

学 位 論 文 要 旨

氏 名 吉田美奈

題 目 添い寝が子どもの心理的発達に及ぼす影響

学位論文要旨（和文2,000字又は英文1,000語程度）

第1章 添い寝に関する研究の背景と問題提起について言及した。日本の子育ては母子密着型であるといわれ、欧米に比べ日本では子どもが自立す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が望まれ、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。本研究では、子どもの心理的発達に好ましい影響を与える添い寝の仕方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などを意図して検討を進めた。

2章 添い寝の実態調査では、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様子が明らかになった。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、「毎日」と「ほぼ毎日」を合わせた割合は実際に添い寝をしている頻度より20%程度低く、親がもう少し添い寝の頻度が低くてもよいと考えている様子がうかがえた。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、夜中に子どもが体調を崩した時などに迅速に対応できるといった配慮、母親自身の添い寝経験の伝承、子どもの年齢、居住スペースの都合などが挙げられた。

3章 大学生が添い寝に対して抱くイメージや思い出の分析では、添い寝が心身両面に影響を与える可能性や母親が父親やきょうだいの役割も果たしうるという可能性が示唆された。添い寝のしかたと子どもの就眠儀式の関連についての調査では、添い寝をしている人物や頻度により就眠儀式の内容に違いがみられた。分析の結果、子どもが安心して就眠するためには母親が添い寝に介在すること、または自分のそばに両親のうちのどちらかが朝までそばにいてくれると必要であると示唆された。さらに「絵本を読む」などの積極的的就眠儀式の習慣化の必要性も感じられた。子どもにとってはただ横に親が寝ていたりお気に入りのぬいぐるみがあったりすることで十分なのではなく、安心して眠りにつけるような環境や習慣がいかにつくられるかということが重要だと言える。添い寝が親への愛着および自尊感情に及ぼす影響についての研究では、AVOIDANT尺度に添い寝の期間による影響が見られた。まだ自立の準備ができていない段階で一人寝を始めたこと、もしくは自立心が活発になる時期を越えて添い寝を続けたことにより一人寝へと移行せざるを得なくなった状況を親に拒絶されたと感じさせ、得点を高めた可能性が考えられる。また、母親の隣で添い寝をしていた者のANBIVARENT得点が高かった。これらの結果は「先回り育児」により過保護や過干渉になることを避け、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必要性を示唆するものである。この研究では、

4～5歳で訪れた自立の適切なタイミングを捉えて一人寝へと導くことの大切さが示された。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、自立心と依存心に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。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。同じく添い寝経験が依存心を高める可能性も示された。信頼感については、男性の場合、両親の間で添い寝をしていた場合及び母親の隣で添い寝をしていた場合に高かった。女性については、3歳までに一人寝を始めた場合、それが自発的に始められたのではなかったとするならば、親に拒絶されたという感覚をより強く抱くことになるため親への信頼感が十分に育たず、結果としてその後関わる一般他者に対する信頼感も十分に育たないという可能性が示された。ただ、女兒については4歳ごろまでの添い寝が望ましいと考えられるが、男児についてはどの時期までの添い寝が適切かを明確に導き出すことはできなかった。

4章 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添い寝経験が情緒的依存欲求や道具的依存欲求を高める可能性が示唆されたものの、親への依存性との間には顕著な関係が見られなかった。この結果を受け、依存心のどの側面が高まるのかについて調査を行った。添い寝経験により情緒的依存欲求容認および道具的依存欲求が高くなることが示されたが、これは親に働きかけて何かをしてもらうという日々の相互行為の積み重ねによるものだけでなく、回答者が子どもの立場で親が自分たち家族を励ましたり労わったりする行為にふれることで親の行動規範を学習したという可能性も示唆された。

5章 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うまく捉えることの重要性が示唆された。一人寝へと導く際には、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掛けて接することの大切さが示唆された。本研究の実態調査では、4～5歳の子どもは「まだ幼い」ので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特に女兒について、4歳ごろまでの添い寝が望ましいということが示され、添い寝経験と愛着の形成についての研究では、4～5歳という子どもが自立に向かうタイミングを捉えて一人寝へと導くことの大切さが示唆された。