

(論 文)

# 母親の育児感情と母性意識に 与えるベビーサインの効果

松家 まきこ 藤田 佳子 守谷 賢二 松原 健司

---

## キーワード

ベビーサイン 育児感情 母性意識 育児ストレス 心理的效果

---

## 1. 問題と目的

### 1-1. 本研究の目的

ベビーサインは、話し言葉を習得していない乳児とコミュニケーションを図る方法として、Acredolo, L. & Goodwyn, S. (1985) により、アメリカで考案された育児法のひとつである。これは、自発的な象徴的身振りとは異なり、ベビーサインを習得した大人が、それを子どもに教示することから始まるものであり(赤津2014)、個々の家庭で、母親が育児をする時に子どもとコミュニケーションを図る手段の一つとして利用されるようになった(赤津2013)。日本でも、アメリカ在住の日本人からベビーサインの概念が導入され(赤津2007)、2004年のベビーサイン協会設立と共に、ベビーサインを取り入れた育児法が紹介され、親子で通う教室や講演会を通して普及していった。

松家ら(2015)は、保育の現場で活用されている視覚的コミュニケーション教材であるパネルシアターの効果を実証的に明らかにするために、親子教室に通う母親を対象に、母親の育児感情と母性意識に焦点を当てた実証研究を行った。その結果、パネルシアターを用いた4回の親子教室を通して、母親自身の「育て方への不安感」と、子どもの「育ちへの不安」が低下することが示唆された。また、本研究で、パネルシアターは母親の心理的負担を軽減し、子育てを楽しむためのスキル向上に役立つ可能性が示唆された。

視覚的言語として育児に有効性があるとされるベビーサインの研究は大変興味深く、筆者らも、独自の視点でベビーサインの効果を調査することで、視覚的教材であるパネルシアターの特性や有効性を明らかにすることにも役立つのではないかと考えた。そこで今回、松家ら(2015)が調査した際と同じ質問紙を使用し、ベビーサイン教室に通う母親を対象にアンケートを実施し、ベビーサインを取り入れた育児をすることによる母親の育児感情と母性意識の変化について調査することにした。

---

まつか まきこ：淑徳大学 教育学部 兼任講師  
ふじた よしこ：淑徳大学 教育学部 准教授

もりや けんじ：淑徳大学 教育学部 専任講師  
まつばら たけし：淑徳大学 教育学部 教授

## 2. 日本におけるベビーサイン研究の経緯

Acredolo, L. と Goodwyn, S. は、自身の子育ての中で発見した（子どもの）象徴的身振りに、大人が意図的に教示する内容を加え、乳児とコミュニケーションをとる方法を提案し、1996年に、これを用いた育児を推奨する育児書の題名を「Baby Sign（ベビーサイン）」とした。その後、ベビーサインの使い方を教示する教室が普及したことや、様々な実践本が販売されたことにより、ベビーサインは一般的に広がった（赤津2007）。

日本では、2004年にベビーサイン協会が設立され、ベビーサインを教える教室や講演会で学ぶ方法が普及した。その他、現在、ベビーサインを学ぶ方法としては、書籍から独学で学ぶ方法、ベビーサインを用いて保育をしている保育園に通う方法などもある。なお、ベビーサインには、「手話準拠型」と「自由創造型」の2種類があり（吉中2002）、家庭の中では「手話準拠型」と「自由創造型」を織り交ぜて使用する場合もあるが、集団保育の場ではみんなが共通して理解できるように「手話準拠型」のみを用いている場合が多い（赤津2007）。

また、同じ「手話準拠型」のサインでも、「ミルク」を家庭では「おっぱい」、保育園では「牛乳」のことを表すなど、家庭と保育園とは、ベビーサインの使われ方がやや異なることもあるとしている（赤津2015）。加えて、近藤（2004）によって、手話をより単純化し、ゲーとパーという手の開閉だけを用いるサインも考案されている。なお、赤津（2010）は、ベビーサインが手話をもとに開発されたことを述べたうえで、ベビーサインと手話との違いについて、「ベビーサインは音声言語と共に用いられる。聴覚障害者には音声言語を発しても本人には聞こえない場合が多いが、乳児には視覚的にサインが、聴覚的に音声言語が同時に提示されることになり、2つの情報を同時に受理できることになる。」と述べている。

ベビーサインの使用時期は、実際にベビーサインを取り入れている保育園で行った調査によると、生後9か月頃からベビーサインを自発的に使用するようになり、およそ16か月前後にピークを迎える（赤津2013）。これは、その後に行われた家庭児における調査（赤津2015）でも一致しており、ベビーサインの獲得の順序は、「要求・指示、挨拶、形容・修飾」が優先され、「食物、動物、乗り物」などの名詞は後から獲得されることがわかっている（赤津2013）。このように、乳児は、大人とのやり取りの中でベビーサインを獲得し、自らも用いるようになるが、話し言葉を話せるようになると、ベビーサインの出現率は自然に減少し（赤津2007）、やがて大人との意思疎通は話し言葉中心となり、最終的にベビーサインは消滅していく（赤津2014）。

Acredolo, L. & Goodwyn, S. は、「ベビーサインをつかえば、発音する能力が未熟な赤ちゃんでも、話し言葉以外の方法でコミュニケーションをすることができる」大人が子どもの「言いたいことを理解できるようになる」（Acredolo, L. & Goodwyn, S. 1996たきざわ編訳、2001）とし、ベビーサインを取り入れた育児の効用について、吉中（2002）は、「1. 乳児と母親のフラストレーションを低減する、2. 乳児の苦痛を察知できる、3. 母子の絆が深まる、4. 乳児の話し言葉の習得を助長する」の4つを挙げ、近藤（2004）は、「1. 早期から親密なコミュニケーションができる、2. 乳児も母親もイライラが軽減すること」の2点に加え、「見ることと手指を動かすことが連動して脳神経をしっかりと発達させるなど、その後の言語の習得に効果的であるといわれている」と述べている。

しかしながら、ベビーサインの子どもにとっての発達の意味や保護者にとっての精神的な意味についての研究は極めて少ないことを受け、赤津（2010）は、ベビーサインを取り入れている保育園に通う母親を対象に調査を行い、保育園主導型による保護者の対応の不十分さを指摘しつつも、母親の「子どものしぐさへの関心の高まり」と共に、ベビーサインを取り入れることにより「子ど

もの意思をよりはっきりと理解できるだけではなく、自分自身も子どものレベルに合わせた指導法を工夫しようと努力すること等の効果が表れた」ことを示唆している。

また、その後、赤津（2015）は、これらの見解を基に、ベビーサインを使用した育児法が、母親の育児態度に及ぼす影響を調査しようと、今度はベビーサイン教室に通う母親を対象に、アンケートを実施した。その結果、「1. 子どもへのかかわり方において、子どもとの時間を確保するように努力する姿勢が見られるようになること、2. 子どもの気持ちや要求の理解しやすくなること、そのことが、3. 母親自身の不安の軽減につながっていること」を示唆したが、赤津自身、この調査は、対象者の人数と回答数が少なかったことを指摘し、今後更に、質問内容を精査して、調査を続けたいと述べている。また、この調査では、既に、ベビーサイン育児を開始している母親を対象としており、継続的に教室に通うことで得られる変化については調査されていない。

### 3. 方法

#### 3-1 調査協力者

東京都と大阪府（のサロン）で開かれている「ベビーサイン教室」に通っている母親33名（平均年齢34.70歳、SD=4.22）を対象に調査を行った。「ベビーサイン教室」に参加している33組の親子のうち2組は第一子、第二子の子ども2名と参加しており、残りの31組は子ども1名と参加していた。また、33名の母親のうち、専業主婦が19名、自営業が1名、会社員が12名、その他が1名であった。

一緒に参加している35人の子どもの出生順位は、第1子が29名、第2子が6名、性別は男児が18名、女児が17名であり、平均年齢は0.76歳（SD=0.77）であった。

#### 3-2 調査内容

##### 3-2-1 育児感情尺度

育児感情を測定するために、荒牧（2008）の作成した育児感情尺度を使用した。本尺度は、育児への否定的な感情と肯定的な感情を測定する尺度であり、「育児への束縛による負担感」、「子どもの態度・行為への負担感」、「育て方への不安感」、「育ちへの不安感」、「育児への肯定感」の5因子21項目から構成されている。回答は「まったくくない」（1点）から「よくある」（4点）の4件法である。

##### 3-2-2 母性意識尺度

母性意識を測定するために、大日向（1988）の作成した母性意識尺度を使用した。本尺度は母性役割の受容を積極的で肯定的な意識と消極的で否定的な意識の2側面から測定する尺度であり、「積極的・肯定的意識」と「消極的・否定的意識」の2因子12項目から構成されている。回答は「違う」（1点）から「そのとおりである」（4点）の4件法である。

##### 3-2-3 ベビーサインの効果

ベビーサインが育児や親子関係などにどのような効果を与えるかを把握するために、「ベビーサインによってお子さんに何か変化はありましたか」（以下子どもの変化）、「ベビーサインによって親子関係に何か変化はありましたか」（以下親子関係の変化）、「ベビーサインによって親御さんの中で何か変化はありましたか」（以下保護者の変化）という3つの質問について自由記述による回答を求めた。

### 3-3 手続き

今回は、ベビーサイン教室を開催している講師6名に、研究の内容と方法、アンケートの実施と回収の仕方、アンケート実施者と教室参加者（調査協力者）のプライバシーの保護、参加辞退の自由、論文が公表されることなどの説明を行った上で、研究同意書にサインをもらい、全部で3回のベビーサイン教室を実施してもらった。1回目のベビーサイン教室を始める前に、調査協力者に対して研究の概要の説明、自由参加であること、途中でいつでもやめることができること、論文として公表されることなどの説明を文書ならびに口頭で行った。ベビーサイン教室は月一回のペースで開催しており、実施間隔は25～35日で実施された。

「育児感情尺度」と「母性意識尺度」については、ベースラインとして1回目のベビーサイン教室が始まる前に回答を求め、2回目、3回目については各回の親子教室のあとに回答を求めた。また「ベビーサインの効果」については、3回目の親子教室のあとに回答を求めた。

ベビーサイン教室の概要についてであるが、1回の親子教室の時間は全部で60分で実施された。各回の親子教室は、ベビーサイン協会が推奨する教材を使用した「あいさつ遊び」「うた遊び」「親子のふれあい遊び」「絵本の読み聞かせ」や「腕人形を使ったお話」等で構成されていた。

### 4. 結果

育児感情と母性意識については、3回のベビーサイン教室すべてに参加した母親16名（平均年齢34.56歳、SD=3.85）を分析の対象とし、ベビーサインの効果の自由記述については記入のあった28名の母親の回答を分析の対象とした。

Table 1 各回における育児感情と母性意識の各因子得点の平均値とSD (n=16)

	ベースライン	2回目	3回目	F値
育児感情				
育児への束縛による負担感	9.31 (1.58)	8.50 (1.79)	8.56 (2.03)	2.72 <sup>†</sup>
子どもの態度・行為への負担感	10.44 (2.92)	9.94 (3.07)	10.13 (2.53)	1.21
育て方への不安感	10.69 (1.92)	9.94 (1.91)	9.44 (2.28)	4.60*
育ちへの不安感	9.19 (2.17)	9.00 (2.19)	8.69 (2.55)	0.31
育児への肯定感	14.81 (1.33)	14.31 (1.30)	14.88 (1.20)	1.88
母性意識				
積極的・肯定的意識	19.75 (2.82)	19.44 (2.39)	19.69 (2.33)	0.17
消極的・否定的意識	11.31 (2.87)	10.88 (2.39)	11.13 (2.68)	0.33

\* $p < .05$ , † $p < .10$

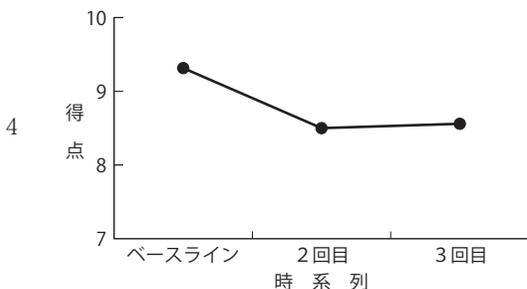


Figure 1 育児の束縛による負担感得点の時系列変化

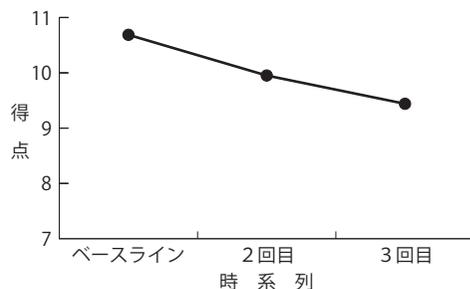


Figure 2 育て方への不安感得点の時系列変化

#### 4-1 育児感情

ベースラインから3回目の育児感情の各因子得点の平均値とSDをTable 1に示す。この結果にもとづき時系列を独立変数、育児感情の各因子得点を従属変数とした一要因の分散分析を行った。その結果、育児への束縛による負担感に有意傾向 ( $F(2,30) = 2.72 (p < .10)$ )、育て方への不安感に有意差が見られた ( $F(2,30) = 4.60 (p < .05)$ )。

LSDによる多重比較をおこなったところ、育児への束縛による負担感については、ベースラインと比較して2回目に有意に得点が低くなる傾向があることが明らかになった (Figure 1)。また育て方への不安感については、ベースラインと比較して3回目に有意に得点が低くなることが明らかになった (Figure 2)。

子どもの態度・行為への負担感、育ちへの不安感、育児への肯定感については有意な差は見られなかった。

#### 4-2 母性意識

ベースラインから3回目の母性意識の各因子得点の平均値とSDをTable 1に示す。この結果にもとづいて時系列を独立変数、母性意識の各因子得点を従属変数とした一要因の分散分析をおこなったところ、各因子とも有意な差は見られなかった。

Table 2 ベビーサインの効果について (KJ法による分類)

	カテゴリー	回答例
子どもの変化	表出の増加	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一生懸命伝えるということをするようになった。</li> <li>・活発に伝えてくれるようになった。</li> </ul>
	模倣の増加	<ul style="list-style-type: none"> <li>・親の真似をすることが増えた。</li> <li>・まねっこができるようになった。</li> </ul>
	子どものストレス軽減	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の希望が通じるので、ストレスが少ない気がする。</li> <li>・通じたりしたときのうれしそうなお表情からストレス軽減。</li> </ul>
	表情の豊かさ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・表情が豊かになった。</li> <li>・笑顔が多くなった。</li> </ul>
親子関係の変化	コミュニケーションの向上	<ul style="list-style-type: none"> <li>・顔を見て接することが多くなった。</li> <li>・正面に向き合い、コミュニケーションを図る機会がたくさんある。</li> </ul>
	意思疎通の向上	<ul style="list-style-type: none"> <li>・通じ合えた気がする。</li> <li>・部分的にも意思疎通ができるようになった。</li> </ul>
	父親の育児参加	<ul style="list-style-type: none"> <li>・父親の育児参加が積極的になった。</li> <li>・パパ手伝ってなどのサインをするようになり、父親が育児に積極的になった。</li> </ul>
	保護者のストレス軽減	<ul style="list-style-type: none"> <li>・何を思っているのか理解できるようになり、いらいらすることが減った。</li> <li>・育児が楽になった。</li> </ul>
保護者の変化	子どもへの肯定的視点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・より子どもが可愛くなった。</li> <li>・子どもの成長を感じられる機会がより多くなった。</li> </ul>
	育児の楽しさの増加	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しく育児ができるようになった。</li> <li>・育児を楽しみきっかけになった。</li> </ul>
	心理的なゆとりの増加	<ul style="list-style-type: none"> <li>・気持ちにゆとりができた。</li> <li>・子どもの思っていることがわかることが、ゆとりにつながっている。</li> </ul>
	関わりの増加	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの様子をよく観察するようになった。</li> <li>・子どもに問いかけることが増えた。</li> </ul>

### 4-3 ベビーサインの効果

「子どもの変化」、「親子関係の変化」、「保護者の変化」について得られた自由記述の内容を、教育系の学部で教員をしている3名によりKJ法を行いカテゴライズした。

子どもの変化については37個の回答が得られた。カテゴライズを行った結果、「表出の増加」「模倣の増加」「子どものストレスの軽減」「笑顔の増加」の4個のカテゴリーに整理された。

親子関係の変化については、33個の回答が得られた。カテゴライズを行った結果、「コミュニケーションの量と質の向上」「意思疎通の向上」「父親の育児参加の増加」「保護者のストレス軽減」という4個のカテゴリーに整理された。

保護者の変化については、30個の回答が得られた。カテゴライズを行った結果、「子どもへの肯定的視点」「育児の楽しさの増加」「心理的なゆとりの増加」「かかわりの増加」の4個のカテゴリーに整理された。

以上の結果と各カテゴリーの回答の一部をTable 2に示す。

## 5. 考察

本研究では、ベビーサインが育児感情や母性意識に与える影響と、ベビーサインが子どもや親子関係、ならびに保護者に対してどのような効果を与えるかについて検討を行った。

その結果、育児感情と母性意識については、「育児への束縛による負担感」がベースラインよりも2回目に低減することが示唆された。また、「育て方への不安」がベースラインよりも3回目に有意に低減することが明らかになった。一方、育児感情における「子どもの態度・行為への負担感」、「育ちへの不安感」、「育児への肯定感」については変化が見られず、母性意識についても変化は見られなかった。

以上のことから、ベビーサインは育児における「負担感」と「不安感」の低減に効果があることが示唆された。赤津（2015）は、ベビーサインによって母親自身の不安が軽減することを指摘しているが、本研究ではこの点を実証的に明らかにしたといえよう。

また、本研究は松家ら（2015）の研究とほぼ同様の研究デザインで行われたが、パネルシアターは主に「不安感」の低減に効果があることを示唆しているのに対し、ベビーサインでは不安感だけでなく、母親の育児の「負担感」を軽減することが明らかになっている。対象としている母親の子どもの年齢層が違うため、一概には比較できないが、単純に比較するとベビーサインとパネルシアターは、母親の育児ストレスに対して異なる部分に影響を与えることが示唆される。そのため、ベビーサインやパネルシアターを母親の育児ストレスの低減ツールとして利用する場合、母親の育児ストレスの状態像によって支援ツールとして使い分けられることができるとも考えられる。この点については、パネルシアターをより低年齢の子どもに実施した実証研究が必要である。

また、松家ら（2015）の研究では「育ちへの不安感」の低減が見られたが、本研究では見られなかった。一方、本研究では松家ら（2015）の研究では見られなかった「負担感」の低減が見られたことから、パネルシアターとベビーサインを組み合わせることによって、育児ストレスの低減により高い効果が見られる可能性も示唆されるため、今後はこの点についても実証的に検討する必要がある。

次に、ベビーサインが「育児への束縛による負担感」と「育て方への不安感」の低減に影響を与えた機序について、子どもの変化、親子関係の変化、ならびに保護者の変化に対してベビーサインが与える効果から考察を行う。

ベビーサインの効果について自由記述により検討を行った結果、子どもの変化については、「表出

の増加」、「模倣の増加」、「子どものストレス低減」、「表情の豊かさ」という結果が得られ、親子関係の変化については、「コミュニケーションの向上」、「意思疎通の向上」、「父親の育児参加」、「保護者のストレス低減」という結果が得られた。また、保護者の変化については、「子どもへの肯定的視点」、「育児の楽しさの増加」、「心理的なゆとりの増加」、「関わりの増加」という結果が得られた。

このことから、ベビーサインは子どもとの意思疎通を向上させ、母親が子どもの要求を読み取ることができるようになるため、母親が育児の中で感じやすい「どうすれば良いのか」という感覚が減少し、心理的なゆとりが生まれると考えられる。また、ベビーサインは父親の育児参加を促進する効果も見られ、結果として育児に追い立てられる時間が物理的にも減り、物理的なゆとりも生まれ、心理的なゆとりと相まって、育児に束縛されているという負担感が減少するものと思われる。

そして、負担感が減少するとともに、ベビーサインによって子どもとのコミュニケーションの質が向上し、ベビーサインを発する子どもの姿に成長を感じ、子どもをより肯定的に捉えられるようになることで、育て方への不安も減少し、結果として育児が楽しくなってくるというプロセスが生じていると考えられる。今後は、この負担感と不安感の低減機序のモデルが成立するかについて実証的に検討していく必要がある。

本研究では、ベビーサインが育児ストレスの低減に効果があることを実証的に示唆する結果が得られた。ベビーサインの実証研究が少ない中において、本研究は非常に意義のある研究であるが、課題が残されていないわけではない。本研究で対象とした母親の中には、調査以前にベビーサインを学んでいた人も多く、実際にベビーサインに初めて接して、育児に取り入れることでどのような変化が起こるかについては本研究では解らない。また、育児ストレスに影響を与える要因を統制できているわけではないため、ベビーサインだけの効果だけとも言えない部分が残っている。今後は、さまざまな条件統制を行いながら、ベビーサインの効果を検討していく必要がある。

※本研究は、平成27年度淑徳大学学術研究助成「母と子のコミュニケーションを深めるベビーサインとパネルシアターの活用に関する研究」の助成を受けて行われた。

#### 〈引用文献〉

- Acredolo, L. P. & Goodwyn, S. W. (1985) Symbolic gesturing in language development: A case study. *Human development* 28 40-49
- Acredolo, L. P. & Goodwyn, S. W. (1996) ベビーサイン —まだ話せない赤ちゃんと話す方法  
リンダ・アクレドロ、スーザン・グッドウィン著、たきざわあき編訳 (2001) *Babysigns: How to talk with your baby before baby can talk* The Miller Agency 径書房
- リンダ・アクレドロ、スーザン・グッドウィン著、吉中みちる・吉中まさくに訳 (2010) 最新ベビーサイン 主婦の友社
- 荒牧美佐子 (2008) 育児への負担感・不安感・肯定感とその関連要因の違い—未就学児を持つ母親を対象に— *発達心理学研究*, 19, 87-97
- 赤津純子 (2007) 象徴的身振り (ベビーサイン) の保育に与える影響 I 埼玉学園大学紀要。人間学部篇 7, 145-153, 2007-12
- 赤津純子 (2008) 保育所で使用される象徴的身振り (ベビーサイン) の分析 1 —指導法及び保育者・保護者の意識— *日本教育心理学会総会発表論文集* (50), 410, 2008-09

- 赤津純子、三浦香苗（2010） 集団保育に取り入れられたベビーサインに関する研究 ―保護者・保育者への質問紙調査結果の報告― 昭和女子大学生生活心理研究所紀要 12、39-49、2010-03-31
- 赤津純子（2013） 保育園児に対するベビーサインの教授時期に関する考察 埼玉学園大学紀要 人間学部篇（13）、133-144、2013-12
- 赤津純子（2014） ベビーサインから話し言葉へ 日本教育心理学会総会発表論文集（56）、322、2014-10-26
- 赤津純子（2015） 保育園児に対するベビーサインの教授時期に関する考察 埼玉学園大学紀要 人間学部篇（15）、117-126、2015-12
- 近藤禎子（2004） ベビーサイン ―ゲーとパーだけで赤ちゃんと会話 毎日新聞社
- 松家まきこ、藤田佳子、守谷賢二、松原健司（2015） 母親の育児感情と母性意識に与えるパネルシアターの効果 国際経営・文化研究=Cross-cultural business and cultural studies 20（1）、169-177、2015-11
- 松家まきこ、松原健司、藤田佳子、守谷賢二（2016） パネルシアターが母親の養育力の向上に与える影響 保育学会発表要旨集2016
- 大日向雅美（1988） 母性の研究 川島書店
- 吉中みちる・吉中まさくに（2002） 赤ちゃんとお手てで話そう 実業之日本社

（受理 平成28年9月20日）