

氏名（本籍）	三谷明美（山口県）
報告番号	甲第19号
学位の種類	博士（健康福祉学）
学位記番号	健康福祉博甲第19号
学位授与年月日	2019（平成31）年3月20日
学位授与の要件	学位規則第4条第1項該当（課程博士）
学位論文題名	母親の自己効力感を刺激する ベビービクスプログラムの検証
論文審査委員	主査 教授 田中マキ子 副査 教授 上白木悦子 副査 准教授 佐々木直美

論文要旨

わが国の育児をとりまく社会環境は少子化、共働き世帯の増加、核家族化の進行、地域社会での関係性の希薄化といった背景があり、地域の中で母親が孤立しやすい環境にあるといえる。このような背景の中で、産後の子育て支援プログラムの一環として発展したプログラムにベビービクスがある。ベビービクスはベビーマッサージと児の発達段階を踏まえ自然な発達を促進する動きを合わせたプログラムであり、これまでの研究では、母親の心理的側面に及ぼす影響として、リラクセス効果を中心に検証されてきた。

本研究では、本研究者が取得したベビービクスのインストラクターのライセンスを活かし、ベビービクスプログラムの実践による母親の自己効力感へのアプローチを考えた。本論で捉える自己効力感とは、「母親の心身の安定が図れ、前向きな養育姿勢に繋がり母親役割取得過程が促進される（良き母親になれるという期待や自信）」と捉え論を進めた。まず、母親の心身の安定性の検証としてベビービクスプログラムの縦断的な介入（1回/週、2か月間）が母親の心理的側面や養育姿勢に及ぼす影響の検討に取り組んだ。結果として、各心理尺度によるリラクセス効果等が検証されたことから、母親の心身の安定性が図れ、前向きな養育姿勢に繋がり母親役割取得過程が促進される可能性が示唆された。次に、本研究の参加者において、ベビービクスが母親自身への効果として、どのように育児に臨む姿勢や意識が変化し自己効力感が刺激されたかについてフォーカスグループインタビュー法による質的研究に取り組んだ。結果として6カテゴリーが抽出され、ベビービクスプログラムへの満足感や充実感により良好なメンタルヘルスが維持され、自己流ベビービクスとして変化

し日常生活に定着したことが示唆された。また、時間の流れと共に自己効力感が高まった可能性が示唆された。さらに、集団教室および個人教室の質的研究で抽出された各カテゴリーを比較すると共通性が認められ、実施形態に関わらず、母親としての自己効力感が刺激されていることが示唆された。

ベビービクスプログラムは、集団/個人教室といった実施形態に関わらず、統一したプログラムを定期開催することで、自然に手技が習得され自己流のベビービクスとして日常生活に定着し母親としての自信につながった。また、母親自身の生活の変化や社会参加に繋がった。さらに、ベビービクスプログラムそのものの楽しさや子どもの成長を実感する機会となり、母親役割を遂行できることへの満足感や充実感により肯定的な感情が促進された。これらことから、母親の心身の安定性につながるだけでなく、母親の自己効力感を刺激する肯定的な影響が認められる社会資源としての可能性が示唆された。

Abstract

Verification of BABY-BICS Program to promote maternal self-efficacy

The social environment surrounding child rearing in Japan has a background of a declining birthrate, increase in double-income households, progression toward nuclear families, and dilution of relationship in regional community, an area where mothers tend to feel isolated. Due to having such a background, BABY-BICS has developed as a program for child care support. BABY-BICS is a program combining baby massages and the movements promoting natural develop for keeping up with the baby's developmental stage. In the research thus far, the program's relaxing effect, in particular, has been verified as its effect in mothers' mental aspect.

In this research, the researcher considered the approach regarding the mothers' self-efficacy through practices of the BABY-BICS program, taking advantage of the licensed instructor whom BABY-BICS acquired. The self-efficacy sensed by mothers in this research was regarded as, "Mothers can improve the mental and physical stability, which leads to positive educational attitudes, and the process of their role acquisition as mother can be promoted (expectation and confidence to become good mother)." This led to the argument that, first, the researcher worked on the influence of longitudinal intervention of BABY-BICS program (once a week for two months) on the mothers' psychological aspects and educational attitudes as the verification of the mothers' mental and physical stability. As a result, because the relaxing effect was verified by various psychological scales, it was sug-

gested that mothers were possibly mentally and physically stabilized, which may lead to their positive educational attitudes and the process of their role acquisition being promoted. Second, as the effect of BABY-BICS on mothers themselves, the researcher conducted a qualitative research with the participants in this research through the focus group method. The research discussed how BABY-BICS changed mothers' attitudes and consciousness facing rearing children and how their self-efficacy was stimulated. As a result, six categories were extracted, and it was suggested that good mental health was maintained due to the satisfaction and the sense of fulfillment with the BABY-BICS program and it changed to a self-style BABY-BICS which became fixed in daily life. It also was suggested that the self-efficacy may have strengthened over time. Furthermore, commonalities were observed in the categories extracted in the quantitative studies in group class and private class and it was suggested that self-efficacy as mothers were stimulated, regardless of its embodiments.

It was revealed that the techniques of BABY-BICS can be naturally acquired by the consistent implementation of programs being regularly held, regardless of their embodiments, such as group class and private class, and BABY-BICS was fixed in daily life as self-type BABY-BICS. This is to encourage the mother's confidence. BABY-BICS' regular sessions led to life changes in the mothers themselves and their social participation. Furthermore, it became an opportunity to enjoy BABY-BICS itself and realize the growth of their child. The program further helped their positivity by providing them with a sense of satisfaction and fulfillment that they can play a role as mother. From these, it was suggested that BABY-BICS does not only lead to mothers' mental and physical stability, but also it is possible to recognize the program as a social resource which positively stimulates a mother's self-efficacy.

審 査 結 果

本論は、我が国で発達した母親のリラックス効果や自信を引き出すベビービクスに着目し、母親の自己効力感を刺激するベビービクスプログラムについて明らかにすることを旨とするものである。

本論文は、1章：ベビービクスの現状と課題、2章：ベビービクスが母親の自己効力感に及ぼす影響の量的検討、3章：ベビービクスが母親の自己効力感に及ぼした影響、4章：ベビービクスの実施形態が母親の自己効力感に与える影響の4章から構成された。

博士論文の審査基準に照らして、本論文を評価した。

1. 副論文の作成：本論文の副論文として、査読付論文1編、三谷明美著「ベビービスクのプログラムによる定期開催が母親のメンタルヘルスや日常生活に及ぼした影響～個人教室（個人プログラム）に参加した母親を対象として～」母性衛生 第58巻4号, 2018を確認した。

2. 研究課題の明確化：ベビービクスに関連するベビーマッサージやタッチケア等、本課題に関係する研究動向について様々な角度から検討し、本研究の意義と目的が明確に示されていた。

3. 先行研究の適切な検討：本研究に必要な先行研究を妥当な情報サイトから把握・収集し、研究に必要なリサーチクエスションを構築・強化することに用いられていた。

4. 研究方法の適切な選択と実施：母親の心身の安定性を検証するために量的・質的研究手法を適切に用い、実施されていた。

5. 新たな知見の提示と学問発展への貢献：ベビービクスプログラムは、個人・集団といった実施形態による影響を受けず、繰り返し実施することで、母親の心身の安定に寄与すると共に、母親の自己効力感を高める効果が確認できた。ベビービクスプログラムの効果について明らかにされてこなかった現状に対し、客観的な効果を示したことは、学術的な価値を明示するとともに、社会的意義も明確にしたと評価できる。

6. 文章作成能力：論文全体の体裁並びに文章表現等は、概ね整っていた。

最終試験では、本研究の成果と課題等に関する質問に対して、適切な回答が得られた。

以上の所見を総合して、三谷氏は博士論文審査及び最終試験に合格したものと認める。