

妊産褥婦および乳幼児のメンタルヘルスシステムに関する研究 「乳幼児の母親の自己否定的認知スキーマ」

崎尾 英子 国立小児病院心療内科・精神科

研究要旨：心的外傷（トラウマ）を免れる人間はいない。心的外傷の治療では、不適応行動の背景に自己否定的認知スキーマがあることが明らかになっている。乳幼児を持つ母親に自己否定的認知スキーマがどの程度見られるのかを調査したところ、1135名の回答のうち、1.9%がかなり強い程度（日常の40%）で自己否定的認知スキーマを自覚していることが分かった。乳幼児を持つ母親と関わる職種での対人関係治療技術の向上が求められる。

A．研究目的

母親がどういう心性で育児に当たるかは、乳幼児にとって母親は全世界を意味するとも言えるだけに、極めて大きな影響力をもつ。心的外傷にもとづく諸症状を治療する経過で、人生早期に身につけた自己否定的な認知スキーマが影響していることが頻りに明らかになるため¹⁾、乳幼児期の子どもを持つ母親たちの自己否定的認知スキーマを調査した。

B．研究方法と結果

Jeffrey Youngによって開発された認知スキーマ調査質問表を用いた。質問表を（付録1）を某赤ちゃん雑誌に掲載し、回答を集計した。この調査質問表は“つながりの欠如と拒絶”、“自立や遂行の障害”、“境界の障害”、“他者指向性”、“過剰警戒と抑制”の5つの分類項目別に、それぞれの項目に属す10-20個の質問（例：私を親身になって育ててくれ、あらゆる事を打ち明けて相談できる人は、これまでほとんどいない）に分けられており、合計75の質問から成っている。それぞれを自覚的に当てはまる程度（1から6までの数値が0%から100%に相当する）で判断してもらう。この数値が全項目で3以上（40%以上）である回答の割合を見たところ、全回答（1135名）の1.9%（22名）に上った。

C．考察

近年、精神科諸疾患における心的外傷の影響の大きさが認識されるに至っている。現在精神疾患診断において一般的に使用される診断基準はDSM(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)第4版である。しかし、児童期、成人期における心理的な諸困難の発生に対して心的外傷の果たしている役割の大きさが近年ますます認識されつつあり、状態像、症状のみではない診断基準が求められている。^{2, 3)}

臨床場面ばかりでなく、子どもの精神病理の状態を展開して、「子どもの発達経過や、発達の生じる脈絡、そして適応的、あるいは不適応的行動が形成される経過」が重視されつつあり、18歳までに調査人口の2/5がDSM基準で少なくとも1つ

は心的外傷を持っているという資料⁴⁾も心的外傷が及ぼしうる影響の大きさを示唆している。

認知スキーマの中でも、自己否定的なもの（例：私は人から疎外されている。私は人に愛されたり、注目されたり、尊敬される価値がないと思う、など）が強い場合、当然乳幼児の情緒発達に及ぼす負の影響は大きい。例えば、母親が「自分は誰からも好かれてない」と強く思っていれば、乳幼児との間で、乳幼児と過剰に密接な情緒関係を形成するか、または乳児が思い通りにならない場合に攻撃心を向ける対象とみなすようないずれかの傾向が生じ易い。

人は誰でも自分のことをよく知れば、それだけ自分に対して相対的な位置を取りやすくなると考えられる。（だからこそ、人間は心理に関心をもつ。）

D．結論

一般人口における調査で2%弱の母親が自己否定的認知スキーマをもつことが分かった。自己否定的認知がある上に、心的外傷を想起させるストレスが加われば、不適応行動は助長されたり、あるいは持続しやすい。乳児期に子ども、あるいは周囲との関わりで生じる不適応行動を治療できる技術を、乳幼児を持つ母親に提供できる環境がより整備されれば、母親たちの持つ自己否定的認知スキーマが改善する可能性が生じる。

(付録)

いまどきママの弱点はどこだ！
私の赤ちゃん大調査

回答して下さる方へ

以下の質問は「あなたがどんな弱点を持ったお母さんなのか」を知るためのものです。それぞれの質問について、自分に当てはまると思う数値を下の1-6から選んで書き込んでいってください。あまりじっくり考えずパッパッと思いついた数値を記入して下さい。

- 1 完全に違う。私とは全く違う人だ！(0%)
- 2 だいぶ自分とは違う。こんな風を感じることは少ない。(20%)
- 3 どちらかと言えば自分にもあてはまる場所がある。(40%)
- 4 かなり自分にあてはまる部分がある。(60%)
- 5 ほとんど自分にあてはまる。多くの点で自分の感覚と同じだ。(80%)
- 6 完全にあてはまる。わたしそのものだ。(100%)

質問

第一群：つながりの欠如と拒絶を問う質問群

- 1 わたしを親身になって育ててくれ、あらゆることを打ち明けて相談できる人はこれまでほとんどいない。
- 2 わたしにあたたかく接し、抱きしめて愛情を示してくれる人はいなかった。
- 3 いままで、自分がだれかにとって特別な存在であったことがほとんどない。
- 4 以下略(4から25まで)

第二群：自立や遂行の障害を問う質問群

- 26 仕事や勉強を、他の人のようにきちんとはできない。
- 27 何かを達成するというのが、私にはできない。
- 28 仕事や勉強の面で、わたしはほとんどの人より劣っている。

以下略(29から45まで)

第三群：境界の障害を問う質問群

- 46 私が好きなことを好きなようにやると、必ず問題が起きる。
- 47 ほかの人が望むように振る舞わないと仕返しされたり、仲間はずれにされると思う。
- 48 人との関係で、私はいつも相手に譲ってしまう。

以下略(49から55まで)

第四群：他者指向性を問う質問群

- 56 自分の感情(愛情とか、自慢とか)を表現するときに、自意識過剰になる。
- 57 私は自分の考えを人に伝えるのがへただ。
- 58 あたたかみがあり、のびのびと自然体に振る舞うことは、私にとってむずかしい。

以下略(59から65まで)

第五群：過剰警戒と抑制を問う質問群

- 66 他人に何かを頼んで「ノー」と言われると腹が立つ。
 - 67 自分は特別な人間だから、他の人々が受ける制約を受ける必要はないと思う。
 - 68 自分のやりたくないことを制限されたり、したいことができないのはがまんできない。
- 以下略(69から75まで)

【参考文献】

- 1) Tinker, R. H. & Wilson, S. A. (1999) Through the Eyes of a Child: EMDR with Children, Norton
- 2) Briere, J. (1999) Child abuse trauma: Theory and treatment of the lasting effects. New York: Sage
- 3) Schwartz, E. D. & Perry, B. D. (1994) The post-traumatic response in children and adolescents. Psychiatric Clinics of North America 17, 311-326
- 4) Mash, E. J. & Dozois, D. J. A. (1996) Child Psychopathology: A Developmental Systems Perspective. In E. J. Mash & R. A. Barkley (Eds). Child Psychopathology 66, 400-410