

オンラインコミュニティにおける妊婦の不安相談の内容と回答

Pregnant women's anxiety and responses on online community

河田承子^{*1}・永野和男^{*1}

Shoko Kawata^{*1}, Kazuo Nagano^{*1}

^{*1} 聖心女子大学

^{*1}University of the Sacred Heart

要約

近年、育児問題に関してオンラインコミュニティを利用して問題解決や不安軽減を図ろうとする母親が増えている。しかしながら、どのような質問や回答がなされているのか、その実態は明らかにされていない。本研究では、相談できる場所を持ちにくい、現代の妊婦が抱える不安を明らかにするため、オンラインコミュニティでみられる妊婦の不安相談の内容と回答について、計量テキスト分析の方法を用いて分析した。その結果、オンラインでは主に「異常妊娠に関する不安」「夫への不安」「身体的変化に対する不安」「妊娠・出産に伴う支援者への不安」「出産そのものへの不安」が投稿されていることが確認された。特に、「出産そのものへの不安」が突出して多く、とりわけ「陣痛」に対して不安を示す妊婦が多いことが示された。また、不安を表す投稿に対して、「応援」「共鳴」「エンパシー」「理解」「同情」「思いやり」を中心とした共感の回答が多く見られた。

Abstract

Recently, the number of mother who consult with other people about childcare in online community is increasing. In this study, in order to reveal the anxieties of pregnant women, the author analyzed comments and responses that pregnant women have been posted in the online community by text mining. As a result, "anxiety of the abnormal pregnancy", "anxiety to husband", "anxiety to physical changes", "anxiety to supporters", "anxiety of childbirth" were posted. In particular, "anxiety to childbirth" was most often seen in the posts, and it was shown that pregnant women have a high anxiety about the "labor". In addition, "support", "resonance", "empathy", "understanding", and "compassion" posted as responses.

キーワード

妊婦, 不安, 共感, オンラインコミュニティ, カウンセリング

Keywords

Pregnant Woman, Anxiety, Empathy, Online Community, Counseling

1. はじめに

1960 年代以降、地域コミュニティの弱体化は、養育者から育児に関する知識・技術を獲得する機会を奪うとともに、養育者、特に母親が孤立する事態を引き起こしている（熊井・渡辺・三石，2003）。そのため、彼女たちの不安や悩みを受け止めてくれる人との繋がりが持てない、行き場をなくした母親たちの不安が高まり、母親自身のメンタルヘルスや親子関係に悪影響を及ぼしている（荒牧・無藤，2008）。不安を抱える母親にとって、同じ年代や年上の子どもを持つ母親たちの存在は重要だが、地域との繋がりが薄い現代では必要な情報へアクセスするための社会資源や、育児に関わるネットワークが不足している、と岡本・松岡（2003）は指摘する。

孤立した母親たちの抱える不安を軽減することに関して、齋藤（2002）は「不安について情

報交換し、実際の育児を行っている人達の悩みや相談事を聞くことで、育児という未知の不安を、あらかじめ他人の経験談を通して疑似体験することで軽減できる」と述べている。特に、初妊婦は出産や育児への不安が大きい。

初妊婦の不安要因については、岩田・橋本・平井・森谷（2009）において、「経済的側面に対する不安」「異常妊娠に関する不安」「母親役割への不安」「夫への不安」「生活（時間）変化への不安」「情報支援に関する不安」「身体的変化に対する不安」「家事への不安」の 8 因子が示されている。また、西脇・神林・笹伊（2002）は、妊娠初期に妊婦の不安が最も高く、この時期の自己受容性が低いことを指摘している。このような不安を抱える妊婦が相談する相手として、同じ年代や年上の子どもを持つ母親の存在は欠かせない。実際、そのような情報交換を行う育児サロンや育児サークルが存在する。対面を軸にしたコミュニティにおいてはソーシャルサポートが不安を軽減しているという報告も見られる（牧野，1982）。ただし、地域コミュニティにおける「母子グループ」では、新参者に対して排他的であり（天童，2004）、働く人が参加できない、都市構造の問題からコミュニティが生まれにくい、といった時間的・空間的問題も抱える。これに対しオンラインコミュニティは、情報交換に加え、人と人とのつながりに付加価値を与え（高橋ほか，2013）、時間・空間を超えて誰もが参加可能である。

外山・小舘・菊池（2010）によると、母親は「情緒的サポート」と「相談的サポート」において、対面コミュニティとオンラインコミュニティの両方を利用している。育児情報を扱うオンラインコミュニティでは、母親同士の情緒的交流が活発に行われている（山田，2005）という報告もあり、妊婦においても情緒的交流が行われていると考えられる。しかし、オンラインコミュニティにおいて、妊婦から開示される不安や、それに対してどのような回答がなされているか、その実態は明らかにされていない。本論文では、これらの実態を明らかにすることで、オンラインコミュニティにおける妊婦の不安軽減の支援策に関する知見を得たい。

2. 目的

本研究は、オンラインコミュニティにおける、出産に関する妊婦の不安内容や、それに対する回答のようすを明らかにすることを目的とする。どのような不安がどのように語られ、それに対してどのような回答が寄せられ、そのやりとりは不安軽減に役立っているのか、妊娠 2 ヶ月と 10 ヶ月における投稿を対象に分析を行う。

3. 方法

3.1. 分析対象

会員数は約 500 万人、毎月の発言数は 25 万件を超え、妊婦・経産婦に広く利用されている登録式オンラインコミュニティの、妊娠 2 ヶ月および 10 ヶ月の妊婦による投稿を分析対象とした。

この2期に絞ったのは、2ヶ月と10ヶ月それぞれの投稿を分析することにより、妊娠周期による不安や、両期の内容を比較することで、妊娠初期から後期までの長年に渡る不安の変化に迫ることができると考えたからである。

コミュニティは、質問と、それへの回答という、Q アンド A 形式になっており、寄せられた回答に対して最終的に質問投稿者がまとめを書いて質問の回答を締切る形となっている。まとめには、「同じ方がいらっしゃって心強いです」「泣いてばかりの一日を過ごしていましたが、皆様のお蔭で少しずつ気持ちが落ち着いてきました」など、回答が得られたことで安心したようすが書き込まれていることから、質問投稿者の不安は、結果として軽減されたものと考えられる。

コミュニティに登録する際、コミュニティ上のデータを研究に利用する場合には、個人が特定できないようにした上で利用するよう明記されている。本研究でも、このルールを守り個人情報が入らないようにした上で、サイト名も明示しないという条件で、運営サイトからデータ利用の許可を得た。調査対象は2015年9月27日から11月14日の間に投稿された質問およびその回答とした。

3.2. 分析方法

本研究では、オンラインコミュニティに投稿されている質問と回答をテキスト形式に変換し、テキスト分析ソフト「KH Coder」(Ver2.00f, 2015)を適用した。妊娠2ヶ月および10ヶ月それぞれの質問と質問に対する回答から重要語を抽出し、それらの出現度数の集計や分析を行い、特徴的語彙、不安要因、それに対する回答のパターンを分析した。

KH Coderは改行によって段落を認識し、「。」(句点)によって文を認識するため、質問文の「段落」「文」単位で検索や分析を行うことができる。1つの質問が複数の文からなる場合もあり、それを区別する場合には「質問文の中の1文」=「1センテンス」と呼ぶこととする。その結果、妊娠2ヶ月時では、質問128件(1,093センテンス)、回答528件(3,522センテンス)、同じく10ヶ月時では質問338件(2,899センテンス)、回答1,318件(7,864センテンス)となった(表1)。

表1 質問と回答の件数とセンテンス数

	2ヶ月	10ヶ月	合計
質問件数	128	338	466
センテンス数	1,093	2,899	3,992
回答件数	528	1,318	1,846
センテンス数	3,522	7,864	11,386

3.3. 本研究のアプローチ

計量的テキスト分析では、まず形態素処理を行い、その後クラスター分析、n-gram 分析、共起分析などがとられる（高木・河瀬・横地・岡田，2015）。本研究では、質問とそれに対する回答群を KH Coder に読み込ませた後に、形態素処理により、センテンスを名詞・助詞、動詞・形容詞・助動詞の終止形などの品詞に分割した後、不安関連語に関する出現度数を集計し、不安がどのような言葉で書かれているのかを検討した。次に、KWIC（Keyword in context）コンコーダンスを用いて投稿内容を確認することで、形態素レベルではわかりにくい不安内容を「語の組み合わせ」から抜き出した。回答についても同様に分析した。なお、ここでの分析処理は質問ないし回答単位（件）で処理するが、結果は語の組み合わせを含むセンテンス数として返される。例えば、「陣痛が怖くて怖くて。どうしたらこの怖い気持ちを取り除けるのでしょうか」という「1 質問，2 センテンス」で構成された質問の場合、「怖い」に関する分析では、頻度レベルでは 3 件，2 センテンスとなり、出現度数が異なる。今回、分析に用いた語の品詞は、KH Coder の品詞体系における名詞，サ変名詞，形容動詞，ナイ形容，副詞可能，感動詞，動詞，形容詞，副詞，名詞 B，動詞 B，形容詞 B，副詞 B，名詞 C，否定助動詞，形容詞（非自立）とし、個人名や固有名詞，地名など個人が特定可能な品詞は分析から除外した。なお、「怖い」に対する「こわい」，「もやもや」に対する「モヤモヤ」のように、同じ用語が平仮名・漢字・カタカナ表記にされている名詞，動詞，形容詞は本処理では別の語として抽出されるが、その後の分析では、コーディングルールに含めることにより、同じ語として扱うようにした。従って、本論文の表に記載されている関連語・類似語は、平仮名・漢字・カタカナ表記を含んでいる。

4. 結果

4.1. 質問文における不安の使われ方

4.1.1. 不安の関連語の出現度数

質問に表れる単語を集計し、Weblio 類語辞典¹を参考に、頻出単語から不安の関連語を抽出した。2 ヶ月時と 10 ヶ月時を合計した分析対象は 3,992 センテンスあり、そこから抽出された不安関連語の出現度数は、「不安」「辛い」「怖い」「心配」「焦る」「ストレス」「憂鬱」の順で多かった（表 2）。

¹ 「Weblio 類語辞典」 <http://thesaurus.weblio.jp/content/不安>

表2 質問における不安とその関連語の出現度数

関連語	出現度数
不安	138
辛い	81
怖い	66
心配	65
焦る	23
ストレス	19
憂鬱	11

4.1.2. 不安の語の組み合わせの抽出

KWIC コンコーダンスを用いて質問を確認したところ、表2に示した不安とその関連語以外にも「とても気がめいます」など、不安を表す表現が見られた。そのため、「気+めいる」のように不安を示す語の組み合わせを、本文中での使われ方を確認しながら抽出した。その結果、関連語も含めた語の組み合わせは29通り存在した。これらを文脈から判断して「不安」「怖い」「辛い」「心配」「ストレス」「憂鬱」「焦る」の7つの類似語（KH Coderにおけるカテゴリ）に分類するようにコーディングルールを作成した（図1）。コーディングルールとは、特定の記述がデータ中にあれば、そのデータを特定のカテゴリに分類するというルールをユーザーが作成すると、KH Coderがルールに基づくコーディングを行い、集計結果を表示するものである。ここでは、「怖い」は、恐怖、恐ろしい、など望ましくない結果が出るのではないかと不安な状態として、「辛い」は、泣く、行き場+気持ち、など対処困難な不安を抱える状態として、「心配」は、嫌+予感、動揺、など生起しそうな状況や出来事に対する不安な状態として、「ストレス」は、精神+参る、といった精神的緊張からくる不安な状態として、「憂鬱」は、愚痴、気+めいる、など気分が塞がった状態として、「焦る」は、考える+落ち着く+ない、といった、思い通りにならず気がせく状態として、それぞれ定義された。また、これらに含まれない、ママ+かわいそう、心+折れる、情けない+涙、は自分に自信を持ってない状態として、「自信喪失」と命名して追加した。さらに、不安という用語が直接的に表現されている質問文を把握するため、文中に不安という用語を含み、上記の「怖い」「辛い」「心配」「ストレス」「憂鬱」「焦る」「自信喪失」のカテゴリに割り当てられなかった文だけを、漠然とした意味での「不安」と定義した。なお、ここでの「+」とは、形態素処理をした結果、1つのセンテンスの中に指定の語、およびその組み合わせが含まれていることを指す。

以上のコーディングルールに基づき、定義した類似語の出現率を算出した。KH Coderの処理においては、例えば、図1の「怖い」では、1つのセンテンスの中に「怖い」「恐怖」のいず

れかの語が出現する、または、ともに表れた場合に同センテンスに「怖い」というカテゴリが与えられ、それぞれ与えられたカテゴリでセンテンスの数が算出される。1 センテンスに「本当に恐怖で恐ろしいです」といった同じコーディングルールのもが含まれている場合、1 とカウントされる。ここでは、図 1 のコーディングルールを用いて集計単位をセンテンスとして度数の算出を行った結果、出現度数は「心配」「不安」「辛い」「憂鬱」「怖い」「焦る」「ストレス」「自信喪失」の順となった（表 3）。

妊婦の不安に関する語が入った質問文は、全質問文（466 件）のうち 250 件（約 53.6%）あり、表 3 で示した「1~7 の類似語」の質問文は 214 件、「1~7 以外の不安」は 36 件であり、半数以上の質問が不安な心情を表していることが明らかになった。

*怖い 怖い or こわい or <吐き出す・爆発> or 恐ろしい or 恐怖
*心配 心配 or <ムギュッ・押しつぶす> or 動揺 or <状況・大丈夫> or <嫌・予感> or ドキドキ
*自信喪失 自信喪失 or <ママ・かわいそう> or <心・折れる> or <情けない・涙>
*辛い 辛い or つらい or 泣く or <行き場・気持ち>
*ストレス ストレス or <精神・参る>
*憂鬱 憂鬱 or 愚痴 or <気・めいる> or <やる気・ない> or <思い出す・ブルー> or イライラ or もやもや or モヤモヤ
*焦る 焦る or <考える・落ち着く・ない>
*上記以外の不安 not<*上記の不安> and 不安

* 出現が確認された語の組み合わせのみを表記

図 1 不安に関するコーディングルール

表3 不安の類似語の出現度数

	類似語	語の組み合わせ	全体の出現度数(%)
1	怖い	恐怖	70(1.75)
		怖い	
		吐き出す+爆発	
		恐ろしい	
2	辛い	辛い	92(2.30)
		泣く	
		行き場+気持ち	
3	心配	心配	100(2.51)
		ムギュッ+押しつぶす	
		嫌+予感	
		動揺	
		状況+大丈夫	
4	ストレス	ドキドキ	19(0.48)
		ストレス	
		精神+参る	
5	自信喪失	自信喪失	5(0.13)
		ママ+かわいそう	
		心+折れる	
		情けない+涙	
6	憂鬱	憂鬱	78(1.95)
		愚痴	
		気+めいる	
		やる気+ない	
		思い出す+ブルー	
		もやもや	
7	焦る	イライラ	20(0.50)
		焦る	
		考える+落ち着く+ない	
8	不安(1〜7以外)	不安	99(2.48)

対象は3,992センテンス

4.1.3. 妊娠2ヶ月時と10ヶ月時における不安の違い

妊娠2ヶ月と10ヶ月、それぞれにおける類似語の出現度数をセンテンス単位で算出した結果が表4である。2ヶ月では「不安」「辛い」「心配」が多く、「ストレス」「自信喪失」「憂鬱」「焦る」「怖い」は少なかった。10ヶ月では、「不安」「怖い」「辛い」「心配」「憂鬱」が多く、すべての類似語において2ヶ月より出現度数が増えていた。

2ヶ月と10ヶ月の不安に関する語の組み合わせについて、出現度数の差を χ^2 検定および残差分析で検討したところ、有意な関連が見られた($\chi^2(7)=45.78, p<.001$)。つづく残差分析の結果、2ヶ月では「辛い」が全体より多く、「怖い」が全体より少なかった。10ヶ月は「怖い」「ストレス」「憂鬱」「焦る」が全体より多く、「辛い」「心配」「不安」が全体より少なかった(表5)。

表 4 質問文における 2 ヶ月と 10 ヶ月の不安の出現度数

	類似語	語の組み合わせ	2 ヶ月		10 ヶ月	
			出現度数 (%)	全体の出現度数 (%)	出現度数 (%)	全体の出現度数 (%)
1	怖い	恐怖	2 (0.18)	8 (0.73)	15(0.52)	62 (2.14)
		怖い	7 (0.64)		46(1.59)	
		吐き出す+爆発	0 (0.00)		1(0.03)	
		恐ろしい	0 (0.00)		3(0.10)	
2	辛い	辛い	37 (3.38)	41 (3.75)	36(1.24)	51 (1.76)
		泣く	3 (0.27)		18(0.62)	
		行き場+気持ち	1 (0.09)		0(0.00)	
3	心配	心配	31 (2.84)	39 (3.57)	31(1.07)	61 (2.10)
		ムギュッ+押しつぶす	1 (0.09)		0(0.00)	
		嫌+予感	1 (0.09)		0(0.00)	
		動揺	1 (0.09)		1(0.03)	
		状況+大丈夫	1 (0.09)		0(0.00)	
		ドキドキ	5 (0.46)		29(1.00)	
4	ストレス	ストレス	1 (0.09)	1 (0.09)	17(0.59)	18 (0.62)
		精神+参る	0 (0.00)		1(0.03)	
5	自信喪失	自信喪失	0 (0.00)	1 (0.09)	0(0.00)	4 (0.14)
		ママ+かわいそう	0 (0.00)		2(0.07)	
		心+折れる	1 (0.09)		1(0.03)	
		情けない+涙	0 (0.00)		1(0.03)	
6	憂鬱	憂鬱	4 (0.37)	15 (1.37)	7(0.24)	63 (2.17)
		愚痴	3 (0.27)		23(0.79)	
		気+めいる	1 (0.09)		0(0.00)	
		やる気+ない	0 (0.00)		1(0.03)	
		思い出す+ブルー	1 (0.09)		0(0.00)	
		もやもや	3 (0.27)		12(0.41)	
		イライラ	4 (0.37)		25(0.86)	
7	焦る	焦る	0 (0.00)	0	19(0.66)	20 (0.69)
		考える+落ち着く+ない	0 (0.00)		1(0.03)	
8	不安 (1~7以外)	不安	36(3.29)	36(3.29)	63(2.17)	63(2.17)

2 ヶ月は1,093センテンス

10 ヶ月は2,899センテンス

* 「出現度数」が「全体の出現度数」より減っているのは、1センテンス内に複数の語の組み合わせが存在するためである

表 5 妊娠時期別の不安の類似語の出現度数

妊娠周期		類似語							
		怖い	辛い	心配	ストレス	自信喪失	憂鬱	焦る	不安
2 ヶ月	出現度数	8	41	39	1	1	15	0	36
	%	0.73	3.75	3.57	0.09	0.09	1.37	0	3.29
	調整済み残差	-2.10 ▽	2.08 △	1.39	-1.47	-0.29	-1.24	-1.84	1.01
10 ヶ月	出現度数	62	51	61	18	4	63	20	63
	%	2.14	1.76	2.10	0.62	0.14	2.17	0.69	2.17
	調整済み残差	5.09 △	-5.05 ▽	-3.36 ▽	3.57 △	0.70	3.01 △	4.47 △	-2.44 ▽

△：期待値より5%有意で高値

▽：期待値より5%有意で低値

4.2. 回答文における共感の使われ方

多くの場合、1つの質問に対して回答が複数寄せられる。回答に記述されている用語の出現頻度を集計した結果、「わかります」「辛いですよね」「頑張りましょう」といった、共感を意味する表現が多く用いられていた。半澤・渡部（2008）は、共感によって、安心感を得る、自分自身に目が行くようになる、自己理解が深まる、自分を受け入れられるようになる、と指摘している。このことから、共感が重要な機能を果たしていると考えられる。従って、共感がどのような言葉で語られているのかに着目して分析を行った。質問1件あたりの平均回答数は2ヶ月で4.0件、10ヶ月では3.8件であった。

4.2.1. 共感の語の組み合わせの抽出

直接的な言葉で語られた不安とは異なり、共感では複数の言葉で語られることが多かったため、語の組み合わせを抽出した（表6）。2ヶ月と10ヶ月の回答を合計した分析対象は11,386センテンスにのぼり、出現度数は「分かる」（465回）、「良い+思う」（334回）、「お互い+頑張る」（132回）が上位を占めた。

表6 回答文における共感の語の組み合わせの出現度数

語の組み合わせ	出現度数(%)
分かる	465 (4.08)
良い+思う	334 (2.94)
お互い+頑張る	132 (1.16)
辛い+思う	66 (0.58)
大丈夫+思う	56 (0.49)
何とか+なる	53 (0.46)
大変+思う	45 (0.40)
お互い+元気	34 (0.30)
良い+お互い	34 (0.30)
本当に+辛い	19 (0.17)
きっと+大丈夫	17 (0.15)

表6に示した語の組み合わせを、Weblio 類語辞典²を参考に、共感の関連語である「応援」「共鳴」「エンパシー」「理解」「同情」「思いやり」の6つを抽出し、KWIC コンコーダンスを用いて回答内容を分類した。「応援」は、きっと+大丈夫、大丈夫+思う、良い+思う、など勇気を与えて精神的に支える。「共鳴」は、お互い+頑張る、お互い+元気、良い+お互い、のように人

² 「Weblio 類語辞典」 <http://thesaurus.weblio.jp/content/共感>

の気持ちを分かち合う。「エンパシー」は、何とか+なる、のように感情移入する。「理解」は、分かる、のように人の気持ちをわかろうとする。「同情」は、辛い+思う、本当に+辛い、といった自分のことのように親身になって感じる。「思いやり」は、大変+思う、のように人の痛みを理解して何とかしてあげたいと配慮する、と定義としてそれぞれの状態に関連する語からなるコーディングルールを作成した（図2）。出現度数を比較すると、「応援」「共鳴」「理解」が多い（表7）。

*応援
＜*いい・思う＞ or ＜*いい・おもう＞ or ＜*良い・思う＞ or ＜*良い・おもう＞ or ＜*大丈夫・思う＞ or ＜*きっと・大丈夫＞
*共鳴
＜*お互い・頑張る＞ or ＜*お互い・がんばる＞ or ＜*お互い・元気＞ or ＜*良い・お互い＞ or ＜*いい・お互い＞
*エンパシー
＜*なんとか・なる＞ or ＜*何とか・なる＞
*理解
わかる or 分かる
*同情
＜*辛い・思う＞ or ＜*つらい・思う＞ or ＜*本当に・辛い＞
*思いやり
＜*大変・思う＞ or ＜*大変・おもう＞

図2 共感に関するコーディングルール

表7 共感の類似語の出現度数

	類似語	語の組み合わせ	出現度数 (%)
1	応援	きっと+大丈夫	377 (3.31)
		大丈夫+思う	
		良い+思う	
2	共鳴	お互い+頑張る	165 (1.45)
		お互い+元気	
		良い+お互い	
3	エンパシー	何とか+なる	53 (0.47)
4	理解	分かる	458 (4.02)
5	同情	辛い+思う	78(0.68)
		本当に+辛い	
6	思いやり	大変+思う	43 (0.38)

対象は11,386センテンス

4.2.2. 回答文における2ヶ月と10ヶ月の共感の違い

次に、妊娠2ヶ月と10ヶ月、それぞれの出現度数を比較した(表8)。「応援」(143回)や「理解」(179回)が多く回答されていた「2ヶ月」に比べて、「10ヶ月」では「応援」(234回)、「理解」(279回)の他に「共鳴」(134回)が多く見られた。2ヶ月と10ヶ月の共感に関する語の組み合わせについて出現度数の差を χ^2 検定で検討したところ、有意な関連が見られた($\chi^2(5)=40.69$, $p<.001$)。残差分析の結果、「2ヶ月」では「同情」が全体より多く、「共鳴」が全体より少なかった。一方、「10ヶ月」では「共鳴」「エンパシー」が全体より多く、「同情」が全体より少なかった(表9)。

表8 回答文における2ヶ月と10ヶ月の共感の出現度数

類似語	語の組み合わせ	2ヶ月		10ヶ月	
		出現度数 (%)	全体の出現度数 (%)	出現度数 (%)	全体の出現度数 (%)
1 応援	きっと+大丈夫	7(0.20)		10(0.13)	
	大丈夫+思う	23(0.65)	143 (4.06)	33(0.42)	234 (2.98)
	良い+思う	127(3.61)		207(2.63)	
2 共鳴	お互い+頑張る	22(0.63)		110(1.40)	
	お互い+元気	8(0.23)	31 (0.88)	26(0.33)	134 (1.70)
	良い+お互い	8(0.23)		26(0.34)	
3 エンパシー	何とか+なる	13(0.37)	13(0.37)	40(0.51)	40 (0.51)
4 理解	分かる	183(5.20)	179 (5.08)	282(3.59)	279 (3.55)
5 同情	辛い+思う	36(1.03)	44 (1.25)	30(0.38)	
	本当に+辛い	11(0.31)		8(0.10)	34 (0.43)
6 思いやり	大変+思う	16(0.45)	16 (0.45)	29(0.37)	27 (0.34)

2ヶ月は3,522センテンス 10ヶ月は7,864センテンス

* 「出現度数」が「全体の出現度数」より減っているのは、1センテンス内に複数の語の組み合わせが存在するためである

表9 妊娠時期別の共感の類似語の出現度数

妊娠周期		類似語					
		応援	共鳴	エンパシー	理解	同情	思いやり
2ヶ月	出現度数	143	31	13	179	44	16
	%	4.06	0.88	0.37	5.08	1.25	0.45
	調整済み残差	0.50	-3.53 ▽	-1.34	0.94	2.79 △	0.10
10ヶ月	出現度数	234	134	40	279	34	27
	%	2.98	1.70	0.51	3.55	0.43	0.34
	調整済み残差	-0.88	6.19 △	2.36 △	-1.65	-4.90 ▽	-0.17

△：期待値より5%有意で高値

▽：期待値より5%有意で低値

4.3. 不安が表れる種類別の分析

次に、岩田・橋本・平井・森谷(2009)で示された不安の分類、およびサイト運営者に行ったインタビューを踏まえ、以下の分析では、「異常妊娠に関する不安」「夫への不安」「身体的変

化に対する不安」「妊娠・出産に伴う支援者への不安」「出産そのものへの不安」「その他の不安」の 6 つにもとづいて、質問の内容を分類した。不安の具体的内容として、異常妊娠に関する不安は「流産・逆子・心拍が聞こえないこと」、夫への不安は「家事の手伝いや配慮をしてほしいこと」、身体的変化に対する不安は「つわりや体重増加」、妊娠・出産に伴う支援者への不安は「実家や義両親との精神的なトラブル」、出産そのものへの不安は「手術・帝王切開・切迫早産・陣痛」がそれぞれ話題の中心であった。

2 ヶ月と 10 ヶ月の不安の種類について出現度数の差を χ^2 検定で検討したところ、有意な関連が見られた ($\chi^2(5)=115.77, p<.001$)。つづく残差分析の結果、2 ヶ月では、異常妊娠に関する不安、身体的変化に対する不安、が全体より多く、出産そのものへの不安、が全体より少なかった。一方、10 ヶ月は、妊娠・出産に伴う支援者への不安、出産そのものへの不安、が全体より多く、異常妊娠に関する不安、身体的変化に対する不安、が全体より少なかった (表 10)。特に、出産そのものへの不安は、前回の出産のトラウマから経産婦の書き込みも多く、妊娠・出産に伴う支援者への不安は、特に実母に対する不満が見られた。妊娠周期で比較すると、2 ヶ月は胎児の発育への心配やつわりに対する辛い気持ちが書かれ、10 ヶ月では陣痛への恐怖心や里帰りなどによる身内とのトラブルから、憂鬱になったりストレスを抱えたりするようすが窺えた。

表 10 妊娠時期別の不安の種類の出現度数

妊娠周期		不安の種類					
		異常妊娠に関する不安	夫への不安	身体的変化に対する不安	妊娠・出産に伴う支援者への不安	出産そのものへの不安	その他の不安
2 ヶ月	出現度数	26	3	35	1	1	12
	調整済み残差	4.92 Δ	-0.19	2.73 Δ	-1.38	-4.34 ∇	0.27
10 ヶ月	出現度数	1	8	29	14	97	23
	調整済み残差	-10.84 ∇	0.42	-6.02 ∇	3.05 Δ	9.58 Δ	-0.59

 Δ : 期待値より 5% 有意で高値 ∇ : 期待値より 5% 有意で低値

さらに語の出現パターンを見るため、共起分析を実施した。出現数による語の取捨選択に関しては、質問件数を踏まえ 2 ヶ月では最小出現数を 15、10 ヶ月では 40 に設定した。この分析では、強い共起関係ほど線が太く、出現数の多い語ほど大きな円で描画される。語を囲む円の色は「媒介中心性」(それぞれの語がネットワーク構造の中でどの程度中心的役割を果たしているか) によるものであり、色が濃くなるにつれ中心性が高くなる (越中ほか, 2015)。2 ヶ月 (図 3) では、「妊娠」の出現数が多く、「生理」「予定」「出産」「検査」が中心に位置している。これは、妊娠に気づき、検査や出産について関心を示し始めたからだと考えられる。一方、10 ヶ月 (図 4) では「陣痛」の出現数が多く、中心性の高い語として位置しており、妊婦が高い関心を寄せていることがわかる。

5. 考察

5.1. オンラインコミュニティに見られる妊婦の不安

本研究では、オンラインコミュニティにみられる妊婦の不安相談の内容と回答について計量的分析を行った。その結果、妊婦の不安に関する投稿は 29 通りの語の組み合わせからなり、「怖い」「辛い」「心配」「ストレス」「自信喪失」「憂鬱」「焦る」「不安」の 8 つに分類された。「不安」「辛い」「怖い」「心配」の出現が多く、妊娠周期で比較すると、2 ヶ月では子どもを持つことのイメージが湧かないため、身体の変化に対して「辛い」と書き込むなど、不安は限定的であった。一方、10 ヶ月は、出産直前になると、子どもをもつことへの実感が強まり、「焦る」「ストレス」など 2 ヶ月ではほとんど見られなかった不安が表れていた。

また、不安の種類については、岩田・橋本・平井・森谷 (2009) が示した 8 因子のうち「異常妊娠に関する不安」「夫への不安」「身体的変化に対する不安」の 3 因子が確認された。それ以外の 5 因子は対面での相談で対処していると考えられる。上記の 3 因子以外には「妊娠・出産に伴う支援者への不安」「出産そのものへの不安」の投稿が確認された。不安の内容を見ると、「出産そのものへの不安」では「想像を絶する痛み。ほんとに怖くてしかたないです」と、未知の痛みに対する怖さに関する投稿が多く見られた。一方、「身体的変化に対する不安」「異常妊娠に関する不安」は直近で解決しなければならない問題に対して精神的に行き詰まった現状があり、「辛くて辛くて 1 日が長く感じます」と、書き込むことで気分を発散させているようすが窺えた。「夫への不安」「妊娠・出産に伴う支援者への不安」は「最近の義母の言動にイライラし、こちらで吐き出させてください」といった不満が多く、誰かに聞いて欲しいというフラストレーション解消が窺えた。このように、オンライン上のやりとりは、「内省化のための時間と機会の確保」と「地域を越えた他者とのつながり」(広野・山中, 1996) を提供する場として機能している。それに加えて匿名であるが故に「妊娠・出産に伴う支援者への不安」など、対面では相談しにくいものが投稿されている。Joinson (2001) は、コンピュータを介したコミュニケーション (Computer-Mediated Communication; CMC) では匿名によって自己開示が増加すると指摘している。本研究では、4.3 で示した通り、異常妊娠や支援者への不安に関する質問が多数あったことから、オンラインコミュニティは、人前で言えない不安を訴えやすい場になっていると考えられる。同時に、「悩んでいたのがスッキリしました」という書き込みもあり、自分の気持ちを整理する場としても機能している。

5.2. オンラインコミュニティで得られる共感

妊婦の不安に対し、共感の言葉で勇気づける回答が多く、全部で 11 通りの組み合わせが確認された。その内容は、「応援」「共鳴」「エンパシー」「理解」「同情」「思いやり」の 6 つに分類された。2 ヶ月では、つわりなどの身体的変化や異常妊娠への不安に対して「同情」、10 ヶ月で

は陣痛など出産そのものへの不安に対して「共鳴」や「エンパシー」が寄せられていた。このように、妊娠周期によって共感の仕方は異なる。それに加え、「経験談を含めた経産婦からの共感」や「同じ周期の妊婦からの励まし」といった、多様な回答を得られている。特に自己受容が低下する妊娠初期（西脇・神林・笠伊，2002）に、励ましの言葉をもたらえることは妊婦にとって大きな支えとなり、妊娠の事実を受け入れる手助けになっているよう。

共感とは、クライアントの私的世界をあたかも自分自身のものであるかのように感じ取り、しかもこの“あたかも……かのような (as if)” という性格を失わないこと（Rogers, 1957 伊東訳 1966）であり、「傾聴法」「受容」「共感」「質問」「要約」「指示」「明確化」というカウンセリングの基本的技法（出口・複本・安生・廣岡，2006）の一部になっている。本研究でも、「共感を得られたり、誰かに聞いてもらえただけで少し気持ちが軽くなった」という妊婦の書き込みが見られた。では、なぜ彼女たち妊婦は共感されることで不安を軽減しているのだろうか。

中村（1997）は、共感とは「我々の自我とは本来異質である他者を理解する」ことであり、そのために必要なことが「聞く (Empathic Listening)」ことである。これは相手の言葉を聞くだけでなく、相手を助けるために、言葉の背後にある話し手の考えや信念、感情を、相手の立場に立って共感的に理解するために聞くことを指し、「話す」こととともにコミュニケーション成立の不可欠の要件であると述べている。また、コミュニケーションの目標は相互理解であり、情報伝達よりも、参画者が相互理解のために協力して情報を創造し共有するプロセスであると指摘する。宮田（2005）は、同じ悩みや問題を抱えている人の存在を知ることによって、「自分だけではなかった」と感じ、孤立感低減の第一歩となると述べており、井田・猪下（2014）はこれを所属感獲得と呼んでいる。オンラインコミュニティにおいては、「聞く」と「話す」のコミュニケーションは、「読む」と「書く」に置き換えられる。妊婦のオンライン上での不安開示は、直接的回答を求めるためというよりは、不安の共有および妊婦同士の繋がりやコミュニケーションを求めて行われていると考えられる。本研究では共感的理解を得たことに対し、「とても参考になり勇気付けられました」と感謝の気持ちを述べたり、自分の投稿した不安に対して、ある程度満足したと思われる投稿が見られたことから、オンラインコミュニティはカウンセリング機能も備えていることが明らかになった。加えて、表 8, 9 で示したように、妊娠 10 ヶ月では「共鳴」も多く見られた。これは妊婦の母になる自覚の高まりに応じて、互いを励まし合い、コミュニティ参加者が同志のような存在になっていくことの証といえよう。

5.3. 今後の課題

オンラインコミュニティには、不安を持っていてもインターネットへの親和性が低い人、個人情報漏洩に懸念を持つ人は参入しない可能性がある。また、すべての不安がオンラインコミュニティに書き込まれるとは限らない。従って今後は、このような限界点を踏まえつつ、オンライン上でのコミュニケーションをどのように支援していけばよいのかを検討する必要がある。

る。

引用文献

- 荒牧美佐子・無藤隆 (2008). 育児への負担感, 不安感, 肯定感とその関連要因の違い-未就学児を持つ母親を対象に- 発達心理学研究, 19(2), 87-97.
- 出口光・複本和生・安生祐治・廣岡徹 (2006). 聴き方に関する考察: パーソナリティ理論のカウンセリングへの応用に関する一考察 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集, 182-183.
- 半澤歩・渡部玲二郎 (2008). 日常的な相談場面における「共感されること」の効果 茨城大学教育学部紀要 教育科学, 57, 207-219.
- 広野優子・山中龍宏 (1996). 効果的な親子のメンタルケアに関する研究: 育児不安への対応その 2. 育児不安への援助法についての検討-保健センターのための「場」づくり- (分担研究: 被虐待児の地域システムに関する研究) 平成 8 年度厚生省心身障害研究報告書, 90-97.
- 井田歩美・猪下光 (2014). 乳児をもつ母親の育児情報ニーズ: ソーシャルメディア上における発言の分析 ヒューマンケア研究学会誌, 6(1), 17-23.
- 岩田銀子・橋本公雄・平井敏幸・森谷絜 (2009). 初妊婦の不安尺度の作成と不安の構造-信頼性および妥当性の検証- 北海道文教大学研究紀要, 33, 43-50.
- Joinson, A. N. (2001). Self-disclosure in computer-mediated communication: The role of self-awareness and visual anonymity. *European Journal of Social Psychology*, 31, 177-192. doi:[10.1002/ejsp.36](https://doi.org/10.1002/ejsp.36)
- 越中康治・高田淑子・木下英俊・安藤明伸・高橋潔・田幡憲一... 石澤公明 (2015). テキストマイニングによる授業評価アンケートの分析: 共起ネットワークによる自由記述の可視化の試み 宮城教育大学情報処理センター研究紀要, 22, 67-74.
- 熊井正之・渡辺信一・三石大 (2003). 育児支援のためのオンラインコミュニティ構築の試み 東北大学大学院教育情報学研究部・教育部, 1, 31-37.
- 牧野カツコ (1982). 乳幼児をもつ母親の生活と〈育児不安〉 家庭教育研究所紀要, 3, 34-56.
- 宮田加久子 (2005). インターネットの社会心理学 風間書房
- 中村安治 (1997). 対人コミュニケーション教育とカウンセリング・アプローチ 神戸松蔭女子学院大学研究紀要 人文科学・自然科学篇, 38, 21-40.
- 西脇美春・神林玲子・篁伊久美子 (2002). 自然妊娠妊婦の不安と自己受容性及び対児感情などの縦断的研究: 妊娠初期～産後 6 ヶ月 山梨医科大学紀要, 19, 59-55.
- 岡本美和子・松岡恵 (2003). 出産後 1～2 ヶ月における児の持続する泣きに直面した初産婦の危機状態 日本女性心身医学会雑誌, 8(1), 85-92. doi:[10.18977/jspog.8.1](https://doi.org/10.18977/jspog.8.1) 85
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal*

- of Counseling Psychology*, 21(2), 95-103. (ロージャズ, C. R. 伊東博 (訳) (1966). パースナリティ変化の必要にして十分な条件 伊東博 (編訳) ロージャズ全集 4 サイコセラピーの過程 (pp.117-140) 岩崎学術出版社)
- 齋藤京子 (2002). 病院施設における小グループ制母親学級 ペリネイタルケア, 21(7), 24-27.
- 外山紀子・小舘亮之・菊地京子 (2010). 母親における育児サポートとしてのインターネット利用 人間工学, 46, 53-60. doi:[10.5100/jie.46.53](https://doi.org/10.5100/jie.46.53)
- 高木紀久子・河瀬彰宏・横地早和子・岡田猛 (2015). 現代美術家の作品コンセプト生成過程の解明：インタビューデータの計量的分析に基づいたケーススタディー 認知科学, 22(2), 235-253. doi:[10.11225/jcss.22.235](https://doi.org/10.11225/jcss.22.235)
- 高橋薫・藤本徹・荒木淳子・高橋淳・谷内正裕・山内祐平 (2013). Facebook を利用したキャリア学習環境の実践と評価 日本教育工学会論文誌, 37(3), 269-285.
doi:[10.15077/jjet.KJ00008987688](https://doi.org/10.15077/jjet.KJ00008987688)
- 天童睦子 (2004). 育児戦略の社会学-育児雑誌の変容と再生産- 世界思想社
- 山田隆 (2005). 子育てにおけるインターネット利用-携帯電話による子育てホームページ 東海女子大学紀要, 25, 151-162.