

大学生の添い寝に対するイメージと思い出について

—— テキストマイニング法を用いて ——

浜崎隆司*, 吉田美奈**

(キーワード: 添い寝, 添い寝のイメージ, 添い寝の思い出, テキストマイニング法)

I. 問題と目的

日本では添い寝が伝統的習慣として行われており、主流な就寝形態であるといえる。吉田・山中・巷野・中村・山口・中澤(1997)の調査結果によると、添い寝の割合は乳幼児の月齢の上昇に伴って上昇し、25~36カ月の子どもで65%であった。また、吉田・浜崎(2013)が大学生を対象に行った調査では、添い寝をしていたと答えた者の割合が74.4%と、被験者が乳幼児であった1980年代半ば~1990年代初めごろにおいても添い寝が主流の就寝形態であったことが確認された。

さらに、日本では部屋数があっても家族がかたまって寝る傾向にあると報告されており(森岡, 1973; 飯長・篠田・大久保・中野・大八木, 1985), この指摘からは、添い寝が居住スペースといった環境的要因とは関係なく、子どもの就寝時における親の関わり方として重視されてきたと考えられる。

だが、添い寝に関しては保護者が抱く悩みも多く、その内容も多岐にわたっている。「Yahoo 知恵袋」や、「教えて! goo」などのインターネットサイトでは、「添い寝をしたほうがよいのか」「添い寝をしないほうがよい理由は」など、添い寝に対する考え方を問う質問や、「添い寝と一人寝で性格はどうか」「添い寝, 添い乳をすると子どもがわがままになるのか」など、添い寝と子どもの性格の関連性を問う質問、また「(体の向き, 腕の位置など) 添い寝の仕方を教えてほしい」「添い寝はいつまでならよいのか」など、添い寝の仕方に関する悩みなどが驚くほど多数寄せられている。

したがって、親子が夜間、添い寝をするときに、子どもが何を感じ取り、どんな思い出を心に残すのかによって心理的発達に与える影響は違うであろうし、その影響について考えることは重要であるといえる。そのため、添い寝に対して抱くイメージ, および添い寝をしていたときの思い出について調査・検討する必要があると考える。

これまで行ってきた添い寝に関する調査では、数量的なデータに基づき、統計学的手法での解釈が主とされ、調査の中に含まれる自由記述の項目は、考察の際の補足的な資料として扱われるにすぎなかった。しかし、自由記述の部分には、添い寝に対する子ども側の思いが綴られており、その内容は書いた本人のみに該当するだけでなく、他者にも当てはまる場合が少なくない。それらを分析することで、添い寝が子どもの心理に与える影響をうかがい知ることができるため、望ましい添い寝のあり方を探る手がかりともなるであろう。また、多数の自由記述を分析することにより、回答者の中で共有された経験や意識のバリエーションだけでなく、匂いや音など、想定していなかった感覚的な部分についても捉えることができると考えられる。

そこで、本調査では、添い寝に対するイメージと思い出について、自由記述による文章に注目し、テキストマイニング法を用いて、添い寝に関するイメージや思い出の中で表出する語句の頻度や語句間の関連性について詳細な分析を行うことを目的とした。

II. 方法

1. 対象

調査対象は、徳島県内の大学生および大学院生424名。回答に不備のあるものを除き、分析対象となったのは、男性154名、女性267名の計421名であった。調査は授業の終了前15分に質問紙を配布し、その場で回収した。質

*鳴門教育大学幼年発達支援コース

**兵庫教育大学大学院連合学校教育学研究所

問紙は無記名とし、調査結果はプライバシーに配慮し、個人が特定されることのない旨を説明した。

2. 調査時期

調査時期は2011年10月～2013年7月であった。

3. 質問紙

本調査で分析したデータは、吉田・浜崎（2013）で収集したもののうち、分析の対象とならなかった添い寝のイメージと思い出に関する自由記述である。

4. トレンドサーチによる分析

本研究では、テキストマイニング手法の1つであるトレンドサーチによる分析を行った。トレンドサーチは、自由記述等の文章群から、品詞ごとに語句を引き出し、語句の重要度の計算や語句間の関連度や語句と文章間の関連度が計算される分析処理のソフトである。また、抽出された語句群を、関連度に応じて互いに引っ張り合わせることで平面上に視覚的に配置させることもできる。これにより、語句は互いに関連度の高いものは近くに、関連度の低いものは遠くに配置され、直感的に情報全体の概観を把握することが可能である。重要語句のマッピングでは、分析対象の文章全体の重要語句をマッピングさせることにより、語句間の関連のイメージを把握し文章群全体が意味する概念を俯瞰することも可能である。また、関連語句のマッピングは、特定の語句に対する概念を比較する場合の方法で、男女間、年齢の差など、特定の視点から語句に対する概念を比較する場合に用いられる。

本研究では、トレンドサーチによる分析の前に、以下の2項目を考慮した。①各テキストでの語句の抽出数の平準化を行い、抽出数を50に調整した。②類似した語句については、事前の語句抽出の際に2人の研究者によって同義語として処理するかどうかの判定を行った。例えば「あたたかい」、「あったかい」、「温かい」は、別々の語句として抽出されるため、「あたたかい」の同義語とみなすような方法である。これは、同じ意味でも微妙な違いがあると、異なる語句として認識され、その結果、関連度が小さくなってしまい、重要語句が抜け落ちてしまうのを避けるためである。

Ⅲ. 結果・考察

1. 添い寝経験の有無

図1は、回答者の添い寝経験の有無の割合を示したものである。本調査の回答者のうち、74.4%に添い寝をした経験があることが示された。

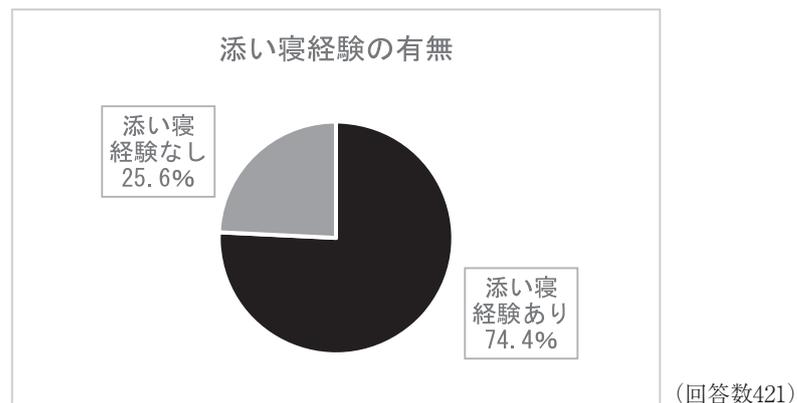


図1 添い寝経験の有無

2. トレンドサーチによるイメージ分析と考察

1) 添い寝のイメージの分析

1)ー1 添い寝のイメージに関するワードの収集

添い寝について回答者がどのようなイメージを抱いているかを客観的に把握するため、トレンドサーチによる分析を行った。分析に用いるワードは254個収集されたが、不要語や同義語、長い文章等を除く作業を行い、抽出数を48個に調整した（表1）。

トレンドサーチの重要ワードのマッピング機能を用いて、イメージ語句全体の関連ワードのつながりを概観した。なお、トレンドサーチを使用する事前準備として、①母数の標準化、②同義語のグループ化、③データ母数の偏りを考慮するなど、妥当性の検討を行った。①については48のテキスト数となり、また、②については、同義語（例えば、「あたたかい」、「あったかい」、「温かい」等）の整理をして1つの語句（「あたたかい」）として認識させた。

1)–2 添い寝のイメージに関する関連ワードのつながり

分析の結果、図2のような関連ワードのつながりが得られた。頻出回数の高さは、ワードを囲む枠の濃淡で示されており、濃いものほど頻出回数が高かったワードである。

「あたたかい」「安心」「優しさ」「さみしい」「心地好い」を中心として大きく5つのクラスターが形成されている。まず、「あたたかい」→「寝る」→「お話」といった『あたたかさ・楽しさ』を表すイメージ群が概観できる。次に、「安心」→「寝つき」→「ある（その日あった出来事）」といった『安心感』を表すイメージ群が概観できる。そして、「優しさ」→「愛」→「子ども」→「守る」といった『家族愛』を表すイメージ群が概観できる。また、「さみしい」→「解消」→「不安」といった『さみしさや不安の解消』を表すイメージ群が概観できる。最後に、「心地好い」→「幸福」→「気持ち」といった『心地良さ』を表すイメージ群が概観できる。

分析の結果、『あたたかさ・楽しさ』『安心感』『家族愛』『さみしさや不安の解消』『心地良さ』の大きく5つがイメージとして存在していることが示唆された。そこからは、家族の体温や温まった寝具でぬくもりを感じる身体的な心地良さに加え、家族でささやかな遊びをしたり、一緒に寝たりすることで楽しさや安心を感じる心理的な心地良さを読み取ることができる。

表1 添い寝のイメージに関するワード（頻度順）

名詞 (29)		形容詞 (10)		動詞 (9)	
1. 安心	16. やすらぎ	1. あたたかい	1. 寝る		
2. 優しさ	17. 親子	2. 優しい	2. 守る		
3. 家族	18. 楽しさ	3. 心地好い	3. 歌う		
4. 川の字	19. 匂い	4. 狭い	4. 癒す		
5. 気持ち	20. イメージ	5. 暑苦しい	5. くっつく		
6. 親	21. フィット	6. うるさい	6. 甘える		
7. 親密	22. お話	7. 楽しい	7. 繋がる		
8. 愛	23. 寝心地	8. さみしい	8. 起きる		
9. 子ども	24. 仲	9. 大きい	9. ある*		
10. 不安	25. 布団	10. 鬱陶しい			
11. 解消	26. 大事				
12. 居心地	27. 体				
13. 幸福	28. 一人				
14. うでまくら	29. 寝つき				
15. 存在感					

*「その日あった出来事」の「あった」が「ある」として抽出されている。

1)–3 添い寝の位置とイメージの関連について

図3は、添い寝の位置と添い寝のイメージとの関連性を概観したものである。「両親の隣」で添い寝をしていたと回答した者の添い寝のイメージは、「あたたかい」というワードに表される。それに続き、「親密」「親子」「存在感」「楽しい」「うるさい」が細い関係線ながら近接している。これは、川の字で就寝することで親に親密な感情を抱き、親子であることを実感する一方、「いびき」も父親と母親の二人分であるため、「うるさい」というネガティブなイメージが存在していることを示しているのであろう。

「母親の隣」で添い寝をしていたと回答した者の添い寝のイメージは、「安心」「あたたかい」というワードに表される。それに続き、「心地好い」「優しい」「寝心地」「フィット」「大きい」が細い関係線ながら近接している。これは、母親との添い寝で安心やぬくもりを感じるだけでなく、包まれるような寝心地の良さも感じられることを示していると考えられる。「両親の間」で添い寝をしている場合には「あたたかい」というワードのみ、「父親の隣」「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしている場合には「安心」というワードのみであるが、「母親の隣」の場合には「安心」と「あたたかい」の両ワードが存在する。この結果から、添い寝をする際には、母親が父親やきょうだいの役割も果たしうると考えられる。

「父親の隣」で添い寝をしていたと回答した者の添い寝のイメージは、「安心」というワードに表される。それ

一緒に寝ている人がいるという安心感からくる寝つきの良さを感じる一方で、体が触れることなどで鬱陶しさを感じることを示しているのであろう。篠田（2009）は、「きょうだいの関係は敵意と愛情という、相反する感情を宿しながら一緒に育ちあう関係」と述べており、本調査の結果とも一致する。今回の調査では、「きょうだい・祖父母の隣」に分類された就寝形態のほぼすべてがきょうだいとの添い寝であった。一緒に寝ているのが「敵意と愛情という、相反する感情を宿しながら一緒に育ちあう」きょうだいだからこそ、一緒に寝ることを鬱陶しいとも感じるのではないだろうか。

「母親の隣」「父親の隣」「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしていた場合、添い寝のイメージには「安心」というワードが存在するが、「両親の間」で添い寝をしていた場合には存在しない。「両親の間」で添い寝をしている場合には、両親に対して親密さを感じるが、少なくともどちらかの親とは当たり前のように添い寝をすることが考えられる。しかし、「母親の隣」「父親の隣」「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしている場合、添い寝の相手は1人であろうし、必ず添い寝できるとは限らないであろう。したがって、「父親」「母親」「きょうだい・祖父母」と添い寝をしている場合、「自分が誰かと一緒に寝ていること」を感じて、より強く安心を感じるのではないだろうか。

2) 添い寝の思い出の分析

2) - 1 添い寝の思い出に関するワードの収集

次に、回答者が添い寝に関してどのような思い出を持っているかについて客観的に把握するため、トレンドサーチによる分析を行った。分析に用いるワードは152個収集されたが、不要語や同義語、長い文章等を除く作業を行い、抽出数を48個に調整した（表2）。

2) - 2 添い寝の思い出に関する関連ワードのつながり

添い寝のイメージと同様の分析を行ったところ、図4のような関連ワードのつながりが得られた。図2と同様、頻出回数の高さは、ワードを囲む枠の濃淡で示されており、濃いものほど頻出回数が高かったワードである。

「絵本」「歌う」「遊ぶ」「お話」「寝る」を中心として大きく5つのクラスターが形成されている。まず、「絵本」→「音楽」といった『聴く楽しみ』を表すイメージ群が概観できる。次に、「歌う」→「とんとん」→「体」といった、親との『身体のスキンシップ』を表すイメージ群が概観できる。そして、「遊ぶ」→「きょうだい」→「しゃべる」といった『きょうだいとのスキンシップ』を表すイメージ群が概観できる。また、「お話」→「ある（その日あった出来事）」→「安心」といった『会話によるコミュニケーション』を表すイメージ群が概観できる。最後に、「寝る」→「親」→「地震」→「守る」といった『安心感』を表すイメージ群が概観できる。そこからは、添い寝が就寝時における親子のコミュニケーションの一つとして存在していることがわかる。

以上、既存の研究では用いられていない視点で分析することにより、添い寝のイメージ、添い寝の思い出ともに大きく5つの隠れた関連性を見出すことができた。

次に、添い寝の位置関係について回答者が図示したものを「両親の間、母親の隣、父親の隣、きょうだい・祖父母の隣」の4群に分類した。そして、それぞれの群に属する回答者の「添い寝のイメージ」および「添い寝に関する思い出」との関連性を検討した。「両親の間」で添い寝をしていた者が39名（13.4%）、「母親の隣」で添

表2 添い寝の思い出に関するワード（頻度順）

名詞 (29)		形容詞 (6)		動詞 (13)	
1. 絵本	16. 寝相	1. あたたかい	1. 歌う		
2. お話	17. 音楽	2. 楽しい	2. 遊ぶ		
3. とんとん	18. 耳たぶ	3. 無い	3. 寝る		
4. 体	19. 祖母	4. 暑い	4. ある*		
5. 親	20. リズム	5. うるさい	5. 起きる		
6. いびき	21. 体調	6. 優しい	6. 寝かしつける		
7. 布団	22. けんか		7. 挟まる		
8. 腕枕	23. 位置		8. くっつく		
9. きょうだい	24. 地震		9. 怒る		
10. テレビ	25. 成長		10. 取り合う		
11. ぬいぐるみ	26. 枕		11. しゃべる		
12. 安心	27. トイレ		12. あったまる		
13. 日	28. クーラー		13. 守る		
14. 夢	29. 一緒				
15. 平和					

*「その日あった出来事」の「あった」が「ある」として抽出されている。

と回答した者の添い寝の思い出は、「絵本」というワードに表される。それに続き、「あったまる」「挟まる」が細い関係線ながら近接している。これは、父親と母親のどちらかが絵本を読み聞かせてくれること、両親の間に挟まれてあったまることを示しているであろう。

「母親の隣」で添い寝をしていたと回答した者の添い寝の思い出は、「絵本」「歌う」「お話」「とんとん」というワードに表される。それに続き、「あたたかい」「平和」「体調」「成長」「暑い」が細い関係線ながら近接している。これは、母親が添い寝を就寝時における子どもとの関わり方として重視していることの表れであると考えられる。体調が悪いときにそばにいてくれたという回答も、母親の隣ならではのものであるであろう。

「父親の隣」で添い寝をしていたと回答した者の添い寝の思い出は、「絵本」というワードに表される。それに続き、「腕枕」が細い関係線ながら近接している。これは、絵本の読み聞かせが子どもにとって大切な思い出となりうることを示唆するだけでなく、腕枕が父親ならではの寝かせ方であることを示している。

「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしていたと回答した者の添い寝の思い出は、「絵本」というワードに表される。この群に属する者の多くは、年下のきょうだいが親の隣で添い寝をしていたため、当人はきょうだいの隣で添い寝をしていたと推測される。年下のきょうだいがいる場合は、揃って寝かしつけられるため、親がきょうだいと一緒に絵本の読み聞かせをしていたのであろう。

IV. まとめと今後の課題

親子が夜間添い寝をするときに、子どもが何を感じ取り、どんな思い出を心に残すのかによって子どもの心理的発達に与える影響は異なるであろう。したがって、望ましい添い寝のあり方や、添い寝が子どもの心理的発達に与える影響について検討することには意義がある。

そこで、本稿では、大学生を対象に行った添い寝に関する質問紙調査の「添い寝のイメージ」「添い寝に関する思い出」に対する自由記述の文章を分析することにより、添い寝をしていたときの思い出、および添い寝に対して抱くイメージの視覚化を試みた。

まず、添い寝に対するイメージの分析では、『あたたかさ・楽しさ』『安心感』『家族愛』『さみしさや不安の解消』『心地良さ』の大きく5つのイメージが見出された。『あたたかさ・楽しさ』には、ぬくもりを感じるという身体面におけるイメージに加え、楽しさや居心地の良さを感じるという心理面におけるイメージも含まれる。ここからは、添い寝が心身両面に影響を与える可能性が読み取れる。『家族愛』には、家族の仲の良さや親が子どもを守るイメージが含まれている。その一方で、「暑苦しい」「狭い」などのネガティブなイメージを持つワードも含まれていた。ここからは、就寝時における過度な密着状態を嫌う様子がうかがえる。子どもに一人寝できる心の準備ができたなら、添い寝に対してネガティブな感情を抱く前に一人寝できる環境を用意することも必要であろう。また、数井(2005)は、日本的な養育条件として子どもとの密着感を重視することをあげている。そして、実質的には子どもの依存を奨励する傾向が否めないと指摘している。本調査結果および数井の指摘からは、子どもが自立に向かい始めたタイミングを適切にとらえ、身体的にも心理的にも適度な距離をとることの必要性が読み取れる。篠田(2009)は、子どもが4歳を過ぎるころから親とは別室で就寝する形態が急増することを指摘している。4歳を目安に、子どもが自立に向かい始めたタイミングを見計らうのもよいのではないだろうか。ただ、Bowlby(1973)は、特に6か月ごろから5歳くらいまでの早期のアタッチメント経験を基礎とする内的作業モデルの構成が、その後の人生にきわめて重要な意味を持つと考えた。さらに、内的作業モデルの中核となるのは、自分がアタッチメント対象から受容され、愛され、価値のある存在であるという自己についての主観的な考えであると指摘している。また、2歳半くらいになると、安心感を持つ子どもは、時間や離れる距離を次第に増やしても平気になるとも述べている。したがって Bowlby(1973)が内的作業モデルの構成に重要であるとする5歳までの期間に一人寝をさせる場合は、子どもに親に拒絶されたという意識を持たせないよう、慎重に行われる必要があるであろう。

次に、添い寝に関する思い出の分析では、『聴く楽しみ』『身体のスキンシップ』『きょうだいとのスキンシップ』『会話によるコミュニケーション』『安心感』の大きく5つのイメージが見出された。『子守唄を歌いながら子どもの体をとんとんと叩く』には、「体」「くつつく」も含まれており、母親が子どもの隣で子守唄を歌いつつ子どもの背中やおなかをポンポンと優しいリズムでたたき、寝かしつけている情景が浮かぶ。また、『寝ている間も親が子を守る』には「地震」「守る」など災害時に親が子を守ったことが思い出として読み取れる。一方、「親」→「うるさい」、「親」→「いびき」、「親」→「挟まる」などのネガティブなイメージを持つワードが含まれてい

る。添い寝のイメージの分析と同様、適切なタイミングで子どもを一人寝へと導くことの重要性がうかがえる。

添い寝の位置とイメージ、添い寝の位置と思い出の分析では、添い寝の位置と添い寝のイメージ、および添い寝の位置と思い出との関連性を概観した。「母親の隣」で添い寝をしていたと回答した者は、全体の55%超と半数を超える。添い寝のイメージは、「安心」「あたたかい」というワードに表され、それに続き、「心地好い」「優しい」「寝心地」「フィット」「大きい」が細い線ながら近接している。他の位置関係で添い寝をしていたと回答した者のイメージとは異なり、特にネガティブなイメージを持つワードは見られない。そして、「両親の間」で添い寝をしている場合には「あたたかい」というワードのみ、「父親の隣」「きょうだい・祖父母の隣」で添い寝をしている場合には「安心」というワードのみであるが、「母親の隣」の場合には「安心」と「あたたかい」の両ワードが存在する。この結果から、添い寝をする際には、母親が父親やきょうだいの役割も果たしうると考えられる。篠田（2009）は、「幼児の発達にとって、母と子の距離は近ければ近いほど好ましい。そして、母と子の距離が近ければ、たとえ父子の距離が遠くても影響は少ない」と指摘している。さらに、「幼児の発達にとって、父と子の距離は近いほど好ましいとはいえ、その位置は適度な距離が望ましい」とも指摘している。これらの指摘からも、添い寝をする際に母親が果たす役割の重要性が理解できる。

また、同じく「母親の隣」で添い寝をしていたと回答した者の添い寝の思い出は、「絵本」「歌う」「お話」「とんとん」というワードに表される。唯一、「暑い」というネガティブなイメージを持つワードが細い関係線ながら近接しているが、それでも母子の夜間の添い寝は、子どもにとってポジティブな感覚を抱かせるものであり、母親にとっても就寝時における子どもとのかかわり方として重要なものであることがうかがえる。

このように、母子の添い寝はネガティブなイメージを持つワードがほとんど見られないだけに、母子の結びつきを強くすると考えられるが、数井（2005）の指摘のように子どもの依存を奨励することのないよう、適度な心理的距離を保つことが必要であろう。また、篠田（2009）は、本調査で「母親の隣」と分類する添い寝の位置関係を、「母親を中心とする川の字」と「父親別室で、母子が添い寝」に分類し、考察を加えている。本調査では、父親別室はほとんど見られなかったが、この2つの類型により、添い寝の思い出やイメージにどのような差が生まれるのか、さらにデータを蓄積し分析することを今後の課題としたい。

V. 引用文献

Bowlby, J. *Attachment and loss. : Vol.2 Separation*. NewYork : Basic, 1973.

飯長喜一郎・篠田有子・大久保孝治・中野由美子・大八木美枝. 家族の就寝形態の研究. 家庭教育研究所紀要, 6, 1985, 43-64.

数井みゆき・遠藤利彦. アタッチメント：生涯にわたる絆. 京都：ミネルヴァ書房, 2005.

森岡清美. 家族周期論. 東京：培風館, 1973.

篠田有子. 子どもの将来は「寝室」で決まる. 東京：光文社, 2009.

吉田弘道・山中龍宏・巷野悟郎・中村 孝・山口規容子・中澤恵子. 乳幼児の添い寝に関する実態調査. 小児保健研究, 56(3), 1997, 466-470.

吉田美奈・浜崎隆司. 添い寝が愛着および自尊感情へ及ぼす影響. 応用教育心理学研究, 30(2), 2013, 29-37.

Research on a College student's image and recollections to co-sleeping

— By using text mining method —

HAMAZAKI Takashi* and YOSHIDA Mina**

(Keywords : Co-sleeping, The image of co-sleeping, Recollections of co-sleeping,
Text mining method.*)

Abstract

It aimed at conducting detailed analysis for the text by free description about the image and recollections to co-sleeping using text-mining method in this research. Question paper investigation was conducted for a total of 424 college students, and graduate students. When the portion of the free description about the image of co-sleeping and the recollections of co-sleeping was analyzed by text-mining method, five image groups have been surveyed greatly. Physical comfort and mental comfort were suggested from the image group of co-sleeping. From the recollections group of co-sleeping, it was suggested that co-sleeping is one of the communications of the parent and child at the time of sleeping. In the position of co-sleeping, a negative word was hardly looked at by the image of co-sleeping also at recollections about those who were doing co-sleeping “next to the mother”, either.

*Course of Early Childhood Education, Care and Welfare, Naruto University of Education

**Doctoral program student of the Joint Graduate School in Science of School Education, Hyogo University of Teacher Education