面別に群の単純主効果の検定を行った結果、他者に対する省察のみ安定群と不安定群に5%水準の有意差が認められた( $F(1,263)=5.14, p < .05$ )。次に、群別に振り返り3場面(親・子ども・他者)について単純主効果の検定を行った。その結果、両群とも振り返り3場面間全てに有意差が認められた(不安定群: $F(2)=8.27, p < .01$ , 安定群: $F(2)=28.20, p < .01$ )。得点は両群ともに、子どもの省察が最も高く、次に親の省察、最も得点が低いのは他者の省察であった。振り返り3場面におけるIWMタイプ別の比較を図1に示す。これより、親の省察、子どもの省察においてIWM2群に差はないが、他者の省察においてのみ群の違いがみられ、不安定群は安定群よりも他者の省察を行っているといえる。



**自己反芻の結果** IWMタイプの主効果が有意であった( $F(1,263)=319.5, p < .01$ )。結果から、不安定群は安定群より自己反芻得点が高いといえる。また、自己の振り返り(3場面)の主効果も1%水準で有意であった( $F$

(1,263)=35.1,  $p < .01$ )。多重比較の結果、親の反芻得点が子どもと他者の反芻より有意に高かった。これより、IWM不安定タイプは自己反芻を行いやすいこと、両群ともに親の反芻を最も行いやすいことが明らかになった。

**育児感情と自己省察・自己反芻との関連**

**自己省察の結果** 自己の振り返り3場面が育児感情(ポジティブ・ネガティブ)へ及ぼす影響を検討するために、説明変数に自己の振り返り3場面(親・子・他者)、目的変数にポジティブ育児感情およびネガティブ育児感情をおいた重回帰分析を行った。

ポジティブな育児感情の $R^2$ は0.09であり、1%水準で有意であった。標準偏回帰は親の省察が正の有意な値( $\beta=.16, p < .05$ )、子どもの省察も正の有意な値( $\beta=.19, p < .05$ )となった。他者の省察では、有意な差がみられなかった( $\beta=-.03, n.s.$ )。パス図を図2に示す。

ネガティブな育児感情の $R^2$ は0.05であり、1%水準で有意であった。標準偏回帰は親の省察、子どもの省察について有意差はみられなかった( $\beta=-.07, n.s.$ ;  $\beta=-.06, n.s.$ )。他者の省察では、正の有意な値がみられた( $\beta=.24, p < .01$ )。

**育児感情と反芻の結果** 自己の振り返り3場面が育児感情(ポジティブ・ネガティブ)へ及ぼす影響を検討するために、説明変数に自己の振り返り3場面(親・子・他者)、目的変数にポジティブ育児感情およびネガティブ育児感情をおいた重回帰分析を行った。

ポジティブな育児感情の $R^2$ は0.11であり、1%水準で有意であった。標準偏回帰は親の反芻が正の有意な値( $\beta=.20, p < .01$ )、子どもの反芻が負の有意な値( $\beta=-.30, p < .01$ )となった。他者の反芻は、有意な差がみられなかった( $\beta=-.13, n.s.$ )。パス図を図3に示す。

ネガティブな育児感情の $R^2$ は.29であり、1%水準で有意であった。標準偏回帰は親の反芻、子どもの反芻、他者の反芻に正の有意な値がみられた( $\beta=.15, p < .05$ ;  $\beta=.30, p < .001$ ;  $\beta=.21, p < .01$ )。

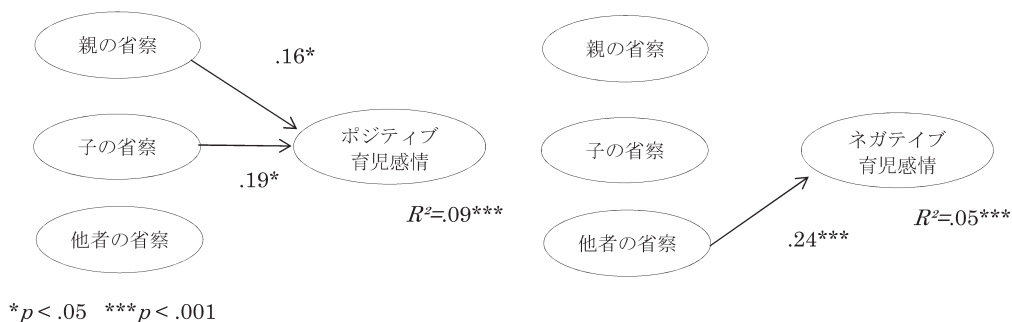


図2 育児感情と省察のパス図

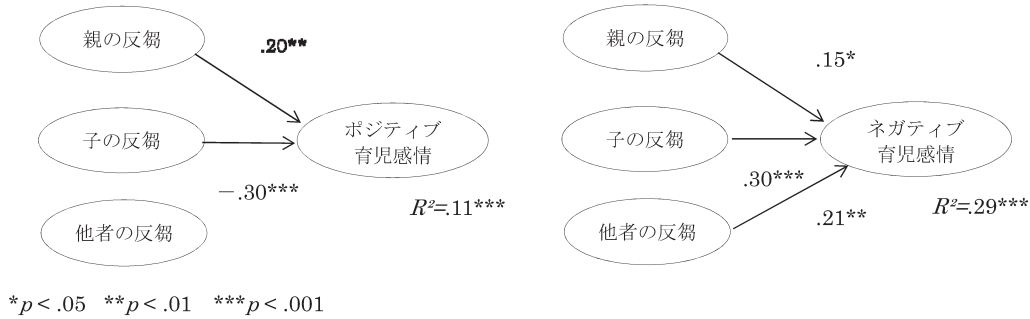


図3 育児感情と反芻のパス図

【考察】

**IWM と自己内省** IWM 群別の省察の結果、IWM 安定の高低に関わらず子どもの省察の得点が高く、次に親の省察、最も得点が低かったのは他者の省察であった。両群とも子どもに対する関心が最も高く、子どもの情報や言動に注意を向け、子どもの気持を考えながら接するよう努力していると考えられる。この結果は、子どもを観察することが、他者の観察や親としての省察に影響を与えるという朴・杉村 (2009) の結果と一致し、子どもに関する省察が最も重要だと考えられる。

IWM と省察の交互作用は有意傾向であり、IWM 不安定群は IWM 安定群よりも他者の省察得点が高い可能性が伺えた。IWM 不安定群は他の親の子どもへの接し方や他の子どもの様子などの情報を積極的に得ようとする可能性がある。IWM 安定群は、すぐに知り合いができ、気楽に人に頼ったり頼られたりすることができるという心的表象を有している (戸田, 1991)。一方、不安定群は自分を信頼できず自信がない心的表象を持つアンビバレント型と、人と親密な関係になることを嫌い、他者を全面的には信用できないという他者と自己に関する表象を相対的に強く持つ回避型が混在している。このことから、不安定群は自己への信頼感が低く不安定でゆとりがなく、育児に対して自信をもちにくいと考えられる。漠然とした不安から、情報を得るために積極的に他者の子育てに注意を向ける可能性があると考えられる。

一方、反芻の結果から両群とも親の反芻得点が高く、次に子どもの反芻・他者の反芻を行うことが示された。これより、両群とも育児において自分自身の態度や言動から、後悔や不安が繰り返し浮かんでくるような振り返りを最も行っているといえる。両群ともに自己の視点を持ちながら試行錯誤し、子育て特有の悩みを抱えていることが考えられる。

自己省察は子どもの省察を最も行っていたのに対し、自己反芻は親の反芻を最も行っている点は注目する点である。知的好奇心に動機づけられる省察は、子どもに関する場面に焦点化され、今後活かす視点といえる。一方、ネガティブな情動を強めていく自己反芻は、日頃から自己の子どもへの言動に配慮しているものの、思い通

りにいかない現実と直面すると、親としての自己に焦点化され、自己に対して同じことを繰り返し考え、悩みや心配を増幅してしまうと考えられる。

また、不安定群は安定群より3水準すべてにおいて有意に反芻を行っており、IWM のタイプによって反芻の行いやすさに差があることが示唆された。反芻を行いやすい不安定群は、自己と他者への表象が不安定であるため、自分に自信がなく、自ら関係性を求めて行動に移さない傾向があることから、元来反芻を行いやすいと考えられる。また、一旦ネガティブな情動に捉われた場合、安定群は周囲にサポートを求めるなど、気持ちを切り替えることをより容易に行いやすいと考えられるが、不安定群はそれが困難で閉塞感を抱え、自分自身・子ども・他者に対して反芻的思考を繰り返し停滞しやす可能性があると考えられる。

**自己省察・自己反芻と育児感情との関連** 親の省察・子どもの省察は、ポジティブな育児感情に影響を与えた。このことは、親・子どもの省察は、自己や子どもの言動を振り返ることで今後活かそうとする希望や前向きな気づきに転換することができると思う。一方で、他者の省察は、ネガティブな育児感情に影響を及ぼしていた。他の親や他の子どもを観察することは、たとえ省察であっても、他者との比較に繋がり他者のように優しく子どもに接することができないなどといった自分への直面化をする状況を生むと考えられる。とめどなく考えこんでしまうネガティブな感情が喚起され、子育てにネガティブな影響を与えている可能性が示唆される。

また、親の反芻・子どもの反芻・他者の反芻すべてがネガティブな育児感情に影響を与えていた。自己反芻とは自己について同じことを繰り返し考え、悩みや心配を増幅し、不安や抑うつなどネガティブな情動を強めていくものである (辻, 2004)。高野・丹野 (2008) は、反芻を自己への脅威・喪失・不正によって動機づけられた自己へ注意を向けやすい特性としている。子育ての悩みは、自己・子ども・他者いずれの情報においても特有な悩みとなって変化し、反芻を行うことで心配や不安が増幅し、ネガティブな感情に陥りやすいといえる。

一方、親の反芻がポジティブな育児感情にも影響を与えることが示唆された。このことは、親の自動的な後ろ向

きの振り返りはネガティブ感情も引き起こすが、それを引き金に自己を深くみつめることになり、親としての自分の在り方に気づくことや子育ての悩みを打開していくきっかけになる可能性も示唆している。自己の反芻を行うことで、困難を乗り越えるための工夫が生まれ、ポジティブな育児感情へ向かう兆しへと変化すると推察する。

**まとめと今後に向けて** 本研究では、育児における肯定・否定両面の自己内省とIWMの関係および育児感情との関係を明らかにするために、養育者のIWMと自己内省の3場面(親・子ども・他者)に着目した。その結果、IWMのタイプによって自己省察・自己反芻を行う傾向に差があることが示唆された。

不安定群は、安定群と比較して自己反芻を行いやすく、他の親子に視点が向きがちであるという特徴が示された。自己と他者に対する表象が脆弱である不安定群は、育児に自信がないため他者に注意が向き、他の親子との比較の中で自分のできなさに注意が向く可能性がある。育児感情の結果から、他者への注目は、省察においても反芻においてもネガティブな子育て感情に影響を及ぼしていた。これより、他者への反芻と他者への省察を行いやすい不安定群は、無力感や不全感、子どもに対する不安や焦燥感などのネガティブな感情を抱えやすいといえる。

このような不安定群の養育者に対する支援を検討する必要がある。その際、ポジティブな育児感情を高める親の省察・こどもの省察を活かすことができなだろうか。親の省察・こどもの省察は、不安定群と安定群で差がないことが示されている。不安定群は、これらの省察を安定群と同様に行っているにも関わらず子育てに閉塞感を抱えているとするならば、こどもの省察をうまく子育てに活用できていない可能性がある。この点については、さらに今後検討を行う必要がある。また、不安定群が行いやすい親の反芻は、ネガティブ・ポジティブどちらの育児感情にも影響することが示されている。このことは、自分自身を振り返りやすい不安定群が内省を子育てに活かす可能性も有しているともいえる。自己の反芻が自分を責めることのみで使用されず、困難を乗り越えるための工夫に使用されるためには、専門家の支援の在り方が重要になると考えられる。今後、臨床場面における支援を重ねながら、この点についても検討を重ねることが求められる。

さらに、不安定群は他者の子育てに注意が向きやすいことが示された。これより、勉強会やサークルなどに参加することが健全であるといった孤立を防ぐためのサポートが、かえって心的負担を増す場合があると考えられる。相手の状況に応じて、個別相談や電話やメールでのカウンセリングなど柔軟な支援を用意することも有効であろう。柏木・若松(1994)は、親であれば育児に対して肯定面と同時に否定的な感情もあわせもつアンビバ

レントなものだと述べている。支援者は、養育者が省察と反芻という両側面の感情を持つことに寄り添いながら関わるのが大切である。

付記 本研究にご協力頂いた皆様に心より感謝申し上げます。

## 引用・参考文献

- 荒牧(2005) 育児への否定的・肯定的感情とソーシャル・サポートとの関連：ひとり親・ふたり親の比較から，小児保健研究，64(6)，737-744.
- 朴信永・杉村信一郎(2009) 幼児を育てている親の子育てに関する省察の3層モデルの検討，発達心理学研究，20(2)，99-111.
- Bowlby, J. (1969/1982). Attachment and Loss : Vol. 1, Attachment. New York: Basic Books. (revised edition1982) 黒田実郎・大羽素・岡田洋子・黒田聖一(訳)(1991) 新版母子関係の理論I：愛着行動 岩崎学術出版社
- Bowlby(1993) A secure base; Clinical applications of attachment theory. London; Routledge. 二木武(監訳) 母と子のアタッチメント：心の安全基地 医歯薬出版
- 遠藤利彦(1992). 内的作業モデルと愛着の世代間伝達 東京大学教育学部紀要，32，204-220.
- 遠藤利彦(2010). アタッチメント理論の現在 一生涯発達と臨床実践の視座からその行方を占うー 教育心理学年報，49，150-161.
- 林裕美・横山恭子(2010). ネガティブな被養育経験を持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.
- 柏木恵子・若松素子(1994)「親となる」ことによる人格発達：生涯発達の視点から親を研究する試み 発達心理学研究，5(1)，72-82.
- 柏木恵子・小坂千秋(2005) 育児期フルタイム就労女性の育児への態度・感情 人間発達研究，19，81-96.
- 数井みゆき(2012). アタッチメントの実践と応用ー医療・福祉・教育・司法現場からの報告 誠心書房，23-43.
- 北川恵(2013). アタッチメント理論に基づく親子関係支援の基礎と臨床の橋渡し 発達心理学研究，24，439-448.
- 西田千夏(2015). 発達支援を受けている子どもの親が子どもを洞察するプロセス ー親の内省機能が及ぼす影響の検討ー 日本小児看護学会誌 24(2)，10-17.
- 岡本潤(2010). 18ヵ月児との相互交流場面における母親の内省機能の検討 九州大学心理学研究 11，195-201.
- 高野慶輔・丹野義彦(2008) Rumination-Reflection Questionnaire 日本語版作成の試み 日本パーソナリティ心理学研究，16(2)，259-261.
- 高橋靖子・瀬地山葉矢・本城秀次(2015). 母親の内的ワーキングモデルは子どもへの愛情に影響するか？ 幼少期の代理対象と現在の夫婦関係に着目して 心理臨床学研究，33，173-184.
- 詫摩武俊・戸田弘二(1998)「愛着理論からみた青年の対人態度ー成人版愛着スタイル尺度作成の試みー」人文学報(東京都立大学人文学会/編)，196，1-15.
- 戸田弘二(1991) Internal Working Models 研究の展望 北海道大学教育学部紀要，55，138-143.

辻平治郎 (2004) 自己意識と自己内省：その心配との関係 甲南女子大学研究紀要, 40 9-18.

内田利広・河合三菜子・大田千登世・大東映見 (2010) 日本における内的作業モデルに関する研究の現状と今後の展望 京都教育大学紀要, 117, 99-114.

浦山晶美・西村真美子 (2009) 母親の内的ワーキングモデルと

虐待的な養育態度の関連性 日本公衛誌, 56 (4), 223-230.

山岸明子 (2013) 青年期に記述された成育史の良好さと成人期の適応との関連 ―内的作業モデルを手がかりにして― 青年心理学研究, 25, 29-43.