

第 3 章

日ごろの生活習慣

木村 敬子



第1節

自分一人でできること

発達とともに自立度が急速に高まる生活習慣がある一方、年長児になっても一人でできず、いつまでもしつけの課題であり続ける項目もある。おおむね女子のほうが自立度が高い。

起床・就寝、トイレ、衣服の着脱など基本的な生活習慣から約束遵守、公共の場でのマナーまで、日常生活でのさまざまな習慣について、子どもが一人でできるようになるまで親のしつけは続く。日ごろの生活習慣の自立はどのように進んでいくのだろうか。まず、日ごろの生活習慣12項目について、一人でできるかどうかを聞いた。「完全に一人でできる」から「まったく一人ではできない」まで4段階の評定で回答してもらった。

◆自立度が急速に高まる基本的生活習慣

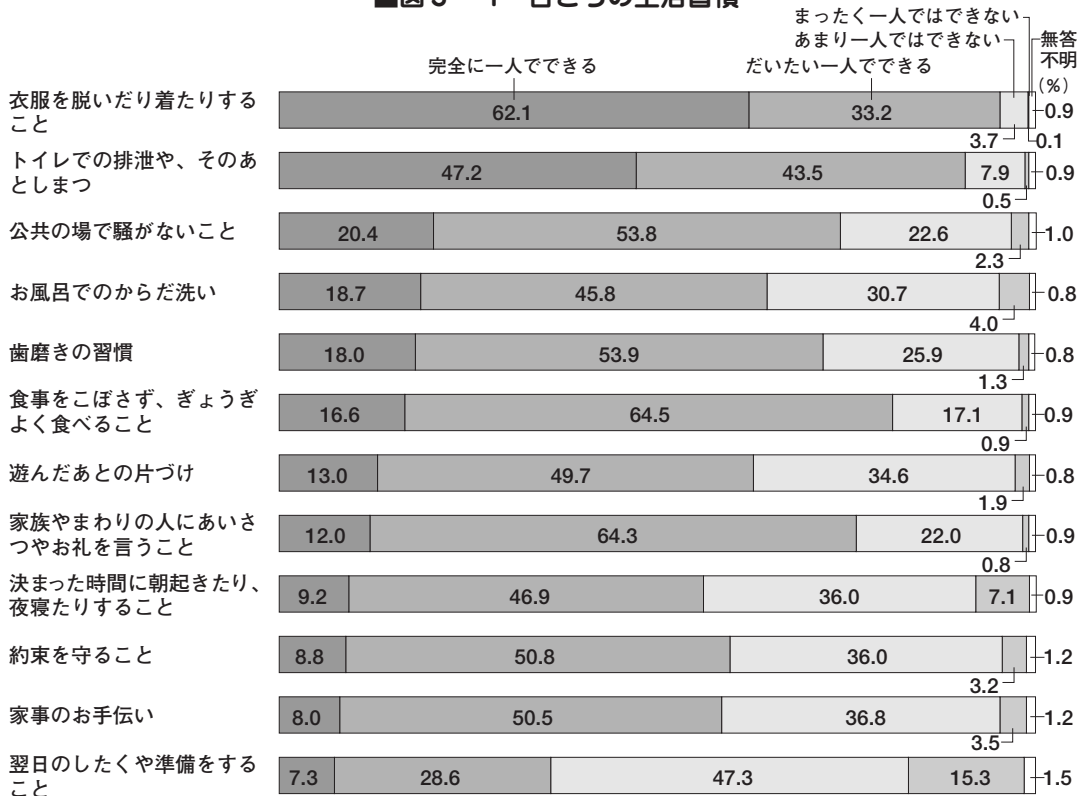
図3-1はその結果を「完全に一人でできる」割合が高い順に並べたものである。自立度が高い行動は、「衣服を脱いだり着たりすること」「トイレでの排泄や、そのあとしまつ」の2つで、群を抜いている。以下、「公共の場で騒がないこと」「お風呂でのからだ洗い」「歯磨きの習慣」「食事をこぼさず、ぎょうぎよく食べること」などが続く。これら上位の項目中、「公共の場で騒がないこと」を除く5項目には共通点がある。それは図3-2にみられるように、年少児と年長児との差が大きいこと、すなわち発達につれて急速に自立度が増していくことである。食べる

こと、着ること、排泄、清潔にすることなどは「基本的な生活習慣」のなかでも生活上、欠かすことのできない習慣であるため、子どもたちはかなりの早さで一人でできるようになっていくことがわかる。

◆自立が進まないのはあいさつや約束

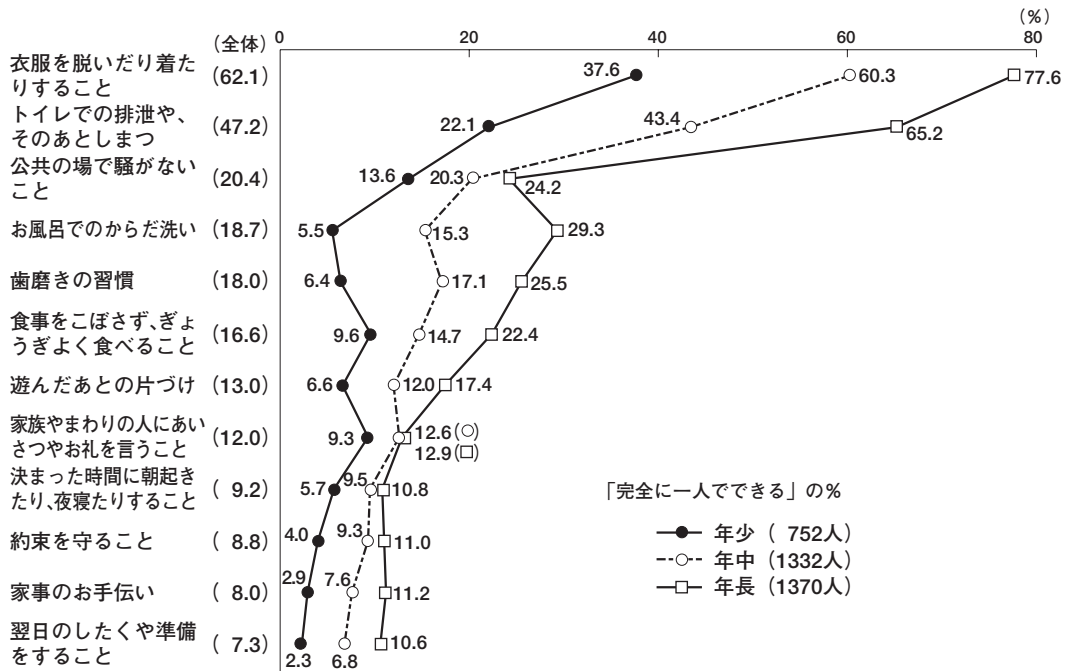
これに対して学年が上がってもなかなか完全に一人でできるようにならないことがある(図3-2)。「家族やまわりの人にあいさつやお礼を言うこと」、および「決まった時間に朝起きたり、夜寝たりすること」「約束を守ること」は、年少児と年長児の差が非常に小さい。言い換えると、これらはいつまでも親にとって気がかりなしつけの項目だということができよう。同様に、「公共の場で騒がないこと」も「完全に一人でできる」割合が年長児になっても伸びない。つまり、人間関係を円滑に保つための社会的なマナーに属する行動、そして規律ある生活リズムのために必要な起床・就寝の習慣もまた、なかなか身につけていけないものであることが示されている。「夜更かし」は現代人の特徴であるが、幼児にもそれがおよんでいることがこのような結果に示されているのかもしれない。

■図3-1 日ごろの生活習慣



注) サンプル数は3477人。

■図3-2 日ごろの生活習慣(学年別)

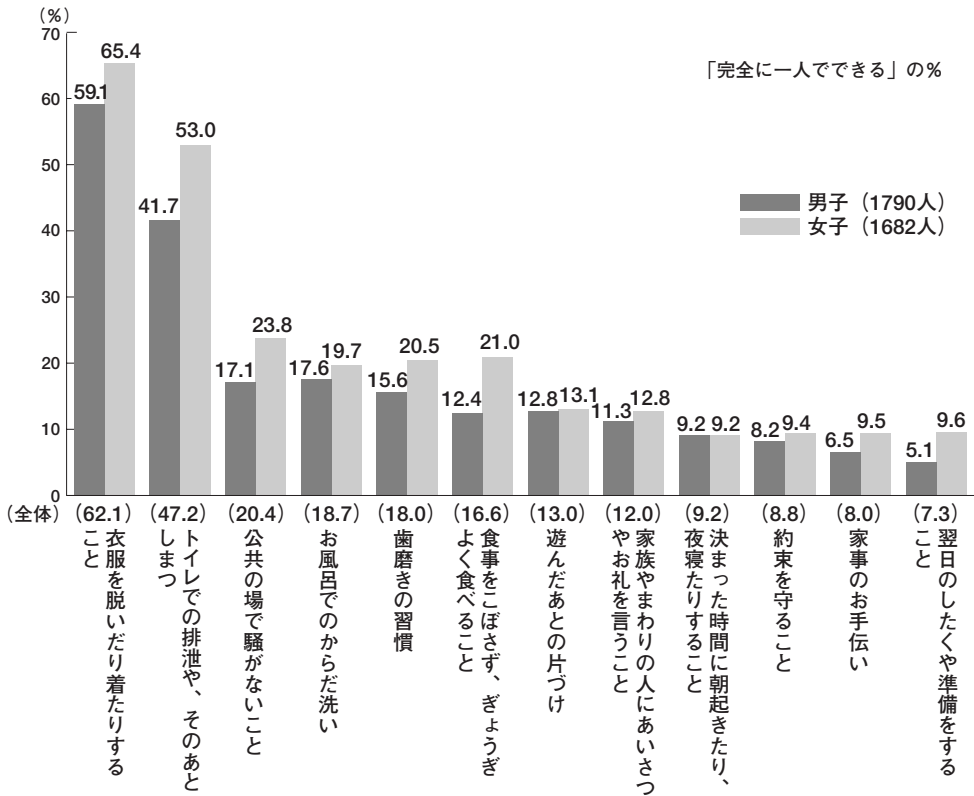


◆◆女子の自立は早い

日ごろの生活習慣の自立度を子どもの性別でみてみると図3-3のようになる。ほとんどの項目で女子のほうが「完全に一人ができる」割合が高い。男女差がないのは「決まった時間に朝起きたり、夜寝たりすること」と「遊んだあとの片づけ」の2項目であった。

反対に大差で女子のほうの自立度が高いのは、「トイレでの排泄や、そのあとしまつ」「食事をこぼさず、ぎょうぎよく食べること」「公共の場で騒がないこと」「衣服を脱いだり着たりすること」などである。「女の子は育てやすい」とよくいわれるが、このようなところにその裏づけがあるようである。

■図3-3 日ごろの生活習慣(性別)



第2節

もう少し自分でやってほしいこと

「あと片づけをする」「あいさつやお礼を言う」などの習慣をもう少ししっかりと自分でやってほしいと思う母親が多い。第1子のほうが第2子以降よりも、そして男子のほうが女子よりも、自立した生活習慣を形成してほしいと思われる。

◆◆強い「あと片づけ」への要求

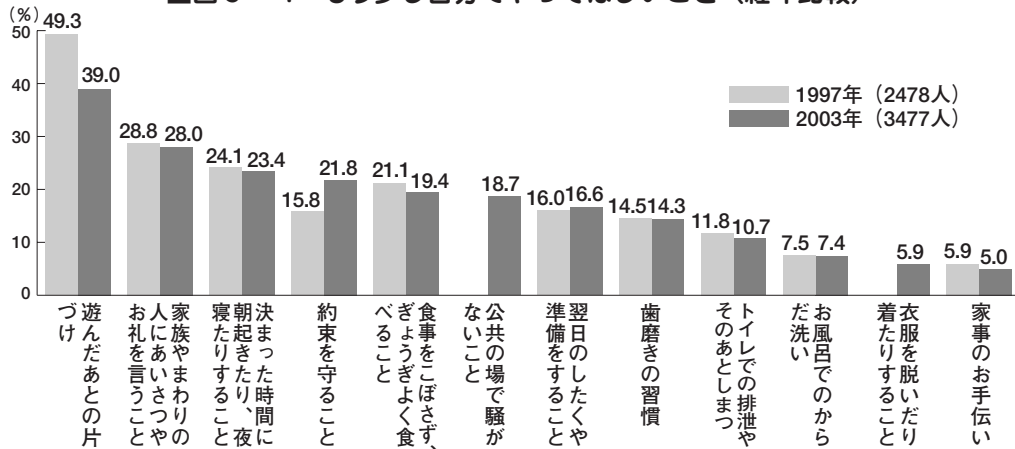
「もう少し自分でやってほしい」と母親が思っている生活習慣を、第1節と同じ12項目の中から複数回答で選択してもらった結果が図3-4である。1997年調査に同様の項目があるので一緒に示した。表現が今回と少し異なる項目があるが、これについては注1)を参照していただきたい。

第1節で明らかになった自立が遅い生活習慣が、やはり多く選ばれている。「遊んだあとの片づけ」が39.0%で第1位。これを「完全に一人でできる」子どもは13.0%で、決してもっとも自立の遅い習慣ではないのだが、要求はもっとも多かった。母親があと片づけができない子どもにたいへん悩んでいることは、子育ての悩みや気がかりをたずねた④

の結果で、45項目中第10位にあがっていることからもうかがえる。

これ以外の上位の項目も自立が進まない生活習慣である。第2位の「家族やまわりの人にあいさつやお礼を言うこと」、第3位の「決まった時間に朝起きたり、夜寝たりすること」、第4位の「約束を守ること」も、図3-2(p.49)からわかるように、年長児になってもなかなか一人でできるようにならない生活習慣である。例外は「家事のお手伝い」であった。「完全に一人でできる」という回答は8.0%だが、もっとできるようになってほしいと思う母親は5.0%にすぎない。まだお手伝いを求めるには早い年齢であるということだろうか。

■図3-4 もう少し自分でやってほしいこと(経年比較)



注1) 1997年調査では、「遊んだあとの片づけ」は「遊んだあとや部屋の片づけ」、「約束を守ること(テレビや遊ぶ時間など)」は「約束を守ること(帰宅時間、テレビやゲームの時間など)」と表記している。

注2) 1997年調査では、「公共の場で騒がないこと」「衣服を脱いだり着たりすること」という選択項目はない。

注3) 複数回答。

◆◆学年で異なる母親の要求

学年別にみると(図3-5①)、第1節に示した学年上昇とともに自立度が高まっていく基本的な生活習慣については、一人でやってほしいという母親の要求は年中児、年長児となるにつれて低くなっていく。例えば、「食事をこぼさず、ぎょうぎよく食べること」や、「歯磨きの習慣」「トイレでの排泄や、そのあとしまつ」「衣服を脱いだり着たりすること」などがそれにあたり、年長児では要求が少なくなる。しかし、逆に年長児になるとはつきりと増える項目がある。「翌日のしたくや準備をすること」と、割合は低い「家事のお手伝い」などである。翌日の登園のために必要なものを自分でそろえるようにさせることは、小学生になってからますます必要になる必須の習慣のしつけであるし、「家事のお手伝い」も幼児期を脱して児童期になるにつれて大切なしつけになる。発達にともなう、家庭でのこのようなしつけの移り変わりがこのデータにはよくあらわれているといえよう。

◆◆第1子、そして男子への自立要求が強い

このような生活習慣の自立への要求は、子どもが第1子か、第2子以降かによって違いがみられた(図3-5②)。第1子の母親のほうが「もう少し自分でやってほしい」と思う割合が高い項目が多い。第2子以降への要求が高いのは「公共の場で騒がないこと」の1項目のみで、それ以外のほとんどの生活習慣は第1子の母親の要求が強い。

最初の子どもには熱心にしつけをする様子が今回の他の質問からも浮かび上がっている。例えば、[6]1)子どもの通う幼稚園や保育園を選ぶときにどの園にするかを「よく考えた」のは第1子の母親に多く、また、

[2]の「子どもの様子を見ていて、つい不安になることがある」「子どもの態度にイライラする」のも第1子の母親のほうが多く、これも慣れないなかで、一生懸命に育児をしていることのあらわれと思われる。また子ども自身も、第2子以降の場合はきょうだいを見習う機会があるため、発達が早くなる可能性が高い。それらの複合要因がこの自立要求の違いをもたらすものと考えられる。

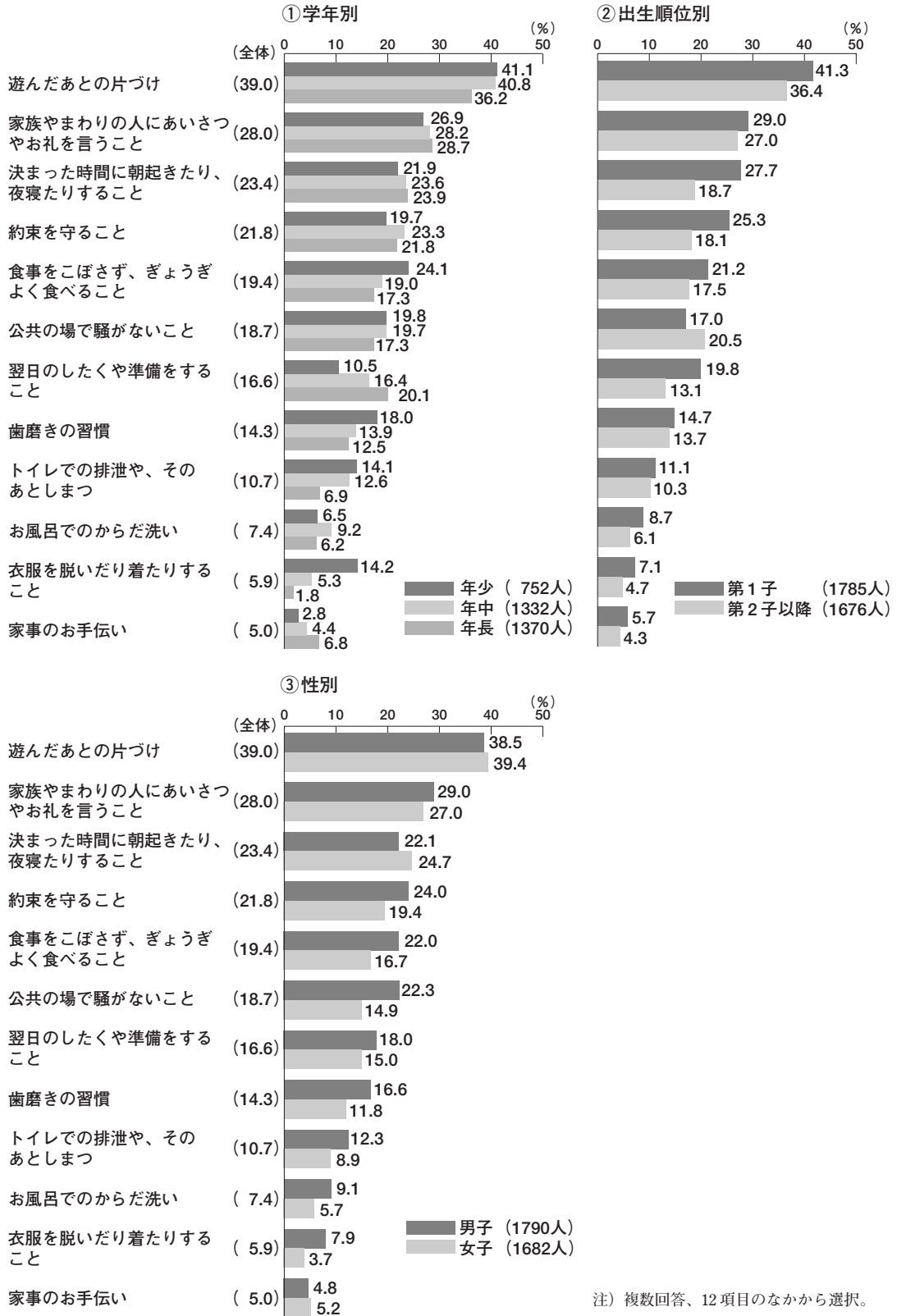
さらに、性別でも違いがみられる(図3-5③)。総じて男子への自立要求が強い。これは第1節で明らかになった男子の生活習慣の自立度の低さの裏返しであろう。例外は、「決まった時間に朝起きたり、夜寝たりすること」が女子への要求が強く、「遊んだあとの片づけ」「家事のお手伝い」は男女差がないことである。この3つは男女にかかわらずよい習慣形成が困難な内容なのであろうか。

◆◆要求が多い母親とは

12の生活習慣項目から「もう少し自分でやってほしい」と思う項目をいくつでも選択してもらったが、いったい母親は何項目を選んだのかをみてみた。1項目だけ選択した母親が17.1%、2項目23.5%、3項目19.4%、4項目10.1%、5項目5.0%、6項目1.8%、7項目0.8%、8項目0.3%、9、10、12項目がそれぞれ0.1%、そしてまったく選ばなかった母親は21.6%であった(11項目選んだ母親はいなかった)。2項目選択した母親がもっとも多く、1人平均の選択数は2.10項目であった。

どのような母親がたくさん選択したのかをみると、多いのは、年少児の母親2.20項目(年長児1.99項目)、男子の母親2.27項目(女子1.93項目)、そして第1子の母親2.29項目(第2子以降1.90項目)であった。

■図3-5 もう少し自分でやってほしいこと(学年別、出生順位別、性別)



第3節

生活習慣やしつけの満足度

子どもの生活習慣やしつけ状況への満足度は1997年調査とあまり変わっておらず、7割が満足している。女子、そして、第2子以降の母親のほうが満足度が高い。これも前回調査と同じ結果であった。

◆◆7割がしつけの状況に満足

「あなたは現在、お子様の生活習慣やしつけの状況に全体として満足していますか」という質問に、「とても満足している」から「ぜんぜん満足していない」までの4段階評定法で得た回答結果は図3-6の通りである。「とても満足している」が4.8%、「まあ満足している」が65.2%で、合計70.0%が満足している。1997年調査では70.4%だったので差はないといえる。

第1節で述べた生活習慣を一人で行えるかどうかという質問に対して「完全に一人で行える」と答えた母親ほど、このしつけ状況などへの満足度が高いという結果が出た(図省略)。とくに、全般に自立度の低い項目について「完全に一人で行える」と答えた母親の満足度が高かった。すなわち「家事のお手伝い」「約束を守ること」「翌日のしたくや準備をすること」「遊んだあとの片づけ」「家族やまわりの人にあいさつやお礼を言うこと」などを「完全に一人で行える」とした母親は「とても満足している」と答える割合が高かった。そして多くの子どもが一人で行える衣服の着脱やトイレの排泄・あとしまつなどができて、母親の満足度の高さはさほどでもない。心をくだいて難しいしつけをし、子どもがそれをできるようになることが母親に高い満足感をもたらしているようである。

◆◆女子の母親の満足度が高い

しつけなどへの満足度は、学年別、幼保別、母親就労状況別では差がない。満足度の違いがあるのはまず性別である。図3-7の通り、

女子の母親は73.4%が「満足している(とても+まあ)」であるのに対し、男子の母親のそれは66.7%で、有意な差がある。「完全に一人で行える」生活習慣が多いと母親が評価したのは女子であり、もう少し自分でやってほしい項目をたくさんあげたのは男子の母親であったことからすれば自然な結果といえる。

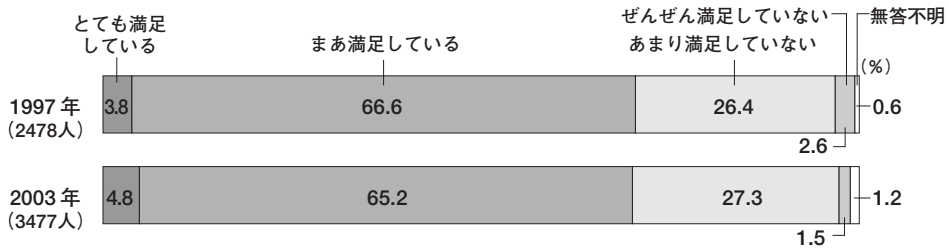
◆◆第2子以降に高い満足度

同様に、生活習慣について「一人で行える」と評価する傾向が強い第2子以降の子どもに対しては、母親の満足度も高かった(図3-8)。第1子の母親の「満足している(とても+まあ)」割合は66.8%、第2子以降では73.4%と、これも有意な差となっている。2人目以降になると、親は子育てに慣れてしつけの「こつ」もわかってくるし、子どもも上のきょうだいと一緒に遊ぶなかで自然に必要な生活習慣が身につくことが多い。第1子とでは満足度に違いが出るのもうなずける。

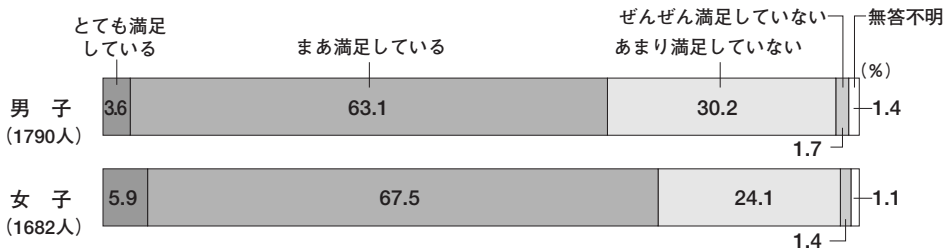
◆◆しつけ状況の満足度は子育ての楽しさにつながる

子どもの生活習慣やしつけ状況の満足度は、毎日の子育ての楽しさと関係があるのかどうかをみてみた(図3-9)。しつけ状況に「とても満足している」母親の55.1%が、毎日の子育てを「とても楽しい」と答えている。「ぜんぜん満足していない」母親で毎日の子育てを「とても楽しい」としているのはわずか5.7%であることと比べると大きな違いである。しつけ状況の満足度は毎日の子育ての楽しさと深い関係にあることが明らかである。

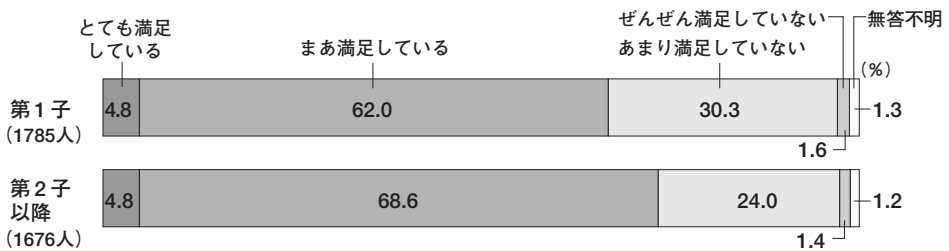
■図3-6 生活習慣やしつけ状況への満足度(経年比較)



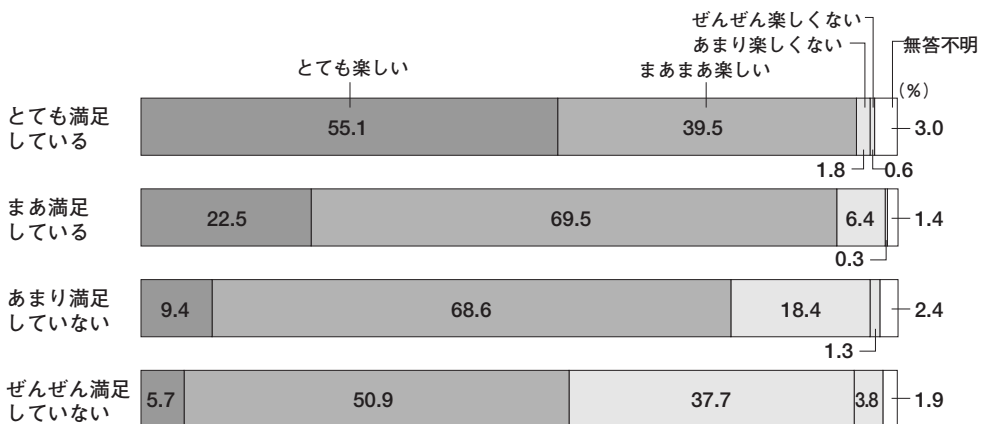
■図3-7 生活習慣やしつけ状況への満足度(性別)



■図3-8 生活習慣やしつけ状況への満足度(出生順位別)



■図3-9 子育ての楽しさ(生活習慣やしつけ状況への満足度別)



注) サンプル数は3477人。