

2024 年度 若手・女性研究者奨励金 レポート

研究課題	内受容感覚を用いた親性準備性の評価手法の開発
キーワード	①内受容感覚、②親性準備性、③育児

研究者の所属・氏名等

フリガナ 氏 名	ナカシマ ナオコ 中島 奈保子
配付時の所属先・職位等 (令和6年4月1日現在)	愛知学院大学 心理学部 助教
現在の所属先・職位等	愛知学院大学 心理学部 助教
プロフィール	名古屋大学教育学部卒業、名古屋大学大学院教育発達科学研究科博士前期課程修了、名古屋大学大学院教育発達科学研究科博士後期課程単位取得退学。公認心理師、学校心理士、保育士。現在は、育児の動機づけについて心理学的に検討しています。長く続く少子化傾向の中、親は日々多くのストレスや葛藤にさらされ、若い世代は育児にネガティブなイメージを持ち、育児への動機づけを低減させていくプロセスがあるのではないかと考えています。どうすれば親が前向きに育児に取り組めるのか、また若い世代が育児に興味を持つことができるのかについて研究を進めています。

1. 研究の概要

本研究は、内受容感覚が青年期の親性準備性（親になることへの態度や準備状態）を評価する指標となり得るかを検討することを目的とした。田中（2021）は、親性発達支援の一環として、脳の直接測定を必要としない親性脳の予測指標の抽出が重要であると指摘している。親性の発達には、自己および子ども（他者）の心理状態の理解と感情調整能力が不可欠と思われる。そこで本研究では、内受容感覚に注目した。内受容感覚とは自分自身の身体内部の状態を認識し受け入れる能力であり、内受容感覚は共感性と関連している可能性が示唆されている（久嶋，2004）。これまで、内受容感覚と親性準備性の関連性を示す研究はみられていないため、内受容感覚を用いた簡便かつ客観的に親性準備性を予測する新しい方法の提案を目指した。

2. 研究の動機、目的

研究目的 少子化の影響が続く中、2025年の調査では若い世代の半数以上が「子どもは育てたくない」と回答している（東京新聞，2025）。この背景には、社会・経済的要因だけでなく、育児に対するネガティブな感情や態度が育児への心理的な障壁となっている可能性があると考えた。厚生労働省（2014）は、少子化対策として思春期・青年期に焦点を当て、「親になる」ための支援を提案している。「親性準備性」という概念は、親になる前段階で形成される資質として心理学で検討されており、近年は脳神経科学的視点からも研究が進められている（佐々木他，2011）。これらの研究は、養育行動の脳機能には性差がないこと（Abraham et al., 2014）、また養育経験が脳の発達に影響を与えること（Hoekzama et al, 2017）を示唆している。本研究では、社会的望ましさの影響を受ける可能性がある質問紙調査に代わり、内受容感覚を実験的に測定する客観的な評価方法を検討した。親性準備性の測定については顕在的な心理尺度がいくつか開発されているが（e.g., 佐々木他，2011）、質問紙調査で育児への態度

を測定すると、社会的望ましさにより回答が肯定的に歪む可能性がある（中島他，2025）。そこで本研究では客観的かつ、比較的簡便に育児への感情を測定する方法として、内受容感覚による親性準備性の評価の可能性を検討した。

研究方法 未婚で育児経験のない45名に協力を依頼し、うちデータに不備のなかった42名（女性29名、男性13名；平均年齢20.88歳、 $SD = 4.69$ ）を分析対象とした。安静時の心拍を5分間測定した後、内受容感覚を測定する目的で心拍カウント課題（Schandry, 1981）を実施した。また、参加者に質問紙調査（子どもとの接触経験および親性準備性尺度：清水他，2014）について記入を求めた。



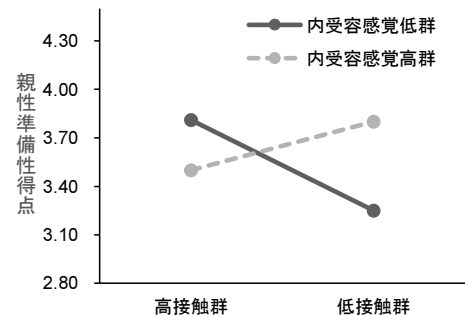
Figure 1 実験（心拍測定）の様子

3. 研究の結果

【結果】

全参加者の心拍カウント課題（内受容感覚の指標で、1に近いほど内受容感覚が鋭敏であると解釈される）の平均値は0.72 ($SD = 0.17$) であった。まず、心拍カウント課題と親性準備性の相関を確認したところ、有意な結果は得られなかった ($r = .22, n.s.$)。そこで内受容感覚と親性準備性の関連が直接的ではない可能性を考慮し、日常での子どもとのふれあいの頻度により統制することを検討した。日常生活において子どもと接触する頻度について「よくある」または「時々ある」と回答したものを「高接触群」 ($n = 17$)、「ほとんどない」または「全くない」と回答したものを「低接触群」 ($n = 25$) とし、心拍カウント課題の得点が平均値よりも高い参加者を内受容感覚高群 ($M = 0.86, SD = 0.87$)、低い参加者を内受容感覚低群 ($M = 0.59, SD = 0.07$) とした。親性準備性得点を従属変数、内受容感覚の高低と子どもとの接触頻度の高低を独立変数とする2要因分散分析を行ったところ、交互作用が有意であった（内受容感覚： $F(1, 38) = 0.41, n.s.$ ；接触経験： $F(1, 38) = 0.53, n.s.$ 交互作用： $F(1, 38) = 5.73, p < .05, \eta^2 p = 0.13$ ）。そこで単純主効果の検定を行ったところ、高接触群では内受容感覚低群の方が親性準備性が高く、低接触群では内受容感覚高群の方が親性準備性が低かった（Figure 2）。

Figure 2 内受容感覚と子どもとのふれあい経験が親性準備に与える影響



【考察】

本研究の結果は、内受容感覚が親性準備性を直接的に予測しているわけではなかった。ただし、子どもとのふれあい経験の多寡により内受容感覚が親性準備性に及ぼす影響のプロセスが異なる可能性を示したと考えられる。具体的には、普段子どもとふれあう機会が少ないと、内受容感覚の鋭敏さは親性準備性を高めるが、ふれあう機会が多いと内受容感覚の鋭敏さが親性準備性を抑制する可能性が明らかとなった。内受容感覚が鋭敏だと、育児に対し未知である青年は、子どもと接することがかえって育児への不安や回避的な感情を喚起してしまう可能性があると考えられる。親性準備性の発達について、子どもとのかかわり経験は重要であるが、「親になること」の支援として子どもとのふれあい体験を行う場合、内受容感覚をはじめとした生理的な状態にも着目し、青年個々の特徴をふまえた介入が必要であることが示唆されたと考えられる。

4. 研究者としてのこれからの展望

引き続き、育児をする人の心理状態を支えるような心理学的な検討を進めていきたいと考えております。本研究では、育児未経験者を対象として内受容感覚と親性準備性の関連について検討しましたが、今後は育児中の親や、育児を終えた世代の方にも研究協力をお願いし、世代間の比較検討などを行いたいと考えています。

5. 支援者（寄付企業等や社会一般）等へのメッセージ

まずは、女性研究者奨励金の寄付企業の関係者様、ならびに日本私立学校振興・共済事業団の関係者の皆様に、心より御礼申し上げます。本奨励金は年齢にかかわらず広く門戸が開かれており、私のような立場の者にも可能性をいただけたことに強く勇気づけられました。研究費を獲得できたことで、多くの方に実験に参加していただくことができました。この場をお借りして、本研究にご協力くださった皆様にも御礼申し上げます。

今後も研究活動を進め、人々が育児をしやすい心理状態となることを支えるような社会的な貢献がしたいと考えております。ありがとうございました。