

周産期における妻と夫の自己効力感および不安の変化

—妊娠初期から産後2ヵ月までの妻と夫の自己効力感(GSES)と不安(STAI)に焦点を当てて—

Changes in Self-Efficacy and Anxiety of Women and Their Husbands during the Perinatal Period: Focusing on Their Self-Efficacy(GSES) and Anxiety(STAI) from Early Pregnancy through the First Two Months Postpartum

久川 洋子¹⁾

Yoko HISAKAWA

佐藤 昇子¹⁾

Shoko SATOU

本宿 美砂子²⁾

Misako MOTOSHUKU

The general self efficacy scale (GSES) and the Japanese version of state-trait anxiety inventory (STAI) was administered to 52 couples longitudinally five times over a period from early pregnancy through the first two months postpartum for the purpose of understanding changes in self-efficacy and anxiety of women and their husbands during the perinatal period.

It was found that; 1) women had high state anxiety in early and late pregnancy and the two months postpartum, while experiencing high self-efficacy in late pregnancy and the two months postpartum, 2) if state anxiety in either one of the couple increased before and after delivery, the other also developed high state anxiety, 3) those with high trait anxiety, either women or husbands, throughout the entire perinatal period had high state anxiety, and 4) women with high trait anxiety during pregnancy and husbands with that throughout the entire perinatal period had low self-efficacy, and women with high trait or state anxiety after delivery did not necessarily had reduced self-efficacy.

These results indicate that self-efficacy (sense of confidence) during the perinatal period is greatly influenced by anxiety, that anxiety levels change over the course of pregnancy, and that there always exists an interaction, which could be either positive or negative, between a woman's anxiety and her husband's. The results also suggest the importance of assistance in increasing husbands' self-efficacy, although the focus of care during pregnancy tends to be on women.

Key words: perinatal period (周産期)
self-efficacy (自己効力感)
anxiety (不安)
trait anxiety (特性不安)
state anxiety (状態不安)

1) 天使大学 看護栄養学部 看護学科

(2007年1月22日受稿、2007年5月21日審査終了受理)

2) 天使大学大学院 助産研究科

はじめに

出産と育児は女性にとって生涯発達の上で母親となる発達課題を達成する機会である。周産期において女性は、妊娠・出産・育児という心身の変化を体験する。このような心身の変化に適応し、適切に対応しつつ新しい母親役割を取得するには自己効力感が関与すると考えられる。

自己効力感 (self-efficacy) とは、Bandura によって提唱された概念であり、ある結果を生み出すために必要な行動をどの程度うまく行うことができるかという個人の確信 (自信感) を意味する。人間が行動化に至るには、期待する結果が得られるという予測 (結果予期) をもつこと、また、そのための行動をとる能力が自分にはあるという予測 (効力予期) をもつことが必要であると Bandura は指摘し、さらに、自己効力感の情報源として制御体験、代理体験、言語的説得および生理的情動的状態の4つを挙げている¹⁾。

そこで、周産期において女性が母親役割行動を取得するための自己効力感に着目した。また、夫が父親役割行動をとったり、妻へのサポートを行うために、夫の自己効力感が影響すると考え、夫の自己効力感にも着目した。

周産期における女性の不安については STAI や POMS を使った研究がいくつか報告されている²⁾³⁾⁴⁾⁵⁾。また、自己効力感と不安の関連については、妊婦の出産に対する報告⁶⁾がある。しかし、周産期の女性が妊娠、出産、育児によって自己効力感がどのように変化するのか、縦断的な調査研究はなかった。また、周産期の妻と夫の両方を対象者とした研究もなかった。そこで、周産期における妻と夫の自己効力感の変化および関連の実態について調査したので報告する。

I. 研究目的

周産期 (妊娠初期から産後2ヵ月まで) における妻と夫の自己効力感 (GSES) の変化と関連を縦断的に把握する。また、不安 (STAI) の変化との関連についても明らかにする。

II. 用語の定義

周産期・・・妊娠期から産褥期までの分娩の周辺期をいう。本調査では妊娠初期から産後2ヵ月までの期間を指す。

自己効力感・・・ある結果を生み出すために必要な行動をどの程度うまく行うことができるかという個人の確信 (自信感) を言う。

不安・・・自我が危険にさらされ、存在が脅かされたときに起こる情動であり、対象のない恐れである。

状態不安・・・ある時点でどの程度不安であるかを言う。本調査では妊娠、分娩、育児期に引き起こされる不安が含まれる。

特性不安・・・その人がもともと持っている性格傾向としての、不安になりやすさを言う。

III. 研究の概念構造

江本⁷⁾は Bandura の自己効力感を概念分析し、Bandura の4つの情報源に対して、行動に対する意味づけや必要性、原因の帰属、認知能力、行動の方略、ソーシャルサポート、健康状態の6項目を追加して自己効力感の先行要件としている。さらに自己効力感の結果として行動の達成、行動に向けた努力、生理的・心理的反応、似たような状況での行動の4項目を挙げている。

そこで、江本の言う10項目の先行要件が周産期のどのような事柄と対応するかを検討した。その結果、「制御体験」には過去の妊娠経験・妊娠の計画が該当し、「代理体験」には身近な妊娠・分娩・育児経験者からの経験談・子供と関わった経験が該当すると考えた。以下同様に検討を進め、「言語的説得」には家族・専門家からの助言・保証、「生理的・情動的状態」には妊娠の診断・妊娠の受容・妻の身体的不快感・異常・胎児との相互作用 (胎動) ・分娩の不安・恐怖・夫への愛着、「行動に対する意味づけや必要性」「原因の帰属」「認知能力」には理解力・分析力・判断力・洞察力、人格的成熟、「行動の方略」には妊娠・分娩・育児の知識・技術、「ソーシャルサポート」には妻や夫の支援・実母の支援・専門家の支援、「健康状態」には妊娠経過・分娩経過・産褥経過が、それぞれ該当すると考え、それらを『周産期の影

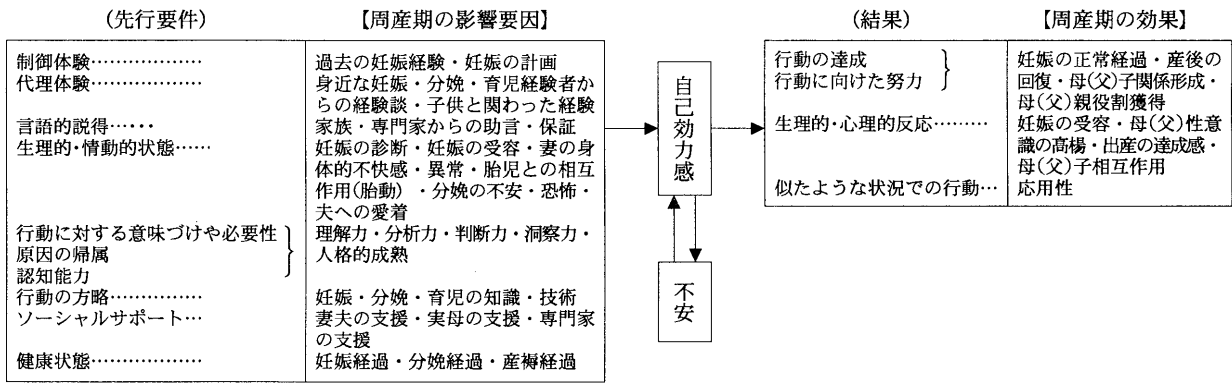


図 1. 自己効力感の先行要件と結果 (江本リナ：自己効力感の概念分析,日本看護科学会誌,20(2),41,2000.加筆修正)

表 1. 調査手順

回数	1 回目	2 回目	3 回目	4 回目	5 回目
調査時期	妊娠初期 (12~15週)	妊娠中期 (24~27週)	妊娠末期 (36~39週)	産褥早期 (産後2~3日)	産褥期 (産後2ヵ月)
開始期間	2002年12月~	2003年4月~	2003年6月~	2003年7月~	2003年10月~
データの収集方法	健診時自己記入後回収	電話で意思確認後郵送し個別返送による回収	電話で意思確認後郵送し個別返送による回収	産後意思確認し手渡し、箱で回収	電話で意思確認後郵送し個別返送による回収
回収数 (回収率)	88名 (84.6%)	72名 (69.2%)	71名 (68.3%)	65名 (62.5%)	64名 (61.5%)

響要因』とした。また江本の言う結果については、「行動の達成」「行動に向けた努力」については、妊娠の正常経過・産後の回復・母(父)子関係形成・母(父)親役割獲得が該当すると考え、「生理的・心理的反応」には妊娠の受容・母(父)性意識の高揚・出産の達成感・母(父)子相互作用、「似たような状況での行動」には応用性が該当すると考え、『周産期の効果』とした。本調査ではさらに、自己効力感に不安が影響すると考え、その構造を図1に示した。

IV. 研究方法

対象者は、A市B病院産科外来受診中の、妊娠初期の妻52名とその夫52名の計104名である。回収数(率)は、1回目88名(84.6%)、2回目72名(69.2%)、3回目71名(68.3%)、4回目65名(62.5%)、5回目64名(61.5%)であった。

調査期間は、2002年12月~2004年1月の1年2ヵ月である。調査方法は、妊娠初期から産後2ヵ月にかけて、同一対象者から5回の回答を得た(表1参照)。

調査方法は、自己効力感を測定するためには、一般的自己効力感スケール(GSES)を使用した。不安の測定には、状態・特性不安スケール(日本

版 STAI) を使用した。得点範囲は、前者は0~16点、後者は20~80点である。

分析方法は、2群間の平均値の比較には対応のあるt検定を行った。また、相関については Pearson の積率相関係数を求め検定を行った。有意水準は5%とした。

倫理的配慮としては、匿名性の保証、目的外のデータ使用不可、調査毎の意思確認および中断の尊重を行い、調査票は妻と夫を別回収とした。

V. 研究結果

1. 対象者の特性

対象者の調査開始時の平均年齢は、妻は30.9歳、夫は32.8歳であった。職業は、妻は専業主婦59.1%、夫は有職者97.7%であった(表2参照)。

表 2. 対象者の特性 その1

	妻 n=44	夫 n=44	
調査開始時平均年齢	30.9歳	32.8歳	
職業	有職	18名(40.9%)	43名(97.7%)
	学生	0名	1名(2.3%)
	専業主婦	26名(59.1%)	0名

その他、初産68.2%、計画的妊娠54.5%、結婚生活期間2年未満56.8%であった(表3参照)。

表 3. 対象者の特性 その 2 (妻の特性)

初・経別	妻 n=44	
	初産	30名(68.2%)
経産	14名(31.8%)	
妊娠の計画性	あり	24名(54.5%)
	なし	20名(45.5%)
結婚生活期間	2年未満	25名(56.8%)
	2～5年	7名(15.9%)
	5年以上	12名(27.3%)

本調査の一般的自己効力感 (GSES) 得点を坂野⁸⁾の調査と比べてみると、妻は成人女性の得点より高く、夫も成人男性より高かった。状態・特性不安 (日本版 STAI) 得点は中里ら⁹⁾の同年齢の同性と比べると、状態不安は、妻はほぼ同等であり、夫は低かった。特性不安は、妻も夫も低かった。本調査の妻、夫はともに概ね、自己効力感が高く、不安は低いという傾向にあった。

2. 自己効力感および不安の経時的変化

一般的自己効力感 (以下自己効力感と言う)、状態不安、特性不安に関する妻と夫の時期別記述統計を表に示した (表 4 参照)。

また、各時期における妻と夫の平均値の比較を表に示した (表 5 参照)。

さらに、妻と夫おのこの自己効力感、状態不安、特性不安の、各時期における平均値の比較を表に示した (表 6 参照)。

1) 自己効力感の変化

妻は、自己効力感の平均値は、妊娠初期9.70が最も低く、産後2ヵ月後10.73が最も高かった。各時期間の平均値を比較すると、有意差があったのは、妊娠中期—妊娠末期の間、妊娠中期—産後2ヵ月の間であった。妻は、妊娠末期と産後2ヵ月には、妊娠中期よりも自己効力感が有意に高かった。ただ、妻の自己効力感の平均値を見ると、妊

表 4. 妻と夫の時期別の自己効力感・状態不安・特性不安

		妊娠初期		妊娠中期		妊娠末期		産後2～3日		産後2ヵ月	
		妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫
自己効力感	n	44	44	37	35	36	35	36	29	33	31
	Mean	9.70	10.84	10.16	10.74	10.67	10.94	10.61	11.03	10.73	10.77
	σ^2	10.96	12.14	12.53	12.84	11.31	14.59	15.04	16.61	16.14	16.85
	SD	3.31	3.48	3.54	3.58	3.36	3.82	3.88	4.08	4.02	4.10
range	3-16	2-16	3-16	5-16	4-16	3-16	3-16	4-16	3-16	3-16	
状態不安	n	43	44	37	35	36	35	35	30	33	31
	Mean	39.05	33.36	33.76	33.86	37.53	32.77	36.06	33.70	37.58	33.81
	σ^2	78.62	68.93	70.69	67.24	98.66	84.95	111.00	67.60	83	68.16
	SD	8.87	8.30	8.41	8.20	9.93	9.22	10.54	8.22	9.11	8.26
range	22-61	20-61	20-66	20-50	20.67	20-57	20-62	21-53	21-65	20-57	
特性不安	n	44	44	37	35	36	35	35	28	33	31
	Mean	38.93	35.52	36.00	36.40	36.08	35.49	36.09	33.39	38.21	35.06
	σ^2	93.31	69.88	75.17	112.48	73.51	89.67	95.61	90.25	88.80	96.06
	SD	9.66	8.36	10.61	10.61	8.57	9.47	9.78	9.50	9.42	9.80
range	26-69	20-56	20-62	20-62	24-66	20-58	20-72	20-55	23-70	20-66	

表 5. 妻と夫の比較

対応のある t 検定

		妊娠初期			妊娠中期			妊娠末期			産後2～3日			産後2ヵ月		
		n	ν	t 値	n	ν	t 値	n	ν	t 値	n	ν	t 値	n	ν	t 値
自己効力感	妻	44	43	1.70	35	34	0.77	35	34	0.47	29	28	0.85	30	29	-0.17
	夫	44			35			35			29			30		
状態不安	妻	44	43	-2.53*	35	34	0.14	35	34	-2.87**	29	28	-0.95	30	29	-1.38
	夫	44			35			35			29			30		
特性不安	妻	44	43	-1.27	35	34	0.21	35	34	-0.37	27	26	-1.27	30	29	-0.96
	夫	44			35			35			27			30		

*P < 0.05 **P < 0.01

表6. 時期の比較

対応のあるt検定

	自己効力感						状態不安						特性不安					
	妻			夫			妻			夫			妻			夫		
	n	ν	t 値	n	ν	t 値	n	ν	t 値	n	ν	t 値	n	ν	t 値	n	ν	t 値
妊娠初期－ 妊娠中期	37 37	36	-1.03	35 35	34	0.16	37 37	36	3.63**	35 35	34	-1.47	37 37	36	3.81**	35 35	34	-1.65
妊娠初期－ 妊娠末期	36 36	35	-1.84	35 35	34	-0.66	36 36	35	0.36	35 35	34	-0.35	36 36	35	1.18	35 35	34	-0.49
妊娠初期－ 産後2・3日	36 36	35	-1.75	29 29	28	-0.76	35 35	34	0.63	30 30	29	-0.86	35 35	34	0.40	28 28	27	0.78
妊娠初期－ 産後2ヵ月	33 33	32	-1.92	31 31	30	-0.46	33 33	32	-0.05	31 31	30	-0.93	33 33	32	-0.30	31 31	30	-0.59
妊娠中期－ 妊娠末期	33 33	32	-2.52*	32 32	31	-0.27	33 33	32	-2.76**	32 32	31	0.77	33 33	32	-0.05	32 32	31	0.54
妊娠中期－ 産後2・3日	33 33	32	-1.56	27 27	26	-0.55	32 32	31	-1.57	28 28	27	0.64	32 32	31	-0.63	26 26	25	3.25**
妊娠中期－ 産後2ヵ月	31 31	30	-2.27*	30 30	29	-0.89	31 31	30	-2.43*	30 30	29	0.45	31 31	30	-2.22*	30 30	29	1.19
妊娠末期－ 産後2・3日	34 34	33	0	28 28	27	-0.59	33 33	32	0.19	28 28	27	-0.03	33 33	32	-1.50	26 26	25	2.29*
妊娠末期－ 産後2ヵ月	31 31	30	-0.11	29 29	28	-0.10	31 31	30	-0.69	29 29	28	-0.73	31 31	30	-2.01	29 29	28	0.54
産後2・3日－ 産後2ヵ月	33 33	32	-0.57	26 26	25	-0.10	32 32	31	-0.83	27 27	26	-0.40	32 32	31	-1.14	25 25	24	-0.10

*P < 0.05 **P < 0.01

娠末期に上昇後は産後2ヵ月まで概ね横ばいで推移していた。

一方夫は、妊娠中期10.74が最も低く、産後2～3日11.03が最も高かった。各時期の平均値には有意差が見られなかった。周産期の間、夫の自己効力感には有意な変動はしないと言える。

なお、自己効力感について妻－夫間の平均値の差の検定を行った結果、5回とも有意差は見られなかった。

2) 状態不安の変化

妻は、状態不安の平均値は、妊娠初期39.05が最も高く、妊娠中期33.76が最も低かった。各時期間の平均値を比較すると、有意差があったのは、妊娠初期－妊娠中期の間、妊娠中期－妊娠末期の間、妊娠中期－産後2ヵ月の間であった。妻は、妊娠中期に比べると、妊娠初期、妊娠末期、産後2ヵ月には、状態不安が有意に高かった。

一方夫は、妊娠中期33.86が最も高く、妊娠末期32.77が最も低かった。しかし、夫の各時期間の平均値には有意な差がなく、周産期の間、夫の状態不安は有意な変動はしないと言える。

なお、状態不安について妻－夫間で平均値に有意な差があったのは、妊娠初期と妊娠末期であっ

た。妊娠初期と妊娠末期には、妻は夫に比べて状態不安が有意に高かった。

3) 特性不安の変化

妻は、妊娠初期38.93が最も高く、妊娠中期36.00が最も低かった。妻の、各時期間の平均値を比較すると、有意差があったのは、妊娠初期－妊娠中期の間、妊娠中期－産後2ヵ月の間であった。妻は、妊娠中期に比べると妊娠初期、産後2ヵ月には、特性不安が有意に高かった。

一方夫は、妊娠中期36.40が最も高く、産後2～3日33.39が最も低かった。夫の、各時期間の平均値を比較すると、有意差があったのは、妊娠中期－産後2～3日の間、妊娠末期－産後2～3日の間であった。夫は妊娠中期と妊娠末期に比べると、産後2～3日には特性不安が有意に低下していた。

なお、特性不安については妻－夫間で、5回とも平均値に有意な差が見られなかった。

3. 自己効力感と不安の関連

妻と夫それぞれについて、周産期各時期で、自己効力感と不安の間に相関があるか否かを見た(表7参照)。

表7. 自己効力感・状態不安・特性不安の相関

Pearsonの積率相関係数

	妊娠初期		妊娠中期		妊娠末期		産後2～3日		産後2ヵ月	
	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫
自己効力感 -状態不安	-0.085	-0.084	-0.135	-0.402*	-0.380*	-0.421*	-0.098	-0.402*	-0.093	-0.472**
自己効力感 -特性不安	-0.396**	-0.453**	-0.395*	-0.696**	-0.380*	-0.701**	-0.300	-0.777**	-0.182	-0.719**
状態不安 -特性不安	0.491**	0.523**	0.693**	0.599**	0.758**	0.654**	0.712**	0.719**	0.815**	0.698**

*P < 0.05 **P < 0.01

表8. 妻と夫の相関

Pearsonの積率相関係数

	妊娠初期		妊娠中期		妊娠末期		産後2～3日		産後2ヵ月	
	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫
自己効力感	0.151		0.084		0.271		-0.093		0.165	
状態不安	0.095		0.329		0.389*		0.483*		-0.012	
特性不安	0.125		-0.018		0.135		0.267		0.040	

*P < 0.05

1) 自己効力感と状態不安の相関

妻は、妊娠末期に有意の負の相関-.380が見られた。妻は妊娠末期に状態不安が高くなると自己効力感が低くなると言える。

夫は、妊娠中期-.402、妊娠末期-.421、産後2～3日-.402、産後2ヵ月-.472に有意の負の相関が見られた。夫は妊娠中期から産後2ヵ月まで、状態不安が高くなると自己効力感が低くなると言える。

自己効力感については、妻と夫の間に相関は見られなかった。

状態不安については、妊娠末期.389、産後2～3日.483に、妻と夫の間に有意の相関があった。妊娠末期と産後2～3日には、妻の状態不安が高くなると夫の状態不安も高くなると言える。

特性不安については、妻と夫の間に相関は見られなかった。

2) 自己効力感と特性不安の相関

妻は、妊娠初期-.396、妊娠中期-.395、妊娠末期-.380に有意の負の相関が見られた。妻は妊娠期間中、特性不安の高い人は自己効力感が低いと言える。

夫は、妊娠初期-.453、妊娠中期-.696、妊娠末期-.701、産後2～3日-.777、産後2ヵ月-.719に有意の相関が見られた。夫は、妻の妊娠中から産後2ヵ月までの周産期全期間、特性不安の高い人は自己効力感が低いと言える。

VI. 考 察

以上の結果から、妻と夫の自己効力感と不安について、いかに変化し、いかに影響し合うかを検討し、看護ケアの必要性について考察する。

1. 妻の自己効力感と不安

妻の自己効力感については、妊娠初期が最も低く、産後2ヵ月が最も高かった。各時期間で差があったのは、妊娠中期-妊娠末期の間、妊娠中期-産後2ヵ月の間であり、妊娠中期を心身の安定期と捉えれば、妻の自己効力感は、妊娠末期と産後2ヵ月に有意に上昇していた。

ところが不安について見てみると、状態不安と特性不安はともに、妊娠初期が最も高く、妊娠中期が最も低かった。各時期間の差を見てみると、妊娠中期を安定期と捉えた場合、状態不安は、妊娠初期と妊娠末期、産後2ヵ月に有意に高くなり、特性不安は、妊娠初期と産後2ヵ月に有意に高くなっていた。つまり、妊娠初期、産後2ヵ月には状態不安、特性不安ともに高くなり、妊娠末期に

3) 状態不安と特性不安の相関

状態不安と特性不安の関連については、妻も夫も、妊娠中から産後2ヵ月までの周産期全期間において有意の相関が見られた。妻も夫も周産期は、特性不安が高い人は状態不安が高かった。

4. 自己効力感および不安に関する妻と夫の関連

自己効力感、状態不安、特性不安について、各時期における妻と夫の相関を見た(表8参照)。

は状態不安だけが高くなっていた。

不安に関するこの結果は、先行研究とは一部異なる結果を示していた。川田ら¹⁰⁾は、状態不安は妊娠初期には軽度上昇するが、その後中期、後期に低下し、分娩直前に不安が高くなり、分娩後低下すると言う。また岩田ら¹¹⁾は、妊娠期間中、状態不安と特性不安はともに妊娠初期、中期、末期とも有意差がなかったと報告している。また松岡ら¹²⁾も状態不安と特性不安は妊婦、産褥5日目、産褥1ヵ月、1歳半、三歳児をもつ母親に有意差はないと結論付けている。しかし、岩田らと松岡らの調査手法は横断的であるので、縦断的な本調査とは異なる結果になったと考える。縦断的手法を用いた佐藤¹³⁾は、妊娠末期以後を調査し、妊娠末期がもっとも不安が高く産褥1ヵ月、産褥5日目、産褥3ヵ月の順であったこと、妊娠末期とその他の時期は有意差があったことを報告し、妊娠末期に状態不安が高いのは出産に対する不安と結論付けている。本調査においても妊娠末期に状態不安が高い理由は、近づく出産に対する不安であると考えられる。

また、本調査では、産後2ヵ月においても状態不安と特性不安が高くなっていた。島田¹⁴⁾は、大多数の母親が退院後に家事援助を受けていたにもかかわらず、産後1ヵ月の時点で初産婦の4人に1人は子どもを育てる自信がないと言い、最も多い心配事は睡眠不足・疲労であり、その他児の皮膚の状態や、母乳不足の心配などを報告している。産後2ヵ月という時期は、里帰りしている妻は実家から自宅へ帰宅する時期であること、一人で育児することや、家事と育児の両立への不安が生じること、勤労女性は産後休暇が終わる頃であること、また、母乳確立までの夜間授乳による睡眠不足や疲労が重なる時期でもある。このような心配事と独り立ちする不安が状態不安と特性不安の高まりに影響していると考えられる。

ここで、不安と自己効力感とを合わせて見てみると、妊娠末期、産後2ヵ月には、妻は状態不安が高くなるにもかかわらず、自己効力感は上昇していた。妊娠末期において、状態不安が高くなるにもかかわらず、自己効力感が高くなるということについては、出産まであと一息となり、10ヶ月間もの妊娠期間を無事に終えつつあることが、妊婦にとっては制御体験となるからではないだろうか。流早産することなく無事に胎児を自分のお腹

の中で育てることができたという経験が妊婦の自己効力感を高めることになると推察できる。このことは、妊娠末期に出産への不安に対する対応を行うことは必要であるが、妊娠継続に対するねぎらいを行い、妊婦の自己効力感に配慮し保証することは言語的説得となって、さらに妊婦の自己効力感を高めることにつながる可能性を示唆していると言えよう。

また、本調査では産後2ヵ月においても、不安が高くなるにもかかわらず、自己効力感が上昇していた。島田ら¹⁵⁾は、自己肯定感は産褥1ヵ月から2ヶ月にかけて有意に上昇したと報告している。本調査において自己効力感が妊娠中期から有意に上昇したのは、2ヶ月間試行錯誤しながらも育児してきた事実、児とのかかわりの充足感が自己効力感の高まりに影響しているからであると推察できる。産後2ヵ月には、育児や生活上の心配事がある一方で、育児によって児との関係を形成、発展させ、母親役割を取得しつつあることがBanduraの言う制御体験になると捉えられる。そこで、その保証（言語的説得）を行い、自己効力感を高める援助を行うことは、今後続く育児を自分なりに工夫して行うことや、困ったときには助けを求めることができる行動につながると考える。

妊娠初期に状態不安が高いという結果については、妊娠初期は一般的に妊娠の受容や当惑、アンビバレンスの感情とつわりなどの身体的反応の発現によって不安が引き起こされると言われている。さらに、妊娠が予定されたもので、待ち望んでいた妊娠であっても不安の感情を持つと言われている。今回の調査でも、妊娠が計画的であった妻は54.5%いたにもかかわらず、妊娠初期には不安が有意の差を持って高かったことから、妊娠の計画の有無に関わらず、妊娠初期には不安が高くなると言える。看護者はそのことを理解したうえで、不安の軽減に向けて関わる必要がある。特に不安傾向がある妻に対しては、妊娠の受容や妊娠に伴うつわりなどの身体変化といった、不安を高めると言われている要因について援助する必要がある。

なお、妻の不安については、周産期の5回とも状態不安と特性不安に高い相関があり、特性不安の高い人は状態不安が高くなっていた。この結果は、岩田ら¹⁶⁾の妊娠期のSTAIの報告と一致して

いた。さらに、特性不安と自己効力感は妊娠中は負の相関があり、特性不安が高い人は自己効力感が低くなっていたことから、不安傾向にある人は自己効力感を高める援助が必要となることが示唆された。中でも妊娠末期には、状態不安が高くなると自己効力感が低くなる、あるいは自己効力感が低い人は状態不安が高くなると言える。妊娠初期から不安傾向にある人か否かを把握し、不安傾向の高い人への、出産への不安軽減の援助、及び自己効力感を高める援助は特に必要となると考える。

2. 夫の自己効力感と不安

夫の自己効力感については、最も低い時期は妊娠中期10.74であり、最も高い時期は産後2～3日11.03であった。夫の場合、各時期における平均値に有意な差はなく、周産期の間は、自己効力感に変動しないと言えよう。状態不安についても時期による平均値に有意な差は見られなかった。今回は正常な周産期の変化をたどる対象者がほとんどであったので、その場合、夫は、妻の妊娠、出産を原因とする状況的な不安をもたないように見える。

特性不安については、妊娠中期－産後2～3日の間、妊娠末期－産後2～3日の間で、平均値に有意な差が見られた。産後2～3日には、妊娠中期と妊娠末期に比べて有意に特性不安が低下する。このことは、児の出生が喜びや感動をもたらす、父親として、また男性として満足感や達成感を味わい、さらに、自分の妻が児を出産したことへの誇りなど、さまざまな肯定的な感情体験が、不安傾向にある夫の不安を低下させると考えられる。久川¹⁷⁾の調査で、妊娠中は父親という感じはしないと答えたものが93.3%であったが、子どもとはじめて会って感動した、かわいい、無事に生まれてよかったと喜びを表したものが80%であったことから、父親としての喜びの感情が特性不安に影響したと推察できる。夫にとって、児との対面は、大きな意味を持つことであるといつてよい。このことは、分娩時のケアとして、父親に対しても自己効力感が高まるケアを行うことの必要性を示唆している。

なお、夫の不安についても妻同様に、周産期は5回とも状態不安と特性不安に高い相関があり、特性不安の高い人は状態不安が高くなっていた。

さらに夫は、周産期は5回とも特性不安が高い人は自己効力感が低くなっていた。不安傾向にある夫は自己効力感を高める援助が必要となることが示唆された。中でも自己効力感と状態不安の間では、妊娠中期以後、産後2ヵ月までの4回とも負の相関があった。中期以後は、夫は状態不安が高くなると自己効力感は低くなると言えよう。前述したようにグループとして平均値を出すと、自己効力感も状態不安も個人の変化が見えにくいのが、個々に相関を見ると、夫は、周産期のほとんどの時期において、妊娠、出産による状況的な不安が自己効力感を低下させるといってよい。この点は、妻が妊娠末期にのみ状況的な不安が自己効力感を低下させるという結果と異なる点である。夫の場合、周産期においては、状況的な不安は容易に自己効力感を低下させると言つてよいかもしれない。不安傾向の高い夫への、周産期における不安の援助、及び自己効力感を高める援助は看護者として意識して行うことが必要と考える。

3. 妻と夫の自己効力感と不安

妻と夫の状態不安の平均値を比べると、妊娠初期と妊娠末期に妻のほうが有意に高かった。妊娠初期には、妊娠診断に伴う妊娠の受容やつわりなどについて不安を生じることが影響するのではないかと考える。また、妊娠末期には妻は夫よりも出産に対して状況的な不安が強くなると言える。この結果は、妊娠、出産を自分自身が身をもって体験するか、しないかという女性と男性の違いが影響していると考えられる。女性にとっては、妊娠の受容や出産は大きな不安をもたらす出来事と言える。

また、妻と夫について、両者間で相関が見られたのは、状態不安のみであった。妊娠末期と産後2～3日には、妻と夫の間に相関があり、出産前後には、妻の状態不安が高くなると夫の状態不安も高くなると言える。久米¹⁸⁾は出産前から退院までの夫婦の感情変化を感情の浮沈図で表し、夫婦でほぼ同じ曲線を描くものが約半数いたことを示している。本調査においても妻と夫の間では、自己効力感には相関は見られなかったが、状態不安が妊娠末期と産後2～3日に相関していたこと、また、妻は妊娠末期に状態不安と自己効力感が相関していること、夫は妊娠末期から産後2ヵ月まで状態不安と自己効力感が相関していることから、

妻と夫の自己効力感は状態不安を介して関連していることが示唆された。

妊娠中から、妻の状態不安を軽減し、自己効力感を高める援助は重要であるが、夫への援助もまた、妻をサポートする、あるいは父親となる夫自身のために必要であることが確認できた。

Ⅶ. まとめ

周産期の妻と夫の自己効力感と不安の変化と関連を把握する目的で、一般的自己効力感スケール(GSES)と状態・特性不安スケール(日本版STAI)を使用し、妊娠初期から産後2ヵ月に渡り、縦断的に調査した。その結果、以下のことが明らかになった。

- 1) 妻は妊娠初期、妊娠末期、産後2ヵ月の時期に状態不安が高く、それにもかかわらず、妊娠末期、産後2ヵ月には自己効力感が高い。
- 2) 出産前後は、妻か夫の一方の状態不安が高くなると、他方の状態不安も高くなる。
- 3) 妻と夫はそれぞれ、周産期全期間で特性不安の高い人は状態不安が高い。
- 4) 妻は妊娠中、夫は周産期全期間、特性不安の高い人は自己効力感が低い。妻は出産後、特性不安、状態不安が高くても自己効力感が低くなるとは限らない等の傾向が見られた。

これらの結果は、妊娠・出産・育児における自己効力感は、不安の要素に大きく影響されること、不安は時期により変動すること、夫と妻間で常に不安は影響しあい、ネガティブにもポジティブにも移行することを示している。また、妊娠中のケアは妻に焦点があたりがちであるが、夫の自己効力感を高める援助の重要性を示唆している。

今後の課題としては、対象者数を増加して自己効力感の変化と相関の信頼性を高めること、不安を高め自己効力感を低くする周産期の要因を明確にすることである。

本調査にご協力いただいた対象者の皆様に深く感謝いたします。

引用文献

- 1) Bandura,A.: 第2部3章, 自己効力(セルフ・エフィカシー)の探求, 祐宗省三他, 社会的学習理論の新展開,金子書房, 106, 1985.

- 2) 松岡治子他: 妊娠期・産褥期・育児期の母親の不安について—日本版 STAI を用いた横断的研究,母性衛生, 43(1), 13-17, 2002.
- 3) 川田清弥他: 妊産褥婦の不安について,周産期医学, 18(1), 151-156, 1988.
- 4) 水上明子他: 産後の母親の不安と育児状況—退院時と1ヵ月健診時の比較,母性衛生, 36(1), 97-102, 1995.
- 5) 岩田銀子他: 妊婦の不安の分析—質問紙 STAI,POMS 指標を活用して, 母性衛生, 41(2), 201-206, 2000.
- 6) 亀田幸枝他: 妊婦の出産に対する Self-Efficacy と不安の関連性,金沢大学医学部保健学科紀要, 24(2), 151-158, 2000.
- 7) 江本リナ: 自己効力感の概念分析, 日本看護科学会誌, 20(2), 41, 2000.
- 8) 坂野雄二: 一般性セルフ・エフィカシー尺度の妥当性の検討, 早稲田大学人間科学研究, 2(1), 93, 1989.
- 9) 中里克治,下仲順子: 横断比較による不安の生涯発達,教育心理学研究, 37, 172-178, 1989.
- 10) 川田清弥他: 前掲151
- 11) 岩田銀子他: 前掲203
- 12) 松岡治子他: 前掲16
- 13) 佐藤喜根子: 妊産褥期にある女性の不安因子の分析,日本助産学会誌, 16(3), 148, 2003.
- 14) 島田三恵子他: 産後1ヵ月間の母子の心配事と子育て支援のニーズに関する全国調査—初経産別、職業の有無による検討,小児保健研究,60(5),674-677,2001.
- 15) 島田真理恵他: 産褥1ヵ月~6ヵ月における褥婦の育児生活肯定感情の変化—対象全体の変化、出産経験別の変化に焦点を当てて,日本助産学会誌,16(3), 184-185, 2003.
- 16) 岩田銀子他: 前掲 P204
- 17) 久川洋子: 妊娠期間における父親の意識, 天使女子短期大学紀要, No10, 29, 1989.
- 18) 久米美代子: 妊娠・分娩・産褥・育児期を通してみた夫婦の感情に変化の研究—妻から見た夫婦の感情の浮沈図(その2),母性衛生, 37(2), 261-262, 1996.

参考文献

1. Bandura,A.: Self-efficacy, Psychological

Review, 84, 191-215, 1977.

2. 本明寛他監訳：激動社会の中の自己効力感, 金子書房, 1997.
3. 岩田銀子他：妊娠の自己概念の再形成に関する一考察,母性衛生, 38(2), 167-172, 1997.
4. 松木光子：自己概念の変化について, 看護研究, 26(2), 119-125, 1993.
5. 宮本美沙子,奈須正裕編:達成動機の理論と展開, 121, 金子書房, 1997.
6. 重田圭子他：乳児をもつ母親のセルフエフィカシーと育児不安,祖父母関係との関連について, 小児保健研究, 60(2), 254, 2000.
7. 新道幸恵,和田サヨ子：母性の心理社会的側面と看護ケア, 98-115, 医学書院, 1990.
8. 鈴木樹里他：産後の自己概念を再形成する構成要素の研究（レビュー分析からの検討）, 母性衛生,40(3), 231, 1999.