

母親の内省と子どもへの応答性に関する質的研究 —母親へのインタビュー分析から—

西田千夏 (武庫川女子大学大学院・臨床教育学研究科・博士後期課程)

要約

子育て中の母親は、さまざまな育児ストレス・育児困難感を抱えている。母親がストレスによる負の感情をコントロールできないと、ストレスはより増強し、子どもの心情に目を向けることが困難になる。母親が子どもの心情を読み取って応答できないと、子どもは母親に受容されたという感覚を持てなくなると考えられる。子どもの心情に目を向けるためには、まず、母親が自身の感情に気づかなければならない。自身の感情に向き合う行為は内省であり、内省は精神的苦痛のコントロールになるともいわれている。そこで本論文では、内省がストレス対処や子どもの感情読み取りに関連があるのかを先行研究から概観する。次に、2人の母親に実施した半構造化インタビューから、母親の内省と子どもへの応答性の関連を検討する。結果、母親の内省が子どもへの応答性を高めることが示された一方、母親が自己受容できていない場合は応答性の高い行動がとれないことが示唆された。

キーワード：母親 ストレス 内省 応答性 自己受容

I. はじめに

内省 (reflection) とは、自己の感情や反応、知覚などの心的体験を深くかえりみることである (Fonagy, Steele, Steele, Moran & Higgitt 1991)。自己をとりまく環境を深くみつめるものであり、自分自身の経験に新しい意味を認知する自己洞察の方法であるともいわれている (Rogers 1942, 末武・保坂・諸富 2005)。メタ認知 (metacognition) も自身の感情や認知過程へ目を向けることであるが、その後の行動を計画し、評価することを含んでいる (Main 1991) (中島他 1999)。内省は、メタ認知や自己洞察を、より深いものにする手段なのである。

内省は、精神的苦痛のコントロールにもなるといわれている (Fonagy, Steele, Steele, Hggitt & Target 1994)。親子関係でも重要視されており、Fonagy (2000) は、親の内省機能が子どもの愛着形成を促進させるとしている。愛着形成を阻害するものには、親の育児不安・ストレスが考えられる。Benesse 次世代育成研究所 (2010) の子育て意識調査では「子どもが将来うまく育っていくかどうか心配」(62.5%)、「子どもがわずらわしくてイライラする」(56.3%) といった意見が多く挙がっていることから、育児不安やストレスを抱えた親は多いと思われる。不安やストレスは子どもに攻撃的・統制的な態度を取る要因ともなるが (興石 2005) (中道・中澤 2003)、親が内省することができれば精神的苦痛がコントロールされ、そのような負の連鎖を防ぐことができると考えられる。内省によって自身の感情を子どもに転嫁していたことに気づけば、子どもの立場や感情にも目を向け、子どもへの応答性も

高まると考えられる。そうすると子どもの親への愛着が促進され、親自身も気持ちの安定を得て、子どもとの応答的な循環が促進されるのである (Fonagy 2001, 遠藤他監訳 2008)。

本論文では、親、特に母親の内省と子どもへの応答性の関連について検討を行う。まず先行研究のレビューから母親の内省が自身と子どもに与える影響について概観する。そして、内省が子どもへの応答性を高める過程と要因について、2人の母親の子育て場面の語りを通して考察する。内省は、年齢、成育歴、生活環境などの違う独自の存在である一人の人間から導き出されるものである。そのため、語りだけで判断できるものでは決してないが、そこから得られる示唆は、今後の親支援への一助になり得ると考える。

II. 母親の内省と子どもへの 応答性に関する先行研究

1. 内省とストレス対処との関係

Davis (1996, 菊池 1999) は慢性的ストレスに関する生活領域として、金銭、家の雑用、時間的要請、仕事、人間関係、健康を挙げている。これらによるストレスは、その状況や社会的サポートの程度によって変化するが (久保田 1995)、ストレス状況をどう認知するかにも左右されるといわれている (Davis 1996, 菊池 1999)。とはいえ、身の回りに起こるすべてのことを肯定的に捉えるのは容易ではない。ストレスの高い状態になると、自分や他者を否定的に捉えやすくなるものである。自他を否定することはストレスに対するコーピングの側面があるものの、ストレスの根本的な

解決にはならない。それは Rogers (1942, 末武他訳 2005) の“自分の中に認識されたある態度を否定しようとする限りにおいては、防衛的な性質をもつ代償的な態度を抱え続けることになる”という論述からもいえることである。否定的な認知や感情を肯定的に変えることは難しいが、自身の認知や感情の様式を自分の一部として認めることができれば、防衛的な反応は少なくなると考えられる。

Gottman, Katz & Hooven (1997) は認知や感情の中でも特に“感情に対する感情”に注目し、それを Meta-Emotion と名づけた。Meta-Emotion を測定するインタビューを用いた研究では、親が自分の感情を認めていると、子どもの感情表出も受けとめられることが示されている(萱野・大河原・橋本・吉田 2012)。感情を認められるには、まず、感情を自覚しなければならない。そして、その感情が沸き起こる原因について内省する必要がある。内省によって、自身の感情の背景、例えば時間に追われているためなのか、仕事でイライラしているからなのか、子どもの行動を受け入れられないためなのか、等を自覚することができれば、負の感情に溺れることを防ぎ、自身の感情を認めることに繋がる。その結果、ストレスも軽減すると考えられる。

2. 母親の内省と子どもの感情読み取りの関連

内省によって自身の心に目を向ける傾向のある母親は、子どもの感情を読み取る力も優れているのであろうか。Fonagy (2001, 遠藤他監訳 2008) は、出産前の両親が自らの幼少期経験の心的状態について言及する頻度が高ければ、生まれてきた子どもが彼らに対して安定した愛着を形成する傾向が強いことを述べている。岡藤 (2006) も内省機能が高い母親は子どもの感情を幅広く読み取れることを示している。Oppenheim と Goldsmith (2011) は、母親への面接や、子どもの行動を母親と一緒に観察する調査研究において、子どもの情緒的シグナルに対する母親の感性を検討している。その結果・考察から、子どもは洞察力の高い親によって自分の内的世界の意味を知り、自分が尊重され受け入れられると思えるようになることを述べている。

これらの知見から考えると、母親の内省は、子どもへの応答性を高めるともいえる。しかし、そうともいえない研究結果もある。篠原 (2006) は、乳児の心に目を向け関わろうとする傾向 (mind-mindedness) の高い母親が、子どもの行動に応答しやすいことを述べている。しかしその後の縦断研究(篠原 2009)によると、子どもが0歳時に mind-mindedness の高かった母親が、子どもが4歳時に子どもの感情を受容的に受け止めているとは限らないことを示している。その理由として、“子どもについて思考することが、母親自身に

対する内省的態度を活性化させ、子どもの視点に立つことを難しくさせてしまう可能性が考えられる”と述べている。その説から考えると、内省することが自己中心的思考を生み、子どもへの応答性を鈍らせる場合があるということになる。内省はどのような場合に子どもへの応答性を鈍らせるのだろうか。次節で、事例を通して検討することにする。

III. 2人の母親の語りから検討する 母親の内省と子どもへの応答性

1. 調査方法

1) 時期：2012年3月～6月

2) 対象：Aさん…40代女性。家族は夫と子ども2人(2歳男・8歳女) 職業は保健師。
Bさん…40代女性。シングルマザーで家族は子ども2人(18歳男・12歳女-学習面での発達遅れの遅れを指摘されている)。職業は事務職

3) インタビュー内容・方法

ストレスや受け入れられないと感じる子どもの行動。その時の状況。その時の感情が、自分のどのような体験や考え方に基づいているか。などの内容についての半構造化インタビュー。

4) 分析

インタビュー内容をICレコーダーに録音し逐語録に起こした後、佐藤 (2008) の質的データ分析法を参考に質的分析を行った。導き出された概念を他の概念との関連も鑑みながら意味を考察し、内省できている、或いはできていないと捉えられる体験、それにまつわる因子を導き出した。

5) 倫理的配慮

対象者へは研究目的と方法、人権への配慮について口頭・書面で説明し、承諾書により同意を得た。武庫川女子大学教育研究所倫理委員会の承認を得ている。

2. 結果・考察

内省に関連していると考えられる場面の語りとコーディング結果を、表1・2に示し、コーディングの整理を表3に示す。

1) 子どもへの応答性が高まる過程

AさんBさん共に内省に関する語りがあった。場面①でのAさんは、子どもの甘えたい気持ちに気づいた後、自分が構ってあげられなかったことを内省し、子どもを膝の上に座らせるという応答をした。この過程は、子どもへの感情洞察から始まって、内省、応答

表1：インタビュー内容・コーディング（Aさん）

インタビュー内容	オープンコーディング	焦点的コーディング
<p>場面① 子どもが甘えてきた時 ベタベタしてくるときは、ああ、甘えたいんやなー、と感じる。そういうのを見て、いつも忙しにかまけて過ぎてるんやなって、ちょっと反省する部分も自分の中にあるから、逆に来れば？とかここ（母の膝）座る？とかそういう風に声は掛ける。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの甘え ・甘えに対する内省 ・甘えを受け止める接触行動 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもへの感情洞察 ・内省 ・愛着形成行動の促進
<p>場面② 子どもとの手紙のやりとり 子どもに貰った手紙とか、なるべく見えるところに置くようにして励みにしている。それが嬉しいんやろうなー。そりゃそうやわな、自分の作ったものそうやって飾ってくれて見てくれて。そしたら子どもも私あげた手紙を貼ったりしている。私はめったに書かないけど…。書いた手紙の内容は、子どもが熱出して学校休んだ時、私は仕事に行かないといけなくて、でも起きたときにいなかったら悲しむかなと思って「ごめんね、朝会わないけど起こさないからね。お父さんがいるからね」みたいな感じのことを書いた。そしたらそれが嬉しかったみたいで、ずっと貼ってある。たいしたことない手紙やのにー。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・自身の感情への気づき ・嬉しさの相互作用 ・母親の行為に対する喜び ・病気時の愛着希求 ・手紙での感情表現 	<ul style="list-style-type: none"> ・内省 ・感情の相互作用 ・被受容体験 ・子どもへの感情洞察 ・子どもへの感情表現
<p>場面③ 自分の状況に気づかされた時 忙しくて気づかたっているというのは、周りの一言で気づくかな。旦那から「しんどいんやなー、いつもの怒り方と違うよねー」みたいな感じで言われると、ああ、そうかー、あかんなーとか思えるから、やっぱり人から「こうやで」と言われないと自分では調整できないものやなーって。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・夫からのねぎらい ・内省できるきっかけ 	<ul style="list-style-type: none"> ・被受容体験 ・内省
<p>場面④ 子どもに気持ちを伝える んー、時間たったら、ごめんやよ、お母さんこんなんやってね。お母さんはこんな気持ちやったんよ。みたいなんは毎回言うよ。その日のうちに、それを言うことによって子どもに変化があるか？うーん、ないかな。子どもにじゃなくて自分に言ってるんかなって思う。あんまり変化ないかも(笑)。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・内省の表現 ・変化を要求しない 	<ul style="list-style-type: none"> ・内省 ・子どもへの要求

表2：インタビュー内容・コーディング（Bさん）

インタビュー内容	オープンコーディング	焦点的コーディング
<p>場面⑤ 子どもを叱った時 転校して間がないときに娘が友達に自分のものをいっぱいあげてたから、私えらい怒ってね。すっごい怒ってんだけど、怒ってからふっと自分のこと思い出した。私もおんなじようなことして、って。子どもで転校して寂しい時にそういうことするよね、と思った。でも、もうすでに、わー、って怒った後やった。でも、やっぱり子どもにも謝ってやらないといけなと思って、「お母さんもね、友達とランドセル交換して帰ったこともあるからねー」と言ったら、事あるごとに「お母さんもランドセル交換したんやろ」と言うから、それ以上言わないようにした。親がそうしたんやったらそうしていい、と思うから。気持ちは分かるけど、分かって言ってしまうと、じゃあ、いいんだって捕らえると思う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもとの類似性 ・叱ったことへの内省 ・転校生の孤独な気持ち ・言葉での感情表現 ・行動の正当化への懸念 	<ul style="list-style-type: none"> ・内省 ・子どもへの感情洞察 ・子どもへの感情表現 ・子どもへの要求
<p>場面⑥ 子どもが家での安心感を表現した時 「お母さん、私は家が一番好きや」と娘が言うことがある。寝るとき「ああ、お母さんと寝るだけでいいわ」と。そういうこと言うてことは、やっぱり学校でも寂しいんやろうな。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの寂しさ 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもへの感情洞察
<p>場面⑦ 子どもが熱を出した時 この前長男が熱を出した。普段は反抗的なのに、夜中でも大丈夫？とか声かけられるのが嬉しいみたい。そのときもバイト行くとか言い出して、「バイトの代わりはおるけどあなたの代わりはおらんから、そんなん困る。そんな声じゃ電話もできんやろうからお母さんしたわ。あなたの代わりはおらんねんで」と言ったら割と素直に「ほんならお母さん電話して」と。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・病気時の愛着希求 ・母親の気遣いと子どもの安心 ・存在の大切さの伝達 ・母親への信頼 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもへの感情洞察 ・感情の相互作用 ・愛着形成行動の促進 ・被受容体験

表3：コーディングの整理

焦点的コーディング	オープンコーディング
内省	<ul style="list-style-type: none"> ・甘えに対する内省 ・自身の感情への気づき ・内省できるきっかけ ・内省の表現 ・子どもとの類似性 ・叱ったことへの内省
子どもへの感情洞察	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの甘え ・転校生の孤独な気持ち ・子どもの寂しさ ・病気時の愛着希求
愛着形成行動の促進	<ul style="list-style-type: none"> ・甘えを受け止める接触行動 ・存在の大切さの伝達
被受容体験	<ul style="list-style-type: none"> ・母親の行為に対する喜び ・夫からのねぎらい ・母親への信頼
感情の相互作用	<ul style="list-style-type: none"> ・嬉しさの相互作用 ・母親の気遣いと子どもの安心
子どもへの感情表現	<ul style="list-style-type: none"> ・手紙での感情表現 ・言葉での感情表現
子どもへの要求	<ul style="list-style-type: none"> ・変化を要求しない ・行動の正当化への懸念

へと繋がっている。場面⑤でのBさんは、叱った自分を内省し「自分も過去に同じことをしていた」という子どもとの類似性に気づき、その後、転校生である子どもの孤独な気持ちを察することができていた。この過程は、内省から子どもへの感情洞察となっている。もし母親が内省することがなければ、甘えてくる子どもを煩わしいと感じて受け止められないだろうし、子どもの気持ちに気づかず叱り続けていたかもしれない。内省が、子どもへの感情洞察や応答性を促進しているのである。

場面②でのAさんは、子どもの手紙を大事にするという行動を取っていた。「それが嬉しいんやろうな」という語りからも、子どもの喜びに対する感情洞察があると考えられる。さらに「励みになるから」と、自身の感情への気づきもみられる。感情のあらわれる理由までは言及していないが、内省は自身の感情に気づくことから始まる。この場面の過程は、子どもへの感情洞察と自身の感情への気づきが、手紙を大事にする姿を子どもに見せ、子どもの病気時に自分も手紙を書くという応答性に繋がっているのである。

場面⑦でのBさんも、病気の時には心細いだろう、という子どもへの感情洞察から「あなたの代わりになる人はいない」と、子どもの存在が大切だと表現し、応答していた。今回子ども側からの検証を行っていないので、これらの母親の行動が本当に子どもに応答的であるとは断定できないが、語りの中からは、子ども自身も自分が大切な存在だと感じていることがうかがえる。内省や子どもへの感情洞察、自身の感情への気づきができる母親は、子どもへの応答性が高く子どもの自己受容感を高め愛着形成行動を促進することが、これらの場面からいえるだろう。

2) 内省が子どもへの応答性を鈍らせる要因

Bさんの場面⑤では、内省から転校生である子どもの孤独を洞察できていたものの、子どもに応答的な行動を取るまでには至っていない。「お母さんも同じようなことをやっていた」と子どもに伝えると子どもに行動を正当化されたので、それ以上母親自身の感情を言わなくなった。ここでもし、Bさんが、自身の内省や子どもを洞察した内容を表現できれば、つまり転校生の寂しさに共感しながら一緒に考えるような行動ができれば、子どもの感情に応答できたのではないかと考えられる。Bさんが内省した内容を子どもに言えなかったのは、表現することが自分の弱みを見せることとなり、子どもがそれを利用すると考えていたからと思われる。母親の表現を子どもがどう受け止めるかは、子どもの発達や個性によっても違ってくるので、一概に表現することがいい方法だとは限らない。しかし、内省や洞察内容の表現は、子どもの行動変化を目的にしてはいけないのかもしれない。Aさんは、場面④で

子どもに自身の気持ちを伝えていたが、その時に「伝えるのは自分のためである」と語っていた。これは、子どもへの要求や変化を求める気持ちが少ないという表れである。子どもに「こうあってほしい」という要求が全くないと育児放棄に繋がりがかねないが、要求が高すぎると、内省や洞察内容を子どもに伝えることは難しくなる。子どもへの要求は、何とか生きる力をつけてあげたいという親の思いの表れでもあるが、その思いが強いと子どもに抑圧的に接してしまう可能性も高いのである(本田2012)。

以上のことから、内省が子どもへの応答性を鈍らせる要因としては、内省の結果明らかとなる母親自身の弱みを見せたくない、子どもへの要求が強い、などの場合が考えられる。

3) 内省が子どもへの応答性を促進させる要因

内省した内容を表現して子どもへ応答することは、自身の弱みを子どもに見せるという側面もある。そのため、子どもへの応答性を促進させるには、自身の弱みを受け入れていることが必要である。鈴木・渡部(2005)は、内省の結果自身を受け入れている場合を“自己受容”、内省の結果直面した自分を受け入れられない場合を“自己拒否”としている。Aさんの「気持ちを表現するのは自分のためである」という語りからは、子どもに自分の非を見せても構わないという自己受容の状態であることが読み取れる。自己内省の傾向が高い人は自己受容感が高いこともいわれており(鈴木他2005)(高野・坂本・丹野2012)、内省し子どもへの応答性を促進させるためには、自己受容が基盤にあることが必要だといえる。

自己受容は、社会や周囲の人から受容されている被受容体験から得られる(Rogers1942,末武他訳2005)(高野他2012)。場面③で夫からねぎらいの言葉を掛けられたAさんは、自身の子どもの対応を振り返ることができていた。場面⑥で子どもから「お母さんといられるだけでいい」と言われ、場面⑦で病気の時に必要とされたBさんは、子どもに安心を与える応答ができていた。母親自身が誰かから受容されていると感じることが、内省へと繋がりと、子どもへの応答性を促進するといえるだろう。

4) まとめ

内省は、子どもへの感情洞察からあらわれることもあればその逆もある。そして、母親の内省や、子どもへの感情洞察、自身の感情への気づきが、子どもへの応答性を高めるのである。しかし、母親の内省が子ども視点に立つことを難しくさせている場合もあり、それは、内省の結果直面した自分を受け入れられない、子どもへの要求が強い、などの場合である。内省は子どもへの応答性を高めるものの、それを可能にするの

は母親の自己受容が基盤にあるということが、今回のインタビュー分析において明らかとなった。

IV. おわりに

今回、内省が子どもへの応答性に繋がることと、応答性の高まる場合、高まらない場合の要因を挙げた。今後は、この結果の妥当性を高めるために、事例数を増やし縦断的な研究を行うことが必要である。さらに、インタビューだけではなく、質問紙調査や実験的場面、心理検査、子ども側からの検証等からの多角的な研究によって、子どもへの応答性が高まるための支援について提起していきたいと考えている。

付記

本稿は平成 25 年武庫川女子大学大学院・臨床教育学研究科に提出した修士論文（西田 2013）の一部を加筆修正したものである。

〈参考文献〉

- Benesse 次世代育成研究所 (2010). 第 4 回幼児の生活アンケートの子育て意識調査
(http://berd.benesse.jp/jisedaiken/research/research_13.html)
- Davis,M.H (1996). Empathy: A Social Psychological Approach. (マーク H. デイビス 菊池彰男 (訳)(1999). 共感の社会心理学 川島書店)
- 遠藤利彦 (1992). 愛着と表象 心理学評論,35 (2), 201-233.
- Fonagy,P (2000). Attachment and Borderline Personality Disorder Journal of the American Psychoanalytic Association 48 (4), 1129-1146.
- Fonagy,P (2001). Attachment Theory and Psychoanalysis . (ペーター・フォナギー 遠藤利彦・北山修 (監訳) (2008). 愛着理論と精神分析 誠信書房)
- Fonagy,P・Steel,M・Steel,H・Moran, G.S・Hggitt,A (1991). The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment Infant mental health Journal 12 (3), 201-128.
- Fonagy,P・Steel,M・Steel,H・Hggitt,A・Target,M (1994). The Emanuel Miller Memorial Lecture 1992 The Theory and Practice of Resilience Journal of Child Psychology and Psychiatry 35 (2), 231-257.
- Gottman,J.M・Katz,L.F・Hooven,C (1997). Meta-Emotion: How Families Communicate Emotionally Routledge
- 本田秀夫 (2012). 発達障害の乳幼児期における親支援 家族療法研究,29 (2), 109-114.
- 萱野亜希子・大河原美以・橋本麻美・吉田衣織 (2012). 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 61 (1), 137-144.
- 興石薫 (2005). 育児不安の発生機序と対処方略 風間書房
- 久保田まり (1995). アタッチメントの研究—内的ワーキング・モデルの形成と発達 川島書店
- Main,M(1991).Metacognitive knowledge, metacognitive monitoring, and singular (coherent) vs. multiple (incoherent) models of attachment: Findings and directions for future reseach .in J.Stevenson-Hide,C.Parkes, & P.Harris(Eds.),Attachment across the lifecycle.Routledge.
- 中島義明・安藤清志・子安増生・坂野雄二・繁榊算男・立花政夫・箱田裕司編 (1999). 心理学辞典 有斐閣
- 中道圭人・中澤潤 (2003). 父親・母親の養育態度と幼児の攻撃行動との関連 千葉大学教育学部研究紀要,51, 173-179.
- 西田千夏 (2013). 母親による子どもへの共感因子とその構造に関する研究 平成 24 年度武庫川女子大学大学院臨床教育学研究科・修士論文
- 岡藤円春 (2006). 妊婦の内省機能と情緒応答性の関連: インタビューと日本版 IFEEL Pictures を用いて 日本女子大学大学院人間社会研究科紀要,15, 171-187.
- Oppenheim,D・Goldsmith,D.F (2011). Attacment Theory in Clinical Work with Children. (2011). (ダビッド・オッペンハイム・ドグラス・F. ゴールドスミス (編), 数井みゆき・北川恵・工藤晋平・青木 豊 (訳) (2011). アタッチメントを応用した養育者と子どもの臨床 ミネルヴァ書房)
- Rogers,C (1942). Counseling and Psychotherapy. (カール・ロジャース 末武康弘・諸富祥彦・保坂亨 (訳) (2005) カウンセリングと心理療法—実践のための新しい概念 岩崎学術出版社)
- 佐藤郁哉 (2008). 質的データ分析法—原理・方法・実践 新曜社
- 篠原郁子 (2006). 乳児を持つ母親における mind-mindedness 測定方法の開発—母子相互作用との関連を含めて— 心理学研究,77 (3), 244-252.
- 篠原郁子 (2009). 母親の「子どもの心に目を向ける傾向」の発達の变化について—生後 5 年間に亘る縦断的検討— 発達研究,23,73-84.
- 鈴木秀人・渡部玲二郎 (2005). 「内省」および「自己の側面の重要性」が自己受容に及ぼす影響 カウンセリング研究,38 (1), 51-60.
- 高野慶輔・坂本真士・丹野義彦 (2012). 機能的・非機能的自己注目と自己受容,自己開示 パーソナリティ研究,21 (1), 12-22.