**■科目：母性看護学Ⅰ（周産期）第１回**

**■テーマ**

母性の発揮を促す看護とその支援の実際

**■目的**

母性の概念と心理的側面を理解し、母性の発揮を促す看護の意義と方法について学ぶことで、対象の母親が自尊感情や自己効力感を高められるよう支援できる知識と視点を養う。

**■目標**

1. 母性の概念および心理的側面について説明できる
2. 母性発揮の意義とその支援が周産期に与える影響について述べることができる
3. 看護師の支援の役割と具体的援助方法を理解し説明できる
4. 母親の自尊感情および自己効力感を高める支援について考察し、適切な看護援助を提案できる

**■授業構成（90分）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **時間配分** | **内容** | **指導方法** |
| 10分 | 本時のテーマと目標の提示、学習への導入（母性を発揮するとはどういうことかを問いかける） | 講義 |
| 20分 | 母性の定義、母性の生物学的・心理的・社会的側面、母性の発達過程（マターナルロール獲得）を解説する | 講義・ミニレクチャー |
| 15分 | 母性発揮の意義を解説し、それが周産期の母親の精神的安定・親子関係形成・育児行動に与える影響を説明する | 講義 |
| 20分 | 母性発揮を促す看護師の支援内容（声かけ・共感的関わり・教育的支援など）を、事例を用いて具体的に紹介する | 講義・事例紹介 |
| 15分 | 「母親の自尊感情や自己効力感を高めるために看護師ができる支援とは何か」をテーマにディスカッションする | グループディスカッション |
| 10分 | 学習内容のまとめと振り返り。学んだ支援の視点を今後の実践にどう活かすかを考察する | 講義・共有 |

**第1回　母性の発揮を促す看護**

**1．母性の概念とは**

**母性（maternity）とは、単に子どもを産むという生物学的な側面**だけでなく、子どもを**育て、愛し、守る**といった**心理的・社会的な側面**も含んだ、総合的な概念である。

母性のあり方は、女性個人の経験だけでなく、**文化的背景**や**社会的価値観**の影響を受けて形成される。そのため、すべての女性が同じように母性を経験するわけではない。

（１）**母性の3つの側面**

|  |  |
| --- | --- |
| **側面** | **内容** |
| **生物学的側面** | 妊娠、出産、授乳など、身体的な機能や変化に関わる側面。ホルモン分泌や身体構造の変化が含まれる。 |
| **心理的側面** | 子どもへの愛着、母親としてのアイデンティティの形成、感情的つながりなど、内面的な体験に関わる側面。例：不安や期待、喜びといった感情。 |
| **社会的側面** | 社会や家庭の中で母親に期待される役割や行動。例：育児、しつけ、家事の分担、母親像など。文化や時代によって大きく異なる。 |

**（２）マターナルロール（母親役割）の獲得とは**

Rubin（ルービン）は、母親になる過程を「**マターナルロール獲得（maternal role attainment）**」と呼び、以下のように説明している。

* 母性は**生まれつきのものではなく、学習し獲得していく役割**である。
* 女性は妊娠中から出産後にかけて、周囲の支援や経験を通じて、徐々に母親としての自覚と行動を身につけていく。
* この過程には、**家族、パートナー、看護職者の支援**が大きな影響を与える。

**【マターナルロール獲得の例】**

* 妊娠中に赤ちゃんの存在を意識し始める
* 出産後に授乳やおむつ交換を通して母親としての実感を持つ
* 子どもへの愛情表現や育児行動を通じて「母としての自分」を確立していく

**2．母性発揮の意義とその支援が周産期に与える影響**

**母性が適切に発揮されること**は、母親と子どもそれぞれの**健全な発達と安定した親子関係**にとって非常に重要である。看護師は、妊娠期から産後にかけて、母性が自然に発揮されるよう支援していく役割を担っている。

**（１）母性発揮の意義**

母性が発揮されることで、母親自身と子どもの両者にとって以下のような効果がある。

|  |  |
| --- | --- |
| **効果** | **内容** |
| **母親の自尊感情の向上** | 「自分は母親としてやっていける」という感覚が得られ、自己肯定感が高まる。 |
| **自己効力感の向上** | 育児に対する「自分にはできる」という信頼感が育ち、積極的に育児に取り組むようになる。 |
| **愛着形成の促進** | 母親が子どもに関心を持ち、関わろうとすることで、情緒的な絆が深まる。 |
| **親子関係の安定** | 母性が発揮されると、育児行動に一貫性が生まれ、親子の信頼関係が築かれる。 |

**（２）周産期に与える影響**

周産期（妊娠・出産・産後）の母性発揮は、母親の**心身の安定**や**育児適応**に大きな影響を与える。

|  |  |
| --- | --- |
| **項目** | **内容** |
| **分娩・産褥期の情緒的安定** | 出産に対する不安や恐怖が軽減され、産後の感情の浮き沈みが緩和される。 |
| **産後うつの予防** | 育児への自信と満足感があると、抑うつ傾向のリスクが低下する。 |
| **育児困難感の軽減** | 子どもの泣きや授乳トラブルなどへの対応に柔軟性が持てるようになり、疲弊感が軽減する。 |
| **継続的な養育意欲の維持** | 自信をもって子育てができることで、長期的に育児に前向きな姿勢を保ちやすくなる。 |

**（３）看護職者の支援の意義**

* 母性が自然に発揮されるようにするには、**妊娠期からの継続的な関わり**と、**安心できる環境づくり**が必要である。
* 母性を肯定する支援が、**母親としての自信や役割意識を高める**ことにつながる。

**3．看護師の支援の役割と具体的援助方法**

母性を自然に発揮できるようになるためには、**看護師による適切な関わりと支援**が不可欠である。妊娠・出産・育児という人生の大きな変化に直面する母親に対して、看護師は**専門職としての知識・技術に加え、共感的姿勢と心理的サポート**をもって関わることが求められる。

**（１）看護師の役割**

|  |  |
| --- | --- |
| **役割** | **内容** |
| **共感的支援** | 母親の感情や不安に寄り添い、「不安になるのも当然です」と感情を受け止める姿勢を持つ。 |
| **肯定的なフィードバック** | 母親の育児行動に対して「よくできていますね」「がんばっていますね」と認めることで、自信を引き出す。 |
| **傾聴の姿勢** | 母親の語りを遮らずに聴き、思いを整理する手助けをする。 |
| **母性を肯定する関わり** | 「お母さんとして自然に感じていることですよ」と伝え、母性を価値あるものとして支える。 |
| **安心できる環境づくり** | 母親が相談しやすく、感情を出しやすい雰囲気を整えることが、支援の前提となる。 |

**（２）具体的な援助方法（例）**

母親への支援は、日々の小さな関わりの中に組み込むことができる。以下に、現場で活用できる支援例を示す。

|  |  |
| --- | --- |
| **场面** | **支援内容・声かけの例** |
| **授乳指導中** | 「初めてなのに上手にできていますよ」「赤ちゃんも安心しているようですね」など、肯定的な声かけを行う。 |
| **育児への不安を訴えたとき** | 「そう感じるのは自然なことです」「誰でも最初は戸惑いますよ」と共感的に受け止める。 |
| **努力を認める場面** | 「おむつ替え、もう慣れてきましたね」「夜中の授乳も頑張っておられますね」と、具体的な努力を言葉にして伝える。 |
| **悩みを話す場面** | 「どんなことに困っていますか？」「あなたの気持ちをもう少し聞かせてください」と、語りを促す。 |
| **育児技術の説明時** | 「一緒にやってみましょう」「最初からうまくできなくて大丈夫です」と、安心感を与えながら支援する。 |

**4．母親の自尊感情と自己効力感を高める支援**

母親が安心して育児に取り組むためには、自尊感情（self-esteem）**と**自己効力感（self-efficacy）を育む支援が不可欠である。看護師は、日々の関わりの中で、これらを高めるための言動を意識的に行う必要がある。

**（１）自尊感情とは**

* **定義**：自分自身に価値があると感じ、自分を肯定的に受け止める感覚。
* **特徴**：他者からの承認、共感的関わり、努力の認知などにより高まる。
* **育児における意義**：
	+ 自信を持って育児に取り組めるようになる。
	+ 不安や落ち込みから回復しやすくなる。
	+ 周囲との関係性も良好になる。

**（２）自己効力感とは（Banduraの理論）**

* **定義**：「自分にはできる」と信じて行動に移す力。
* **構成要素**（Bandura, 1977）：
	1. **成功体験**：実際にうまくいった経験が自信につながる。
	2. **代理経験（モデリング）**：他者の成功を見て「自分もできる」と感じる。
	3. **言語的説得**：周囲の励ましや評価が自己効力感を高める。
	4. **情緒的覚醒**：不安が少なく落ち着いているほど、自己効力感が維持しやすい。

**（３）看護師による支援のポイント**

|  |  |
| --- | --- |
| **支援内容** | **具体的な方法・声かけ例** |
| **承認的態度を示す** | 「その気持ち、よくわかります」「がんばっていますね」と母親の気持ちや行動を否定せず受け止める。 |
| **小さな成功体験を評価する** | 「オムツ替え、とてもスムーズでしたね」「赤ちゃんが気持ちよさそうでしたよ」と一緒に喜び、自信を育てる。 |
| **不安を表出できる関係性づくり** | 「どんなことが不安ですか？」「ここではどんなことでも話して大丈夫ですよ」と安心して話せる雰囲気をつくる。 |
| **他者の成功体験を共有する** | 「同じように悩んでいたお母さんも、少しずつ慣れていったんですよ」と他の母親の事例を紹介することでモデルとする。 |

**5．まとめ**

母性は多面的なものであり、母性発揮には心理的・社会的支援が重要である。看護師は母親に寄り添い、肯定し、支えることで、母親の自己効力感と自尊感情を高め、健全な親子関係の形成を助けることができる。

**第1回　授業復習ワーク**

**テーマ：母性の発揮を促す看護**
**合計：10問（全60点）**

**【設問1】空欄補充（各2点 × 5＝10点）**

次の文章の（　）にあてはまる語句を記入しなさい。

1. 母性は、生物学的・心理的・（　　　）的側面を含む。
2. マターナルロール獲得とは、母親としての（　　　）を自覚し、学習・経験によって形成される過程である。
3. 自尊感情とは、自分に対して（　　　）があると感じる感覚である。
4. 自己効力感は、ある行動を「（　　　）」と信じて実行する力である。
5. 周産期の支援は、（　　　）の予防や育児継続意欲の維持にもつながる。

**解答：**

1. 社会
2. 役割
3. 価値
4. 自分はできる
5. 産後うつ

**【設問2】正誤問題（○×）（各2点 × 5＝10点）**

以下の文が正しい場合は○、誤っている場合は×を記入しなさい。

1. 母性は、すべての女性が同様に自然と発揮するものである。
2. 看護師は、育児に悩む母親に対して共感的な姿勢を持つことが重要である。
3. 自己効力感は、育児の失敗を繰り返すことによって高められる。
4. 成功体験は自己効力感の形成に寄与する。
5. 看護師の「よくできていますよ」という声かけは母親の自尊感情を高める。

**解答：**

1. ×
2. ○
3. ×
4. ○
5. ○

**【設問3】選択問題（各2点 × 5＝10点）**

1. 次のうち、母性の**心理的側面**に最も当てはまるものはどれか。
　A. 授乳による乳腺の発達
　B. 妊娠週数の管理
　C. 母親としての役割意識の獲得
　D. 保育園の入園手続き
2. 看護師による母性発揮の支援として**適切でないもの**はどれか。
　A. 育児行動への肯定的フィードバック
　B. 母親の語りを傾聴する
　C. 「失敗はだめ」と指摘する
　D. 共感的な声かけを行う
3. 自己効力感を高めるための支援で適切なのはどれか。
　A. 他人との比較を促す
　B. 小さな成功を共に喜ぶ
　C. 厳しく指導する
　D. 感情表出を避けさせる
4. 看護師の支援が周産期に与える影響として誤っているものはどれか。
　A. 産後うつの予防
　B. 情緒の安定
　C. 育児放棄の助長
　D. 親子関係の良好化
5. マターナルロール獲得に必要な要素として適切なのはどれか。
　A. 経済的支援のみ
　B. 学習と社会的支援
　C. 遺伝的素因
　D. 家族の無関心

**解答：**

1. C
2. C
3. B
4. C
5. B

**【設問4】記述問題（各5点 × 3＝15点）**

1. 母性が発揮されることで、母親自身にどのような良い影響があるかを2つ述べなさい。
2. 自己効力感を高める支援において、看護師が心がけるべき具体的な声かけの例を1つ挙げなさい。
3. 看護師が共感的な姿勢で関わることで、母親のどのような感情や行動に変化が期待できるかを簡潔に説明しなさい。

**解答例：**

1. 自尊感情の向上、育児への意欲の維持など。
2. 「あなたはしっかりできていますよ」「よく頑張っていますね」など。
3. 母親が安心して不安を話せるようになり、自信を持って育児に取り組めるようになる。

**【設問5】語句説明（各2点 × 2＝4点）**

次の用語を簡潔に説明しなさい。

1. 自尊感情
2. マターナルロール

**解答：**

1. 自分自身を価値ある存在として感じる感情。
2. 母親としての役割を自覚し、実践していく過程のこと。

**【設問6】具体例記入（1問：1点）**

授業内で扱った「母親の成功体験」の具体例を1つ記入しなさい。

**解答例：**
オムツ替えがうまくできた／授乳ができた　など。

**合計：60点**

**【事例演習】母性の発揮を促す看護（全６問）**

**〔事例：初産婦Aさんの不安と看護支援〕**

Aさん（29歳）は初産婦で、帝王切開により第1子の男児を出産し、術後3日目に母子同室となった。赤ちゃんは健康であるが、Aさんは授乳の際にうまく吸わせることができず、「私、母親失格かもしれない」「赤ちゃんに申し訳ない」と涙ぐみ、授乳時間が近づくと表情がこわばっていた。

看護師はAさんに対し、「初めてのことだから、不安なのは当然ですよ。少しずつ慣れていきましょうね」と声をかけた。さらに、授乳がうまくいった際には「赤ちゃんが上手に飲めていましたね。Aさんの抱き方がとても安定していましたよ」と肯定的に伝えた。Aさんは徐々に笑顔が見られるようになり、「昨日より少し自信がついた気がします」と話すようになった。

**【設問と解答】**

**設問1（知識確認）：**

**母性には生物学的・心理的・社会的な側面がある。Aさんの事例において、心理的側面に関係すると考えられる具体的な言動を2つ挙げなさい。**
（配点：5点）

**解答例：**

* 「私、母親失格かもしれない」と自信をなくしている発言
* 授乳の時間が近づくと表情がこわばる

**設問2（分析）：**

**Aさんはなぜ「母親失格かもしれない」と感じていると考えられるか。背景となる心理的要因を2つ挙げ、簡潔に説明しなさい。**
（配点：10点）

**解答例：**

* 授乳がうまくいかないことへの焦り：授乳が母親の当然の役割と感じ、できない自分を責めている。
* 初産による不安：育児経験がなく、すべてが初めてで「うまくやらねば」とのプレッシャーを感じている。

**設問3（理解）：**

**看護師の「不安なのは当然」という言葉がAさんに与える心理的効果について、母性支援の視点から説明しなさい。**
（配点：10点）

**解答例：**
「不安は当然」という言葉はAさんの感情を受け入れる共感的な対応であり、「自分だけではない」という安心感を与えることで、情緒の安定と母性役割獲得への前向きな気持ちにつながる。

**設問4（援助技術）：**

**看護師の「Aさんの抱き方が安定していましたよ」という言葉には、どのような支援的意図があるか。自尊感情と自己効力感の視点から答えなさい。**
（配点：10点）

**解答例：**
Aさんの具体的な行動を肯定することで、「できている自分」を認識させ、自尊感情を高める。成功体験を明確に伝えることで、「次もできるかもしれない」と感じ、自己効力感の向上に寄与している。

**設問5（応用）：**

**このような事例において、母性発揮を促すために他にどのような看護援助が有効と考えられるか。具体例を1つ挙げ、理由を添えて説明しなさい。**
（配点：10点）

**解答例：**
他の母親の成功体験をグループで共有する機会を設けることで、「他の人も同じように悩んでいた」と共感しやすくなり、自分にもできるという感覚（自己効力感）を育むことができる。

**設問6（まとめ）：**

**この事例を通して、母性の発揮を支援するうえで看護師に求められる基本的な関わりの姿勢を100字以内でまとめなさい。**
（配点：5点）

**解答例：**
母性を発揮する過程において、看護師は母親の不安や努力に共感し、肯定的に受け止めながら支援する姿勢が求められる。