原 著

少人数参加型の出産準備クラスに参加した男性の 父親になっていく体験

Experiences of expectant first-time fathers attending small group participative childbirth education class

永 森 久美子 (Kumiko NAGAMORI)*¹

堀 内 成 子 (Shigeko HORIUCHI)*²

伊 藤 和 弘 (Kazuhiro ITO)*²

抄 録

目 的

初めて父親になる男性が少人数参加型の出産準備クラスを受講した後、妊娠・出産・育児にどのように向き合っていくのかその体験を記述し、出産準備教育クラスの意味を探究する。

対象および方法

少人数参加型の出産準備クラスを受講した初めて父親になる男性6人に半構成的面接によりデータ収集した。面接は出産準備クラス終了後に一人の研究協力者に対して3回行った。今回はそのうち4人の面接内容を現象学的アプローチを参考にして質的記述的に分析した。

結 果

4人の研究協力者の父親になっていく過程で、クラスに参加したことの意味として【妊娠や出産を自分の中で再構築し、自分のこととして取り組んでいく】、【夫婦二人で体験を共有するというプロセスから得られる満足感】、【親になっていく過程で自信を付けていく】、【妊娠中には考えられなかった出産後の生活に気がつく】という共通した体験が見いだされた。

結 論

研究協力者は自由な対話形式で進められた出産準備クラスに参加し、出産を間近に控えた同じような境遇の仲間と初めて出会い、不安や問題を共有しあい、自分たちより少し先を行く先輩の体験を聞き、妊娠・出産をとらえ直し、出産に向けて心の準備を行っていた。それらは妊娠からのプロセスでの夫婦共同の作業であり、満足のいく出産体験をもたらした。しかし、出産準備クラスに参加した後でも、出産後の生活に対しては準備できていないと感じていた。

キーワード 父親、出産準備教育、妊娠、出産、現象学的アプローチ

*¹ 豊倉助産院 (Toyokura Birth House)

*² 聖路加看護大学 (St. Luke College of Nursing)

2005年6月23日受付 2005年11月22日採用

Abstract

Purpose

This paper aims to describe the experiences of the expectant first-time fathers, who attended small group participative childbirth education classes during the process of pregnancy, childbirth, and child-rearing, and also tries to explore the meaning of the classes to them.

Subject and method

Semi-structured interviews were conducted with six expectant first-time fathers, who attended small-group participative childbirth classes. Three interviews with each expectant father were conducted after the classes ended. Qualitative and descriptive analyses based on the phenomenological approach were used for four of six expectant fathers' interviews.

Results

This study found that attending small group participative child birth classes meant to the expectant first-time fathers: (i) restructuring the perception of pregnancy and childbirth within themselves to tackle their own problems, (ii) satisfaction in the process of sharing their experience as a couple, (iii) building confidence in the process of becoming parents, and (iv) understanding the changes of their life after the birth of the children, which they couldn't consider before.

Conclusion

The expectant first-time fathers who attended the childbirth classes shared their anxiety and problems with other participants who were in similar circumstances of impending childbirths. The expectant fathers listened to the experiences of those who already became parents, developed new ideas about pregnancy and childbirth and mentally prepared themselves for the birth. This was a collaborative work of couples that attended the childbirth classes who felt satisfied with the birth experiences. However, it is also concluded that the expectant fathers found themselves unprepared for the postnatal life, although they actively participated to the childbirth education classes.

Key Words Expectant father, childbirth education, pregnancy, childbirth, phenomenological approach

I はじめに

出産準備教育は単なる分娩への準備教育という側面だけでなく、カップルが親になる準備の側面が含まれていると考える。日本における最近の出産準備教育は、知識や技術の伝達を主とした指導型の限界から学習援助型あるいは参加型などの新しい形式が推奨されている (Robertson, 1994; 毛利, 2002)。これらの新しい形式での出産準備教育は、女性へのエンパワーメントの視点 (三橋他, 2000; 大牟田他, 2003) や、自ら出産対処に取り組み意思決定をしていくという出産コントロールと満足度や自己成長感などの視点での評価 (亀田, 2004) などの産む人が主体になった出産準備教育

である。また、妊娠期から育児期へと継続性を持たせた小グループ制母親学級からセルフヘルプ・グループを形成していくという報告もされている (斉藤, 2002)。

これらの研究は妊産褥婦を対象にしており、出産準備教育に参加した男性がどのようなことを体験しその後どのように妊娠・出産・育児に取り組んでいくかという視点では検討されていない。日本より早く出産準備教育へ父親になる男性が参加している欧米では、カップルあるいは男性に対する参加型の出産準備教育の評価がされている。Bryan (2000) は Transition Theory をもとにした出産準備教育の成果を、生まれた子どもにより適切に対応できたと述べている。また男性同士のディスカッションを多く取り入れた出産準備教育

表 1 研究協力者の概要

研究協力者	A	B	C	D
年 齢	30	30	36	27
職 業	会社員	会社員	会社員	会社員
クラス参加時期※	31週	28週	22週	36週
他の出産教育参加	総合病院	保健所の両親学級	保健所の両親学級	保健所の両親学級
出産場所	総合病院	助産院	助産院	助産院
分娩形式	自然分娩	自然分娩	自然分娩	自然分娩
分娩所要時間	8時間	10時間	12時間	86時間
分娩時特記事項	前期破水	前期破水	弛緩出血	原発性微弱陣痛
面接時期※	36 週※	36 週※	31 週※	出産 3 か月後から
	出産 2 週後	出産 6 週後	39 週※	
	出産 5 週後	出産 8 週後	出産 5 週後	

※：妻の妊娠週数を示す

の有効性 (Diemer, 1997; Smith, 2002) も報告されている。

そこで本研究は少人数参加型の出産準備クラスに参加した初めて父親になる男性がどのように妊娠・出産・育児に向き合っていくのか、その体験を記述し、出産準備クラスの意味を探求することを目的とした。

II 研究方法

1. 研究デザイン

少人数参加型の出産準備クラスに参加した父親になる男性が父親になっていく過程で、どのように妊娠・出産・育児に向き合っているのかを面接から得られたデータを帰納的に分析する質的記述的研究法である。

2. 研究協力者

少人数参加型の出産準備クラス（以下、クラスとする）に参加し、研究協力の得られた初産妊婦の夫 6 名であった。今回はそのうち子どもに先天的な異常がなく、出産に最初から立ち会えた 4 名の分析を行った。

3. データ収集の方法

研究者は面接内容をより深く理解するために、

バースエドゥケーター（以下、エドゥケーターとする）の承諾を得て全クラスに参加した。面接は半構成面接とし、「クラスに参加している時どのようなことを考えたか」、「出産あるいは育児を実際に体験して、クラスでの体験はどのようなものだったか」など、出産前、出産後のそれぞれに時期に合わせて質問した。1 研究協力者に対し 3 回の面接を行い、了承を得て面接内容をテープで録音し、逐語録にしたものをデータとした。それぞれの面接時期については表 1 に示す。

4. データ収集期間

2001 年 6 月～2001 年 11 月

5. 分析方法

父親になっていく過程において、クラスでどのような体験をしたかということは、その人の主観的な体験であり、個々に異なるため、分析には現象学的アプローチを参考にした。現象学的研究は生きられた経験をそのとおりに記述することを目的とし (Holloway, 1996), 研究者の主観や先入観を取り払い、ありのままの現象をとらえ、研究協力者の体験に近づくことが必要である。

具体的な分析方法は Giorgi の分析方法 (Ray, 1985; Carpenter, 1999) を参考に、以下のように行った。

- ①研究協力者が語った体験の逐語録を読み、全体の意味を把握する。
- ②さらに逐語録を読み、構成素と呼ばれる体験の単位を明らかにする。
- ③構成素の余分なものを削除し、残った構成素を相互間、また全体に対して関連させることにより、意味を明らかにし記述する。
- ④研究協力者の具体的な言語にみられる構成素に関してこれを熟考する。
- ⑤体験の意味の構造的な記述へと洞察を統合する。

なお、データ分析は母性看護・助産学領域と社会学領域を専門とする研究者間で検討を繰り返す行い、信頼性と妥当性を確保することに努めた。さらに、再構成した体験の記述については研究協力者に確認し、補足修正を行うことでデータの信頼性を確保するよう努力した。

6. 倫理的配慮

研究への協力の依頼は全クラス終了時に、クラスの参加者に口頭および文書で説明を行った。その際、研究協力は自由意志であること、研究協力を途中で中断しても不利益のないことを保証し、得られたデータは本研究以外に使用しないこと、研究結果を公表する際には匿名性を厳守することを説明し、同意書にサインをもらった。

なお、本研究は研究計画書の段階で聖路加看護大学研究倫理審査委員会において2001年6月18日に承認されている。

III 研究協力者が参加した クラスの概要

クラスは全5回、毎週土曜日に午前と午後の2クラス（参加者はそれぞれ5～6組の夫婦で同じ参加者である）開催された。クラスは自由な対話形式で進められ、グループワークやディスカッション、講義などの「マタニティクラス（90分、表2参照）」と、マタニティヨガをベースとした「マタニティストレッチ（60分）」で構成されている。午前と午後のクラスの間に出産を終え子育て中の家族が参加する「赤ちゃんクラス（90分）」があり、マタニティクラスと赤ちゃんクラスの参加者が交流できる。クラスはイギリスでアクティブ

バースの教育を受けたバースエデュケーターが全5回を担当している。

IV 結 果

研究協力者の年齢は27歳から36歳、職業は全員が会社員であり、クラス以外に地域や病院の両親学級に1回参加している。研究協力者Aさん夫婦のみが総合病院で出産し、他の研究協力者はE助産院で出産している（表1）。

ここでは、研究協力者がクラスでどのような体験をし、父親になっていく過程でそこからどのような影響を受けたのか、4人の研究協力者の共通性を概観することとする。なお、記述内の「」は研究協力者の語りを引用した箇所、（ ）は研究者が補った箇所である。

1. 妊娠や出産を自分の中で再構築し、自分のこととして取り組んでいく

1) 妊娠や出産という現象を新しくとらえ直し、不安から解放される

クラスに参加した時点で、研究協力者全員が出産に立ち会う予定でいたが、初めての妊娠や出産に対し漠然とした不安を抱えていた。Dさんは妊娠初期から本や雑誌を読んでいたが、他の3人にとってはこのクラスに参加することが初めて妊娠や出産に対して勉強する機会となっていた。研究協力者はエデュケーターや出産を経験した女性やパートナーの体験談から妊娠や出産についての話を聞きながら、これから妻に起こるであろう身体や心に起きる変化を知り、不確かな現象が具体的にになり、それらが実際に起こってくるということを実感し、それぞれに妊娠や出産を新しくとらえ直す作業を行っていた。

Bさん：「出産までの間に流産しちゃうんじゃないとか、あんまり動かしちゃいけないんじゃないとかそういうことに対しての不安があって、腫れ物に触るような感じだった」、「病院で見てもらったほうがいいんじゃないの？とか、あれしちゃ駄目これしちゃ駄目と（妻に）強く言っていたと思う」とクラスに参加する前を振り返る。しかし、「お産は病気じゃないし、そんなにびっくりするというか慌てることじゃないと思うよう

表2 クラスの内容

	内容	方法	エドューケーターのかかわりと詳細	使用教材
1週目	参加者同士の紹介	他己紹介	2人1組になりお互いを自己紹介, その後クラス全体に相手を紹介する	
	妊娠のイメージ	グループワーク	妊婦・夫別のグループに分かれディスカッション	画用紙 ペン
	妊娠のイメージ発表		エドューケーターは発表内容を肯定しながら発表者にさらに詳しく話すように促したり, 解説する	
2週目	1週間の変化	問題の共有化	参加者のこの1週間の変化を質問。参加者の取り上げたトピックスについて, 他の参加者が話せるよう促したり, 一緒に考えられるよう質問したり解説する	
	出産の進み方	グループワーク	2グループに分かれ, 出産に関する言葉が書かれてあるカードを並べる	カード
	出産の進み方発表		エドューケーターは参加者に質問したり, 言葉の意味, 出産の進行について解説する	骨盤モデル パネル
3週目	出産の体験談	体験談	赤ちゃんクラスの参加者の体験談 エドューケーターは発表者に質問したり, 説明を加える	
	リラックスの方法	絵を描く(個人)	自分が一番リラックスできることを絵に書く	画用紙 ペン
	リラックスの方法発表	発表	エドューケーターの体験やアイデアを付け加える	
	今のあなたの気持ち	絵を描く(個人)	「自分の好きなところ」「パートナーの好きなおところ」など5項目が書かれてある用紙に絵を書く	用紙 ペン
4週目	1週間の変化	問題の共有化	参加者のこの1週間の変化を質問。参加者の取り上げたトピックスについて, 他の参加者が話せるよう促したり, 一緒に考えられるよう質問したり解説する	
	赤ちゃん用品の準備	ディスカッション	赤ちゃんクラスの参加者と情報交換	
	母乳の体験談	体験談	赤ちゃんクラスの参加者の体験談	
	母乳の与え方	ロールプレイ	妊婦も夫も人形を抱っこしてみる	人形
	母乳について	解説	エドューケーターは参加者の意見や質問を聞きながら解説	
5週目	1週間の変化	問題の共有化	参加者のこの1週間の変化を質問。参加者の取り上げたトピックスについて, 他の参加者が話せるよう促したり, 一緒に考えられるよう質問したり解説する	
	妊婦の不快症状	問題の共有化	参加者から不快症状を聞き, 他の参加者と共に考える	
	出産のビデオ	ビデオ鑑賞	状況の異なるビデオ3本を観る, エドューケーターは解説	ビデオ
	ビデオの感想と出産への心構え	ディスカッションと解説	感想を聞きながら, 出産に関する心構えを話す	人形

になった」と妊娠や出産をとらえ直し、「(妻に)いろいろなことをやらせても大丈夫、ある程度やってもらったほうがいいし、駄目だと言わなくても大丈夫だということがわかった」と妻に対する行動の変化を語る。

Dさん：クラスに参加する前から妊娠や出産について積極的に情報を得ていたが、出産に関することだけはよく理解できなかったという。また、妊娠初期に妻が交通事故に遭い妊娠継続するか否かという選択を迫られたことがあり、妊娠全期間を通して「いろんな不安がすごく、ごちゃ混ぜだった」という。「普通の状態がどうなんかっていうのを知っておきたい、一つのお産のパターンを知りたい」と思って参加したが、「体験談聞いて、生の声を聞いて、『ああ、なるほど』こういうふうに始まって、こういういろんなお産があって、いろんな寄り道もあるけれども、最終的にはなんかきちんと生まれる」ということを認識していく。

2) 出産に立ち会うことに向けての心の準備をする

このように妊娠や出産をとらえ直し、不安から開放されたことは、出産に立ち会う際の心の準備の前提になるものであった。それまでの漠然とした不安やどうしてよいかかわからない状況から一転して、自分が出産に立ち会うことを現実的に考え、それぞれに揺るぎない心構えをしていった。

Bさん：「大丈夫だ、たいしたことないっていうことが一番お産に関する中で他の要因の上にあってその要因を押さえ付けてくれている」ことで、「いつでも来いっていうか、出産近いからどうしようとか、そういう感じはなくなって、いつでもいいからという感じ。落ち着いて迎ええられるような状況になりましたね」

「出産に立ち会うということじゃなくて、それまでのプロセスで安心させてあげることが大事」と、自分の役割を見いだしていた。

Dさん：「お産の時に一番障害になるのって不安とかそういうマイナス要因があるじゃないですか、それを取り除けたんじゃないかな」とクラスに参加した意味を見いだしている。また、それまで自分なりに準備してきたことに対して「きちんと自分は進んでいるという意味では、なんとかお

産が始まって、うちの家内をサポートしてあげられるかなっていう一つの自信にはつながってますね」と評価し、「よっしゃ、お産に臨むぞってお産をする方向に自分の気持ちを持っていくことができた」と出産に対する気持ちを語る。

2. 夫婦二人で体験を共有するというプロセスから得られる満足感

1) 二人で産むという意識が芽生え、自分もそこに参加する

研究協力者の出産に立ち会うことの意味は、クラスに参加していく中で変化していった。それはただ出産に立ち会うだけではなく、妊娠・出産・育児の一連の流れの中で、自らも参加し“二人で”行っていくということであった。また、二人で行うことのプロセスの中にそれぞれに自分の役割を見いだしていた。

Bさん：「一緒に立ち会ってもらったほうが心強いと言われて、何も勉強していなかったからこれはまずいと思った。立ち会って言うても奥さんが一人で産むという意識が強かった」とクラスに参加する前は思っていたが、「産むのは奥さんなので、私がどうこうしてあげられるわけでもないで、そこまでをいかに安心させてあげたり、楽させてあげて出産までたどり着かせるというのもお産までの重要なことかな、そういうことも合わせて一緒に産んでいくことかな」、「(クラスで)一緒に勉強して、そこからもうたぶん二人で産むことが始まっているんじゃないかな」と出産に向けての自らの役割を妊娠中のプロセスの中から考えるようになる。

Cさん：「夫婦二人でやるべきものとは思ってたけど、自分が思っている以上のことだった」とクラスに参加しての変化を語る。「普段の生活でも、出産前、出産後の生活でも任せきりっていうか、彼女(妻)の身に全部任せきりじゃだめなんだろうな、そんなことしたら彼女がパンクしちゃいますからね」と出産前後の自分の役割を生活の中から見いだしている。また、出産に対しては「立ち会っていても、分娩台の横に突っ立って、ぼけっとする程度かと思っていたけど、そうじゃいかんな、緊張しない、リラックスして、妻のほうをリラックスさせることが、スムーズなお

産につながるっていうから、そのためには自分も平常心でいる」ことが大切だと思うようになる。

2) 出産のプロセスを冷静に受け止める

研究協力者は妻の出産に立ち会っているとき、そのプロセスを冷静に受け止め、積極的にかかわっていた。これはクラスに参加し、妊娠や出産について学び、そのイメージをとらえ直したことが大きく影響していた。自分たちの中に出産の流れをイメージでき、その時々自分たちの状況と、その次に起こるであろうことを把握しながら立ち会っていた。

Aさん：「何にも知らなくて痛がってたら『これでいいんですか?』『なんとかならないんですか?』ってなっていたと思う。(中略)全体に(出産の流れが)こうなんとなく頭にあり、自分たちの出産の過程でどの辺にいるのかということがわかって、心に余裕があったと思う」

「痛いのは痛いでしょうがないけど、今のはこれでしょうがないから、まだまだ頑張らなくっちゃと思ってそういうふうに声をかけられた」

Bさん：「(会社から妻の実家へ帰ったとき)痛いといっても陣痛の間隔は10分以上あるからまだまだ生まれなくて安心した。(クラスの中で)周りが心配しちゃいけないとか、焦っちゃいけないと言ってたので、結構周りがオロオロしていたので、ここは冷静になったほうがいい、『まだ大丈夫ですよ、まだ生まれませんよ』というくらいの冷静感があった」

「(助産師から経過を伝えられると)そのたびに時間が読めて、『もうちょっと頑張らなくてはいけない』『まだまだ長引く』『もうちょっと』だと言ってあげられた」

3) 二人で産んだという実感を共有する

研究協力者は二人で共に産んだと実感している。出産のプロセスを冷静に受け止め、積極的に出産にかかわったことというを自ら評価し、さらに妻から出産に立ち会ったことに対して、感謝やねぎらいの言葉を伝えられたことにより、達成感や充実感が増し、自分がそこにいたことの意味を見いだしていた。また二人で産むという体験は妊娠中からの積み重ねの結果でもあった。

Aさん：「すごく痛くってさすってくれて、さすったから痛みが逃れたかというのと、逃れたわけ

じゃないと思うんですけど、一緒にいて、いたから頑張れたということ(妻が)言っていたので、そういう意味で一緒に産むことができたんだと思う」

Bさん：「(入院時初めて訪れた助産院で)本当に自宅みたいところで産むので、これなら立ち会ったほうがいい、一緒に立ち会えるんだ」と立ち会うことへの意気込みがはいる、「一人じゃ産めなかったみたいなのを言ってたので、二人で今までクラスとかいろんなことを勉強してたことをいかすことができてよかった」

3. 親になっていく過程で自信を付けていく

1) 仲間との“共有”がもたらした安心感

研究協力者のほとんどは、普段の生活で妻の妊娠やこれから迎える出産について妻以外の人と話す機会がほとんどない環境の中にいた。しかし、クラスでは必然的にそのことについて考え、自分の置かれている状況を表現しなくてはならない場になっていた。それにより自分だけが不安に思ったり、初めての妊娠や出産に取り組んでいこうとしているのではないと感じ、同じ悩みを共有したことは安心感を得、妊娠・出産にどのように立ち向かえばいいのかを考えていく機会になっていた。

Aさん：「皆さん、やっぱり忙しいみたいなんです、奥さんにお任せっていうところがあるんだと思うんですよね。だからあんまりよく知らないというのがあって、例えばお産についての不安はないですかって言われて、皆で話した時に、皆『自分がいないところで、お産が始まっちゃったらどうしよう』という不安を持っていて、それはすごく共感を感じたんですよね」

Cさん：「自分と同じような考え方の人や自分が考えもつかなかったことを教えられるようなこともあったな……もうちょっと考えるなり、出産に対する取り組みっていうのを思ったり考えたりしなきゃいかんって。なんだかピンときていないような人たちが集まって、みんなそうなんだ、だからそんなに焦ることないかなっていう安心も少し得た」。また、Cさんは出産施設を病院からE助産院に変える時期に助産院の院長に勧められクラスに参加した。そして「もしかしたら自分た

ちの考え（出産施設を変えたこと）が間違っているのかもしれない」という不確かな状態から、「われわれの選択はわれわれにとってよかった」と自分たちの選択を肯定できるようになっていた。

2) 千差万別であるということが普通であると知り、心の余裕を作る

研究協力者は一言に妊娠や出産といっても、その経過は様ではなく、どんなことでも起こりうるということを強く印象付けられていた。このように認識できたことによって、出産や育児をしていく中で自分たちに起きた現象や問題を受け入れる器を大きくし、冷静に受け止められるような心の余裕をもたらした。

Bさん：「人それぞれっていうか、いろんな赤ちゃんがいる。育ち方にもいろんなタイプがあるし、お産の時もいろんな人もいるし、これが正解というのはないっていうのがわかったっていうことですね。あまり本とか他の情報に当てはめちゃいけないっていうのが、一番よかったことですね」

Dさん：「かならずそのパターンでいくんじゃないし、お産っていうのはその、一つのお産、お産ごとにすべて違うみたいな認識ができたんで。きちんと頭ではわかっていても、実際にこう体験談を聞くのと自分の知識として持ってるのと違うんで、百聞は一見にしかずっていうじゃないですか」

4. 妊娠中には考えられなかった出産後の生活に気がつく

クラスの中で、親になることや育児のことを考える機会があったが、妊娠中は出産が一番の目標になっており、その後のことを考える余裕はなかった。出産から育児への移行は切れ間がなく、出産直後から始まることにということに、出産後に初めて気づいていた。

Bさん：「産前は出産が一大イベント的なものになってしまって、無事に生まれればいいかなっていうことしか頭になくて、それが第一だったんですけど……（中略）産んだ後のほうが大変だっているのを出産前はあまり考えられなかった。（中略）出産した後は、出産は一瞬にして終わっちゃうことなんで、その後これからどうしようかなっ

ていうことを考え始めたっていうところですかね」

Dさん：「お産の後、無事生まれたけど、どうするよ？って。クラスで確かにいろいろお産までの知識は入ったんですけど、それ以降のことがなかなか入ってなかったなあって、それは痛感しましたね」

V 考 察

【妊娠や出産を自分の中で再構築し、自分のこととして取り組んでいく】は、出産に対する心の準備を行うという自己の取り組みであり、【夫婦二人で体験を共有するというプロセスから得られる満足感】は妻との相互性の中で準備する過程であった。また、【親になっていく過程で自信を付けていく】は、少人数参加型の教育から見いだされた、個人の力を伸ばすような体験であったと考えられる。しかし、【妊娠中には考えられなかった出産後の生活に気がつく】という、妊娠中から出産後の生活について準備することの限界も含まれていた。以上を考察の視点として以下に述べる。

1. 出産に向けての自己の取り組み

クラスに参加したことで、研究協力者の出産への準備の姿勢が変化したのは、妊娠や出産に関するそれぞれの不安を払拭し、妊娠や出産に対して自分のこととして考えられるようになったためと考えられる。

初めて父親になる男性は、妊娠や出産にかかわりたいが、その知識や技術などを持ち合わせておらず、情報源がなく孤独や不安を感じている（Jordan, 1990）。また、多くの男性は、妊娠や出産に関する適切な情報を必要としているが、その情報は得られていないという（Chalmers & Meyer, 1996）。研究協力者も同様に、妻の妊娠やこれから迎える出産に対し不安を抱え、どうしてよいかわからない状況で、必要な情報が得られていなかったと言える。クラスに参加する前は、自分の身体で妊娠を体験している妻と違い、“どうしても自分ではわからない”現象に、必要以上に過敏になっていたと考えられる。しかし、クラスに参加していく中で、妊娠や出産に対しての

イメージを再構築し、“自分も出産に立ち会うんだ”ということを現実的に考え再認識していくという前向きな出産に立ち会うための心の準備をしていったと言える。出産に対する準備ができていた男性がパートナーの出産に立ち会った時の体験は、準備のできていない男性に比べ肯定的である(Nichols, 1993)。研究協力者がこのように出産に対して準備してきたことは、研究協力者が出産に立ち会った時の体験をよりよいものにすることにつながると考えられる。

また、Barcayら(1996)は、初めて父親になる男性はパートナーの妊娠に困惑しており、出産前のケアからは無視されていると感じ、適応していく男性は少ないと述べているが、研究協力者はクラスに参加し、妻の妊娠そしてこれから迎える出産に適応し、それぞれに自分の役割を見出すという父親としての一つの課題を達成したと考えられる。

2. 夫婦二人で体験を共有すること

研究協力者の妊娠や出産の体験は、「二人で」という言葉で語られ、出産に立ち会うということだけでなく、妊娠中からのプロセスにかかわることを意味していた。クラスに参加した後、このような変化をもたらしたのは、妻との相互関係があり、妊娠や出産のプロセスを共有していたからだと考えることができる。Hallegenら(1999)が、出産準備と出産に“生き生きと巻き込まれている”男性は、妊娠や出産のことを“私たち”と表現し、出産経過の中で“共同体”という活動的な役割を果たし、その活動的なかわりには、将来的に続くものだと述べているように、研究協力者は活動的に妊娠や出産にかかわっていたと考えられる。

さらに、出産後の妻からのねぎらいや感謝の言葉によって、「二人で」産むことを再確認したことは、研究協力者にとっても満足のいく出産体験だったと言える。妊娠・出産・育児期は夫婦の関係が大きく変化する時期であるが、このような体験は、その後の夫婦関係のよりよい発展や、子どもへの積極的なかわりを期待することができる。

また研究協力者は、出産に立ち会っているときに、出産経過を予想しながら、冷静に対応していた。初めて父親になる男性がパートナーの

出産に立ち会った時、陣痛は予想以上に強いもので、恐怖が増し、その感情を隠すように振る舞い(Chandler, et al. 1997)、逃れようのない陣痛を目の前にすることを辛く感じているという(Vehvilainen-Julkunen, et al. 1998)。しかし、今回の結果からは、出産に立ち会っているときに、恐怖感があつたというのではなく、陣痛をありのまま受け止め、出産の進行と共に痛がる妻の変化を冷静に受け止めて、出産に立ち会っていったと言える。出産に立ち会っている際に、妻の出産経過を、クラスに参加したことによって再構築された出産のイメージと重ね合わせて、その時々で予測し判断していたと考えることができる。

3. 親になる過程で力をつけること

日常生活の中で、妊娠や出産ということをゆくり考える機会もなく、出産を控えた同じ立場の人と出会うことのない研究協力者にとって、クラスは新鮮な体験であり、自分一人ではないことに“安心感”を覚えていた。

このように仲間と共感し、お互いに確認しあうことで得られる安心感は、少人数継続型の出産準備クラスに参加した妊産婦の体験(三橋他, 2000)や、サポートグループに参加している母親の体験(原田, 1996)と共通している。“出産という共通したゴール”を共に目指す仲間が集まり、その中から得られるものは、仲間からの支持や保証、自尊心の高まり、自分だけではないという感情の普遍化、問題解決能力の増加などが挙げられる。今回の結果から、父親においても同じような効果があつたと言える。

また、この出産準備クラスの特徴として、すでに出産準備クラスを卒業し、出産を体験し、育児をしている女性たちの体験談を聞くということが挙げられる。それは、教科書には載っていない、少し先を行く先輩の話として、印象深く研究協力者の心の中に残っていた。Hendersonら(1991)は、出産準備クラスに父親は満足しておらず、正常分娩の多様性に対応できないことがあると述べている。今回の結果では、クラスで妊娠や出産、生まれてくる子どもに対する多様性を示されたことによって、研究協力者はそれぞれの状況に応じた対応ができる力を養っていったと考えられた。

今回のクラスにおいて特徴的だったのは、一方的な講義ではなく、エドゥケーターと参加者間の対話によってクラスが進行していき、参加者が自分の体験や考えていることをグループワークなどによって表現する場面や、グループ討議などによって参加者同士が問題を共有することが多く組み込まれていたことである。エンパワーメント・エドゥケーションのプロセスである「傾聴—対話—行動アプローチ」の「対話」は、健康学習での共感的理解が住民理解の基本であるのと類似しているという（吉田，1994）。今回の出産準備クラスでは、エドゥケーターが、参加者の抱えている不安や問題を見いだすのが「傾聴」であり、その次にクラス全体の問題として取り上げ、それについて参加者同士で共有しあうことが「対話」の段階であると考えることができる。そして、「行動アプローチ」として考えられるのは、妻との相互作用の中で出産までのプロセスをそれぞれに取り組んでいった結果、冷静に出産に立ち会えたことや、妻の状況を理解しサポートするということできたことに示されたと考えることができる。

4. 妊娠中には考えられなかった出産後の生活に向けて

父親になった男性は、出産前から出産後の情報を子どもと関連付けることは難しく、妊娠中の出産準備教育でその情報は吸収されないことが多く、出産後の準備は万全と思っていてもその時が来ると準備不足を感じているという（Henderson, et al. 1991）。今回の結果でも、妊娠中は生まれるまでのことに関心の焦点が当たっており、出産後にあらためてその大変さや準備ができていないという現実気がついていった。初めて親になる人にとって、子どもが生まれ、新しい家族として機能していくときには、大きな変化に適応していかなければならない。しかし、その新しい生活は妊娠や出産以上に多様性があり、その準備を妊娠中から万全にしておくことは不可能である。まして妊娠中は出産に興味集中しているため、その後のことを考えるには限界がある。そのため知識を伝達するのではなく、妊娠中から出産後に活用できるサポートネットワークなどを示していくことや、問題解決能力や意思決定能力を高めるような出産

準備教育が必要だと考える。また、出産後に父親も集まれる機会を作ることや妊娠中からの継続的なクラスを設けることは、母親の場合と同様に効果的なサポートを受けられると思われる。

VI 結 論

4人の研究協力者の父親になっていく過程で、クラスに参加したことの意味として【妊娠や出産を自分の中で再構築し、自分のこととして取り組んでいく】、【夫婦二人で体験を共有するというプロセスから得られる満足感】、【親になっていく過程で自信を付けていく】、【妊娠中には考えられなかった出産後の生活に気がつく】という共通した体験が見いだされた。

研究協力者は自由な対話形式で進められた出産準備クラスに参加し、出産を間近に控えた同じような境遇の仲間と初めて出会い、不安や問題を共有しあい、自分たちより少し先を行く先輩の体験を聞き、妊娠・出産をとらえ直し、出産に向けて心の準備を行っていた。それらは妊娠からのプロセスでの夫婦共同の作業であり、満足のいく出産体験をもたらした。しかし、クラスに参加した後も、出産後の生活に対しては準備できていないと感じていた。

謝辞

本研究にご協力くださいました研究協力者の皆様とバースエドゥケーターに心より感謝申し上げます。

なお、本研究は2001年度聖路加看護大学博士前期課程修士論文の一部に加筆修正したものである。また、本研究の一部は第7回聖路加看護学会において発表した。

引用文献

- Barclay, L., Donovan, J., Genovese A. (1996), Men's Experiences During Their Partner's First Pregnancy: A Grounded Theory Analysis, Australian Journal of Advanced Nursing, 13(3), 12-24.
- Bryan, A.A. (2000), Enhancing Parent-Child Interaction with a Prenatal Couple Intervention, MCM, 25(3), 139-145.
- Carpenter, D.R. (1999), Phenomenology as Method, In Streubert H.J. (Ed), Qualitative Research in Nursing: Advancing the Humanistic Imperative (pp. 43-87), USA: Lippincott Williams & Wilkins.

- Chalmerg, B., & Meyer, D. (1996), What Men Say about Pregnancy, Birth and Parenthood, J. Psychosom. Obstet. Gynecol, 17, 47-52.
- Chandler, S., & Field, P. (1997), Becoming a Father. First-Time Fathers' Experience of Labor and Delivery, Journal of Nurse-Midwifery, 42(1), 17-24.
- Diemer, G. A. (1997), Expectant Fathers: Influence of Perinatal Education on Stress, Coping, and Spousal Relation, Research in Nursing & Health, 20, 281-293.
- Hallegren, A., et al. (1999), Swedish Fathers' Involvement and Experiences of Childbirth Preparation and Childbirth, Midwifery, 15, 6-15.
- 原田紀子 (1996), 子育てをしている母親のサポートグループを通したエンパワメント, 看護研究, 29(6), 47-58.
- Henderson, A. D., & Brouse, A. J. (1991), The Experiences of New Fathers During the First 3 weeks of Life, Journal of Advanced Nursing, 16, 293-298.
- Holloway, I., & Wheeler, S. (1996)/野口美和子監訳 (2000), ナースのための質的研究入門 研究方法から論文作成まで, 120-136, 東京, 医学書院.
- Jordan, P. L. (1990), laboring for Relevance: Expectant and New Fatherhood, Nursing Research, 39(1), 11-16.
- 亀田幸枝 (2004), 出産教育の効果に関する概念モデルの作成と検証, 日本助産学会誌, 18(2), 21-33.
- 三橋恭子, 他 (2000), 女性のエンパワメントの支援
- 出産領域の看護ケアシステムの変革とネットワーク化—, 平成9・10・11年度科学研究補助金研究成果報告書.
- 毛利多恵子 (2002), 出産準備教育の変遷といま求められていること —お産の変化と出産準備教育のながれ—, ペリネタルケア, 21(7), 8-11.
- Nichols, M. R. (1993), Paternal Perspective of the Childbirth Experience, Maternal-Child Nursing Journal, 21(3), 99-108.
- 大牟田智子, 佐藤香代 (2002), 「体感」活性・女性の Empowerment を促す教育「世にも珍しいマザークラス」, ペリネタルケア, 21(7), 19-23.
- Ray, M. A. (1985)/近藤潤子, 伊藤和弘監訳 (1997), 看護における質的研究, 106-120, 東京, 医学書院.
- Robertson, A. (1994)/大葉ナナコ, ターナー節子, 三宅はつえ訳 (2004), 産む力の咲かせ方 出産準備クラスにおけるエンパワメント, 119-211, 東京, メディカ出版.
- 斉藤京子 (2002), 病院施設における小グループ制母親学級, ペリネタルケア, 21(7), 24-27.
- Smith, N. (2002), Parenting Education for Men, In Nolan, M. (Ed.), Education and Support for Parenting A Guide for Health Professionals (pp. 113-131), UK: Bailliere Tindall.
- Vehvilainen-Julkunen, K., & Liukkonen, A. (1998), Fathers' Experiences of Childbirth, Midwifery, 14, 10-17.
- 吉田亨 (1994), 健康学習とエンパワメント・エデュケーション, 日本健康科学学会誌, 10(1), 47-58.