

連載



はじめの一步



第 16 回

乳幼児をもつ父親のメンタルヘルスと育児支援

矢郷哲志 Yago Satoshi

東京医科歯科大学大学院保健衛生学研究科小児・家族発達看護学

子どもの養育における父親の役割

1970年代、父親研究のパイオニアの一人である心理学者の Lamb¹⁾ が、父親を子どもの発達における「forgotten contributor」と称したように、父親は長く、社会的にも学術的な研究分野においても、母親と比べてきわめて希薄な存在であった。しかし近年では、社会情勢の変化や男女平等の理念の浸透に伴い、状況は大きく変化し、父親の養育 (parenting) や父子関係を主題とした学術論文や書籍の数は年々増加し (表 1)²⁾、厚生労働省が父親の育児参加を推進する大規模なプロジェクトを開始するなど³⁾、社会全体において父親の養育に注目が集まっている。このような変化のなかで、現代の父親は、従来の「主たる家計支持者」としての役割だけでなく、哺乳や入浴などの実際的なケアを行い、子どもを保護し、教育し、モデルとなり、道徳的な規範を示し、そして夫としてパートナーをサポートするといった多様な役割を担うことが求められている⁴⁾。

また、父親は子どもにとってのアタッチメント対象としても重要な存在である。子どもが母親だけではなく、父親との間にもアタッチメントを形成することは周知の事実である。父親も母親と同様に、子どもにとって危機が生じた場合の確実な避難場所 (safe haven) となり、さらに、子どもが外界を積極的に探索するうえでの安全

表 1 東アジアにおける Fathering に関する出版物の数の推移

	1975~ 1979	1980~ 1984	1985~ 1989	1990~ 1994	1995~ 1999	2000~ 2002	2003~ 2008
日本	78	146	115	81	372	421	426
中国	2	13	16	21	38	59	158
韓国	11	32	54	87	99	31	52

(Shwalb DW, Nakazawa J, Yamamoto T, et al : Fathering in Japan, China, and Korea : Changing Contexts, Images, and Roles. Lamb ME, eds, The Role of the Father in Child Development, 5th ed, John Wiley & Sons, Hoboken, 2010. を基に作成)

基地 (secure base) としての役割を果たす。

こうした父親と子どもとの間に発展する情緒的な強い絆は、必ずしも子どもが誕生した後から形成されるわけではない。父親も母親も、妊娠期から胎児と相互作用を行い、胎児との間に親和的な関係性を形成する⁵⁾。このような prenatal attachment は、胎児を自己と分化させてとらえ、母親のお腹をさすったり話しかけたりして胎児との相互作用を楽しみ、胎児のために食事内容を気にかけて、子どもが誕生した後の様子を想像するといった行動として現れ⁶⁾、母親の場合、胎動初覚を契機として度合いが深まり、妊娠 20 週以降には比較的安定した状態に至るといわれている⁷⁾。妊娠期から形成される親-胎児間の情緒的な絆は、産後の親子間のアタッチメントや

親のメンタルヘルスとも関連するといわれる⁵⁾。父親-胎児間の prenatal attachment の実態や関連要因については、まだ十分に明らかになっていないが、妊娠期の看護において、父親-胎児間の関係性を把握し、促進していくことは、産後の父親役割への移行を支援するうえでもきわめて重要である。

父親の子どもの発達への影響

では、父親が養育に積極的にかかわることによって、子どもの発達にどのようなポジティブな影響があるのだろうか。父親の子どもへのかかわり方は、母親のそれとは質的に異なることが知られている。例えば、父親はより身体的に刺激的で予測不可能な遊びで子どもとかかわる⁸⁾とともに、タスク志向的⁹⁾であり、より長い時間になたって一つの遊びに集中させることができる。

こうした父子間と母子間の相互作用の質的な違いは、子どもの脳の異なる部位を刺激し、シナプスの形成を促進し、子どもの身体的、認知的、社会-情緒的な発達を促すものと考えられる。これまでの研究において、父親が子どもと積極的に、支持的にかかわっている場合に、子どもの認知能力が高く¹⁰⁾、社会性や共感性の発達が良好で¹¹⁾¹²⁾、行動上の問題の出現が少ない¹³⁾ことが報告されている。また、厚生労働省の縦断的な調査によると、父親が子どもと過ごす時間が長いほど、子どもは落ち着いて話を聞き、一つのことに集中し、がまんし、感情を表出し、集団で行動し、約束を守ることができる割合が高くなっている¹⁴⁾。

さらに、父親の育児への関与と子どもの事故との関連性を検討した興味深い研究もある。藤原ら¹⁵⁾は、生後6カ月時点での父親の育児関与のレベルと生後18カ月までの幼児の負傷(転落、溺水、誤飲など)の発生率との関連を検討し、父親の関与は乳幼児における不慮の事故の発生を予防できることを明らかにした。

以上より、父親の養育に関連した一連の研究知見は、一貫して、父親の積極的な育児参加が、子どもの最適発達と安全を保障することを示唆している。

表2 産前・産後の父親のうつ病の有病割合

		有病割合	95%信頼区間
妊娠期	初期・中期	11.0%	6.0~18.0%
	後期	12.0%	9.0~15.0%
産後	誕生~3カ月	7.7%	5.3~11.1%
	3~6カ月	25.6%	17.3~36.1%
	6~12カ月	9.0%	5.0~15.0%
全期間		10.4%	8.5~12.7%

[Paulson JF, Bazemore SD : Prenatal and postpartum depression in fathers and its association with maternal depression : a meta-analysis. JAMA 303(19) : 1961-1969, 2010. を基に作成]

父親のメンタルヘルスと育児支援

これまで、父親の役割や子どもの発達への影響について述べてきたが、子どもの誕生と親への移行は、当然のことながら、母親だけではなく父親にとってももともと大きなライフイベントの一つである。周産期の親のメンタルヘルスについて、母親の産後うつの実態や、その母子関係や子どもの発達への影響については広く知られているが、父親の産後うつについてはこれまであまり注目されてこなかった。しかし、その有病割合は妊娠期から産後1年までの期間において10.4%であり、産後3~6カ月でもっとも高いことが報告されている(表2)¹⁶⁾。このような父親の抑うつ状態は、子どもの行動上の問題や社会-情緒的な発達に影響を及ぼし、とくに男児においてその影響力が大きいことが明らかになっている¹⁷⁾。また、配偶者の抑うつ状態との関連性も認められている。すなわち、母親の産後うつが疑われた場合には、その背後に、父親の産後うつが隠れている可能性があることを看護師は認識しておく必要性がある。

父親は、仕事と育児との両立、育児への自信のなさ、産後の夫婦関係の変化などから、母親と同様にストレスを抱えており¹⁸⁾¹⁹⁾、支援を必要とする存在である。児童虐待による死亡事例の主たる加害者として実父が占める割合は約16%であり²⁰⁾、乳幼児が激しく揺さぶられることによって脳に傷害をきたす「乳幼児揺さぶられ症候群」の加害者の多数が父親または内縁の夫であることを考慮しても、父親の産後のメンタルヘルスは無視できな

い健康課題である。父親の産後うつに関する研究分野は比較的新しく、今後さらに知見を積み上げていく必要があるが、近年の父親の育児参加の推進は、父親が楽しんで子育てをする環境を整える一方で、父親がその期待と役割の大きさに押し潰されてしまう危険性を孕んでいる。そのため、従来の母親を中心とした育児支援プログラムではなく、父親を含めた包括的な支援の充実が求められている。

父親への育児支援

父親への育児支援については、すでに地方自治体やNPO法人などが多様なプログラムを提供している。例えば、東京都では、妊娠中の母体の心身の変化、子どもの成長、そして時期に応じた父親の役割などについてまとめた父親向けの育児啓発冊子『父親ハンドブック』を発行している²¹⁾。また、NPO法人ファザーリング・ジャパンは、父親学校「ファザーリングスクール」を開講し、育児のスキルや知識の実践的なトレーニングやネットワーク形成（パパ友づくり）を支援するプログラムを継続的に実践している²²⁾。奈良市では、産前の両親学級において、子どもの発達に関する説明や沐浴体験などに加え、両親に子どもの泣き声を聞いてもらい、そのときの感情などについて夫婦で話し合うというユニークな取り組みを行っている²³⁾。こうした取り組みは、夫婦の相互理解につながるとともに、乳幼児揺さぶられ症候群の発生を予防するうえでも有効であると考えられる。また最近では、子どもの成長・発達や親役割への移行促進を目的とした英国の親子支援プログラム Family Partnership Model を基盤として作成された Promotional Guides²⁴⁾ が、わが国において、父親を含めた妊娠期から子育て期への切れ目のない支援を行ううえで注目されている。

このような一連の父親に対する育児支援は、父親を心理的・社会的にサポートしていくうえで大変に有効であると考えられる。今後は、一つひとつの支援の効果を科学的に実証していくとともに、これまで支援の対象として含まれてこなかった父親を、いかに支援のなかに組み込んでいくかが課題である。

乳幼児健診や小児科クリニックにおける父親へのアプローチ

最近では、乳幼児健診や小児科の受診に父親が付き添う姿を多く見かけるようになった。こうした機会をとらえて、父親のメンタルヘルスや育児上の困難や悩み、父子や夫婦の関係性についてアセスメントすることは、産後の支援としてきわめて重要である。

また、診察において、子どもの発達や日常の様子について問診する際に、看護師は、母親から情報を収集する機会が多い。なぜなら、多くの場合、子どもとより長い時間を共に過ごし、日常の子どもの行動を熟知し、豊富な情報を有しているのは母親だと考えられるからである。しかし、子どもの発達、とくに社会・情緒的な発達や行動上の問題についてアセスメントする場合には、母親だけでなく、父親の認識についても確認することが重要である。父親のかかわり方は母親とは異なった質と方法をもつため、子どもの行動について違った認識をもっている可能性があるからである。実際に、子どもの行動についての両親の認識には有意な差異があり、父親は母親と比較して、男児の「叩く」「落ち着きがない」などの行動上の問題をより深刻に評価し、一方で、共感性や思いやり行動といった社会的な能力についてはより低く評価する傾向があることが報告されている²⁵⁾。父親が同席している場合には、父親と母親の双方から情報を収集し、意見に不一致がみられた場合には、看護師はそれらについて十分に話し合う必要がある。

当然のことながら、こうした健診や小児科受診における父親の重要性は、アセスメントの段階のみにあるのではない。父親は、子どもが慢性的な疾患や発達障害を有する場合に、さまざまなストレスや困難を抱えている²⁶⁾²⁷⁾。また、子どもが療養し、疾患や障害を受け入れ、自立した生活を送っていくためには父親の存在が非常に重要である。看護師は父親の思いを受け止め、尊重し、共感しながら、パートナーシップを形成し、養育や意思決定を支えていく支援を行う必要がある。

おわりに

本稿では、乳幼児をもつ父親のメンタルヘルスや育児支援を中心に述べてきた。父親に関する研究や実践はま



だ発展途上の段階にある。今後も研究を集積していきながら、その知見をいかに実践に応用するか、そして、いかにして父親が「子育てを楽しみ、自分自身も成長していける」³⁾ ような社会を築いていけるかどうかが今後の課題である。

【文献】

- 1) Lamb ME : Fathers : Forgotten contributors to child development. Hum Dev 18 : 245-266, 1975.
- 2) Shwalb DW, Nakazawa J, Yamamoto T, et al : Fathering in Japan, China, and Korea : Changing Contexts, Images, and Roles. Lamb ME, eds, The Role of the Father in Child Development, 5th ed, John Wiley & Sons, Hoboken, 2010.
- 3) 厚生労働省 : イクメンプロジェクト.
<http://www.ikumen-project.jp/index.html> (最終アクセス2016.10.13)
- 4) Lamb ME : How Do Fathers Influence Children's Development? Let Me Count the Ways. Lamb ME, eds, The Role of the Father in Child Development, 5th ed, John Wiley & Sons, Hoboken, 2010.
- 5) Brandon AR, Pitts S, Denton WH, et al : A HISTORY OF THE THEORY OF PRENATAL ATTACHMENT. J Prenat Perinat Psychol Health 23(4) : 201-222, 2009.
- 6) Cranley MS : Development of a tool for the measurement of maternal attachment during pregnancy. Nurs Res 30(5) : 281-284, 1981.
- 7) 成田伸, 前原澄子 : 母親の胎児への愛着形成に関する研究. 日本看護科学会誌 13(2) : 1-9, 1993.
- 8) Lamb ME, Lewis C : The Development and Significance of Father-Child Relationships in Two-Parent Families. Lamb ME, eds, The Role of the Father in Child Development, 5th ed, John Wiley & Sons, Hoboken, 2010.
- 9) Yago S, Hirose T, Okamitsu M, et al : Differences and similarities between father-infant interaction and mother-infant interaction. J Med Dent Sci 61(1) : 7-16, 2014.
- 10) Cabrera NJ, Shannon JD, Tamis-LeMonda C : Fathers' Influence on Their Children's Cognitive and Emotional Development : From Toddlers to Pre-K. Appl Dev Sci 11(4) : 208-213, 2007.
- 11) 加藤邦子, 石井クンツ昌子, 牧野カツコ, 他 : 父親の育児かわり及び母親の育児不安が3歳児の社会性に及ぼす影響 : 社会的背景の異なる2つのコホート比較から. 発達心理学研究 13(1) : 30-41, 2002.
- 12) Koestner R, Franz C, Weinberger J : The family origins of empathic concern : A 26-year longitudinal study. J Pers Soc Psychol 58(4) : 709-717, 1990.
- 13) Amato PR, Rivera F : Paternal Involvement and Children's Behavior Problems. J Marriage Fam 61(2) : 375-384, 1999.
- 14) 厚生労働省 : 21世紀出生児縦断調査(特別報告)結果の概況 2001年ベビーの軌跡(未就学編).
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/syusseiji/tokubetsu/index.html> (最終アクセス2016.10.13)
- 15) Fujiwara T, Okuyama M, Takahashi K : Paternal involvement in childcare and unintentional injury of young children : a population-based cohort study in Japan. Int J Epidemiol 39(2) : 588-597, 2010.
- 16) Paulson JF, Bazemore SD : Prenatal and postpartum depression in fathers and its association with maternal depression : a meta-analysis. JAMA 303(19) : 1961-1969, 2010.
- 17) Ramchandani P, Stein A, Evans J, et al : Paternal depression in the postnatal period and child development : A prospective population study. Lancet 365(9478) : 2201-2205, 2005.
- 18) 清水嘉子 : 父親の育児ストレスの実態に関する研究. 小児保健研究 65(1) : 26-34, 2006.
- 19) Belsky J, Kelly J・著(安次嶺佳子・訳) : 子供をもつと夫婦に何が起るか. 草思社, 東京, 1995.
- 20) 社会保障審議会児童部会児童虐待等要保護事例の検証に関する専門委員会 : 子ども虐待による死亡事例等の検証結果等について(第12次報告). 2016.
<http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11900000-Koyou-kintoujidoukateikyoku/0000137018.pdf> (最終アクセス2016.10.13)
- 21) 東京都福祉保健局 : 父親ハンドブック2015.
http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kodomo/kosodate/ouen_navi/f_handbook.html (最終アクセス2016.10.13)
- 22) 古川奈緒子, 川鍋紗織, 市川香織 : 産後の生活をイメージできる奈良市の両親学級の実践. 助産雑誌 69(11) : 912-915, 2015.
- 23) NPO 法人ファザリング・ジャパン : ファザリングスクール・父親学級.
<http://fathering.jp/activities/fschool> (最終アクセス2016.10.13)
- 24) Barlow J, Day C : Promoting early infant development. Nursing in Practice 2016.
<http://www.nursinginpractice.com/article/promoting-early-infant-development> (最終アクセス2016.10.13)
- 25) Yago S, Hirose T, Okamitsu M : Interparental agreement on ratings of infants' social-emotional and behavioral problems and competencies. J J Pedia 1(2) : 10, 2015.
- 26) Davis H : Counselling Parents of Children with Chronic Illness or Disability. Wiley-Blackwell, New Jersey, 1993.
- 27) 野村智美 : 幼児期の自閉症スペクトラム障害児を有する父親の育児に関する文献レビュー : 父親の心理的側面と父子相互作用に焦点を当てて. お茶の水看護学雑誌 10(1・2) : 16-26, 2016.

小児看護

2016年 9 月号

手術を必要とする先天異常の子ども の看護 神経・運動系を中心に

