

母親の心理的変容過程に基づく 公民館での子育て支援プログラムの実践開発

岡村幸代*

Development of a parenting support program based on changes in the parenting attitudes of mothers who participated in a seminar on parenting support in community center

The current study developed and implemented a parenting support program based on changes in mothers' parenting attitudes. Specifically, a parenting support course was conducted at a community center. A program based on the theory behind cognitive-behavioral therapy was developed as part of that course. This program primarily provided psychoeducation to mothers by having them read picture books aloud to their children in order to improve mothers' self-efficacy with regards to childrearing. A workbook and psychoeducational materials were created with content that mothers could readily implement during the course or at home, and picture books were provided. Mothers and their children participated in a course at the community center. The course consisted of 4 weekly sessions of 90 minutes each, with a fifth and final session 1 month after the fourth session as follow-up. The support program was assessed via a questionnaire.

Results suggested that psychoeducation gave mothers a greater understanding of the import of reading picture books aloud to their children, and mothers had the opportunity to enjoy reading picture books with their children. Results also indicated that self-efficacy with respect to childrearing improved as a result of the program. Results indicated that the achievement of behavioral goals laid out in the workbook and interaction with other mothers through group work helped to improve self-efficacy.

I. 問題と目的

本研究は、母親支援の具体化を目的とし、子育て意識の変容過程に基づく子育て支援プログラム（以下、支援プログラム）の実践開発を行う。具体的には、地域の子育て支援の場である公民館の子育て支援講座において、絵本の読み聞かせ（以下、読み聞かせ）、認知行動療法の理論を援用した母親の育児に対する自己効力感を高める取組、心理教育を中心に行い、母親の育児に対する自己効力感の向上を目指すものである。

近年、三世帯世帯の割合が1986年の15.3%から、2016年には5.9%に減少する等(厚生労働省、2016)、

子育てを取り巻く状況は急激に変化している。成人の9割が、子育てをする人に対し地域の支援が重要と回答する(内閣府、2016)が、実際には、地域子育て支援拠点を利用する母親のうち、72.1%が自身の育った地区町村以外で子育てをしており(NPO法人子育てひろば全国連絡協議会、2015)、乳幼児を育てる母親が十分な支援を受けているとは言い難い。「子ども・子育て支援新制度」(内閣府、2017)では、すべての子育て家庭を対象に地域のニーズに応じた様々な子育て支援を充実する等、支援の量的拡充と質的向上の推進が図られている。しかしながら、子育て支援の効果や評価に関する研究が少なく(名須川・楠本、2011)、地域における子育て支援の具体的な取組の手順やモデルの共有(文部科学省、2012)が課

* 社会福祉法人橋福社会 橋今保育園

題として残される。

地域における支援プログラムは複数報告されており (e.g., 岡村・平松、2013)、一般の親子対象の参加形態を採る支援プログラムは、親子のふれあいや子どもの体験活動、母親の困り感の解消、地域の仲間づくりの促進等を目的とし、主に地域の公共施設、園、大学等で実施される (岡村・大森・西山、2020)。中でも、社会教育施設であり、地域での子育て支援の場の1つである公民館 (牧野、2018) は実に全国で14,171館に及び (総務省、2015)、支援の拡がり期待される。

地域での親子参加型の子育て支援講座 (以下、講座) における母親支援の効果として、母親の意識や気分、親子関係の肯定的な変化が報告されている (e.g., 岡村、2016)。岡村・片山 (2018) が、公民館における未就園児対象の講座に継続参加した母親の語りを分析した結果、母親の心理的変容として親としての自己効力感 (Bandura、1977) の向上等が示され、変容に繋がる要因として、継続的な親子での体験、子どもの成長、他者との交流が明らかになった。しかしながら、これらの変容には年単位の時間を要する。限られた資源の中で支援を実践する機関や支援者の負担も考慮すると、支援の効果を母親の自己効力感の向上に限局し、1～2か月程度の短期間の介入で効果が得られる支援プログラムの実践開発が望まれる。

A. Bandura (1997) は、自己効力感を、ある行動を遂行出来るという自身の可能性の認識とし、自己効力感が高いほど実際にその行動を遂行出来る傾向にあると述べている。育児における自己効力感についてK. A. Schneewind (1995) は、育児に関わる親の自己効力感の高さが子どもを養育し、社会化させるという課題を処理すると考察している。国内では、田坂 (2003) が、幼児期の子どもをもつ母親の育児自己効力感尺度を作成し、「子どもへの積極的関わりへの自信」「子どもを安堵させる自信」「子どもを自己統制させる自信」の3因子を見出している。金岡 (2011) は、乳幼児の母親を対象とした研究で、育児に対する自己効

力感を「育児で直面する経験的あるいは未経験な新しい状況に遭遇した際に臨機応変に対処出来るという確信の程度」と定義し、育児に対する自己効力感尺度を作成した。本研究では金岡 (2011) の育児に対する自己効力感尺度を援用し、支援プログラムの評価を行う。

自己効力感の向上に寄与する支援プログラムとして、認知行動療法を援用したアプローチが報告されている。認知行動療法は、治療効果研究に裏付けられた実証に基づく心理療法の代表として挙げられ、実践領域は多岐に渡る。また、改善までに所用される時間が一般的に短く、コミュニティベースの指導も可能であり、予防という観点からも活用出来る (坂野、2012)。教育分野においても認知行動療法を援用した支援プログラムが実践され (e.g., 下山ら、2008)、保育者支援プログラムの集団実施では、2か月間の介入により保育者効力感の向上が実証されている (西山、2012; 大森、2018)。しかしながら、本研究のように、母子が参加する地域子育て支援の講座において、認知行動療法を援用した支援プログラムを実践した例は認められない。

ところで、読み聞かせは、多くの家庭でも親しまれる活動であり、公共施設や園等に絵本の準備があり実施が手軽なため、子育て支援でも頻回に実施される。このため、家庭と子育て支援の両方で、親子で取り組むことが出来る最も身近な活動と言える。質的な面に着目すると、子どもの成長だけでなく、母子関係への効果 (佐藤・内山、2012) や母親の心理 (秋田・無藤、1996) に関する研究も報告されている。子育て支援における読み聞かせの形式は、多くの場合、集団読み聞かせであり、支援者が読み手で母子は共に聞き手として参加する。子どもは、母親と並ぶか母親の膝の上で同じ絵本 (対象) を眺め共有する構造が生じ、共同注視の契機となる。このため、母子の情緒的交流や子どもの発達が促される。母親への効果として、岡村・平松 (2013) によると、集団による読み聞かせに参加した母親に、読み聞かせの前後で質問

紙調査を施行し量的分析を行ったところ、イメージ及び気分・感情の肯定的な改善が示されており、読み聞かせに参加することにより望ましい心理的効果を得ることが出来ることが示された。このため、地域の母子が気軽に集う子育て支援において、身近な活動である読み聞かせを用いて、家庭での母親の支援を視野に入れた支援プログラムを開発実践することは、子育ての負担軽減や母親の心理的な成長に繋がることが期待出来る。また、子育て支援の実施機関や支援者に対し、身近な読み聞かせを用いた具体的な実践モデルを示すことにより、支援者を強く支えるものとなり得る。

そこで本研究では、母親の自己効力感の向上を目指した認知行動論的介入による支援プログラムを公民館の親子参加型の講座として実施し、育児に対する自己効力感尺度等を用いた分析を行い、母親の自己効力感の変化を中心に検証する。

II. 方法

1. 支援プログラムのねらい

支援プログラムは、子育て支援講座（以下、講座）への参加体験が、家庭や地域での母親をも支えることをねらいとしている。母親が講座と家庭の両方で支援の実感を得ながら、読み聞かせや達成可能な行動目標の設定と遂行を重ね自己効力感を高める過程を支援し、その効果について検討を行う。

2. 支援プログラム開発の手順

支援プログラムの開発に当たっては、西山(2009)の認知行動論的技法を基盤にした領域「人間関係」の保育者効力感に関する支援プログラムを参考にした。しかしながら、本支援プログラムの参加対象者は家庭で子育てをする母親（主婦）であり、保育者といった共通の専門性を持たないことや、0～3歳の子どもと参加するため、講座や家庭でワークに集中して取り組む時間が限られる。これらのことから本研究では、母親が気軽に支援プログラムに参加することで、自ずと自己

効力感の向上が促される工夫が必要である。

本研究では、まず、A. Bandura (1997) が自己効力感の先行要件として挙げた、自己効力感の認識に影響する情報源である①制御体験、②代理経験、③言語的説得、④生理的情動の状態を、講座と家庭の両方で提供出来るよう工夫した。具体的には、①制御体験は、母親が達成可能で適切な行動目標を講座で立てたり、読み聞かせのコツを心理教育により学ぶことで、家庭での行動達成が導かれることである。②代理経験は、講座での他の母親やスタッフの育児行動を見本にして、家庭での育児に取り入れることである。親子のふれあい遊びや読み聞かせ、母親のグループワークがその機会となる。また、毎回の講座で母親自身に気付いたことや役立ちそうだったことを質問紙に記入してもらうことにより、母親の認知に働きかけ肯定的な振り返りを促す。③言語的説得は、講座で母親の仲間づくりや行動目標の共有をすることによって、母親が周囲からの励ましやサポートを受け易くなることにより提供出来る。母親どうしの関係を生じ易くするため、話のきっかけとなるような、子どもの年齢や生まれ月、居住学区等の共通点を毎回設定し、3～6名程度の小グループで話し合いながら個々の行動目標を設定する。④生理的情動の状態は、行動目標の達成、読み聞かせ、親子ふれあい遊び等の活動や仲間づくりにより、行動に伴う良い刺激や気分・感情の状態が得られることである。①～④を提供するために、講座と家庭の両方で手軽に実施出来るワークブック（以下、冊子）、心理教育の教材、絵本が必要である。

2-1. 冊子

冊子は、平易な言葉や親しみ易い絵や図を用いてワークのねらいや日程を示した。筆者がパソコンで作成、印刷した後、A4版ファイルに綴じて全員分用意した。行動目標の設定や実行に際しては、母親が冊子の問いに答えながら書き込むことで、具体的で達成可能な1週間の行動目標の設定

日付	今日のちょっとできたこと 【例】〇〇がちょっとできた	達成度
4月16日(月)	今日から実践して頂くことより家庭的です	
4月17日(火)		
4月18日(水)		
4月19日(木)		
4月20日(金)		
4月21日(土)		
4月22日(日)		



◎：できた
○：まあまあできた
△：できなかった

今週の絵本の力

お忙しいなか、読み聞かせを続けられる皆様には頭が下がります。

今週も、1冊だけ(もしくは5分だけ)と決めて、読み聞かせをする際に、お子様が興味をもっていることにうなづいたり、声かけをしてみてください。
(声かけの例：うん、そうだね、ほんとに、おもしろいね、おもしろいね、おもしろいね)

少しでもできたら(もしくはやろうという気持ちがあれば)、絵本マークにマルをつけてください。


週1~2回していたら十分です

図1. ワークシート「今日のちょっとできたこと」「今週の絵本の力」
(家庭で記入、見開きA3)

に至ることが出来るよう工夫した。目標の設定に際して、育児全般や家族との関わり、母親自身のこと、子育て中の仲間づくり、絵本の読み聞かせ等の中で、母親自身が出来そうな事や得意な事に目標を設定するよう促した。また、目標を設定し達成するためのワークシートには、グループワークの際に同じグループの母親と子どもの氏名を記入し、目標達成時にグループの母親に掛けて欲しい言葉、週末ご褒美の記入欄を設け、家庭でも他の母親との繋がりを感じられるよう工夫した。

家庭での実践として、毎日の行動目標の遂行と冊子への記録を求めた。心理教育の内容に基づく読み聞かせの実践についても冊子に記入欄を設けた。家庭でも目標の実行と達成が容易に出来るよう、ワークシート「今日のちょっとできたこと」を作成した(図1)。このワークシートに、毎日家庭で出来たことを記入し、併せて達成度(◎：できた、○：まあまあできた、△：できなかった)を記入出来るようにした。記入した冊子は次の講

座に持参し、家庭での取組についてグループで報告、共有し、母親同士で言葉掛けをしたり、週末ご褒美について話す機会を設定した。

2-2. 心理教育の教材

心理教育の教材は、パソコンで作成した資料をA4版の用紙に印刷したものを用意し、「今週の絵本の力」と題して、毎回、集団読み聞かせの直前に資料を見せながら3分程度で実施出来るよう準備した。併せて、心理教育に対応したワークを冊子に綴じ、家庭でも心理教育を基に読み聞かせが出来るよう工夫した(図1)。教材は、読み聞かせの際の子どもへの関わり方等を簡単に紹介するものとし、以下の3点をねらいとして構成した。

①親子で絵本を一緒に眺めることにより、親子が絵本だけでなく現実世界の実物へも注意を向け合い共同活動を展開すること(菅井ら、2010)や、身近な人と気持ちが通じ合う(厚生労働省、2018)ことに繋がることを理解する。講座では、母子が

視線や言葉で関わる姿が普段から認められるため、支援者が言葉にして伝えることで言語的説得となり、母親の自信が高まることが期待される。②子どもが読み聞かせの際に示す興味のサインや適切な母親のサポート（齋藤、2015）を理解し、母親が実践出来るようになる。③家庭で時間や冊数を決めて少しでも読み聞かせに取り組む行動が、母親の気持ちや子どもとの関係を肯定的に切り替える契機になる等、読み聞かせを通じて母親の育児に対する自己効力感を高める。

2-3. 絵本

絵本は、第1回講座配布用、集団読み聞かせ用、親子での読み聞かせ用として絵本を選定し、参加予定の親子20組に対し46種類66冊（配付用20冊、講座での読み聞かせ用46冊）を準備した。絵本の選定に際しては、概ね10刷以上であり図書館や公民館、園に蔵書があると予想され、入手が容易であること、0～3歳の子どもが親しめる内容であること、集団読み聞かせでは40名程度の母子が見

え易いように絵が比較的大きく描かれていることを基に分野が偏らないよう選書した。第1回講座では、家庭で手軽に読み聞かせが始められるよう絵本を配布することとした。配布した絵本「くだもの」（平山、1981）は、脇・岡山子どもの本の会（2011）が述べているように、身近な瑞々しい果物が大きく描かれ乳児も親しむことが出来、幼児がバナナの皮をむく場面も描かれており、少し大きくなった子どもも心理的に満足出来るため、未就園の年齢が様々な子どもに適しているため選書した。

Ⅲ. 結果と考察

1. 支援プログラムの概要と特徴

開発した支援プログラム冊子の概要を表1に示した。支援プログラムは、読み聞かせやワークを通じて育児に対する自己効力感の向上を図ることで参加者同士が繋がることや、家庭での行動目標の実行や読み聞かせの実施により、母親への支援が講座だけでなく家庭にも拡がることを目指す。

表1. 支援プログラムに使用した冊子の概要

〈ワークブックの構成〉

- ・表紙：講座名「つながる☆ひろがる絵本のカーワークブッカー」と明記
- ・ワークのねらい：ワークの目的（母親がワークを行い、ちょっとした自信が得られること）を明示しワークの4つのステップ（目標を立てる、取り組む、記録、ふりかえり）を図示
- ・スケジュール：支援プログラムのスケジュールをカレンダーに明示
- ・行動目標の設定：身近で可能な行動目標の設定について、5つのコツを事例と共に記載
行動の内容、場所、時間を参加者が記入し、行動目標が適切かチェック可能
- ・行動目標の実行：身近で可能な行動目標の実行について、5つの秘訣を事例と共に記載
記録する時間、冊子の置き場所、目標達成の障害となる望ましくない行動を参加者が記入
週末ご褒美の例示
- ・今週の目標：今週の目標を達成するためのワークシート
同じグループになった参加者と子どもの名前を記入
目標と仲間にかけて欲しい言葉、週末ご褒美を記入
- ・今日のちょっとできたこと：毎日の行動目標の遂行記録と達成度を記入するワークシート
- ・今週の絵本の力：心理教育で実施した内容について、家庭で意識して読み聞かせが実践出来た際に絵本マークに○を記入するワークシート
- ・心理教育の内容：心理教育で用いたA4サイズの資料全12頁を縮小印刷

〈提出物〉

- ・同意書：第1回講座の際に、参加者から同意と署名を得て保管
- ・質問紙：多肢選択式の質問紙は、第1回講座直前、第4回講座直後、第5回講座直前に記入を依頼
自由記述は、毎回の講座修了後に記入を依頼

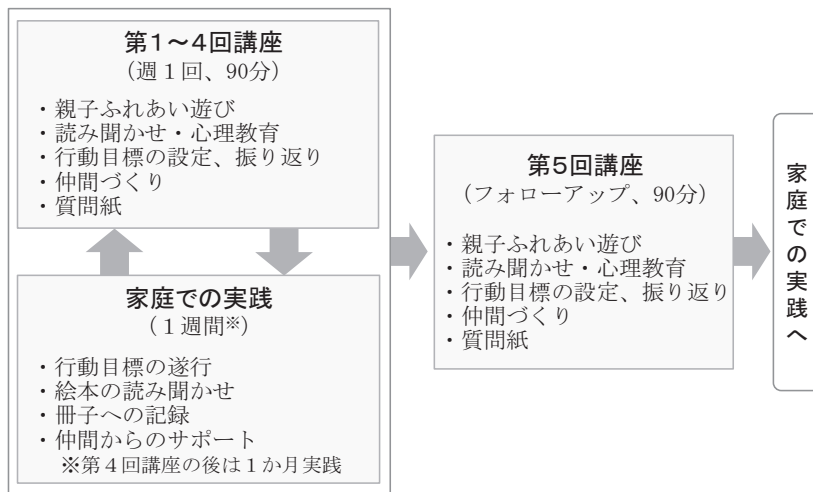


図2. 支援プログラムの過程

このため、支援プログラムの名称は「つながるひろがる絵本の力」とした。

支援プログラムは毎回同じ構成であり、1回90分で第4回までは毎週実施し、第4回終了時から1か月後にフォローアップ講座として第5回講座を設定した。支援プログラムの過程を図2に示す。支援プログラムの各回における実施者のねらい、場所、時間配分と内容を表2に示す。

支援者は筆者を含む4名で、どれも子育て支援講座で10年以上の経験があり、このうち2名は保育士資格を持つ。支援者の役割分担は、筆者が講座の進行と読み聞かせを行い、他の支援者は主に、手遊びを紹介したり、母親がグループワークや質問紙への記入をする際に、子どもを同室で預かったり、母親と随時話をするなどした。第1回講座では「子どもがいて（他の母親の）話が聞けず残念」との自由記述があった。第2回講座では「スタッフが子どもを見てくれるから話合いがし易かった」、第5回講座では「スタッフがいつも声をかけてくれた」との記述があった。講座が毎回同じ構成のため、第2回講座からは講座の進行表を常時掲示し、母親と支援者が見通しを持って参加出来るようにした。

心理教育では、「いつもは絵本を見せているだ

けで、私は読むことに一生懸命になっていた気がするので、子どもと目線を合わせながら楽しみたいと思う」等、普段の読み聞かせを振り返りながら参加する姿が見られた。

講座での集団読み聞かせは、毎回、心理教育の直後に2冊、講座の最後に1冊、計3冊実施した。親子で絵本の近くに移動し、子どもと目線の高さを合わせて読み聞かせに参加する母親の姿や、母親が子どもに話しかけたり、子どもが思わず発した言葉に周りの母親達が微笑んだりする姿等が観察された。

親子での読み聞かせは、用意した絵本の中から自由に選んでもらい、集団読み聞かせの後に10分程度の時間を設け実施した。支援者の簡単な声掛けにより部屋の中央に絵本が置かれると、子どもが自然に母親に絵本を持っていく姿が多く見られ「子どもが自分で好きな絵本を1冊選びそれを読み終わったら自分で返した1冊持ってくるというのが良かった」との記述があった。第2回講座では、「家での読み聞かせだと静かに聞いてくれるが、講座では周りが気になって集中が続かない様子」と記載していた母親が、第4回講座の直後に「今までの講座の読み聞かせの時間にはあまり絵本を見てもらえなかったけど今日は“きんぎょ

表2. 支援プログラムの各回における実施者のねらい、場所、時間配分と内容

回	実施者のねらい	場所	各回の時間配分と内容	
第1回	<ul style="list-style-type: none"> ・プログラムの目的の理解 ・母親の緊張感の緩和 ・母親同士が支え合うグループを作る ・母親が適切な目標を立てる ・絵本を配布し家庭での実践に繋げる ・心理教育で、読み聞かせのポイントや子どもとの関わりについて、コツや知識を得る 	講座	15分	<ul style="list-style-type: none"> ・プログラム全体のねらいの説明 ・インフォームド・コンセントを得る ・多肢選択式質問紙の回収
			30分	<ul style="list-style-type: none"> ・わらべ歌、親子触れ合い遊び ・心理教育 ・絵本の読み聞かせ(集団2冊、親子2～3冊)
			30分	<ul style="list-style-type: none"> ・冊子、絵本、筆記用具、袋を配布 ・プログラムの進め方の説明 ・母親のグループを組む ・目標の設定
			15分	<ul style="list-style-type: none"> ・絵本の読み聞かせ(集団) ・母親同士の交流等自由な時間、ストレッチ ・質問紙回収(自由記述)
		家庭	1週間	<ul style="list-style-type: none"> ・目標の遂行と記録 ・読み聞かせ
第2回	<ul style="list-style-type: none"> ・サポートグループで遂行行動の達成を評価し、自己効力感を更に高める ・母親が行動目標の立て方を理解できる 	講座	30分	<ul style="list-style-type: none"> ・わらべ歌、親子触れ合い遊び ・心理教育 ・絵本の読み聞かせ(集団2冊、親子2～3冊)
			30分	<ul style="list-style-type: none"> ・目標達成の振り返り(グループ) ・目標の設定について、もう一度説明 ・新たな母親のグループを組む ・目標の設定
			30分	<ul style="list-style-type: none"> ・絵本の読み聞かせ(集団1冊) ・母親同士の交流等自由な時間、ストレッチ ・質問紙回収(自由記述)
		家庭	1週間	<ul style="list-style-type: none"> ・目標の遂行と記録 ・読み聞かせ
第3回	<ul style="list-style-type: none"> ・行動目標をスムーズに立てられるようになる 	講座	30分	<ul style="list-style-type: none"> ・わらべ歌、親子触れ合い遊び ・心理教育 ・絵本の読み聞かせ(集団2冊、親子2～3冊)
			30分	<ul style="list-style-type: none"> ・目標達成の振り返り(グループ) ・新たな母親のグループを組む ・目標の設定
			30分	<ul style="list-style-type: none"> ・絵本の読み聞かせ(集団) ・母親同士の交流等自由な時間、ストレッチ ・質問紙回収(自由記述)
		家庭	1週間	<ul style="list-style-type: none"> ・目標の遂行と記録 ・読み聞かせ
第4回	<ul style="list-style-type: none"> ・行動目標の遂行が定着する ・親子の関わりや、家庭での過ごし方に変化を感じられるようになる ・母親の育児に対する自己効力感が高まる 	講座	30分	<ul style="list-style-type: none"> ・わらべ歌、親子触れ合い遊び ・心理教育 ・絵本の読み聞かせ(集団2冊、親子2～3冊)
			30分	<ul style="list-style-type: none"> ・目標達成の振り返り(グループ) ・新たな母親のサポートグループを組む ・目標の設定
			30分	<ul style="list-style-type: none"> ・絵本の読み聞かせ(集団) ・母親同士の交流等自由な時間、ストレッチ ・多肢選択式質問紙、自由記述の回収
		家庭	1週間	<ul style="list-style-type: none"> ・目標の遂行と記録 ・読み聞かせ
第5回	<ul style="list-style-type: none"> ・フォローアップ講座 ・行動目標の遂行が定着する ・親子の関わりや、家庭での過ごし方に変化を感じられるようになる 	講座	講座前	<ul style="list-style-type: none"> ・多肢選択式質問紙の回収
			30分	<ul style="list-style-type: none"> ・わらべ歌、親子触れ合い遊び ・心理教育 ・絵本の読み聞かせ(集団2冊、親子2～3冊)
			30分	<ul style="list-style-type: none"> ・目標達成の振り返り(グループ) ・新たな母親のサポートグループを組む ・目標の設定
		30分	<ul style="list-style-type: none"> ・絵本の読み聞かせ(集団) ・母親同士の交流等自由な時間、ストレッチ ・質問紙回収(自由記述) 	
		家庭	1週間	<ul style="list-style-type: none"> ・目標の遂行と記録 ・読み聞かせ



図3. グループワークの様子

がにげた”を楽しそうに見ていた」とあり、母親が講座に参加する中で子どもが絵本に親しみを持つ課程を捉えることが出来た。

グループワークでは、支援プログラムの目的の理解を図るため、初回は十分な時間を設定し、母親が目標を立てる秘訣や実行する秘訣について冊子に書き込みながら、自然に具体的に達成可能な行動目標を立てられるよう工夫した。「目標を立てることが難しい」と母親から目標の立て方を個別に尋ねられることもあり、達成出来そうな目標を一緒に考える過程を支援者がともにした。第2回講座以降では「出来た事に注目すると、意外と自分は頑張ってるなということに気付いて少し前向きになれた」「公園での遊び方を他のママに聞いた」との記述もあった。母親が講座で設定した目標は、「夕方リビングで1日2冊は絵本を読む」「夫と2人の時間を作る」「1日1回少しでも外に出る」「子どもが寝てから水筒のカバーを作る」「上の子と遊ぶ」等であり、母親各々の課題を基にした行動目標となった。第2回講座以降は、同じグループの母親の目標や体験談を参考にして「私も子どもが寝てから自分のことをしてみようと思った」等、他の母親の行動が代理経験となることが示唆された。グループワークの様子を図3

に示す。

支援プログラムを通して気付いたこととして自由記述に「絵本を2冊読むという目標で、夜子どもが笑顔で「これよんで!」と絵本を嬉しそうに持って来たのが嬉しかった」「出来なかったことより、出来たことを振り返ることでちょっとポジティブ思考になれる」等があり、講座での活動が家庭での母親を支えている可能性が示唆された。

2. 支援プログラムを評価する質問紙調査の内容

多肢選択式の質問紙調査は、第1回講座直前、第4回講座直後、第5回講座直前に実施した。質問紙の内容は、個人の属性を問う項目（母親の氏名及び年齢、子どもの年齢等）、家庭での読み聞かせの実施時間の記入を求めた。自己効力感を測定する先行研究の中から、金岡（2011）の育児に対する自己効力感尺度13項目等からなる。育児に対する自己効力感尺度では、回答は「そう思わない」「あまりそう思わない」「どちらともいえない」「まあそう思う」「そう思う」の5段階評定（1～5点）で得点化した。読み聞かせとの関連を検討するため、「読み聞かせを行うことが母親の現在の子育てに与える影響」、「読み聞かせを行うことが母親のこれからの子育てに与える影響」を質問

項目に加え、回答は0～100点で得点化を求めた。「母親自身の今の子育てに対する自信」、「母親自身の今の子育てに対する見通し」についても同様に得点化を求めた。併せて、講座の終了時に毎回、自由記述式の質問紙調査を実施し、母親自身が講座に参加して出来そうだったことを記入することとした。第4回講座の終了時には更に、支援プログラムの第1回～第4回講座の参加を通して気付いたことについて自由記述での回答を求めた。多肢選択式の質問紙の分析はjs-STAR (中野・田中、2012)、自由記述のテキスト分析はKH Coder (Ver. 2.00f) (樋口、2014) を用いて行った。

参加者には、研究の目的、方法、研究発表や支援プログラム改善の目的以外に用いることはなく、個人情報を守るため個人名は研究データから取り除き個人の特定はないこと、研究への参加は自由意思によるものであり研究への参加を随時拒否・撤回出来ることを口頭と書面にて説明した。また、質問紙に記入しない場合でも、不利益を被ることなく参加可能な旨を十分に説明し、文部科学省 (2014) 「研究活動における不正行為への対応等に関するガイドライン」に準じた同意書に署名を得た上で、調査を実施した。本研究は、岡山大学大学院教育学研究科研究倫理委員会の承認 (平成30年、課題番号28) を受けた後に実施した。

3. 調査対象と調査時期

支援プログラムは、政令指定都市の公民館主催講座として2018年4月に4回 (以下、第1回～第4回講座)、第4回講座から4週後の5月にフォローアップ講座として1回 (以下、第5回講座) の計5回実施した。対象者は未就園児とその母親であり、5回の講座に継続参加可能な20組をチラシ配布にて募った。20組の母子 (母親20名、子ども22名) から申込があり定員となった。最終的に、多肢選択式の質問紙が3回全て回収出来た13名を実験群 (参加群) とした。

支援プログラムの実施と同時期に、市内の保育所に0～3歳の子どもの預ける67名の保護者に多

肢選択式の質問紙を依頼した。26名から3回全ての質問紙を回収出来たため、統制群候補とし、比較分析の対象とした。

参加群は、母親の平均年齢34.08歳 ($SD=4.80$)、3歳未満の子どもの平均年齢1.15歳 ($SD=0.86$) であった。統制群は母親32.69歳 ($SD=2.93$)、子ども1.78歳 ($SD=0.67$) であった。母親の年齢に有意差は認められず ($F_{(1,24)}=.11, n.s.$)、子どもの年齢に有意傾向が認められた ($F_{(1,25)}=4.19, p<.10$)。家庭での1週間の読み聞かせの実施時間は、参加群は平均92.54分 ($SD=108.79$)、統制群は平均51.92分 ($SD=64.29$) であり、両群の実施時間に有意差は認められなかった ($F_{(1,24)}=1.24, n.s.$)。第1回講座での育児に対する自己効力感得点は、参加群が平均48.38点 ($SD=5.40$)、統制群が平均48.46点 ($SD=7.08$) で有意差は認められなかった ($F_{(1,24)}=.00, n.s.$)。子どもの年齢に有意傾向はあるが、母親の年齢、家庭での読み聞かせ実施時間、育児に対する自己効力感に有意差はなく、これらの点で実施前の段階は同質とみることが出来る。

4. 関連諸変数の変化

群 (参加群、統制群) × 時期 (第1回、第4回、第5回) による2要因の混合分析の結果、「読み聞かせを行うことが母親の現在の子育てに与える影響」、「母親自身の今の子育てに対する自信」、「母親自身の今の子育てに対する見通し」は何れも交互作用が有意ではなかった (順に、 $F_{(2,48)}=1.29, .58, .47, n.s.$)。「読み聞かせを行うことが母親のこれからの子育てに与える影響」は交互作用が有意であり ($F_{(2,48)}=3.34, p<.05$)、統制群における時期の単純主効果が認められた ($F_{(2,48)}=3.47, p<.05$)。

5. 育児に対する自己効力感尺度総得点の変化

群 (参加群、統制群) × 時期 (第1回、第4回、第5回) による2要因の混合分析の結果、交互作用は認められなかった ($F_{(1,24)}=.002, n.s.$)。次

表3. 育児に対する自己効力感尺度の総得点の変化及び平均 (標準偏差)

群	対象	第1回講座直前	第4回講座直後	第5回講座直前
上昇群	母親1	48	48	52
	母親2	57	58	63
	母親3	47	51	53
	母親4	46	48	48
	母親5	38	40	45
上昇群平均 (SD)		47.20 (6.05)	49.00 (5.80)	52.20 (6.11)
維持・下降群	母親6	55	53	54
	母親7	50	51	50
	母親8	54	54	52
	母親9	47	45	47
	母親10	40	38	39
	母親11	52	52	52
	母親12	51	45	44
	母親13	44	43	40
維持・下降群平均 (SD)		49.13 (4.81)	47.63 (5.34)	47.25 (5.36)
対象平均 (SD)		48.38 (5.40)	48.15 (5.56)	49.15 (6.15)

に、育児に対する自己効力感の変化による類型を分析するために、西山 (2009) に基づき、第1回講座の育児に対する自己効力感得点と第4回講座の得点差「実施効果得点」、第1回講座と第5回講座の得点差「持続効果得点」を算出した。これらの点を用いて得点の変化パターンはクラスタ分析により2群に分類され、第1クラスタは、得点の変化が維持もしくは下降しており維持・下降群、第2クラスタは得点が上昇を続けているため上昇群と命名した。育児に対する自己効力感尺度総得点の変化及び平均を表3に示す。

群 (上昇群、統制群) × 時期 (第1回、第4回、第5回) による2要因の混合分析の結果、交互作用が有意であり ($F_{(2,32)} = 5.05, p < .05$)、上昇群における時期の単純主効果が認められた ($F_{(2,32)} = 11.30, p < .01$)。LSD法を用いた多重比較の結果、第5回得点が第1回及び第4回の平均よりも有意に大きく ($MSe = 4.0984, p < .05$)、支援プログラム実施により育児に対する自己効力感が高まることが示され、フォローアップ時の効果も確認された。

6. 上昇群、維持・下降群における自由記述の分析

自由記述に「グループワークで他の母親と話して気付いたこと」を記載した母親は13名中7名に上った。上昇群、維持・下降群の群別に記載のあった回数と人数をみると、上昇群は計10回 (5名中4名)、維持・下降群は計6回 (8名中3名) 記載がみられた。自由記述の回数は母親1人当たり6回であるため、上昇群で「他の母親と話して気付いたこと」について記載があった回数は10回、記載なしの回数は20回、維持・下降群で記載あり6回、なし42回となった。直接確率計算を行った結果、その偶然確率は $p = .0135$ であり、有意水準5%で有意だった。従って、上昇群の方が多く「他の母親と話して気付いたこと」を記載していると言える。今後の改善点として、「他の母親と話して気付いたこと」を記載する欄を予め冊子に設ける等の工夫により、育児に対する自己効力感を高められる可能性が考察される。

上昇、維持・下降した要因の検討を行った。アンケートの自由記述をテキストファイルに電子化

表4. 上昇群、維持・下降群における特徴語

上昇群		維持・下降群	
特徴語	Jaccard係数	特徴語	Jaccard係数
子ども	.209	絵本	.274
出来る	.195	読み聞かせ	.169
自分	.175	目標	.129
時間	.104	ストレッチ	.103
他	.097	一緒	.092
頑張る	.090	気持ち	.080
沢山	.083	声	.079
人	.081	今まで	.067
少し	.080	選ぶ	.066
楽しい	.080	講座	.053

し、原文を辿り「本」を「絵本」に統一する等の作業を行った後、頻出語の抽出を行った。総抽出語数は3,141語、分析対象として認識された語は1,177語となった。10回以上出現した語は多いものから順に「出来る (38)」「絵本 (37)」「子ども (36)」「自分 (27)」「目標 (22)」「読み聞かせ (16)」「時間 (15)」「頑張る (14)」「ストレッチ (11)」「お母さん (10)」「読む (10)」(括弧内は語の出現回数)であった。

次に、群による特徴語を抽出した(表4)。上昇群では、Jaccardの類似性測度の大きい語から、「子ども」「出来る」「自分」等が抽出され、他の母親や子どもを示す語や「出来る」という効力感を表す語が見受けられた。維持・下降群は、「絵本」「読み聞かせ」「目標」等が抽出され、各々の活動の名称や心理教育の内容を示す語が見受けられた。

これらのことから、上昇群は子どもや人との繋がり、ワークにおける自分自身の目標達成に親和性を持ち、維持・下降群は絵本の読み聞かせをはじめとした講座のメニューに興味を持って参加していたと考えられる。絵本の読み聞かせが、自己効力感をより積極的に高める要因になれるよう、読み聞かせへの取組み方や母親への働きかけ方を工夫する必要がある。

IV. まとめと今後の課題

本研究では、認知行動療法的技法と母親の心理的変容過程に基づき絵本の読み聞かせを援用した子育て支援プログラムを開発した。これにより、支援プログラムに参加した母親の心理的変容が促進され育児に対する自己効力感が上昇することを目指した。その結果、主に次の点が明示された。

第1に、心理教育により、母親の読み聞かせへの理解が深まり、親子で絵本を楽しむ機会を提供出来たことが、自由記述や観察から示唆された。しかしながら、多肢選択式の質問紙データは、「絵本の読み聞かせが母親の今の子育てや、これからの子育てに影響している」という結果を示さなかった。質問の内容にも課題があると考えられ、今回実施の「読み聞かせが子育てに影響するか」という結果への問いではなく、読み聞かせの実践によりこれからの親子関係や子どもの成長に良い変化が起こるかもしれないという確信の程度、いわゆる効力予期を0～100の数値で問うことにより、支援プログラムの効果をより正確に測定出来ると考えられる。

第2に、支援プログラムは全5回の実施であったが、確かに育児に対する自己効力感の向上への寄与が示された。冊子の準備より家庭でも行動目

標の達成を実践出来、グループワークで母親同士が繋がることが自己効力感の情報源への働きかけとなったことが自由記述から示唆された。

最後に今後の課題を挙げる。第1に、今回クラスタ分析にて明らかになった維持・下降群の母親は、育児に対する自己効力感尺度総得点の有意な上昇は認められず、「絵本」をはじめとした講座のメニューに興味をもって参加していた可能性が示唆された。上昇群は、人との繋がりを示す語が特徴的であり、自由記述に「他の母親と話して気付いたこと」を多く記載していた。このことから、母親同士や支援者が自然に繋がることが出来るワークを開発し、講座のメニューに組み込むことにより、「維持・下降群」の母親の育児に対する自己効力感の向上に働きかけることが出来るのではないかと考える。例えば、母親が好きな絵本を講座に持ち寄り同じグループの母子と絵本を紹介しあったり、「他の母親と話して気付いたこと」を記載する欄を予め冊子に設けたりする等、人との繋がりがや付きを促進するワークの開発、評価が必要である。

第2に、支援者養成に課題がある。2014（平成26）年度の公民館における講座等は、「家庭教育・家庭生活」領域で実に72,382講座が開設され（総務省、2015）。このため、専門的な知識をもつ支援者の養成には、資源面で課題が残る。実施マニュアル作成により支援プログラムの実施が容易になり、より短時間での支援者養成が可能になると考える。

本研究は子育て支援講座に参加した母親を対象としているため、支援を利用したいが事情により叶わない母親や、支援に参加したもの、その利用を止める母親を研究の対象とはしていない。しかし、母親と支援との関係を作り継続することは教育や福祉、医療等の多くの分野に共通する課題であるため考察を加える。

今井・伊藤（2018）により、資源の利用に至らない養育者の個人的要因として、支援資源の情報の認知や援助を求める傾向の弱さ等が挙げられて

いる。岡村（2016）は、子どもの闘病等、母親や子どもの体調面で参加が叶わない例も報告している。このような養育者を支援に繋ぐためには、気軽な参加を促すようなメッセージを伴った啓発活動をする、講座にオンラインで参加出来るようにする、ブックスタートや乳幼児健診と連携して講座を実施する等、利用に繋がる契機や入り口を増やすことが効果的ではないかと考える。一方、子育て支援の資源面にも課題がある。相戸・山下（2015）は、子育て支援の担い手が、子育て支援に参加意欲を持つ人々等、問題意識を持った市民であると報告し、古橋ら（2018）は、財政状況や人材不足による自治体の取り組みの遅れを指摘している。このため、限られた資源の中で支援を実践する機関や支援者に寄与出来る具体的な実践モデルの構築がより一層求められる。

本支援プログラムの実践開発は、身近な絵本を用いて母親が自信や見通しを持って安定した子育てに取り組めるきっかけとなり得る。このような環境の中で子どもの個性が生まれ、地域で子どもを育てる力が高まることが期待される。母親や支援者が相互に関係しながら支援プログラムの充実を図り、支援者養成と実践の場を拡げていくことが課題である。

引用文献

- 相戸晴子・山下智也「子育て当事者と支援者の関係性モデルの一考察—子育て支援事業への参加のあり方を巡って—」『宮崎国際大学教育学部紀要教育科学論集』第2号 2015 1-13
- 秋田喜代美・無藤隆「幼児への読み聞かせに対する母親の考えと読書環境に関する行動の検討」『教育心理学研究』第44巻 1996 109-120
- Bandura, A. Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84(2), 1977 191-215
- Bandura, A. Self-efficacy: The exercise of control. *WH Freeman and company*, New

- York, 1997
- 古橋啓介・池田孝博・杉野寿子・大久保淳子・中原雄一・伊勢慎「子ども・子育て支援新制度導入後の基礎自治体の実態」『福岡県立大学人間社会学部紀要』第27巻第1号 2018 1-20
- 樋口耕一『社会調査のための計量テキスト分析—内容分析の継承と発展を目指して』ナカニシヤ出版 2014
- 平山和子『くだもの』福音館書店 1981
- 今井昭仁・伊藤篤「養育者と子育て支援資源との繋がり—資源につながらない個人的要因に関する探索的検討—」『神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要』第11巻第2号 2018 133-139
- 金岡緑「育児に対する自己効力感尺度 (Parenting Self-efficacy Scale : PSE尺度) の開発とその信頼性・妥当性の検討」『小児保健研究』第70巻第1号 2011 27-38
- 厚生労働省「グラフでみる世帯の状況」2016
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/20-21-h28.pdf> (2021年9月20日閲覧)
- 厚生労働省『保育所保育指針解説』フレーベル館 2018 248, 328-342
- 牧野篤『公民館はどう語られてきたのか—小さな社会をたくさんつくる①—』東京大学出版会 2018 1-6
- 文部科学省「つながりが創る豊かな家庭教育—親子が元気になる家庭教育支援を目指して (平成24年3月)—」2012 https://www.mext.go.jp/component_a_menu/education/detail/_icsFiles/afieldfile/2012/04/16/1319539_1_1.pdf (2017年7月9日閲覧)
- 文部科学省「研究活動における不正行為への対応等に関するガイドライン」2014 https://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/26/08/icsFiles/_afieldfile/2014/08/26/1351568_02_1.pdf (2017年12月14日閲覧)
- 内閣府「家族と地域における子育てに関する意識調査報告書概要版」2016
<https://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/research/h25/ishiki/pdf/gaiyo.pdf> (2021年9月20日閲覧)
- 内閣府「子ども・子育て支援新制度について」2017 <https://www8.cao.go.jp/shoushi/shinseido/outline/pdf/setsumei0.pdf> (2017年8月16日閲覧)
- 中野博幸・田中敏『フリーソフトjs-STARでかんたん統計データ分析』技術評論社 2012 51-55, 167-185
- 名須川知子・楠本洋子「親育てプログラムの効果に関する研究—3年間の母親の子育て意識の変容を中心に—」『兵庫教育大学研究紀要』第38巻 2011 1-8
- 西山修『保育者の効力感と自我同一性の形成—領域「人間関係」について—』風間書房 2009 185-200
- 西山修「領域「人間関係」に関わる保育者支援プログラムの集団実施による効果」『応用教育心理学研究』第28巻第2号 2012 3-13
- NPO法人子育てひろば全国連絡協議会「地域子育て支援事業におけるアンケート調査2015—地域子育て支援拠点における「つながり」に関する調査研究事業 報告書—」2015
https://kosodatehiroba.com/new_files/pdf/away-ikuji-hokoku.pdf (2017年8月16日閲覧)
- 大森弘子「子育て支援を促す保育者支援プログラムの開発」『家庭教育研究』第23号 2018 13-24
- 岡村幸代「子育て支援に参加した母親の子育て意識の変容—8名の母親の語りから—」『家庭教育研究』第21号 2016 37-48
- 岡村幸代・片山美香「公民館における子育て支援講座に参加した母親の心理的変容に関わる語りの特徴」『家庭教育研究』第23号 2018 25-37
- 岡村幸代・平松清志「子育て支援における絵本の

- 読み聞かせが参加者としての母親に与える心理的影響』『読書科学』第55巻 2013 1-12
- 岡村幸代・大森弘子・西山修「地域子育て支援における母親支援を志向した絵本の読み聞かせの可能性と課題」『読書科学』第62巻第1号 2020 12-25
- 齋藤有『幼児期の絵本の読み聞かせ場面における大人の関わりに関する研究—幼児の自発的な学びを促す側面への着目—』風間書房 2015 92-96
- 坂野雄二「認知行動療法の歴史と今後の展望」(坂野雄二監修 『60のケースから学ぶ認知行動療法』) 北大路書房 2012 5
- 佐藤鮎美・内山伊知郎「乳児期における絵本共有が子どもに対する母親の働きかけに及ぼす効果—絵本共有時間を増加させる介入による縦断的研究から—」『発達心理学研究』第23巻第2号 2012 170-179
- Schneewind, K. A. Self-efficacy in changing societies. *Cambridge University Press* 1995 128. (Bandura編, 本明寛・野口京子監訳『激動社会の中の自己効力』金子書房 1997 115)
- 下山晴彦・屋嘉比光子・西村詩織・平林恵美・林潤一郎「子どものための認知行動療法プログラムの開発研究」『東京大学大学院教育学研究科紀要』第48巻 2008 163-184
- 総務省「社会教育調査平成27年度統計表」2015 <https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&layout=datalist&toukei=00400004&tstat=000001017254&cycle=0&tclass1=000001098916&tclass2=000001098918&tclass3=000001098921> (2019年4月28日閲覧)
- 菅井洋子・秋田喜代美・横山真貴子・野澤祥子「乳児期の絵本場面における母子の共同注意の指さしをめぐる発達の変化—積木場面との比較による縦断研究—」『発達心理学研究』第21巻1号 2010 46-57

- 田坂一子「育児自己効力感 (parenting self-efficacy) 尺度の作成」『甲南女子大学大学院論集人間科学研究編』創刊号 2003 1-10
- 脇明子・岡山子どもの本の会『岡山子どもの本の会推薦絵本リスト第2版』2011 2

謝辞

本研究の調査に御協力下さいました保護者の皆様に感謝いたします。また、本研究について御指導を賜りました西山修先生(岡山大学大学院)、御助言を賜りました金岡緑先生(園田学園女子大学)に深く御礼申し上げます。

付記

本研究は、公益財団法人福武教育文化振興財団2018年度教育活動助成を受けています。