

添い寝が子どもの心理的発達に及ぼす影響

2017

兵庫教育大学大学院

連合学校教育学研究科

先端課題実践開発専攻

(鳴門教育大学大学院)

吉田 美奈

目次

序章	1
第1章 研究の背景と目的	
第1節 研究の背景	2
第2節 先行研究	
1. 添い寝の歴史および実態調査	3
2. 就寝形態と子どもの心理的発達に関連	4
第2章 添い寝の実態調査	
第1節 幼稚園児の添い寝の現状および保護者が抱く理想（研究1）	
1. はじめに	8
2. 手続き	9
2.1 対象	
2.2 方法及び手続き	
2.3 質問紙	
2.4 分析	
3. 結果と考察	10
3.1 添い寝と一人寝の割合	
3.2 添い寝経験の伝承	
3.3 添い寝の現状	
3.3.1 誰と添い寝しているか	
3.3.2 添い寝の頻度	
3.3.3 添い寝をする理由	
3.4 理想とする添い寝のあり方	
3.4.1 誰と添い寝をするのが理想か	
3.4.2 理想とする添い寝の頻度	
3.4.3 いつまで添い寝をするのが理想か	
4. まとめ	21
第3章 添い寝経験が子どもの心に与える影響	
第1節 大学生が添い寝に対して抱くイメージと添い寝時の思い出（研究2）	
1. はじめに	23
2. 方法	23
2.1 対象	

2. 2	調査時期	
2. 3	質問紙の内容	
2. 4	収集の手続き	
3.	テキストマイニングによる分析について	2 4
4.	結果	2 4
4. 1	添い寝経験の有無	
4. 2	トレンドサーチによるイメージ分析と考察	
4. 2. 1	添い寝のイメージの分析	
4. 2. 2	添い寝の思い出の分析	
5.	まとめ	3 2

第2節 添い寝のしかたと就眠儀式の性格の関連（研究3）

1.	はじめに	3 4
2.	方法	3 4
2. 1	対象	
2. 2	調査時期	
2. 3	質問紙の内容	
2. 4	収集の手続き	
3.	結果	3 5
3. 1	就眠儀式の種類	
3. 2	就眠儀式の内容の分析	
3. 2. 1	就眠儀式に関するワードの収集	
3. 2. 2	就眠儀式に関するワードのつながり	
3. 2. 3	就眠儀式と性差の関連性	
3. 2. 4	就眠儀式と添い寝の位置の関連性	
3. 2. 5	就眠儀式と添い寝の頻度の関連性	
4.	まとめ	4 3

第3節 添い寝が愛着および自尊感情に及ぼす影響（研究4）

1.	はじめに	4 5
2.	方法	4 5
2. 1	対象	
2. 2	調査時期	
2. 3	質問紙の内容	
2. 4	収集の手続き	
3.	結果	4 7
3. 1	添い寝経験による影響	
3. 2	添い寝の位置による影響	

3. 3 添い寝の期間による影響	
4. まとめ	5 1

第4節 添い寝が信頼感・自立心・依存心に及ぼす影響（研究5）

1. はじめに	5 3
2. 方法	5 5
2. 1 対象	
2. 2 尺度の内容	
2. 3 収集の手続き	
3. 結果	5 6
3. 1 条件群の設定	
3. 1. 1 添い寝経験による影響	
3. 1. 2 添い寝の位置による影響	
3. 1. 3 添い寝の期間による影響	
4. 考察	6 0

第4章 添い寝が対人依存—非依存に及ぼす影響（研究6）

第1節 対人依存—非依存尺度作成の試み

1. はじめに	6 4
2. 方法	6 7
2. 1 対象	
2. 2 収集の手続き	
2. 3 調査時期	
2. 4 質問紙の内容	
3. 対人依存—依存容認尺度の作成	6 8
4. 依存—依存容認尺度の信頼性・妥当性	7 0

第2節 添い寝と依存欲求および依存欲求容認の関連

1. 方法	7 1
1. 1 対象および手続き	
1. 2 調査時期	
2. 結果	7 1
2. 1 条件群の設定	
2. 1. 1 添い寝経験による影響	
2. 1. 2 添い寝の位置による影響	
2. 1. 3 添い寝の期間による影響	
3. 考察	7 5
4. まとめ	7 7

第5章 総括

第1節 本研究のまとめ	79
第2節 望ましい添い寝のありかたへの提言	83
第3節 今後の課題	86

引用文献

引用文献	86
------	----

資料

- 質問紙（研究1・3）
- 質問紙（研究2）
- 質問紙（研究4・5）
- 質問紙（研究6）

謝 辞

序 章

本稿は、添い寝を「乳幼児が家族と日常的に社会的・身体的接触のどちらか、または両方を緊密に行いながら多様な方法で眠ることを指す。」と定義し、夜間の添い寝が子どもの心理的発達に及ぼす影響、望ましい添い寝のしかた、そして添い寝から一人寝へと子どもを導くタイミングや親の養育態度について明らかにしようとする試みである。

添い寝は、日本で伝統的に行われてきた乳幼児の一般的な就寝形態であるが、諸外国から「ウサギ小屋」とも呼ばれる日本の住宅事情によることが多いと考えられているようである。その一方で、部屋数があっても家族が寄り添って寝る傾向にあるといった報告もなされている(森岡, 1973; 飯長・篠田・大久保・中野・大八木, 1985;)。つまり、添い寝に何かしらの価値を認めていることが示唆されるのであるが、添い寝や一人寝など乳幼児の就寝形態についての考え方は一人寝が主流の諸外国と日本を比較した場合だけでなく、国内でも家庭により、親によりさまざまである。近年では依存心を高めるという考え方のもと、早期に一人寝を始めさせたり、妊娠中から添い寝と一人寝それぞれが子どもに及ぼす影響を検討したりする様子が見られるようになった。

しかし、添い寝が一般的に行われ、そこに何かしらの価値が見出されているならば、乳幼児に好ましい影響を与えられるような、たとえば添い寝の「質」が問われるのではないだろうか。父親不在といわれる近年、母親は育児不安を抱えながらも育児に格闘している。家族関係においては「夫婦関係より、親子一体感を重視する傾向がある(篠田・飯長・大久保・中野, 1990)」ことや「母親が物理的要素よりも人間関係、特に母子関係を重視して就寝形態を決定する(片山, 2006)」ことなどが報告されている。さらには「子どもとの密接感を重視する結果、依存を奨励する傾向が否めない(数井・遠藤, 2005)」状態にあることも示唆されており、家庭において母子関係を緊密に保とうとする傾向が子どもの依存を高めている可能性が読み取れる。

このように、子どもの就寝形態には親の養育態度が反映されるのであるが、養育態度が現れるのは添い寝の選択にだけではない。常日頃から子どもとの緊密な関係を重視し、むしろ依存を望むような態度で子育てに臨んでいるのであれば、もし子どもがある年齢に達したことを期に自立を望み就寝形態を変更したとしても、親子の依存的な関係が変わることはないであろう。むしろ、急激な親の態度の変化を拒絶だと受け止める可能性がある。

依存的な関係のもとで添い寝を続けてきた場合、子どもの自立を望むのであれば、できるだけ子ども側にも心構えができた状態で就寝形態を変更するだけでなく、日常的な養育態度も徐々に見直していくことが求められる。そこで、子どもの心理的発達に好ましい影響を与える添い寝のしかたとはどのようなものなのか、スムーズに一人寝に移れるタイミングとはいつなのか、添い寝をする親は普段からどのような態度で子育てに臨むべきなのか、模索することとした。

第1章 研究の背景と目的

本章では、まず第1節で「添い寝が子どもの心理的発達に与える影響はどのようなものであるか」という問いの背景について述べる。第2節では、添い寝の歴史および実態についての先行研究、そして添い寝と子どもの心理的発達の関連についての先行研究を概観する。

第1節 研究の背景

日本では、夜間子どもの就寝時に親と一緒に床に入る添い寝が伝統的に行われており、添い寝の頻度と居住スペースには関連性がないという報告が複数見られる(森岡, 1973; 飯長・篠田・大久保・中野・大八木, 1985; 片山・近藤・有川・中村, 2008)。これらの報告から、日本では、添い寝が居住スペースといった環境的な要因とは無関係に、子どもの就寝時における親の関わり方として重視されていることが示唆される。

欧米、特にアメリカでは、子どもの自立性や自分自身を支える力を育てるためには一人寝をさせることが重要であると考えられており (Morelli & Tronick, 1992), 早くから子ども部屋で一人寝をさせる習慣がある。ほとんどの赤ちゃんが乳幼児の頃から個室を与えられ、一人寝しているのである。2006年6月21日付のニューズウィークの記事によれば、1986年に出版され、アメリカのベストセラー育児書として取り上げられたカリスマ小児科医 Ferber (1986) の著作は、医師や親たちに「添い寝はよくない」という考え方を根付かせた。当時の育児の権威たちは、添い寝を子どもの自立性が育たないという理由で否定したのである。この本は2006年に改訂され、著者である Ferber は添い寝否定派から添い寝容認派へと立場を変えた。しかし、立場を変えたとはいえ、添い寝する場合は理想的には生後6カ月、遅くとも3歳までに親のベッドから独立させるべきであると述べており、早期の一人寝開始を推奨している。

一方、日本では夜、小さな子に自立をそこまで押し付ける米国の文化はむしろ酷であると考えられており (Brazelton, 2006), 親と一緒に寝ることは、乳児が相互依存的な関係を持つことができるような人間へと変容していくことを促す働きをすると考えられている (Caudill & Weinstein, 1969)。さらに、親子の関わり方に関して、岡田 (2002) は、アメリカで生み出された概念であるスキンシップが日本において欧米以上に受け入れられた理由として、「日本の子育てが母子密着型であり、自然な形でスキンシップが行われ、スキンシップを受け入れる素地があった」と述べていることから、少なくとも日本では子どもが自立していること以上に、家族との密接な関係を築くことや他者と支え合うことができるような関係を築ける能力を持つことの方が重視されており、添い寝はそのための重要な親子の関わり方として重視されていることが推察される。

乳幼児との添い寝に対する考え方は国により異なる。恒吉 (1997) は、日本の育児書でも欧米の育児書でも子どもとの身体接触や心の交流を勧めているが、欧米では身体接触の中に添い寝が含まれておらず、添い寝についての育児書のアドバイスでは、日本だけが圧倒的な肯定派で際立っていることを指摘している。また、西洋では「野蛮」のイメージと結びついていたおんぶが近年見直されている一方で、最も密着度の高い添い寝は再評価の対象になっていないとも述べている。欧米においておんぶは、「これらの国のおんぶの写真から漂うイメージは、多くの場合、かつての日本で見られたような、子どもをおんぶしながら懸命に作業をしているような、生活の匂いをプンプンさせたようなイメージではない。きれいな市販のおんぶひもで胸元に子どもを抱えた父親が、子どもの目を見つめながら立っている一つまり、子どもとの身体的、心理的交流をしながら楽に子どもを運べる、手が動かせる、そのようなイメージである (恒吉, 1997)」といった、肯定的なイメージを持つ親子の触れ合いである。その一方で、添い寝の

イメージは、同書によれば「夫婦の眠りや夫婦関係に支障をきたす」ものであり、「自立を妨げる」ものだと捉えられている。また、極端な場合と断りつつも、添い寝について近親相姦や性的虐待の温床とも捉える傾向もあるというフランスの育児書を紹介している。

このように、アメリカなど欧米と日本では子どもの就寝形態の選択および就寝形態が子どもに与える影響についての考え方に大きな違いがみられるのであるが、添い寝に関して保護者が抱く悩みは多く、その内容も多岐にわたっている。「Yahoo 知恵袋」や、「教えて！goo」などのインターネットサイトでは、「添い寝はいつまで？」「添い寝をするべき？」というように、添い寝に対する考え方を問う質問や、「添い寝をすると依存心が高まるのでは？」というように、添い寝と子どもの性格の関連性を問う質問、「添い寝をしていないと頻繁に起きてしまうが、どうすれば途中で起きなくなる？」というように、添い寝のしかたに関する悩みなどが多数寄せられている。

第2節 先行研究

1. 添い寝の歴史および実態調査

添い寝に関する先行研究を概観するに当たり、まず、添い寝の歴史および実態調査についての先行研究を取り上げる。

“添い寝”がどのような状態を指すのかについては、地域によりさまざまな考え方がある。たとえば日本では、「親子が日常的に同じ布団やベッドで寝ることである」と捉えられるのに対し、アメリカでは親子と一緒に寝るだけでなく、親の寝室にベビーベッドを置いて寝かせることも含まれる(吉田, 2016)。これらの就寝形態を示す語として用いられているのが co-sleeping または cosleeping という語であるが、篠田(2004)によれば、これらの単語は親子と一緒に寝る状態のみを指すのではなく、夫婦がともに寝る場合にも、さらには家族の誰かが家族以外の誰かとともに寝る場合、または同室で寝る場合にも使われるのだという。つまりは、人と人が同室で眠る状態(隣接していなくともよい)を指して使われる語だということであろう。

添い寝の意味が日本と欧米で異なる理由の一つには、子ども観や親が望ましいと思う子どもの性質の違いがあると思われる(吉田, 2016)。たとえば日本では、子どもの本性は善であると捉えられ、従順で決まりに従い行儀が良い子どもが好まれるのに対し、アメリカでは子どもは潜在的な悪であると捉えられ、子どもに自立心や自分自身を支える力を持つことを望むのである。そのために子どもにとって(欧米では夫婦にとって)望ましい就寝形態や添い寝の概念も異なるのであろう。

“添い寝”の概念については、たとえば ABM protocol committee では「乳幼児が養育者(通常は母親)と社会的・身体的接触のどちらか、または両方を緊密に行いながら多様な方法で眠ることを指す。」というように定義している。しかし、筆者が行った添い寝の実態調査では、子どもが親以外(特にきょうだい)と添い寝するケースもままあることから、本稿では「乳幼児が家族と日常的に社会的・身体的接触のどちらか、または両方を緊密に行いながら多様な方法で眠ることを指す」というように捉えることとしたい。さらに、寝かしつけのための一時的な添い寝とは区別し、夜間を通して親子がベッドや布団など同じ就寝スペースで寝ている場合に限定する。

Davies(1995)によれば、一人寝の習慣はおおよそ 1700 年代後半に始まった歴史の浅い習慣であり、それ以前には添い寝がすべての社会において標準的に行われていたということである。日本における添い寝の割合について、Caudill & Plath(1966)がそれぞれ 1962 年、1960 年に行った研究では、子どもが

添い寝をする相手を両親，祖父母，きょうだいまたは非親族とし，一人寝という分類を加えて就寝形態の分布を調査した。その結果，1～5歳児が添い寝をしている割合は98%だった。しかし，この調査では，添い寝であると分類されているケースに先述した人と人が同室で眠る状態(隣接していなくともよい)状態が含まれていると推測される。

同じく添い寝の実態を調査した小澤・上田(1979)の調査報告では，2歳児の約40%が添い寝をしていたが，地域差があることも併せて述べられている。この地域差について，上田・小澤・渡辺(1980)の調査では，沖縄群と岩手群と東京群で添い寝の頻度を比較したところ，沖縄群と岩手群，つまり都市部に比べ地方の添い寝の頻度が高かったことが報告されている。森岡(1973)及び飯長・篠田・大久保・中野・大八木(1985)，片山・近藤・有川・中村(2008)などの研究結果も同様に，日本では部屋数があっても家族が寄り添って寝る傾向にあるということを示す内容になっている。これらの報告からは，添い寝が子どもの就寝時における親の関わり方として選択され，そこに親の養育態度が表れていることが理解できる。

上田・中村(1991)が1989年に東京都で3歳児検診を受けた幼児と母親184組を対象に実施した調査では，添い寝をしている子どもの割合は約49%であり，吉田・山中・巷野・中村・山口・中澤(1997)の調査結果によると，添い寝をしている子どもの割合は月齢の上昇に伴って上昇し，25～36カ月の子どもで65%であった。また，吉田・浜崎(2013)が大学生を対象に行った調査では，幼少時に添い寝をしていたと答えた者の割合が74.4%と，被験者が乳幼児であった1980年代半ば～1990年代初めごろにおいても添い寝が主流の就寝形態であったことが確認された。

添い寝の割合の動向と，その原因と考えられる出来事を併せて見てみると，1960年代から1970年代にかけては外国に倣って一人寝をさせようという考え方が主流になったため，添い寝の割合が減少しているが，1980年代を境に増加に転じている。このことについて吉田ら(1997)は，Bowlbyのアタッチメント理論が1969年に発表されたこと，及び1980年に発足した厚生省の母子相互作用研究班が6年にわたり子どもの心身の発達における母子関係の重要性に関する研究を展開したことなどが添い寝を甘やかし育児だとする批判的な見方を変えた可能性について指摘している。また，園部・上田(1999)及び梶(2008)は，1985年に大幅改訂された母子手帳副読本『赤ちゃん』により，抱っこやそれまで批判的に捉えられていた添い寝が乳幼児に安心感を与えると積極的に評価され，母子関係の情緒的側面から必ずしも否定できないとの見方が出現したことを指摘している。1960年代になると，高度経済成長の影響を受けて都市化，核家族化，少子化が進行し始め，子どもやその保護者を取り巻く環境が大きく変わっていった。1948年の保育要領の刊行によって国が幼児教育のあり方を示したのであるが，保育要領には「一般の家庭」において母親が幼児を育てていく場合についての記述もあり，その当時の社会の実情に応じた保育のあり方が模索されていた様子を窺うことができる。

2. 就寝形態と子どもの心理的発達の関連

次に，添い寝と子どもの心理的発達の関連についての先行研究を概観する。

アメリカでは，子どもの自立心を育てるために一人寝をさせることが重要であると考えられている(Morelli & Tronick, 1992)。一方，日本では，子どもには従順できまりに従い，行儀がよいなど家族と一緒にいるのに差しさわりのない性質を持つことが望まれており(東, 1994)，親と一緒に寝ることは，乳児が相互依存的な関係を持つことができるような人間へと変容していくことを促す働きをされると考えられている(Caudill & Weinstein, 1969)。このように，日本とアメリカでは子どもに期待する性質や就

寝形態が子どもの心理的発達に与える影響についての考え方がかなり異なることが窺える。理想とする子どもの育ちの姿は、細かく見れば家庭ごと、それ以上に夫婦であっても異なることが珍しくはない。しかし、国ごとに主流になっている就寝形態には、その社会で求められている性質を持った人間に育てたいという親の願いのようなものが反映されているのかもしれない。

ただ、欧米で考えられているように、添い寝は子どもの自立心の形成を妨げ、赤ちゃんと親の関係のような、他者への一方的な依存心を高めるものなのだろうか。上田・中村(1991)は、「起床時間(規則的または不規則的か)」「就寝形態(規則的または不規則的か)」「寝る前のくせ」「なついている人」「就寝についての心配」という視点から、3歳時点で添い寝をしている子どもと一人寝をしている子どもの就寝に関する発達の行動を比較した。結果としては、就寝時間や起床時間、就寝儀式の有無や就寝に関する心配などに著しい差がないことが指摘され、就寝形態の違いが子どもの睡眠習慣に著しい差を生み出している様子は窺えない。この調査の質問文は明示されていないのであるが、問い方によっては「寝る前のくせ」や「就寝についての心配」などの捉え方が保護者により異なる可能性が想定される。例えば、「寝る前のくせ」には就寝儀式も含まれていると考えられるが、眠りにつく前の子どもの心理状態により就寝儀式の内容も、意味合いも異なる。そのため、一人寝と添い寝で統計的な有意差こそ表れていないものの、「寝る前のくせ」がある場合、どのような「くせ」であるのかをさらに検討することで就寝形態の違いが子どもの心理に与える影響も明らかにできたのではないかと考える。また、「就寝についての心配」は添い寝をしている親の方が「ある」と回答した割合が高かったのであるが、添い寝をしている保護者のよくある心配事として、子どもが依存的になるのではないかと、というものがある。一方で、就寝形態を問わず、夜中に目を覚ました時に子どもが泣いてしまうことも心配だとされている。保護者が考える「心配」がどのようなものであるか明らかにすることで、子どもにとっての添い寝の意味をより深く理解することができたのではないだろうか。

就寝形態が子どもの心理的発達に与える影響について、篠田(2004)は、まず就寝形態の分類の基本を「誰と誰の二者関係か」、その「空間的距離が隣接なのか分類なのか別室なのか」という二つの要素で決定し、三人家族で7種類、四人家族で15種類、五人家族その他で22種類と細かく分類している。さらに、すべての家族の就寝形態は父親、母親子どものうちの二者が同室でかつ隣り合って寝ている“同室隣接”と二者が同室ではあるが隣り合っていない“同室分離”，そして二者が別々の部屋で寝ている“別室”の三種の空間的距離の組み合わせで表現されている。篠田は、これらの分類をもとに、母親が評定した家庭での子どもの生活実態調査の結果及び幼児教室で観察された子どもの活動の様子を用いて3歳児の発達と就寝形態との関連を検討した。この調査でまとめられた就寝形態別発達の特徴として、以下のように「M(母親)中央型」「C(子ども)中央型」「F(父親)別室型」「C(子ども)別室型」という4つの就寝形態別にみた子どもの心理的発達の姿を見出している。

「M(母親)中央型」の子ども：依存と自立のバランスが取れた情緒的に安定した幼児

「C(子ども)中央型」の子ども：活発だが、自己コントロールの発達が心配な幼児

「F(父親)別室型」の子ども：新規場面が苦手で、分離不安になりやすい幼児

「C(子ども)別室型」の子ども：依存と自立のアンバランスな幼児

分析結果からは、父親の存在が与える影響の大きさが示唆されており、母子間・父子間の距離だけではなく夫婦間の距離も子どもの発達に影響を与えることが指摘されている。同書では父子のかかわりの特徴が「子どもの知的なかわり」であることが示されており、子育てに関心がある父親は同室で寝る

可能性が高く、就寝時が親子のコミュニケーションの機会になっていることを指摘している。乳児期には授乳や排せつ、そして夜泣きへの対応で睡眠時間が削られることを理由に父親別室での就寝形態を選択する家庭や、子どもがある程度成長し、夜間にまとまった睡眠がとれるようになった後も、父親の出勤・帰宅の時間と子どもの生活リズムを鑑みて別室での就寝を続ける家庭も少なくないようである。就寝時を子どもとのコミュニケーションの機会ととらえ、同室で就寝することを選択する父親は、別室で就寝している場合と比較し多場合、子育てにより積極的であることが推測できる。

家族の就寝形態の決定について、篠田(2004)は、「就寝形態」、「家族関係」、「心の育ち」の三要素が複合循環的関係にあり、就寝形態の選択が子どもの心理的発達に影響を及ぼすと同時に家族関係にも影響を及ぼしており、その家族関係が就寝形態を決める要素ともなっていると述べている。また、篠田・飯長・大久保・中野(1990)は、「夫婦関係より、親子一体感を重視する傾向がある」ことを指摘し、片山(2006)は、母親が物理的要素よりも人間関係、特に母子関係を重視して就寝形態を決定することを報告している。日本では、子どもが生まれる前の夫婦が互いの名前やニックネームで呼び合っていたとしても、子どもが生まれた後には「お父さん、お母さん」「パパ、ママ」と子どもとの関係性で呼称が変わるのが一般的である。岡田(2002)の研究では日本の子育ては母子密着型であることが報告されている。このように、子どもが生まれた後は子どもが家族の中心になり、母子密着型の子育てが行われることになる。したがって、就寝形態にも子ども中心の家族関係が反映されているのではないだろうか。

また、篠田(2009)は、3歳までの乳幼児にとって別室に寝かされることで時に感じる恐怖が情緒不安定の原因となるが、4歳からは時に恐怖を与える親との距離が子どもに自己を自覚し、自立を促す契機となることを自らの子育て経験をもとに述べている。添い寝が子どもを依存的にすることへの懸念は、添い寝をしている親であれば一度は感じるものかもしれない。この4歳という時期は、田中(2009)によれば、「身の自立が新しい段階に進み、社会的行動が拡充し、自励心と自制心が豊かになって」くる時期であり、「積極的な自励心と自制心を持つことによって子どもたちは、何にでも挑戦し、自分自身を鼓舞して「～ダケレドモ～スル」といった活動を随所に展開するように」なるということである。さらに、この時期の子どもへのかかわり方や配慮として、「自励心・自制心を育てそれを発揮していく過程に即して、その努力を認め、受け入れてあげて欲しい」とも述べている。子どもの発達の心理的な側面からみても、3歳児に自立を促し一人寝をさせるのはまだ早いということなのであろう。

篠田(2004)では、就寝時における父親の存在の大きさが示されたのであるが、その一方で母子が隣接して就寝することについて、篠田(2009)は「幼児の発達にとって母と子の距離は近ければ近いほど好ましい。そして、母と子の距離が近ければ、たとえ父子の距離が遠くても影響は少ない」と、母親に愛されている安心感、満足感の重要性を指摘している。篠田の一連の指摘からは、添い寝をする期間が子どもの心理的発達に影響を与える可能性とともに、添い寝時に母親の果たす役割の大きさ、父親が子育てに参加することの大切さ、そして夫婦関係を良好に維持することの重要性が読み取れる。さらに、添い寝に母親が介在することの重要性については、遠藤(1990)による添い寝の有無と移行対象の有無の関連の調査でも示唆されている。この研究では、「母親自身が添い寝」している子どもの移行対象の発現率が最も低く、「子がむずがる時のみ添い寝」「母以外による添い寝」「子の一人寝」の順に発現率が高くなっていくことが明らかにされた。また、同研究で遠藤(1990)は、「就寝様式の変化、添い寝を止めること等が子を移行対象への愛着に直接駆り立てるといった性質のものではあるまい。むしろ、子と別床で休む、添い寝をできるだけ早期に打ち切るといったこと等に反映される、母親の何らかの心理的特性、養育感、養育

スタイル等が移行対象の発現により関与していると見る方が妥当であろう」と、母親が子どもの愛着欲求を満たしうる存在であることの重要性について述べている。ここで得られた知見からは、子どもにとっての母親の存在や養育態度が子どもにもたらす影響の大きさをうかがい知ることができる。

しかし、母子関係については、北浦(2004)が「母子だけの緊密なつながりが子どもの自立を妨げ、過度な期待や干渉を引き起こしている」とも指摘しており、数井・遠藤(2005)は、日本的な養育条件として親が子どもとの密接感を重視することをあげ、実質的には子どもの依存を奨励する傾向が否めないと指摘している。家族の就寝形態の決定についても、片山(2006)は、母親が物理的要素よりも人間関係、特に母子関係を重視して就寝形態を決定することを報告しており、篠田・飯長・大久保・中野(1990)は、「夫婦関係より、親子一体感を重視する傾向がある」と述べている。これらを鑑みるに、添い寝のあり方だけでなく、家族関係や養育態度のあり方についても併せて考えてみる必要性が感じられるのである。

親が応答的に添い寝をすることで、親子の相互行為が増える。琴浦(2009)は、赤ちゃんに「求めれば、叶えてくれる」という経験が積み重なると、自分の周りの世界に対する「信頼感」が育ってくると述べている。また、Bowlby(1981)によれば、子どもはある対象と社会的な交わりをもてばもつほど、その対象に愛着するようになるということである。さらに金政(2003)は、愛着スタイルと信頼感に深く関連があることを指摘している。これらの先行研究から、添い寝の効用の一つとして信頼感の形成が考えられる。

吉田(2001)によれば、愛着が安定している子どもは、不安なときに親や人を使って不安を鎮め、活動範囲を広げていくことができるため、次第に親から離れられる時間と距離を増やし、自立の方向に進んでいくことができるということである。つまり、添い寝は子どもの最初の愛着対象である母親への信頼感の形成に影響を与えるとともに、子どもが成長するに伴って自立心の形成にも影響を与えると考えられるのである。また、金政(2003)は、愛着スタイルの安定性について、人生や人間関係の重要な転機が愛着スタイルを変容させるのに十分な意味合いを持つとしながらも、多くの報告で、幼児期と成人期の愛着スタイルの間はかなり高い一致が見られることが示されており、内的作業モデルについては、多くの研究者がそれを堅固なものであるとする基本的見解を持つと報告している。

愛着に関するこれらの知見からは、親子の相互行為による安心感や満足感の積み重ねが安定した愛着の形成を促すとともに、信頼感や自立心にも良い影響を与え、それが青年期においてもある程度継続すると推測できる。

日本では添い寝が主流であり、以上の点を踏まえると、添い寝が子どもの心理的発達にどのように影響するかについて考えることには意義があるのではないだろうか。先行研究を概観した結果からは、添い寝経験の有無だけでなく、添い寝をした期間や誰と添い寝をするかによっても異なる影響が表れると考えられる。就寝形態の選択および親子間の相互行為には親の意思が表れることから、添い寝のあり方に加え、養育態度についても考える必要があろう。

第2章 添い寝の実態調査

同じ国であっても時代により社会環境が変化し、その変化を受けて子どもやその保護者を取り巻く環境も変化していく。保育や幼児教育のあり方も環境の変化を受けて見直されている。昭和の時代の中にあっても、添い寝についての考え方が変わり、添い寝という就寝形態を選択する家庭の割合も変動してきた。先行研究では3歳児までの子どもの主流な就寝形態が添い寝であることが明らかにされているのであるが、親の世代が変わった今の時代において、添い寝に対する考え方や子どもたちの主流な就寝形態に変化が起こっているか、また、先行研究においては環境的要因に左右されず添い寝が選択されてきたことが指摘されているが、自立心が旺盛になる4歳以降の子どもたちのどれほどが添い寝をしているのかということをも明らかにしたいと考えた。

そこで本章では、比較的都市化の進んだ地域および地方都市において幼稚園に通う4歳児および5歳児の保護者を対象に行った添い寝の実態調査の結果を報告し、子どもと添い寝をしている理由および保護者が抱く添い寝の理想と添い寝の現状を対比する。

第1節 幼稚園児の添い寝の現状および保護者が抱く理想(研究1)

1. はじめに

添い寝に関する主要な先行研究からは、近代以降の日本において乳幼児の就寝形態の主流が時期により変動していたことが読み取れる。Caudill & Plath(1966)がそれぞれ1962年、1960年に行った研究では、1～5歳児が添い寝をしている割合は98%と大多数の子どもが添い寝をしていたことが明らかにされた。しかし、約10年後に出された小澤・上田(1979)の調査報告では、地域差のあることが述べられているものの、2歳児で添い寝をしていたのは約40%とその割合が大きく下がる。さらに、上田・中村(1991)が3歳児を対象に行った調査では、添い寝をしている子どもの割合が約49%であり、吉田・山中・巷野・中村・山口・中澤(1997)の調査結果によれば25～36カ月の子どものうち添い寝をしていたのは65%と、回復する兆しを見せている。同じ昭和の時代の調査であっても、添い寝をしている家庭の割合は大きく変動しており、家庭における保育のあり方を模索していた様子が窺える。

添い寝をしている子どもの割合が大きく落ち込んだ1960年代から1970年代にかけては、子どもに触れない育児法が推奨されていた外国に倣い、一人寝をさせようという考え方が主流になったとみられる。この時期、梶(2008)によれば「日本においては、戦後、高度経済成長期といわれる時期に欧米流の育児法が推奨され、従来の「抱っこ」「添い寝」は子どもの自立心の発展を損ない、育児に手間もかかると否定的に考えられた。」ということである。しかし、このような傾向も1980年代を境に変化し、添い寝に対する肯定的な考えが広がっていったようである。この変化の背景について、吉田ら(1997)は1980年に発足した厚生省の母子相互作用研究班が6年にわたって展開した、子どもの心身の発達における母子関係の重要性に関する研究が育児様式に及ぼした影響について指摘している。また、園部・上田(1999)及び梶(2008)は、1985年に大幅改訂された母子手帳副読本『赤ちゃん』により、抱っこやそれまで批判的に捉えられていた添い寝が乳幼児に与える安心感が積極的に評価され、母子関係の情緒的側面から必ずしも添い寝を否定できないとの見方が出現したことを指摘している。子どもと保護者を取り巻く社会環境の変化により親の養育態度が変化していったこと、さらに国も子育てのあり方を模索していたことの表れではないだろうか。

親子が添い寝をすることについて、日本では乳児が他者と相互依存的な関係を持つことができるような人間へと変容していくことを促す働きをされると考えられていると指摘する先行研究があり(Caudill &

Weinstein, 1969), 部屋数があっても家族が寄り添って寝る傾向にあるといった報告もなされている(森岡, 1973; 飯長ら, 1985:). また, 親子の関わり方に関して, 岡田(2002)は, アメリカで生み出された概念であるスキンシップが日本において欧米以上に受け入れられた理由として, 「日本の子育てが母子密着型であり, 自然な形でスキンシップが行われ, スキンシップを受け入れる素地があった」と指摘している。これらの先行研究からは, 日本においては密接な親子関係が好まれるとともに, 添い寝が居住スペースといった環境的要因とは関係なく, 子どもの就寝時における親の関わり方として重視されてきたことが示唆される。

ただ, 2000年代に入ってから添い寝の割合や添い寝に対する保護者の考え方など, 添い寝の実態に関する調査がほとんどされていない。しかし, 上述したように日本では添い寝が環境的要因に左右されない親子のコミュニケーションの一つとして選択されている様子が見られることから, 添い寝が現在でも子どもの主流な就寝形態であることが容易に推測できる。そのため, 添い寝の割合など現状および保護者が抱く添い寝に対する考えを探り, 子どもとの添い寝が保護者にとってどのような意味を持つものであるのかを明らかにすることには意義があるのではないだろうか。

本研究では, 幅広く調査をするため公立幼稚園に通わせることが第一の選択肢となる地方都市(国土交通省が設定する都市規模: 小都市)と, 同じく私立の幼稚園に通うことが第一の選択肢となる都市化の進んだ地域(国土交通省が設定する都市規模: 中都市)の幼稚園児の保護者を対象に添い寝の実態を調査・分析することを目的とした。この調査は, 結果を今後, 望ましい添い寝のあり方を明らかにするための足がかりとするために行ったものである。

2. 手続き

2.1 対象

T県N市およびH県A市内の幼稚園に通う4歳～5歳の子どもの保護者495名。質問紙は各園において保育士を通じ, 各家庭に頒布された。回収方法については, 各家庭において保護者が質問紙に記入後, 個人用回収封筒に入れて封をし, それを各園で取りまとめて当方に返送してもらう形式をとった。その結果, 374名からの回答を得た。実際にデータ分析に用いたのは, T県139名, H県235名の計372名分であった。495通を分母とする回収率は75.6%であった。

2.2 方法および手続き

質問紙法。質問紙(無記名)を配布し, 選択式の設問については2個～7個の選択肢から最も当てはまるものを選択するよう, また記述式の設問については例を示して回答を記入するよう依頼した。調査時期は2013年11月～2014年6月であった。

2.3 質問紙

質問項目は選択式12問, 記述式6問の計18問用意した。まず, 子どもの年齢・性別, 保護者自身の添い寝経験について質問した。そして現在, 子どもと夜間添い寝をしているか尋ねた。現在添い寝をしていると回答した者には子どもと添い寝をしている人物や添い寝の頻度など添い寝の状況, 保護者が望ましいと考える添い寝の頻度や添い寝をする人物, 添い寝をやめる時期など添い寝のありかた, 添い寝をしていてよかったことや困ったことおよび就寝儀式について質問した。現在添い寝をしてい

ないと回答した者のうち、過去に添い寝をしていた者には添い寝をいつまでしていたか、その頻度および添い寝をやめたきっかけについて質問した。

2.4 分析

回答を年齢別、性別、保護者の添い寝経験の有無、望ましい添い寝についての考え方などで分け、選択または記述された項目の割合の多少を比較した。

3. 結果と考察

3.1 添い寝と一人寝の割合

まず、分析対象となった回答全体について、現在子どもと添い寝をしている親の回答と添い寝をしていない親の回答に分け、さらに子どもの年齢別、性別、そしてA市(都市部)とN市(地方)で分けた(Table1)。

4歳児、5歳児ともに、夜間に添い寝をしている子どもの割合は、男児で84.4~92.1%、女児で85.3~92.9%と、吉田ら(1997)の25~36か月児の調査における添い寝の割合(65%)および吉田・浜崎(2013)の大学生を対象とした調査における幼少時の添い寝の割合(74.4%)より高かった。

Table 1 子どもの年齢別にみた添い寝と一人寝の割合

% (人数)

	4歳0か月~4歳11か月							5歳0か月~5歳11か月								
	全体(n=169)		都市部(n=103)		地方(n=66)			4歳 合計	全体(n=191)		都市部(n=125)		地方(n=66)			5歳 合計
	男児 (n=85)	女児 (n=84)	男児 (n=47)	女児 (n=56)	男児 (n=38)	女児 (n=28)	男児 (n=95)		女児 (n=96)	男児 (n=63)	女児 (n=62)	男児 (n=32)	女児 (n=34)			
添い寝 している	87.1 (74)	91.7 (77)	85.1 (40)	92.9 (52)	89.5 (34)	89.3 (25)	89.3 (302)	89.5 (85)	89.6 (86)	92.1 (58)	91.9 (57)	84.4 (27)	85.3 (29)	89.5 (342)		
添い寝 していない	12.9 (11)	8.3 (7)	14.9 (7)	7.1 (4)	10.5 (4)	10.7 (3)	10.7 (36)	10.5 (10)	10.4 (10)	7.9 (5)	8.1 (5)	15.6 (5)	14.7 (5)	10.5 (40)		

4歳児について、「添い寝している」と「添い寝していない」という回答の比率の差を、直接確立法による検定(Java Script Star internet 版)により分析した。その結果、都市部の男児と女児、地方の男児と女児、都市部の男児と地方の男児、また都市部の女児と地方の女児の添い寝の割合のいずれにも有意差は見られなかった。5歳児についても同様の検定を行ったところ、都市部の男児と女児、地方の男児と女児、都市部の男児と地方の男児、また都市部の女児と地方の女児の添い寝の割合のいずれにも有意差は見られなかった。4歳児と5歳児の添い寝の割合についても、地域別・男女別に同様の分析を行った。その結果、都市部・地方とも4歳児と5歳児で添い寝の割合に有意差はみられなかった。

上田・小澤・渡辺(1980)の調査では、添い寝の割合に地域差があり、沖縄群と岩手群と東京群で添い寝の頻度を比較したところ、沖縄群と岩手群の添い寝の頻度が高かったことが報告されている。つまり、都市部に比べ地方の添い寝の割合が高いことが指摘されているということであるが、本調査では、4歳児・5歳児ともに、都市部と地方で添い寝の割合に有意差は見られず、先行研究とは異なる結果となった。この結果から、添い寝する理由の一つとして日本の家族の添い寝に対する考え方があげられる。森岡(1973)、飯長ら(1985)、片山・近藤・有川・中村(2008)の報告では、部屋数があっても家族

が一つの部屋で寄り添って寝る傾向にあると指摘されている。この指摘からは、日本では、添い寝が居住スペースといった環境的な要因とは無関係に、子どもの就寝時における親の関わり方として重視されていることが窺える。この結果は、家族が居住スペースの大小より子どもとの関係性を優先して就寝形態を決定していることの現れではないだろうか。また、上田・小澤・渡辺(1980)の調査以降には、女性の社会進出や労働時間の長時間化が進むなど親を取り巻く環境や、子どもの側にもお受験や塾通い等の学外における子どもの活動内容などに変化が生じていることから、就寝時の子どもとのコミュニケーションがより重視されるようになったのかもしれない。

添い寝の割合に性差がみられなかったことについて、一般的に、男性は女性に比べ早期の自立を奨励されることが推測できるため、添い寝の割合も男児の方が低くなる可能性もあったのであるが、添い寝に関しては、性役割よりも添い寝を通じて子どもと関わりを持つことの方が重視されているのであろう。子どもの年齢で添い寝の割合に差が見られなかったことから、添い寝が習慣化していることが考えられる。

3.2 添い寝経験の伝承

分析対象となった回答全体について、親自身に添い寝をしてもらった経験がある場合とない場合に分け、さらに都市部と地方、また現在子どもと添い寝をしている親、過去に添い寝をしていたが現在はしていない親、そして子どもと添い寝をしたことがない親に分けた(Table2)。

親自身に添い寝してもらった経験がある場合、都市部と地方の両地域ともに「子どもと添い寝している」、または「過去には添い寝をしていた」と答えた者を合わせると100%であった。一方、親に添い寝経験がない場合には、子どもと添い寝をした経験がないと答えた者が少数ながら存在する。園部・上田(1999)によると、母親の子ども時代の就寝形態が添い寝に関連していることが指摘されており、調査結果はこの指摘を裏付けるものとなった。

Table2 親の添い寝経験の有無と添い寝と一人寝の割合(人数)

	親に添い寝経験あり			親に添い寝経験なし		
	全体 (n=271)	都市部 (n=189)	地方 (n=82)	全体 (n=60)	都市部 (n=40)	地方 (n=20)
添い寝している	91.5(248)	91.5(173)	91.5(75)	78.3(47)	87.5(35)	60.0(12)
過去に添い寝していた	8.5(23)	8.5(16)	8.5(7)	15.0(9)	10.0(4)	25.0(5)
添い寝したことがない	0.0(0)	0.0(0)	0.0(0)	6.7(4)	2.5(1)	15.0(3)

また、親に添い寝経験がない場合について、「添い寝している」と「過去に添い寝していた」を合わせて「子どもとの添い寝経験あり」とし、都市部と地方の「子どもとの添い寝経験あり」と「(子どもと)添い寝したことがない」という回答の比率の差を直接確立法による検定により分析した。その結果、都市部と地方で有意差はみられなかった。

添い寝と一人寝の割合の分析と同様、親に添い寝経験がある場合もない場合も、子どもとの添い寝の割合に地域差はなく、子どもの就寝形態の選択においては、親の子ども時代の就寝形態が1つの要因となっていることが窺える。

3.3 添い寝の現状

3.3.1 誰と添い寝しているか

分析対象となった回答全体について、まず子どもと添い寝をしている人物ごとに分け、さらに性別に分けた(Table3)。回答は日常的に子どもと添い寝をしている人物とし、複数回答可とした。

Table3 子どもと添い寝している人物の割合(人数)

	全体(n=389)		都市部(n=238)		地方(n=151)	
	男児(n=186)	女児(n=203)	男児(n=106)	女児(n=132)	男児(n=80)	女児(n=71)
両親	23.1(43)	13.8(28)	24.5(26)	15.9(21)	21.3(17)	9.9(7)
母	52.2(97)	56.7(115)	53.8(57)	55.3(73)	50.0(40)	59.2(42)
父	8.1(15)	12.8(26)	9.4(10)	13.6(18)	6.3(5)	11.3(8)
きょうだい・ 祖父母	16.7(31)	16.7(34)	12.3(13)	15.2(20)	22.5(18)	19.7(14)

(複数回答, 回答者数 324 名)

全体でみると、半数以上の子どもが「母親の隣」で添い寝していることが明らかになった。男児については、それに次いで「両親の間」で添い寝をしているケースが 20%超となった。女児については、「両親の間(13.8%)」「父親の隣(12.8%)」「きょうだい・祖父母の隣(16.7%)」がほぼ同率で「母親の隣」に続いた。

都市部と地方の男児について、添い寝をしている人物の割合を χ^2 検定 (Java Script Star internet 版) により比較すると、全体的な傾向が同じであり、有意な差はみられなかった。女児についても同様であった。また、都市部の男児と女児、地方の男児と女児についても同様の検定を行ったところ、割合に有意な差はみられなかった。

これにより、子どもの性別や居住する地域にかかわらず、添い寝をしている人物がほぼ同じであることが示された。さらにどの群においても母親の隣で添い寝をしている子どもが半数以上を占めることから、添い寝は主に就寝時における母親と子どもの関わり方として選択されているといえよう。また、この結果は母親が母子関係を重視して就寝形態を決定しているという片山(2006)の指摘を裏付けるものでもある。

3.3.2 添い寝の頻度

分析対象となった回答全体について、添い寝の頻度ごとに分け、さらに都市部と地方、性別で分けた(Table4)。

Table4 添い寝の頻度 % (人数)

	全体(n=368)		都市部(n=238)		地方(n=151)	
	男児 (n=193)	女児 (n=175)	男児 (n=123)	女児 (n=122)	男児 (n=70)	女児 (n=53)
毎日	72.0(139)	79.4(139)	71.5(88)	81.1(99)	72.9(51)	75.5(40)
ほぼ毎日	24.4(47)	13.7(24)	24.4(30)	13.1(16)	24.3(17)	15.1(8)
子どもが必要とする時のみ	3.6(7)	6.9(12)	4.1(5)	5.7(7)	2.9(2)	9.4(5)

都市部と地方で、添い寝の頻度ごとの人数の割合を χ^2 検定(Java Script Star internet 版)により分析した。その結果、都市部と地方の比較では、男児・女児とも添い寝の頻度ごとの人数に有意な偏りがみられなかった。同様の検定を都市部の男児と女児、地方の男児と女児について行ったところ、地方については有意な偏りがみられなかったが、都市部については男児と女児で添い寝の頻度ごとの人数に有意な偏りがみられた($\chi^2(2)=5.24, p<.10$)。そこで残差分析を行ったところ、「毎日(添い寝をする)」および「ほぼ毎日(添い寝をする)」という回答において有意な偏りがみられ、都市部で「毎日」添い寝をする女児は期待値より多い傾向にあり、都市部で「ほぼ毎日」添い寝をする男児は期待値より有意に多いことが示された。

結果からは、男児に比べ、女児の添い寝の頻度がやや高いことがわかる。一般的に、男性に比べて女性は幼い頃から親とより密接な関係にあり、男性ほど早期の自立を求められることはあまりないと推測される。そのため、親が女児の添い寝の求めに応じやすく、添い寝の頻度が高くなったのではないかと考えられる。

また、都市部でも地方でも、「毎日(添い寝をする)」「ほぼ毎日(添い寝をする)」という回答を合わせると90%超となり、添い寝が習慣化していることが窺える。

3.3.3 添い寝をする理由

添い寝をする理由の回答は自由記述にて求めたため、回答の全体的な傾向を概観するため計量テキスト分析ソフト KH Coder による内容分析を行った。空欄や「特になし」といった回答を除き、分析対象となった自由記述による回答を都市部と地方に分け、計量テキスト分析ソフト KH Coder を用いて、自動抽出された語から添い寝をする理由を示す語の出現頻度および関連性について分析したところ、都市部と地方で回答内容に傾向の差はほぼ見られなかった。そのため、都市部と地方のデータを合わせて分析した。分析手続は、『社会調査のための計量テキスト分析』(樋口, 2014)に準拠し実施した。

計量テキスト分析とは、「計量的分析手法を用いてテキスト型データを整理または分析し、内容分析(content analysis)を行う手法(樋口, 2014)」である。この手法を用いることにより、頻出語の確認、語句間の結びつき、テキストの部分ごとの特徴などについての詳細な分析が可能となる。KH Coder を用いて内容分析を行うにあたり、テキスト型データからはまず助詞・助動詞などを省いた語が自動抽出され、文書にどのような言葉が何回出現していたのか自動的に整理されて『文書×抽出語』表が出力される。KH Coder では、各文書からコンピュータが自動的に語を抽出するため、分析対象となる語を選択するなどの手作業が取り除かれ、分析者の予断や理論によるバイアスなどからくる恣意性が極力排除される仕様となっている。

『文書×抽出語』表の出力にあたっては、まずテキストデータの誤字脱字を修正し、「子ども」と「子供」など同じ意味を持つが表記の異なる語について表記を統一した。その際には発達心理学の研究者2名および発達心理学専攻の大学院生1名の計3名が必要に応じて原文を確認し、コーディングルールが原文に即したものとなっていることを確認しつつ進めるという手続きをとった。集計単位は「段落」とし、添い寝をする理由とは直接関わりのない「思う」を使用しない語として指定した。ここで、出現語をすべて用いると解析が難しくなることから、整理の対象となる語の数のみコントロールし、出現回数が平均出現回数の半分に満たない4回以下の語(93語)を削除した。結果

として回答全体で 1355 語が分析対象となり、語の出現回数の平均は 9.1 回であった。この処理を経て、データの全体像を探る手段の一つとして語と語の結びつきを表した図(共起ネットワーク)が作成される。

図 1 は、添い寝をする理由の共起ネットワークを描画したものである(サブグラフ検出)。出現パターンの似通った語(=共起関係が強い語)同士が線で結ばれるのであるが、実線は同グループであること、破線は他グループにあることを示している。また、共起関係の強弱は Jaccard 係数を用いて計算され、共起関係が強いほど線が太く、添付の数字が大きくなる。なお、線上に添付された数字が Jaccard 係数である。円のサイズは出現回数に応じて変化し、出現回数が多いほど大きな円で表示される。語が線で結ばれておらず、単に近くに配置されていることは共起関係の存在を意味しない。この図によれば、添い寝をする理由は大きく 9 つに分類される。

A・Bグループでは、「コミュニケーション」を読み取ることができる。たとえば、「今日あったことを聞いたり本の読み聞かせをするため」「子どもとのコミュニケーションが増える」というような内容の回答があげられる。

Cグループでは、「体調管理」を読み取ることができる。「体調の変化にすばやく気付くため」など、添い寝をすることで夜子どもが体調を崩した場合にもすぐ気づけるといった内容の記述が見られた。

Dグループでは、「居住スペースの都合」を読み取ることができる。回答からは、「スペースがない」「1つの部屋を寝室としているので一緒に寝ている」など、部屋数が限られているために1つの寝室を家族で共有している様子が窺えた。

Eグループでは、「親自身の添い寝経験」を読み取ることができる。「(親自身が)幼い頃から家族みんなまで寝ていたから」など、添い寝をしている親自身に添い寝をしてもらっていた経験があり、同じように自分の子どもと添い寝をしているようである。

Fグループでは、「子どもの幼さ」を読み取ることができる。「小さな子どもと一緒に寝ることは当たり前だと思っている」「まだ幼いので」などの回答が見られた。

Gグループは、「安心感」を読み取ることができる。「子どもが安心して寝られるように」など、就寝時に子どもに安心感を与えることを目的とする内容の回答に加え、「小さい時は一緒に寝た方が安心」など、親自身も子どもと一緒に寝ることで安心感を得ているようである。

Hグループは、「就寝への備え」を読み取ることができる。「夜起きた時に不安がったりトイレに行ったりするため」「夜のトイレや病気が多いので」など、子どもが夜目を覚まして起きだした時に対応することを考慮に入れた上で添い寝を選択している様子が感じられる。

Iグループは、「子どもの希望」を読み取ることができる。「本人たちの希望で」「本人が必要としている為」など、添い寝が子どもの希望を受け入れた上での選択であることが示唆される。

図 1 では、添い寝の理由が A～I までのグループに分かれる様子が示されたのであるが、これらを特性ごとにまとめてみると、A・B・G「コミュニケーションをとり子どもが安心して眠れるようにする」C・H「夜子どもが体調を崩したり目を覚ましたりしたときに対応する」D「居住スペースの都合」E「(母親)自身の経験を再現」F・I「まだ子どもが幼いと考える」というように大きく分類できるのではないだろうか(Table5)。

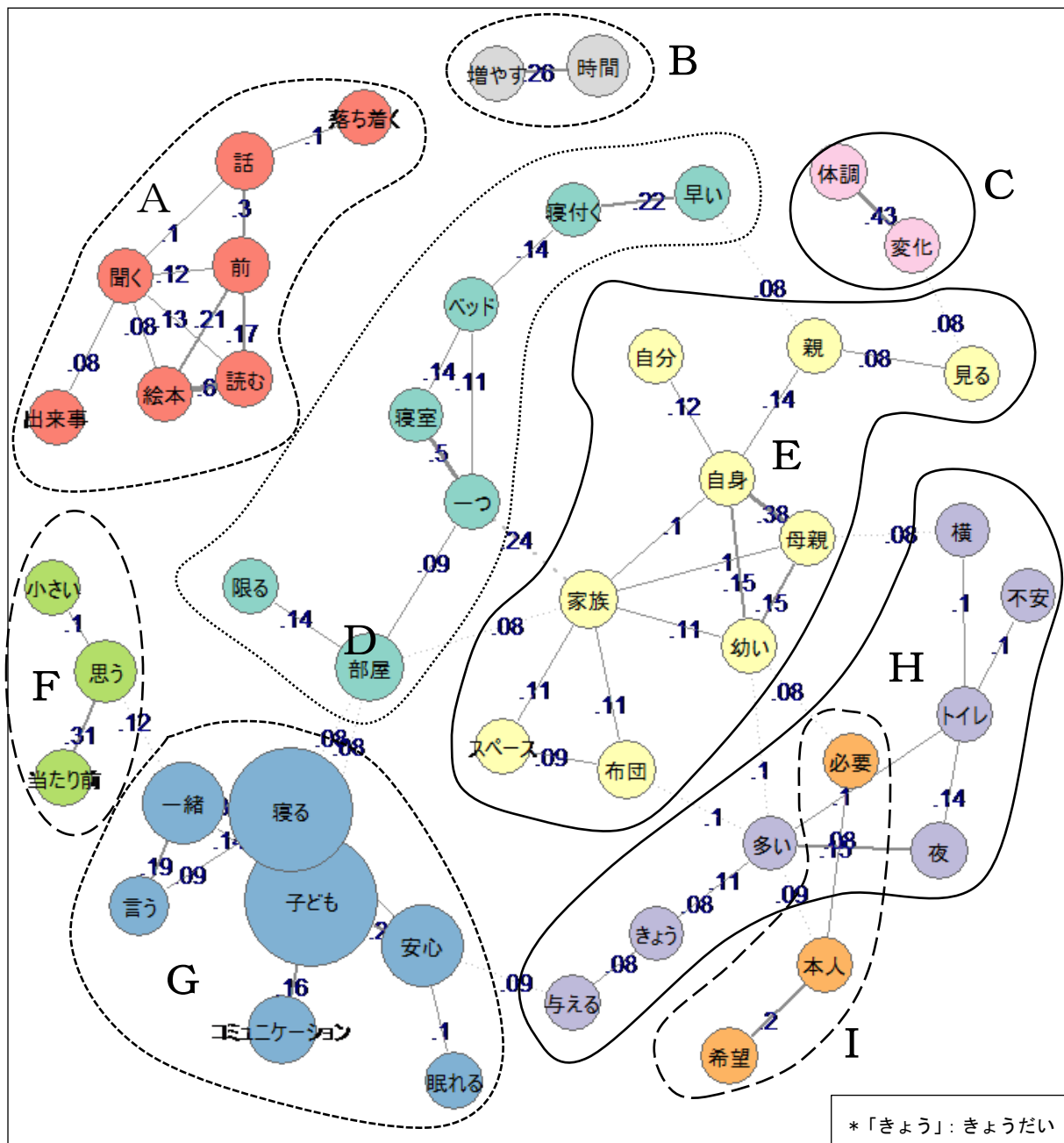


図1 添い寝をする理由を示す語の関係性

Table5 添い寝の理由の特性別分類

グループ	添い寝の理由の特性
A・B・G	コミュニケーションをとり子どもが安心して眠れるようにする
C・H	夜子どもが体調を崩したり目を覚ましたりしたときに対応する
D	居住スペースの都合
E	(母親)自身の経験を再現
F・I	まだ子どもが幼いと考える

最も出現回数が多かった語はGグループの「子ども」で、それに「寝る」「安心」「一緒」が続く。また、「子ども」と強い共起関係にあったのは「寝る」「コミュニケーション」「安心」であった。Aグループでも、その日あった出来事を話したり、絵本の読み聞かせをしたりしてコミュニケーションをとることが添い寝の選択理由になっていることが示されている。片山(2006)は、母親が物理的要素よりも人間関係、特に母子関係を重視して就寝形態を決定することを指摘しているのであるが、本調査結果でも添い寝という就寝形態の選択時において子どもに安心感を与えること、コミュニケーションをとることを重視している様子が示されており、先行研究を支持する結果になったといえる。

添い寝をしている親自身が同じように子どもに添い寝をしている様子も窺えた。添い寝経験の伝承の分析では、親に添い寝経験がある場合、子どもとの添い寝経験があると答えた親が100%であった。親に添い寝経験がない場合は、子どもとの添い寝経験がないという回答が少数ながら存在することから、親の子ども時代の就寝形態が添い寝に関連していることが示された。

また、「寝室」と「一つ」が強い共起関係にあることから、家族の緊密な関係を望んで寝起きを一つの部屋で行っているという状況が推察される。ここからはまず、問題提起の部分で述べたように、先行研究からは添い寝という就寝形態が環境的要因とは関係なく就寝時における親の関わり方として重視されてきたことが示唆される。その一方で、居住スペースの都合上、1つの寝室で添い寝する以外の選択が難しいといった家庭もあるという可能性も考えられる。元データを参照してみたところ、「寝室が一つだから」という書き方の回答が大多数であり、正確にどちらの要因によるものであるのが判別できなかった。そこで、国土交通省の住宅の延べ床面積の統計を調べてみたのであるが、統計からは持ち家、借家とも年月と共に一戸あたりの延べ床面積が狭くなってきているといった様子は窺えなかった。ただ、新田(1992)が集合住宅の入居者を対象に住戸計画を調査した際、設問の中の「住宅の住み心地」の分析において子持ち世帯の住生活に対する不満は少なくないと指摘していることから、今回の回答にも子育て世代が持つ住環境への不満が現れた可能性も考えられる。

「まだ子どもが幼い」や「夜子どもが体調を崩したり目を覚ましたりしたときに対応する」という理由について、添い寝時の幼児の就眠儀式を調査した浜崎・吉田(2015)は、特に女兒の就眠儀式に「トイレ」など就寝に備えて準備をしている様子や、「指しゃぶり」で自分が眠りについた後に親が自分のそばを離れてしまうかもしれないといった不安を解消している様子が読み取れることを報告している。また、子どもの性別にかかわらず、母親の隣で添い寝をしている場合にも同じように不安を解消するような就眠儀式が見られることも指摘している。つまり、夜目を覚ましてしまったときに親が横にいないと不安になるため、眠る前に不安を解消するための儀式をしたり、尿意で目が覚めないようにトイレに行っておいたりすることなのであろう。このような子どもの生理面や心理面の動きに迅速に対応しようとする母親の姿が窺える結果ではないだろうか。

3.4 理想とする添い寝のあり方

3.4.1 誰と添い寝をするのが理想か

分析対象となった回答全体について、都市部と地方、性別で分け、子どもと添い寝をするのが望ましいと考える人物ごとに集計した(Table6)。回答は日常的に夜間子どもと添い寝をするのが望ましいと考える人物とし、複数回答可とした。

Table6 誰と添い寝をするのが理想か %(人数)

	全体(n=382)			都市部(n=252)			地方(n=130)		
	男児 (n=187)	女児 (n=195)	合計	男児 (n=122)	女児 (n=130)	合計	男児 (n=65)	女児 (n=65)	合計
両親	43.9 (82)	39.5 (77)	41.6 (159)	42.6 (52)	43.8 (57)	43.3 (109)	46.2 (30)	30.8 (20)	38.5 (50)
母親	34.8 (65)	39.5 (77)	37.2 (142)	33.6 (41)	36.9 (48)	35.3 (89)	36.9 (24)	44.6 (29)	40.8 (53)
父親	6.4 (12)	7.7 (15)	7.1 (27)	7.4 (9)	6.2 (8)	6.7 (17)	4.6 (3)	10.8 (7)	7.7 (10)
きょうだい・祖父母	13.9 (26)	11.8 (23)	12.8 (49)	14.8 (18)	11.5 (15)	13.1 (33)	12.3 (8)	12.3 (8)	12.3 (16)
誰とも望ましくない	1.1 (2)	1.5 (3)	1.3 (5)	1.6 (2)	1.5 (2)	1.6 (4)	0.0 (0)	1.5 (1)	0.8 (1)

(複数回答, 回答者数 315 名)

全体としては、男児の場合「両親(43.9%)」が最も理想とされる人物で、次いで「母親(34.8%)」であり、女児の場合は「両親」と「母親」が同率(39.5%)で主要な人物であったが、どちらも添い寝に母親が介在するのが理想であると考えているようである。

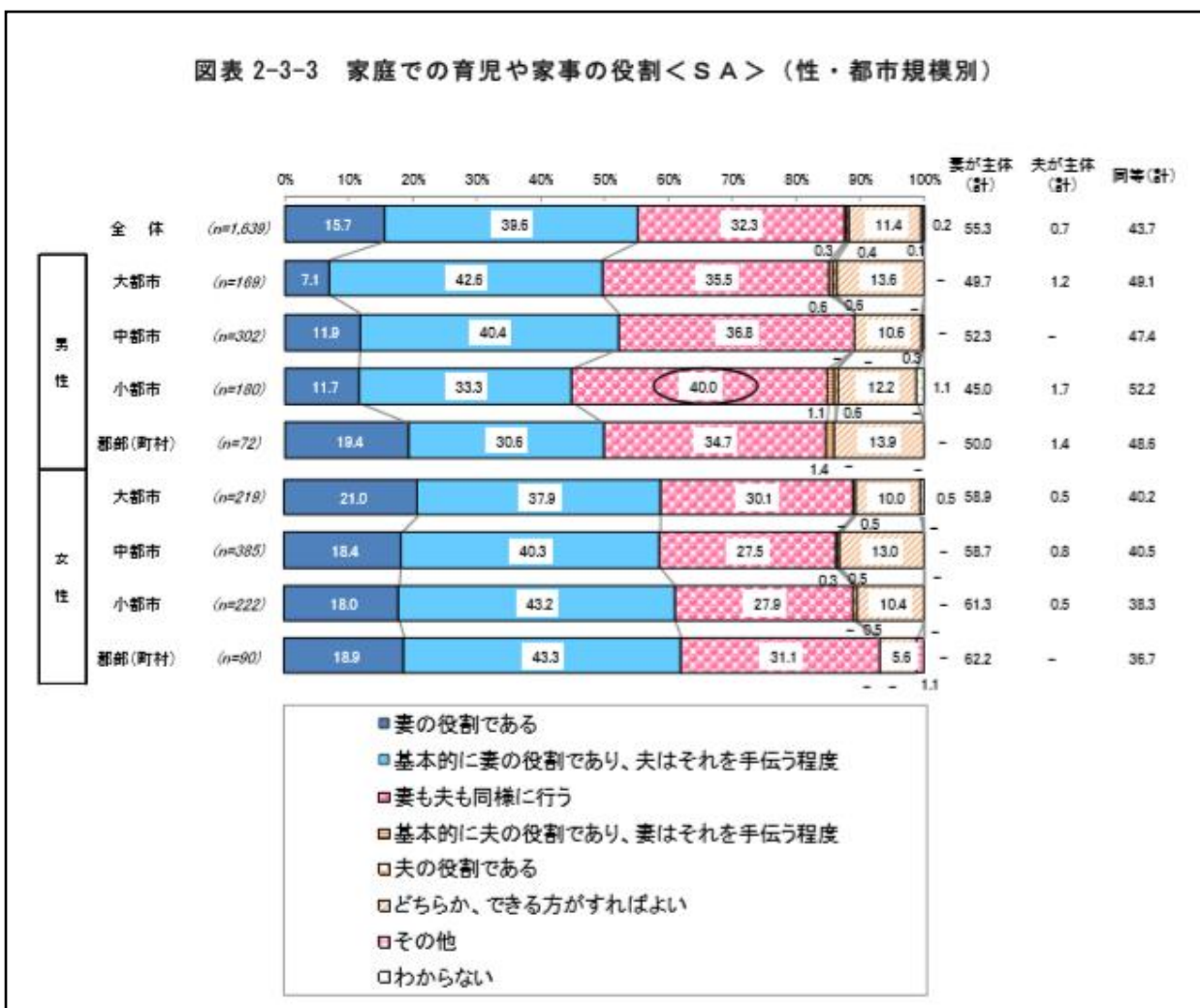
都市部では、男児、女児ともに理想であると答えた人物の順序が同じである。割合にもほぼ差がなく、添い寝に母親が介在するスタイルが理想とされていることがわかる。

地方では、男児の場合「両親(46.2%)」「母親(36.9%)」の順に理想とする主要な人物として挙げられているが、女児の場合、最も理想的な人物は「母親(44.5%)」であり、次いで「両親(30.8%)」が挙げられている。しかし、理想とする人物ごとの人数の割合を χ^2 検定(Java Script Star internet版)により比較したところ、有意な偏りは見られなかった。また、都市部と地方の男児、都市部と地方の女児についても同様の検定を行ったところ、有意な偏りは見られなかった。

地方の女児を除き、本調査では両親の間で子どもが就寝する、いわゆる「川の字」が理想的であるという回答の割合が最も高かった。数井・遠藤(2005)は、日本的な養育条件として子どもとの密接感を重視することをあげている。本調査の結果は、この指摘を裏付けるものとなった。また、誰と添い寝しているかの分析において、実際に添い寝をしている人物は母親が半数以上を占めることから、添い寝に父親の参加が望まれていることも示唆された。

地方の女児に限って母親との添い寝が最も理想的であるとされている。都市部の男児・女児、地方の男児については、実際に子どもと添い寝をしている人物の割合は母親が最も高いのに対し、理想は父親も介在する川の字であった。しかし、地方の女児については、実際に添い寝をしている人物の割合も理想とする人物の割合も母親が最も高く、理想と現実がほぼ合致しているようである。本調査を行った平成25年度における内閣府調査「家族と地域における子育てに関する意識調査」内の「家庭での育児や家事の役割」への問いに対する回答(図表2-3-3)を見てみると、小都市在住の男性の4割が「妻も夫も 同様に行う」(40.0%)と回答しており、他の都市規模居住者に比べてやや高い。

また、女性については都市規模にかかわらず 6 割前後が、「妻が主体」（「妻の役割である」、「基本的に妻の役割であり、夫はそれを手伝う程度」）であると回答している。一方、総務省が発表する「平成 28 年社会生活基本調査」においては、仕事を持つ父親の平日と土・日の家事関連時間に 1 時間程度の差があることが明らかにされていることから、「仕事」が育児参加へを難しくする要因の一つになっていることと考えられる。そこで、厚生労働省の平成 25 年度「毎月勤労統計調査(都道府県、産業別 1 人平均月間実労働時間数(事業所規模 30 人以上))」を見てみると、T 県(小都市)の平均月間実労働時間が H 県(中都市)のそれを月平均で 8.8 時間上回っていた。つまり、本調査を行った小都市に在住する父親は、中都市の父親よりも労働時間が長い、育児や家事に対する役割意識は逆にやや高いため、母親が父親の子育てへの介入を希望する割合も低くなったと推察される。



出典：内閣府「平成 25 年度「家族と地域における子育てに関する意識調査」報告書」

3.4.2 理想とする添い寝の頻度

分析対象となった回答全体について、都市部と地方、性別で分け、理想とする添い寝の頻度ごとに集計した(Table7)。

Table7 理想とする添い寝の頻度

%(人数)

	全体(n=310)		都市部(n=201)		地方(n=109)	
	男児 (n=155)	女児 (n=155)	男児 (n=98)	女児 (n=103)	男児 (n=57)	女児 (n=52)
毎日	51.0(79)	45.8(71)	53.1(52)	49.5(51)	47.4(27)	38.5(20)
ほぼ毎日	16.1(25)	20.0(31)	20.4(20)	18.4(19)	8.8(5)	23.1(12)
子どもが必要とするときのみ	32.9(51)	34.2(53)	26.5(26)	32.0(33)	43.9(25)	38.5(20)

全体としては、男児、女児ともに「毎日(51.0%;45.8%)」の割合が最も高く、次いで「子どもが必要とするときのみ(31.0%;31.6%)」そして「ほぼ毎日(16.1%;20.0%)」と続いた。男児と女児について、理想とする添い寝の頻度ごとの人数の割合を χ^2 検定(Java Script Star internet 版)により比較したところ、有意な偏りは見られなかった。

都市部と地方の男児について、同様の検定を行ったところ、理想とする添い寝の頻度に有意な偏りが見られた($\chi^2(2)=6.544, p<.05$)。そこで残差分析を行ったところ、「ほぼ毎日」および「子どもが必要とするときのみ」という回答において有意な偏りが見られ、都市部の男児は「ほぼ毎日」添い寝をするのが理想であると考えられる親が期待値より多い傾向にあり、地方の男児は「子どもが必要とするときのみ」添い寝をするのが理想であると考えられる親が期待値より有意に多いことが示された。

都市部の男児について、「ほぼ毎日」を理想とする親が多い傾向にあるのは、住宅事情に加え、親が子どもとの密接感を重視する姿勢がより強く表れているからではないだろうか。地方の男児について、「子どもが必要とするときのみ」を理想とする親が多いのは、都市部に比べ、親が子どもの成長を捉え、自立のためにやや心理的距離をとっている可能性が考えられる。添い寝の頻度の分析(3.3.2)において、男児の実際の添い寝の頻度は都市部・地方とも「毎日」が70%超であることから、親がもう少し添い寝の頻度が低くてもよいのでは、と考えているようである。

都市部と地方の女児、都市部の男児と女児、地方の男児と女児についても同様の検定を行ったが、有意な偏りは見られなかった。女児については、居住地域にかかわらず「毎日」=「子どもが必要とするとき」という状態にあると推測される。都市部の男児と女児、地方の男児と女児の比較で有意な偏りが見られなかったことについては、添い寝に関して、親が「男の子は女の子に比べて早期の自立が望まれる」などの性役割よりも、添い寝を通じて子どもと関わりを持つことの方を重視していること、また親の考えに地域性が表れていることが要因として考えられる。

また、すべての条件群において、「ほぼ毎日」に比べ「子どもが必要とするときのみ」の割合が高い。添い寝の頻度の分析(3.3.2)において「毎日(添い寝をしている)」という回答の割合が最も高いことから、どの条件群においても、もう少し添い寝の頻度が低くてもよいのではないかと親が考えていることが窺える。

3.4.3 いつまで添い寝をするのが理想か

分析対象となった回答全体について、都市部と地方、性別で分け、理想とする添い寝の期間ごとに集計した(Table8)。

全体としては、男児、女児ともに「小学校にあがるまで」の割合が最も高く(54.5%;46.9%)、次いで「中学校にあがるまで(38.3%;42.5%)」で、両項目で約90%を占めている。男児と女児について、理想とする添い寝の期間ごとの人数の割合を χ^2 検定(Java Script Star internet 版)により比較したところ、有意な偏りは見られなかった。

Table8 いつまで添い寝をするのが理想か % (人数)

	全体(n=314)		都市部(n=204)		地方(n=110)	
	男児(n=154)	女児(n=160)	男児(n=96)	女児(n=108)	男児(n=58)	女児(n=52)
	幼稚園にあがるまで	4.5(7)	2.5(4)	5.2(5)	0.9(1)	3.4(2)
小学校にあがるまで	54.5(84)	46.9(75)	54.2(52)	51.9(56)	55.2(32)	36.5(19)
中学校にあがるまで	38.3(59)	42.5(68)	39.6(38)	39.8(43)	36.2(21)	48.1(25)
中学生以上まで	1.9(3)	6.3(10)	1.0(1)	5.6(6)	3.4(2)	7.7(4)
添い寝が望ましいとは思わない	1.6(1)	1.9(3)	0.0(0)	1.9(2)	1.7(1)	1.9(1)

添い寝の期間に関しても、親が性役割より添い寝を通じて子どもと関わりを持つことの方を重視していることが要因として考えられる。

都市部については、男児・女児ともに「小学校にあがるまで」の割合が最も高く(54.2%;51.9%)、次いで「中学校にあがるまで(39.6%;39.8%)」で、両項目で90%超となった。それぞれの割合にはほぼ差がなく、添い寝に関しては、親が性役割をそれほど重視していないと思われる。

地方については、男児が「小学校にあがるまで」の割合が最も高く(55.2%)、次いで「中学校にあがるまで(36.2%)」であったのに対し、女児は「中学校にあがるまで」が最も高く(48.1%)、次いで「小学校にあがるまで(36.5%)」であった。しかし、男児と女児について、理想とする添い寝の期間ごとの人数の割合を χ^2 検定(Java Script Star internet 版)により比較したところ、有意な偏りは見られなかった。このように、理想とする添い寝の期間については、都市部・地方ともに性差が見られなかった。都市部の男児と地方の男児、都市部の女児と地方の女児についても同様の検定を行ったが、有意な偏りは見られなかった。

理想とする添い寝の期間については、理想とする添い寝の頻度のように居住地による差も、性差も見られなかった。添い寝の頻度の分析で子どもと添い寝をする頻度は「毎日」が最も高かったこと、3.3.3で、子どもと添い寝をする理由に「子どもの希望」が挙げられていることを考えると、ほとんどの親が子どもの求めに応じて毎日習慣的に添い寝に応じているが、早ければ幼稚園児の間に、遅くとも小学生の間に一人寝を始めさせたいと考えていることがわかる。

地方の女児については「中学校にあがるまで」が最も高く(48.1%)、次いで「小学校にあがるまで(36.5%)」であった。子どもと添い寝をしている人物の分析(3.3.1)では、「母親」と添い寝をしている割合が最も高く、誰と添い寝をするのが望ましいかについての分析(3.4.1)では、地方の女児のみ他の条件群とパターンが異なり、「母親」と添い寝をするのが理想的であるとする割合が最も高かった。ここからは地方の女児と母親との結びつきが特に強いことが窺える。さらに、添い寝の理由の分析(3.3.3)においては、「まだ子どもが幼いと考える」ことが挙がっており、子どもと密接した関係を保ちたい母親の意向が感じられる。

4.まとめ

今回の調査では、添い寝の割合が男児で84.4～92.1%、女児で85.3～92.9%と、Caudill & Plath(1966)の調査結果に次ぐ高い割合を示し、添い寝が主流な就寝形態であることが確認できた。

添い寝と一人寝の割合および子どもと添い寝をする人物の割合には、地域差および性差が見られなかった。この結果からは、日本において添い寝が居住スペースといった環境的な要因とは無関係に、子どもの就寝時における親の関わり方として重視されていることが窺える。また、添い寝に関しては、「男性は女性に比べ早期の自立を奨励される」などの性役割よりも、添い寝を通じて子どもと関わりを持つことの方が重視されているのであろう。また、どの群においても母親の隣で添い寝をしている子どもが半数以上を占めることから、添い寝は主に、就寝時における母親と子どもの関わり方として選択されているといえよう。図1では、添い寝の理由が特性ごとにA～Iまでのグループに分かれる様子が示されたのであるが、ここでも添い寝という就寝形態の選択時において子どもに安心感を与えること、コミュニケーションをとることを重視している様子が示された。また、子どもが夜、目を覚ましてしまった時や体調を崩してしまった時に迅速に対応できるように、といった母親の思いを読み取ることもできた。

その一方で、住宅事情の悪さが添い寝という就寝形態を選択する一要因である可能性も考えられたのであるが、統計や先行研究などを鑑みるに、住宅事情が年を追って悪化しているというよりは子育て世代特有の不満が表れた結果であるとも解釈できる。

誰と添い寝をするのが理想かについての考えには、地域差・性差が見られなかった。しかし、地方の女児を除き、本調査では両親の間で子どもが就寝する、いわゆる「川の字」が理想的であるという回答の割合が最も多かったことや、実際に添い寝をしている人物は母親が半数以上を占めることから、添い寝に父親の参加が望まれていることが示唆された。篠田(2009)は、「幼児の発達にとって、母と子の距離は近ければ近いほど好ましい。そして、母と子の距離が近ければ、たとえ父子の距離が遠くても影響は少ない」と指摘している。さらに、「幼児の発達にとって、父と子の距離は近いほど好ましいとはいえず、その位置は適度な距離が望ましい」とも指摘している。したがって、この指摘からは、本調査で理想であると最も多く挙げられていた「川の字」でなくとも、現状で最も多かった「母親」の隣での添い寝でも十分ではないかと考えられる。また、篠田(2009)は、幼児期の発達には母親に愛されている安心感、満足感が重要であることを指摘しているが、数井・遠藤(2005)は、日本的な養育条件として子どもとの密接感を重視することをあげ、実質的には子どもの依存を奨励する傾向が否めないと指摘している。これらの指摘から、就寝時における身体的距離は近ければ近いほど好ましく、子どもに安心感や満足感を与えることは何より重要であるが、同時に適度な心理的距離を保ち、過干渉にならないように配慮する必要があるといえよう。

理想とする添い寝の頻度については、都市部と地方の男児の間で有意な偏りが見られた。都市部の男児は「ほぼ毎日」添い寝をするのが理想であると考え親が期待値より多い傾向にあり、地方の男児は「子どもが必要とするときのみ」添い寝をするのが理想であると考え親が期待値より有意に多いことが示された。都市部の男児について、「ほぼ毎日」を理想とする親が多い傾向にあるのは、都市部ならではの住宅事情に加え、親が子どもとの密接感を重視する姿勢がより強く表れているからではないだろうか。地方の男児について、「子どもが必要とするときのみ」を理想とする親が多いのは、都市部に比べ、親が子どもの成長を捉えて、または自立の後押しのためにやや心理的距離をとる姿勢の表れであると推

察する。ただ、男児の実際の添い寝の頻度は、都市部・地方とも「毎日」が70%超であることを鑑みると、親はもう少し添い寝の頻度が低くてもよいのでは、と考えているようである。

第3章 添い寝経験が子どもの心にも与える影響

本章では、「親が夜間添い寝をすることで子どもの心の成長にどのような影響が生じるのか」について調査・検討する。そのために、まず第1節で添い寝をしてもらう側である子どもが添い寝に対して抱くイメージ、および添い寝をしていたときの思い出について分析し、子どもにとって添い寝がどのようなものであるのかについて考えてみたい。第2節では、就寝前に毎日決まった行為を決まった手順で行う「寝る前の準備」としての就眠儀式について、その性質と添い寝のしかたとの関連を探る。そして、第3節では、添い寝が愛着および自尊感情に及ぼす影響について、第4節では添い寝が子どもの信頼感・自立心・依存心に及ぼす影響について探り、望ましい添い寝のあり方や親の養育態度について検討する。

第1節 大学生が添い寝に対して抱くイメージと添い寝時の思い出(研究2)

1. はじめに

添い寝に関して保護者が抱く悩みは多く、その内容も多岐にわたっている。「Yahoo 知恵袋」や、「教えて! goo」などのインターネットサイトでは、「添い寝をしたほうがよいのか」「添い寝をしないほうがよい理由は」など、添い寝に対する考え方を問う質問や、「添い寝と一人寝で性格はどうなるのか」「添い寝、添い乳をすると子どもがわがままになるのか」など、添い寝と子どもの性格の関連性を問う質問、また「(体の向き、腕の位置など)添い寝のしかたを教えてほしい」「添い寝はいつまでならよいのか」など、添い寝のしかたに関する悩みなどが驚くほど多数寄せられている。添い寝は親が行う子育ての一部に過ぎないが、それでもこれらの質問内容からは親が悩んだり試行錯誤したりしながら子育てを行っている様子が伺える。

この調査は、添い寝をしてもらう側である子どもが添い寝に対して抱くイメージと思い出についての自由記述の項目の分析を中心としているが、親子が夜間添い寝をするときに、子どもが何を感じ取り、どんな思い出を心に残すのかによって心理的発達に与える影響は違うであろうし、その影響について考えることは重要であるといえる。したがって、望ましい添い寝のあり方や、添い寝が子どもの心理的発達に与える影響について検討するためにも、添い寝経験を持つ回答者が添い寝に対して抱くイメージ、および添い寝をしていたときの思い出について調査・分析する必要があると考えられる。

筆者がこれまで行ってきた添い寝に関する調査では、数量的なデータに基づき、統計学的手法での解釈が主とされ、調査の中に含まれる自由記述の項目は、考察の際の補足的な資料として扱われるにすぎなかった。しかし、自由記述の部分には、添い寝に対する子ども側の思いが綴られており、その内容は書いた本人のみに該当するだけでなく、他者にも当てはまる場合が少なくない。したがって、それらを分析することにより添い寝が子どもの心理に与える影響をうかがい知ることができるため、望ましい添い寝のあり方を探る手がかりともなるであろう。また、多数の自由記述を分析することにより、回答者の中で共有された経験や意識のバリエーションだけでなく、匂いや音など、想定していなかった感覚的な部分についても捉えることができると考えられる。

そこで、本調査では、添い寝に対して抱くイメージと添い寝時の思い出について、自由記述による文章に注目し、テキストマイニング法を用いて、添い寝に関するイメージや思い出の中で表出する語句の頻度や語句間の関連性について詳細な分析を行うことを目的とした。

2. 方法

2.1 対象

調査対象は、T 県内の大学生および大学院生 424 名。回答に不備のあるものを除き、分析対象となったのは、男性 154 名、女性 267 名の計 421 名であった。

2.2 調査時期

調査時期は 2011 年 10 月～2013 年 7 月であった。

2.3 質問紙の内容

添い寝に対して抱くイメージの質問として、「添い寝にはどのようなイメージがありますか？」という文章に加え、例を示して問いへの回答を自由記述により求めた。また、添い寝の思い出についての質問として、「添い寝の思い出を教えてください」という文章に加え、例を示して問いへの回答を自由記述により求めた。

2.4 収集の手続き

授業の終了前 15 分に質問紙を配布し、記入に 10 分程度使用してその場で回収した。質問紙は無記名とし、調査結果はプライバシーに配慮し、個人が特定されることのない旨を説明した。

3. テキストマイニングによる分析について

本研究では、テキストマイニング手法の 1 つであるトレンドサーチによる分析を行った。トレンドサーチは、自由記述等の文章群から品詞ごとに語句を引き出し、語句の重要度の計算や語句間の関連度や語句と文章間の関連度が計算される分析処理のソフトである。また、抽出された語句群を、関連度に応じて互いに引っ張り合わせることによって平面上に視覚的に配置させることもできる。これにより、語句は互いに関連の高いものは近くに、関連の低いものは遠くに配置され、直感的に情報全体の概観を把握することが可能である。重要語句のマッピングでは、分析対象の文章全体の重要語句をマッピングさせることにより、語句間の関連のイメージを把握し文章群全体が意味する概念を俯瞰することも可能である。また、関連語句のマッピングは、特定の語句に対する概念を比較する場合の方法で、男女間、年齢の差など、特定の視点から語句に対する概念を比較する場合に用いられる。

トレンドサーチによる分析の前に、以下の 2 項目を考慮した。①各テキストでの語句の抽出数の平準化を行い、抽出数を 50 に調整した。②類似した語句については、事前の語句抽出の際に 2 人の研究者によって同義語として処理するかどうかの判定を行った。例えば「あたたかい」、「あったかい」、「温かい」は、別々の語句として抽出されるため、「あたたかい」の同義語とみなすような方法である。これは、同じ意味でも微妙な違いがあると異なる語句として認識され、その結果、関連度が小さくなってしまい、重要語句が抜け落ちてしまうのを避けるためである。

4. 結果

4.1 添い寝経験の有無

図 1 は、回答者の添い寝経験の有無の割合を示したものである。本調査の回答者のうち、74.4%に添い寝をした経験があることが示された。

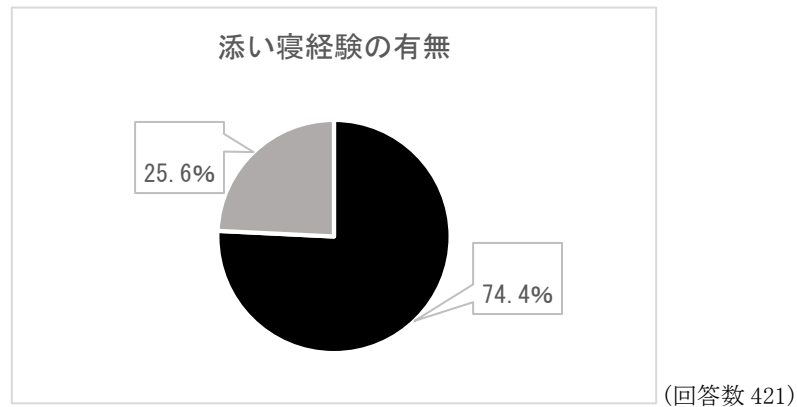


図1 添い寝経験の有無

4.2 トレンドサーチによるイメージ分析と考察

4.2.1 添い寝のイメージの分析

(1) 添い寝のイメージに関するワードの収集

添い寝について回答者がどのようなイメージを抱いているかを客観的に把握するため、トレンドサーチによる分析を行った。分析に用いるワードは 254 個収集されたが、不要語や同義語、長い文章等を除く作業を行い、抽出数を 48 個に調整した(表 1)。

トレンドサーチの重要ワードのマッピング機能を用いて、イメージ語句全体の関連ワードのつながりを概観した。なお、トレンドサーチを使用する事前準備として、①母数の標準化、②同義語のグループ化、③データ母数の偏りを考慮するなど、妥当性の検討を行った。①については 48 のテキスト数となり、また、②については、同義語(例えば、「あたたかい」、「あったかい」、「温かい」等)の整理をして 1 つの語句(「あたたかい」)として認識させた。

(2) 添い寝のイメージに関する関連ワードのつながり

分析の結果、図 2 のような関連ワードのつながりが得られた。頻出回数の高さは、ワードを囲む枠の濃淡で示されており、濃いものほど頻出回数が高かったワードである。

「あたたかい」「安心」「優しさ」「さみしい」「心地好い」を中心として大きく 5 つのクラスターが形成されている。まず、「あたたかい」→「寝る」→「お話」といった『あたたかさ・楽しさ』を表すイメージ群が概観できる。次に、「安心」→「寝つき」→「ある(その日あった出来事)」といった『安心感』を表すイメージ群が概観できる。そして、「優しさ」→「愛」→「子ども」→「守る」といった『家族愛』を表すイメージ群が概観できる。また、「さみしい」→「解消」→「不安」といった『さみしさや不安の解消』を表すイメージ群が概観できる。最後に、「心地好い」→「幸福」→「気持ち」といった『心地良さ』を表すイメージ群が概観できる。各イメージ群の命名は 3 名の心理学分野の研究者の判定により決定された。

分析により『あたたかさ・楽しさ』『安心感』『家族愛』『さみしさや不安の解消』『心地良さ』の大きく 5 つのイメージの存在が示唆された。そこからは、家族の体温や温まった寝具でぬくもりを感じる身体的な心地良さに加え、家族でささやかな遊びをしたり、一緒に寝たりすることで楽しさや安心を感じる心理的な心地良さを読み取ることができる。

表1 添い寝のイメージに関するワード(頻度順)

名詞(29)		形容詞(10)		動詞(9)	
1. 安心	16. やすらぎ	1. あたたかい	1. 寝る		
2. 優しさ	17. 親子	2. 優しい	2. 守る		
3. 家族	18. 楽しさ	3. 心地好い	3. 歌う		
4. 川の字	19. 匂い	4. 狭い	4. 癒す		
5. 気持ち	20. イメージ	5. 暑苦しい	5. くっつく		
6. 親	21. フィット	6. うるさい	6. 甘える		
7. 親密	22. お話	7. 楽しい	7. 繋がる		
8. 愛	23. 寝心地	8. さみしい	8. 起きる		
9. 子ども	24. 仲	9. 大きい	9. ある*		
10. 不安	25. 布団	10. 鬱陶しい			
11. 解消	26. 大事				
12. 居心地	27. 体				
13. 幸福	28. 一人				
14. うでまくら	29. 寝つき				
15. 存在感					

* 「その日あった出来事」の「あった」が「ある」として抽出されている。

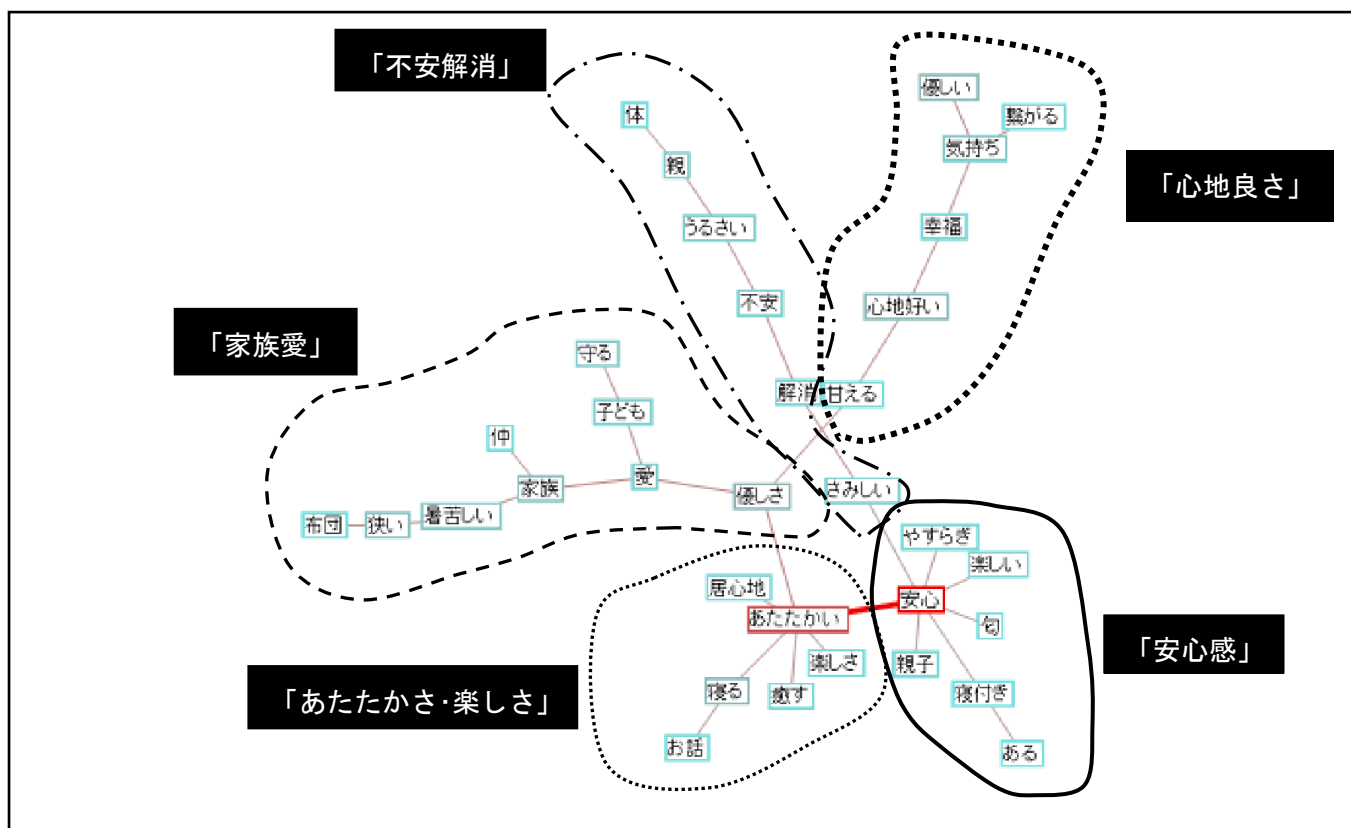


図2 添い寝のイメージに関するワードのつながり

(3) 添い寝の位置とイメージの関連について

図3は、添い寝の位置と添い寝のイメージとの関連性を概観したものである。

ア 両親の隣で添い寝をしていた者の場合

両親の隣で添い寝をしていたと回答した者の添い寝のイメージは、「あたたかい」というワードに表される。それに続き、「親密」「親子」「存在感」「楽しい」「うるさい」が細い関係線ながら近接している。これは、川の字で就寝することで親に親密な感情を抱き、親子であることを実感する一方、「いびき」も父親と母親の二人分であるため、「うるさい」というネガティブなイメージが存在していることを示しているのであろう。

イ 母親の隣で添い寝をしていた者の場合

母親の隣で添い寝をしていたと回答した者の添い寝のイメージは、「安心」「あたたかい」というワードに表される。それに続き、「心地好い」「優しい」「寝心地」「フィット」「大きい」が細い関係線ながら近接している。これは、母親との添い寝で安心やぬくもりを感じるだけでなく、包まれるような寝心地の良さも感じられることを示していると考えられる。

この、「安心」「あたたかい」というワードについて、「両親の間」で添い寝をしている場合には「あたたかい」というワードのみ、「父親の隣」「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしている場合には「安心」というワードのみであるが、「母親の隣」の場合には「安心」と「あたたかい」の両ワードが存在する。この結果から、添い寝をする際には、母親が父親やきょうだいの役割も果たしうると考えられる。

ウ 父親の隣で添い寝をしていた者の場合

父親の隣で添い寝をしていたと回答した者の添い寝のイメージは、「安心」というワードに表される。それに続き、「くつつく」「暑苦しい」が細い関係線ながら近接している。これは、母親の隣で添い寝をしていた者が感じるのと同様に安心を感じるが、父親は母親に比べ体が大きい分、くつついて暑苦しいという密着度の高さを感じさせるようなイメージが存在していることを示しているのであろう。

エ きょうだい・祖父母の隣で添い寝をしていた者の場合

きょうだいや祖父母の隣で添い寝をしていたと回答した者の添い寝のイメージは、「安心」というワードに表される。それに続き、「寝つき」「イメージ」「匂い」「鬱陶しい」が細い関係線ながら近接している。これは、一緒に寝ている人がいるという安心感からくる寝つきの良さを感じる一方で、体が触れることなどで鬱陶しさを感じることを示しているのであろう。篠田(2009)は、「きょうだいの関係は敵意と愛情という、相反する感情を宿しながら一緒に育ちあう関係」と述べており、本調査の結果とも一致する。今回の調査では、「きょうだい・祖父母の隣」に分類された就寝形態のほぼすべてがきょうだいの添い寝であった。一緒に寝ているのが「敵意と愛情という、相反する感情を宿しながら一緒に育ちあう」きょうだいだからこそ、一緒に寝ることを鬱陶しいとも感じるのではないだろうか。

オ まとめ

「母親の隣」「父親の隣」「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしていた場合、添い寝のイメージには「安心」というワードが存在するが、「両親の間」で添い寝をしていた場合には存在しない。「両親の間」で添い寝をしている場合には、両親に対して親密さを感じるが、少なくともどちらかの親とは当たり前のように添い寝をすることが考えられる。しかし、「母親の隣」「父親の隣」「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしている場合、添い寝の相手は1人であろうし、必ず添い寝できるとは限らないであろう。したがって、「父親」「母親」「きょうだい・祖父母」と添い寝をしている場合、「自分が誰かと一緒に寝ていること」を感じて、より強く安心を感じるのではないだろうか。

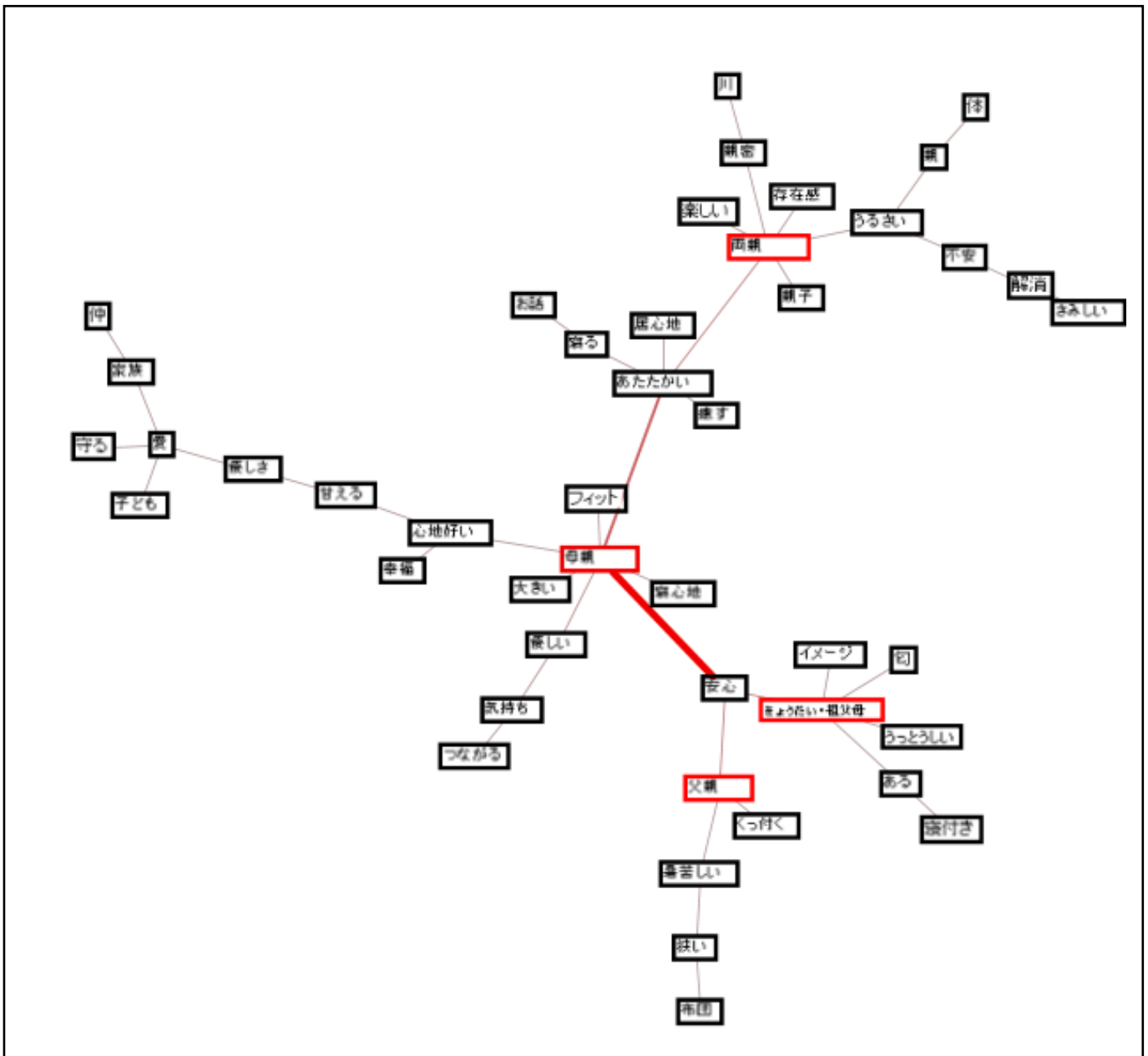


図3 添い寝の位置とイメージの関連

4.2.2 添い寝の思い出の分析

(1) 添い寝の思い出に関するワードの収集

次に、回答者が添い寝に関してどのような思い出を持っているかについて客観的に把握するため、トレンドサーチによる分析を行った。分析に用いるワードは 152 個収集されたが、不要語や同義語、長い文章等を除く作業を行い、抽出数を 48 個に調整した(表 2)。

表 2 添い寝の思い出に関するワード(頻度順)

名詞(29)		形容詞(6)	動詞(13)
1. 絵本	16. 寝相	1 あたたかい	1. 歌う
2. お話	17. 音楽	2. 楽しい	2. 遊ぶ
3. とんとん	18. 耳たぶ	3. 無い	3. 寝る
4. 体	19. 祖母	4. 暑い	4. ある*
5. 親	20. リズム	5. うるさい	5. 起きる
6. いびき	21. 体調	6. 優しい	6. 寝かしつける
7. 布団	22. けんか		7. 挟まる
8. 腕枕	23. 位置		8. くっつく
9. きょうだい	24. 地震		9. 怒る
10. テレビ	25. 成長		10. 取り合う
11. ぬいぐるみ	26. 枕		11. しゃべる
12. 安心	27. トイレ		12. あったまる
13. 日	28. クーラー		13. 守る
14. 夢	29. 一緒		
15. 平和			

* 「その日あった出来事」の「あった」が「ある」として抽出されている。

(2) 添い寝の思い出に関するワードのつながり

添い寝のイメージと同様の分析を行ったところ、図 4 のような関連ワードのつながりが得られた。図 2 と同様、頻出回数の高さは、ワードを囲む枠の濃淡で示されており、濃いものほど頻出回数が高かったワードである。

「絵本」「歌う」「遊ぶ」「お話」「寝る」を中心として大きく 5 つのクラスターが形成されている。まず、「絵本」→「音楽」といった『聴く楽しみ』を表すイメージ群が概観できる。次に、「歌う」→「とんとん」→「体」といった親が『身体のスキンシップ』を表すイメージ群が概観できる。そして、「遊ぶ」→「きょうだい」→「しゃべる」といった『きょうだいとのスキンシップ』を表すイメージ群が概観できる。また、「お話」→「ある(その日あった出来事)」→「安心」といった『会話によるコミュニケーション』を表すイメージ群が概観できる。最後に、「寝る」→「親」→「地震」→「守る」といった『安心感』を表すイメージ群が概観できる。そこからは、添い寝が就寝時における親子のコミュニケーションの一つとして存在していることが理解できる。各イメージ群の命名は 3 名の心理学分野の研究者の判定により決定された。

以上、既存の研究では用いられていない視点で分析することにより、添い寝のイメージ、添い寝の思い出ともに大きく 5 つの隠れた関連性を見出すことができた。

次に、添い寝の位置関係について回答者が図示したものを「両親の間、母親の隣、父親の隣、きょうだい・祖父母の隣」の 4 群に分類した。そして、それぞれの群に属する回答者の「添い寝の

イメージ」および「添い寝に関する思い出」との関連性を検討した。「両親の間」で添い寝をしていた者が 39 名 (13.4%)、「母親の隣」で添い寝をしていた者が 161 名 (55.3%)、「父親の隣」で添い寝をしていた者が 49 名 (16.8%)、「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしていた者が 42 名 (14.4%)であった。

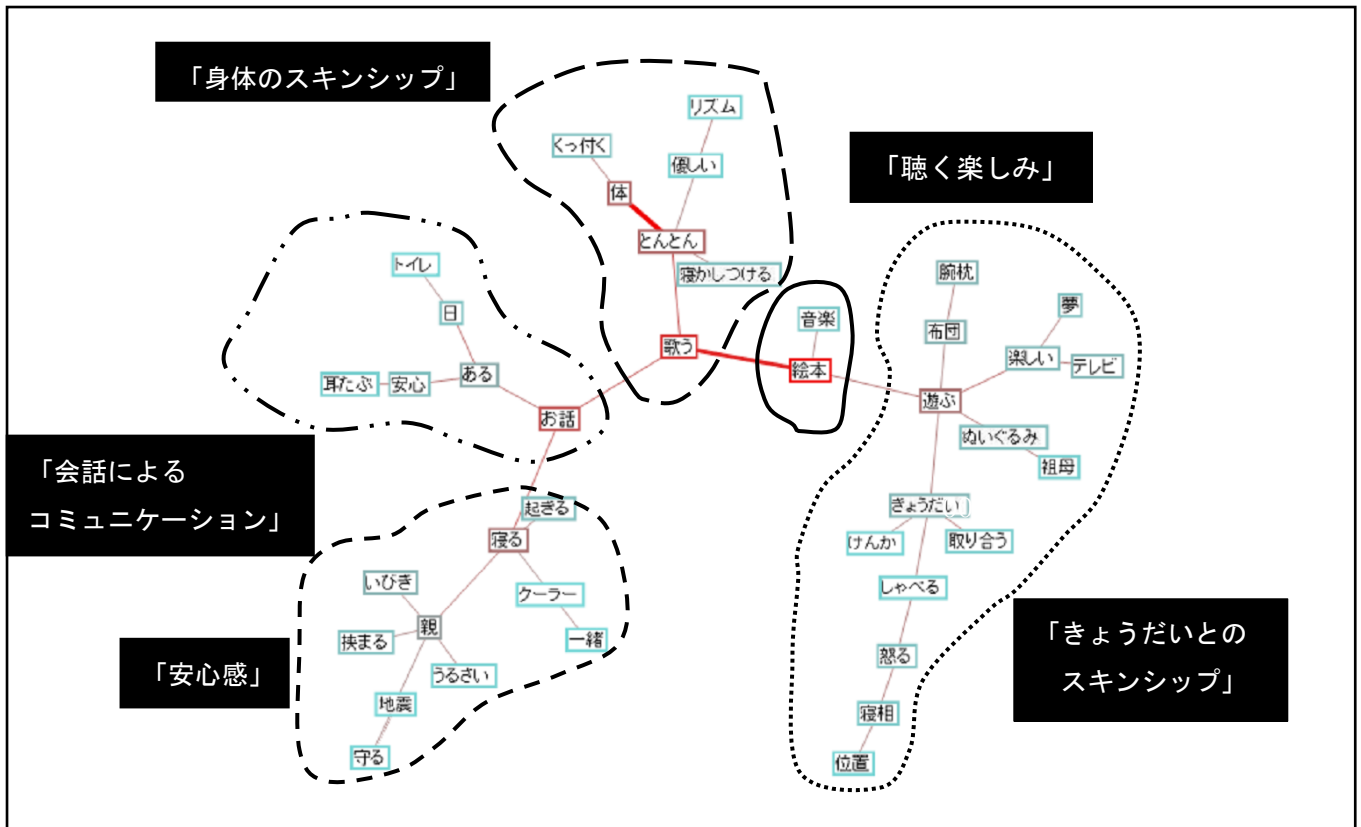


図4 添い寝の思い出に関するワードのつながり

(3) 添い寝の位置と思い出の関連

図5は、添い寝の位置と添い寝の思い出との関連性を概観したものである。

ア 両親の隣で添い寝していた者の場合

両親の隣で添い寝をしていたと回答した者の添い寝の思い出は、「絵本」というワードに表される。それに続き、「あったまる」「挟まる」が細い関係線ながら近接している。これは、父親と母親のどちらかが絵本を読み聞かせてくれること、両親の間に挟まれてあたたまることを示しているであろう。

イ 母親の隣で添い寝していた者の場合

母親の隣で添い寝をしていたと回答した者の添い寝の思い出は、「絵本」「歌う」「お話」「とんとん」というワードに表される。それに続き、「あたたかい」「平和」「体調」「成長」「暑い」が細い関係線ながら近接している。これは、母親が添い寝を就寝時における子どもとの関わり方として重視していることの表れであると考えられる。体調が悪いときにそばにいてくれたと

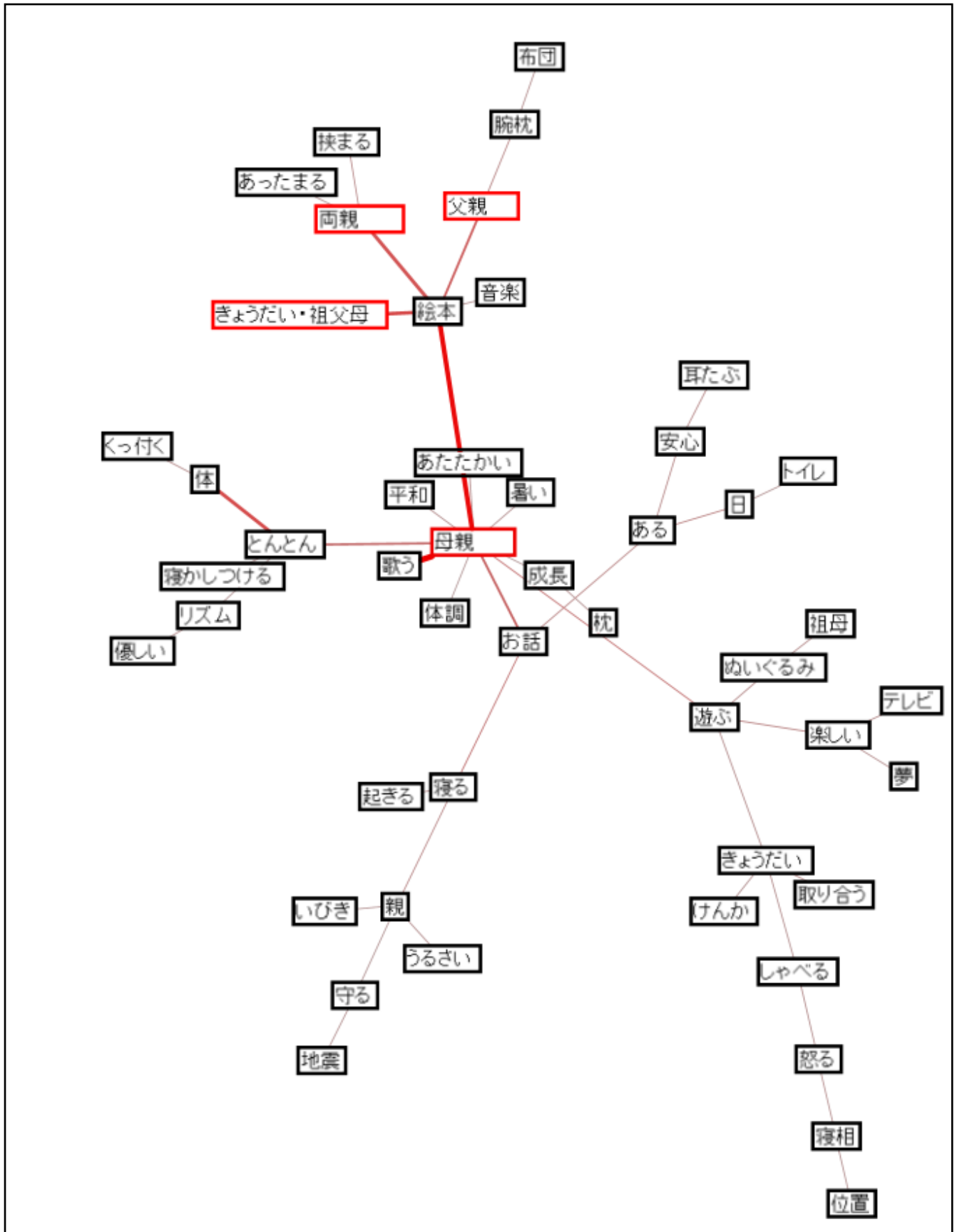


図5 添い寝の位置と思い出の関連

いう回答も、母親の隣ならではのものであろう。

ウ 父親の隣で添い寝していた者の場合

父親の隣で添い寝をしていたと回答した者の添い寝の思い出は、「絵本」というワードに表される。それに続き、「腕枕」が細い関係線ながら近接している。これは、絵本の読み聞かせが子どもにとって大切な思い出となりうることを示唆するだけでなく、腕枕が父親ならではの寝かせ方であることを示している。

エ きょうだい・祖父母の隣で添い寝していた者の場合

きょうだいや祖父母の隣で添い寝をしていたと回答した者の添い寝の思い出は、「絵本」というワードに表される。この群に属する者の多くは、年下のきょうだいが親の隣で添い寝をしていたため、当人はきょうだいの隣で添い寝をしていたと推測される。年下のきょうだいがいる場合は、揃って寝かしつけられるため、親がきょうだい一緒に絵本の読み聞かせをしていたことが考えられる。

5. まとめ

本稿では、大学生を対象に行った添い寝に関する質問紙調査の「添い寝のイメージ」「添い寝に関する思い出」に対する自由記述の文章を分析することにより、添い寝をしていたときの思い出、および添い寝に対して抱くイメージの視覚化を試みた。

まず、添い寝に対するイメージの分析では、『あたたかさ・楽しさ』『安心感』『家族愛』『さみしさや不安の解消』『心地良さ』の大きく5つのイメージが見出された。『あたたかさ・楽しさ』には、ぬくもりを感じるという身体面におけるイメージに加え、楽しさや居心地の良さを感じるという心理面におけるイメージも含まれる。ここからは、添い寝が心身両面に影響を与える可能性が読み取れる。『家族愛』には、家族の仲の良さや親が子どもを守る様子をイメージさせるワードが集まっていた。その一方で、「暑苦しい」「狭い」など、就寝時における密着度を感じさせるような状態が強く印象付けられている様子やうかがわせるワードも見られた。子どもが成長して体が大きくなり、一人寝できる心の準備もできたと感じられたら、子どもが部屋や専用の布団を用意するなど独立して寝られる環境へと導くことも必要であろう。

また、数井・遠藤(2005)は、日本的な養育条件として子どもとの密着感を重視することをあげている。そして、実質的には子どもの依存を奨励する傾向が否めないと指摘している。本調査結果および数井らの指摘からは、子どもが自立に向かい始めたタイミングを適切にとらえ、身体的にも心理的にも適度な距離をとることの必要性が読み取れる。篠田(2009)は、子どもが4歳を過ぎるころから親とは別室で就寝する形態が急増することを指摘している。

この4歳という時期は、田中(2009)によれば、「身の自立が新しい段階に進み、社会的行動が拡充し、自励心と自制心が豊かになって」くる時期であり、「積極的な自励心と自制心を持つことによって子どもたちは、何にでも挑戦し、自分自身を鼓舞して「～ダケレドモ～スル」といった活動を随所に展開するように」なるということである。さらに、この時期の子どもへのかかわり方や配慮として、「自励心・自制心を育てそれを発揮していく過程に即して、その努力を認め、受け入れてあげて欲しい」とも述べている。これらの知見を鑑みるに、4歳を目安として子どもが自立に向かい始めたタイミングを見計らう

のもよいのではないだろうか。

ただ Bowlby(1973)は、特に6か月ごろから5歳くらいまでの早期のアタッチメント経験を基礎とする内的作業モデルの構成が、その後の人生にきわめて重要な意味を持ち、内的作業モデルの中核となるのは、自分がアタッチメント対象から受容され、愛され、価値のある存在であるという自己についての主観的な考えであると指摘している。また、2歳半くらいになると、安心感を持つ子どもは、時間や離れる距離を次第に増やしても平気になるとも述べている。したがって Bowlby (1973)が内的作業モデルの構成に重要であるとする5歳までの期間に一人寝をさせる場合は、子どもに親に拒絶されたという意識を持たせないよう、慎重に行われる必要があるだろう。4歳ごろは特に、保育者にも親にも子どもが身辺自立に向けて規則正しい生活リズムや行動習慣を身につけるための援助が求められることから、子どもの「一人寝に挑戦したい」という気持ちを大切に、たとえ寂しくなったり不安になったりして夜中に親の布団に戻ってきたとしてもその頑張りを認め、再び挑戦できるよう援助していくことが大切だと思われる。

次に、添い寝に関する思い出の分析では、『聴く楽しみ』『身体のスキンシップ』『きょうだいとのスキンシップ』『会話によるコミュニケーション』『安心感』の大きく5つのイメージが見出された。『身体のスキンシップ』には、「体」「くっつく」も含まれており、母親が子どもの隣で子守唄を歌いつつ子どもの背中やおなかをポンポンと優しいリズムでたたき、寝かしつけている情景が浮かぶ。また、『安心感』には「地震」「守る」など災害時に親が子を守ったことが思い出として読み取れる。一方、「親」→「うるさい」、「親」→「いびき」、「親」→「挟まる」などの圧迫感をうかがわせるようなイメージを持つワードが含まれている。添い寝のイメージの分析と同様、適切なタイミングで子どもを一人寝へと導くことの重要性が窺える。

添い寝の位置とイメージ、添い寝の位置と思い出の分析では、添い寝の位置と添い寝のイメージ、および添い寝の位置と思い出との関連性を概観した。「母親の隣」で添い寝をしていたと回答した者は全体の55%超と半数を超える。添い寝のイメージは、「安心」「あたたかい」というワードに表され、それに続き、「心地好い」「優しい」「寝心地」「フィット」「大きい」が細い線ながら近接している。他の位置関係で添い寝をしていたと回答した者のイメージとは異なり、特に圧迫感が感じられるようなイメージを持つワードは見られない。そして、「両親の間」で添い寝をしている場合には「あたたかい」というワードのみ、「父親の隣」「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしている場合には「安心」というワードのみであるが、「母親の隣」の場合には「安心」と「あたたかい」の両ワードが存在する。この結果から、添い寝をする際に父親やきょうだいが果たす役割は、母親が果たす役割の一部のみであると考えられる。篠田(2009)は、「幼児の発達にとって、母と子の距離は近ければ近いほど好ましい。そして、母と子の距離が近ければ、たとえ父子の距離が遠くても影響は少ない」と指摘している。さらに、「幼児の発達にとって、父と子の距離は近いほど好ましいとはいえ、その位置は適度な距離が望ましい」とも指摘している。これらの指摘からも、添い寝をする際に母親が果たす役割の重要性が理解できる。

また、同じく「母親の隣」で添い寝をしていたと回答した者の添い寝の思い出は、「絵本」「歌う」「お話」「とんとん」というワードに表される。唯一、「暑い」という密着した状態をうかがわせるようなイメージを持つワードが細い関係線ながら近接しているが、それでも母子の夜間の添い寝は、子どもにとってポジティブな感覚を抱かせるものであり、母親にとっても就寝時における子どもとのかかわり方として重要なものであることが窺える。

このように、母子の添い寝にはネガティブなイメージを持つワードがほとんど見られないだけに母子

の結びつきを強くすると考えられるが、数井・遠藤(2005)の指摘のように子どもの依存を奨励することのないよう、過干渉や過保護に注意して心理的距離を適度に保つことも必要であろう。

第2節 添い寝のしかたと就眠儀式の性格の関連(研究3)

1. はじめに

就眠儀式とは、入眠儀式、就眠時行動とも呼ばれ、就寝前に決まった行為を決まった手順で行うことで、心身共に「寝るための準備」をさせることを指す(羽山・津田, 2013)。就眠儀式については、精神分析的視点から、入眠時に子どもの情緒を安定させるための移行対象・移行現象のひとつとして研究が行われてきた。黒川(1999)は、乳幼児の日常的な行動の中で、眠くなると決まって見られる行動を就眠時行動とし、何かしらの習慣化した行動がほとんどの子どもに認められると指摘している。さらに羽山・津田(2011)は、就眠儀式の中でも「就寝前に絵本を読んでもらう、子守唄を歌ってもらうなど児が興奮せず楽しめる入眠儀式」を積極的就眠儀式と呼び、その目的を「泣きやかんしゃくのような不適切な就寝時の行動を減らすことよりも、適切な行動を増やすことである」としている。一般的就眠儀式にくらべ、積極的就眠儀式には添い寝をしている人物とのコミュニケーションの要素が加わっている。

米国の先行研究に基づいた研究では、添い寝の高い実施率が子どもの寝付きにくさに影響していることが報告されている。しかしながら、添い寝はアジアの国々で一般的に行われている習慣であり、添い寝を避けるように勧められても母親の心理として受け入れ難い場合も多いであろうと指摘している(羽山・津田, 2013)。日本でも添い寝は主流の就寝形態であるため、添い寝を前提とした就眠儀式のあり方および就眠儀式を含む睡眠習慣について考えることは重要であると言えよう。

本調査では、夜間添い寝をしている親子を対象とし、添い寝の頻度や位置および子どもの性差によって添い寝時の子どもの就眠儀式にどのような違いがみられるのかをテキストマイニング法を用いて分析する。添い寝をするときに子どもが何を感じ取り、どんな思い出を心に残すのかによって心理的発達に与える影響は違うであろうし、その影響について考えることは重要である。そのため、添い寝時に子どもが安心しスムーズに眠りに就けるような就眠儀式の手掛かりを得るのが本研究の目的である。

2. 方法

2.1 対象

調査対象は、T県内およびH県内の幼稚園に通う園児のうち、4～5歳児の保護者414名。回答に不備のあるものを除き、分析対象となったのは、409名であった。

2.2 調査時期

調査時期は2011年10月～2013年7月であった。

2.3 質問紙の内容

添い寝についての有無、子どもの年齢・性別、添い寝の位置関係、添い寝の頻度、および、就眠儀式についての自由記述である。就眠儀式については、語の説明を添えるとともに例を示し、「お子様に就眠儀式はありますか?」という質問に対して自由記述による回答を求めた。

2.4 収集の手続き

質問紙は各園において教諭を通じ、各家庭に頒布された。回収方法については、各家庭において保護者が質問紙に記入後、個人用回収封筒に入れて封をし、それを各園で取りまとめてもらい、当方に返送してもらう形式をとった。

3. 結果

3.1 就眠儀式の種類

本調査において、就眠儀式が行われている割合は 60.4%(母数に未回答を含む)であった。どのような就眠儀式が行われているかについては、表 1 のとおりである。

表 1 就眠儀式の種類

	人数	%
1. 添い寝している人の体を触る	97	38.8
2. お気に入りの寝具を触る	43	17.2
3. 絵本を読む	26	10.4
4. 爪噛み・指しゃぶり	24	9.6
5. ぬいぐるみを抱く	23	9.2
6. 自分の体や衣服を触る	8	3.2
7. マッサージ・体をとんとんする	8	3.2
8. 声掛けをする	6	2.4
9. 会話	6	2.4
10. テレビ・DVD 視聴	3	1.2
11. その他	6	2.4

3.2 就眠儀式の内容の分析

3.2.1 就眠儀式に関するワードの収集

就眠儀式について回答者がどのようなことをおこなっているかを客観的に把握するため、テキストマイニング法による分析を行った。分析に用いるワードは 173 個収集されたが、不要語や同義語、長い文章等を除く作業を行い、抽出数を 47 個に調整した(表 2)。

テキストマイニング法の一つであるトレンドサーチの重要ワードのマッピング機能を用いて、イメージ語句全体の関連ワードのつながりを概観した。なお、トレンドサーチを使用する事前準備として、①母数の標準化、②同義語のグループ化、③データ母数の偏りを考慮するなど、2名の研究者で妥当性の検討を行った。①については 47 のテキスト数となり、また、②については、同義語(例えば、「抱きつき」、「抱きしめる」、「ハグ」等)の整理をして 1 つの語句(「抱きつく」)として認識させた。

表2 収集した就眠儀式に関するワード(頻度順)

名詞(33)			動詞(14)	
1. 体	12. マッサージ	23. しりとり	1. 触れる	12. 眠る
2. 親	13. パジャマ	24. コロンコロン	2. 握る	13. 唇を吸う
3. 絵本	14. 声掛け	25. 歌	3. 読む	14. 飲む
4. 指しゃぶり	15. とんとん	26. 子ども	4. 抱きつく	
5. 布団	16. 爪噛み	27. キス	5. 吸う	
6. むいぐるみ	17. 端	28. 枕元	6. 乗せる	
7. お気に入り	18. おしゃべり	29. 鼻くそ	7. 嗅ぐ	
8. 枕	19. 挨拶	30. テレビ	8. 並べる	
9. タオル	20. 愛情	31. きょうだい	9. 聴く	
10. 唇	21. トイレ	32. おしゃぶり	10. ねだる	
11. 話	22. 子守唄	33. 大好き	11. 擦り付ける	

3.2.2 就眠儀式に関するワードのつながり

分析の結果、図1のような関連ワードのつながりが得られた。頻出回数の高さは、ワードを囲む枠の濃淡で示されており、濃いものほど頻出回数が高かったワードである。

「布団」「握る」「親」「触れる」「体」を中心として大きく5つのクラスターが形成されている。

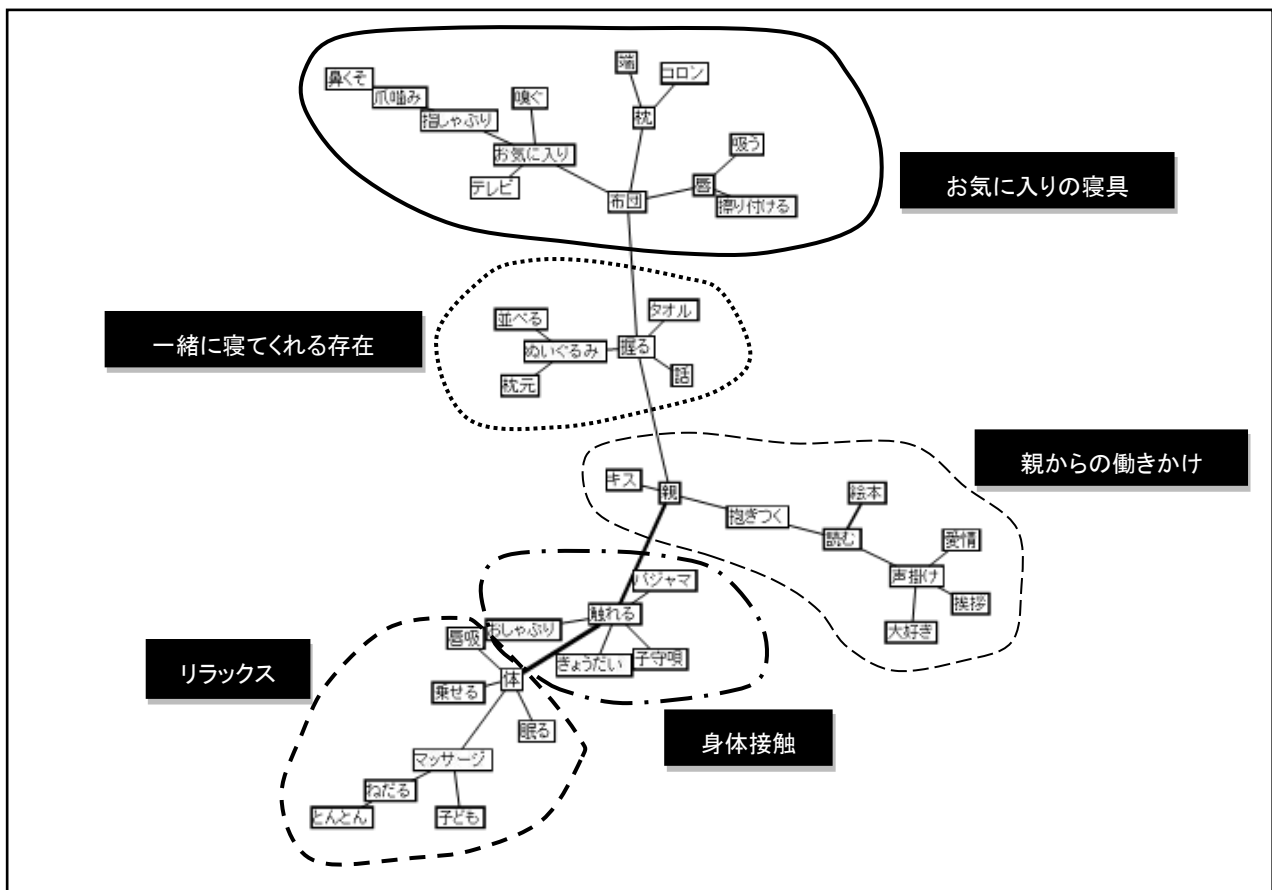


図1 関連ワードのつながり

まず、「布団」→「お気に入り」→「指しゃぶり」といった『お気に入りの寝具』を表すイメージ群が概観できる。次に、「握る」→「ぬいぐるみ」→「並べる」といった『一緒に寝てくれる存在』を表すイメージ群が概観できる。そして、「親」→「抱きつく」→「読む」→「声掛け」といった『親からの働きかけ』を表すイメージ群が概観できる。また、「触れる」→「パジャマ」といった『身体接触』を表すイメージ群が概観できる。最後に、「体」→「マッサージ」→「ねだる」→「とんとん」といった『リラックス』を表すイメージ群が概観できる。各イメージ群の命名は2名の心理学分野の研究者の判定により決定された。

分析の結果、『お気に入りの寝具』『一緒に寝てくれる存在』『親からの働きかけ』『身体接触』『リラックス』の大きく5つが就眠儀式のイメージとして存在していることが示唆された。そこからは、タオルケットや毛布などお気に入りの寝具の周りにお気に入りのぬいぐるみを並べて一緒に寝ようとしている様子や、親に絵本を読んでもらったり体をさすってもらったりしてリラックスしている様子、また、横で添い寝をしている親にくっついて胸や耳たぶ、衣服などを触り、安心感を得ている様子などを読み取ることができる。

3.2.3 就眠儀式と性差の関連性

図2は、就眠儀式と性差の関連性を概観したものである。分析対象となったのは、調査の時点で添い寝をしていた男児199名、女児210名分の回答である。

(1) 「男児」の就眠儀式

男児の就眠儀式は、「触れる」「ぬいぐるみ」「読む」というワードに表される。それに続き、「おしゃべり」「しりとり」「聴く」が細い関係線ながら近接している。ここからは、眠りにつく準備としてぬいぐるみを寝具の周りに並べたり、音楽を聴いてリラックスしている様子が窺える。胸や耳たぶなど親の体に触れながら眠りにつく様子も見取れる。また、眠りにつくまでの間に絵本を読んでもらったり、その日あったことを話したり、簡単な遊びをしたりしてコミュニケーションをとるなど、添い寝をしている人物と子どもとの間で積極的的就眠儀式を行っている様子も窺える。

(2) 「女児」の就眠儀式

女児の就眠儀式は、「触れる」「指しゃぶり」というワードに表される。それに続き、「飲む」「トイレ」が細い関係線ながら近接している。これは、一般的にみられる就眠前の習慣的な儀式で、コミュニケーションを意識した就眠儀式ではなく、就眠を促す儀式である。つまり、眠りにつく準備として飲み物を飲んでいる様子や、夜中トイレに行きたくなくなったりおねしょをしたりしないように、寝る前にトイレに行くことを促すといったものである。

(3) 「触れる」こと、「ぬいぐるみ」を必要とすることについて

男児、女児両方の就眠儀式に「触れる」というワードがみられる。これには、性別を問わず、子どもが就寝時に添い寝している人物やぬいぐるみや寝具に触れることで、就眠に備えようとしていることが示されている。

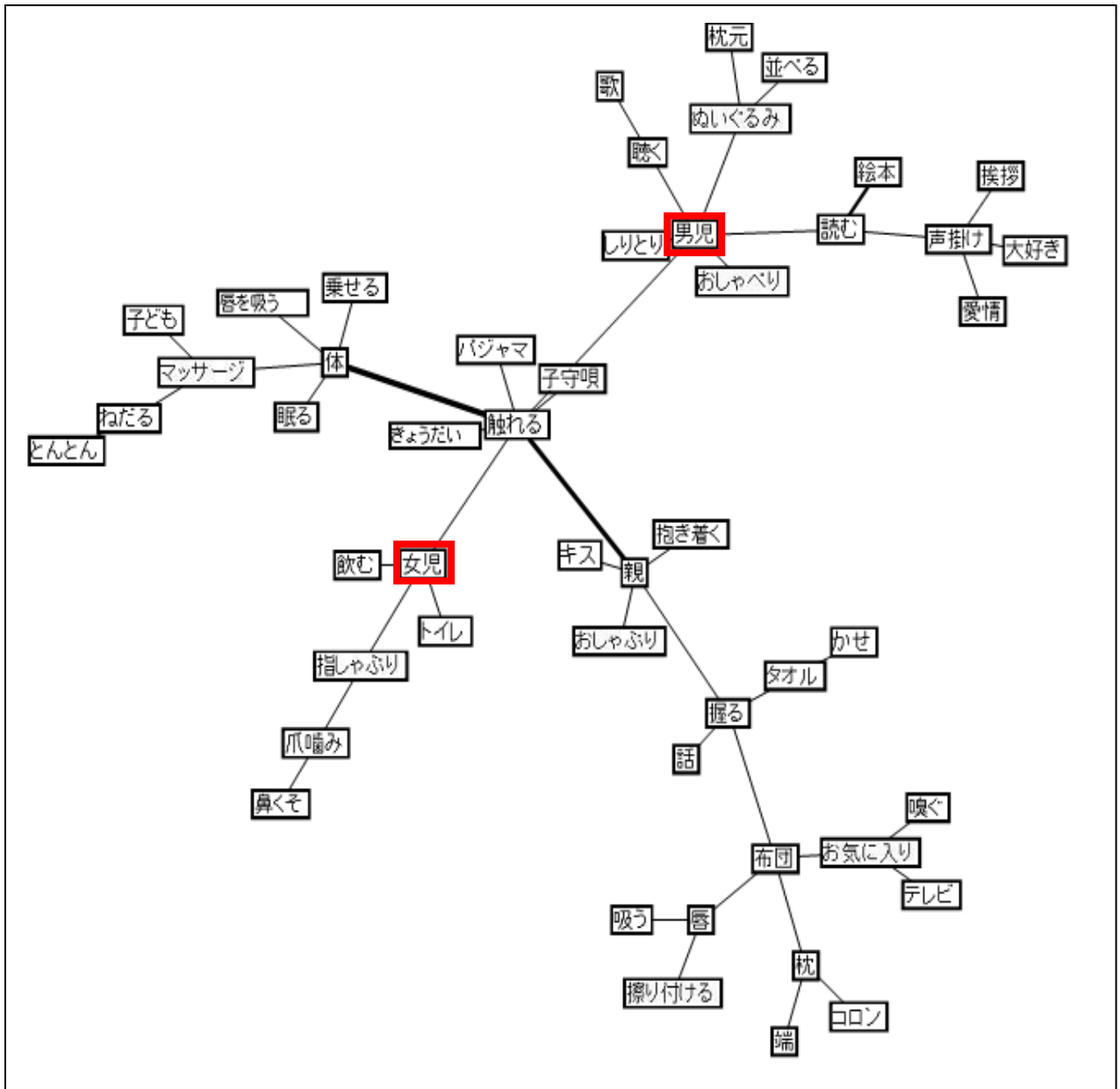


図2 就眠儀式と性別の関連

また、男児には、「ぬいぐるみ」という特定の愛着物を表すワードが見られるが、女児にはそれが見られない。これは、クリストファー・ロビンにとってのクマのプーさんや、ライナスにとっての毛布のように、男児にとってぬいぐるみなど自分と一緒に寝てくれるものの存在が、親と同じくらいの意味を持つことの表れではないだろうか。石川・石川(2015)は、絵本『よるくま』を取り上げ、主人公の男の子とクリスマスプレゼントとして幼い頃与えられたクマのぬいぐるみとの関係を、次のように分析している。「このような描かれ方から、「よるくま」には男の子にとって以下のような存在としての特徴があるようだ。①お母さんのように自分を叱ったりしない。常に自分に寄り添い自分の感情や思いを一緒に受け入れてくれる対象。②お母さんが自分にしてくれるような世話を、自分がお母さん代わりになってすることができるような対象、である」。つま

り、ぬいぐるみをそばに置くことで、常に自分に寄り添い受容する母親のような存在と自分が世話を焼いてやれる年少のきょうだいのような存在の両方が手に入るということではないだろうか。

乳幼児が愛着を持って手放さないぬいぐるみや毛布は移行対象と呼ばれ、井原(2008)によれば「あたたかくて柔らかくて、いつもそばにいて、わりと自分の思い通りになる」ぬいぐるみは、子どもにとって母親の身代わりだということである。さらに富田(2007)は、ぬいぐるみへの愛着を「対人的な満足を求めている」ものと推察している。このような先行研究の知見および本研究の結果からは、就寝時に誰かが、それもとりわけ母親と一緒に寝てくれることを望むような子ども心を読み取ることができる。

3.2.4 就眠儀式と添い寝の位置の関連性

(1)分析

図3は、就眠儀式と添い寝の位置との関連性を概観したものである。分析対象となった回答のうち、「両親の間」で添い寝をしている子どもは98名、「母親の隣」で添い寝をしている子どもは267名、「父親の隣」で添い寝をしている子どもは49名、「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしている子どもは82名であった。

ア 「両親の間」で添い寝をしている場合

両親の間で添い寝をしている子どもの就眠儀式は、「触れる」「読む」というワードに表される。それに続き、「おしゃべり」「しりとり」などのワードが細い関係線ながら近接している。これは、眠りにつくまでの間に絵本を読んでもらっている様子、また、その日あったことを話したり、簡単な遊びをしたりするなど、積極的就眠儀式を行っている様子を示しているであろう。そして、胸や耳たぶなど親の体に触れながら眠りにつく様子も見て取れる。

イ 「母親の隣」添い寝をしている場合

母親の隣で添い寝をしている子どもの就眠儀式は、「触れる」というワードに表される。それに続き、「指しゃぶり」「ぬいぐるみ」「聴く」が細い関係線ながら近接している。ここからは、眠りにつく準備としてぬいぐるみを寝具の周りに並べている様子、また、眠りにつくまでの間にDVDを見たり音楽を聴いたりしてリラックスしている様子が窺える。そして、母親の体に触れたり指をしゃぶったりしながら眠りにつく様子も見て取れる。

ウ 「父親の隣」添い寝をしている場合

父親の隣で添い寝をしている子どもの就眠儀式も、「触れる」というワードに表される。それに続き、「おしゃべり」「飲む」が細い関係線ながら近接している。ここからは、眠りにつく準備として水や牛乳など飲み物を飲んでいる様子、眠りにつく準備のための儀式を行っている様子が窺える。また、母親の場合と同様、父親の体に触れながら眠りにつく様子も見て取れる。

エ 「きょうだい・祖父母の隣」添い寝をしている場合

きょうだいや祖父母の隣で添い寝をしている子どもの就眠儀式は、「布団」というワードに表される。

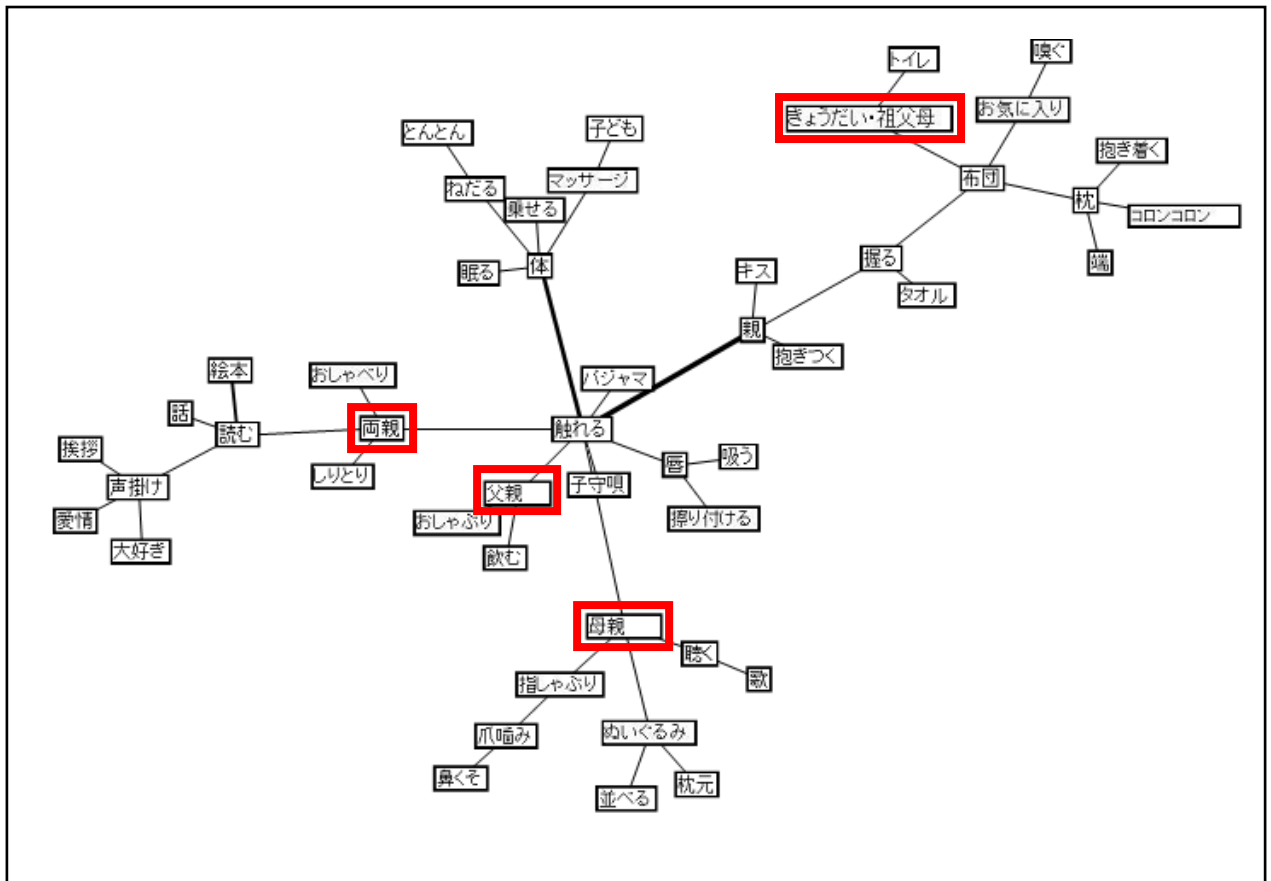


図3 就眠儀式と添い寝の位置の関連

(2) 考察

ア 「両親の間」添い寝をしている場合

両親の間で添い寝をしている場合は、子どもが寝付いた後に父親または母親が布団を離れても、まだどちらかが子どもと一緒に寝ている可能性が高い。したがって、「ぬいぐるみ」のように親の代わりを用意したり、「指しゃぶり」のように不安を解消したりするような内容の就眠儀式が少ないのだと考えられる。

イ 「母親の隣」添い寝をしている場合

母親の隣で添い寝をしている子どもの就眠儀式には、「指しゃぶり」「ぬいぐるみ」がみられる。母親の隣で添い寝をしているにも関わらず「指しゃぶり」「ぬいぐるみ」などのワードが見られるということの理由には、子どもが眠りについた後、母親が布団から離れることへの不安があるのかもしれない。すなわち、子どもは自分が寝たら母親が離れてしまうことを感じ取って「指しゃぶり」という行為で不安を解消しようとしたり、「ぬいぐるみ」を並べて一緒に寝たりしようとするのではないだろうか。

上述したように、乳幼児にとって「ぬいぐるみ」は母親の代わりとも考えられる。遠藤(1990)は、添い寝の有無とぬいぐるみ等の移行対象の有無の関連を調査し、“母親自身が添い寝”している子どもの移行対象の発現率が最も低く、“子がむずがる時のみ添い寝”“母以外による添い寝”“子の一人寝”の順に発現率が高くなっていくことを明らかにした。入眠時に母親が添い寝をしていたとしても、自分の隣でずっと寝ていてくれると子どもが感じていなければ、母親の代わりに朝まで一緒に寝てくれる「ぬいぐるみ」を必要とするのではないかと考えられる。

指しゃぶりについては、富田(2007)が移行対象についての保護者の自由記述を分析した結果、情緒の安定を求めている行為であることを指摘しているほか、井原(2008)も同様に子どもの不安を軽くする作用があると述べている。添い寝時における母親の存在が大きいからこそ、途中で目を覚ました時、自分の隣に母親がいないことで感じる不安を埋めるための物や不安解消のための行為が必要になるのではないだろうか。

ウ 「父親の隣」添い寝をしている場合

父親の隣で添い寝をしている子どもの就眠儀式には、「おしゃぶり」「飲む」がみられる。「Yahoo!知恵袋」などのインターネットサイトによれば、「飲む」について、子どもが水などを飲み、布団に入るという行動を眠りにつくまで何度も繰り返すことが親の悩みとしてもよく挙げられているが、本調査で対象になっている年齢の子どもにはよくみられる就寝前の準備行動のようである。

しかし、「おしゃぶり」について米津(2005)は、3歳になると使用する子どもが急激に減ることを指摘している。さらに小児科と小児歯科の検討委員会(2005.1.12)は、おしゃぶりの利点として精神的安定やスムーズな入眠をあげながらも、「4歳以降になってもおしゃぶりが取れない場合は、情緒的な面を考慮してかかりつけの小児科医に相談することを勧める。」とおしゃぶりに対する考え方を発表している。その一方、指しゃぶりについては米津(2005)が、4歳ごろまで続ける子どもが多いことを報告しており、井原(2008)も「温かくて心地よい感触を求めたり不快感があったりしたときなどの生理的な不安を鎮めたり、遊びとして行う指しゃぶりは三、四歳ごろまで続くようである」と述べている。これらを鑑みると、本調査の場合は対象の子どもの年齢が4歳以上ということもあり、「おしゃぶり」は「指しゃぶり」以上の不安解消行動であるのかもしれない。

エ 「きょうだい・祖父母の隣」添い寝をしている場合

これは、眠りにつくためにタオルケットや毛布などお気に入りの寝具が必要であることを示しているのであろう。母親や父親と違って祖父母やきょうだいの体に触れることは少なく、その代理として「布団」というワードがでてくるのかもしれない。篠田(2009)は、「きょうだいの関係は敵意と愛情という、相反する感情を宿しながら一緒に育ちあう関係」と述べている。この指摘から、親の隣で添い寝をしている場合とは異なり、きょうだいの体を触りながら眠りにつくことはあまりないであろうと思われる。したがって、眠りにつくためには親の体の代わりとなるお気に入りの寝具を握ることが必要なのであろう。

オ 母親の存在と安心感

「両親の間」で添い寝をしている場合と「母親の隣」の場合、および「父親の隣」の場合を併せて考えると、子どもにとって、母親が添い寝に介在すること、および添い寝している人物が朝まで横にいるという安心感を得ることの重要性が窺える。

3.2.5 就眠儀式と添い寝の頻度の関連性

図4は、就眠儀式と添い寝の頻度との関連性を概観したものである。

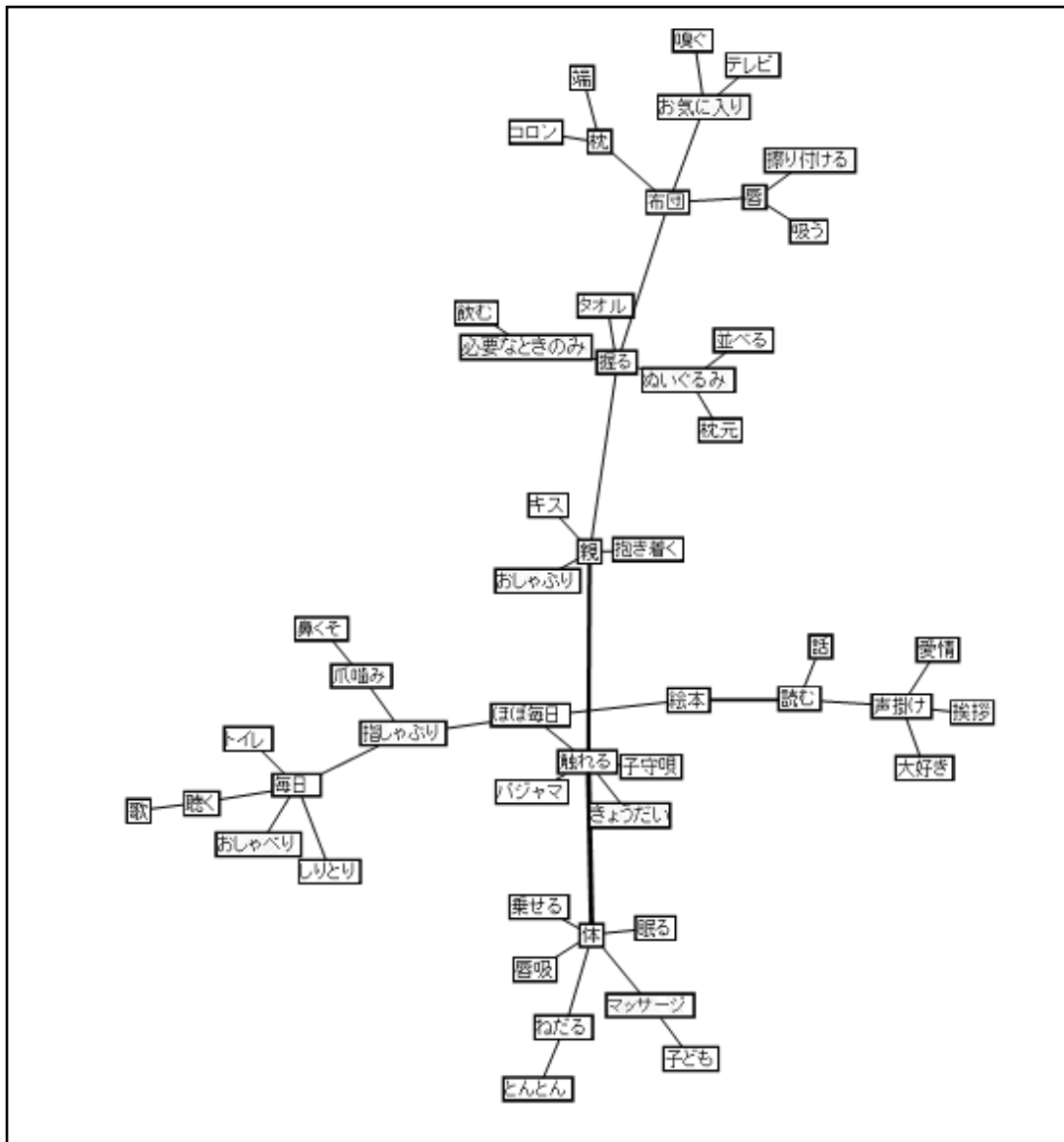


図4 就眠儀式と添い寝の頻度の関連

分析対象となった回答のうち、「毎日」添い寝をしている子どもは 320 名、「ほぼ毎日」添い寝をしている子どもは 67 名、「必要などきのみ」添い寝をしている子どもは 22 名であった。

(1)分析と考察

ア 「毎日」添い寝をしている場合

毎日添い寝をしている子どもの就眠儀式は、「指しゃぶり」というワードに表される。それに続き、「おしゃべり」「しりとり」「聴く」「トイレ」が細い関係線ながら近接している。

イ 「ほぼ毎日」添い寝をしている場合

また、ほぼ毎日添い寝をしている子どもの就眠儀式は、「触れる」というワードに表され、それに続き、「指しゃぶり」「絵本」が細い関係線ながら近接している。眠りにつくまでの間にちょっとした遊びやおしゃべりなど積極的的就眠儀式をして楽しい時間を過ごす子どもがいる一方、ただ眠りにつくためだけの就眠儀式のみを行う子どももあり、自分が寝た後には親が床を離れてしまうかもしれないと感じることなどによる不安を「指しゃぶり」という行動で解消しようとするのではないかと考えられる。

ウ 「必要となきのみ」添い寝をしている場合

必要となきのみ添い寝をしている子どもの就眠儀式は、「握る」というワードに表される。それに続き、「飲む」が細い関係線ながら近接している。普段、親と添い寝をしている子どもであっても、親の体に触れながら眠り、「ぬいぐるみ」を並べたり、お気に入りの「布団」で寝たりすることが必要なのである。したがって「必要となきのみ」添い寝をしている場合、一人寝をする日にはお気に入りの「ぬいぐるみ」や「布団」を、親と添い寝をする日には親の手や洋服などを「握って」寝ていると推察される。「握る」には「触れる」よりも強い執着が感じられる。また、「飲む」については、先述したように心配事として挙げられることもあり、よく見られる行動ではあるが、子どもにとっては不安感を解消する手段であるとも考えられる。

4.まとめ

就眠儀式とは、眠りにつくための準備行動を指す。したがって、就眠儀式には、就寝に臨む子どもの心構えが表れるため、その内容と性質を分析することは望ましい添い寝のあり方を考えるための一助になると考えられる。そこで、本稿では、幼稚園児の保護者を対象に行った添い寝に関する質問紙調査の「就眠儀式」に対する自由記述の文章を分析することにより、就眠儀式の内容の視覚化を試みた。

本調査において、就眠儀式が行われている割合は60.4%であった。黒川(1999)は、就眠時、何かしらの習慣化した行動がほとんどの子どもに認められると指摘している。この指摘内容を鑑みた場合、本調査の60.4%という数字はやや低いと言えるかもしれない。しかし、就眠儀式には愛着物を使用する、添い寝をしている人物の体を触る、指しゃぶりをする、などわかりやすいものばかりではなく、母親などが1回ギュッと抱きしめることなども含まれており、その対象や内容は様々である。したがって、就眠儀式であると認識されないまま行われているものがあるのかもしれない。

性差の分析では、性別を問わず子どもが就寝時に添い寝している人物もしくはその人物の代理物の存在を確認することで、安心感を得ていることが窺えた。また、男児にとっては、「ぬいぐるみ」など、「自分と一緒に寝てくれるもの」の存在が特に重要であることも示された。

就眠儀式の内容の分析では、『お気に入りの寝具』『一緒に寝てくれる存在』『親からの働きかけ』『身体接触』『リラックス』の大きく5つがイメージとして見出された。そこからは、就眠儀式によって安心感を得たりリラックスしたりしようとする様子が読み取れた。

就眠儀式と添い寝の位置の分析では、「両親の間」で添い寝をしている場合とは異なり、「母親の隣」「父親の隣」「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしている場合に不安解消のためと思われる内容の就眠儀式が見られた。「母親の隣」で添い寝をしている場合、寝付いた後に母親が布団を離れてしまうことに対する不安から、不安解消のためのワードが多くみられるのかもしれない。それに対し、「両親の間」で添い寝をしている場合には、積極的就眠儀式と安心感を得るためのワードが主となっている。このことから、父母のどちらかが布団を離れても一方の親がずっとそばにいてくれるという安心感を与えることの重要性を読み取ることができた。

就眠儀式と添い寝の頻度の分析では、「毎日」および「ほぼ毎日」添い寝をしている子どもの就眠儀式に「指しゃぶり」というワードが見られた。例えば、夜中に目が覚めた時には横に親がいなくなっているかもしれないという不安を感じていたり、積極的就眠儀式ではなく、ただ眠りにつくためだけの就眠儀式が行われているのであれば、指しゃぶりや親の体に触れるなどの行為で入眠時の不安を解消しなければならない。井原(2008)の言うように、就眠儀式としての指しゃぶりに「温かくて心地よい感触を求めたり不快感があったりしたときなどの生理的な不安を鎮めたり」といった、心を安定させるような意味があるのであれば、毎日のように誰かと添い寝をしていたとしても、なお就寝時には不安や不快感があるということを示していると考えられる。

黒川(1999)は、「大切なのは、就寝時に“何を必要とするのか”といった具体的対象、行動ではなく、“いかに自己状態が上手く調節されて変容が体験できるか”ということになる」と指摘している。つまり、子どもにとって大切なのは、眠るためにどんな物やコトが用意されればよいのかということではなく、添い寝をしてきている親が自分の気持ちをスムーズに眠りにつけるよう導いてくれることなのであろう。また、遠藤(1990)は「就眠様式の変化、添い寝を止めること等が子を移行対象への愛着に直接駆り立てるといった性質のものではあるまい。むしろ、子と別床で休む、添い寝をできるだけ早期に打ち切るということ等に反映される、母親の何らかの心理的特性、養育感、養育スタイル等が移行対象の発現により関与していると見る方が妥当であろう」と述べている。この指摘から、添い寝から一人寝へと就寝形態が変更されたことによって移行対象が必要になるのではなく、はじめから子どもに一人寝させることを選択したり早い時期から一人寝への移行を促したりといった、幼い頃からの自立を求めるような母親の養育態度が子どもに移行対象を求めさせるということが示唆されよう。このように、遠藤(1990)は移行対象が母親への愛着欲求を満たすための代替物として求められている可能性について述べている。これらの知見からは、子どもに自立を望むあまり拒絶的に突き放してしまわないようにすること、そして親が添い寝をしているから、またお気に入りのぬいぐるみがそばにいるから十分であるということではなく、子どもが安心して眠りにつけるような心理状態をいかに作ってやるかということが重要であると考えられる。

第3節 添い寝が愛着および自尊感情に及ぼす影響(研究4)

1. はじめに

愛着の観点から添い寝を考えてみると、親が応答的に添い寝することにより、親子の相互行為が増える。Bowlby(1981)は、子どもはある対象と社会的な交わりをもてばもつほど、その対象に愛着するようになるものであると述べている。そして、安定した愛着を形成した子どもは、親を安全基地とした探索活動を行うことでできることを増やし、自分の世界を広げていくのである。その過程で、子どもには自尊感情が芽生え、自立に向かっていくと考えられる。愛着が安定している子どもは、不安なときに親や人を使って不安を鎮め、活動範囲を広げていくことができる。そのため、次第に親から離れられる時間と距離を増やし、自立の方向に進んでいくことができるのである(吉田, 2001)。このように、子どもは親をはじめとする特定の人物との安定した愛着を基礎として、自分を取り巻く世界の中の新奇な物事とその人物との間を行き来しながらできることや知っていることを増やし、自立していくのだといえる。

久保田(1993)によれば、愛着行動は、母親に接近したり身体接触を求めたりする行動を指し、恐怖、疲労、病気のときに最も顕著で、慰められる・世話をされるなど、身体的接近・接触をすることが指摘されている。この指摘から、子どもが安定した愛着を形成するためには、母親ができるだけ子どもの様子に注意を向けてそのシグナルに適切に応答し、迅速に子どもの不快感や恐怖を和らげることが望ましいと考えられる。したがって、身体的接近・接触を促し、子どものシグナルに対する適切な応答が可能な添い寝は、安定的な愛着を形成する上でも大きな役割を果たすものだと考えられる。

古荘(2009)によれば、自尊感情の発達に影響を与える要因として母子関係の緊密さ、両親の受容的態度などが関与しており、特に幼児期の母親との関係性が自尊感情の発達に大きく影響を与えるということである。親は添い寝をすることにより、夜間でもおむつが濡れていたり空腹になったりすることで感じる不快感や、発熱、雷が鳴るなど慣れない状況に置かれた場合に子どもが感じる恐怖感をすみやかに取り除くことができる。このように、夜間に添い寝をすることによって親子の相互行為が増え、関係はより緊密になると考えられる。また、不快感や恐怖感を訴えれば速やかに取り除いてもらえる、という体験を繰り返すことにより、親からの受容的態度に度々触れることになるであろう。添い寝はまさに古荘(2009)が自尊感情に影響すると指摘する、「母親との緊密性」を高めるものであり、母親の受容的態度に触れる機会を提供するものであることから、その経験は子どもの自尊感情を育むことに大きな役割を果たしているのではないかと考えられる。

そこで、本章では、夜間の添い寝が子どもの、親への愛着および自尊感情に及ぼす影響を探り、子どもの親への愛着および自尊感情を高めるためには添い寝がいつまで、どのように行われるのが望ましいかについて検討する。佐藤(1993)によれば、親への愛着は男性の方が「不信・拒否」が高く、女性の方が「安心・依存」及び「分離不安」が高い、また親以外の対象への愛着は男性の方が「拒否」が高く、女性の方が「安心・依存」が高いなど性差の存在が指摘されている。自尊感情についても、Maccoby & Jacklin(1974)をはじめとする先行研究において男性の方が高いことが示されていることから、併せて性差も検討する。

2. 方法

2.1 対象

調査対象は、T県内の大学生および大学院生 424 名。回答に不備のあるものを除き、分析対象となっ

たのは、添い寝の有無と性差についての分析では男性 139 名、女性 244 名の合計 383 名であった。添い寝の位置についての分析では、男性 97 名、女性 178 名の合計 275 名であった。期間についての分析では、男性 83 名、女性 150 名の合計 233 名であった。

大学生および大学院生を対象にすることについては、アダルト・アタッチメント・インタビューで判定された青年や成人の愛着表象の間の継続性に関する研究(Waters, Merrick, Trebloux, Crowell & Albershein, 2000)による。この研究では、親との死別など重大でネガティブな出来事を経験していない比較的安定した環境に育ったサンプルにおいてストレンジ・シチュエーション法で判定された幼児期の愛着スタイルと成人期の愛着スタイルにかなり高い一致が見られることが示されており、その継続性が示されている。本研究ではこのことを踏まえて調査対象を決定した。

2.2 調査時期

調査時期は 2011 年 10 月～2013 年 7 月であった。

2.3 質問紙の内容

年齢・性別や添い寝の経験の有無、添い寝の位置関係などの質問と、愛着および自尊感情に関する 28 の質問項目が含まれている。まず性別、年齢そして添い寝の経験の有無について質問し、添い寝の経験があると答えた者については、添い寝をいつまでしていたか、添い寝の位置関係、添い寝のイメージ、添い寝の思い出、添い寝をしなくなったきっかけについて回答してもらうこととした。

さらに、添い寝の経験がある者、ない者の両者に 1～28 までの質問項目への回答を依頼した。回答は各尺度に対し「5：非常にあてはまる、4：どちらかというにあてはまる、3：どちらともいえない、2：どちらかというにあてはまらない、1：全くあてはまらない」の 5 件法とし、それぞれの項目に対してどのくらいそう思うか、あてはまる数字を選択するように求めた。

質問項目は、愛着の安定度を測定するための尺度として、戸田(1988)が用いた内的作業モデル尺度を使用した。この尺度は SECURE 尺度 6 項目、ANBIVARENT 尺度 6 項目および AVOIDANT 尺度 6 項目からなり、個人が他者と自分の関係をどのようなものとしてとらえられているかについて、アタッチメント理論の観点から測定するものである。SECURE 尺度は、「私はすぐに人と親しくなるほうだ」「気軽に頼ったり頼られたりすることができる」というように、乳児期の愛着パターンの中の安定群に該当し、他者は応答的で、自己は援助される価値のある存在であると考える度合いを測定するものである。ANBIVARENT 尺度は、「人は本当はいやいやながら私と親しくしてくれているのではないかと思うことがある」「あまり自分に自信が持てない方だ」というように、乳児期の愛着パターンのうちアンビバレント群に該当し、他者に対しアンビバレントなイメージや自己不全感を持つ度合いを測定するものである。AVOIDANT 尺度は、「人に頼るのは好きでない」「私は人に頼らなくても、自分一人で十分にうまくやって行けると思う」というように、乳児期の愛着パターンのうち回避群に該当し、他者とは距離を置いた対人関係をとり、安全感を脅かすような情報はすべて遮断するという度合いを測定するものである。

自尊感情を捉えるための尺度としては、ローゼンバーグが作成した自尊感情尺度の邦訳版(山本・松井・山成, 1982)を使用した。この尺度は、10 項目からなり、「自分に対して肯定的である」「だいたいにおいて自分に満足している」というように、自分自身を価値あるものとする感情や感覚を持つ度合

いを測定するものである。

2.4 収集の手続き

大学および大学院の授業の終了前 15 分に質問紙を配布し、記入に 10 分程度を使用しその場で回収した。質問紙は無記名とし、調査結果はプライバシーに配慮し個人が特定されることのない旨を説明した。

3. 結果

3.1 添い寝経験による影響

親に添い寝してもらった経験のある学生と添い寝してもらった経験のない学生について、SECURE 尺度、ANBIVARENT 尺度および AVOIDANT 尺度の 3 つの愛着尺度により、愛着のパターン別に分類した。また、自尊感情尺度の得点に基づいて比較検討した。分析対象者 383 名のうち、男性は 139 名、女性は 244 名であった。また、全体に占める添い寝あり群の割合は 74.4%であった。

分析するにあたり、質問紙調査の結果に基づいて添い寝の経験あり群と添い寝の経験なし群に分類した。そして、性差によって各尺度の得点に差があるのかを明らかにするため、分析は添い寝経験と性差を独立変数として 2 要因の分散分析を行った (Table1)。

Table1 添い寝の経験と性別ごとの各尺度の平均値 (SD)

	添い寝あり		添い寝なし		添い寝経験 F値	性差 F値	交互作用 F値
	男性 (n=102)	女性 (n=183)	男性 (n=37)	女性 (n=61)			
SECURE	3.08(0.86)	3.03(0.79)	3.28(1.07)	2.86(0.86)	0.02	4.98*	3.20 [†]
ANBIVARENT	3.50(0.93)	3.42(0.83)	3.25(1.00)	3.62(1.01)	0.92	3.94*	7.12**
AVOIDANT	2.85(0.78)	2.57(0.81)	2.81(0.93)	2.62(0.91)	0.00	5.60*	0.18
自尊感情	2.88(0.65)	2.67(0.60)	3.03(0.90)	2.58(0.71)	0.12	16.26***	2.35

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, [†] $p < .10$

ア 愛着尺度

SECURE 尺度においては、添い寝経験と性差の交互作用に有意傾向がみられた ($F(1, 379) = 3.20, p < .10$)。下位検定をおこなったところ、添い寝経験がない者の場合、男性は女性に比べて SECURE 得点が有意に高い ($t(96) = 2.13, p < .05$) のに対し、添い寝経験がある者の場合、男性と女性の SECURE 得点に有意差はみられなかった。また、添い寝経験の有意な主効果はみられなかったが、性差に有意な主効果がみられ、女性に比べ男性の SECURE 得点が有意に高かった ($F(1, 379) = 4.98, p < .05$)。

ANBIVARENT 尺度においては、添い寝経験と性差の交互作用に有意な主効果がみられた ($F(1, 379) = 7.12, p < .01$)。下位検定をおこなったところ、添い寝の経験のない者の場合、女性は男性に比べ ANBIVARENT 得点が高い傾向にある ($t(96) = 1.94, p < .06$) のに対し、添い寝経験のある者の場合、男性と女性の ANBIVARENT 得点に有意差はみられなかった。また、添い寝経験の有意な主効果はみられなかったが、性差に有意な主効果がみられ、男性に比べ女性の ANBIVARENT 得点がありに高かった ($F(1, 379) = 3.94, p < .05$)。

AVOIDANT 尺度においては、添い寝経験と性差に有意な交互作用はみられなかった。また、添い寝経験にも有意な主効果はみられなかったが、性差に有意な主効果がみられ、女性に比べ男性の AVOIDANT 得点が有意に高かった ($F(1, 379) = 5.60, p < .05$)。

イ 自尊感情尺度

自尊感情尺度においては、添い寝経験と性差に有意な交互作用はみられず、添い寝経験にも有意な主効果はみられなかったが、性差に有意な主効果がみられ、女性に比べ男性の自尊感情得点が有意に高かった ($F(1, 379) = 16.26, p < .001$)。

3.2 添い寝の位置による影響

親に添い寝してもらった経験のある学生について、添い寝の位置ごとに4つの群(両親の間群, 母親の隣群, 父親の隣群, その他に分類される者の隣群)に分け, SECURE 尺度, ANBIVARENT 尺度および AVOIDANT 尺度の3つの愛着尺度により, 愛着のパターン別に分類した。(その他に分類される者とは, 今回の調査においては, きょうだいおよび祖父母である。)また, 自尊感情尺度の得点に基づいて比較検討した。分析は添い寝の位置と性差を独立変数として2要因の分散分析を行った (Table2)。

ア 愛着尺度

SECURE 尺度においては、添い寝の位置と性差に有意な交互作用はみられず、添い寝の位置および性差の有意な主効果もみられなかった。

ANBIVARENT 尺度においては、添い寝の位置と性差に有意な交互作用はみられなかったが、添い寝の位置の主効果に有意傾向がみられた ($F(3, 267) = 2.34, p < .10$)。下位検定をおこなったところ、母親の隣で添い寝をしていた者は、その他に分類される者の隣で添い寝をしていた者および父親の隣で添い寝をしていた者に比べ ANBIVARENT 得点が有意に高い ($t(267) = 2.73, p < .001$; $t(267) = 2.38, p < .005$) のに対し、母親の隣で添い寝をしていた者と両親の間で添い寝をしていた者の ANBIVARENT 得点に有意差はみられなかった。また、性差に有意な主効果はみられなかった。

AVOIDANT 尺度においては、添い寝の位置と性差に有意な交互作用はみられず、添い寝の位置および性差の有意な主効果もみられなかった。

イ 自尊感情尺度

自尊感情尺度においては、添い寝の位置と性差に有意な交互作用はみられず、添い寝の位置の有意な主効果もみられなかったが、性差に有意な主効果がみられ、女性に比べ男性の自尊感情得点が有意に高かった ($F(1, 267) = 7.39, p < .01$)。

3.3 添い寝の期間による影響

親に添い寝してもらった経験のある学生について、添い寝をしなくなった時期を3群(0～3歳, 4～5歳, 6歳以上)に分け, SECURE 尺度, ANBIVARENT 尺度および AVOIDANT 尺度の3つの愛着尺度により, 愛着のパターン別に分類した。また, 自尊感情尺度の得点に基づいて比較検討した。分析は添い寝の期間と性差を独立変数として2要因の分散分析を行った (Table3)。

ア 愛着尺度

SECURE 尺度および ANBIVARENT 尺度においては、添い寝の期間と性差に有意な交互作用はみられず、添い寝の期間および性差の有意な主効果もみられなかった。

AVOIDANT 尺度においては、添い寝の期間と性差に有意な交互作用はみられなかったが、添い寝の期間の主効果に有意傾向がみられた ($F(2, 227) = 2.88, p < .10$)。下位検定をおこなったところ、0～3歳まで添い寝をしていた者および6歳以上まで添い寝をしていた者は、4～5歳まで添い寝をしていた者に比べ AVOIDANT 得点が有意に高い ($t(227) = 2.24, p < .005$; $t(227) = 2.13, p < .005$) のに対し、0～3歳まで添い寝をしていた者と6歳以上まで添い寝をしていた者の AVOIDANT 得点に有意な差はみられなかった。また、性差に有意な主効果がみられ、女性に比べ男性の AVOIDANT 得点が有意に高かった ($F(1, 227) = 4.29, p < .05$)。

イ 自尊感情尺度

自尊感情尺度においては、添い寝の期間と性差に有意な交互作用はみられず、添い寝の期間および性差の有意な主効果もみられなかった。

Table2 添い寝の位置ごとの各尺度の平均値(SD)

	両親の隣		母親の隣		父親の隣		その他に分類される者の隣		位置 F値	性差 F値	交互作用 F値
	男性 (n=19)	女性 (n=16)	男性 (n=48)	女性 (n=109)	男性 (n=17)	女性 (n=30)	男性 (n=13)	女性 (n=23)			
SECURE	2.99(0.86)	3.14(1.10)	3.17(0.99)	2.97(0.71)	2.72(1.01)	2.95(1.10)	2.89(1.03)	2.85(1.17)	0.79	0.07	0.48
ANBIVARENT	3.29(0.88)	3.44(1.06)	3.57(1.06)	3.46(0.84)	3.00(1.20)	3.25(1.06)	2.92(1.04)	3.11(1.06)	2.34 [†]	0.63	0.29
AVOIDANT	2.74(0.70)	2.47(0.87)	2.76(0.89)	2.59(0.80)	2.65(1.04)	2.38(0.96)	2.46(1.08)	2.57(1.01)	0.34	1.27	0.43
自尊心	3.06(0.62)	2.39(0.80)	2.71(0.73)	2.61(0.58)	2.74(0.95)	2.71(0.82)	2.74(0.95)	2.55(0.79)	0.58	7.39**	1.32

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, [†] $p < .10$

Table3 添い寝の期間ごとの各尺度の平均値(SD)

	0~3歳まで		4~5歳まで		6歳以上まで		期間 F値	性差 F値	交互作用 F値
	男性 (n=18)	女性 (n=31)	男性 (n=38)	女性 (n=47)	男性 (n=27)	女性 (n=72)			
SECURE	3.11(0.85)	3.11(0.93)	3.12(1.04)	3.02(0.75)	2.87(0.99)	3.00(0.90)	0.64	0.00	0.24
ANBIVARENT	3.47(0.94)	3.48(0.98)	3.11(1.06)	3.34(0.94)	3.56(1.05)	3.39(0.94)	1.40	0.04	0.67
AVOIDANT	2.94(0.71)	2.74(0.89)	2.61(0.86)	2.37(0.87)	2.94(0.98)	2.59(0.87)	2.88 [†]	4.29*	0.13
自尊心	2.86(0.61)	2.67(0.65)	2.88(0.78)	2.63(0.69)	2.72(0.90)	2.69(0.69)	0.12	2.35	0.38

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, [†] $p < .10$

4.まとめ

本研究の目的は、子どもの、親への愛着および自尊感情を高めるためには添い寝がいつまで、どのように行われるのが望ましいかについて検討することであった。そのため、夜間に添い寝をする場合、添い寝をするのに望ましい時期、子どもと親の位置関係等について考察した。

まず、添い寝をしていた者の割合は74.4%と、今回の被験者が乳幼児であった1980年代半ば～1990年代初めごろにおいても添い寝が主流の就寝形態であったことが確認できた。

(1) SECURE 尺度について

添い寝の経験とは関係なく女性に比べ男性の SECURE 得点が高かった。SECURE 尺度は、乳児期の愛着パターンのうち SECURE 群に該当し、他者は応答的で、自己は援助される価値のある存在であると考えられる傾向を示すものである。Egeland & Farber(1984)の研究では、母親のケアの質は、女兒に比べ男児のアタッチメントの形成により影響を与えやすいということが示唆されている。同じように応答的に世話をされていても、男性の方がより安定した愛着を形成しやすいということがここでも示されたのではないだろうか。添い寝経験のない男性が、添い寝経験のない女性に比べて SECURE 得点が高かったことについても同様に、普段の養育態度の質が男性に対してはよりはっきりと現れているといえよう。

(2) ANBIVARENT 尺度について

添い寝の経験とは関係なく男性に比べ女性の ANBIVARENT 得点が高かった。ANBIVARENT 尺度は、乳児期の愛着パターンのうち ANBIVARENT 群に該当し、他者に対し ANBIVARENT なイメージや自己不全感を持つ傾向を示している。数井・遠藤(2005)は、日本的な養育条件として子どもとの密接感を重視することをあげている。そして、実質的には子どもの依存を奨励する傾向が否めないとし、そのような文化の背景が日本で ANBIVARENT 型愛着の型を主流にするという形で影響を及ぼしたという推測も可能であろうと述べている。また、依存性は女性により顕著に認められるとされており(中塚・清重, 2008; 菱田, 2003)、本調査の結果でも、親への依存性は女性の方が強かった。これらを考え合わせると、女性は幼い頃から親(特に母親)とより密接な関係にあると考えられる。そのため、女性の得点が高くなったのではないだろうか。さらに、添い寝経験がない者群において、女性は男性に比べて ANBIVARENT 得点が高いことが示されたが、ここでも同様のことがいえるであろう。

その他に分類される者(今回の調査では、祖母やきょうだい)および父親の隣で添い寝をしていた者に比べ、母親の隣で添い寝をしていた者の ANBIVARENT 得点が高かったことについては、母親が添い寝に介在することにより、子どもは父親やその他に分類される者に比べ、より応答的に世話をされていることが推測できる。一般的に母親は父親やその他に分類される者に比べて子どもとの密接感を重視し、子どもとの心理的距離も近いと考えられることから、この結果は数井・遠藤(2005)の指摘を裏付けているといえる。数井・遠藤(2005)の指摘およびこの結果からは、適度な心理的距離を保って子どもに接することの重要性が理解できよう。

(3) AVOIDANT 尺度について

添い寝の経験とは関係なく、女性に比べ男性の AVOIDANT 得点が高かった。AVOIDANT 尺度は、乳児期の愛着パターンのうち回避群に該当し、他者とは距離を置いた対人関係を取り、安全感を脅かすような情報はすべて遮断するという傾向を示すものである。数井・遠藤(2005)はストレンジ・シチュエーションと呼ばれる手続きを用いて調べられる乳児の養育者に対する愛着の型の研究で、AVOIDANT に分類される子どもたちが、早期独立を望むために子どもとの身体接触を拒絶するような親の元に育つ傾向にあると述べている。日本においても従来の性別役割意識から、女性に比べ男性は自立を奨励されるのかもしれない。このことから、男性の AVOIDANT 得点が女性に比べて高くなったと考えられる。また、0～3歳まで添い寝をしていた者および6歳以上まで添い寝をしていた者は、4～5歳まで添い寝をしていた者に比べ AVOIDANT 得点が高かった。3歳までに一人寝を始めた子どもの親は、4～5歳まで添い寝をしていた子どもの親に比べ、子どもの自立を奨励する傾向にあることが考えられる。この結果が生じた原因の一つとして、数井・遠藤(2005)指摘が当てはめられるのではないかと考えられる。

6歳以上になっても添い寝をしていた場合は、親が子どもに自立を望んで身体接触を拒絶するような態度をとることが原因ではなく、一人寝へと導くタイミングの悪さによるものであると推測される。4歳代は、田中(2009)によれば、身の自立が新しい段階に進み、社会的行動が拡充し、自励心と自制心が豊かになってくる時期であり、積極的な自励心と自制心を持つことによって子どもたちは、何にでも挑戦し、自分自身を鼓舞して「～ダケレドモ～スル」といった活動を随所に展開するようになるということである。さらに、この時期の子どもへのかかわり方や配慮として、「自励心・自制心を育てそれを発揮していく過程に即して、その努力を認め、受け入れてあげて欲しい」とも述べている。この時期、子どもの側に一人寝を始める準備ができていたにもかかわらず、子ども用の布団を敷くスペースがなかったり、親がまだ一人寝させるには子どもが幼いと考えたりして添い寝を続けたことで、一人寝を始めるタイミングを逸してしまった可能性がある。タイミングを逃した原因が子どもに対する無関心であったり、子どもからのサインを適切に受け止めていなかったりすることによるのであれば、子どもは自分が親から拒絶されたと感じ、回避型の愛着を形成すると考えられる。

(4) 自尊感情尺度について

自尊感情尺度に関する結果においては、添い寝の経験との間に著しい関係は認められず、女性に比べ男性の自尊感情得点が高かった。自尊感情尺度は、自分自身を価値あるものとする感情や感覚を持つ度合いを測定するものである。Maccoby & Jacklin(1974)をはじめとする先行研究では、女性に比べ男性の自尊感情が高いことが示されており、先行研究に沿う結果であることが示された。自尊感情を形成するには、夜間の添い寝で慰める・世話をするなど、身体的接近・接触をすることで子どもの恐怖心や不快感を解消してやること以上に、親子関係を緊密なものにし、子どもに成功体験を積み重ねさせるなど、添い寝場面以外での経験が重要なかもしれない。

本研究の結果は、応答的に子どもの世話をすることの大切さと同時に、適度に心理的距離を取って接することの重要性を示唆していると考えられる。4歳ごろまでは親が応答的に添い寝し、子どもに自立

の準備ができたなら少し心理的距離をとり、タイミングを見計らってスムーズに一人寝へと導くことが必要だろう。本稿では3歳までに一人寝を始めた場合、AVOIDANT得点が高くなることが示された。したがって、Bowlby (1973)が内的作業モデルの構成に重要であるとする5歳までの期間に一人寝をさせる場合は、子どもに親に拒絶されたという意識を持たせないよう、子どもが嫌がらずに一人寝に向かおうとする心の準備ができたタイミングを見計らって慎重に行われる必要がある。遠藤(1992)によれば、母親が非応答的であったり、拒絶的であったりするような時、子どもは母親を悪いもの、“不安定な(in-secure)”ものとして内在化し、それに応じて自分が愛され、助けられるに値しない存在であるという固定的な表象を作り上げてしまうということが指摘されている。さらにBowlby(1973)は、いったん作られた作業モデルは、多くの場合無意識的かつ自動的に働くため、意識的にそれを点検して作り変えたり修正したりすることが難しいということを指摘している。これらの指摘から、子どもにとって養育者が応答的であること、および養育者に受容されることの重要性が理解できよう。

4～5歳という、子どもの自立心が活発になる時期に添い寝から一人寝へと就寝形態を変更させる場合は、なによりその過程を大切にすることが必要である。たとえ一度で添い寝から一人寝への移行ができなくとも、できるまで挑戦し続けられるように支援していくことが求められ、子ども一人一人の心の状態をじっくりとみながら後押しをしていくことが重要である。神田(2008)が4～5歳という時期について、親の気持ちを的確に理解できる時期ではないこと、この年齢の子どもが親の気持ちを理解するための手がかりとするのは言葉と表情であることを述べていることから、子どもが親に拒絶されたと感じることのないよう、また、自立のサインを見逃すことのないよう、自立に向かい始めたサインの読み取りに加え、自立の後押しをする際のかかわり方にも慎重になる必要があると考える。

同時に、本調査結果からは適度に心理的距離を保つということも同じく重要であることも示唆された。柏木(2008)は、日本において「いわなくてもわかってくれる」関係がよしとされ、とりわけ母子関係において強いと指摘し、子どもが何を求めているか、何が必要かを察知し、子自身が自覚も要求もしないうちにしてやるという母親の態度を特徴付けている。そしてこのような親の態度を「先回り育児」と呼び、親の愛情が「よかれ」に基づき「してやる」ことに現れていると述べている。その上で、「してやらないことも親の重要な役割である」と、あえて子どもに自分の力で取り組む余地を残す大切さについて説明している。つまり、親に求められるのは子どもの気持ちや状態をよく見て求めに応じる応答性の良さであり、「先回り育児」ではない。したがって、子どもの自立を後押しするためには、ただ一人寝へと就寝形態を変更するだけでなく、母子の密接感を何より優先し子どもの求めを先読みして叶えるような養育態度を見直し、過保護や過干渉にならないよう、子どもの様子をよく見て接することを心がけるべきであろう。

本研究では、誰と添い寝するか、いつまで添い寝するか、そして添い寝する際の心構えについて的一端を明らかにしたといえるであろう。今後の研究では、その望ましいタイミングを具体的に明らかにすることにつながるデータの蓄積が不可欠となると考える。

第4節 添い寝が信頼感・自立心・依存心に及ぼす影響(研究5)

1. はじめに

アメリカでは、子どもの自立性や自分自身を支える力を育てるために一人寝をさせることが重要で、夜別々に寝ることが昼間の親子の分離を容易にさせ、赤ちゃんが親に依存する度合いを小さくできると

考えられている (Morelli, G.A. & Tronick, E.Z., 1992)。そしてほとんどの赤ちゃんには乳幼児の頃から個室が与えられ、そこで一人寝している (北浦, 2004)。乳幼児期から一人寝をさせることについて、日本では、夜、小さな子に自立を押し付ける米国の文化はむしろ酷であると考えられている (Brazelton, 2006)。Caudill, W. & Weinstein, H. (1969) は、日本では、親子が一緒に寝ることは、乳児が相互依存的な関係を持つことができるような人間へと変容していくことを促す働きをすることを考えられていることを指摘している。先行研究の指摘からは、日本において子どもが自立していること以上に他者と支え合うことができるような関係を築ける能力を持つことの方が重視されており、添い寝はそのための重要な親子の関わり方として重視されていることが読み取れる。親が応答的に添い寝をすることで、親子の相互行為が増える。吉田 (2001) によれば、愛着が安定している子どもは、不安なときに親や人を使って不安を鎮め、活動範囲を広げていくことができるため、次第に親から離れられる時間と距離を増やし、自立の方向に進んでいくことができるということである。つまり、添い寝は子どもの最初の愛着対象である母親への信頼感の形成に影響を与えるとともに、子どもが成長するに伴って自立心の形成にも影響を与えると考えられるのである。篠田 (2009) は添い寝時の子どもと親の位置関係による違いを指摘しているが、この報告からは添い寝の経験によって一律に自立心の形成が阻害されるものではないことが示唆される。

このような先行研究の指摘からは、親子の相互行為による安心感や満足感の積み重ねが安定した愛着の形成を促すとともに、信頼感や自立心にも良い影響を与え、それが青年期においてもある程度継続すると推測できる。

ただし、添い寝経験と愛着の関係について、吉田・浜崎 (2013) は、母親の隣で添い寝をしていた者の ANBIVARENT 得点が高いことを示し、添い寝時の母親の過度な応答性および子どもとの心理的距離が影響を与えている可能性を示唆している。ここでは、母親の養育態度についても再考が促されている。

本研究では添い寝と性差の関係についても検討したい。男性と女性の心理的相違として一般的に持ち出されるのが、男性は自立的で、女性が依存的であるというものである (中塚・清重, 2008)。同論文では、自立偏重の考え方に否定的な立場を示しつつ、研究結果として、男性は女性に比べより自立的で、女性は男性に比べより依存的であることが報告されている。この報告から、自立心や依存心についての結果に性差が表れることが予想される。

日本では添い寝が主流であり、以上の点を踏まえると、添い寝が子どもの心理的発達にどのように影響するかについて考えることには意義があるのではないだろうか。先行研究を概観した結果からは、添い寝経験の有無だけでなく、添い寝をした期間や誰と添い寝をするかによっても異なる影響が表れると考えられる。就寝形態の選択および親子間の相互行為には親の意思が表れることから、添い寝のあり方に加え、養育態度についても考える必要があろう。

そこで、本研究では、添い寝と心理的発達との関連および就寝形態の選択に現れる親の養育態度について注目した。具体的には、添い寝経験の有無や位置関係および期間と、信頼感、自立心および添い寝で高まることが懸念される、他者への依存 (以下、依存心とする) の関連を探り、添い寝により依存心が高まるのか、そして信頼感および自立心を高めるためには、添い寝がいつまで、どのような位置関係で行われるのが望ましいかについて検討する。併せて、望ましい養育態度についても検討したい。本研究の調査対象は青年であり、幼い頃の添い寝体験が信頼感、自立心および依存心に及ぼす影響についての回想法による研究であるが、Hardt & Rutter (2004) の報告は、ポジティブな内容の調査に関しては回顧的

な研究が有効であることを述べている。第2章第1節の添い寝のイメージの調査では、全体として家族の体温や温まった寝具でぬくもりを感じる身体的な心地良さに加え、家族でささやかな遊びをしたり、一緒に寝たりすることで楽しさや安心を感じる心理的な心地良さを読み取ることができた。したがって、本研究は回顧的な要素を伴うものであるが、信頼可能であると考えられる。

2. 方法

2.1 対象

T県内の大学生および大学院生 373 名。質問紙は 373 部配布し、回収数は 348 名分であった(回収率 93.3%)。

2.2 尺度の内容

質問紙では、「日常的に一つの布団で一緒に就寝することを指します。布団をつなげて広いスペースを作り、くっついて寝ている場合も含まれます。」と添い寝の定義を提示し、回答者と添い寝していた者についての回答を依頼した。

質問紙には年齢・性別や添い寝の経験の有無、添い寝の位置関係などの質問と、信頼感・自立心・依存心に関する 52 の質問項目が含まれている。質問紙では、まず性別、年齢そして添い寝の経験の有無について質問した。そして、添い寝の経験があると答えた者については、添い寝をいつまでしていたか、添い寝の位置関係、添い寝のイメージ、添い寝の思い出、添い寝をしなくなったきっかけについて回答してもらうこととした。さらに、添い寝の経験がある者、ない者の両者に 1～52 までの質問項目への回答を依頼した。回答は各尺度に対し「5：非常にあてはまる、4：どちらかというにあてはまる、3：どちらともいえない、2：どちらかというにあてはまらない、1：全くあてはまらない」の 5 件法とし、それぞれの項目に対してどのくらいそう思うか、あてはまる数字を選択するように求めた。

信頼感についての質問項目は、谷(1996)の作成した基本的信頼感尺度を用いた。基本的信頼感は、乳児期に形成されるべき感覚で、その後の人間関係の形成にも重要な役割を果たすと考えられている。この尺度は、Erikson の示す基本的信頼感および対人的信頼感で構成されている。基本的信頼感尺度は 6 項目からなり、「人生に対して、不信感を感じることもある(逆転項目)」「人から見捨てられたのではないかと心配になることがある(逆転項目)」などのように、自己に対する信頼感を示すものである。対人的信頼感尺度は 5 項目からなり、「一般的に人間は信頼できるものであると思う」「周囲の人によって自分は支えられていると感じる」というように、他者に対する信頼度を測るものである。

自立心についての質問項目は、木内(1995)が作成した相互独立・相互協調的自己観尺度を用いた。この尺度は 16 項目からなり、「まわりの人が望むことよりは、自分らしさを発揮する」「自分の価値判断に基づいて行動する」というように、自己を他者から独立したものと捉える度合いを測定するものである。

依存心についての質問項目は、まず親への依存性を測定するための尺度として加藤・高木(1980)が開発した独立意識尺度の中の、親への依存性の項目を使用した。親への依存性は、独立意識に関する 1 つの指標ともされている。この尺度は 5 項目からなり、「親といるだけでなんとなく安心できる」「親は自分の心の支えである」というように、親への依存の度合いを測定するものである。依存の構造については、竹澤・小玉(2004)が情緒的依存と道具的依存の存在を指摘しており、その両方を測る尺度と

して、竹澤・小玉(2004)の対人依存欲求尺度を使用した。情緒的依存欲求の尺度は10項目からなり、「いつも誰かに見守ってもらいたい」「困っている時や悲しいときには、誰かに気持ちを分かってもらいたい」というように、他者との情緒的で親密な関係を通して自らの安定を得ようとする度合いを測定するものであり、道具的依存欲求の尺度は10項目からなり、「面倒な仕事は誰かに手伝ってほしい」「自分一人で決断しかねるときには、誰かの意見に頼りたい」というように、自身の課題や問題解決のために、他者からの具体的な援助を求めようとする度合いを測定するものである。

2.3 収集の手続き

大学の授業時間のうち15分程度を利用して質問紙(無記名)を配布し、10分程度での記入を依頼してその場で回収した。調査時期は2011年10月～2015年3月であった。回答を依頼するにあたり、調査の目的と内容、調査により個人が特定されることはなく、個人情報保護が順守されること、回答は強制されるものではなく、参加は任意であることを説明した。

3. 結果

3.1 条件群の設定

まず、夜間に添い寝してもらった経験のある者と添い寝してもらった経験のない者に分けた。添い寝経験のある者については、添い寝の位置ごとに4つの群(両親の間群、母親の隣群、父親の隣群、きょうだいの隣群)に分けたほか、添い寝をやめた時期ごとに3つの群(0～3歳まで群、4～5歳まで群、6歳以上群)に分けた。本調査において、添い寝をしていた者として親以外に挙げられていたのはきょうだいと祖父母のみであった。しかし、「祖父母」という回答は希少であったことから、今回の分析対象からは除外している。

以下で分散分析を行うにあたり、全52項目のうち、天井効果、フロア効果を示す項目を確認したところ、2項目が天井効果を示し、1項目がフロア効果を示したため、それらを除いた49項目を分析対象とした。

全体に占める添い寝経験あり群の割合は73.9%であった。本調査の男性のうち、添い寝経験がある者の割合は約74.1%、女性のうち、添い寝経験がある者の割合は約73.8%であった。

3.1.1 添い寝経験による影響

添い寝経験の有無および性差を独立変数として2要因の分散分析を行った(Table 1)。回答に不備のあるものを除き、分析対象となったのは322名分の回答(男性135名分、女性187名分)であった。

(1) 信頼感について

基本的信頼感尺度および対人的信頼感尺度のどちらにおいても添い寝経験と性差に有意な交互作用はみられず、添い寝経験および性差にも有意な主効果はみられなかった。

(2) 自立心について

相互独立・相互協調的自己観尺度においては、添い寝経験と性差の交互作用に有意傾向が見られた($F(1, 318) = 3.35, p < .10$)。下位検定を行った結果、男性群では有意ではなかったが、女

性群について、添い寝経験のある者はない者に比べ、相互独立的自己観得点が高い傾向にあった($F(1, 318)=3.35, p<.10$)。また、添い寝あり群では有意ではなかったが、添い寝なし群において、男性は女性に比べ、有意に相互独立的自己観得点が高かった($F(1, 318)=11.38, p<.001$)。さらに、性差に有意な主効果がみられ、男性は女性に比べ有意に相互独立的自己観得点が高かった($F(1, 318)=10.59, p<.01$)。添い寝経験に有意な主効果はみられなかった。

(3) 依存心について

親への依存性尺度においては、添い寝経験と性差に有意な交互作用はみられなかったが、性差に有意な主効果がみられ、女性は男性に比べ、親への依存性得点が有意に高かった($F(1, 318)=21.21, p<.01$)。また、添い寝経験についても有意な主効果はみられなかった。情緒的依存欲求尺度においては、添い寝経験と性差に有意な交互作用はみられなかったが、添い寝経験の主効果に有意傾向がみられ、添い寝経験のある者は添い寝経験のない者に比べ情緒的依存得点が高い傾向にあった($F(1, 318)=3.73, p<.10$)。また、性差に有意な主効果がみられ、女性は男性に比べ、情緒的依存欲求得点が有意に高かった($F(1, 318)=6.74, p<.05$)。道具的依存欲求尺度においては、添い寝経験と性差に有意な交互作用が見られた($F(1, 318)=4.54, p<.05$)。下位検定を行った結果、女性群では有意でなかったが、男性群において、添い寝経験のある者は添い寝経験のない者に比べ道具的依存欲求得点が有意に高かった($F(1, 318)=6.28, p<.05$)。また、添い寝経験のある者群では有意ではなかったが、添い寝経験のない者群において、女性は男性に比べ、道具的依存欲求得点が有意に高かった($F(1, 318)=10.62, p<.005$)。添い寝経験にも有意な主効果がみられ、添い寝経験のある者は添い寝経験のない者に比べ、道具的依存欲求得点が有意に高かった($F(1, 318)=0.48, p<.05$)。また、性差にも有意な主効果がみられ、女性は男性に比べ、道具的依存欲求得点が有意に高かった($F(1, 318)=6.64, p<.05$)。

Table 1 添い寝の経験と性別ごとの各尺度の平均値(SD)

	添い寝経験あり		添い寝経験なし		添い寝 経験	性差	交互作用
	男性(n=100)	女性(n=138)	男性(n=35)	女性(n=49)	F値	F値	F値
<信頼感>							
基本的信頼感	2.94(1.10)	2.88(1.03)	3.11(1.01)	3.00(1.09)	1.21	0.39	0.04
対人的信頼感	3.61(0.74)	3.75(0.63)	3.61(0.76)	3.64(0.64)	0.38	0.98	0.35
<自立心>							
相互独立・相互協調的 自己観	3.26(0.73)	3.13(0.66)	3.40(0.84)	2.93(0.74)	0.10	10.59*	3.35†
<依存心>							
親への依存性	3.20(0.86)	3.57(0.79)	2.90(0.82)	3.53(0.99)	2.47	21.21**	1.38
情緒的依存欲求	3.39(0.86)	3.60(0.72)	3.15(0.82)	3.45(0.72)	3.73†	6.74*	0.19
道具的依存欲求	3.73(0.80)	3.77(0.62)	3.46(0.87)	3.91(0.85)	0.48*	6.64*	4.54*

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$, † $p<.10$

3.1.2 添い寝の位置による影響

添い寝の位置と性差を独立変数として2要因の分散分析を行った(Table 2)。回答に不備のあるものを除き、分析対象となったのは、210名分の回答(男性88名分、女性122名分)であった。

(1)信頼感について

基本的信頼感尺度においては、添い寝の位置と性差の交互作用に有意傾向が見られた($F(3, 202) = 2.30, p < .10$)。下位検定を行った結果、母親の隣群、父親の隣群、きょうだいの隣群では有意ではなかったが、両親の間群において、男性は女性に比べ有意に基本的信頼感得点が高かった($F(1, 202) = 6.06, p < .05$)。添い寝の位置および性差に有意な主効果はみられなかった。対人的信頼感尺度において、添い寝の位置と性差の交互作用に有意傾向がみられた($F(3, 202) = 2.50, p < .10$)。下位検定を行った結果、女性群では有意ではなかったが、男性群において、母親の隣群は父親の隣群に比べ有意に対人的信頼感得点が高かった($F(1, 202) = 0.88, p < .05$)。また、性差に有意な主効果がみられ、女性は男性に比べ有意に対人的信頼感得点が高かった($F(1, 202) = 6.32, p < .05$)。添い寝の位置に有意な主効果はみられなかった。

(2)自立心について

相互独立・相互協調的自己観尺度においては、添い寝の位置と性差に有意な交互作用はみられず、添い寝の位置および性差にも有意な主効果はみられなかった。

(3)依存心について

親への依存性尺度においては、添い寝の位置と性差に有意な交互作用はみられなかったが、性差に有意な主効果がみられ、女性は男性に比べ有意に親への依存性得点が高かった($F(1, 202) = 8.32, p < .01$)。添い寝の位置に有意な主効果はみられなかった。情緒的依存欲求の尺度において、添い寝の位置と性差には有意な交互作用がみられなかったが、性差に有意な主効果がみられ、女性は男性に比べ有意に情緒的依存欲求得点が高かった($F(1, 202) = 9.42, p < .01$)。添い寝の位置には有意な主効果はみられなかった。道具的依存欲求尺度においては、添い寝の位置と性差に有意な交互作用はみられず、添い寝の位置および性差にも有意な主効果はみられなかった。

Table2 添い寝の位置と性別ごとの各尺度の平均値 (SD)

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

	両親の間		母親の隣		父親の隣		その他に分類される者の隣		添い寝の位置 F値	性差 F値	交互作用 F値
	男性 (n=19)	女性 (n=15)	男性 (n=44)	女性 (n=72)	男性 (n=16)	女性 (n=17)	男性 (n=9)	女性 (n=18)			
信頼感											
基本的信頼感	3.32 (0.99)	2.57 (0.79)	2.88 (1.12)	2.88 (1.01)	3.00 (1.10)	2.79 (1.04)	2.83 (1.02)	3.00 (1.01)	0.31	0.51	2.30 [†]
对人的信頼感	3.40 (0.65)	3.75 (0.52)	3.80 (0.67)	3.68 (0.60)	3.40 (0.66)	4.09 (0.61)	3.64 (0.72)	3.80 (0.69)	0.58	6.32*	2.50 [†]
自立心											
相互独立・相互協調的自己観	3.35 (0.78)	3.36 (0.54)	3.17 (0.72)	3.12 (0.59)	3.26 (0.84)	3.19 (0.58)	3.24 (0.60)	2.98 (0.67)	0.91	0.71	0.26
依存心											
親への依存性	2.93 (0.88)	3.61 (0.61)	3.30 (0.86)	3.53 (0.74)	3.14 (0.86)	3.61 (1.22)	3.56 (0.61)	3.78 (0.72)	1.45	8.32**	0.63
情緒的依存欲求	3.38 (0.87)	3.92 (0.58)	3.49 (0.76)	3.58 (0.65)	3.36 (0.75)	3.68 (0.77)	3.17 (0.91)	3.75 (0.73)	0.41	9.42**	0.85
道具的依存欲求	3.39 (0.74)	3.80 (0.61)	3.87 (0.61)	3.74 (0.59)	3.67 (0.89)	3.90 (0.64)	3.85 (0.76)	3.83 (0.60)	1.02	1.26	1.26

Table3 添い寝の期間と性別ごとの各尺度の平均値 (SD)

	男性			女性			添い寝の期間 F値	性差 F値	交互作用 F値
	0~3歳 (n=19)	4~5歳 (n=34)	6歳以上 (n=26)	0~3歳 (n=23)	4~5歳 (n=32)	6歳以上 (n=53)			
信頼感									
基本的信頼感	3.26 (1.15)	2.97 (1.01)	2.75 (1.11)	2.76 (1.03)	3.06 (1.15)	2.84 (0.92)	0.80	0.43	1.46
对人的信頼感	3.80 (0.79)	3.62 (0.71)	3.41 (0.70)	3.54 (0.59)	3.89 (0.60)	3.76 (0.63)	0.91	1.39	3.46*
自立心									
相互独立・相互協調的自己観	3.30 (0.87)	3.29 (0.69)	3.38 (0.70)	3.30 (0.80)	3.13 (0.54)	3.11 (0.66)	0.23	1.75	0.51
依存心									
親への依存性	3.15 (0.62)	3.09 (0.81)	3.26 (1.06)	3.50 (0.80)	3.50 (0.77)	3.67 (0.67)	0.65	8.94**	0.02
情緒的依存欲求	3.36 (0.96)	3.44 (0.71)	3.32 (0.94)	3.62 (0.68)	3.54 (0.76)	3.64 (0.70)	0.00	3.39 [†]	0.28
道具的依存欲求	3.77 (1.02)	3.56 (0.70)	3.81 (0.65)	3.74 (0.66)	3.72 (0.66)	3.85 (0.62)	0.95	0.29	0.29

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

3.1.3 添い寝の期間による影響

添い寝の期間と性差を独立変数として2要因の分散分析を行った(Table 3)。分析対象となったのは、回答に不備のあるものを除き、187名分の回答(男性79名分、女性108名分)であった。

信頼感について、基本的信頼感尺度においては、添い寝の期間と性差に有意な交互作用はみられず、添い寝の期間および性差にも有意な主効果はみられなかった。対人的信頼感尺度においては、添い寝の期間と性差に有意な交互作用がみられた($F(2, 181) = 3.46, p < .05$)。下位検定を行った結果、4～5歳群および6歳以上群では有意ではなかったが、0～3歳群において男性は女性に比べ対人的信頼感得点が高い傾向にあった($F(1, 181) = 3.39, p < .10$)。添い寝の期間および性差に有意な主効果はみられなかった。

自立心について、相互独立・相互協調的自己観尺度においては、添い寝の期間と性差に有意な交互作用はみられず、添い寝の期間および性差にも有意な主効果はみられなかった。

依存心について、親への依存性尺度においては、添い寝の期間と性差に有意な交互作用はみられなかったが、性差に有意な主効果がみられ、女性は男性に比べ親への依存性得点が高い傾向にあった($F(1, 181) = 8.94, p < .01$)。添い寝の期間には有意な主効果がみられなかった。情緒的依存欲求尺度においては、添い寝の期間および性差に有意な交互作用はみられなかったが、性差の主効果に有意傾向がみられ、女性は男性に比べ情緒的依存欲求が高い傾向にあった($F(1, 181) = 3.39, p < .10$)。添い寝の期間に有意な主効果はみられなかった。道具的依存欲求尺度においても、添い寝の期間および性差に有意な交互作用はみられず、添い寝の期間および性差にも有意な主効果はみられなかった。

4. 考 察

本研究の目的は、添い寝経験の有無や位置関係および期間と、信頼感、自立心および依存心の関連を探り、信頼感および自立心を高めるためには、添い寝がいつまで、どのような位置関係で行われるのが望ましいかについて検討すること、また、添い寝をするにあたっての親の姿勢について考察することであった。

基本的信頼感尺度は、自己に対する信頼感を測るものである。本調査では、添い寝の経験および添い寝の期間の効果は認められなかったが、添い寝の位置の効果がみられ、両親の間で添い寝をしていた男性は、両親の間で添い寝をしていた女性に比べ、基本的信頼感が高かった。相良(2007)は、小学生から大学生までを対象に行った調査により、どの年齢においても基本的信頼感には常に男性が高いことを明らかにしている。添い寝が子どもに安心感や満足感を与えることは篠田(2009)の指摘で明らかにされているが、この結果は、男性の方が琴浦(2009)のいう「求めれば、叶えてくれる」という経験、例えば子どもが親に泣くなどして不快感を伝えると、それを親が取り去ってくれるというような経験の積み重ねにより、基本的信頼感が育つという効果が得られやすいことを示しているのではないかと考えられる。子どもを両親の間に挟んだ形の川の字は、父母が共同で子育てし、子どもが父母に同程度の愛着を抱くことのできる就寝形態(篠田, 2009)であるため、より安心感や満足感が得られやすいとも考えられる。

対人的信頼感尺度は、他者に対する信頼度を測るものである。本調査では、添い寝経験そのものによる効果は認められなかったが、添い寝の位置、添い寝の期間および性差の効果がみられた。まず、添い寝の位置の効果について、父親の隣で添い寝をしている男性に比べ、母親の隣で添い寝をしている男性

の対人的信頼感が高かった。母親の隣での就寝は、母子の密着度が高く(篠田, 2009), 一般的に母親は父親より応答的に添い寝をしていることが考えられる。そのため、「求めれば、叶えてくれる」という経験もより積みやすいであろう。この結果は、男性にとって、対人的信頼感を得るためにまず、母親という特定の者に対する信頼感が十分形成されることが必要であり、母親への信頼感が十分形成されることによって、その後関わる一般他者に対しても信頼感を抱きやすくなるということを示しているのではないだろうか。

次に、添い寝の期間の効果について、0～3歳群において、男性は女性に比べ対人的信頼感が高かった。ただ、この場合は、女性の信頼感が育ちにくかったとも考えられる。相良(2007)は、対人的信頼感には常に女子が高い値を示すことを指摘しているが、3歳までの間に一人寝をさせる場合、篠田(2009)は、夜間の接触不足を昼間積極的に補い、親子の信頼感を育てる必要があると述べている。つまり、この時期に一人寝をさせた場合、親への信頼感が十分に育っていない可能性があるということである。先行研究では、依存性は女性により顕著に認められるとされており(中塚・清重, 2008; 菱田, 2003), 本調査の結果でも、親への依存性は女性の方が高かった。もし、一人寝への移行が自発的ではなかったのであれば、女性は親に拒絶されたという感覚をより強く抱いたのではないかと推測される。したがって、早期に一人寝を開始した影響は、女性により強く表れたのではないかと考えられる。

Bowlby(1973)は、生後6か月ごろから5歳くらいまでの早期のアタッチメント経験を基礎とする内的作業モデルの構成がその後の人生にきわめて重要な意味を持つと考えた。したがって、この時期に一人寝をさせる場合は、子どもに親に拒絶されたという意識を持たせないよう慎重に行われる必要があるだろう。また性差の効果について、男性よりも女性の対人的信頼感が高かった。相良(2007)は、対人的信頼感には常に女子が高い値を示すことを指摘しており、本研究の結果はそれを裏付けるものとなった。

次に、自立心について、添い寝の位置や期間の効果は認められなかったが、添い寝経験そのものによる効果が見られた。本稿で用いた木内(1995)の相互独立・相互協調的自己観尺度は、自己を他者から独立したものと捉える度合いを測定するものである。本調査では、添い寝経験がある女性は、添い寝経験がない女性に比べて自己を他者から独立していると考えられる傾向があるということが示された。繁多(1987)が愛着の発達は自立の過程であると述べているように、添い寝経験と添い寝から一人寝へのスムーズな移行は、子どもが愛着対象から離れていられる距離と時間を拡大しつつ、自立の方向へと向かわせると考えられる。また、添い寝経験がない男性は、添い寝経験がない女性に比べて自己を他者から独立していると考えていることが示された。男性には添い寝の効果が見られなかったことと併せて考えると、添い寝の経験が自立心の形成に良い影響を与えるのは、女性に対してのみなのかもしれない。

本調査結果は、女性についてのみではあるが、夜間の添い寝が自立心を高める可能性もあるということを示唆していると考えられる。しかし、どの時期までの添い寝が自立心を高めるのに望ましいのであろうか。本研究では明確な時期を導き出すことはできなかった。篠田(2009)は、「3～4歳までは、できれば日本家屋に住んで添い寝をし、親子の信頼感をしっかり育てておけば、後はなるべく早めに子ども部屋を与えたほうが良い」と指摘している。このように子どもの自立すべきタイミングがあるのであれば、その時期に親は子ども用の布団を用意してやったり、子ども部屋があるならばそこで寝られるようにしてやったりするなど、できるだけ自立の後押しをするべきであろう。

親への依存性については、性差の効果のみがみられ、女性の依存性が高かった。先行研究では依存性は女性により顕著に認められるとされており(中塚・清重, 2008; 菱田, 2003), 本研究の結果はそれを裏付けるものとなった。

情緒的依存欲求尺度は、他者との情緒的で親密な関係を通して自らの安定を得ようとする度合いを測定するものである。本調査では、添い寝の位置および期間の効果は認められなかったが、添い寝経験そのものの効果がみられ、添い寝経験がある者は添い寝経験がない者に比べ情緒的依存欲求が高い傾向にあった。日本では、居住スペースなど環境要因に関係なく添い寝をする傾向があると指摘されている(森岡, 1973; 飯長・篠田・大久保・中野・大八木, 1985)。つまり、日本では添い寝が就寝時における親子の関わり方として重視されているということである。また、数井・遠藤(2005)や片山(2006)の報告では、親(特に母親)が子どもとの密接感を重視することが示されている。これらの指摘から、日本的な親の養育態度や生活習慣が他者への情緒的依存度を高めていることが容易に推測できる。

道具的依存欲求の尺度は、自身の課題や問題解決のために、他者からの具体的な援助を求めようとする度合いを測定するもので、本調査では添い寝経験のある者は添い寝経験がない者に比べ道具的依存欲求が高いという結果が得られた。また、添い寝経験のある男性は、添い寝経験のない男性に比べ道具的依存欲求が高かった。夜間、親が応答的に添い寝をすることで、子どもは親に求めて何かをしてもらうという経験を日々積み重ねていく。その過程で親に道具的に依存することを覚えていくのではないだろうか。男性に添い寝の効果がより顕著に表れたことについて、佐藤(1993)は、親への愛着が対人的態度に与える影響は、男性の方が大きいことを指摘している。応答的な添い寝で親子の相互行為が増え、子どもはより強い愛着を抱くようになる。男性の方が親への愛着により強い影響を受けるからこそ、添い寝経験が道具的依存欲求に与える影響も、男性により強く表れたのではないだろうか。さらに、添い寝経験のない女性は、添い寝経験のない男性に比べ道具的依存欲求が高かったのであるが、本調査では、性差の効果もみられ、女性は男性に比べ、道具的依存欲求が高いことが示された。中塚・清重(2008)は、女性が男性よりもより依存的であることを報告しており、結果はそれに添うものとなった。

添い寝の経験によって情緒的依存欲求および道具的依存欲求が高くなるという結果が出たことについては、親の養育態度も要因として考えられる。先行研究では、母子関係が第一に考えられており(篠田ら, 1990; 北浦, 2004; 数井・遠藤, 2005; 片山, 2006; 片山, 2010), それが子どもの自立を妨げ、依存を奨励している(北浦, 2004; 数井・遠藤, 2005)ことが指摘されている。また、就寝形態の決定に関して、片山(2006)は、母親が物理的要素よりも人間関係、特に母子関係を重視して就寝形態を決定することを、片山・近藤・有川・中村(2008)は、そこに母親の育児観が反映されていると指摘している。

これらの報告から、子どもの就寝形態には、親の育児観や養育態度がはっきりと表れることが分かる。したがって、子どもの依存心を低くし、自立心を高めるためには、まず、母子の密接感を重視する養育態度を見直し、過保護や過干渉にならないよう心理的な距離を保って接することの重要性について認識することが重要なのではないだろうか。

本研究では、自立心と依存心には添い寝経験そのものの効果が表れ、信頼感には添い寝の位置および添い寝の期間の効果が表れることが示された。一般的に、自立心と依存心は相反するものであると考えられているが、本研究では、添い寝によって自立心とともに依存心も高くなるという可能性が示唆された。森下(1988)のように自立心と依存心が独立した関係であることを示唆する研究もあり、本研究の結果がかならずしも矛盾した結果であるとはいえないであろう。

本調査結果および先行研究より得られた知見から望ましい添い寝のあり方を考えた場合、4歳ごろまでは応答的に添い寝をし、一人寝に挑戦する準備が整ったタイミングを見計らって慎重に一人寝へと導くのが望ましいのではないだろうか。ただ、自立に向かい始めるタイミングの計り方に加え、一度では成功しない場合も想定し、自立を促すかわり方に十分慎重になる必要があると考える。さらに、就寝時だけでなく、昼間の養育態度についても母子の密接感を何より優先するようなやり方は見直して、ある程度子ども自身で物事に取り組む余地を残し見守る姿勢をとることが必要になるであろう。

第4章 添い寝が対人依存－非依存に及ぼす影響 (研究6)

第3章では、第4節で添い寝経験が依存心を高めることが示唆された。一般的に、依存は甘えとも同一視されることがあるようにネガティブなイメージをもたれることが多い。しかし、依存関係には一方的な依存関係と双方向の依存関係があり、互いの自立を前提に、相手に依存しつつ相手の依存も受け入れる双方向の依存関係は相互依存と呼ばれる。日本ではむしろ相互依存関係を望ましいと考えられていることを指摘する先行研究もある(Caudill & Weinstein, 1969)。

そこで、本章では、添い寝経験と依存欲求の関係、および添い寝経験と相互依存関係の成立について明らかにすることを目的とする。まず第1節では添い寝と依存心のかかわりについて延べたうえで依存の定義について先行研究を概観する。それから大学生および大学院生を対象に実施した質問紙調査の回答をもとに因子分析を行い、信頼性・妥当性を検討して「対人依存—依存容認尺度」の作成を試みる。そして第2節では、因子分析で得られた結果をもとに分散分析を行い、添い寝経験と依存欲求の関係、および添い寝経験と相互依存関係の成立について明らかにする。

第1節 対人依存—非依存尺度作成の試み

1. はじめに

添い寝は子どもの育ちにどのような影響を与えるのだろうか。アメリカでは子どもの自立心を育てるために一人寝をさせることが重要であると考えられている(Morelli & Tronick, 1992)。一方、日本では、子どもには従順できまりに従い、行儀がよいなど家族で一緒にいるのに差しさわりのない性質を持つことが望まれており(東, 1994)、親と一緒に寝ることは、乳児が相互依存的な関係を持つことができるような人間へと変容していくことを促す働きをされると考えられている(Caudill & Weinstein, 1969)。

このように、日本とアメリカでは子どもに期待する性質や就寝形態に対する考え方に大きな違いが見られる。子どもの就寝形態の主流が異なるのは、そのためでもあろうと推察される。アメリカでは、よく映画などでも見られるように生後早い段階から子ども部屋が与えられるのであるが、第2章で筆者が行った添い寝の実態調査では、日本では依然として添い寝が子どもの主流な就寝形態であることが窺えた。

先述したように、添い寝に関して保護者が抱く悩みは多く、その内容も多岐にわたっている。第2章第4節の調査では、添い寝が子どもの自立心の形成を阻害するという結果は示されなかったものの、依存心を高めることが示唆された。さらに、数井・遠藤(2005)は、日本的な養育条件として子どもとの密接感を重視することをあげ、実質的には子どもの依存を奨励する傾向が否めないと指摘している。

また、日本では添い寝が居住スペースといった環境的要因とは関係なく、子どもの就寝時における親の関わり方として重視されているということが読み取れる。先行研究の指摘からは、日本の親が子どもとの密接な関係を重視し、親子のコミュニケーションの一つとして添い寝をしているとも考えられ、それゆえに添い寝と依存の関わりが推測されるのである。

ここで、依存についての定義を概観してみたい。まず、高橋(1968)は「道具的な価値ではなく、精神的な助力を求める要求である」と定義した。辻(1969)は「自己の要求または課題の実現のために他人に依存する」道具的依存と「自己の心情的な安定を他人との接触ないし連合そのものにもとめる」情動的依存に分けて考えている。関(1982)は「援助・慰め・是認・注意・接触などを含む、肯定的な顧慮・反応を、他者に求める傾向であり、人間に対する関心の向け方を記述する1つの概念である」と定義し、依存性のあり方を①「援助・慰め・是認・注意・接触などを含む、肯定的な顧慮・反応を、他者に求める欲求」である依存欲求、

②「成熟し、安定し、統合された人格に備わっているべき依存性であり、又、相互依存的な、他者との良好な関係を保ち、かつ、そこから得た安定感を基礎として自立的になるために、必要不可欠な依存性である」統合された依存性、③「顕在的には、文字通り、他者への依存を否定する形で現れるが、潜在的に、依存不安があると推定される態度」である依存の拒否の3点の組み合わせによって検討している。関(1982)の定義には高橋(1968)と同様、道具的依存が含まれていない。田中・高木(1997)は、依存要求を「自分の要求が、彼らの個別的あるいは具体的で道具的あるいは直接的な反応や行動により満たされる」道具的依存要求と「他者からの一般的あるいは抽象的で、心理的あるいは間接的な反応や行動により満たされる」心理的依存要求に区分している。竹澤・小玉(2004)は、依存要求を情緒的・道具的依存を含めた「是認・支持・助力・保証などの源泉として他人を利用しないし頼りにしたいという欲求」と定義した。

岡山(1982)は、乳幼児のように自分でできることが限られる場合には、道具的に、また情緒的にも依存しているが、自分でできることが増えてくると道具的な自立が始まり、それにしたがって情緒的な自立を見せる場面も現れてくると指摘している。確かに、乳幼児は食事や衣服の着脱に大人の手を借りるものであるし(道具的依存)、母親のそばで機嫌よく遊んでいた子どもが、そばを離れたとたんにごずったり泣き出したりしてしまうことはよくある(情緒的依存)。また、大人でも置かれた場面が変われば普段は自分でやっていることでも他者の手を借りようとすることがある。このように、依存には情緒的依存と道具的依存があってそれぞれが相互に関わりを持っており、場面に応じて優勢になる面も変わると考えられる。したがって、本研究では依存に「課題達成のために他者からの具体的助力を得ようとする」道具的依存と「自分が困っているときや悩んでいるときに他者の反応や行動から精神的助力を得ようとする」情緒的依存があり、それらが相互に関わり合いながら存在するものと考えられる。

また、依存関係には一方的な依存関係と双方向の依存関係があり、自分が相手に依存しつつ、相手の依存も受け入れる双方向の依存関係は相互依存と呼ばれる。Fu, Hinkle&Hanna(1986)の研究では、個人の依存性と家族の相互依存性は相互に関連しており、それらは親の社会的強化や子どもへの養育態度を通じて次の世代へ伝えられるということが示唆されている。また、井上(2001)は大学生を対象に行った調査で、子が親から情緒的に支えられていると感じるほど子の依存欲求が高いと指摘している。つまり、家族間で相互依存関係が成り立っている場合、そこで育つ子どもも他者に依存することを覚え、さらに親が子どもの情緒的依存を受け入れるほど子どもの依存性が高まるということではないかと考えられる。

井上(2001)の研究では依存欲求のどの側面が高くなるかについて明らかにされていないが、これらの研究結果と吉田(2012)の調査結果を併せて考えると、添い寝経験がある者は親子の密接感が高く、親に支えられていると感じている可能性も高いため、家族への情緒的な依存欲求が高まる結果、他者への情緒的な依存も高まるのではないかと考えられる。また、添い寝をしている家族のように物理的にも心理的にも密接している場合、相手に一方的に依存するばかりの関係では、家族成員間の関係を良好に保つことは難しいであろう。養育者に全面的に依存せざるを得ない乳児であっても、養育者とその子の存在に心理的に支えられていることは十分考えられる。このように、家族関係内には一方的な依存関係のみではなく、自分も依存しつつ相手の依存も受け入れる相互依存関係が自然と成立していることが推測される。

乳児期には自分でできることが限られている。久世・久世・長田(1980)によれば、1歳半ごろまでは親への依存が中心で、親の指示・命令に従って行動するものであるが、複雑な感情が育ち自分の意思を言葉で表せるようになる3歳ごろからは自我が芽生え、精神的な自立の第一歩を踏み出すということである。

ただ、「依存性と自立性が互いに独立している(森下, 1988)」こと、および「依存的でないことは、独立的であることと同じではない(津守・稲毛, 1960)」ことから、旺盛な好奇心でさまざまなことに挑戦し、たくましく自分の世界を広げていくのがこの時期の子どもの成長する姿であるとしても、自立心が高まった分、依存心が低くなっているはずであると考えべきではないのであろう。「家庭と学校・職場とを行き来するように、依存と自立を繰り返すことによって、人間は円環的・螺旋的に成長していく」という山下(1999)の依存と自立のサイクル論や、高橋(2009)の「(依存要求と自立要求)両方の要求を持つことが精神的に健康だといえるのである。」という見解からも、人間が乳児期からの依存心と成長に従って獲得する自立心とを併せ持ち、そのバランスを変えながら成長していくものであるということが読み取れる。

子どもを養育する上で依存関係の形成は避けて通れないものである。岡山(1982)は、「依存性がなかったら、まず第一に親子関係すら成立しがたいであろう。子どもは、親に依存的であるがゆえに、取り込み(introjection)のメカニズムや模倣を通して、親の感情や態度や価値観や行動パターンを、内化したり学習したりしてゆく」と述べている。津守・横山・磯部・下坂・仁科・長塚(1961)は依存心の規定要因として「①依存が許容され、依存が強化されると依存は大となる②依存が拒否される場合、フラストレーションにより依存欲求が大となる。この場合、女兒の方が依存欲求のフラストレーションに対して一層敏感である③社会的要因として依存が承認される場合、依存は大となる。」の3点を明らかにした。つまり、子どもの依存を許容し過ぎても、拒否しすぎても依存心を大きくしてしまうということであり、これらの知見からは依存心の形成における親の養育態度の影響の大きさが容易に理解できる。さらに、津守・稲毛(1960)によって乳児期に母子の接触度が大きかったとしても幼児期の依存にはつながらないということが明らかにされたことから、幼児期、なかでも3歳以降における親の養育態度のあり方の重要性が推察されるのである。

高橋(2009)の「一般的に依存が幼稚で自立心が尊いとされる」という見解を裏付けるように、インターネット上においては添い寝と子どもの性格(主に依存心・自立心)との関連性を問う質問が驚くほど多い。日本では添い寝が就寝時における親子の関わり方として重視され、密接感を重視する親子のコミュニケーションの一つとして選択されているからこそ、添い寝と依存心の関係を明らかにし、子離れや親子間の心理的距離について考察することには意義があると言えるのではなかろうか。そこで本研究では、添い寝経験と依存欲求の関係、および添い寝経験と相互依存関係の成立について明らかにすることを目的とする。

弓削(2004)は、年少児でも一緒に遊ぶなどの行動を通じて相互依存性の高い関係を構築することは可能であると指摘している。しかし、親から独立し、社会性を身に着けるのは青年期である(久世ら, 1980; 山下, 1999)との指摘もあることから、本調査では調査対象を青年とした。

また、性差および添い寝のしかたによる影響についても検討したい。男性と女性の心理的相違として一般的に持ち出されるのが、男性は自立的で、女性が依存的であるというものである(中塚・清重, 2008)。同論文では、自立偏重の考え方に否定的な立場を示しつつ、研究結果として、男性は女性に比べより自立的で、女性は男性に比べより依存的であることが報告されている。さらに、津守ら(1961)の報告でも、「依存は女兒に大」とされている。これらの報告から、自立心や依存心についての結果に性差が表れることが予想される。就寝形態が子どもの自立心の形成に与える影響について、篠田(2009)は添い寝時の子どもと親の位置関係による違いを指摘している。この報告によると、母親中央型の川の字で就寝する

子どもは情緒的に安定し、社会性や自立心が育つこと、子ども中央型の川の字で就寝する子どもは情緒が安定するが、社会性や自立心は遅れがちであること、そして親と別室で就寝する子どもは、情緒が安定しないが自立心は強いということである。

本調査では、上記仮説を検証するため、添い寝経験により情緒的依存／道具的依存のどちらが高まるのかを測定する。同時に、相互依存関係の成立を検証するために他者からの依存の受け入れ度を測定する尺度(対人依存－依存容認尺度)を作成し、信頼性・妥当性を検討する。妥当性については、基準関連妥当性から検討する。

子どもの人間関係は、母親を中心とした家族との結びつきを基礎とし、次第に仲間、異性など広い範囲の他者との間に関係を広げていく(井上・久保, 2001)。したがって、他者への依存欲求と親への依存欲求には正の相関関係があると考えられる。同様に、他者の依存欲求の容認度と親の依存欲求の容認度も正の相関を示すと考えられる。子の親への依存を測る加藤・高木(1980)の独立意識尺度のうち、「親への依存性」尺度には情緒的な面を測る項目が多いため、情緒的依存欲求尺度とより強い相関が得られると推測される。親からの依存欲求を子が受け入れる度合いを測る広瀬(2007)の心理的離乳尺度のうち、「親が子を頼りにする親子関係」尺度にも情緒的な面を測る項目が多いため、情緒的依存欲求容認尺度とより強い相関が得られると予測される。そして、因子分析で得られた結果を基に分散分析を行い、添い寝が影響を及ぼす依存欲求の性格について考察する。

2. 方法

2.1 対象

T県およびN県の大学に通う学生 670 名。回答に不備のあるものを除いた分析対象は男性 312 名、女性 340 名の合計 652 名であった。

2.2 収集の手続き

選択式と記述式の両方を含む質問紙(無記名)を配布し、回答を依頼した。回答を依頼するにあたり、調査の目的と内容、調査により個人が特定されることはなく、個人情報保護が順守されること、回答は強制されるものではなく、参加は任意であることを説明した。

2.3 調査時期

調査は 2012 年 12 月～2014 年 8 月にかけて、大学の授業時間のうち 15 分程度を利用して行った。

2.4 質問紙の内容

年齢・性別や添い寝経験の有無、添い寝の位置関係などの質問と、依存欲求に関する質問の計 58 項目が含まれている。まず、性別・年齢・添い寝経験の有無を尋ね、添い寝経験があると答えた者に対しては、いつまで添い寝をしてもらっていたか、添い寝の位置関係などについて質問した。そして、添い寝経験がある者となない者の両方に対し 1～50 までの質問項目への回答を依頼した。回答は各尺度に対し「5：非常にあてはまる、4：どちらかというにあてはまる、3：どちらともいえない、2：どちらかというにあてはまらない、1：全くあてはまらない」の 5 件法とし、それぞれの項目に対してどのくらいそう思うか、あてはまる数字を選択するよう求めた。

質問項目は、情緒的依存欲求および道具的依存欲求を測るための尺度として、竹澤・小玉(2004)の「対人依存欲求尺度」を使用した。この尺度は「情緒的依存欲求尺度」10項目および「道具的依存欲求尺度」10項目からなる。情緒的依存欲求容認度および道具的依存欲求容認度を測るための尺度は、竹澤・小玉(2004)の「対人依存欲求尺度」を参考にして20項目作成した。例えば、「病気の時や、ゆううつなときには誰かに慰めてもらいたい」という文章であれば、「病気の人や落ち込んでいる人を支えてやりたいと思う」というような、回答者本人が頼られることを想定した内容のものにした。また、基準連関妥当性の検討のため、親への依存を測る尺度として、加藤・高木(1980)の独立意識尺度のうち「親への依存性」の部分の5項目、および親からの依存欲求を子が受け入れる度合いを測る尺度として、広瀬(2007)の心理的離乳尺度のうち「親が子を頼りにする親子関係」の部分の5項目を使用した。

3. 対人依存—依存容認尺度の作成

対人依存—依存容認尺度の因子分析 以下の統計処理はSPSS Statistics Version20を用いた。「親への依存性尺度(項目番号 21~25)」および「親が子を頼りにする親子関係尺度(項目番号 26~30)」は妥当性の検証のために用意したものであるため、因子分析は竹澤・小玉(2004)の「対人依存欲求尺度」20項目(項目番号1~20)、そしてこの「対人依存欲求尺度」を参考に作成した「情緒的依存欲求容認尺度」および「道具的依存欲求容認尺度」(項目番号31~50)の計40項目について行った。

これら40項目のうち、天井効果を示した1項目(項目番号32)を除き、項目ごとの粗点をそれぞれ項目得点として主因子法、固有値1以上でプロマックス回転による因子分析を行ったところ、6因子が抽出された。いずれの因子にも.40以上の負荷がかからなかった項目および1項目のみとなった第5因子、第6因子の項目を削除し、再度同じ条件で因子分析を行った結果、5因子が抽出された。いずれの因子にも.40以上の負荷がかからなかった項目および複数の項目に対し.40以上の負荷がかかっていた項目を削除し再度因子分析を行ったところ、最終的に4因子が抽出された(Table1)。

1因子は「忙しい人を手伝おうとする」「難しい仕事を一緒にやってくれと頼まれたら引き受ける」など9項目から構成されている。これらはすべて道具的依存欲求容認であると想定した項目であったため、道具的依存欲求容認と命名した。第2因子は「困っているときや悲しい時には、誰かに気持ちをわかってもらいたい」「何かやろうとする時には、誰かに励まされたり、気づかしてもらいたい」など8項目から構成されている。これらはすべて情緒的依存欲求であると想定した項目であったため、情緒的依存欲求と命名した。第3因子は「病気の人や落ち込んでいる人を支えてやりたいと思う」「誰かが困っているときや悲しんでいるときには、その気持ちを理解しようとする」など7項目から構成されている。これらはすべて情緒的依存欲求容認であると想定した項目であったため、情緒的依存欲求容認と命名した。第4因子は「忙しい時には誰かに手伝ってほしい」「面倒な仕事は誰かに手伝ってほしい」など5項目から構成されている。

Table1 依存-依存容認尺度の因子分析結果(主因子法, プロマックス回転)

項目番号	質問項目	想定カテゴリー	因子1	因子2	因子3	因子4	共通性
第1因子 道具的依存欲求容認($\alpha = .90$)							
46	忙しい人を手伝おうとする	道・容	.82	-.04	-.02	-.02	.63
43	難しい仕事を一緒にやってくれと頼まれたら引き受ける	道・容	.78	-.01	-.10	-.11	.52
42	面倒な仕事をしている人を手伝ってやろうとする	道・容	.75	-.06	.03	.01	.57
45	体調が悪くなった人の仕事を代わりに引き受けてやる	道・容	.75	-.01	-.00	-.05	.54
50	一人では片づけられない仕事を抱えた人を手伝ってやる	道・容	.75	-.04	.06	.06	.62
44	誰かが重要な知らせを受け取る際には、そばにいてやろうとする	道・容	.59	.17	-.04	-.04	.41
48	分からないことがある人には教えてやろうとする	道・容	.58	-.02	.13	.05	.46
49	探し物を手伝ってやる	道・容	.52	.01	.18	.02	.45
47	誰かに意見を求められたら助言する	道・容	.52	.02	.07	.05	.34
第2因子 情緒的依存欲求($\alpha = .86$)							
3	困っているときや悲しい時には、誰かに気持ちをわかってもらいたい	情	-.03	.78	.04	-.06	.60
5	何かやろうとする時には、誰かに励まされたり、気づかしてもらいたい	情	.11	.76	-.22	.08	.54
2	いつも誰かに見守ってもらいたい	情	-.08	.73	.07	-.11	.50
4	悩み事があるときは、誰かにアドバイスしてもらいたい	情	-.01	.69	.01	-.05	.45
1	病気の時や、ゆううつなときには誰かに慰めてもらいたい	情	-.09	.65	.16	-.05	.47
10	困っているときには、誰かに助言してほしい	情	.02	.56	.01	.19	.45
7	人から「元氣？」などの気配りの言葉が欲しい	情	.02	.55	.02	.03	.34
9	病気の時、誰かに世話をしてほしい	情	.12	.45	-.02	.14	.32
第3因子 情緒的依存欲求容認($\alpha = .89$)							
31	病気の人や落ち込んでいる人を支えてやりたいと思う	情・容	.01	-.03	.76	-.01	.56
33	誰かが困っているときや悲しんでいるときには、その気持ちを理解しようとする	情・容	.08	.06	.71	-.04	.63
36	誰かが自分と一緒にいたいと望むときにはできるだけそばにいてやろうとする	情・容	.01	.07	.71	-.01	.56
35	何かやろうとしている人のことを励ましたり、気づかたりする	情・容	.05	.05	.66	.03	.52
37	人に「大丈夫？」など気配りの言葉をかける	情・容	.10	-.03	.65	.04	.51
38	誰かに一緒に行ってほしいと頼まれたら、できるだけ一緒に行こうとする	情・容	.10	-.04	.62	.04	.47
39	病気の人をみると、看病してやりたいと思う	情・容	.21	-.00	.59	-.05	.54
第4因子 道具的依存欲求($\alpha = .80$)							
16	忙しい時には誰かに手伝ってほしい	道	-.02	-.10	.03	.80	.59
12	面倒な仕事は誰かに手伝ってほしい	道	-.04	-.02	-.07	.70	.47
13	難しい仕事を当てられるときには、誰かと一緒の方がよい	道	-.09	.04	.08	.66	.47
20	自分一人で片づけられない仕事があった時は、誰かに手伝ってほしい	道	.07	.05	-.00	.60	.40
15	体調が悪くなったときには、誰かに仕事を代わってほしい	道	.02	.07	-.02	.56	.35
注： 道・受⇒道具的依存欲求容認		因子間相関		因子1	因子2	因子3	因子4
情⇒情緒的依存欲求			因子1		.35	.70	.13
情・受⇒情緒的依存欲求容認			因子2			.50	.42
道⇒道具的依存欲求			因子3				.18
			因子4				

削除項目	MD	SD
6 できることなら、いつも誰かと一緒にいたい。	3.14	1.17
8 できることなら、どこへ行くにも誰かと一緒にいきたい。	2.87	1.15
11 何か対応に迷うようなときには、誰かに対応のしかたを聞きたい。	3.93	0.89
14 何か重大な知らせを受け取る場合には誰かそばにいてもらいたい。	3.06	1.14
17 自分一人で決断しかねるときには、誰かの意見に頼りたい。	3.73	0.99
18 自分にはわからないことがあったら、誰かに教えてほしい。	4.00	0.89
19 探し物をしなければならぬとき、誰かに手伝ってほしい。	3.37	1.08
32 誰かの心の支えになりたいと思う。	4.12	0.91
34 悩んでいる人をみるとアドバイスしようと思う。	3.66	0.97
40 困っている人がいれば、助言してやりたいと思う。	3.69	0.90
41 物事への対応のしかたを聞かれたときには教えてやろうとする。	3.93	0.80

これらはすべて道具的依存欲求であると想定した項目であったため、道具的依存欲求と命名した。因子間相関をみると、道具的依存欲求容認と情緒的依存欲求容認に高い正の相関($r=.70$)が、情緒的依存欲求と情緒的依存欲求容認($r=.50$)および情緒的依存欲求と道具的依存欲求($r=.42$)には中程度の正の相関がみられた。道具的依存欲求容認と情緒的依存欲求には弱い正の相関($r=.35$)がみられた。

4. 依存—依存容認尺度の信頼性・妥当性

信頼性に関しては、 α 係数を算出したところ、尺度全体では $\alpha=.91$ 、第1因子(道具的依存欲求容認)では $\alpha=.90$ 、第2因子(情緒的依存欲求)では $\alpha=.86$ 、第3因子(情緒的依存欲求容認)では $\alpha=.89$ 、第4因子(道具的依存欲求)では $\alpha=.80$ であった。また、再検査法(1か月, 114名)による信頼性係数は、「情緒的依存欲求」で0.72、「道具的依存欲求」で0.70、「情緒的依存欲求容認」で0.71、「道具的依存欲求容認」で0.62、尺度全体で0.73という高い正の相関を示した。

妥当性について、第1因子(道具的依存欲求容認)、第3因子(情緒的依存欲求容認)と「親が子を頼りにする親子関係尺度」(Table2)および第2因子(情緒的依存欲求)、第4因子(道具的依存欲求)と「親への依存性尺度」との相関係数(Table3)を求めた。道具的依存欲求容認、情緒的依存欲求容認と「親が子を頼りにする親子関係尺度」は有意な正の相関($r=.20, p<.01$; $r=.17, p<.01$)を示した。また、情緒的依存欲求、道具的依存欲求と「親への依存性尺度」との相関係数も有意な正の相関($r=.44, p<.01$; $r=.24, p<.01$)を示した。以上から、各下位尺度の基準関連妥当性が確認された。

Table2 親が子を頼りにする親子関係尺度(広瀬; 2007)と各尺度の相関係数

親が子を頼りにする親子関係	
情緒的依存欲求容認	0.17**
道具的依存欲求容認	0.20**

** $p<.01$, * $p<.05$, † $p<.10$

Table3 親への依存性尺度(加藤・高木; 1980)と各尺度の相関係数

親への依存性	
情緒的依存欲求	0.44**
道具的依存欲求	0.24**

** $p<.01$, * $p<.05$, † $p<.10$

第2節 添い寝と依存欲求および依存欲求容認の関連

ここでは、因子分析で得られた結果を基に2要因の分散分析を行い、添い寝が影響を及ぼす依存欲求の性格について考察した。2.1.1の添い寝経験による影響の分析では、添い寝経験の有無および性差を独立変数とした。2.1.2の添い寝の位置による影響の分析では、添い寝の位置(条件群として「両親の間」「母親の隣」「父親の隣」「その他」を設定)および性別を独立変数とした。2.1.3の添い寝の期間による影響の分析では、添い寝の期間(条件群として「0~3歳まで」「4~5歳まで」「6歳以上」

を設定)および性別を独立変数とした。

1. 方法

1. 1 対象および手続き

第1節の因子分析の結果に基づいて作成した尺度を使用し、同様の手続きにより質問紙調査を行った。分析対象者は650名(男性310名, 女性340名)であった。

1. 2 調査時期

調査は2014年12月~2015年1月にかけて、大学および大学院の授業の終了前15分に質問紙を配布し、記入に10分程度を使用しその場で回収した。質問紙は無記名とし、調査結果はプライバシーに配慮し個人が特定されることのない旨を説明した。

2. 結果

2. 1 条件群の設定

分析するにあたり、まず添い寝経験のある者と添い寝経験のない者に分けた。添い寝経験のある者については、添い寝の位置別に4群(両親の間, 母親の隣, 父親の隣, その他に分類される者の隣)に分けたほか、添い寝をしなくなった時期別に3群(0~3歳, 4~5歳, 6歳以上)に分けた。本調査において、その他に分類された者は「きょうだいまたは祖父母」のみであった。以下で分散分析を行うにあたり、因子分析の結果に基づいて条件群ごとに各因子を構成する項目の合計得点を算出し、その平均値とSDを求めた。

2. 1. 1 添い寝経験による影響

添い寝経験の有無および性差を独立変数として2要因の分散分析を行った(Table4)。

(1) 道具的依存欲求尺度

道具的依存欲求尺度においては、添い寝経験に有意な主効果がみられ、添い寝経験のない者に比べ、添い寝経験のある者の道具的依存欲求得点が有意に高かった($F(1, 648) = 4.24, p < .05$)。また、性差に有意な主効果は見られず、添い寝経験と性差に有意な交互作用もみられなかった。

(2) 情緒的依存欲求尺度

情緒的依存欲求尺度においては、添い寝経験に有意な主効果は見られなかったが、性差に有意な主効果が見られ、男性に比べ女性の得点が有意に高かった($F(1, 648) = 27.01, p < .001$)。また、添い寝経験と性差に有意な交互作用はみられなかった。

(3) 道具的依存欲求容認尺度

道具的依存欲求容認尺度においては、添い寝経験に有意な主効果は見られなかったが、性差に有意な主効果が見られ、男性に比べ女性の得点が有意に高かった($F(1, 648) = 23.11, p < .001$)。また、添い寝経験と性差に有意な交互作用はみられなかった。

(4) 情緒的依存欲求容認尺度

情緒的依存欲求容認尺度においては、添い寝経験の主効果に有意傾向がみられ($F(1, 648) = 2.87, p < .10$), 添い寝経験のない者に比べ、添い寝経験のある者の情緒的依存欲求容認得点が高い傾向にあった。また、性差に有意な主効果が見られ、男性に比べ女性の得点が有意に高かった($F(1, 648) = 40.63, p < .001$)。添い寝経験と性差に有意な交互作用はみられなかった。

2.1.2 添い寝の位置による影響

添い寝の位置と性差を独立変数として2要因の分散分析を行った(Table5)。分析対象者は413名(男性171名, 女性242名)であった。

(1) 道具的依存欲求尺度

道具的依存欲求尺度においては、添い寝経験に有意な主効果は見られなかった。また、性差にも有意な主効果は見られず、添い寝の位置と性差にも有意な交互作用は見られなかった。

(2) 情緒的依存欲求尺度

情緒的依存欲求尺度においては、添い寝経験に有意な主効果は見られなかったが、性差に有意な主効果がみられ、男性に比べ女性の得点が有意に高かった($F(1, 405) = 9.82$)。また、添い寝の位置と性差に有意な交互作用は見られなかった。

(3) 道具的依存欲求容認尺度

道具的依存欲求容認尺度においては、添い寝経験に有意な主効果は見られなかったが、性差に有意な主効果がみられ、男性に比べ女性の得点が有意に高かった($F(1, 405) = 7.54, p < .01$)。また、添い寝の位置と性差に有意な交互作用は見られなかった。

(4) 情緒的依存欲求容認尺度

情緒的依存欲求容認尺度においては、添い寝経験に有意な主効果は見られなかったが、性差に有意な主効果がみられ、男性に比べ女性の得点が有意に高かった($F(1, 405) = 6.39, p < .05$)。また、添い寝の位置と性差に有意な交互作用は見られなかった。

2.1.3 添い寝の期間による影響

添い寝の期間と性差を独立変数として2要因の分散分析を行った(Table6)。分析対象者は238名(男性104名, 女性134名)であった。

(1) 道具的依存欲求尺度

道具的依存欲求尺度においては、添い寝の期間に有意な主効果は見られなかった。また、性差にも有意な主効果は見られず、添い寝の期間と性差にも有意な交互作用は見られなかった。

(2) 情緒的依存欲求尺度

情緒的依存欲求尺度においては、添い寝の期間に有意な主効果は見られなかったが、性差に有意な主効果が見られ、男性に比べ女性の得点が有意に高かった ($F(1, 232) = 13.88$)。また、添い寝の期間と性差に有意な交互作用は見られなかった。

(3) 道具的依存欲求容認尺度

道具的依存欲求容認尺度においては、添い寝の期間に有意な主効果は見られなかったが、性差に有意な主効果が見られ、男性に比べ女性の得点が有意に高かった ($F(1, 232) = 6.13, p < .05$)。また、添い寝の期間と性差に有意な交互作用は見られなかった。

(4) 情緒的依存欲求容認尺度

情緒的依存欲求容認尺度においては、添い寝の期間の主効果に有意傾向がみられた ($F(1, 648) = 2.87, p < .10$)。Ryan 法による多重比較をおこなったところ、0～3歳まで添い寝をしていた者に比べ、6歳をこえて添い寝をしていた者の情緒的依存欲求容認得点が有意に高かった ($t(232) = 2.11, p < .05$)。また、0～3歳まで添い寝をしていた者に比べ、4～5歳まで添い寝をしていた者の情緒的依存欲求容認得点が高い傾向にあった ($t(232) = 1.90, p < .06$)。それに対し、4～5歳まで添い寝をしていた者と6歳をこえて添い寝をしていた者の情緒的依存欲求容認得点に有意差はみられなかった。また、性差に有意な主効果がみられ、男性に比べ女性の得点が有意に高かった ($F(1, 232) = 5.76, p < .05$)。添い寝の期間と性差に有意な交互作用はみられなかった。

Table4 添い寝経験と性別ごとの各尺度の平均値(SD)

	添い寝経験あり		添い寝経験なし		添い寝経験 F値	性差 F値	交互作用 F値
	男性(<i>n</i> =212)	女性(<i>n</i> =273)	男性(<i>n</i> =100)	女性(<i>n</i> =67)			
道具的依存欲求容認	3.59(0.70)	3.91(0.65)	3.53(0.70)	3.82(0.77)	1.34	23.11****	0.04
情緒的依存欲求	3.36(0.71)	3.74(0.66)	3.31(0.83)	3.63(0.90)	1.53	27.01****	0.13
情緒的依存欲求容認	3.77(0.71)	4.15(0.60)	3.64(0.79)	4.07(0.83)	2.87 [†]	40.63****	0.14
道具的依存欲求	3.68(0.74)	3.73(0.74)	3.59(0.80)	3.53(0.83)	4.24*	0.00	0.63

*****p* < .001, ****p* < .005, ***p* < .01, **p* < .05, [†]*p* < .10

Table5 添い寝の位置と性別ごとの各尺度の平均値(SD)

	両親の間		母親の隣		父親の隣		その他		添い寝の 位置 F値	性差 F値	交互作用 F値
	男性(<i>n</i> =37)	女性(<i>n</i> =27)	男性(<i>n</i> =85)	女性(<i>n</i> =144)	男性(<i>n</i> =25)	女性(<i>n</i> =38)	男性(<i>n</i> =24)	女性(<i>n</i> =33)			
道具的依存欲求容認	3.68(0.90)	3.87(0.95)	3.55(0.69)	3.93(0.69)	3.53(1.05)	3.59(0.87)	3.45(0.95)	3.87(0.89)	0.98	7.54**	0.78
情緒的依存欲求	3.41(0.68)	3.55(1.00)	3.32(0.80)	3.79(0.70)	3.12(0.92)	3.61(0.88)	3.51(0.94)	3.60(0.89)	0.88	9.82***	1.24
情緒的依存欲求容認	3.87(0.69)	4.01(0.92)	3.76(0.76)	4.14(0.67)	3.83(0.95)	3.96(0.99)	3.79(1.03)	4.11(0.93)	0.07	6.39*	0.47
道具的依存欲求	3.87(0.73)	3.62(0.96)	3.55(0.85)	3.75(0.76)	3.46(1.15)	3.63(0.92)	3.51(0.92)	3.66(1.03)	0.70	0.44	1.03

*****p* < .001, ****p* < .005, ***p* < .01, **p* < .05, [†]*p* < .10

Table6 添い寝の期間と性別ごとの各尺度の平均値(SD)

	0~3歳まで添い寝		4~5歳まで添い寝		6歳をこえて添い寝		添い寝の期間 F値	性差 F値	交互作用 F値
	男性(<i>n</i> =28)	女性(<i>n</i> =24)	男性(<i>n</i> =39)	女性(<i>n</i> =35)	男性(<i>n</i> =37)	女性(<i>n</i> =75)			
道具的依存欲求容認	3.37(0.86)	3.84(0.95)	3.67(0.91)	3.81(0.86)	3.68(0.94)	3.98(0.80)	1.15	6.13*	0.62
情緒的依存欲求	3.26(0.76)	3.66(0.92)	3.32(0.77)	3.83(0.87)	3.29(1.06)	3.77(0.87)	0.28	13.88****	0.08
情緒的依存欲求容認	3.51(0.71)	4.00(0.92)	3.96(0.88)	4.15(0.84)	3.97(0.90)	4.15(0.86)	2.84 [†]	5.76*	0.71
道具的依存欲求	3.59(0.72)	3.51(0.93)	3.61(0.81)	3.72(0.84)	3.58(1.05)	3.59(0.90)	0.27	0.01	0.20

*****p* < .001, ****p* < .005, ***p* < .01, **p* < .05, [†]*p* < .10

3. 考察

本研究の目的は、添い寝経験と依存欲求の関係、および添い寝経験と相互依存関係の成立について明らかにし、子離れや親子間の心理的距離について考察することであった。そのため、因子分析後のデータから添い寝の有無、位置および期間によって依存欲求のどの側面が高まるのかについて考察した。本調査の分析対象者全体に占める添い寝あり群の割合は74.4%であった。吉田・浜崎(2013)の結果でも、全体に占める添い寝あり群の割合は74.4%であり、本調査の被験者が乳幼児であった1980年代半ば～1990年代初めごろにおいて添い寝が主流の就寝形態であったことが確認された。

(1) 道具的依存欲求尺度について

添い寝の位置や期間および性差の効果は認められなかったが、添い寝経験の効果が見られ、添い寝経験のある者は、添い寝経験のない者に比べ道具的依存欲求得点が高かった。吉田・浜崎(2013)の研究でも、同様の結果が示されている。夜間の添い寝によって道具的依存欲求が高くなるという結果が出たことについては、夜間子どもが空腹やおむつが濡れたことからくる不快感、暗闇・雷鳴などへの恐怖を感じた時、それらを速やかに取り除く親の応答性の良さが子どもの依存欲求の高まりにつながっているという可能性が考えられる。不快感や恐怖など、子どもが自分一人では乗り越えられない心理状況に直面した時、親は授乳したりおむつを取り替えたりなどして不快感を取り除いてやったり、優しく声をかけ、体をトントンと叩いて恐怖を和らげてやったりする。滝川(2006)は、啼泣→不快の除去(⇒快)の積み重ねにより、乳児の啼泣はしだいに不快を除くための能動的な働きかけの色彩を帯びてくると指摘している。したがって、このような「求めれば、叶えてくれる(琴浦, 2009)」経験を積み重ねることにより、子どもは親に道具的に依存するようになっていくのではないだろうか。数井・遠藤(2005)は、日本的な養育条件として親が子どもとの密接感を重視することをあげている。そして、実質的には子どもの依存を奨励する傾向が否めないと指摘している。この指摘からは、子どもとの密接感重視による親の応答性の良さが過干渉につながり、子どもを依存させる傾向にあるとも考えられる。

本尺度において位置の効果が見られなかったことについて、「求めれば、叶えてくれる」経験の積み重ねを考えたとき、「誰」と添い寝しているかということよりも、誰かと添い寝をしていたという経験そのものの影響の方がより大きいのではないかと考えられる。親と添い寝をしている場合には、きょうだいと添い寝している場合よりも「求めれば、叶えてくれる」経験を積み重ねやすいと考えられるが、きょうだいと添い寝をする場合、たいていは子どもがある程度成長し、夜中の授乳やおむつ交換が必要なくなった頃に開始されると推測される。そのため、たとえきょうだいとの添い寝であっても、夜中に感じる不安や恐怖はある程度、きょうだいが隣に寝ていることで和らげられたと考えられる。そのため、誰と添い寝していたか、ということにかかわらず、誰かと添い寝をしていた経験そのものが他者への道具的な依存を強める効果を持ったのではないかと推察されるのである。期間の効果が見られなかったことについては、添い寝が自尊感情の発達に及ぼす影響についての研究で示唆されたように、夜間に添い寝をしていた期間の長短に影響されるものではなく、他者への道具的な依存心を育てる要因が添い寝場面以外の経験によるものが大きいことを示しているのかもしれない。性差がみられなかったことについて、辻(1969)は道具的依存には性差がないと指摘している。情緒的な支えを得たいという欲求に比べ、困っているときや悩んでいるときに具体的な援助を得たいという欲求は、男女を問わず受け入れられやすいのかもしれない。

(2) 情緒的依存欲求尺度について

添い寝経験や添い寝の位置および期間の効果は認められなかったが、性差の効果がみられ、男性に比べ女性の情緒的依存欲求得点が高かった。情緒的依存における性差については、男性に比べ女性の依存の度合いの高さが指摘されている(辻, 1969; 関, 1982; 竹澤・小玉, 2004 など)。多治見(1997)は、女性にみられる他者への従属性について述べたうえで、男性にとって(女性のように従属し)主体性がないことは情けないことであると指摘している。この結果には、男性に比べ女性の情緒的な依存が受け入れられやすい一方、男性に対しては自立が望まれる傾向にあるという社会的要因や、男性は女性に比べて人に頼らず行動するものだ、などの依存に対する一般的な考え方の違いが表れているのかもしれない。そのため、添い寝経験の有無や添い寝のしかたよりも、添い寝以外の場面に反映される親の養育態度や親子を取り巻く社会的要因が他者への情緒的な依存の度合いに影響を与えるのだと考えられる。

(3) 道具的依存欲求容認尺度について

添い寝経験や添い寝の位置、期間の効果は認められなかったが、性差の効果がみられ、男性に比べ女性の道具的依存欲求容認得点が高かった。道具的依存欲求容認尺度は、「一人では片づけられない仕事を抱えた人を手伝ってやる」というように、他者の課題達成や困難の克服のために具体的な援助を行う度合いを測るものである。本研究の結果から、女性が他者に対して「(何かを)してあげたい」という支え意識を抱いた時には、援助として具体的援助行動に移している可能性がより高いといえるのではないかと考える。多治見(1997)によれば、女性は愛する者のため、時には守るべき自分の立場や感情、体力を越えて他者に尽くしてしまうという。そして、女性にとっては夫などの他者に従属し、尽くすことが文化の潜在的なメッセージであるとも述べている。その一方で、男性にとっては奉仕することは情けないことなのでも指摘している。つまり、この結果は女性が抱く他者への支え意識の高さと実行可能性を示す一方で、性役割意識の違いやまめまめしく他者の世話を焼く女性が評価されるなどの社会的要因によって、依存に対する価値観の違いが点差となって表れた可能性があるのではないだろうか。情緒的依存欲求尺度と同様に、この尺度においても、添い寝経験の有無や添い寝のしかた以上に添い寝以外の場面に反映される親の養育態度や親子を取り巻く社会的要因が他者からの道具的な依存を受け入れる度合いに影響を与えたことが推察される。

(4) 情緒的依存欲求容認尺度について

添い寝の位置の効果は認められなかったが、添い寝経験、添い寝の期間および性差の効果がみられ、添い寝経験がある者は、添い寝経験のない者に比べ情緒的依存欲求容認得点が高い傾向にあった。子どもと添い寝をしていると、布団の中で子どもがその日あった出来事を話してくれたり、昼間は聞けなかった本音を聞かせてくれたりすることがあるという。そんな時には子どもの気持ちを受け止め、慰めたり励ましたりすることもできるであろう。また、添い寝をしていれば、夜間に子どもが体調を崩しても親が速やかに対処できる。子どもの訴えを聞いて薬を飲ませるなどした後は、慰めて寝かしつけるものである。このような相互行為の繰り返しにより、子どもは他者をいたわり、慰めることを覚えていくのではないだろうか。0～3歳まで添い寝をしていた者に比べ、4～5歳までおよび6歳をこえて添い寝をしていた者の情緒的依存欲求容認得点が高かったことについては、子どもが親の行

動規範を取り入れ根付かせるためには親が家族をいたわったり、励ましたりする行為により多く触れることが必要なのであろうと推測される。また、男性に比べ女性の情緒的依存欲求容認得点が高かったことについては、情緒的依存欲求容認尺度は、「病気の人や落ち込んでいる人を支えてやりたいと思う」というように他者が困っているときや悩んでいるときに精神的助力を与えようとする度合いを測るものであり、この結果は女性が他者に対して抱く支え意識の高さを示しているのではないだろうか。添い寝の位置の効果が見られなかったことについて、先行研究(森岡, 1973; 飯長ら, 1985; 片山ら, 2008)で示されているように、日本では家族が1つの部屋にまとまって就寝していることが多い。さらに、篠田(2004)家族の就寝形態の決定について、家族関係も就寝形態を決める要素であることを指摘していることから、添い寝している家族の場合、子どもが誰の隣で寝ていたとしても、就寝時だけでなく、それ以外の場面においても親が家族をいたわったり励ましたりする場面を目にする頻度がより高いのではないかと考えられる。

4. まとめ

本調査では、添い寝経験により依存欲求のどの側面が高まるのか、また、添い寝経験により相互依存関係が成立するのかについて考察した。その結果、添い寝経験と道具的依存欲求および情緒的依存欲求容認との関係が示唆された。

添い寝経験により、家族への情緒的な依存欲求が高まることを通じて他者への情緒的な依存も高まると予測していたが、本調査結果では、添い寝経験により他者への道具的依存欲求が高まることが示された。応答的な添い寝によって、子どもは「求めれば、叶えてくれる(琴浦, 2009)」という体験を積み重ねる。親をはじめとする大人との相互行為の積み重ねにより、子どもは満たされ、安心感を得る。そうして安全基地を得た子どもは、積極的な探索行動を拡大し、自立へと向かっていく。その一方、親に求めて何かをしてもらうという経験の繰り返しは道具的な依存心を芽生えさせたとも考えられる。そのため、添い寝経験により情緒的依存欲求ではなく、道具的依存欲求が高まったのではないだろうか。

また、添い寝経験のある者は他者に道具的に依存し他者の情緒的依存を受け入れるという形の相互依存関係を成立させていることが示唆された。添い寝経験がある者の依存欲求については上述したが、他者の依存欲求の受け入れについて、道具的依存欲求容認ではなく情緒的依存欲求容認の度合いが高まることについては、回答者の添い寝経験が子ども側のものであり、主に「求めて何かをしてもらう」側であったことによるものと考えられる。子ども側としては、親に添い寝をしてもらっている時、自分が誰かの求めに応じて何かしらの行動を起こすことよりも、親が自分たち家族に対していたわりや励ましといった行動を起こすことの方が多かったのではないだろうか。そのため、道具的依存欲求容認ではなく、情緒的依存欲求容認の度合いが高まったのであろう。

本稿では、依存に「課題達成のために他者からの具体的助力を得ようとする」道具的依存と「自分が困っているときや悩んでいるときに他者の反応や行動から精神的助力を得ようとする」情緒的依存があり、それらが相互に関わり合いながら存在するものと仮定していた。分析の結果、情緒的依存欲求と道具的依存欲求に中程度の正の相関がみられたことから、情緒的依存欲求と道具的依存欲求はそれぞれが独立して現れるのではなく、相互に関わりを持って存在していると言えるであろう。

本研究においては、依存欲求および依存欲求容認の度合いに添い寝の位置による明確な差は見られなかった。しかし、篠田(2009)では、母親中央型の添い寝では子どもの社会性や自立心が育ち、子ども中

中央型の添い寝では社会性や自立心の育ちが遅れるとされ、添い寝の位置による子どもの心理的発達の違いが明確にされている。本研究と篠田(2009)とでこのような違いがみられたことについては、分類方法の違いや両研究における回答者の就寝形態の分布の違いがその要因として考えられる。篠田(2009)では父子間の距離が重視されているため、「母親中央型」として示されているのは母親を挟む形で父親と子どもが位置する就寝形態である。一方、本研究では回答者に「身体が接触する距離で常態的に就寝していた人物」を位置関係とともに図示するよう指示しており、父子の距離は特別視していない。「母親との添い寝」には①母親が端に位置し、その隣に子どもが一人または複数並ぶ形態、②母親の両隣に子どもが位置する形態、③母親の両隣に父親と子どもが位置する形態、④母子が添い寝し、父親別室の形態、という4パターンの回答が含まれることが予想されたのであるが、実際には①②の回答のみが見られ、篠田(2009)の「母親中央型」を示す③の回答は見られなかった。

本研究が対象としていない「子ども別室型(一人寝)」を除き、篠田(2009)が「子どもの生きる力を育む寝かた」として推奨する「母親中央型」以外の就寝形態では、社会性、自立心ともに発達が未熟であるとされている。したがって、「母親中央型」の見られなかった本研究の回答者については依存欲求および依存欲求容認の度合いに添い寝の位置による明確な差が見られなかったという可能性も考えられる。また、これらの知見からは、父子の距離という新たな視点から添い寝を考えることの重要性も示唆されるのではないだろうか。

第5章 総括

第1節 本研究のまとめ

これまで述べたように、添い寝に関して保護者が抱く悩みは多い。子育てについて相談できるインターネットサイトには、さまざまな内容の質問や悩みが驚くほど多数寄せられている。欧米では添い寝が自立心の発達を阻害するという考え方もあり、「添い寝をしてもよいのか」「いつまでならしてもよいのか」など、添い寝が子どもの心理面に与える影響が懸念されている。

第2章で扱った添い寝の頻度についての調査では、男児は「毎日(添い寝している)」が72.0%、「ほぼ毎日(添い寝をしている)」が24.4%、女児は「毎日(添い寝している)」が79.4%、「ほぼ毎日(添い寝をしている)」が13.7%と、男児・女児とも「毎日」と「ほぼ毎日」を合わせると90%以上の子どもが毎日のように添い寝をしており、添い寝が習慣化していることが明らかになった。この調査では、大多数の子どもが毎日のように添い寝をしていることが示されたが、保護者が理想とする添い寝の頻度についても併せて調査したところ、男児(の保護者)は「毎日(添い寝をするのが望ましい)」が51.0%、「ほぼ毎日(添い寝をするのが望ましい)」が16.1%、女児(の保護者)は「毎日(添い寝をするのが望ましい)」が45.8%、「ほぼ毎日(添い寝をするのが望ましい)」が20.0%と、どちらも「毎日」と「ほぼ毎日」を合わせた割合は70%を切っており、実際に添い寝をしている頻度に比べて20%程度低いことが明らかになった。

しかし、実際に添い寝をしている頻度については、「子どもが必要とするときのみ(添い寝をしている)」男児(の保護者)が3.6%、同じく女児(の保護者)が6.9%であるのに対し、理想とする添い寝の頻度についての回答では、「子どもが必要とするときのみ(添い寝をするのが望ましい)」の割合が高く、男児で32.9%、女児で34.2%と、実際の添い寝の頻度よりどちらも20%以上高かった。これらの結果からは、親がもう少し添い寝の頻度が低くてもよいのでは、と考えている様子が窺える。

また、添い寝をする主な理由には、子どもとのコミュニケーションを目的とするもの、夜中に子どもが体調を崩したり、トイレに行きたくなったりして目を覚ました場合に迅速に対応できるようにという配慮によるもの、母親自身に添い寝をしてもらった経験があり、自分の子どもにも同じように添い寝をしているというもの、子どもの年齢的な理由、居住スペースの都合によるものなどが挙げられた。森岡(1973)や飯長・篠田・大久保・中野・大八木(1985)等の先行研究では、日本では居住スペースといった環境的要因とは関係なく家族が寄り添って寝る傾向があり、添い寝が子どもの就寝時における親の関わり方として重視されてきたことが指摘されているが、本調査の結果からも添い寝が住宅事情からだけでなく、就寝時の子どもとのかかわり方の一つとして選択されていることが読み取れた。この調査では、多くの保護者が子どもとの向き合い方、かかわり方の一つとして添い寝を選択し、毎日のように添い寝をしている一方で、もう少し頻度が低くてもよいのではと考えていることも示唆された。

次は、添い寝をしてもら側である子どもがもつ添い寝に対する意識について概観する。

大学生が添い寝に対して抱くイメージの分析では、添い寝が心身両面に影響を与える可能性が示唆された。「あたたかさ・楽しさ」「ぬくもり」「心地よさ」など楽しさや居心地の良さ、家族の仲の良さをうかがわせるイメージが中心であったが、「暑苦しい」「狭い」など体の大きな大人と密着した就寝形態ならではのイメージをうかがわせるワードも若干ではあるが含まれていた。

また、添い寝に関する思い出の分析では、母親が子どもの隣で子守唄を歌いつつ、子どもの背中をポンポンと優しくたたき、寝かしつけている情景を示すようなワードが並ぶ一方、親に関連する「うるさい」「いびき」「挟まる」など親子が密接して就寝する添い寝ならではのワードも見られた。家族が「日常的に社会的・身体的接触のどちらか、または両方を緊密に行いながら多様な方法で眠る」状態にあるか

らこそ、仲の良さをうかがわせるイメージや思い出だけでなく、圧迫感を連想させるようなワードも見られるのであろうが、子どもが心身ともに成長し自立に向かい始めたら、速やかに一人寝できる環境を用意することも必要であろう。このように、本研究では添い寝が子どもの心理に影響を与える可能性が示唆された。そこで、第3章第3節および第4節では、就寝形態が子どもの心理的発達に及ぼす影響についての先行研究を踏まえた上で、添い寝が子どもの愛着および自尊感情、そして信頼感、自立心、依存心に与える影響について、性差や添い寝の期間、および位置関係による違いを調査・検討した。

添い寝が親への愛着に及ぼす影響についての研究では、添い寝経験が愛着スタイルを安定したものにするという結果は得られなかった。しかし、多くの先行研究(篠田ら, 1990;北浦, 2004;数井ら, 2005;片山, 2006;片山, 2010)において日本では母子関係が第一に考えられていることが報告され、また、数井・遠藤(2005)の子どもとの密接感を重視し、子どもの依存を奨励するような文化の背景が日本で ANBIVARENT 型愛着の型を主流にしているという指摘を裏付けるように、母親の隣で添い寝をしていた者の ANBIVARENT 得点が高かった。この結果からは、先回りして子どもの世話を焼くなどして過保護や過干渉になることを避け、適度に心理的な距離を保って子どもに接することを心がける必要性が理解できよう。また、添い寝と AVOIDANT 型愛着の形成については、3歳までに添い寝をやめた者および6歳以上まで添い寝をしていた者の得点が高かった。この結果からは、一人寝へと導くタイミングの大切さが示された。4～5歳という自立心や挑戦しようとする気持ちが活発になる時期を逃さず、かつ自立の後押しをする際には拒絶的にならないよう慎重になる必要があると考える。また、この調査では SECURE 尺度および ANBIVARENT 尺度に性差が見られ、男性の方がより安定した愛着を形成しやすいという結果が示された。数井ら(2005)が指摘するように、日本的な養育条件が ANBIVARENT 型愛着の型を主流にしているのであれば、女兒については男児以上に適切な心理的な距離を保って接することが必要なのではないだろうか。

添い寝が自尊感情に及ぼす影響についての研究では、自尊感情と添い寝経験との間に著しい関係は認められなかった。古荘(2009)によれば、自尊感情に影響を与える要因として母子関係の緊密さ、両親の受容的態度などが関与しており、特に幼児期の母親との関係性が自尊感情に大きく影響を与えるということである。したがって、添い寝経験と自尊感情の形成には何らかの関係があることが予想されたのであるが、自尊感情を形成するには、夜間の添い寝で慰める・世話をするなど、身体的接近・接触をすることで子どもの恐怖心や不快感を解消してやること以上に、普段から親子関係を緊密なものにし、子どもに成功体験を積み重ねさせるなど、添い寝場面以外での経験が重要なものかもしれない。

添い寝が子どもの信頼感・自立心・依存心に及ぼす影響についての研究では、まず、自己に対する信頼感を示す基本的信頼感について、両親の間で添い寝をしていた男性の得点が高くなることが示された。子どもを両親の間に挟んだ形の川の字は、父母が共同で子育てし、子どもが父母に同程度の愛着を抱くことができる就寝形態(篠田, 2009)であるため、子どもにとってはより安心感や満足感が得られやすく、相良(2007)が女性に比べ男性の基本的信頼感が高いことを指摘していることから、添い寝の効果は男性の方により表れやすいことを示しているのではないだろうか。

次に、他者に対する信頼度を示す対人的信頼感尺度について、母親の隣で添い寝をしている男性の得点が高いことが示された。この結果は、男性にとって、対人的信頼感を得るためにはまず、母親という特定の者に対する信頼感が十分に形成されることが必要であり、母親への信頼感が十分に形成されることによって、その後関わる一般他者に対しても信頼感を抱きやすくなるということを示していると思われる。

る。添い寝の期間の効果については、3歳までに添い寝をやめた男性の得点が高いことが示された。相良(2007)が対人的信頼感には常に女子が高い値を示すことを指摘していることから、女性にとって早期に添い寝をやめることになった場合の影響は男性より大きく、自立の準備ができていなかったために対人的信頼感が十分育まれなかったことが可能性として考えられる。篠田(2009)は、3歳までの間に一人寝を始めさせる場合、夜間の接触不足を昼間積極的に補い、親子の信頼感を育てる必要があると述べている。つまり、3歳までの時期は一人寝を始めるのにはまだ早いとも考えられ、その時期に添い寝をしていつか否かにより親への信頼感の形成のしかたが異なったという可能性も考えられるのである。

自立心については、添い寝経験がある女性の得点が高いことが示された。本調査結果では、添い寝経験が女性の自立心の形成に対してより顕著な影響を与える可能性が示唆されたのであるが、どの時期までの添い寝が自立心を高めるのに望ましいかについて考えたとき、本研究では明確な時期を導き出すことはできなかった。自立心の形成について篠田(2009)は、「3歳までの乳幼児にとって、別室に寝かされることで時に感じる恐怖が情緒不安定の原因となるが、4歳からは時に恐怖を与える親との距離が子どもに自己を自覚し、自立を促す契機となる」と指摘している。自立心を育むという観点から、このように自立を高めるのに適したタイミングが存在するのであれば、その時期には子ども用の寝具を用意してやったり、子ども部屋があるならばそこで寝られるようにしてやったりするなど、できるだけ自立の後押しをする形で就寝形態を見直したほうがよいであろう。

第4章の添い寝が対人依存-被依存に及ぼす影響についての研究では、親への依存性には性差の効果のみがみられ、女性の依存性が高いことが示された。中塚・清重(2008)および菱田(2003)の報告において依存性は女性により顕著に認められることが指摘されており、この結果は先行研究を支持するものとなったのであるが、少なくとも本研究の調査対象者においては添い寝経験と親への依存性に顕著な関係は見られなかった。情緒的依存欲求尺度は、他者との情緒的で親密な関係を通して自らの安定を得ようとする度合いを測定するものであるが、本調査では添い寝経験がある者の得点が高い傾向にあった。就寝形態の決定や添い寝の意味合いなどについて、多くの先行研究の指摘によれば、子どもの就寝形態に親の育児観や養育態度が表れるということは明白であり、日本的な親の養育態度や生活習慣が子どもの情緒的依存度を高めていることも容易に推測できるのである。道具的依存欲求の尺度は、自身の課題や問題解決のために、他者からの具体的な援助を求めようとする度合いを測定するものであるが、本調査では添い寝経験のある男性の道具的依存欲求得点が高かった。夜間、親が応答的に添い寝をすることで、子どもは親に訴えて何かをしてもらうという経験を日々積み重ねていく。その過程で親に道具的に依存することを覚えていくのではないだろうか。男性に添い寝の効果がより顕著に表れたことについて、佐藤(1993)は親への愛着が対人的態度に与える影響は、男性の方が大きいことを指摘している。応答的に添い寝することにより親子の相互行為が増え、子どもは養育者により強い愛着を抱くようになる。男性の方が親への愛着により強い影響を受けるからこそ、添い寝経験が道具的依存欲求に与える影響も男性により強く表れたのであろう。

添い寝の経験によって情緒的依存欲求および道具的依存欲求が高くなるという結果が出たことについては、子どもが求め、親がそれに応えるという相互行為の積み重ねによるものだけでなく、添い寝場面以外における親の養育態度もその要因として考えられる。また、自立心と依存心にも添い寝経験の効果が表れ、信頼感には添い寝の位置および添い寝の期間の効果が表れた。さらに、子どもを一人寝へと導くタイミングの重要性も示唆された。しかし、それだけではなく、母子の密接感を何より優先すること

によって結果的に依存を奨励するような養育態度を見直し、過干渉にならないよう心理的距離を保って接することを心がけるべきであるということも同時に示されたのである。

第3章の第2節では、添い寝が子どもにとってどのようなものであるかを探るために、添い寝のしかたにより子どもの就寝儀式の内容にどのような違いがあるのか、つまり、添い寝のしかたが異なることで、子どもの就寝に臨む心構えがどのように違ってくるのかについて分析を行った。この研究では、誰と添い寝をしているか、どれぐらいの頻度で添い寝をしているかによって子どもの就寝儀式の内容に違いが表れることが示され、添い寝時に少なくとも母親が「そばにいてくれる」ことに加え、「朝までずっと添い寝してくれる」と子どもに感じさせることの重要性、および「絵本を読む」「おしゃべり」や「しりとり」などの積極的就寝儀式の習慣化の必要性が感じられた。黒川(1999)指摘で示されるように、親が添い寝をしているから、またお気に入りのぬいぐるみがそばにいるから十分であるということではなく、子どもが安心して眠れる環境や習慣をいかに作ってやるかということこそが重要なであろう。

添い寝が子どもの信頼感・自立心・依存心に及ぼす影響についての分析では、添い寝経験が依存心を高める可能性が示唆された。分析の結果、添い寝経験と道具的依存欲求および情緒的依存欲求容認との関係が示唆された。先行研究では日本では居住スペースとは関係なく家族が寄り添って寝る傾向にあり、就寝形態は人間関係を重視して決定されていることが示されていたことから、添い寝経験により家族間の情緒的な依存欲求が高まることを通じ、他者への情緒的な依存も高まると予測していた。しかし、本調査結果では添い寝経験により他者への道具的依存欲求が高まることが示された。応答的な添い寝によって、子どもは「求めれば、叶えてくれる(琴浦, 2009)」という体験を積み重ねることができる。そのような相互行為の積み重ねにより、子どもは満たされ安心感を得る。そうして安全基地を得た子どもは積極的な探索行動を拡大し、自立へと向かっていくのであるが、その一方で、親に訴えて何かをしてもらうという経験の繰り返し子どもに道具的な依存心を芽生えさせたとも考えられる。そのため、添い寝経験により情緒的依存欲求ではなく、道具的依存欲求が顕著に高まったのではないだろうか。

また、添い寝経験により他者に依存し他者による依存も受け入れる形の依存関係である相互依存関係を成立させることができるようになっていたと考えていたが、添い寝経験のある者は、他者に道具的に依存し他者の情緒的依存を受け入れるという形で相互依存関係を成立させていることが示された。添い寝経験がある者の依存欲求については上述したが、他者の依存欲求の受け入れについては、回答者の添い寝経験が子ども側のものであり、主に「求めて何かをしてもらう」側であったことによるものと考えられる。子ども側の添い寝時の経験としては、求めに応じて他者のために何かをすることよりも、親が自分たち家族をいたわったり、励ましたりする行為に触れることの方が多かったのではないだろうか。そのため、道具的依存欲求容認ではなく、困っているときや悩んでいるときに他者が自分の反応や行動から精神的助力を得ようとすることを受け入れる、情緒的依存欲求容認の度合いが高まったのであろう。

また、本研究では、普段自分でできることであっても、置かれた場面が変われば他者の手を借りようとするように、情緒的依存欲求と道具的依存欲求は相互に関わりを持っており、場面に応じて優勢になる面も変わると仮定していたのであるが、分析の結果からは情緒的依存欲求と道具的依存欲求のそれぞれが独立して現れるのではなく、相互に関わりを持って存在していることが示唆された。本研究では、添い寝経験により他者への道具的依存欲求が高まることが示される一方、情緒的依存欲求については添い寝経験の顕著な効果がみられなかったのであるが、道具的依存欲求が高まることにより情

緒的依存欲求にも多少なりとも影響が表れるのではないかと推察される。

第2節 望ましい添い寝のありかたへの提言

第1節では各章の総括を行ってきた。以下、望ましい添い寝のありかたへの提言を行っていきたいと思う。

吉田・浜崎(2013)が大学生および大学院生を対象に行った調査では、幼いころ添い寝をしていたと回答した者の割合は74.4%と、被験者が乳幼児であった1980年代半ば～1990年代初めごろにおいては添い寝が主流の就寝形態であったことが確認された。また、2013年11月～2014年6月にかけて、4～5歳の幼稚園児の保護者を対象に行った添い寝の実態調査では、添い寝をしている子どもの割合が男児・女児ともに80%台後半であったことから、こちらでも添い寝が主流の就寝形態であることが確認できた。

森岡(1973)および飯長・篠田・大久保・中野・大八木(1985)の先行研究では、添い寝が居住スペースといった環境的要因とは関係なく、子どもの就寝時における親の関わり方として重視されてきたことが指摘されている。このことについては、本稿の調査でも同様の結果が示された。同時に、大部分の家庭において添い寝が習慣化している様子も読み取れたのであるが、親としてはもう少し添い寝の頻度が低くてもよいのでは、とも考えているようである。

添い寝をしてもらう側の子どもにとって添い寝がどのようなものであるか調べるために行った調査である。大学生が添い寝に対して抱くイメージや添い寝に関する思い出についての自由記述を分析したところ、添い寝が子どもの心身両面に影響を与える可能性が示唆された。そこには楽しさや居心地の良さなど、家族の仲の良さや添い寝に対する肯定的なイメージをうかがわせるようなワード、および就寝前に絵本の読み聞かせをしたり、その日あったことなどを中心に会話をしたりするなど、親子でコミュニケーションを図っている様子が浮かぶようなワードが並んでいた。しかし、その一方で「暑苦しい」「狭い」など、就寝時に添い寝をしている人物と密着することによって圧迫感を覚えている様子を感じさせるようなワードも少ないながら含まれていたのである。

添い寝を暑苦しい、狭いと感じる要因としては第一に就寝スペースの狭さが考えられる。添い寝の位置関係について、調査結果では半数以上の子どもが「母親の隣」で添い寝していた。その次に「両親の間」が続いた。就寝儀式の研究では、子どもが安心して就眠するためには少なくとも母親が添い寝に介在すること、そして自分のそばに両親のどちらかが朝までそばにいてくれると感じることが必要であると示唆された。子どもを両親の間に挟んだ形の川の字は、父母が共同で子育てし、子どもが父母に同程度の愛着を抱くことができる就寝形態であるため、子どもの情緒が安定する(篠田, 2009)ことから、子どもにとってはより安心感や満足感が得られやすい就寝形態であると考えられる。しかし、このように子どもにとって望ましいと思われる就寝形態であっても過度に密着する状態は好まれないようである。

就寝スペースは環境条件だけでなく、添い寝をする人物や子どもの体格にも左右される。体の大きな父親との添い寝では必然的に子どもが寝られるスペースが狭くなるであろうし、隣が母親であっても子どもが成長するに従って就寝スペースは狭くなってしまふ。夏はよほど空調を効かせていないと寝苦しさを覚えるであろうし、その印象が心に残りやすいのではないだろうか。「暑苦しい」「狭い」と回答した者については、一人寝に移行する適切なタイミングを逃してしまったとも考えられる。

就寝形態の決定について、片山(2006)は母親が物理的要素よりも人間関係、特に母子関係を重視して決定しており、母親の育児観が反映されていることを指摘している。また、数井・遠藤(2005)は、日本的

な養育条件として親が子どもとの密接感を重視することをあげ、実質的には子どもの依存を奨励する傾向が否めないと指摘している。本稿の調査結果からは、添い寝の経験により情緒的依存欲求および道具的依存欲求が高くなることが示されたが、その要因の一つとしては、添い寝という就寝形態の選択に表れる日本的な養育態度があげられるであろう。親に訴えて何かをしてもらうという経験の繰り返しは、子どもの心に道具的な依存心を芽生えさせ、子どもとの密接感を重視するような養育態度が情緒的依存欲求を高めているのではないだろうか。本稿の調査結果および先行研究で得られた知見からは、子どもが心身ともに成長し、一人寝への移行が可能になったと感じられるタイミングを見計らい親から独立して就寝できる環境を用意するなど自立を促すことも大切であり、親は適度な心理的距離を保つということに留意しつつ子どもを養育する必要があると考えられる。

一方、添い寝と自立心の関連を調査した結果からは、従来の性別役割意識により男性が女性に比べて自立を奨励されているという可能性も示唆されたのであるが、篠田(2009)が4歳の息子と添い寝をしていた頃のエピソードにより語っているように、子どもと添い寝をしている多くの保護者が懸念する「親への依存心が強くて心配」な状態は、一人寝を始めてしまえばある程度解消されるものであるとも考えられる。むしろ、一人寝に移行する適切なタイミングを外したと考えられる場合の方が問題は大きいのではないだろうか。本研究の結果では、3歳までの間に添い寝をやめた者および6歳以上まで添い寝をしていた者は、4～5歳まで添い寝をしていた者に比べAVOIDANT得点が高かった。3歳までに一人寝を始めた子どもの親は、4～5歳まで添い寝をしていた子どもの親に比べ、子どもの自立を奨励する傾向にあることが考えられる。まだ自立の準備が十分できていない段階において、親が一人寝を始めさせるためのかわりをしたことが、子どもにとって拒絶的に受け止められた可能性が推察される。一方、6歳以上になっても添い寝をしていた場合は、親が子どもに自立を望んで身体接触を拒絶するような態度をとることが原因ではなく、一人寝へと導くタイミングの悪さによるものであると推測される。4歳代という挑戦心旺盛な時期に、子どもの側に一人寝を始める準備ができていたにもかかわらず、子ども用の布団を敷くスペースがなかったり、親がまだ一人寝させるには子どもが幼いと考えるなどして添い寝を続けたことで、一人寝を始めるタイミングを逸してしまった可能性がある。タイミングを逃した原因が子どもに対する無関心であったり、子どもからのサインを適切に受け止めていなかったりすることによるのであれば、子どもは自分が親から拒絶されたと受け止め、回避型の愛着を形成すると考えられる。篠田(2009)も、3歳になるまでに一人寝を始めさせる場合については夜間の接触不足を昼間積極的に補い親子の信頼感を育てる必要があると述べている。

添い寝経験が信頼感・自立心・依存心に及ぼす影響についての研究では、3歳までに一人寝を始めた場合、AVOIDANT得点が高くなることが示された。また、特に女性について、この時期に一人寝を始めさせた場合、親への信頼感が育ちにくい可能性が示唆された。依存性は女性により顕著に認められるとされており(中塚・清重, 2008; 菱田, 2003)、調査結果からも親への依存性は女性の方が強かった。これらの知見を鑑みるに、もし一人寝への移行が自発的でなかったのであれば、女性は親に拒絶されたという感覚をより強く抱いたのではないだろうか。そのため、早期に一人寝を開始した影響は、男性よりも女性に強く表れたのではないかと考えられる。また、同調査からは、男性にとって対人的信頼感を得るためにはまず、母親という特定の者に対する信頼感が十分形成されることが必要であり、母親への信頼感が十分形成されることによってその後関わる一般他者に対しても信頼感を抱きやすくなるということが読み取れた。

添い寝経験と愛着の形成についての研究では、①親が応答的に添い寝をすることにより相互行為が増え、子どもは親への安定した愛着を形成する。②したがって、添い寝経験のある者は安定した愛着を形成し、親を安全基地として自立の方向へ向かっていく。このように仮定し、調査を進めた。しかし、結果は添い寝経験と SECURE 得点に著しい関係がみられず、母親の隣で添い寝をしていた者の ANBIVARENT 得点が高いというものであった。

母親が添い寝に介入することで、子どもは母親以外の者と添い寝をしている場合に比べ、母親とより応答的な関わりを持つことが推測できる。しかし、その応答性が過干渉につながっている可能性も考えられるのである。数井・遠藤(2005)は、子どもとの密接感を重視する日本的な文化の背景が、日本で ANBIVARENT 型愛着の型を主流にしたと推測している。もし、子どもとの密接感を重視するあまりに先回りして世話をしてしまっているのであれば、そのような養育態度が就寝形態の選択や子どもとの関わり方にも表れ、添い寝経験がある者の ANBIVARENT 得点が高くなるという結果に結びついたと考えられる。

また、この研究においては、女性に比べ男性の方がより安定した愛着を形成しやすいという可能性が示されたのであるが、日本的な養育条件が ANBIVARENT 型愛着の型を主流にしているのであれば、女兒については男児以上に適切な心理的距離を保って接することが必要であろう。母親は特に、女兒に自分の思いを投影し、過干渉や過保護な状態で養育することを避けるべきではないだろうか。

本稿における研究結果からは、添い寝が環境的要因からばかりでなく、子どもとの向き合い方、関わり方の一つとして選択されていることが窺えた。その背景には、特に母親が子どもとの親密な関係を望み、就寝形態の選択においても親子関係を第一に考えるという伝統的な子育て観があると考えられる。さらに、添い寝の実態調査では、添い寝をしてもらった経験を持つ親は、そのほとんどが自身の子どもにも添い寝をしており、添い寝経験が伝承されていることが示された。しかし、同時にこの調査では、添い寝が習慣化し、半数以上の子どもが毎日のように母親の隣で添い寝をしている様子を読み取ることができたのであるが、その一方で親が添い寝の頻度を下げたいと思っている様子も示されたのである。

本稿の調査によって、子どもと適切な心理的距離を保つこと、そして子どもを一人寝へと導くタイミングを図ることの重要性が示唆された。たとえば一人寝へと導く場合には、ただ就寝する場所や就寝形態を変更するだけでなく、普段から母子の密接感を何より優先するような養育態度を見直し、過干渉にならないよう心理的距離を保って接することを意識すべきではないだろうか。篠田(2009)は、「3歳までの乳幼児にとって、別室に寝かされることで時に感じる恐怖が情緒不安定の原因となるが、4歳からは時に恐怖を与える親との距離が子どもに自己を自覚し、自立を促す契機となる」と述べている。それと同時に、「3～4歳までは、できれば日本家屋に住んで添い寝をし、親子の信頼感をしっかり育てておけば、後はなるべく早めに子ども部屋を与えたほうがいい」と、添い寝による信頼感の形成についても言及し、実態として子どもが4歳を過ぎるころから親と別室で就寝する形態が急増することを指摘している。

本稿の実態調査では、4～5歳の子どもは「まだ幼い」から添い寝をしているという回答が少なからず見られたのであるが、添い寝経験と愛着の形成についての研究では、4～5歳が一人寝を始めさせるのに適切なタイミングであることが示され、添い寝経験と信頼感・自立心・依存心についての研究では、4歳ごろまでは添い寝が望ましいという知見が得られた。この時期の子どもの発達を鑑みるに、4～5歳をめどに子どもが自立に向かい始めたタイミングを見計らって一人寝へと導くことを考えてもよいのではないだろうか。また、それを契機に親自身も子どもとの親密な関係を最優先する考え方を見直し、

子どもと適切な心理的距離をとって自立を促す方向に転換してはどうだろうか。ただ、前述したように、Bowlby(1973)は、特に6か月ごろから5歳くらいまでの早期のアタッチメント経験を基礎とする内的作業モデルの構成が、その後の人生にきわめて重要な意味を持つと指摘している。前述したように、4～5歳という年齢の子どもが親の気持ちを理解するための手がかりとするのは言葉と表情である(神田, 2008)。自分を一人寝させようとする親の姿を見て拒絶されたと感じることのないよう、子どもの自立の後押しをする際のかかわり方には十分慎重になる必要がある。子どもが一人寝に取り組むのであれば、親の方にも「先回り育児」を見直し、見守りを基本とした態度に切り替える努力が求められるであろう。

研究結果および先行研究からは期間を区切って応答的に添い寝することの大切さが示され、添い寝をする際にもただ「添い寝」という形式を整えることよりも子どもが安心して眠れる環境や習慣をいかに作ってやるかということこそが重要であるという知見を得ることができた。たとえば、親が添い寝をしているから、また、お気に入りの寝具やぬいぐるみがそばにあるから大丈夫であると考えてのではなく、就寝前に絵本を読み聞かせたり、話をしたり、ちょっとした遊びを取り入れたりして子どもが就寝時間を迎えることに対し楽しみを見出せるような工夫をすることも子どもが安心して眠りにつくためには大切なことなのである。

また、一人寝を開始する適切な時期として4～5歳頃が示されたのであるが、一人寝へと導くことは、自立を促し突き放すことを指すのではない。就寝形態の変更に際しては、あくまでも子どもに一人寝できる心の準備ができたことを慎重に見計らう必要があると考える。子どもが何度も挑戦を繰り返して最終的に一人寝できるようになるまでは、寂しさや不安から夜中に親の布団に戻ってくるのがあってもその頑張りを認めて受け入れ、再び自分の布団で寝てみる気になれるよう援助していくことが大切である。同時に、親の側としても自らの子育て観を見直す契機とすることも求められるだろう。それまで子どもとの密接感を何より重視するような養育態度で子育てに臨んできたのであれば、子どもが自立に向かい始めたことを機に見直すことも必要になるのではないだろうか。ただ、親は子どもの安全基地でもあることを念頭に置き、子どもが不安を感じるなどして親を求めた場合には琴浦(2009)のいう「求めれば、叶えてくれる」という経験を積み重ねていけるようにしておくことも求められるのである。

第3節 今後の課題

第2章の添い寝の実態調査では質問紙という形式で調査を行ったが、保護者と信頼関係を築いた上でインタビュー形式をとることにより、母親が有職か無職か、また勤務形態はフルタイムかパートタイムかなど職業の状態、部屋数など住居の状態、子どもの数や家族構成など、もう少し踏み込んだ質問をすることができたのではないだろうか。たとえば、片山(2006)は母親が物理的要素よりも人間関係、特に母子関係を重視して就寝形態を決定することを報告しており、篠田・飯長・大久保・中野(1990)は、「夫婦関係より、親子一体感を重視する傾向がある」と述べている。子どもと添い寝をしている者の属性をもう少し細かく調査することで、添い寝に対する意識や親の養育態度など、さらに詳細な分析ができ、それによって推測を余儀なくされている部分の裏付けができるであろう。

また、添い寝の現状と理想を比較したところ、もう少し添い寝の頻度が低くてもよいのではないかと親が考えている様子が窺えたのであるが、そのような推測についても、保護者と直接会話をすることにより、ある程度の裏付けを取ることが可能であると考えられる。ただ、この調査は今後さらに添い寝の実態調査を行う上での予備的調査という位置づけで行われたものであり、添い寝が現在も主流な就寝

形態であることが示されたのであるが、ここでは子どもが誰と添い寝するか、いつまで添い寝するか、添い寝の理想像とはどのようなものであるかについて、その一端が明らかにされたといえるであろう。

第3章の第1節では、大学生の添い寝に対するイメージと思い出についての分析を行った。篠田(2009)は、本調査で「母親の隣」と分類する添い寝の位置関係を、「母親を中心とする川の字」と「父親別室で、母子が添い寝」に分類し、考察を加えている。本調査では、添い寝の位置関係について回答者と同室、または同じ寝具で就寝していた者を対象に図示してもらう形式をとったのであるが、中には同室で父親が就寝していないケースも存在した。その場合にも、父親が別室で就寝しているケースと父親不在の家庭であるケースが考えられるが、本調査ではそこまで踏み込んで質問することができなかった。

中野(1997)は、「家族の就寝形態の違いは、家族における父親の存在のしかた、より具体的にいうならば、夫婦関係と父子関係の心理的距離が物理的距離に反映した現象である」と指摘し、「家族の寝方の配置は、夫婦関係よりも父子間の距離を反映する現象である」と述べている。この指摘からは、家庭内における父子の心理的な位置関係により就寝形態が決定されるため、子どもの就寝形態には父親の養育態度が反映されることになり、子どもの心理的発達にも何らかの影響を及ぼす可能性が考えられる。篠田(2004)では父子のかかわりの特徴が「子どもの知的なかかわり」であることが示されており、父親が就寝時の親子のコミュニケーションに介入することにより、積極的就眠儀式が増えるなど、父親が別室で就寝する場合に比べ、添い寝時の思い出にも違いが生じると推測される。そのため、「母親を中心とする川の字」と「父親別室で、母子が添い寝」の2つの類型により、添い寝の思い出やイメージにどのような差が生まれるのか、さらにデータを蓄積し分析することを今後の課題としたい。

第3章の第2節では、添い寝時の就眠儀式についての分析を行った。分析結果からは、添い寝時に少なくとも母親が「そばにいてくれる」ことに加え、「朝までずっと添い寝してくれる」ことや「絵本を読む」「おしゃべり」や「しりとり」などの積極的就眠儀式の習慣化の必要性が示唆された。このことから、子どもが眠りについた後、添い寝をしている人物が床を離れるかどうか、また、それを子どもがどのように認識しているかによって就眠儀式の内容に差が出るのではないかと感じられた。本調査では、子どもと朝まで添い寝をしているのか、それとも子どもが眠りについた後は床を離れるのかなど、踏み込んだ質問をすることができなかった。このことについても、インタビュー形式で調査を行うことにより、より詳細で保護者の気持ちをくみ取った内容のデータが採取できたのではないだろうか。

また、本調査において、就眠儀式が行われている割合は60.4%であった。黒川(1999)は、就眠時、何かしらの習慣化した行動がほとんどの子どもに認められると指摘している。この指摘からすると、本調査の60.4%という数字はやや低いと言えるかもしれない。しかし、黒川のいう就眠儀式には、愛着物を使用する、添い寝をしている人物の体を触る、指しゃぶりをする、などわかりやすいものばかりではなく、母親などが1回ギュッと抱きしめることなども含まれており、その対象や内容は様々である。したがって、就眠儀式であると認識されないまま行われている可能性もあり、実際の割合はもう少し高いのかもしれない。これについても、インタビュー形式で問い方を変えることにより、それと認識されないまま行われている就眠儀式をきめ細かく拾い出すことができたかもしれない。

第3章の第3節では、添い寝が愛着および自尊感情に及ぼす影響についての分析を行った。自尊感情については添い寝経験との著しい関連が認められなかったのであるが、親が添い寝をする際、子どもが何を感じ取っているのか、どんな思い出を心に残すのかによって心理的発達に与える影響は異なるであろう。そのため、添い寝時のコミュニケーションの有無や内容、および添い寝に対するイメージと自尊

感情・愛着の安定度の関連性についても調査・検討する必要があると考えられる。

また、今回の調査では、自尊感情と自立心の関係について明らかにすることができなかった。森下・福井(2014)によれば、自立心が自尊感情の根底にあるということである。古荘(2009)の指摘によれば、添い寝は自尊感情に影響し母親と子どもの緊密性を高めるコミュニケーションの一つであり、母親の受容的態度に触れる機会を提供するものであることから、その経験は子どもの自尊感情を育むことに大きな役割を果たしているのではないかと考えられる。そのため、添い寝経験により、自尊感情とともに自立心も育まれているものと考えられる。添い寝と自尊感情、添い寝と自立心については別々の調査となってしまうが、この3者の関係を明らかにすることを今後の課題としたい。

第3章の第4節では、添い寝が信頼感・自立心・依存心に及ぼす影響についての分析を行った。添い寝に関する経験を正確に把握し、分析対象となるデータを増やすためには、調査への協力を依頼し、協力が得られる者については、添い寝経験の有無、位置および期間について事前に確認しておいてもらう方法をとるか、質問紙を各家庭に持ち帰り、事実を確認した上で記入をしてもらうという方法をとることも必要であると思われた。依存については、ネガティブな面ばかりではなく、双方の自立を前提とし、社会生活を送る上で他者と円滑な関係を築くのに必要な相互依存という状態もある。今後は、一方的に他者によりかかる関係ではなく、相互に依存できる関係を築けるような親子関係のあり方についても検討したい。

第4章の第1節では、他者への依存度および他者からの依存の受け入れ度を測定する尺度(対人依存-依存容認尺度)の作成を試みた。被依存尺度については、竹澤・小玉(2004)の「対人依存欲求尺度」と同じく2因子構造であることが示された。本研究で作成された尺度は他者への依存度や他者からの依存を受け入れる度合いを別々に計測するものとなったが、今後は表現の再検討に加え、他者との相互依存型の尺度の検討をしていくことが必要であろう。その結果を相互依存の種類の検討につなげていきたい。

第4章の第2節では、添い寝が影響を及ぼす依存欲求の性格について調査・検討した。本調査においても第3章第4節の調査と同様に、添い寝に関する経験を正確に把握し、分析対象となるデータを増やすためには、調査への協力を依頼し、協力が得られる者については、添い寝経験の有無、位置および期間について事前に確認しておいてもらう方法をとるか、質問紙を各家庭に持ち帰り事実を確認した上で記入をしてもらうという方法をとることも必要であると思われた。

また、添い寝のイメージと思い出の分析、および添い寝時の就眠儀式の分析からは、添い寝時のコミュニケーションの有無やその内容、および添い寝に対するイメージによっても依存欲求の性質に違いが出るのが予想され、そこには母親の添い寝に対する考え方が影響していることが想定される。そこまで詳細に調査するのであれば、質問紙調査だけでなく、インタビュー形式の調査も必要であろう。調査の形式および質問内容を精査してさらにデータを蓄積し、分析することを今後の課題としたい。

本研究では、普段自分でできることであっても、置かれた場面が変われば他者の手を借りようとすることがあるように、情緒的依存欲求と道具的依存欲求が相互に関わりを持っており、場面に応じて優勢になる面も変わると仮定していた。分析の結果、情緒的依存欲求と道具的依存欲求に中程度の正の相関がみられ、それぞれが独立して現れるのではなく、相互に関わりを持って存在していることが示唆された。分析結果からは、添い寝経験により他者への道具的依存欲求が高まることが示される一方、情緒的依存欲求については添い寝経験の顕著な効果がみられなかったのであるが、道具的依存欲求が高まることにより情緒的依存欲求にも多少の影響が表れるのではないだろうか。道具的依存欲求と情緒的依存欲

求の関係については今後も調査を行っていくとし、データの蓄積を課題としたい。

第4章第2節では、添い寝経験が他者との相互依存関係の構築に影響を及ぼす可能性が示唆されたのであるが、これまでの調査結果では添い寝をする際に一人寝へと移行するおおよその期限を決め、適切なコミュニケーションをとりながら行うことの大切さが示されている。まず、期限を決めて添い寝することについて、吉田・浜崎(2013)は、愛着の観点からは3歳まで応答的に添い寝をし、4歳ごろから一人寝をさせるのが最も好ましいが、5歳までに一人寝をさせる場合は親に拒絶されたという意識を持たせないよう、子どもが嫌がらずに一人寝に向かおうとする心の準備ができたタイミングを見計らって慎重に行われる必要があると指摘し、同時に望ましい養育態度として適度な心理的距離の重要性についても述べている。

篠田(2009)は、「3歳までの乳幼児にとって、別室に寝かされることで時に感じる恐怖が情緒不安定の原因となるが、4歳からは時に恐怖を与える親との距離が子どもに自己を自覚し、自立を促す契機となる」と指摘しているのであるが、この4歳という時期は、田中(2009)によれば「身の自立が新しい段階に進み、社会的行動が拡充し、自励心と自制心が豊かになって」くる時期であり、「積極的な自励心と自制心を持つことによって子どもたちは、何にでも挑戦し、自分自身を鼓舞して「～ダケレドモ～スル」といった活動を随所に展開するように」なるということである。さらに、この時期の子どもへのかかわり方や配慮として、「自励心・自制心を育てそれを発揮していく過程に即して、その努力を認め、受け入れてあげて欲しい」とも述べている。さらに、4～5歳という時期について神田(2008)は、親の気持ちを的確に理解できる時期ではないこと、この年齢の子どもが親の気持ちを理解するための手がかりとするのは言葉と表情であることを述べている。そこで、今後は小学生低学年の子どもを持つ保護者を対象に、一人寝をするようになったきっかけや時期、併せて子どもが自立しはじめたと感じたきっかけや出来事なども調査し、どのような状態が子どもにとって「一人寝できる心の準備ができた状態」なのかということや、子どもが一人寝に向けて挑戦を続けている時期にふさわしい親子のかかわり方などについても考えていく必要がある。

浜崎・吉田(2015a)では、添い寝に対して抱くイメージには親子が密着する就寝形態ならではのものが多く見られ、子どもが添い寝によりぬくもりや安心を感じている一方で圧迫感も感じている様子を明らかにした。そのうえで、子どもが心身ともに成長し、一人寝できる準備ができたと感じられたら子ども部屋へ導いたり専用の布団を用意したりといった、子どもが独立して寝られる環境を用意することを勧めている。この調査では、「いびき」や「うるさい」「挟まる」など、一見ネガティブとも受け取れるワードも見られたが、調査に用いた質問紙には回答者にとって添い寝のイメージが肯定的なものであったのか、否定的なものであったのかを尋ねる設問が設けられていなかった。したがって、回答者がそれらのワードを否定的な意味で使用していたのかを確認することはできなかった。望ましい添い寝のしかたを導き出すうえで添い寝に対して抱くイメージを探ることは重要である。今後の調査では、回答者にとって添い寝のイメージが肯定的なものであったのか、否定的なものであったのかを測ることができるような設問を設け、回答者が用いたワードの意味を正しく捉えられるようにする必要がある。

次に、添い寝時に適切なコミュニケーションをとることについて、浜崎・吉田(2015b)は添い寝が就寝時における親のかかわり方として重視されてきたことを述べ、就寝に臨む子どもの心構えが表れる就寝儀式的性質を分析することにより、望ましい添い寝のあり方について考察を加えた。同研究では、添い寝時に少なくとも母親が「そばにいてくれる」など母親が添い寝時に果たす役割の重要性が示されると

同時に「朝までずっと添い寝してくれる」と感じさせることの大切さも示された。また、不安を解消するためだけの就眠儀式ではなく、「絵本を読む」「おしゃべり」や「しりとり」など添い寝をしている人物とのコミュニケーションの要素が加わった積極的就眠儀式の習慣化の必要性について考察している。本研究ではこれらに加え、望ましい添い寝を考えるうえで父子間の距離を考慮することの必要性も示唆された。これまでに得られた知見と併せ、今後望ましい添い寝のあり方と養育態度を考える手がかりとしたい。

引用文献

- ABM protocol committee. (2008). ABM Clinical Protocol #6: Guideline on Co-sleeping and Breastfeeding, *BREASTFEEDING MEDICINE*, 3, 38-43.
- 東 洋. (1994) 日本人のしつけと教育: 発達の日米比較にもとづいて. 東京大学出版会.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss. : Vol.2 Separation. Basic.*
- Bowlby, J. 作田 勉(監訳). (1981). 母子関係入門. 星和書店.
- Brazelton, T.B. (2006). *Touchpoints Birth to 3. DA CAPO LIFELONG BOOKS.*
- Caudill, W. & Plath, D.W. (1966). Who sleeps by whom? Parent-child involvement in urban Japanese families. *Psychiatry*, 29, 344-366.
- Caudill, W., & Weinstein, H. (1969). Maternal care and infant behavior in Japan and America. *Psychiatry*, 32, 12-43.
- Davies, L. (1995). Babies co-sleeping with parents. *Midwives: Official Journal of the Royal College of Midwives*, 108, 384-386.
- Egeland, B. & Farber, E. (1984). Infant-Mother Attachment: Factors Related to Its Development and Changes over Time. *Child Development*, 55(3), 753-771.
- 遠藤利彦. (1990). 移行対象の発生因的解明: 移行対象と母性的かかわり. *発達心理学研究*, 1(1), 59-69.
- 遠藤利彦. (1992). 愛着と表象: 愛着研究の最近の動向: 内的作業モデル概念とそれをめぐる実証研究の概観, *心理学評論*, 35(2), 201-233.
- Ferber, R. (1986). *SOLVE CHILD'S SLEEP PROBLEMS*. Fireside book.
- Fu, V.R., Hinkle, D.E. & Hanna, M.A. (1986). A three-generational study of the development of individual dependency and family interdependence. *Genetic, Social & General Psychology Monographs*, 112, 153-171.
- 古荘純一. (2009). 日本の子どもの自尊感情はなぜ低いのか: 児童精神科医の現場報告. 光文社新書.
- Hardt, J., & Rutter, M. (2004). Validity of adult retrospective reports of adverse childhood experiences: review of the evidence, *Journal of Child Psychiatry*, 45(2), 260-273.
- 浜崎隆司・吉田美奈. (2015). 添い寝時における就眠儀式についての研究: テキストマイニング法による自由記述の分析, *学習開発学研究* 8, 175-183.
- 浜崎隆司・吉田美奈. (2015). 大学生の添い寝に対するイメージと思い出について: テキストマイニング法を用いて. *鳴門教育大学研究紀要*, 30, 24-32.
- 繁多 進. (1987). 愛着の発達. 大日本図書株式会社.
- 羽山順子・津田彰. (2011). 小児の睡眠問題に対する行動科学的アプローチ. *久留米大学心理学研究*, 10, 150-158.
- 羽山順子・津田彰. (2013). 子どもの睡眠に関する日米の差異: 睡眠問題と養育行動の関係から. *小児科臨床*, 66(10), 53-57.
- 樋口耕一. (2014). 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.
- 菱田洋子. (2003). 現代青年の自己受容に関する分析(2): やさしさを中心とした性差の検討. 北陸学院短

- 期大学紀要, 35, 195-211.
- 広瀬康司. (2007). 親からの自立と依存にまつわる葛藤と心理的離乳の過程との関係性の検討: 大学生の葛藤様相について. 立教大学臨床心理学研究, 1, 1-15.
- 森下正康. (1988) 児童期の母子関係とパーソナリティの発達. 心理学評論, 31(1), 60-75.
- 井原成男. (2008). 子育てカウンセリング「育てなおし」の発達心理学. 福村出版.
- 飯長喜一郎・篠田有子・大久保孝治・中野由美子・大八木美枝. (1985). 家族の就寝形態の研究. 家庭教育研究所紀要, 6, 43-64.
- 井上健治・久保ゆかり (2001). 子どもの社会的発達. 東京大学出版会.
- 井上忠典. (2001). 青年期における親の養育態度と親との依存: 独立の葛藤の関連. 日本教育心理学会総会発表論文集, 43, 417.
- 石川由美子・石川隆. (2015). 絵本に描かれた移行対象: 子どもの育ちにとっての移行対象を考える. 宮城学院女子大学発達科学研究, 15, 55-61.
- 梶美保. (2008). 乳児保育におけるベビーマッサージの可能性に関する一考察. 高田短期大学紀要, 26, 73-82.
- 神田英雄. (2008). 育ちのきほん. ひとなる書房.
- 金政祐司. (2003). 成人の愛着スタイル研究の概観と今後の展望: 現在, 成人の愛着スタイル研究が内包する問題とは. 対人社会心理学研究, 3, 73-84.
- 柏木恵子. (2008). 子どもが育つ条件. 岩波新書.
- 片山勢津子 (2006). 親子の就寝形態と子供部屋について. 日本建築学会近畿支部研究報告集, 46, 25-28.
- 片山勢津子・近藤雅之・有川智子・中村孝之. (2008). 母親の育児観と子どもの居どころの関係性; 住まいにおける子どもの居どころと母親の育児観に関する研究その 3. 学術講演梗概集. E-2, 建築計画Ⅱ, 住宅・住宅地, 農村計画, 教育 2008, 111-112.
- 片山勢津子. 子どもの就寝様式に対する母親の意識について. (2010). 日本建築学会計画系論文集, 75(647), 17-23.
- 加藤隆勝・高木秀明. (1980). 青年期における独立意識の発達と自己概念との関係. 教育心理学研究, 28, 336-340.
- 数井みゆき・遠藤利彦. (2005). アタッチメント: 生涯にわたる絆. 京都: ミネルヴァ書房.
- 北浦かほる. (2004). 『世界の子ども部屋』子どもの自立と空間の役割. 井上書院.
- 木内亜紀. (1995). 独立・相互依存的自己理解尺度の作成および信頼性・妥当性の検討, 心理学研究, 66, 100-106.
- 久保田まり. (1993). 乳幼児期における関係性と自己の発達. 秋田経済法科大学経済学部紀要, 17, 55-66.
- 黒川嘉子. (1999). 乳幼児の就寝時行動に関する理論的考察: 狭義の移行対象論から自己調節論へと視点をうつして. 京都大学大学院教育学研究科紀要, 45, 342-352.
- 久世敏雄・久世妙子・長田雅喜. (1980). 自立心を育てる. 有斐閣.
- 国土交通省「平成 28 年度 住宅経済関連データ」
http://www.mlit.go.jp/statistics/details/t-jutaku-2_tk_000002.html (2017. 6. 29 閲覧)
- 琴浦志津. (2009). 乳児期の発達的な特質. 小林芳郎(編). 乳幼児のための心理学. 保育出版社.
- 厚生労働省 「平成 25 年度毎月勤労統計調査」

- <https://www.mhlw.go.jp/toukei/youran/roudou-nenpou2013/05.html> (2019. 2. 23 閲覧)
- Maccoby, E. E. & Jacklin, C. N. (1974). *The Psychology of sex differences*. Stanford, Stanford University Press.
- マーサ・ブランド・アナ・クチメント. (2006-06-21). カリスマ小児科医の寝かしつけ術 育児 80年代に「ひとり寝」を提唱した大御所が「添い寝」容認派に. *ニューズウィーク*, 21(24), 90-91.
- Morelli, G. A, & Tronick, E. Z. (1992) Efe Fathers :One among many? A comparison of forager children's involvement with fathers and other males. *Social Development*1. 36-54.
- 森岡清美. (1973). *家族周期論*. 培風館.
- 森下正康. (1988). 児童期の母子関係とパーソナリティの発達. *心理学評論*, 31(1), 60-75.
- 森下正康・福井えがお. (2014). 母親の情動表現スタイルが女子大学生の情動表現スタイルと自尊感情や自立心に与える影響:母子の信頼関係を媒介として. *京都女子大学大学院発達教育学研究科博士後期過程研究紀要*, (8), 21-30.
- 内閣府 「平成 25 年度 家族と地域における子育てに関する意識調査」
https://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/research/h25/ishiki/index_pdf.html (2019. 2. 23 閲覧)
- 中野由美子. (1997). 日本の家族の就寝形態 I :就寝形態と家族関係を中心に. *目白学園女子短期大学研究紀要*, 34, 175-188.
- 中塚善次郎・清重友輝. (2008). 男性性・女性性と自立・依存. *美作大学・美作大学短期大学部紀要*, 53, 33-38.
- 日本小児歯科学会 HP (閲覧日:2005. 1. 12, 2006. 1. 13)
http://www.jspd.or.jp/contents/main/proposal/index03_04.html#pro04
- 新田米子(1992). 集合住宅における幼児・児童のいる世帯向け十個計画について:神宮東パークハイツ(住宅・都市整備公団における事例研究. *聖徳学園女子短期大学紀要* 18, 91-101.
- 岡山 超. (1982). 人間形成と自立心: 依存的人間から自立的人間への教育. *児童心理*, 36(1), 1-14.
- 岡田みゆき(2002). スキンシップの視点から見た日本の子育ての変遷. *香川大学教育学部研究報告第 I 部* 117, 15-31.
- 小澤道子・上田礼子. (1979). 幼児の就寝形態に関する縦断的研究(2). 第 44 回日本民族衛生学会.
- 相良麻里. (2007). 基本的信頼感の発達の变化: 小学生から大学生に関する横断的研究. *東京家政大学研究紀要*, 47(1), 31-36.
- 佐藤朗子. (1993). 青年の対人的構えと親および親以外の対象への愛着の関連. *名古屋大学教育学部紀要. 教育心理学科* 40, 215-226.
- 関知恵子. (1982). 人格適応面からみた依存性の研究: 自己像との関連において. *臨床心理事例研究*, 9, 230-249.
- 篠田有子(2004). *家族の構造と心*. 世織書房.
- 篠田有子. (2009). *子どもの将来は「寝室」で決まる*. 光文社.
- 篠田有子・飯長喜一郎・大久保孝治・中野由美子. (1990). 就寝形態と家族関係: 家族の就寝形態調査(Ⅲ)より. *日本教育社会学会発表要旨集録*, 42, 6-9.
- 園部真美・上田礼子. (1999). 幼児の添い寝: 心理相談受診者の時代差を中心に. *民族衛生*, 65(3), 129-135.

総務省 「平成 28 年社会生活基本調査」

<https://www.stat.go.jp/data/shakai/2016/pdf/gaiyou2.pdf> (2019. 2. 23 閲覧)

多治見朋子. (1997). 性差観念と女らしさについての一考察・立命館産業社会論集, 33(2), 67-80.

高橋恵子. (1968). 依存性の発達的研究: I. 教育心理学研究, 16(1), 7-16.

高橋恵子. (2009). 依存と自立. 心と社会, 40(1), 50-55.

竹澤みどり・小玉正博. (2004). 青年期後期における依存性の適応的観点からの検討. 教育心理学研究, 52, 310-319.

滝川一廣. (2006). 愛着の障害とそのケア. そだちの科学, 7, 11-17.

田中真介. (2009). 発達がわかれば子どもが見える: 0歳から就学前の目からウロコの保育実践. 株式会社ぎょうせい.

田中 優・高木 修. (1997). 中学生における社会的依存要求の特徴について. 社会心理学研究, 12(3), 151-162.

谷 冬彦. (1996). 基本的信頼感尺度の作成. 日本心理学会第 60 回大会発表論文集, 310.

戸田弘二. (1988). 青年期後期における基本的対人態度と愛着スタイル: 作業仮説(working models)からの検討 日本心理学会第 52 回大会発表論文集, 27.

富田昌平. (2007). 乳幼児期の移行対象と指しゃぶりに関する調査研究. 中国学園紀要, 6, 127-138.

辻 正三. (1969). 「依存性テスト」の検討. 人文学報, 67, 11-23.

津守 真・稲毛教子. (1960). 幼児の依存性に関する研究: 依存性と親の養育態度および従順性の相互関連について. 教育心理学研究, 7(4), 210-220.

津守 真・横山峰子・磯部景子・下坂雅子・仁科弥生・長塚和弥. (1961). 親子関係と幼児のパーソナリティの発達. 教育心理学研究, 9(3), 129-145.

恒吉僚子・S. ブーコック. (1997). 育児の国際比較: 子どもと社会と親たち, NHK ブックス.

上田禮子・中村朋子. (1991). 幼児の添い寝: その時代差について. 茨城大学教育学部紀要(人文・社会科学, 芸術), 40, 41-49.

上田礼子・小澤道子・渡辺恭子. (1980). 養育行動に関する実証的研究. 母性衛生, 20(4), 139-144.

Waters, E., Merrick, S., Trebloux, D., Crowell, J., Albershein, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty-year longitudinal study. Child Development, 71, 684-689.

山本・松井・山成. (1982). 自尊感情尺度. 心理測定尺度集V, サイエンス社, 29-31.

山下一夫. (1999). 生徒指導の知と心. 日本評論社.

米津卓郎. (2005). 非栄養学的吸啜行動が小児の咬合状態に及ぼす影響に関する累年的研究. 歯科臨床研究, 2, 50-57.

吉田弘道・山中龍宏・巷野悟郎・中村 孝・山口規容子・中澤恵子. (1997). 乳幼児の添い寝に関する実態調査. 小児保健研究, 56(3), 466-470.

吉田弘道. (2001). 安定したアタッチメントの形成を援助するには. 生活教育, 45(3), 31-36.

吉田美奈 (2012) 添い寝が子どもの信頼感・自立心・依存心へ及ぼす影響について. 修士論文. 鳴門教育大学.

- 浜崎隆司・吉田美奈. (2015a). 大学生の添い寝に対するイメージと思い出について. 鳴門教育大学研究紀要, 30, 24-32.
- 浜崎隆司・吉田美奈. (2015 b). 添い寝時における就眠儀式についての研究: テキストマイニング法による自由記述の分析. 広島大学学習開発学講座研究紀要「学習開発学研究」, 8, 175-183.
- 吉田美奈. (2016). 添い寝っていいの?. やさしく学ぶ保育の心理学 I・II. 浜崎隆司・田村隆宏・湯地宏樹 (編著). ナカニシヤ出版.
- 吉田美奈・浜崎隆司. (2013). 添い寝が子どもの愛着および自尊感情へ及ぼす影響. 応用教育心理学研究, 30(2), 29-37.
- 吉田美奈・浜崎隆司・黒田みゆき. (2018). 幼児の添い寝に関する実態調査. 上田女子短期大学紀要 41, 1-16.
- 吉田美奈. 添い寝が子どもの信頼感・自立心・依存心へ及ぼす影響. (2018). 上田女子短期大学紀要 41, 17-29.
- 弓削洋子. (2004). 児童生徒の対人認知と学級集団構造との関連性: 児童生徒間の対人関係を媒介として. 鳴門教育大学学校教育実践センター紀要. 19, 11-17.

調査のお願い

私は、「添い寝と子どもの心理」について研究を行っています。今回の調査では、添い寝に対する考え方と実態についてお尋ねしています。答えにくい質問もあるかと思いますが、調査結果はプライバシーに配慮した上で、統計的に処理しますので、個人が特定されることはありません。また、回答結果を研究の目的以外では使用いたしませんので、ご理解の上回答をお願いいたします。お忙しい中、大変恐縮ではございますが、ご協力の程よろしく願いいたします。

兵庫教育大学大学院
連合学校教育学研究科
先端課題実践開発専攻
吉田美奈

記入上の注意点

1. アンケートの結果は、他の方と相談しないで記入してください。
2. 問題によっては、回答をいずれかに決めがたい場合もあるとは思いますが、考え込まず、お感じになったものをお選びください。

ご協力お願いいたします。

[本調査に関するお問い合わせ]

鳴門教育大学大学院幼年発達支援コース
教授 浜崎 隆司

Tel : 088-687-6295

Mail : hamazaki@natruto-u.ac.jp

〇月〇日(〇)

締め切り

兵庫教育大学大学院
連合学校教育学研究科
先端課題実践開発専攻
吉田美奈

調査のお願い

私は、「添い寝が子どもの心理に及ぼす影響」について研究を行っています。今回の調査では、添い寝の状態と信頼感・自立心・依存心についてお尋ねしています。答えにくい質問もあるかと思いますが、調査結果はプライバシーに配慮した上で、統計的に処理しますので、個人が特定されることはありません。また、回答結果を研究の目的以外では使用いたしませんので、ご理解の上回答をお願いいたします。お忙しい中、大変恐縮ではございますが、ご協力の程よろしくお願いいたします。

鳴門教育大学大学院学校教育研究科
人間教育専攻 幼年発達支援コース
吉田美奈

記入上の注意点

1. アンケートの結果は、他の方と相談しないで記入してください。
2. 問題によっては、回答をいずれかに決めがたい場合もあるとは思いますが、考え込まず、お感じになったものをお選びください。

ご協力お願いいたします。

[本調査に関するお問い合わせ]

鳴門教育大学大学院幼年発達支援コース

教授 浜崎 隆司

Tel : 088-687-6295

Mail : hamazaki@natruto-u.ac.jp

鳴門教育大学大学院学校教育研究科
人間教育専攻 幼年発達支援コース
吉田 美奈

調査のお願い

私は、「添い寝が子どもの心理に及ぼす影響」について研究を行っています。今回の調査では、添い寝の状態と信頼感・自立心・依存心についてお尋ねしています。答えにくい質問もあるかと思いますが、調査結果はプライバシーに配慮した上で、統計的に処理しますので、個人が特定されることはありません。また、回答結果を研究の目的以外では使用いたしませんので、ご理解の上回答をお願いいたします。お忙しい中、大変恐縮ではございますが、ご協力の程よろしくお願いいたします。

鳴門教育大学大学院学校教育研究科
人間教育専攻 幼年発達支援コース
吉田美奈

記入上の注意点

1. アンケートの結果は、他の方と相談しないで記入してください。
2. 問題によっては、回答をいずれかに決めがたい場合もあるとは思いますが、考え込まず、お感じになったものをお選びください。

ご協力お願いいたします。

[本調査に関するお問い合わせ]

鳴門教育大学大学院幼年発達支援コース
教授 浜崎 隆司
Tel : 088-687-6295
Mail : hamazaki@natruto-u.ac.jp

鳴門教育大学大学院学校教育研究科
人間教育専攻 幼年発達支援コース
吉田 美奈

調査のお願い

私は、「添い寝が子どもの心理に及ぼす影響」について研究を行っています。今回の調査では、依存心についてお尋ねしています。答えにくい質問もあるかと思いますが、調査結果はプライバシーに配慮した上で、統計的に処理しますので、個人が特定されることはありません。また、回答結果を研究の目的以外では使用いたしませんので、ご理解の上回答をお願いいたします。お忙しい中、大変恐縮ではございますが、ご協力の程よろしくお願いいたします。

兵庫教育大学大学院
連合学校教育学研究科
先端課題実践開発専攻
博士課程3年 吉田美奈

記入上の注意点

1. アンケートの結果は、他の方と相談しないで記入してください。
2. 問題によっては、回答をいずれかに決めがたい場合もあるとは思いますが、考え込まず、お感じになったものをお選びください。

ご協力お願いいたします。

[本調査に関するお問い合わせ]

鳴門教育大学大学院幼年発達支援コース
教授 浜崎 隆司

Tel : 088-687-6295

Mail : hamazaki@natruto-u.ac.jp

兵庫教育大学大学院
連合学校教育学研究科
先端課題実践開発専攻
博士課程3年 吉田美奈

謝辞

本論文は、筆者が兵庫教育大学大学院連合学校教育学研究科先端課題実践開発専攻博士課程に在学中に行った研究を纏めたものである。

本研究を進めるにあたり、素晴らしい研究環境を与えて頂くとともに、多大なるご指導・ご助言を賜りました浜崎隆司 教授(鳴門教育大学大学院・学校教育研究科)に誠意を表わすとともに厚く御礼申し上げます。本論文を査読して頂き、貴重な知見を授けて頂いた田村隆宏 教授(鳴門教育大学大学院・学校教育研究科)および名須川知子教授(兵庫教育大学大学院・学校教育学研究科)に深く感謝の意を表します。

KH Coder によるデータ分析の方法をご教授いただいただけでなく、分析を進める際にもお世話になった鳴門教育大学大学院修士課程幼年発達支援コースの黒田みゆきさん、データ収集にあたりご協力いただいた四国大学の加藤孝士講師および原田美代子講師、鳴門市内の幼稚園教諭の皆様、そして尼崎市 N 幼稚園の教諭の皆様に深謝いたします。また、貴重なデータを提供していただいた鳴門教育大学の学生の皆様、四国大学の学生の皆様、鳴門市内の幼稚園および尼崎市 N 幼稚園の園児の保護者の皆様には心よりお礼申し上げます。

最後に、本研究の遂行にあたり、遅々として進まず不安を抱えていた筆者を支えていただきました鳴門教育大学大学院および兵庫教育大学大学院の先生方に深く感謝いたしております。本当にありがとうございました。