

吉備国際大学研究紀要  
(社会学部)  
第20号, 45-49, 2010

# 子どものスポーツ活動を応援する母親のメンタルヘルスの変化 — 少年サッカー大会前後の比較調査 —

石原 孝尚

## The mental health changes of mothers through their children's soccer matches

Takayoshi ISHIHARA

### Abstract

*Objective.* This study investigates the effects of the cognitive factors on mental health for the players mothers in boy's soccer competition. The aims of this study are to examine (1) the changes of psychosocial factors from pre-competition to post-competition and (2) the influence of cognitive changes on mental health.

*Method.* Participants were mothers of 422 players who participated in a community soccer competition for adolescents. They completed a questionnaire consisting of the state version of the State-Trait Anxiety Inventory (STAI; Spielberger, 1977), the negative and positive image towards children scale, the social support from other mothers scale, and sentiments on the competition before and after the competition. Score changes of the negative and positive image towards children and the social support from other mothers from pre- to post- competition were utilized for grouping variables by assigned to positive change and negative change.

*Results.* From pre- to post- competition, 43.3% of the participants improved their STAI score, while 47.2% deteriorated from their score. Results of the ANOVA analyses revealed that the improved image towards their children decreased anxiety, while the changes of social support from other mothers showed no effect on anxiety. These results indicated that the mental health of the mothers was enriched with improved image towards their children rather than obtaining support from other mothers throughout the soccer competition.

**Key words :** mothers mental health, soccer competition, STAI, social support, negative and positive image towards children.

**キーワード :** 母親のメンタルヘルス、少年サッカー大会、状態不安、情緒的支援、子どもに対する良好イメージ

## 【はじめに】

### 1. 緒言

現代、子育てに自信を失っている母親が増えている（大日向、1999）。子どもの不登校、無気力、いじめなど子どもに関する問題事も多く、子どもに対して、過度な心配事がかかえている母親も多い。母親自身も、核家族化、地縁的つながりの低下など、子育てを助けてくれる環境が減ってきており、ストレスを溜め込んだり、孤立化する母親も増えており、虐待にいたるケースもある（小國ほか、1998）。そんななか、子どもの通うスポーツクラブ、とくに少年サッカークラブに注目してみた。少年サッカークラブでは、運営を父母会とくに、母親達が多いためが多い。ここには、母親集団が存在しており、それが、母親の支援ネットワークになっているのではないか。子どもの姿を見ることによって、子どもの成長を感じ、子どものことを理解することは、母親のメンタルヘルスに良い影響を与えるのではないかと考えた。そして、母親自身も大会を通じて子どもを応援することによってストレスを発散したり、楽しんでいるのではないかと考えた。当然、母親にとって、運営や子どもの送り迎え、応援行動は負担になっているとも考えられる。仕事をしている母親にとっては、休みがつかず、母親の時間的余裕を奪っている。また、母親どうしの人間関係も子どものためにも、言いたいことも言えず、メンタルヘルスに悪い影響を与えている場合もある。しかし、子どものがんばる姿を見て、他の保護者と自分のこと、子どものこと、育児の悩みを話すことによって子どものことを理解し、周りの保護者からの情緒的支援を認知し、子育てにも自信が出るのではないだろうか。

### 2. 研究目的

本研究では、母親のメンタルヘルスプロモーションを考えた時、子どものサッカー大会に参加することによって、母親の状態不安、子どもに対するイメ

ジ、周りの保護者からの情緒的支援認知が変化するか、また、大会を通してどのような気持ちを持った人が変化するかを、大会前後の調査によって検討することを目的とした。

今までの、スポーツクラブ研究では、母親のクラブへの期待や、入会動機などの研究が多く、スポーツ活動をする子どもの母親に関するメンタルヘルスに着目した研究はなかったことから、母親のためのメンタルヘルス施策を提案する一資料となることを期待している。

### 3. 作業仮説

(1) 母親は、大会を通して、子どものがんばりや、いつもと違う姿を見たり、他の保護者と情報交換する中で、子どもに対するイメージを変化させるのではないかと考えた。

(2) 母親は、大会を通して、他の保護者と話をしたり、情報交換をしたり、応援する中で、自分の気持ちをわかってくれるなどの情緒的支援認知を変化させるのではないかと考えた。

(3) 母親は、大会を通して、ストレスを発散させたり、子どもの元気な姿をみたり、他の保護者と話をすることによって母親の状態不安を変化させるのではないかと考えた。

(4) 母親の状態不安に、子どもに対するイメージや周りの保護者からの情緒的支援認知が関連していないかと考えた。

## 【方法】

### 1. 調査対象および調査方法

調査は、機縁法により、子どもの少年サッカー大会に参加している母親を対象に、サッカー大会前後で無記名自記式質問紙に答えてもらった。調査票は代表者である各クラブの母親役員もしくはコーチに依頼し、配布・回収を依頼した。大会前後での調査なので、大会前に大会前調査票を配布し回収、大会

後に大会後調査票を配布し回収すること、大会前後で両質問紙の回答者を一致させるために、同じ4桁の数字を両質問紙に記入してもらうことを別紙に留意事項として各代表者に配った。

回収チームは49チーム、配布部数575部であった。回収できなかったものと、記入に不備があった153部を除いた422部を分析対象とし、有効回収率は73.4%であった。

## 2. 調査内容および調査尺度の信頼性

本研究に用いた調査用紙は以下の質問項目および測定尺度から構成されている。また、内的一貫性を示す Cronbach の  $\alpha$  係数で信頼性を検討した。

<大会前>

### ①調査対象者の属性

母親の年齢・職業・役員歴・参加頻度・クラブへの満足度、子どもの学年、通わせてからの期間、入会を勧めた人物、父親の参加

<大会前後>

②状態不安尺度 (Spielberger 日本語版清水・今榮、20項目、大会前  $\alpha = 0.89$ 、大会後  $\alpha = 0.92$ )

③子どもに対する良好イメージ尺度 (Original、20項目、大会前  $\alpha = 0.66$ 、大会後  $\alpha = 0.68$ )

事前の母親へのインタビュー調査より、子どもに対するイメージを聞き、プラスイメージ10項目、マイナスイメージを10項目、合計20項目を選び作成した。質問項目は「明るい」「神経質」「わがまま」などからなり、子どもにあてはまるものに○をつけてもらい、プラスイメージには1点、マイナスイメージには-1点を加算した。

④情緒的支援ネットワーク尺度 (宗像、10項目、大会前  $\alpha = 0.91$ 、大会後  $\alpha = 0.92$ )

<大会後>

### ⑤感想

「今日は楽しかった」、「子どもの元気な姿を見ることができた」、「他の保護者と楽しむことができた」

などの感想を「まったくそうでない」「そうでない」「そうである」「とてもそうである」の4件法で質問した。

### ⑥自由記述 (プラス面、マイナス面)

## 3. 分析方法

本研究の分析デザインは2 X 2 ANOVA、繰り返しのある分散分析を行い相互作用を検討した。被験者内要因を大会前後 (pre/post) にとった。Mauchly の球面性の検定を行い、球面性の仮定を満たしていない場合には、Greenhouse-Gasser の修正 F 値を用いた。事後分析には Bonferroni の修正不等式を利用した t 検定を用いた。尚、事後分析以外の統計的有意水準は5%とする。なお、統計解析には SPSS11.0 for Windows を使用した。

## 【結果および考察】

### 1. 大会前後の子どもに対するイメージの変化

大会前後の子どもに対するイメージと次の感想には有意な相互作用がみられ、「子どもの成長を見ることができた」(F (1,403) =5.57,  $p < .05$ )、「子どもは楽しんでいた」(F (1,406) =9.16,  $p < .05$ )、「今日の子どもたちの試合結果に満足している」(F (1,406) =3.39,  $p < .10$ )、「今日は楽しかった」(F (1,403) =5.55,  $p < .05$ )、「応援してストレスが発散できた」(F (1,401) =2.84,  $p < .10$ )、「他の保護者と情報交換できた」(F (1,402) =3.74,  $p < .10$ ) と感じた母親は大会前後で子どもに対する良好イメージが有意に良くなっていた。がんばっている子どもの姿を見ることが普段と違う子どもの側面を見ることができ、子どもの成長を感じイメージに良い影響を与えるのではないだろうか。

母親自身が子どもの試合結果に満足したり、楽しんでいる時などは、子どもに対しても肯定的に考えられるのかもしれない。

周りの保護者との関わりでは、自由記述でも、

「他の保護者から自分の子どもの話を聞いた」「育児の悩みを聞いてもらった」など、子どものことを知ることや育児に見通しがたつことでイメージが良くなっていると考えられる。

## 2. 大会前後の周りの保護者からの情緒的支援認知の変化

周りの保護者からの情緒的支援認知の変化と次の感想には有意な相互作用が見られ、「他の保護者と話すことができた」(F (1,362) =6.30,  $p<.05$ )、「他の保護者と楽しむことができた」(F (1,36) =5.77,  $p<.05$ )と感じた母親は大会前後で周りの保護者からの情緒的支援を有意に認知する関連性が明らかとなった。黒田 (2001) は、子どもが通うスポーツクラブでは、母親集団も自主的に楽しむことが理想とされていると述べている。今回の結果も、黒田が述べている母親集団の中で、他の保護者との関係を良好に持てた母親は情緒的支援を認知するようになったと考えられ、大会後の自由記述からも、「他の保護者とのコミュニケーションがとれた」、「子どもどうし親どうしのつながり」をプラス面に書いており、それらが情緒的支援に影響を与えたと考えられる。しかしながら、周りの保護者に対する人間関係などで、情緒的支援認知を下げることもあると考えられ、今後検討が必要である。

## 3. 大会前後の状態不安の変化

参加している母親全員を対象に、大会前後で状態不安を比較したところ、有意に悪くなった(両側検定:  $t(408) = -2.93$ ,  $p<.005$ )。これは、大会に参加すると母親の状態不安は悪くなることを示唆している。しかし、大会前後で状態不安が悪くなった人は、全体の47.2%、良くなった人は43.3%、変わらなかった人は9.5%であった。この結果から参加すれば、必ず悪くなるということではないと考えられる。そこで、どのような関わりが状態不安に影響

するのかを明らかにするため感想との関連を検討したところ、次の感想と有意な相互作用がみられ、「大会を楽しめなかった」(F (1,398) =28.31,  $p<.001$ )、「今日のサッカー大会に不満が残った」(F (1,401) =4.94,  $p<.05$ )、「応援してストレスが発散できなかった」(F (1,396) =11.71,  $p<.001$ )、「子どもの元気な姿をみることができなかった」(F (1,400) =12.67,  $p<.001$ )、「子どもと一緒に楽しむことができなかった」(F (1,398) =3.71,  $.05<p<.10$ )、「子どもの面倒をみるのが嫌だった」(F (1,401) =4.94,  $p<.05$ )、「今日の子どもたちの試合結果に満足できなかった」(F (1,401) =26.47,  $p<.001$ )と感じた母親は大会前後で状態不安が有意に悪化している関連性が明らかとなった。子どもの応援に参加している母親なので、子どもに対して肯定的な関わりがもてなかったり、母親自身も、楽しめなかったり、不満が残った時、状態不安を悪化させていた。

今回、大会に参加することは、子どもの姿を見ることができ、他の保護者との関係や大会を楽しむことによって、状態不安は良くなると筆者は考えていた。しかし、大会後の自由記述であるように、「手伝いをしない他の母親がゆるせない」「休みが二日もつぶれて仕事や家庭のことができなかった」など、母親にとっては、負担も大きいと考えられ、試合結果にも母親の状態不安が左右されることから、大会を通して、子どもや他の保護者と良好な関係を築き、母親自信が応援を楽しむことが、大会を通しての母親の状態不安には大切であると考えられた。

## 4. 状態不安、子どもに対するイメージ、周りの保護者からの情緒的支援認知の相互関連

大会前後の状態不安得点と子どもに対する良好イメージの関連を検討したところ、子どもに対する良好イメージが悪化した母親は、大会前後で状態不安が有意に悪化している関連性が明らかとなった(F (1,256) =10.25,  $p<.005$ )。菅野 (2000) も子ども

に対するイメージが母親のメンタルヘルスに影響を与えると述べており、自由記述に、「普段とは違う姿を見ることができた」、「子どもの成長を感じることができた」、「子どものがんばりをみて涙ぐんだ」など、子どもの成長を感じることができた母親は子育てに自信が持て、自分自身を認めることができるが、逆に子どもに対して肯定的なイメージを持てなかった場合、母親自身の状態不安も悪くなると考えられる。

大会前後の周りの保護者からの情緒的支援認知の変化との関連は、大会前後の状態不安の変化との有意な関連はなかった。しかし、情緒的支援認知とメンタルヘルスの関連は明らかにされている（宗像、1995）。才村（2001）も、児童虐待などの母親のメンタルヘルスの悪化が引き起こす事件は、核家族化や都市化の影響で子育てを行う親の孤立化が大きな要因と述べており、クラブの他の保護者に情緒的支援を認知することは、母親のメンタルヘルスに良い影響があると考えられ、その日限りではなく、大会をきっかけに情緒的支援を認知するようになり、普

段の母親のメンタルヘルスに良い影響を与えることが望ましいと考える。

#### 【結論】

(1) 母親の子どもに対するイメージは、子どものがんばる姿を見たり、他の保護者と情報交換したり、母親自身が楽しめた時などに良いイメージを認知しやすいことが明らかになった。

(2) 周りの保護者との関係で、話ができたり、一緒に楽しむことができた母親は周りの保護者からの情緒的支援を認知しやすくなることが明らかになった。

(3) 母親と子どもとの関係や周りの保護者との関係及び、母親自身の大会に対する関わり方が、母親の状態不安に関連することが明らかになった。

(4) 大会前後の母親の情緒的支援認知の変化と、状態不安の変化には関連は見られなかった。

(5) 大会前後の母親の子どもに対する良好イメージの変化が、状態不安の変化に関連することが明らかになった。

#### 【文献】

- ・宗像恒次（1995）. ストレス解消学（サバイバル）. 小学館. 227-232
- ・小國龍也, 吉川賢二, 余田篤, 山城国暉, 保坂智子（1998）. 保育園児の病気とそれを支える家族と社会. 小児保健研究57巻3号. 428-432
- ・大日向雅美（1999）. なぜ迷う, 親たち. 子育ての難しい時代 児童心理, 53, 11, 1009-1017
- ・菅野幸恵, 岡本依子（2000）. 子どもに対する母親の否定的感情と母親になるプロセス, 家庭教育研究所紀要22巻 66-74
- ・才村純（2001）. 日本子ども家庭総合研究所編日本子ども資料年鑑2001. KTC 中央出版. 12-19
- ・黒田真理子（2001）. サッカーのまち清水市における地域スポーツ振興に関する調査研究, 三重大学教育学部卒業論文集.