

## 添い寝が子どもの信頼感・自立心・依存心へ及ぼす影響

吉田美奈<sup>1</sup>・浜崎隆司<sup>2</sup>

(<sup>1</sup>兵庫教育大学大学院連合学校教育学研究科・<sup>2</sup>鳴門教育大学大学院学校教育研究科)

### ◆目的◆

本研究では、添い寝が子どもの心理発達にどのように影響するかについて注目した。具体的には、夜間の添い寝が子どもの信頼感、自立心および依存心に及ぼす影響を探り、子どもの他者への信頼感および自立心を高め、依存心を低くするためには添い寝がいつまで、どのように行われるのが望ましいかについて検討する。

### ◆方法◆

大学生 255 名および大学院生 47 名を対象に、年齢・性別や添い寝の経験の有無、添い寝の位置関係や一人寝を始めたきっかけおよび年齢などの質問、および信頼感・自立心・依存心に関する質問を含む質問紙調査を実施し、5 件法で回答を依頼した。調査時期は 2011 年 10 月。

### ◆結果◆

**添い寝の経験と性差について** 信頼感について、添い寝あり群は添い寝なし群と比較して有意に対人的信頼感得点が高かった ( $F=7.23$ ,  $df=1$ ,  $p<.01$ )。自立心について、添い寝あり群は添い寝なし群と比較して有意傾向ではあるが相互独立的自己観得点が高かった ( $F=3.74$ ,  $df=1$ ,  $p<.10$ )。また、依存心について、親への依存性の尺度において添い寝あり群は添い寝なし群と比較して有意に親への依存性得点が高かった ( $F=7.06$ ,  $df=1$ ,  $p<.01$ )。情緒的依存欲求の尺度においては添い寝あり群が添い寝なし群と比較して有意に情緒的依存の得点が高かった ( $F=6.57$ ,  $df=1$ ,  $p<.05$ )。道具的依存欲求の尺度においては添い寝あり群は添い寝なし群と比較して有意に道具的依存欲求の得点が高かった ( $F=4.35$ ,  $df=1$ ,  $p<.05$ )。いずれの尺度においても、性差の主効果はみられなかった。

**添い寝の期間と性差について** 女性群において、有意傾向ではあるが 6 歳以上群の基本的信頼感得点が高かった ( $F=6.01$ ,  $df=1$ ,  $p<.05$ )。また、0~3 歳群の男性において、有意傾向ではあるが基本的信頼感得点が高いことが明らかになった ( $F=2.76$ ,  $df=2$ ,  $p<.10$ )。女性群において 6 歳以上群が 0~3 歳群に比べ有意傾向ではあるが対人的信頼感得点が高かった ( $F=2.85$ ,  $df=1$ ,  $p<.10$ )。また、0~3 歳群において男性の対人的信頼感得点が高いことが示された ( $F=4.20$ ,  $df=1$ ,  $p<.05$ )。さらに有意傾向ではあるが、6 歳以上群において女性の対人的信頼感得点が高いことが明らかになった ( $F=2.64$ ,  $df=2$ ,  $p<.10$ )。

### ◆考察◆

信頼感について、添い寝の経験がある者はない者に比べ他者への信頼感が高いということが示された。濡れたおむつを取り替えたり、子どもが泣き止むまで抱いて背中を叩いたりなどの母親の行為は、子どもに安心感や満足感を与えることになる。そのような経験の積み重ねは、子ども自身に自分が価値ある存在であるという感覚を与え、母親への信頼感を高めるであろう。特定の者への信頼感は、その後関わる一般他者への信頼感につながると考えられる。また、信頼感を高めるには、男児ならば早めに一人寝を始めること、女児なら一人寝を始める時期がゆっくりでも構わないことも示された。逆に、親への依存性を低くするには男児であれば一人寝を始める時期がゆっくりでも構わないが、女児の場合は早めに一人寝を始めるのが望ましいということも示された。

次に自立心について、添い寝の経験がある者は自己を他者から独立していると考えられる傾向があるということが示唆された。Bowlby (1981) の愛着理論によれば、添い寝により親子の相互行為が増え、子どもは親に安定した愛着を形成し、その愛着の対象を安全基地として探索範囲を徐々に拡大していく。添い寝をし、添い寝からスムーズに離脱させることは、子どもが愛着対象から離れていられる距離と時間を拡大しつつ自立の方向へと向かう助けになると考えられる。

依存心について、添い寝の経験がある者は親への依存性得点、情緒的依存欲求得点、道具的依存欲求得点のすべてが高かった。夜間の添い寝によって依存心が高くなるという結果が出たことについては、親の養育態度について、夜間の添い寝時に子どもの不快感や恐怖を速やかに取り除く応答性の良さが子どもの依存心につながっているという可能性が考えられる。