

〔原著〕

パートナーからの情緒的サポートに対する産後1か月の初産婦の思い

岡 未奈¹, 佐々木 睦子², 石上 悦子²

¹香川大学医学部附属病院看護部

²香川大学医学部看護学科

How Primipara Feel about Support from their Partners as one month Postpartum

Mina Oka¹, Mutsuko Sasaki², Etsuko Ishigami²

¹ *Division of Nursing, University Hospital, Kagawa University*

² *School of Nursing, Faculty of Medicine, Kagawa University*

要旨

目的

パートナーからの情緒的サポートに対する産後1か月の初産婦の思いを明らかにすることである。

方法

A 大学医学部附属病院で産後1か月健診を受けた初産婦9名を対象に、半構造化面接を行い、質的帰納的に内容の分析を行った。香川大学医学部倫理委員会の承認後に実施した。

結果

対象者の平均年齢は30.3歳。分析結果より7カテゴリーが抽出された。産後1か月の初産婦は、妊娠中に期待するほど夫が私に関心を持ってくれなかったことや、産後に気持ちのずれを感じて、【もっと私に関心をもってほしい】の思いや【家事と育児の両立の大変さをわかってほしい】を求めている。しかし、子ども中心の生活が始まると、【夫のさりげない思いやりが嬉しい】など、頑張りを認めて、寄り添う情緒的サポートに喜びも感じていた。産後1か月の初産婦は、パートナーからの情緒的サポートに喜び感謝する思いと、期待して求める思いが揺れ動きながら、【妊娠出産を通した夫の支えで、一層信頼できる】ようになっていった。そして、全てを受け入れてくれる夫は、【私を一番理解してくれるので安心する】存在であり、【夫と一緒にこの先も頑張れる】の思いに繋がっていた。

考察

産後1か月の初産婦は、パートナーの情緒的サポートによって、喜び感謝する思いと期待して求める思いが揺れ動いていた。また、パートナーからの家事・育児の手段的サポートと、あらゆる言葉と行動の中に込められた気遣いや思いやりを情緒的サポートとして捉えていると考える。

結論

産後1か月の初産婦は、パートナーからの情緒的サポートを受けて、パートナーへの信頼と安心感を深め、これから先も夫婦一緒にあれば頑張れるという自信に繋がっていた。

キーワード：産後1か月の初産婦、パートナー、情緒的サポート、手段的サポート

連絡先：〒761-0793 香川県木田郡三木町池戸1750-1 香川大学医学部附属病院看護部 岡 未奈

Correspondence to : Mina Oka, Division of Nursing, University Hospital, Kagawa University, 1750-1 Ikenobe, Miki-cho, Kitagun, Kagawa 761-0793, Japan

Summary

Aim: To clarify the feelings of primiparas at 1-month postpartum towards emotional support from their partners.

Methods: The subjects were 9 primiparas who underwent the 1-month checkup. The data were obtained by semi-structured interviews, and analyzed using a qualitative and inductive approach. This study was conducted with the approval of the ethics committee of Kagawa University Faculty of Medicine.

Results: The mean age of the subjects was 30.3 years old. The following 7 categories were extracted from analysis results: The primiparas at 1-month postpartum had desires for their partners to [have more interests in them] and to [understand difficulties of managing household chores with a newborn baby] during their pregnancy. However, after starting life with a newborn, they were pleased with emotional support from their husband such as [being pleased with a casual compassion from my husband] and [being encouraged by words of my husband]. They subsequently established [greater trust in a relationship with their husband through his support during pregnancy and childbirth] in life with their husband and a newborn. Such a trust led them to feel that their husbands are [reliable because the husbands understand them better than anyone], and [they could keep going with their husband].

Discussion: The feelings of the primiparas at 1-month postpartum fluctuated among expectations, pleasure, and appreciation as a result of emotional support from their partners. They deepened trust in a relationship with their partner and developed confidence that [they could keep going with their husband]. In addition, they considered their partner's instrumental support and consideration expressed in his words and actions as emotional support.

Conclusions: By receiving emotional support from partners, the primiparas at 1-month postpartum had deepened a sense of trust and safety in a relationship with their partner, and developed confidence that they can keep going with their partner.

Keywords: primipara at 1-month postpartum, partner, emotional support, instrumental support

序論

わが国では、少子高齢化によるライフコースの変化によって、核家族や共稼ぎ世帯など家族の在り方が多様化している。2009年の育児・介護休業法の改正¹⁾で、男性も子育てしやすい社会や父親の育児休業取得が促進され、2016年の改正¹⁾では、仕事と育児が両立できる社会の実現を目指し、妊娠・出産・育児をしながら継続就業しようとする男女労働者の就業環境の整備など支援制度の見直しが行われている。しかし、男女共同参画白書²⁾で、男性が子育てや家事に費やす時間をみると、6歳未満の子供を持つ夫の家事育児関連時間は諸外国が約3時間であるのに対し、日本は67分と短く、先進国最低の水準にとどまっており、2016年の男性の育児休業取得率³⁾は、3.16%と徐々に上昇傾向であるが低い現状である。

一方、松原ら⁴⁾は、産後1か月の母親は、心身の状態が大きく変化する不安定な時期であるうえに、母親役割に適応する過程における自信のなさや依存心が同居した、揺れやすく不安定な時期であると述べている。また、西海ら⁵⁾は、母親の心理的ストレス反応は、育児早期の中でも産後2～3週の時点が最も強い

と報告している。さらに神崎⁶⁾は、産後1か月の初産婦の育児困難感を経産婦より有意に高く、夫の育児家事参加に対する母親の満足度が高ければ、母親の不安や抑うつが低いと述べている。松永⁷⁾の産後1か月の母親は7割以上が実親や夫からサポートを受けているという報告もあるなかで、心身の状態が不安定であるうえに、育児困難感も強い産後1か月の初産婦にとって、パートナーの育児参加が母親の育児不安を軽減していることがわかる。中山ら⁸⁾は、父親が情緒的支援行動を行うことで、一緒に育児を行っている気持ちとされる育児共同感を母親が感じることができると述べている。山口ら⁹⁾は、父親の育児行動のなかで特に母親の育児の苦労をねぎらう、心配事の相談にのるなどの情緒的支援行動を行うことで、母親の育児負担感は少なくなると述べている。すなわち、母親が負担を感じずに育児をしていくには、パートナーからの育児サポートの中でも、情緒的サポートが最も重要である。また、大野¹⁰⁾は、産後1か月の初産婦は、孤独感が強いと産後鬱状態の得点が高くなり、夫の精神的支援が強いと孤独感が低くなると述べており、パートナーの情緒的サポートは、初産婦の育児負担感だけでなく、産後の心理面に大きく影響しているとい

える。しかし、脇田ら¹¹⁾は、母親の夫からの育児サポートに対する満足度に関する研究で、母親は情緒的サポートに不満があると述べている。育児を行う母親は、パートナーからの情緒的サポートを重要視している一方で、不満も合わせもっていることがわかる。しかし、なぜパートナーからの情緒的サポートに不満もっているのか、なぜパートナーからの情緒的サポートが育児共同感を高め、育児負担感を軽減するのか等は明らかにされておらず、そのためには、パートナーからの情緒的サポートに対する母親の思いを明らかにする必要がある。

パートナーからのサポートに関する先行研究の大部分は量的研究であり、母親の思いという多様で複雑な体験を明らかにするためには、人間の内面に関わる質的研究で理解を深める必要があると考える。パートナーからの育児サポートに関する質的研究では、高年初産の母親のソーシャルサポートの体験¹²⁾や、両親の育児協働感と相互協力との関係¹³⁾などが報告されているが、パートナーからの情緒的サポートについての思いを明らかにしたものはない。そこで、本研究により、パートナーからの情緒的サポートに対する産後1か月の初産婦の思いを明らかにすることで、育児が加わり新しい家族の基盤を作っていく産後1か月の時期に、初産婦が求めるパートナーからの情緒的サポートについて検討する基礎資料となると考える。

目的

パートナーからの情緒的サポートに対する産後1か月の初産婦の思いを明らかにすることである。

方法

1. 用語の定義

- 1) パートナーからの情緒的サポート：森脇ら¹⁴⁾は、情緒的サポートを妻のことを認めたり、寄り添ったりするサポートとしている。したがって、本研究では、婚姻関係または内縁関係にある者が初産婦の頑張りを評価し大事な存在として認め、初産婦の精神面に寄り添うことをパートナーからの情緒的サポートと定義する。
- 2) 母親の思い：広辞苑¹⁵⁾によると、思いとは、思う心の働き、内容、状態、物事から自然に感じられる心の状態とある。したがって、本研究では、パートナーの言動に対して、母親がどのように感じ、捉えているのかということをもとに母親の思いと定

義する。

2. 研究デザイン

半構造化面接法による質的帰納的記述研究である。

谷津¹⁶⁾は、質的記述研究を研究参加者の経験を研究参加者の語った言葉を使って解釈し記述することで、研究参加者の経験に近づくことができるとしている。本研究においては、解釈した内容が、研究対象者のありのままの語りからできるだけ離れず、出来事に忠実であることによって、母親の思いを明らかにできると考え、帰納的に内容の分析を行った。

3. 研究対象者の選択基準

A 大学医学部附属病院にて正期産（妊娠37週0日～41週6日）で正常出生体重児（2500g以上4000g未満の児）を経膈分娩し、産後1か月健診を受診した初産婦9名とした。対象者の選択基準は、産後2週目健診時にパートナーと同居し、パートナーのサポートを得ることができる初産婦で20歳以上の方とした。また、産後、里帰りをしている初産婦を除いた。

4. 対象者の選定方法

A 大学医学部附属病院の個人情報保護管理者である診療科長と、代表者である看護部長および看護師長に対し、研究の主旨を説明し、研究対象を選定することと、研究対象者の基本的データとするために、退院後の診療録や看護記録から年齢、職業、既往歴、妊娠分娩歴、分娩時週数、児の出生時体重、分娩様式、合併症の有無、妊娠中の経過、産後の経過、育児休暇の有無と期間、里帰りの有無、住所について情報を得ることを、口頭と文書を用いて説明した。了解を得て、上記の除外基準を含め選択基準を満たしている者を選定した。

5. 調査方法

調査期間は、平成29年6月～9月である。基本属性はフェイスシートを作成し、情報を得た後、インタビューガイドに基づいた半構造化面接を行った。インタビューの所要時間は30～60分程度とした。また、インタビューは、対象者の同意を得て、ICレコーダーに録音した。

6. 調査内容

1) フェイスシートによる質問項目

家族構成、主な育児支援者、パートナーとの婚姻関係の有無、パートナーの年齢、パートナーの勤務形

態、パートナーの育児休暇取得の有無

2) インタビューの内容

中山ら⁸⁾は、父親の育児支援行動として「情緒支援行動」を傾聴、関心、情動、共感、尊重、相談、協同、励まし、いたわり、配慮、信頼、会話、コミュニケーションに関する項目としている。しかし、本研究においては、情緒的サポートを「母親の精神面に寄り添うこと」と定義した。そのため、パートナーからの情緒的サポートを産後1か月の初産婦が、どのように捉えているかを問う必要があると考え、サポートの内容について項目を限定せずインタビューを実施し、その内容は以下の4項目である。

- ① この1か月、実際に育児をしてどうでしたか。
- ② パートナーはどのようなサポートをしてくれましたか。それについて、どういう風に感じられましたか。
- ③ お子様のことについて、パートナーとどのようなことを話されていますか。話をした後の気持ちをお聞かせください。
- ④ この1か月間、あなたにとってパートナーはどんな存在でしたか。

7. データの分析方法

本研究は、質的帰納的に内容の分析を行った。具体的な分析手順は以下の通りである。

- 1) インタビュー内容を逐語録に起こし、研究対象者に逐語録の内容の確認を行い、データの正確性を図った。
- 2) 逐語録の内容の文脈を壊さないように文を整理した。
- 3) 研究対象者ごとに丁寧に読み込み、文脈的に意味のある文節で区切り、1つの意味になるように切片化した。
- 4) 研究対象者ごとに同じ意味内容を持つデータを整理し、コード化した。
- 5) 研究対象者全体のコードから、文脈の意味の類似性に基づいて分類し、サブカテゴリー化した。
- 6) サブカテゴリーの意味が同質のものをグループに分類し、カテゴリー化した。

また、真実性の確保として、HollowayとWheeler¹⁷⁾の示すGubaとLincolnの質的研究を効果的に評価する4つの基準である、信用可能性、移転可能性、明解性、確認可能性に基づき確認を行った。その内容は、研究者によってかかるバイアスを最小にするために、インタビューガイドを作成した。また、インタビュー法が、対話の流れに合わせて質問を変化させている

か、意見を柔軟に聞き取ることができているかを母性看護学の大学院生および研究分担者同士で意見交換することで、インタビュアーとして受容的対話能力を高めるよう努めた。さらに、研究対象者に、逐語録の確認をしていただいた。そして、研究対象者ごとに大学院生および大学院医学系研究科母性看護学の修士生間で討議を繰り返し、指導教員である共同研究者にスーパーバイズを受けながら真実性の確保に努めた。

8. 倫理的配慮

本研究は、香川大学医学部倫理委員会において審議を得て、承認後に実施した(受付番号29-026)。

同意取得にあたっては、研究責任者が説明文書を用いて研究の内容等を説明した。研究対象者が説明内容を十分に理解したことを確認した上で、本研究への参加について本人の自由意思による同意を文書で取得した。また、調査途中であっても協力を辞退することが可能であることを説明した。

結果

1. 対象者の概要

インタビューの協力を得られた対象者9名を分析対象とした。対象者の平均年齢は、30.30(±6.06)(21-39)歳で、労働形態は、常勤が3名で、パートが2名であった。その他4名は主婦であった。常勤3名が育児休暇を1~2年取得していた。なお、パート2名もしくはばらくは仕事に就く予定はない。パートナーの平均年齢は29.89(±4.37)(25-40)歳で、労働形態は常勤8名、非常勤1名であった。パートナーの中に育児休暇を取得した者はいなかった。主な育児支援者は、パートナーのみ4名、パートナーとそれ以外の家人が5名で、同居している家族は、全対象者がパートナーのみであった。インタビュー回数は1回であり、インタビューの平均所要時間は、約40分であった。

また、全対象者がパートナーと婚姻関係にあり、パートナーの呼称を夫としていたため、カテゴリーや考察で、対象者からの語りをもとに説明する場合においては、パートナーを夫と表記した。

対象者の概要は、表1に示した。

2. インタビュー調査内容の分析結果

9事例の分析結果より、20サブカテゴリー、7カテゴリーが抽出された。以下、【 】カテゴリー名を表す。

産後1か月の初産婦は、妊娠中に期待するほど夫が

表1 対象者の概要

	年齢	労働形態	育休期間	パートナー		主な育児支援者	インタビュー時間
				年齢	労働形態		
A	22	パート	—	29	常勤	パートナー	46分
B	36	—	—	32	常勤	パートナー・義母	57分
C	34	—	—	29	非常勤	パートナー・義母	22分
D	30	—	—	29	常勤	パートナー	35分
E	39	常勤	2年	40	常勤	パートナー・義母	24分
F	29	—	—	31	常勤	パートナー	42分
G	21	パート	—	25	常勤	パートナー・義祖母	38分
H	36	常勤	1年	26	常勤	パートナー	30分
I	26	常勤	1年	28	常勤	パートナー・実母	32分

表2 カテゴリー・サブカテゴリー一覧

カテゴリー	サブカテゴリー
もっと私に関心をもってほしい	妊娠している私とお腹の赤ちゃんにもっと関心をもってほしい
	妊娠中から、生活リズムを整え、家事を手伝ってほしい
	夫がしてくれることと私が期待することに差がある
	会話の時間が増えればいい
家事と育児の両立の大変さをわかってほしい	育児しながら家事をする大変さをわかってほしい
	私への気づきだけでなく家事や育児が出来るよう努力してほしい
夫のさりげない思いやりが嬉しい	さりげない思いやりで夫の成長を感じる
	子どもが生まれてからの夫の変化が嬉しい
夫の言葉で救われる	夫の言葉に私を見てくれていると感じる
	夫が認めてくれると頑張りが救われる
	夫からの声かけで気持ちが緩む
妊娠出産を通した夫の支えで、一層信頼できる	妊娠中のしんどい時も、夫の支えでより一層信頼できるようになった
	お産の時の夫の支えで頑張れた
私を一番理解してくれるので安心する	夫がいてくれるだけで楽になる
	私の気持ちをわかってくれていることで救われる
	夫に全部聞いてもらうだけで安心する
夫と一緒にこの先も頑張れる	夫と一緒に子どもの成長を感じ幸福感で満たされる
	夫が自ら育児家事する姿で気持ちが楽になる
	夫と一緒にこの先も頑張れそう
	家族みんなで子どもを育てるのが楽しい

私に関心を持ってくれなかったことや、産後に気持ちのずれを感じて、【もっと私に関心をもってほしい】の思いや【家事と育児の両立の大変さをわかってほしい】を求めていた。しかし、子ども中心の生活が始まると、私の身体を気遣ってくれるようになり、【夫のさりげない思いやりが嬉しい】や【夫の言葉で救われる】など、頑張りを認めて、寄り添う情緒的サポートに喜びも感じていた。夫婦2人の生活から子どもとの3人の生活に移行する中で、産後1か月の初産婦は、パートナーからの情緒的サポートに喜び感謝する思いと、期待して求める思いが揺れ動きながら、【妊娠出

産を通した夫の支えで、一層信頼できる】ようになっていった。そして、育児の不安やストレスがあっても全てを受け入れてくれる夫は、【私を一番理解してくれるので安心する】存在であり、【夫と一緒にこの先も頑張れる】の思いに繋がっていた。

次に、カテゴリーとサブカテゴリーについてデータを挙げて説明する。以下、《》サブカテゴリー名と、/ / に特徴的な語りを斜体で表す。カテゴリーとサブカテゴリー一覧は表2に示す。

3. カテゴリーとサブカテゴリーの説明

1) 【もっと私に関心をもってほしい】

妊娠中は、夫に私のお腹を触ってもらい一緒に胎動を感じたり、児の成長を考えて一緒に生活リズムを整えるなど、もっと妊娠している私に関心を持ってほしかったという思いを抱いている。また産後は、私のしてほしいことと、夫がしてくれることがずれていたり、家事・育児で忙しい中、夫との会話も減っていると感じている。それらのことより、もっと私のことを見て、気持ちを考えてほしいという思いを意味する。これは、《妊娠している私とお腹の赤ちゃんにもっと関心をもってほしい》、《妊娠中から、生活リズムを整え、家事を手伝ってほしい》、《夫がしてくれることと私が期待することに差がある》、《会話の時間が増えればいい》の4つのサブカテゴリーで構成された。

《妊娠している私とお腹の赤ちゃんにもっと関心をもってほしい》

「妊娠中、主人に妊娠っていうものをわかってほしかったから、私のお腹を触ったり、話かけてほしかったんですけど、意外にしてくれなくて、不満だった」(C氏)

《妊娠中から、生活リズムを整え、家事を手伝ってほしい》

「妊娠中、赤ちゃんが小さめだって言われてたから、ちゃんとしたリズムで生活をして、ちゃんにご飯を食べて大きくしてあげたいという気持ちがあった。妊娠に集中したかったから、朝、もうちょっと早く起きて手伝ってほしいってアピールした」(C氏)

《夫がしてくれることと私が期待することに差がある》

「子どもが泣いた時に、私は焦るけど夫はそんなに焦らないし、抱っこやあやしたりしてくれなくて、私との温度差を感じるんで、もう少し関心をもってもらいたい」(B氏)

《会話の時間が増えればいい》

「夫との結びつき的に会話が少なくなるのは良くないし、気持ちもすれ違いそうだと思うから、会話の時間をもたなきゃと思う」(D氏)

2) 【家事と育児の両立の大変さをわかってほしい】

24時間育児をしながら、家事をこなしていることを夫は当然のように思っているが、夫が思うよりも、私は疲れており、苦勞していることを理解し、声をかけるだけでなく、実際に家事育児を分担してほしいと望んでいることを意味する。これは、《育児しながら

家事をする大変さをわかってほしい》、《私への気づかいだけでなく家事や育児が出来るよう努力してほしい》の2つのサブカテゴリーで構成された。

《育児しながら家事をする大変さをわかってほしい》

「夫が仕事で疲れてるのもわかるけど、私も子どもとずっと2人きりだから疲れてるって思う。(中略)夫は夜、子どもが寝ない時の大変なのしか見てなくて、日中の色々な大変なことはわかってないだろうなって。育児は夜だけじゃなくて昼も同じように大変で、私は夫が思ってるよりも疲れてることをわかってほしい」(D氏)

《私への気づかいだけでなく家事や育児が出来るよう努力してほしい》

「夫が気にかけてくれてるのは、最初の無関心な態度に比べたら許せるが、1時間でもいいから、替わって私も寝させてくれたらと思う」(D氏)

3) 【夫のさりげない思いやりが嬉しい】

子どもが生まれてから、夫が私の身体を気遣ってさりげない思いやりを見せてくれるようになり、父親としての自覚が芽生え成長したことを嬉しく感じていることを意味する。これは、《さりげない思いやりで夫の成長を感じる》、《子どもが生まれてからの夫の変化が嬉しい》の2つのサブカテゴリーで構成された。

《さりげない思いやりで夫の成長を感じる》

「子どもが生まれてから、夫には『ご飯を食べておいで』と言って、子どもをみてくれるような、さりげない思いやりが芽生えて、すごく有り難いし気がまわるようになって成長したと思う」(E氏)

《子どもが生まれてからの夫の変化が嬉しい》

「普段だったら、サプライズやプレゼントを自分で選ぶことができない夫が、気持ちが滅入ってしんどい私のためを思って足のマッサージ器を買ってきてくれたのが嬉しかった」(H氏)

4) 【夫の言葉で救われる】

夫が、育児で身体や心が疲れている時にも、気にかけて言葉をかけてくれるだけで、頑張っている私をちゃんと見てくれていて、わかってくれていてと感じ、救われていることを意味する。これは、《夫の言葉に私を見てくれていて感じる》、《夫が認めてくれると頑張りが救われる》、《夫からの声かけで気持ちが緩む》の3つのサブカテゴリーで構成された。

《夫の言葉に私を見てくれていると感じる》

「夫がしんどそうな私を見て、『昨日寝れなかったの』と声をかけてくれたら、私のことを見てくれるんだなと感じ、しんどかった昨日を忘れて楽になる」(A氏)

《夫が認めてくれると頑張りが救われる》

「へパリン注射の痕や、出産後の弛んだお腹を夫に見せた時に、『勲章やね』と言ってもらえたことが夫から言ってもらったことで一番嬉しかった。夫のその言葉で、全てが救われたじゃないけど、よかったんやなって」(E氏)

《夫からの声かけで気持ちが緩む》

「育児以外にも、家事などしなければいけないことがあるけど、子どもを一番に優先してしまい周りが見えなくなった時に、夫に『大丈夫?』と言葉がけしてもらったら気持ちが緩む」(E氏)

5) 【妊娠出産を通した夫の支えで、一層信頼できる】

夫が、妊娠中のマイナートラブルで身体と気持ちが辛い時に赤ちゃんが生まれてくることを楽しみにしてくれたり、出産中に苦しくて諦めそうになった時に一生懸命、痛いところを擦って応援してくれるなど、妊娠中から、ずっと私と同じ気持ちになって、寄り添ってくれたことを通して、夫のことをより一層信頼できるようになっていることを意味する。これは、《妊娠中のしんどい時も、夫の支えで一層信頼できるようになった》、《お産の時の夫の支えで頑張れた》の2つのサブカテゴリーで構成された。

《妊娠中のしんどい時も、夫の支えで一層信頼できるようになった》

「妊娠前から夫に対して信頼はあったけど、妊娠出産を通して、どれだけ関わってくれたっていうのが大事だと思う。つわりで入院した時、つらくて夫の前では泣いてしまう私にずっと関わってくれた。そういう妊娠、出産があるから、より一層夫を信頼できる」(H氏)

《お産の時の夫の支えで頑張れた》

「お産で心が何度も折れそうになった時も夫が一生懸命支えてくれたから頑張ろうと思えた」(B氏)

6) 【私を一番理解してくれるので安心する】

夫が、私の性格や育児に対する気持ちを誰よりも一番理解してくれていることが救いで、育児の不安やストレスなどを夫にぶつけた時に、夫が受け入れてくれることで安心していることを意味する。これは、《夫

がいてくれるだけで楽になる》、《私の気持ちをわかってくれていることで救われる》、《夫に全部聞いてもらうだけで安心する》の3つのサブカテゴリーで構成された。

《夫がいてくれるだけで楽になる》

「何でも考えすぎてしまう私の性格を夫はわかってくれているから、夫が気持ちを楽にしてくれることは、私の中でかなり大きい。(中略)日ごろのメンタル的な部分は夫が一番楽にしてくれる」(B氏)

「夫が、私の気持ちを支えてくれる精神安定剤と感じるのは一番私のことを理解してくれているから」(F氏)

《私の気持ちをわかってくれていることで救われる》

「優柔不断の私は、色々考えるけど、子どもが元気なことが一番とっていて、夫もそれと同じ気持ちを持ってくれていることが救いで、いつも私の考えを後押ししてくれる」(B氏)

《夫に全部聞いてもらうだけで安心する》

「一番の相談相手は夫。(中略)子どものことだけでなく、日ごろ気になったことは全部夫に話している。夫に話を聞いてもらっただけで安心する」(F氏)

7) 【夫と一緒にこの先も頑張れる】

初めての育児を経験し、夫が、子どもを可愛がり、積極的に家事や育児に取り組んでくれる姿によって、身体と心の両方が支えられている。これから、子どもが大きくなるにつれて、もっと悩みが増えたとしても、家族を大事にしてくれる夫と一緒に困難を乗り越えていけると、この1か月間で決意できていることを意味する。これは、《夫と一緒に子どもの成長を感じ幸福感で満たされる》、《夫が自ら家事育児する姿で気持ちが楽になる》、《夫と一緒にこの先も頑張れそう》、《家族みんなで子どもを育てるのが楽しい》の4つのサブカテゴリーで構成された。

《夫と一緒に子どもの成長を感じ幸福感で満たされる》

「夫と子どもの話をすると子どもが生まれてきてよかったなっていうのもあるし、幸福感で満たされた気持ちになる。」(E氏)

《夫が自ら家事育児する姿で気持ちが楽になる》

「仕事で疲れて帰ってきた夫には、家事や育児を頼みづらいから、自分から積極的にやるよって言う。 (中略) 育児を夫が1つでもしてくれることで、身体よりも、

やっぱり気持ちが楽になる」(B氏)

《夫と一緒にこの先も頑張れそう》

「子どもの成長に合わせて、もっと悩むことが増えると思うけど、夫はきっと今と同じように、何でも話を聞いてくれるだろうし、私が一人で悶々と悩んでいたら、ポジティブな言葉で、まあいっかって思えるようにしてくれると感じている。きっとこれからも夫は積極的に育児に参加してくれるだろうし、2人でなら何とかなるなってこの1か月で思えた」(B氏)

「2人で子どもを育てようという夫の言葉や、私が体調を崩したら仕事を休んでくれたり、仕事の休憩中に私を気にかけてLINEを送ってくれたりすることで、家族を大事にしてくれていると感じ、夫と一緒にこの先も育児を頑張れそう」(H氏)

《家族みんなで子どもを育てるのが楽しい》

「産後2週目は子ども中心の生活に慣れることができず、辛くて夫に愚痴を言って泣いていたが、夫のおかげで気持ち楽になり1か月経つと子どもへの愛情が増し、みるのが楽しくなっている」(H氏)

考察

1. 初産婦の自信に繋がる情緒的サポート

分娩後は、ホルモン動態の変化をはじめ身体の形態的变化や社会的な人間関係の変化が一気に起こり、また、母親役割取得過程においても様々な心理的・社会的ストレスが生じるため、褥婦は危機的状況に陥りやすい¹⁸⁾。また、古田ら¹⁹⁾は、ルービンの母親役割行動の適応過程として、受容期、保持期、解放期の3つの段階があり、次のように説明している。「まず、受容期は、分娩直後から産後2～3日までで、依存的で受け身的な態度を示す時期であり、眠ることや食ることなど基本的欲求を満たすことに関心が向く。次の保持期は、産後3～10日頃までで、育児技術の習得や子どもに対する世話を積極的に行うことを試みるが、うまくいかない場合、失敗感をもち、傷つきやすい状況にある。最後の解放期は、退院してから1か月間続き、母親以外の役割を放棄したり、あるいは優先度を下げたりして、子どもの生活に自分の生活を合わせていく時期である。」様々な要因で危機的状況に陥りやすいとされる産後1か月の初産婦は、「出産前と出産後では、全然生活リズムが変わってしまって、(中略)子ども中心の生活が、始めはしんどくて、旦那にしか聞いてもらえないから、帰ってきて愚痴って、泣いたりしてた。1か月経ったら、だんだん、自分も寝れないことに慣れてきて、日に日に、愛情も増

して、見てるのが可愛くて、楽しくなってくる」という語りからも、解放期にあたる。保持期である頃は、子ども中心の生活リズムに戸惑い、ストレスを感じ、解放期に向かうにつれて、自分の生活を子どもに合わせることができるようになっていると考える。

また、名取ら²⁰⁾は、産後1か月と3か月の母親では、3か月の方が孤独感が増し、「人との付き合いがない」、「自分のことを本当にわかってくれる人は誰もいない」、「孤立しているように思う」と答えており、育児中の母親に対して、理解者としての支援が必要だと述べている。また、大野¹⁰⁾は、孤独感が強い産後1か月の初産婦は、産後鬱状態に陥りやすく、夫の精神的支援は孤独感を取り除くと述べている。本研究においても、「夫が、私の気持ちを支えてくれる精神安定剤と感じるのは一番私のことを理解してくれてるから」や「主人が私の子育てに対する気持ちをわかってくれることも、一人じゃないなって思えるところですね」との語りから、パートナーが自分を理解してくれていることが、精神的な支えとなり、孤独を感じずにすんでいることが明らかとなった。つまり、育児中の母親は精神的に不安定な状態で、身体を回復させるための体調管理を踏まえて、家庭内で過ごすことが多いため、より自分の理解者となってくれるパートナーの存在が情緒的サポートとなり、孤独感から解放されていると考える。

太田ら²¹⁾は、高年初産婦は、まず初めに自らサポートを『求め、与える』、その後、サポートを『受ける』を体験し、夫の支援を身体面や、精神面の心身両面から価値づけて、夫に『求め、与える』というフィードバックをする過程をたどることで、『共に育てていく自信』を得ていると述べている。本研究における産後1か月の初産婦においても、【もっと私に関心をもってほしい】という思いを夫に求め、【夫のさりげない思いやりが嬉しい】を受け、【家事と育児の両立の大変さをわかってほしい】と夫に求める一方、【夫の言葉で救われる】を受けている。初産婦は、パートナーの思いやりや言葉を情緒的サポートとして受け、それに喜び感謝する思いだけでなく、パートナーに対して、育児・家事の大変さをわかってほしいと、もっと期待して求めている。その双方に揺れ動く中で、パートナーをより一層信頼できるようになっていると考える。そして、その信頼が自分を理解してくれる夫と一緒に頑張れるという自信に繋がっており、これは、太田の述べている『共に育てていく自信』と同様であった。

すなわち、産後1か月の初産婦は、パートナーから

の情緒的サポートによって、喜び感謝する思いと期待して求める思いが揺れ動きながら、パートナーへの信頼をより深めている。そして、そのパートナーが自分を理解してくれることは、情緒的サポートに繋がり、これらによって、孤独感から解放され、【夫と一緒にならこの先も頑張れる】という自信に繋がっていた。

2. パートナーからの情緒的サポートに対する捉え方

産後1か月の初産婦は、パートナーからの情緒的サポートを受けて、パートナーへの信頼を深め、これから先も夫と一緒になら頑張れるという自信に繋がっていた。「寄り添って育児や家事をしてくれることが、気持ちのサポートだと思う」という語りからも、パートナーと一緒に家事や育児を行ってくれるサポートの中に情緒的サポートを感じていた。そこで、パートナーからの情緒的サポートを産後1か月の初産婦がどのように捉えているのかについて考察する。

森脇ら¹⁴⁾は、夫のサポートを母親と育児と一緒に行う共同感が基盤にあり、サポートを受領する妻(母親)の家事や育児を手伝う手段的なサポートと、妻のことを認めたり、寄り添ったりする情緒的サポートと、情報を与えたり、楽しい時を与えるという環境的なサポートを妻が認識していることと定義している。また、太田ら²¹⁾は、高年初産婦は、夫の支援を「私の身体的負担が軽減し助かる」という身体面や、「夜中の育児を分担でき、心身にゆとりを感じる」という精神面の心身両面から『価値づける』ことをしていたと述べている。本研究における、「夜の授乳の時に一緒に起きて手伝ってくれたり、口だけじゃなくて、心も身体も一緒に支えてくれたのが助かった」という語りから、産後1か月の初産婦は、家事や育児に対するパートナーのサポートを心身両面から価値づけている。そして、家事・育児の手段的サポートの中に込められた気遣いや思いやりを受けて、手段的サポートが情緒的サポートに繋がっていると考える。

山口ら⁹⁾は、父親が情緒的支援行動をよくするほど、母親の育児負担感は少ないと述べている。しかし、本研究において、「私への気づかいだけでなく家事や育児が出来るよう努力してほしい」から、初産婦は情緒的サポートだけでなく、手段的なサポートも求めていることがわかる。手段的なサポートが不足している状況では、情緒的サポートをサポートとして受け取ることが出来ず、育児負担感は軽減していない。また、本研究における「夫が自ら家事育児する姿で気持ちが楽になる」から、情緒的サポートに繋がる手段的サポートは、産後1か月の初産婦の心理面の安定に

大きな影響を与えていると考える。

中山ら⁸⁾は、育児共同感を「母親と父親が育児と一緒にいる気持ち」と定義している。父親の育児支援行動として「情緒的支援行動」を傾聴、関心、情動、共感、尊重、相談、協同、励まし、いたわり、配慮、信頼、会話、コミュニケーションといった幅広い視点から捉え、「直接育児行動」を着替えや寝かしつけなどの子どもの世話としている。そして、育児共同感が影響する因子として、「情緒支援行動」と「直接育児行動」が有意に関連したと述べている。本研究における、「子どもの抱っこで私の身体が悲鳴をあげた時、夫がマッサージしてくれたり、整体に行かせてくれたおかげでリフレッシュできた」や「普段は、サプライズやプレゼントを自分で選ぶことができない夫が、気持ちが減入ってしんどい私のためを思って足のマッサージ器を買ってきてくれて、これからも頑張ろうと言ってくれたのが嬉しかった」、「夫と子どもの話をすると、幸福感で満たされた気持ちになる」の語りから、パートナーのあらゆる言葉と行動が情緒的サポートに繋がっていた。そして、中山ら⁸⁾が情緒支援行動は、育児共同感に関連していると述べているように、情緒的サポートは【夫と一緒にならこの先も頑張れる】という思いに影響していると考えられる。

以上より、産後1か月の初産婦は、家事・育児の手段的サポートや、パートナーからのあらゆる言葉と行動の中に込められた気遣いや思いやりを受けて、それらも情緒的サポートとして捉えていた。

結論

1. 産後1か月の初産婦は、妊娠中に期待するほど夫が私に関心を持ってくれなかったことや、産後に気持ちのずれを感じて、【もっと私に関心をもってほしい】の思いや【家事と育児の両立の大変さをわかってほしい】を求めていた。しかし、子ども中心の生活が始まると、私の身体を気遣ってくれるようになり、【夫のさりげない思いやりが嬉しい】や【夫の言葉で救われる】など、頑張りを認めて、寄り添う情緒的サポートに喜びも感じていた。夫婦2人の生活から子どもとの3人の生活に移行する中で、産後1か月の初産婦は、パートナーからの情緒的サポートに喜び感謝する思いと、期待して求める思いが揺れ動きながら、【妊娠出産を通した夫の支えで、一層信頼できる】ようになっていった。そして、育児の不安やストレスがあっても全てを受け入れてくれる夫は、【私を一番

理解してくれるので安心する】存在であり、【夫と一緒にならこの先も頑張れる】という自信に繋がっていた。

- 2) 産後1か月の初産婦は、家事・育児の手段的サポートや、パートナーからのあらゆる言葉と行動の中に込められた気遣いや思いやりを受けて、それらも情緒的サポートとして捉えていた。

謝辞

本研究にあたり、快くインタビューにお答えくださった研究対象者の皆さま、ご協力くださいました研究協力施設の皆さまに深く感謝致します。

文献

- 1) 厚生労働省：育児・介護休業法について
<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000130583.html> (参照 2018年2月17日)
- 2) 内閣府男女共同参画局：男女共同参画白書 平成29年版
http://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/h27/zentai/html/honpen/bl_s03_02.html (参照 2017年12月20日)
- 3) 厚生労働省：平成28年度雇用均等基本調査
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/71-28r-03.pdf> (参照 2017年12月20日)
- 4) 松原まなみ, 山西みな子：母乳育児の看護学－考え方とケアの実際 (第1版), 122-123, メディカ出版, 2003.
- 5) 西海ひとみ, 松田宣子：第1子育児早期における母親の心理的ストレス反応に影響する育児ストレスサーとソーシャル・サポートに関する研究, 神戸大学大学院保健学研究科紀要, 24, 51-64, 2008.
- 6) 神崎光子：産後1か月の母親の育児困難感とその他の育児上の問題, 家族機能との因果的関連, 女性心身医学, 19 (2), 176-188, 2014.
- 7) 松永佳子：産後1か月の女性が受けたと認識しているサポートと希望するサポート, 東邦大学医学部看護学科紀要, 22, 17-26, 2009.
- 8) 中山美由紀, 三枝愛：1歳6か月児をもつ母親に対する父親の育児支援行動, 母性衛生, 44 (4), 512-520, 2003.
- 9) 山口咲奈枝, 佐藤幸子, 遠藤由美子：未就学児をもつ父親の育児行動と母親の育児負担感との関連, 母性衛生, 54 (4), 495-503, 2014.
- 10) 大野弘恵：産後のうつ状態に関する研究 (第1報) 産後1か月の母親の心の状態と夫の精神的支援との関係, 愛知医科大学看護学部紀要, 7, 1-13, 2008.
- 11) 脇田満里子, 小島康生, 入澤みち子：妊娠・出産が母親の心理に及ぼす影響－夫からのサポートに着目して－, 母性衛生, 44 (2), 244-249, 2003.
- 12) 前原邦江, 森恵美, 坂上明子, 他：高年初産の母親の産後1か月間におけるソーシャルサポートの体験, 母性衛生, 55 (2), 369-377, 2014.
- 13) 田中恵子：両親の育児協働感の3分類と相互協力との関連 子どもの誕生後1年間における両親の語りより, ペリネイタルケア, 33 (3), 312-318, 2014.
- 14) 森脇智秋, 古川薫：母乳育児における夫のサポートに関する研究の現状と問題, インターナショナル Nursing Care Research, 14 (1), 111-120, 2015.
- 15) 新村出編：広辞苑 (第6版), 岩波書店, 2008.
- 16) 谷津裕子：Start Up 質的看護研究 (第2版), 158-161, 学研メディカル秀潤社, 2016.
- 17) Holloway, I., Wheeler, S. : Qualitative Research in Nursing (2nd ed), 1996, 野口美和子監訳, ナースのための質的研究入門 研究方法から論文作成まで (第2版), 250-251, 医学書院, 2006.
- 18) 村本敦子：周産期看護の心理的特徴, 村本敦子, 高橋真理 (編), 周産期ナーシング, 13, スーヴェルヒロカワ, 2006.
- 19) 古田祐子, 鳥越郁代：正常な産褥, 村本敦子, 高橋真理 (編), 周産期ナーシング, 152-204, スーヴェルヒロカワ, 2006.
- 20) 名取初美, 平田良江：産後1ヶ月・3ヶ月における育児中の母親の孤独感, 山梨県母性衛生学会誌, 9 (1), 9-14, 2010.
- 21) 太田愛, 森恵美, 坂上明子, 他：高年初産婦の産後1か月における夫婦間のサポート体験, 日本母性看護学会誌, 16 (1), 9-16, 2016.