

親への移行と母親のメンタルヘルス — 夫からのサポートおよび母親の内的要因との関連 —

小林 佐知子

問題と目的

新しく母親になった人が親としての生活に適応するまでにはある程度の時間がかかる。この移行期間は母親のメンタルヘルスが損なわれやすく、長期の不適応状態はその後の母子関係にも悪影響を及ぼしてしまう。メンタルヘルスの問題は抑うつ症状として表れることが多く、近年は妊娠期における抑うつ傾向の高さが指摘されているが、実証的な研究はまだ少ない。

母親のメンタルヘルスの問題に対し、これまではサポート欠如をはじめとする母親を取り巻く環境内の要因（外的要因）に目が向けられてきた。しかし、サポート欠如はサポートを与える側の問題だけではなく、サポートの受け手の問題も関与しているのではないだろうか。サポート欠如になりやすい母親は、特徴的な認知や性格傾向（内的要因）をもっていることが考えられる。自己や他者に対してポジティブな認知をしない、あるいはネガティブな認知をしやすい母親は、サポートの適切な評価や要請をすることができないであろう。こうしたサポート欠如と母親の内的要因の関連についての研究はまだ少ないが、Hobfoll, Ritter & Shoham (1991) や Rholes, Simpson, Cambell, & Grich (2001) 等の先駆的な研究がみられている。そこではマスタリー（危機的状況をうまく乗り越えることができるという自己概念）や愛着のアンビバレント傾向（不安定な自他の表象をもち、人間関係の維持に不安を抱えやすい）が夫からのサポート量と関連することが指摘されているが、抑うつ傾向の高まりやすい出産1ヶ月後の時期を対象としたものではなく、産後の抑うつ状態を検討しているとは言い難い。また、愛着の安全傾向やマスタリー等のポジティブな内的要因と、愛着のアンビバレント傾向や回避傾向等のネガティブな内的要因とはそれぞれ異なった働きをすることが予測されるが、現段階では断片的な知見のみが得られている。

そこで本研究では、妊娠期と出産約1ヶ月後の2時点において、夫のサポートおよび母親の内的要因を中心に母親の抑うつのメカニズムを明らかにすることを目的とする。その際、サポートの知覚量以外にサポートを要請する程度や夫婦関係満足度を測定すること、およびポジティブな認知的側面とネガティブな認知的側面の働きを比較検討することにより、抑うつのメカニズムをよりく

わしく検討する。また、縦断的に検討することにより、産後の抑うつ傾向の予測因を探るとともに予防の手立てを考えていく。

方法

〈調査対象者と手続き〉N市およびN市郊外の病院および保健センター計9ヶ所において、母親教室に参加した初妊婦に質問紙調査を行った。調査の同意を得られた者のみ留置法あるいは郵送法にて回収した。調査は平成14年11月～15年4月にかけて行われ、回答者のうち224名を分析対象とした。また、出産後の調査を承諾した166名には郵送法にて2回目の調査を行い、回答者のうち114名を分析対象とした。

〈調査内容〉「サポート知覚」、「サポート要請」、「日常的ストレス」、「夫婦関係満足」、「マスタリー」について、それぞれ竹田・岩立 (1988)、Hobfoll & Lerman (1989)、川浦・池田・伊藤・本田 (1996)、諸井 (1996)、Pearlin & Schooler (1978) を参考に尺度を作成した。「愛着」は戸田 (1988) を、「抑うつ」はCES-Dを使用した。

結果

分析1

内的要因とサポート変数との関連についてパス解析を行った。

〈妊娠期〉 母親のアンビバレント傾向および日常的なストレスから抑うつへの有意なパスが認められ、これらは抑うつの高さと関連していた。また、ストレスに対する愛着の回避傾向とアンビバレント傾向、およびマスタリーからの影響がみられ、回避傾向とアンビバレント傾向はストレスを高めるのに対してマスタリーは低減する働きをしていた。一方、夫のサポートの知覚量および要請量の抑うつへの効果が認められた。愛着の安全傾向からサポート知覚、回避傾向からサポート要請への有意なパスが認められ、内的要因はサポート変数を通して間接的に抑うつと結びついていた。なお、安全傾向が高く、回避傾向が低いほど夫婦関係満足度は高いが、夫婦関係満足は抑うつには影響を及ぼさなかった。

〈出産後〉 妊娠期と同じような変数間の関連がみられたが、いくつか異なった点が示された。まず、サポートの要請量は抑うつとは関連しなかった。アンビバレント傾向とストレスの関連もみられなかった。また、出産後

はマスタリーから夫のサポート知覚への有意なパスがみられた。夫婦関係満足度の高さは出産後の抑うつの高さと結びついてきたが、内的要因からの影響はみられなかった。

分析 2

出産前後における各変数の変化および予測について調べた。

〈各変数の変化〉 妊娠期と出産後の各変数の比較を行ったところ、夫婦関係満足度とサポート要請度は出産後に有意に低下し、愛着の安全傾向は出産後に有意に高くなっていた。抑うつとストレスには変化がみられなかった。

〈愛着の変化〉 愛着の変化についてくわしく調べるために、愛着のタイプ分けを行った。3つの愛着傾向のうちの最も高い得点のものをそれぞれの愛着タイプとした。その結果、妊娠期に安全型である人全員が出産後も安全型を維持していた。変化のみられた人は、分析の対象とした90名のうち、妊娠期にアンビバレント型と回避型である6名であった。

〈抑うつの変化〉 CES-Dのカットオフポイントをもとに抑うつの陽性・陰性に分けてみたところ、妊娠期では48名(42.4%)、出産後では44名(38.6%)が陽性となった。出産前後を通じて陽性であった“陽性維持”者は28名(25%)、“陰性維持”者は50名(44%)、“陽性から陰性への変化”は20名(18%)、“陰性から陽性への変化”は16名(14%)であった。これらの4つの群による、抑うつ以外の変数を従属変数とする1要因の分散分析を行ったところ、“陽性維持”群と“陰性維持”群には回避傾向以外の変数に有意差があり、抑うつになりやすい人は抑うつになりやすい人に比べて多くの面で脆弱性を抱えていることが示された。また、“陽性から陰性への変化”群は“陽性維持”群に比べて両時期ともにマスタリーが有意に高かった。マスタリーは抑うつ傾向を抑える作用をしていることが示唆される。

〈就労と抑うつ〉 就労の有無により各変数を比較したところ、専業主婦群はフルタイム就労群より抑うつ度が高いことが明らかになった。

〈妊娠期からの予測〉 妊娠期の各変数を独立変数、出産後の抑うつを従属変数とする重回帰分析を行った。その結果、妊娠期のサポート変数は抑うつに影響しないが、妊娠期の抑うつは強い影響力をもつことが示された。

考察

夫からのサポートは、母親の抑うつに対して有効な働きをすることが確かめられた。また、妊娠期は夫のサポートを知覚するよりも、サポートを求めるといった積極的な行動がより重要であることが明らかになった。ところが、出産後のサポート要請度は抑うつに影響していない。こ

れは、出産後にサポート要請度や夫婦関係満足度が低下していることが一因と考えられる。これらのことから、出産後は夫婦関係の質が変化しやすく、夫にサポートを求めにくい状況になりやすいことが考えられ、出産後は妊娠期以上に夫の主体的なサポート行動が必要であることが示唆される。

次に、愛着のアンビバレント傾向と回避傾向には働きの違いがみられた。まず、アンビバレントの高さは直接的、あるいはストレスを媒介して間接的に抑うつの高さと結びついており、アンビバレント傾向が高い母親は抑うつへの脆弱性が高いといえる。回避傾向の高さもストレスを通して抑うつに影響しているが、アンビバレントと異なるのはサポート要請を通じた抑うつへの間接効果をもっていることである。つまり、他者と距離を置きたがる人は夫にサポートを求めることにも抵抗があり、そのため抑うつ感を強めているといえよう。

一方、愛着の安全傾向やマスタリーのようなポジティブな認知要因は出産前後を通じてサポートを促進する働きをしていた。このうちマスタリーはストレスと強く関連し、ストレスレベルを抑えることによって抑うつに効果をもつことが明らかになった。また、マスタリーは出産後にメンタルヘルスを回復するための条件にもなっていた。このことから、ポジティブな認知要因は抑うつを抑制する力をもつといえる。

このように、ポジティブな認知要因とネガティブな認知要因は、それぞれ抑うつに対して反対の働きをすることが明らかになった。しかし、大切なことはどちらの要因も個人の中に并存していることを認識し、ポジティブな面を高め、ネガティブな面を抑えるといった両方向からの周囲の働きかけがバランスよくなされることであろう。

また、出産前後の抑うつの関連は強いが、妊娠期のサポートは出産後の抑うつを予測しなかった。このことから、出産後の抑うつを予防するためには、間接的ではあるが、妊娠期の抑うつを抑えていくことが有効な手立てになるといえる。そのためには、まず母親本人や周囲の人が母親の内面の特徴をある程度把握し、セルフコントロールを心がけていくことが考えられる。さらに、夫がサポートの必要性を認識し、子が生まれる前からそれぞれの夫婦に応じたサポートのあり方を考えていくことが必要であろう。

今後の課題としては、サポートの送り手である夫側の要因を含めた夫婦間の比較検討、面接法による他の内的要因の解明、出産1～2年後まで視野に入れた長期的なメンタルヘルスのプロセスの解明、抑うつ以外の変数による検討が必要と考えられる。