

第一子誕生前と誕生後における父親の心理的变化

前山 莉枝子¹ 中村 真理²

本研究は、第一子誕生前と誕生後の父親の心理的变化を明らかにすることを目的とした。第一子誕生を直前に控えた父親6名を対象に、誕生前と誕生後の全2回半構造化面接を行った。その結果、誕生前では、7つのカテゴリーと17の概念が生成され、誕生後では、8つのカテゴリーと17の概念が生成された。第一子誕生前は、心身ともに母親になっていく妻に対し、父親になる実感がわかない焦燥感や子育てへの漠然とした不安を抱えつつも、妻のサポートに徹し、妻を支えることで自分にできることを模索し、また、子どもの誕生を心待ちにする父親の姿が明らかになった。第一子誕生後は、新しい家族との生活の中で苦労や大変さを味わい、子育てをする中で家族への愛情や父親としての責任を感じていた。実際の子育て経験の中で父親は徐々に子育てに慣れていく。さらに、子どもと関わることの楽しみを発見し、人生の充足感を感じていた。これらのことから、第一子誕生前と誕生後の父親の心理的状況とその変化が明らかになり、誕生前後で【妻へのサポート】および【父親としての責任】という同じカテゴリーが生成されたが、その内容と要因は異なることがわかった。誕生前の【妻へのサポート】には、〈産んでもらう立場〉である申し訳なきが影響し、誕生後は〈逼迫した妻の子育て〉により家事や精神的支えを含むサポートが強化された。【父親としての責任】は、誕生前では気持ちが先行し、具体的な父親像を持っていないが、誕生後、子育てを通して、そのイメージが具体的になり、仕事と育児の両立に揺れ動く父親の姿が明らかとなった。

キーワード：第一子誕生前後、父親、心理的变化

問題と目的

心理学における親研究は、母親が中心であることが多かった(柏木・若松, 1994)。その背景には、「子育てにおいて母親の愛情は子どもにとって何より大切である」という母性を絶対的なものとみなす風潮が根強く存在してきたことがある(大日向, 1988)。

しかし、近年の核家族化や少子化、共働き家庭の増加などの社会的状況の変化に伴い、「男は仕事、女は家庭」という伝統的性別役割観は薄らぎつつある。平成25年度の内閣府男女共同参画局における「結婚後は、夫は外で働き、妻は家庭を守るべきだ」という考え方に対する独身男女の賛成者の割合を世代別特徴でみると、20代から30代の賛成率は男女ともに40%以下であった。また、国立社会保障・人口問題研究所「第14回出生動向基本調査(独身者調査)」(2010)では、女性の理想ライフコースとして、30%を超える女性が「結婚し子どもを持つが、一生仕事も続けたい」と回答しており、育児・子育てにおける父親の存在が注目されるようになった。

このような社会状況の変化から、1990年代前半以降、日本の家族心理学や発達心理学の領域において、父親に焦点を当てた研究が増え始めた(石井, 2013)。発

達心理学研究においては、生涯発達という捉え方が一般的となり(田辺, 2005)、生涯発達の視点から、「育児は育自」と言われるように、親子間での相互的交流の中で発達すると考えられている(森下・岩立, 2009)。その先駆的研究とされているのが柏木・若松(1994)である。柏木・若松は、「子の影響を受けて成長する親」という親側についての発達の視点から新たに切り入れ、親になることによる人格的・社会的な行動や態度の変化・発達の研究を実施した。その結果、「柔軟さ」「自己抑制」「運命・信仰・伝統の受容」「視野の広がり」「生き甲斐・存在感」「自己の強さ」の6因子が抽出された。そして、子どもに対して父親は肯定的な感情を強く持っているが、母親の感情はアンビバレントであること、父親の子どもに対する行動や態度と母親の否定的感情には相関があることを見出した。森下(2009)は、父親のみに焦点をあて、父親はどのような変化をするのか、その内容を明らかにし、その規定因を育児関与の頻度および個人的要因・家族要因・職場要因から検討した。その結果、父親になることによる変化として「家族への愛情」「責任感や冷静さ」「子どもを通しての視野の広がり」「過去と未来への展望」「自由の喪失」の5因子を抽出した。高橋ら(1994)は、妊娠期から青年期の各発達段階における子どもと父親との関係や、父親の生活や意識の変容を調査した。これらの研究から、子に影響を与える父としての存在だけではなく、子や妻から影響を受け発達する父親の

1 東京成徳大学大学院心理学研究科

2 東京成徳大学

姿が明らかとなった。

親になる意識が変化していく過程をより詳細に検討するため、小野寺・柏木（1997）は、親になる前と親になった2年後で、夫婦に対し質問紙による縦断研究を行っている。その結果、親になる前は子をもつ楽しみと不安感を抱くこと、親になった後は子を生きがいとする気持ちを夫婦ともに共有していること、そして、父親はよい父親になるという自信と家族を支える責任感を強く抱き、柏木・若松（1994）で得られた結果と同じように、父親は子ども・子育てを母親よりも肯定的に捉えていることが示唆された。小野寺・青木・小山（1998）は、はじめて父親になる男性がどのような心理的過程を経て父親になっていくのかということ、「まもなく父親になる意識」として6因子構造で明らかにし、父親になってからのわが子に対する養育態度とどのように関連しているかを検討している。

これまでの先行研究が質問紙に基づく調査が多かったことを受け、森下・岩立（2009）は、幼児の父親を対象に子どもの誕生や子どもとの関わりの中で父親の意識がどのように変化していったか面接調査を行った。その結果、自己に関わる面、人間関係の変化に対する肯定的な感情のみならず、子どもの誕生に伴う夫婦関係の変化や仕事との両立に葛藤し、人生の大きな変化に動揺しつつも成長していく父親の姿が示され、質問紙調査では測りえなかった新たな側面が明らかとなった。

以上のように、父親研究の動向および先行研究を概観すると、子誕生による父親自身の変化・発達を取り扱った研究は蓄積されつつあるが、個人内の変化に焦点をあて面接調査を行った研究は、森下・岩立（2009）

以外にほとんど見当たらない。丹念に父親自身の心理的な意識の変化を捉えるためには、同一の父親に対して継時的に面接調査を行い、分析することで、一様には語れない父親それぞれの姿を明らかにすることができると考える。また、約60%の父親が子どもが生まれた直後に父親になる実感をもったと回答していることから（田中ら、2011）、子どもが生まれる前後で「父親になる」という父親自身の意識は飛躍的に変化すると考えられる。よって、子の誕生という家族にとって重大なライフイベントを経て、父親の意識がどのように変化するか詳細に捉えるため、子ども、特に、第一子が生まれる前と生まれた後で縦断的に調査することとした。

本研究は、周囲の人物や環境に影響を受けながら、父親自身の気持ちや考え方がどう変化していくのか、第一子が生まれる前と生まれた後の父親の語りから比較検討することを目的とする。

方 法

調査対象者

関東在住で調査期間内に第一子誕生予定の父親6名。年齢は27歳から33歳。職業は全員会社員であった。（Table1）

調査方法・内容

インタビューは、インタビューガイドにしたがい半構造化面接形式で2016（平成28）年7月から12月にかけて実施した。Table2およびTable3にインタビューガイドの抜粋を示した。インタビュー所要時間は1人につき40分から1時間程度で、面接回数は、全員、子どもの誕生前と誕生後の2回であった。面接終了後、録音したインタビューデータをもとに逐語記録を作成した。

倫理的配慮

調査対象者へは、インタビューは自由意志につき、インタビューの途中中断、インタビュー後の論文掲載を辞退が可能であること、また、それにより調査対象者へ不利益が及ぶことがない旨を事前に説明した。また、調査対象者の個人情報を含む、インタビュー内で語られた個人名、地名、団体名等については特定されないよう配慮することを伝えた。尚、本研究は、東京成徳大学大学院心理学研究科研究倫理審査委員会の承認を得ている（承認番号16-1-15）。

データの分析方法

インタビューデータは「修正版グラウンテッド・セオリー・アプローチ」（以下、M-GTAとする）（木下、2003）の分析手順を利用した内容分析を行った。具体的には、分析テーマに従い、データの関連する箇所を

Table 1 調査協力者基本属性

	年齢	職業	誕生前インタビュー時 (妻の妊娠月数)	誕生後インタビュー時 (子どもの月齢)
A	30歳	会社員	9ヶ月	3ヶ月
B	30歳	会社員	10ヶ月	4ヶ月
C	30歳	会社員	9ヶ月	3ヶ月
D	27歳	会社員	10ヶ月	3ヶ月
E	32歳	会社員	8ヶ月	2ヶ月
F	33歳	会社員	9ヶ月	2ヶ月

Table 2 インタビューガイド（誕生前）

- ①子どもが生まれることに対しての今の気持ちを教えてください。
- ②父親になるという実感はありますか？
- ③ご自身の中で変わったと思うことはありますか？（プラス面・マイナス面）
- ④妊娠がはかかってから（ご自身／奥様／仕事）に対する思いで変わったことはありますか？
- ⑤今、不安や悩みはありますか？
- ⑥今、どんなことに幸せを感じますか？

Table 3 インタビューガイド（誕生後）

- ①子どもが生まれて、今どんな気持ちですか？
- ②父親になったという実感はありますか？
- ③子どもが生まれて、（ご自身／奥様／仕事）に対する思いで変わったことはありますか？
- ④今、子どもや子育てのことで抱えている不安や悩みはありますか？
- ⑤今、子育ての何が（楽しい／大変）ですか？
- ⑥今、どんなことに幸せを感じますか？

Table 4 カテゴリー一覧表（誕生前）

カテゴリー	概念
【妻の妊娠を知る】	<妻の妊娠を知ったときの思い>
【子どもを家族に迎える準備】	<子どもへの興味関心> <夫婦から家族になっていく> <住環境の変化> <日常の制限>
【妻の母親としての成長】	<精神的な成長> <母性の芽生え>
【夫・父親役割の模索】	<産んでもらう立場> <父親になることへの実感のなさ> <父親の実感が湧かないことへの焦燥感>
【妻へのサポート】	<家事の負担軽減> <精神的サポート>
【父親としての責任】	<父親としての責任> <仕事に対する姿勢>
【出産への期待と不安】	<子育てへの不安> <子どもへの期待・願い> <夫婦ふたりでいる幸せ>

Table 5 カテゴリー一覧表（誕生後）

カテゴリー	概念
【第一子の誕生】	<立ち会い出産体験> <子どもとの初対面>
【新しい家族との生活】	<新しい生活での苦労> <行動の制限>
【妻へのサポート】	<家事の負担軽減> <精神的サポート> <逼迫した妻の子育て>
【子育てへの参加】	<身の回りの世話> <子どもとの遊び・関わり>
【家族への愛情】	<妻への感謝・労い> <子どもへの愛着>
【子育てに慣れていく】	<子育ての楽しみ> <父親の実感の芽生え>
【父親としての責任】	<父親としての責任> <仕事に対する姿勢> <人間関係の変化>
【人生の充足感】	<子どもがいる幸せ>

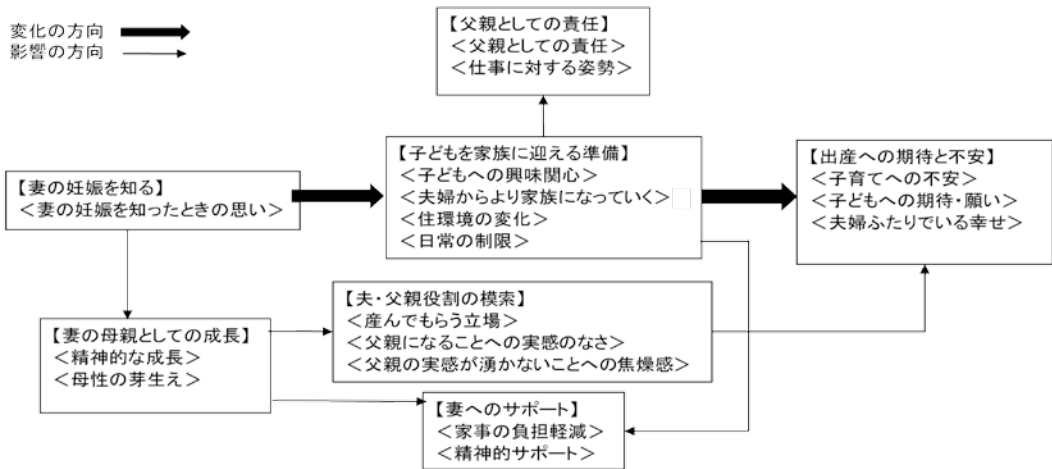


Figure 1 第一子誕生前の父親の心理的状況

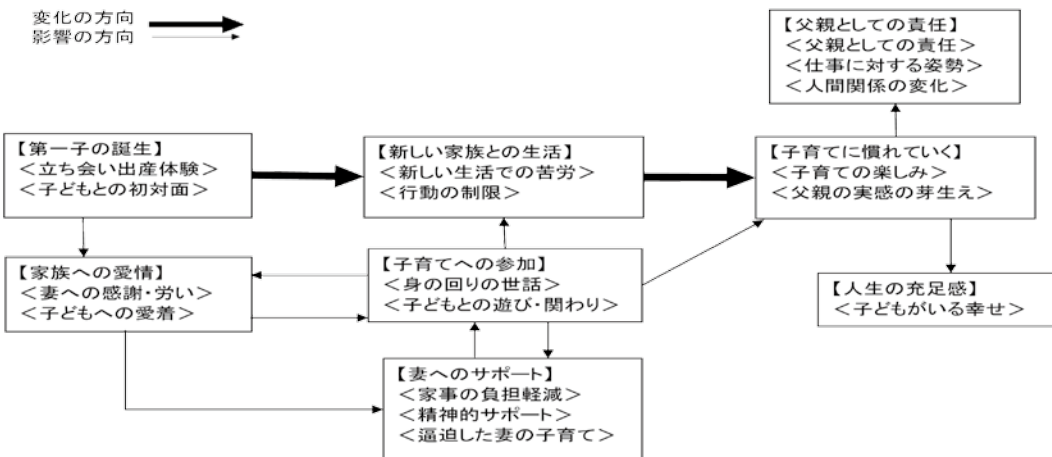


Figure 2 第一子誕生後の父親の心理的状況

具体例として挙げ、その内容の意味を解釈し、「概念」を作成した。そして、作成した複数の「概念」の相互関係から「概念」のまとまりとなる「カテゴリー」を生成していった。最後に、これら複数の「カテゴリー」

間の関係を統合して結果図を作成し、その概要を簡潔に文章化したストーリーラインを作成した。なお、分析過程においては、質的研究者の助言を受けながら共同で行った。

結 果

分析の結果、誕生前のデータより17の概念と7つのカテゴリーが、誕生後のデータより17概念と8つのカテゴリーが生成された。Table4およびTable5にカテゴリー一覧を示した。生成されたカテゴリー間の関係を子どもの誕生前の結果図 (Figure1) と子どもの誕生後の結果図 (Figure2) として示した。なお、〈〉は概念、【】はカテゴリー、発話例は「」で記述した。次に、誕生前と誕生後のストーリーラインを示した。

ストーリーライン I (誕生前)

【妻の妊娠を知る】では、〈妻の妊娠を知ったときの思い〉として、「うれしかったですね。でも、なおさら実感はなかったの『あ、そうなんだ』みたいな感じもありましたけど、でも、うれしかったですね。」と子どもができたことを喜んだり、「動揺しました。30歳前までには子どもは欲しいって言ってたんで、それなりの心の準備はしていたつもりなんですけど、『親になるんだ』っていうちょっと衝撃というか、『この自分が?』って。」というような驚きがあったようだ。中には、「ほーって感じ。基本的に生まれるまでは頭では理解してる感じ。」など感情が伴わない場合もあり、新しい家族を迎えるスタートラインに立った父親たちのさまざまな感情が窺われた。

その後、夫と妻であった関係に父親と母親という新たな関係性が加わり、【子どもを家族に迎える準備】が始まる。〈子どもへの興味関心〉がわき、「街の子どもをすごく見るようになりましたね。」「妊婦さんに目が行くようになったし、席も譲ったり。」と今まで気を留めることがなかった事柄へ視野を広げ、夫婦間の会話も、「仕事の話、友達の話以外にも子どもの話をするようになった。」と内容が変わってきたことが語られ、〈夫婦からより家族になっていく〉ことを意識していた。〈住環境の変化〉では、妻の実家近所に引っ越しをしたり、「子どもいたらちゃんとダイニングテーブルで食事しないといけないかなと思って新調したり」と子どものことを考えた環境整備を行い、「節約をしはじめた・・・多少は、多少は将来のことを考えて。」と節約を始めたり、「くさいから止めたほうがいいって。病気のリスクも高いから」とたばこを止めたりと〈日常の制限〉を新たに設けていた。

子どもを迎える準備の中で、父親は【妻の母親としての成長】を感じている。「大人になった。赤ちゃんのことも考えないといけないから、自分のやりたいことを我慢して・・・」と妻の〈精神的な成長〉を感じ、〈母性の芽生え〉では、「おなかをずっとなでて、子どもを守っていきこうっていう雰囲気はすごく感じます。」というように身体的変化に伴い心も体も着実に母親になっていく妻の姿を見ていた。

一方で、父親は、〈父親になることへの実感のなさ〉を痛感しており、「一足先に母になったな〜って。全然父は出遅れてる」と妻の母親になる速度と自分の父親になる速度の差に戸惑い、「自分が変わらな過ぎて焦る。正直いうと、子どもが本当に生まれるのかっていう実感がまだないんで、実感がないままその日を迎えるんですよ。」と〈父親の実感がわからないことへの焦燥感〉を募らせていた。また、子どもを〈産んでもらう立場〉である父親は、「動きとか制限されるし、かわいそうっていう言い方は違うんですけど、いろいろ我慢してもらって、これから大変なことをするわけだから、より大切にしようと思うようになりましたね。」と妻への慈しみや「奥さんは確かに24時間子育てっていうか、おなかの赤ちゃんを育ててくれるから、あんまり100%ゆっくりしている様子は表に出しにくくなりましたね。」という申し訳なさを感じていた。こうした妻との関係性の中で、父親は【夫・父親役割の模索】をしていた。

このような焦燥感や申し訳なさが、【妻へのサポート】の原動力となり、〈家事の負担軽減〉では、「家事の負担はちょっとづつ増えてますね。そういえば。あと、水回りも。トイレとかお風呂も掃除してます。」と実際に家事を代行する場合と、「ご飯を買ってることが多くなりました。外食を増やしたり。」と家事を行わずに済むような工夫する場合があった。〈精神的サポート〉としては、「つわりが大変な時は、私が何もできない分コミュニケーションをちゃんととる」や「なるべく要望は聞いてあげて、好きなものを買ってあげる」など声掛けや妻のストレス軽減する働きかけを積極的に行っていた。【父親としての責任】では、「自分が死んだときのことを考えますね。若くして。若くして自分が死んだらどうしよう。」と経済的な柱となる責任を感じ、生命保険の保険金額を増やすなど具体的なエピソードが語られた場合もあったが、「ちゃんとやらなきゃという責任を感じる」や「父親になんか」と気持ちのみが先行する場合が多かった。〈仕事に対する姿勢〉に関しては、「正直あんまり、芯の部分は変わらない」という場合がほとんどで、子どもの誕生は仕事への姿勢に影響しないと考えている父親が多かった。中には「子どもってというのは人生の中で大事なものだなって思ってるのがあって、仕事へのモチベーションが低くなった」と仕事よりも家族の時間を大切にしたいと思っても語られた。

出産が近づくと、【出産への期待と不安】が出現する。〈子育てへの不安〉では、「どうやって育てていけばいいのか。どうやって怒ればいいのか。どうやって褒めればいいのか。何をさせてあげればいいのか。何をしたいのかをどう感じ取ればいいのかとか、まったくわからないので、試行錯誤しながらやっていくんだろうなって。子育ての方法がわからないです。」と未知

の分野である子育てへの漠然とした不安を募らせていた。一方で、「みんなから慕われる。ひねくれたりしない。正直な子に育てて欲しい」とく子どもへの期待・願ひが語られ、「まず、顔を見るのが楽しみですよね。どっちにどんなふう似てるのか。」と待ち望んだ子どもの誕生を楽しみにする様子が窺われた。〈夫婦ふたりでいる幸せ〉では、「今二人でいるんなところに行ってるのは、残り二人で過ごす時間があんまりないので、子どもできるとやっぱり行けないところってあるじゃないですか。」「ちょっと恥ずかしいんですけど、奥さんに甘えるようになった。」など、夫婦ふたりだけの時間が残りわずかになったことへの寂しさを感じていた。

ストーリーラインⅡ（誕生後）

人生の重要なライフイベントである【第一子の誕生】場面では、「1週間早まって。初産は遅くなるって聞いてて、結構のんびりしてたんですけど、まさか、その日にどんどん進んじゃって、『ちょっと病院行く』みたいな感じでどんどん進んで。」と予定より早い出産や「いや、焦りました。入院するなんて思ってなかったし、何も理由を言われなかったんで、『入院しちゃった』って奥さんから連絡が来て。」と妻の突然の入院など想定外の事態に困惑しながらも、〈立ち会い出産体験〉を経て「奥さんに対して、よくやったとか、そういう気持ちだったかな。」や「生まれた瞬間は・・・そのときはお父さんになったなという気持ちよりも妻ががんばったなっていう気持ちしかなくて。あんまり赤ちゃんにまで気が回らなかったっていうか・・・とにかく妻がすごいがんばったなって。」と父親として我が子の出生を見届け、産んでくれた妻への労いや感謝の気持ちを強くした。また、生まれた瞬間の感想として、「結構生々しかった」「真っ青な顔してるから、『うお』ってびっくりしちゃって」と子どもの様子に狼狽えたことが語られた。しかし、〈子どもとの初対面〉では、「すごく嬉しかったし、生まれて・・・よく出てきたねっていう気持ちで。よくおなかで育ったねって。最初の健診のときはすごく小さかったから。」と我が子との二人きりの穏やかな時間を過ごし、初めて子どもを愛おしく思っていた。

そして、父親、母親、子ども3人の【新しい家族との生活】が始まる。全てが初めてという経験の中では、「強制的に寝れないんで、リズムがこう・・・夜泣きするんで、2時間置きとかに起きますから。」「自分のリズムで何かできなくて、それは大変だなんて思います。」など、子どもが生活の中心となったことでの〈新しい生活での苦勞〉が語られた。〈行動の制限〉では、「行けるところが限られる。買い物行っても、ちゃんと授乳室があるところとか。」「メシ食うのも泣いても大丈夫そうなところ選んで。個室とか。」と夫婦ふ

たりでは気にしなかったことに気を配りながら生活を営む様子が窺われ、『フットサル行っていいよ』とは言われますけどね。目が座ってるんだけどみたいな。行っていいけどのあとにカッコ書きで何かあるよねみたいな。けど・・・みたいな。」「勝手に自分だけ遊びに行けない」と単独での外出をためらっていた。

【妻へのサポート】は自主的に行い、〈家事の負担軽減〉では、子育てに追われる妻のために食事の用意や掃除、ゴミ出しなど行っていることが語られた。〈精神的サポート〉では、「生まれてから1ヶ月ちょいは室内にいなきゃっていうので、室内でリラックスできる雰囲気づくりをして。物を買って与えて。」と外出できないことでストレスを募らせる妻を労う気持ちが語られた。〈逼迫した妻の子育て〉では、「もうやれることをやるしかないですよ。早めに帰って、お風呂入れてあげるとか。夜泣きのときは抱っこしてあげるとか。ま、持ってあげるだけじゃ何も変わらないですけどね。気持ちだけ。」「帰ると家の中が壮絶なんですよ。いろんなものが出しっぱなし、脱ぎっぱなしで。育児用品も床中にバラバラバラ～ってなあって・・・もう大変だったんだろうな～って。」と24時間休みのない子育てに疲弊し精神的にも肉体的にもやつれていく妻を目の当たりにし、「やってあげようっていうか、やらなきゃって感じになりますよね。やばいって。」と自分がなんとかしなくてはと家事や仕事に奮起する父親の姿が垣間見られた。

【子育てへの参加】では、〈身の回りの世話〉として、「できることだけでも、おむつ替えたりとか、抱っこしたりとか、お風呂入れるの手伝ったりとか。」「おむつ、お風呂、哺乳瓶・・・授乳以外は一通りやりますね。」とできる範囲で子育てに参加し、「あやしたりします。遊んだり」することで〈子どもとの遊び・関わり〉を持っていた。

父親は、新しい日常の中で、子どもと関わり、出産という大役を果たしてくれた妻に対し、【家族への愛情】を深めていく。〈妻への感謝・労い〉は、子どもが誕生した瞬間に深まり、「奥さんへはよく産んでくれたなっていう感謝の気持ちはすごくあって・・・ずっと子ども育ててくれてるから、感謝の気持ちが強くなった気がする。」と日々の子育てを担う労いと感謝を示している。〈子どもへの愛着〉では、「子どもとの時間が多くなって、過ごす時間も多くなって、考えることも多くなった。」「僕は携帯の待ち受けとかも子どもにはしないタイプって思ってたんだけど、もう、次の日くらいにははしてましたね。すっごいかわいいですよ。疲れてても携帯みると『ほっ』っとするんです。」と子どもとの関わり、手をかけていく中で、子どもへの愛情を深めていた。

父親は子育て経験を徐々に積み、【子育てに慣れていく】。〈子育ての楽しみ〉では、「子育て、ようやく

楽しめるようになってきたので。それは自分自身も安心ですけれどね。自分にも余裕が出てきたので。他の人の話を聞いても、だいたい3ヶ月くらいから余裕が出てくるって聞いたんで。同じように育ってるんだなって。「慣れてくるとだいぶ父親感覚というか、楽しくなってきましたね。辛いから楽しいになってきました。」と苦労が多かった子どもとの生活にある程度の余裕が生まれ、子育てが楽しみに変わっていた。子育てを楽しむ余裕ができると、父親の実感が芽生え、「妻が帰ってきて一緒にお風呂入れたり、ミルクあげたり、おむつ変えたり、そういう日常的生活の一部としてやり始めてから徐々に父親としての実感が伴ってきたかな？たまに抱っこしてくらいなら、自分の子どもじゃなくても他の子どもでもできるじゃないですか。」と父親の実感の芽生えを子育てへの参加を通して感じていた。

【父親としての責任】では、「子どもからみて恥ずかしくない大人にならなきゃいけないんだろうなと思うようになり、人格的な成長が父親としての責任」と捉える語りがなされた。また、具体的に学資保険に加入するなど行動面からも父親は父親としての責任を感じていた。＜仕事に対する姿勢＞については、ほとんどの父親が「早く帰りたい」と家族の時間を確保したいと思っている一方で、「やりたいことをできるようにチャンスを与えてあげたい」として、そのためにも仕事をより一層がんばりたい」と仕事にも邁進したいと思う気持ちで揺れていた。また、仕事関係で、「社内でもパパ友とかできたり。あとはあんまり話さなかった上司とかとも会話ができるようになった」と職場の人間関係の変化を感じており、「営業なんでやっぱり子ども生まれるとお客さんとの会話が弾みます」と仕事の幅も広げていた。

最後に、子どもが生まれた今の生活をどう感じているか問うと、「体力的にも一番しんどかったですし、精神的にも一番しんどかったですけれど。そして、起きてる時間が長いんで、一番濃いですね。」と子どもとの生活が始まった当初の苦労や大変さを振り返りつつ、「奥さんがいて、ふたりで旅行行ったりして、二人で過ごすことも幸せでしたし、今は子どもがいて、旅行とかは行けないけど、行ける場所も限られてるし、でも、3人で一緒にいてご飯食べてるのが幸せですね。」と夫婦ふたりだったときの生活に比べて、＜子どもがいる幸せ＞を感じ、喜びや楽しいことだけではない【人生の充足感】を得ているようだった。

考 察

本研究では、父親の心理状態がどのように変化するかを第一子誕生前と誕生後の2時点で質的に検討した。妻の妊娠、子どもの誕生という大きなライフイベントを経て、父親が「今」何をどう感じているか明らか

にすることを念頭に置きながら分析を進め、明らかになったことは以下の通りである。

父親になっていく心理的過程

＜妻の妊娠を知ったときの思い＞として、「うれしかった」や「よかった」と感じる一方で、この時点では父親になるという実感はないようだ。その理由として、妻にはおなかの膨らみやつわりなどの心身の変調があるのに対し、「自分の体には何の変化もない」ことが語られた。しかし、【子どもを家族に迎える準備】段階で、妻は身体の変化と同時に精神的にも母親になっていく。母性が芽生えはじめ、「エコー写真とかをずっとみて『超可愛い』とまだ見ぬ我が子への愛着を示す妻に対し、父親は父親の実感が湧かないことへの焦燥感」を募らせつつも、【妻へのサポート】を通して、【夫・父親役割の模索】をしていた。これは、親になる実感や親になる心の準備という点では、夫は妻よりも低い意識であり、親になる実感は妻よりも低いまま親になっていくという小野寺ら（1998）の研究を支持する結果となった。また、現在の悩みや不安として、＜子育てへの不安＞を父親全員が挙げたが、これは父親になることへの実感のなさが影響していると考えられる。「理論上理解はしてるけど、よくわからない」という語りが、漠然とした父親の心境を表していると思われた。

そして、＜第一子誕生＞の時を迎える。誕生の瞬間は、吸引分娩により頭が尖っていたり、全身血まみれで顔が真っ青な我が子の姿に感動よりも驚きが先行する。そして、子どもを産んでくれた妻へは労いと感謝の気持ちを抱く。出産後、静かな病室や廊下で子どもとふたりきりになったときに初めて、父親は子どもが生まれたことに感動をしたが、この時点で「父親の実感はまだない」と全員が答えており、これは、妻の妊娠・出産を機に父親になった実感を高く持つという田辺（2005）の研究結果と異なった。理由としては、田辺（2005）は、事前に父親になったと実感する場面選定を行ったため回答が限定されたことに対し、本研究は、インタビュー内で父親になった実感はありますか？と問い、主観的に父親になった実感を具体的なエピソードとともに語ってもらったためと考えられる。

また、本研究では、立ち会い出産体験の有無が父親意識の芽生えに影響することを示す重要な語りが得られた。今回のインタビューで立ち会い出産を経験した父親は6名中5名であった。この経験で父親意識が著しく芽生えることはないが、子どもが産まれる瞬間に立ち会えてよかったと全員が感想を述べた。「すごいかわかったし、感動した」と語る立ち会い出産を体験した父親に対して、立ち会い出産をしなかった父親は「子どもを抱っこした時は実感がなかった。いきなり子どもがいるって感じだったんで。あれ？産んだ

の？」と実感の伴わなさを振り返っている。このことから、立ち会い出産経験が潜在的に父親意識を芽生えさせる第一歩として重要なきっかけになることが示唆された。

その後、〈新しい生活での苦勞〉の中、さまざまな困難に直面しながらも、「妻と一緒に風呂入れたり、ミルクあげたり、おむつ変えたり、そういう日常的な生活の一部としてやり始めてから父親らしくなってきたかな」という語りのように、子育てを妻との協働関係の中で主体的に行い、父親は自分がこの子の父親であると確信していく。家族との関係に影響を受けながら、育児に関わり、育児を通して父親自身の発達が促されることが森下（2006）の研究で明らかになったように、父親は、自己効力感の中で父親になっていくことがわかった。

妻のサポート

第一子誕生前と誕生後の父親の心理的状态において、共通の категорияが2つ生成された。1つ目は、【妻へのサポート】である。今まで親になることに関連する夫婦の関係は、田辺（2005）の家庭維持因子や森下（2006）の家族への愛情因子、伊藤ら（1998）の結婚の質として考察されることはあったが、夫の妻への思いが詳細に取り扱われた先行研究はなかった。本研究の結果では、子どもの誕生前後で、父親が母親になる妻に対するさまざまな思いに影響され【妻へのサポート】を行っていることがわかった。

第一子誕生前における【妻へのサポート】は、〈産んでもらう立場〉であることが影響していると考えられる。「妊婦だから大目に見てあげないと」とか「産むのは奥さんだし仕方ない」といった立場的な問題が語られた。しかし、これは決してネガティブなものではなく、「今から出産でがんばるんだなって、大変なことをするんだなって思うと、奥さんが過ごしやすいようにしてあげなきゃなと思って」という語りが見え、根底に妻を慈しむ思いがあると考えられる。〈家事の負担軽減〉〈精神的サポート〉に努めることは、妻のストレス・負担軽減であり、産んでもらうことへの埋め合わせ行動的な意味があると推察される。一方、第一子誕生後における【妻へのサポート】は、〈逼迫した妻の子育て〉が影響していると考えられる。子どもの誕生で生活は一変し、とりわけ24時間在宅で子育てに従事する母親にとって心的負担が大きい。仕事から帰宅し、心身ともに憔悴しきった妻の姿を目の当たりにした父親は、「(妻は) いっぱいいっぱいなので、やらせるわけにはいかないんで。自分がやらなければという思いに駆られ、家事・子育てへの参加が強化されることが推察された。このように、誕生前と誕生後における妻へのサポートでは、その規定因が異なることが明らかになった。

父親としての責任

本研究の結果で得られた第一子誕生前、誕生後の共通カテゴリーの2つ目は【父親としての責任】である。

第一子誕生前、〈父親としての責任〉について、「自分が死んだときのことを考えますね。」と自らを経済的な大きな柱と自覚し、生命保険の補償金額を引き上げるなど具体的に行動したのは1名のみで、その他の父親は「ちゃんとやらなきゃ」「父親になんかやっていう責任を感じる」と語りながら、〈父親としての責任〉とは何であるか具体的なイメージを持っていないようであった。それは、〈妻の妊娠を知った時の思い〉として、「ちょっとまだ他人事」と語られたように、まだ子供の誕生が現実味のないことであり、〈父親になることへの実感のなさ〉が影響していると思われる。それを示すように、誕生後、父親は、〈父親の実感の芽生え〉の中で、より具体的に父親としての責任をイメージするようになる。それは、妻子を支える存在、一家の大黒柱としての存在、「子どもが見て『何してんの?』って感じで思われたくないから、ちゃんとした人間でありたい」というような子どもの社会的モデルとなる存在、父親によってさまざまなことから、誕生前の〈父親としての責任〉は、父親自覚の萌芽であり、誕生後、父親としての実感を基に、具体的なイメージを描き、〈父親としての責任〉を強く感じるのだと考えられる。

次に、〈仕事に対する姿勢〉についても誕生前後で内容に違いがみられた。第一子誕生前は、今までと変化がない、また、今後も変化しないだろうと語る父親がほとんどであった。「子どもがいるからといって、転職しなきゃいけないとかそういうことは思わない」という語りのように子どもの誕生とキャリアは無関係に考えているようであった。仕事よりも家族の時間を大切にしたいと感じている父親が6名中2名いたが、この父親は元から業務が多忙であり、そのため、その他の父親に比べて帰宅が遅く、うち1名は休日出勤があった。元々の忙しさから、子どもと関わる時間が取れないことへの懸念が既にあったことが影響したと考えられる。第一子誕生後は、〈仕事に対する姿勢〉は変わらないと答えていたほとんどの父親が、「早く帰りたい」と思うようになったと語っている。早く帰りたい理由を「子どもと戯れるため」また「嫁の負担軽減」のためと述べ、〈子どもへの愛着〉と【妻へのサポート】が父親の気持ちの変化に大きな影響を与えていることがわかった。しかし一方で、「やりたいことをできるようなチャンスを与えてあげたいと思って、そのためにも仕事をより一層がんばりたい」と仕事にも邁進したいと思う気持ちも語られ、仕事と家庭のバランスの難しさを感じていた。森下・岩立（2009）は、家計を支え、子どもや家族の生活を保障することで父親としてのアイデンティティが獲得されるとし、仕事

と育児関与の両立は現代の父親の葛藤であるとしている。このことから、父親にとって、ライフ・ワーク・バランスの実現は、今後の一つの課題になると言えるだろう。

さらに、誕生後は、仕事関係において、〈職場の人間関係の変化〉をもたらした。子どもの誕生を機に、父親は、同僚から子育てに関する助言をもらい、今まで話すことのなかった厳しい上司から子育て経験を聞くことで、同僚や上司の新たな一面を発見していた。また、営業職では子どもを取引先での話題にすることで、円滑な取引関係を作り、仕事に対する積極性や自己研鑽に繋げていることがわかり、先行研究では明らかにならなかった新たな父親を取り巻く環境的变化が明らかになった。

最後に

今回インタビューでは、〈日常の制限〉や〈行動の制限〉、〈父親の実感が湧かないことへの焦燥感〉など、消極的な概念が得られたが、父親の語りを詳細にみると、全体的に父親になろうという意識は高いことが窺われた。森下・岩立 (2009) は、親になる前の精神的ゆとりを失う一方で、家庭における安らぎや生活の安定という異なる精神的ゆとりを得ることで、新たな生活を肯定的に価値づけ、受けて入れていることを強調している。本研究の父親も、またく子どもへの愛情〉や〈父親としての責任〉を基に子どものいる今の幸せを感じ、【人生の充足感】を得ていた。岩田ら (1998) は生後2ヶ月から5ヶ月の父親のストレス得点が高くなかったことに関して、父親役割を受容し、父親であることに喜びを感じているためと結論づけている。本研究の父親もまた待望の第一子の誕生後、父親である責任と自信に満ち溢れる時期なのかかもしれない。

今後の課題

本研究は調査対象者が6名と少なく、第一子の誕生を迎えた父親の心理的变化を一般化することはできない。今回の調査対象者について、全員が年齢30代前後の会社員であったが、社会的・年齢的な成熟度をひとつの指標とすると、子どもを持つことにある程度準備ができていたことが予想でき、属性に偏りがあったと言える。今後、調査対象者を増やし、年齢や職業の違いで父親の心的変化に差がでるのか、さまざまな要因を考慮した上で分析を行う必要があると考える。

また、今回の研究は、父親の語りのみを取り扱ったが、家族成員の相互関係の中で人格的発達が進められること考えると、妻の語りも必要であったと考える。ともに子育てを担う妻の語りを同時に分析することで、客観的な視点からも父親の心理的变化がみえ、さらに、夫婦間の考え方・気持ちの共通点やズレを検討できるのではないだろうか。

最後に、2回目のインタビューは、産後2か月から4か月の間に実施している。産後数か月間は子どもの誕生に一時的に気分が高揚する一種の蜜月期であり、苦勞や困難を肯定的に捉えやすい時期であることが推測される。今後、数年後子育てがより生活に定着してからの追跡研究も父親の心理的变化の流れを把握するために重要であると考えられる。

引用・参考文献

- 石井クンツ昌子 (2013). 「育メン」現象の社会学—育児・子育て参加への希望を叶えるために— ミネルヴァ書房.
- 岩田裕子・森恵美・前原澄子 (1998). 父親役割への適応における父親のストレスとその関連要因, 日本看護科学会誌, 18, 21-36
- 柏木恵子・若松素子 (1994). 「親になる」ことによる人格発達:生涯発達の視点から親を研究する試み, 発達心理学研究, 5, 72-83.
- 木下康仁 (2003). グラウンテッド・セオリー・アプローチの実践—質的研究への誘い— 弘文堂.
- 国立社会保障・人口問題研究所 (2010). 第14回出生動向基本調査 (独身者調査) http://www.ipss.go.jp/ps-doukou/j/doukou14_s/doukou14_s.asp (最終アクセス日2017年1月13日)
- 森下葉子・岩立京子 (2009). 子どもの誕生による父親の発達の变化, 東京学芸大学紀要, 総合教育学系, 60, 9-18.
- 森下葉子 (2006). 父親になることによる発達とそれに関わる要因, 発達心理学研究, 17, 182-192.
- 内閣府男女共同参画局 (2014). 男女共同参画白書 平成26年度版 http://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/h26/zentai/html/zuhyo/zuhyo01-00-26.html (最終アクセス日2017年1月13日)
- 大日向雅美 (1988). 母性の研究その形成と変容の課程—伝統的母性観の反証— 川島書店
- 小野寺敦子・柏木恵子 (1997). 親意識の形成過程に関する縦断研究, 発達研究, 12, 59-78
- 小野寺敦子・青木紀久代・小山真弓 (1998). 父親になる意識の形成過程, 発達心理学研究, 9, 121-130.
- 高橋種昭・小宮山要・新道幸恵・高野陽・大日向雅美・窪龍子 (1994). 父性の発達—家政教育社
- 田辺昌吾 (2005). 乳幼児の父親がもつ「父親になった実感」とその関連要因—父親の属性および育児・家事参加度との関連において—, 生活化学研究誌, 4, 1-12
- 田中美樹・布施芳史・高野政子 (2011). 「父親になった」という父性の自覚に関する研究, 日本母子衛

Psychological Changes of Fathers before and after the first child was born

Rieko Maeyama (*Graduate School of Psychology, Tokyo Seitoku University*)

Mari Nakamura (*Tokyo Seitoku University*)

The purpose of this study is to explore psychological changes of a father who is expecting his first child. Subjects totaled, 6 fathers and the data was collected through semi-structured interviews. Collected data was analyzed in reference to the grounded theory approach. The results showed that 17 concepts and 7 categories were generated from the interview before birth and that 17 concepts and 8 categories were generated from the interview after birth. Before the first child was born, the fathers reported the worry and anxiety around becoming a father because they were yet to feel in the role of one yet. After the first child was born, the father felt his responsibility and affection for the family through actual child-rearing experiences. Before the child was born, the father tried to support his wife out of the guilt of not being able to give a birth, however after the child was born, the father tried to support his wife as he saw she was exhausted from 24hours of child-birth. Through this changing circumstance in his life, his responsibility has become stronger as the major economical supporter. Additionally, it is clarified that a father suffers balancing between job and parenting.

Key words: before and after the first child was born, father, psychological changes.

Bulletin of Clinical Psychology, Tokyo Seitoku University

2017, Vol. 17, pp. 88-96