

## 母親が抱える育児不安に関する要因

— 子どもの育てにくさ、母親の認知様式、父親の育児参加をめぐって —

### Contributing Factors of Childcare Anxiety of Mothers

—Temperament of child, involvement of fathers and cognitive style of mothers—

河野 順子

Junko KAWANO

キーワード：育児不安 子どもの特性 父親の育児参加 母親の認知様式

Key words : childcare anxiety, temperament of child, involvement of fathers,  
cognitive style of mothers

#### 要約

虐待の背景要因は様々であり、しかも複雑に絡み合っているが、その中の一つに母親の育児不安が上げられる。虐待予防の観点からも、育児不安の要因を明らかにし対応する必要がある。本研究では、1歳児と3歳児をもつ母親を対象に調査を行い、子どもの気質、父親の育児参加の程度、母親の認知様式と育児不安との関連を検討した。その結果は次の通りであった。育児不安の因子として「育児の自信のなさ」「否定的子ども感」「肯定的育児意識」が見出された。母親の認知様式の因子として、「完璧主義」「対人不信感」「生真面目」の因子が見出された。仮定した3要因は育児不安に影響を与えていた。なかでも、認知様式は、育児不安全体、子育ての自信のなさ、否定的子ども感といった複数の因子に影響を与えていた。このことから、育児不安への予防的対応として、母親の認知様式の変容を図ることは育児不安の軽減に繋がるものと考えられた。

#### Abstract

There are many contributing background factors of child abuse and they are complexly intertwined. However, one of them is a childcare anxiety held by mothers, which needs to be addressed and dealt with from the view of prevention.

In this study, a survey was conducted of mothers with one-year old and three-year old children; the correlation between childcare anxiety and the child's temperament, the degree of the father's involvement in childcare as well as the cognitive style of the mothers were investigated. The results show the following. 'No confidence in childcare', 'negative view of children' and 'affirmative childcare awareness' were identified as factors for childcare anxiety. As for the factors for the cognitive style of the mothers,

'perfectionist', 'mistrust of others' and 'excessive seriousness' were identified. The three presupposed contributing factors were found to be influencing childcare anxiety. Especially, the cognitive style of the mothers was influencing several factors, including a general anxiety around childcare, no confidence in childcare and a negative view of children. From these results, it was thought that an attempt to change the cognitive style of mothers as a preventive measure would lead to mitigating childcare anxiety.

## 問題と目的

児童虐待に関する報道が後を絶たず、児童相談所で処理している虐待処理件数は年々増加の一途をたどっている。児童相談所に通告されていない虐待の事実もあり、子どもたちの心身へのダメージは計り知れない。このような状況に於いて、虐待の要因や背景を把握し、虐待を未然に防ぐ手だてを早急に講じていくことが求められる。虐待の背景には、経済的困窮、世代間伝達、家族関係の複雑化などの要因が複雑に絡み合っているとされている。様々な要因の中でも、子育て中の親なら経験しても不思議ではない育児不安が挙げられる。大日向（2002）は、発達心理学的な立場から、「育児不安」を「子どもの成長発達の状態に悩みを持ったり、自分自身の子育てについて迷いを感じたりして、結果的に子育てに適切にかかわれないほどに強い不安を抱いている状態」と定義している。育児不安に関して吉川（2003）は幼児を持つ父親と母親の養育態度と育児不安の関連について研究を行っており、育児不安が高い親ほど子どもへの接し方が一方的になるということを明らかにし、虐待に繋がっていくことを示唆している。

育児不安の要因について、育児環境要因からは、育児に関する社会的支援の不備、相談相手の無さ、父親の育児参加率の低さなどが挙げられている。柏木・若松（1994）らは就学前幼児を持つ父親と母親を対象として、「親となる」ことによる人格発達や、子どもや育児に対する感情・態度を父親の育児・家事参加程度や母親の職業の有無とを関連させ比較している。その結果、父親の育児参加が積極的であるほど母親の負担が減少し、育児不安の軽減につながることを見出している。

また、子どもの特性に関する要因も挙げられる。吉川（2003）は、養育態度を規定する要因について研究しており、子どもの状態と上手くかみ合っていない母親の育児態度の結果として、育児不安が引き起こされるということを見出している。一方で、子どもの特性、中でも育てにくい特性（以下、育てにくさ）が母親の育児態度に影響を及ぼし、結果として育児不安が引き起こされているのではないかと、という報告もある。子どもの特性を規定する気質に関して田中（1997）は一歳六ヶ月の子どもの気質と母親の育児不安との関係について研究している。その結果、人見知り、世話のしにくさといった子どもの気質的な行動特徴が母親の育児不安に影響を与えている

ことが明らかにされた。

ところで、育児環境や子どもの特性が似通っていても、育児不安を抱く者とそうでない者があるのは何故であろうか。ストレスや不安と認知との関連について言及している先行研究によると、歪んだ認知によって物事や事象を捉えると、ストレス反応や不安が高くなるとされ、望ましい認知への変容によってストレス反応や不安を低減できるとされている（石川・坂野：2005、河野・神田：2009）。すなわち、育児環境や子どもの特性が似通っていても母親の認知の仕方が歪んでいれば、育児にまつわるストレスや不安が高まることが予想される。したがって、育児不安の要因として母親の認知様式についても注目する必要がある。

本研究では、母親が抱える育児不安に影響を与える要因について、子どもの育てにくさ、父親の育児参加程度、母親の認知様式の3つの観点から検討する。

## 方法

### 1) 対象者

中国地方の都市にある保健センターで実施された、一歳六ヶ月児健診及び三歳児健診を受診した子どもの母親であった。

### 2) 調査方法

当該保健センターが、一歳六ヶ月児及び三歳児をもつ家庭に、一歳六ヶ月児健診及び三歳児健診の案内通知を郵送する際に、調査票「育児不安に影響を及ぼす要因に関する調査」を同封してもらうように依頼した。郵送後、約1ヶ月して一歳六ヶ月児健診及び三歳児健診の当日に調査表を持参してもらった。なお、回収日に調査紙を持参していなかった者には、封筒を配布し、郵送してもらった。100名の回答が寄せられ、回収率は73.8%であった。

### 3) 調査時期

2006年12月中に2回に分けて実施した。

### 4) 調査内容

調査票は、フェイスシート、母親の育児不安（18項目）、父親の育児参加尺度（8項目）、子どもの育てにくさ（18項目）、母親の認知様式（12項目）、の4つの尺度から構成されており、すべて5段階で評定するように回答者に求めた。

子どもの育てにくさ尺度は、育児不安を引き起こしやすいと思われる子どもの特性を育てにくい特性と捉え14項目を作成し、これに、佐藤・菅原・戸田・島・北村（1994）が作成した育児ストレス尺度の子ども関連ストレス尺度12項目中4項目を加えて、計18項目で構成された（表1）。母親の育児不安尺度は、育児の様々な悩みに関する佐藤ら（1994）を参考にして作成し、これに、本保・八重樫（2003）の「母親の子育て不安と父親の家事・子育て参加との関連性に関する研究」で使用された育児不安尺度22項目中8項目を加えた。父親の育児参加尺度についても、

表1. 子どもの育てにくさ尺度

---

1. かんしゃくをおこす
2. 落ち着きがない
3. わけもわからず泣く
4. 自分の仕事の邪魔をする
5. 目を離すとすぐ泣く
6. アレルギーを持っている
7. 光や音などの刺激に敏感である
8. 親の後追いが激しい
9. 偏食が激しい
10. ぐずるとなだめにくい
11. 言うことを聞かない
12. 人見知りがある
13. よく熱を出す
14. よく怪我をする
15. 周囲の変化になじめない
16. 機嫌が不安定である
17. 寝つきが悪い
18. いきなり飛び出す

---

表2. 父親の育児参加尺度

---

1. 子育てについて話し合ってくれる。
2. 子育てについてのアドバイスをしてくれる。
3. 子どもの遊び相手をしてくれる。
4. 子どもの食事の介助をしてくれる。
5. 子育てについての相談を聞いてくれる。
6. 自分に気を遣ってくれる。
7. 子どもをお風呂に入れてくれる。
8. 病気の子どもを看病してくれる。

---

本保・八重樫（2003）を参考にして作成した（表2）。  
 母親の認知様式尺度は、大野（2003）を参考に認知様式  
 に関する項目を作成した。

### 5) 結果の分析

調査票で得られた調査結果のうち、母親の育児不安及  
 び認知様式については因子分析を行い、その内容を分析  
 した。また、母親の育児不安尺度、父親の育児参加程度

尺度、子どもの育てにくさ尺度及び母親の認知様式尺度は得点化し、それぞれ、「育児不安得点」、  
 「父親の育児参加程度尺度得点」、「子どもの育てにくさ得点」、「母親の認知様式得点」として算  
 出した。

## 結果

### 1. 基本属性

調査対象者の基本属性は以下の通りであった。

#### 1) 回答者の年齢

回答者 100 名の年齢構成は、「25歳以下」が 9 名（9%）、「26～30歳」が24名（24%）、「31～35  
 歳」が41名（41%）、「36～40歳」が25名（25%）、「41歳以上」が 1 名（1%）であった。

#### 2) 母親の就労形態

回答者 100 名のうち「専業主婦」が 57 名（57%）、「パート就労」が24名（24%）、「常勤」が1  
 7 名（17%）、「その他」が 2 名（2%）であった。

#### 3) 対象児の年齢と性別

一歳児が49名、三歳児が51名であった。一歳児49名のうち、男児が30名、女児が19名で、三歳  
 児51名のうち、男児が22名、女児が29名であった。

#### 4) 回答者の夫の年齢

「25歳以下」が 4 名（4%）、「26～30歳」が24名（24%）、「31～35歳」が41名（41%）、「36～

40歳」が21名（21%）、「41歳以上」が10名（10%）であった。

### 5) 対象児を含めた子どもの人数

「1人」が30名（30%）、「2人」が53名（53%）、「3人」が16名（16%）、「4人」が1名（1%）であった。「5人以上」は0名であった。

## 2. 母親が抱える育児不安の要因について

### 1) 母親の育児不安の内容

育児不安尺度18項目について、主因子法、バリマックス回転による因子分析を行った。回転後の因子負荷量が0.4以下であった「5. 身近に相談相手がいない」、「7. 子育てに関する情報が多すぎて混乱する」、「13. 育児に携わっている間、世間に取り残されていくように思う」の3項目を除いた、計15項目について、さらに、主因子法、バリマックス回転を行った。固有値1以上の基準では2因子が抽出されたが、解釈のしやすさから、3因子を育児不安の因子とした。回転後の因子負荷量を表3に示す。これら3因子の累積説明率は58.73%であった。

因子1には、育児に対する不安や、自信の無さなど育児に関しての自信の無さが伺える項目が

表3. 育児不安18項目の因子分析結果

項目	因子1	因子2	因子3	共通性
<b>育児の自信のなさ (<math>\alpha = .879</math>)</b>				
3. 子どもとの接し方が分からない時がある。	.762	.337	-.119	.708
1. 育児のことに自信が持てない。	.723	.307	.014	.617
11. どのようにしつけたらよいか分からなくなる。	.690	.335	-.126	.604
12. 自分自身は子育てに向いていないと思う。	.651	.411	.065	.597
14. 子どものことが理解できない。	.605	.429	.035	.552
2. 育児についてのいろいろな悩みがある。	.588	.214	-.080	.398
<b>否定的子ども感 (<math>\alpha = .839</math>)</b>				
8. 育児を放り出したいと思うときがある。	.234	.721	.050	.577
9. 子どもを育てることが負担に感じられる。	.375	.689	.060	.619
15. 感情的に接してしまう時がある。	.236	.636	-.010	.460
10. 子どもに対し意味もなくイライラする。	.324	.620	-.028	.491
6. 子どもを虐待しているのではないかと思うときがある。	.341	.530	.050	.400
4. 子どもがかわいくないと思うことがある。	.283	.519	.051	.352
<b>肯定的母親意識 (<math>\alpha = .930</math>)</b>				
※17. 母親であることが好きである。	-.061	.055	.951	.911
※16. 母親であることに充実感を感じる。	-.018	.016	.906	.822
※18. 子どもに携わっている時は楽しい気分になる。	-.052	.038	.835	.701
因子寄与 (因子負荷量の二乗和)	5.634	2.513	0.663	
寄与率 (%)	21.82%	42.21%	58.73%	

※印は逆転項目

含まれているので「育児の自信のなさ」と命名した。因子2には、子どもへの拒否感やイライラといった、子どもに対する否定的感情が含まれているので「否定的子ども感」と命名した。因子3には母親であることの充実感など母親であることにたいしての肯定的感情が含まれているので「肯定的母親意識」と命名した。

## 2) 認知様式の内容

認知様式尺度12項目について、主因子法、バリマックス回転による因子分析を行った。共通性が0.2以下であった「3. 自分に厳しいと言われる」、「4. 楽天的でありあまり悩むことがない」2項目を除いた、計10項目について主因子法、バリマックス回転を行った。固有値1以上の基準で3因子を抽出した。回転後の因子負荷量を表4に示す。これら3因子の累積説明率は45.32%であった。

因子1には、「失敗が許されない」「完璧にしなければならないといった」といった項目であったので、「完璧主義」因子と命名した。因子2には、「人に弱みを見せられない」「自分は利用されるだけである」といった項目が含まれているので、「対人不信」因子と命名した。因子3には心配性、責任感が強いといった項目が含まれていたため、「生真面目」因子と命名した。

表4. 認知様式の因子分析結果

項目	因子1	因子2	因子3	共通性
<b>完璧主義 (<math>\alpha = .737</math>)</b>				
5. 少しでも気を抜くと大変なことになると思う。	.791	.033	.453	.596
7. 少しの失敗でも許されないと思う。	.641	.384	.174	.504
1. 人は何でも完璧にできなければいけないと思う。	.565	.178	-.055	.349
2. 自分はダメな人間だと思う。	.464	.111	.099	.225
<b>対人不信 (<math>\alpha = .691</math>)</b>				
8. すべての人に愛されないといけないと思う。	.260	.737	-.052	.393
9. 人に弱みを見せてはいけないと思う。	.140	.666	.282	.235
12. 人は自分を利用するだけだと思う。	.316	.396	.296	.330
<b>生真面目 (<math>\alpha = .528</math>)</b>				
11. 責任感が強いと思う。	-.161	.286	.539	.229
6. 自分の気持ちがコントロール出来なければ、大変なことになると思う。	.236	-.008	.533	.347
10. 心配性であれこれ気に病む。	.142	.081	.504	.401
因子寄与 (因子負荷量の二乗和)	3.422	1.398	1.251	
寄与率 (%)	18.61	32.85	45.32	

## 3) 母親の認知様式、夫の育児参加程度及び子どもの育てにくさが母親の育児不安に与える影響

「育児の自信のなさ」「否定的子ども感」及び「肯定的母親意識」について、それぞれの因子の得点を集計し、「育児の自信のなさ得点」、「否定的子ども感得点」、「肯定的母親意識得点」と

した。加えて、育児不安尺度18項目の得点を集計し、「育児不安得点」とした。これらの得点を目的変数とし、「夫の育児参加程度」、「子どもの育てにくさ」及び「母親の認知様式」がどのような影響を与えているのかについて、重回帰分析を用いて分析した。表5に、「母親の育児不安」、「育児の自信のなさ」、「否定的子ども感」、「肯定的母親意識」、「夫の育児参加程度」、「子どもの育てにくさ」、「母親の認知様式」の得点の平均値と標準偏差を示した。

表5. 各変数の平均点と標準偏差 (N=100)

得点	母親の 育児不安	育児の 自信のなさ	否定的 子ども感	肯定的 母親意識	夫の育児 参加程度	子どもの 育てにくさ	母親の 認知様式
平均値	40.02	15.17	12.98	6.41	31.86	39.24	28.25
標準偏差	11.10	5.34	5.09	3.41	8.13	11.37	7.24

「育児不安得点」を目的変数、「夫の育児参加程度」、「子どもの育てにくさ」及び「母親の認知様式」を説明変数とし、重回帰分析を行った(表6)。「夫の育児参加程度」の偏回帰係数は-.172 ( $t(96)=1.98, p<.05$ )、「子どもの育てにくさ」の偏回帰係数は.290 ( $t(96)=3.18, p<.001$ )、「母親の認知様式」の偏回帰係数は.316 ( $t(96)=3.41, p<.01$ )、であった。したがって、「育児不安」に及ぼす「夫の育児参加程度」、「子どもの育てにくさ」及び「母親の認知様式」の効果は有意であることが認められた。なお、このときの回帰式全体の説明率は  $R^2 = .305$  であり、有意であった。

「育児の自信のなさ」を目的変数、「夫の育児参加程度」、「子どもの育てにくさ」及び「母親の認知様式」を説明変数とし、重回帰分析を行った(表6)。「夫の育児参加程度」の偏回帰係数は-.100 ( $t(96)=1.15, n.s.$ )、「子どもの育てにくさ」の偏回帰係数は.359 ( $t(96)=3.90, p<.001$ )、「母親の認知様式」の偏回帰係数は.274 ( $t(96)=2.94, p<.01$ )、であった。したがって、「育児の自信のなさ」に及ぼす「子どもの育てにくさ」、「母親の認知様式」の効果は有意であるが、「夫の育児参加程度」の効果は実質的なものであるとは言えない。なお、このときの回帰式全体の説明率は  $R^2 = .294$  であり、有意であった。

「否定的子ども感」を目的変数、「夫の育児参加程度」、「子どもの育てにくさ」及び「母親の認知様式」を説明変数とし、重回帰分析を行った結果を示した(表6)。「夫の育児参加程度」の

表6. 母親の育児不安についての重回帰分析結果 (N=100)

目的変数	説明変数			$R^2$
	夫の育児参加程度	子どもの育てにくさ	母親の認知様式	
育児不安得点	-.172*	.290***	.316**	.305
育児の自信のなさ	-.100	.359***	.274**	.294
否定的子ども感	-.122	.116	.295**	.137
肯定的母親意識	-.151	.060	-.003	—

$R^2$ : 決定係数 (説明率) \* $p<.05$  \*\* $p<.01$  \*\*\* $p<.001$

偏回帰係数は-.122 ( $t(96)=1.27, n.s.$ )、「子どもの育てにくさ」の偏回帰係数は.116 ( $t(96)=1.14, n.s.$ )、「母親の認知様式」の偏回帰係数は .295 ( $t(96)=2.85, p<.01$ )、であった。したがって、「否定的子ども感」に及ぼす「母親の認知様式」の効果は有意であるが、「夫の育児参加程度」及び「子どもの育てにくさ」の効果は実質的なものとは言えない。なお、このときの回帰式全体の説明率は  $R^2 = .137$  であり、有意であった。

「肯定的母親意識」を目的変数、「夫の育児参加程度」、「子どもの育てにくさ」及び「母親の認知様式」を説明変数とし、重回帰分析を行った結果、全説明変数に有意な影響はみられなかった(表6)。

#### 4) 母親の認知様式と育児不安の関係

母親の認知様式の因子である「完璧主義」、「対人不信感」及び「生真面目」と「育児不関係が見られるのか」について、ピアソンの相関係数を用いて検討した。結果を表7に示す。

表7. 母親の認知様式と母親の育児不安についての相関係数表 ( $N=100$ )

	育児不安全体	育児の自信のなさ	否定的子ども感	肯定的育児意識
完璧主義	.378**	.315**	.299**	.067
対人不信感	.416**	.416**	.352**	-.026
生真面目	.353**	.363**	.266**	.055

表7より、「育児不安全体」、「育児の自信のなさ」及び「否定的子ども感」と「完璧主義」、「対人不信感」及び「生真面目」が1%水準で有意であった。「肯定的育児意識」については「完璧主義」、「対人不信感」及び「生真面目」の全てにおいて有意ではなかった。

## 考察

本研究の目的は、虐待の背景の一つと考えられている育児不安に、どのような要因が影響を与えているのかについて検討することであった。要因として父親の育児参加程度、子どもの育てにくさ及び母親の認知様式の3つを取り上げた。さらに、母親の認知様式と育児不安との因子についてもその関係を検討した。

「育児不安」に「夫の育児参加程度」、「子どもの育てにくさ」及び「母親の認知様式」がどのような影響を与えているのかについて、重回帰分析を用いて分析した結果、全体の「育児不安得点」に及ぼす「夫の育児参加程度」、「子どもの育てにくさ」及び「母親の認知様式」の影響が認められた。また、「育児不安」の内容別に検討した結果、「育児の自信のなさ」については、「子どもの育てにくさ」および「母親の認知様式」の影響は認められたが、「夫の育児参加程度」の影響は実質的なものとは言えなかった。「否定的子ども感」については「母親の認知様式」の影響は認められたが、「夫の育児参加程度」及び「子どもの育てにくさ」の影響は認められなかった。



夫の育児参加程度について柏木・若松（1994）らは父親の育児参加が積極的であるほど育児不安の軽減につながることを見出している。本研究の結果からは、育児不安全般には弱いながら関与をしているものの、育児不安の内容ごとに見てみると、育児に関する自信や子どもに対する否定的な感情には有意な影響を与えていなかった。本研究で取り上げた父親の育児参加の内容は、母親自身の心理的安定に結びつきにくいのではないかと思われ、父親の育児参加の内容を検討することが課題としてあげられる。

子どもの特性が母親の育児不安に与える影響について田中（1997）は子どもの気質的な行動特徴が母親の育児不安に影響を与えていることを明らかにしている。子どもが育てにくい特性を持っているほど、全体の育児不安が高まるという本研究結果は、田中（1997）の結果を支持するものであった。育てにくい特性をもっている子どもであるほど、母親は子どもから目が離すことができなくなる。また、子どもの世話に費やす時間が増え、母親自身の時間が少なくなってしまう、心身共に疲労してしまうことが予測される。さらには、その子の特性として捉えられず何らかの問題を内包しているのではないかという不安感をもつ可能性も考えられる。その結果、育児不安が高まるものと思われる。「子どもの育てにくさ」は、育児不安の中でも、とりわけ「育児の自信のなさ」への影響が認められた。これは、子どもが育てにくい特性を持っている場合、躰や接し方に悩みが生じやすく、引いては自信のなさにつながることを示唆している。

母親の認知様式については、「否定的子ども感」には「母親の認知様式」のみ有意な影響が見られ、母親の認知様式が子どもに対する受け止め方に影響を与えていることが示唆された。なお、「肯定的母親意識」に関しては「夫の育児参加程度」、「子どもの育てにくさ」及び「母親の認知様式」の全要因の影響が認められなかった。育児に対する肯定的な意識は、これらの要因の影響を受けないといえよう。

母親の認知様式と育児不安との関係を、ピアソンの相関を用いて検討した結果、「育児不安全体」、「育児の自信のなさ」及び「否定的子ども感」と「完璧主義」、「対人不信感」及び「生真面目」が1%水準で有意であった。「肯定的育児意識」については「完璧主義」、「対人不信感」及び「生真面目」の全てにおいて有意ではなかった。完全主義的な受け止め方、対人関係における不信感、および生真面目な受け止め方をするほど、育児不安が高くなることが示された。

本研究では、虐待の背景として考えられている育児不安について取り上げ、育児不安を引き起こす要因として、父親の育児参加程度、子どもの育てにくさ及び母親の認知様式の3つを採りあげた。育児不安を引き起こす要因は、人によってそれぞれ異なり、様々な要因が複雑に絡み合っているものの、これらの要因は育児不安に影響を与えていることが示された。しかし、育児不安には複数の内容が含まれており、各々の要因が与える影響力は異なっていた。したがって、育児不安として一括りにして扱うのではなく、内容に応じた支援が必要であろう。

本研究で明らかにされた結果の中で、特に注目したいのは、母親の認知様式が育児不安に及ぼ

す影響である。この要因は、育児不安全体及び、否定的育児意識、否定的子ども感に影響を与えていた。認知様式とは、物ごとの受け止め方のスキーマであり、本研究の質問項目は「完璧主義」、「対人不信感」、「生真面目」な受け止め方から構成されていた。これらは全て育児不安と正の相関関係にあり、このような認知様式で物事を受けとめる傾向にある人は、育児不安が高まることが示唆された。このことから、認知様式を変えることは育児不安の軽減に繋がるものと推測される。今後、育児不安の高い親に対する支援の中に、認知の変容を促すことを目的とする心理的支援をとり入れることによる育児不安軽減効果が期待される。

### 謝辞

本稿を終えるに当たり、調査にご協力くださったお母様方、橋渡しをしてくださった保健センター職員のみなさまに、心よりお礼申し上げます。また、調査の実施や結果の集計などに尽力くださった、福山大学卒業生の松葉箕花さんに感謝します。

### 引用文献

- 石川信一・坂野雄二 (2005). 不安症状を示す児童に対する認知行動療法プログラムの実践. 行動療法研究, 31, 71-84.
- 柏木恵子・若松素子 (1994). 「親となる」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, 第5巻, 1号, 72-83.
- 河野順子・神田弥生 (2009). 不登校生徒への不安低減プログラムの試み—適応指導教室における実践報告—. 東海学園大学研究紀要, 第14号 (シリーズB), 61-71.
- 本保恭子・八重樫牧子 (2003). 母親の子育て不安と父親の家事・子育て参加との関連性に関する研究. 川崎医療福祉学会誌, Vol.13, No.1, 1-13.
- 大日向雅美 (2002) 育児不安とは何か —その定義と背景— 発達心理学の立場から. こころの科学 103, 日本評論社, 10-15.
- 大野裕 (2003). スキーマに挑戦しよう こころが晴れるノート, 創元社, 108-112.
- 佐藤達哉・菅原ますみ・戸田まり・島 悟・北村俊則 (1994). 育児ストレスとその抑うつ重症度との関連. 心理学研究, 64, 409-416.
- 田中詩乃 (1997). 一歳六ヶ月児の気質と母親の育児不安. 名古屋大学教育学部紀要, 心理学, 第44号, 327-328.
- 吉川昌子 (2003). 幼児をもつ父親の養育態度と育児不安との関連. 中村学園研究紀要, 第35号, 47-53.