

驚愕！我が子がインポスター症候群になる危険も!? 64.2%のママが「他人の子どもと、 自分の子どもを比較してしまった経験がある」と回答！ ～ヴィエリス「インポスター症候群と子育て」に関するアンケート調査を実施～

全身脱毛サロン「KIREIMO（キレイモ）」を運営する株式会社ヴィエリス（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長 兼 CEO：佐伯 真唯子）は、東京都内在住で現在小学6年生までのお子様がいる30～49歳の女性109名を対象に、「インポスター症候群と子育て」に関するアンケート調査に関するアンケート調査を実施しました。

■ 調査概要

調査概要：インポスター症候群と子育てに関するアンケート調査

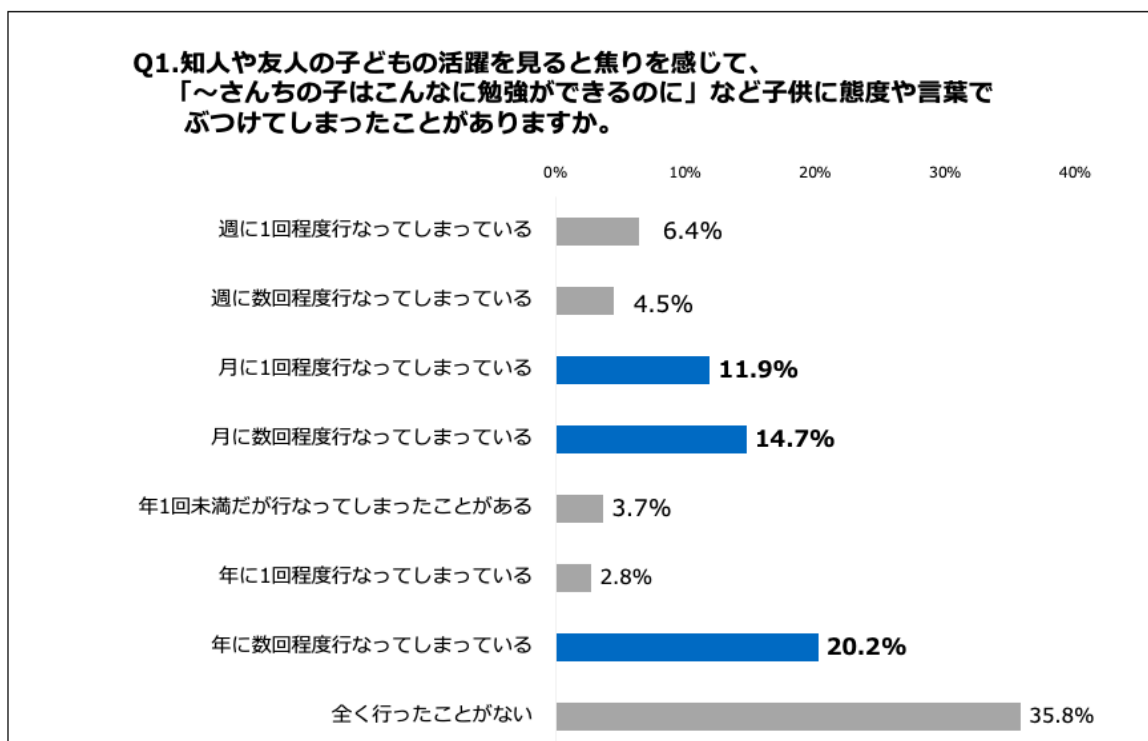
調査方法：インターネット調査

調査期間：2020年10月26日～2020年10月27日

有効回答：東京都内在住で現在小学6年生までのお子様がいる30～49歳の女性109名

■ 64.2%のママが、「知人や友人の子どもと、自分の子どもを比較してしまった経験がある」と回答

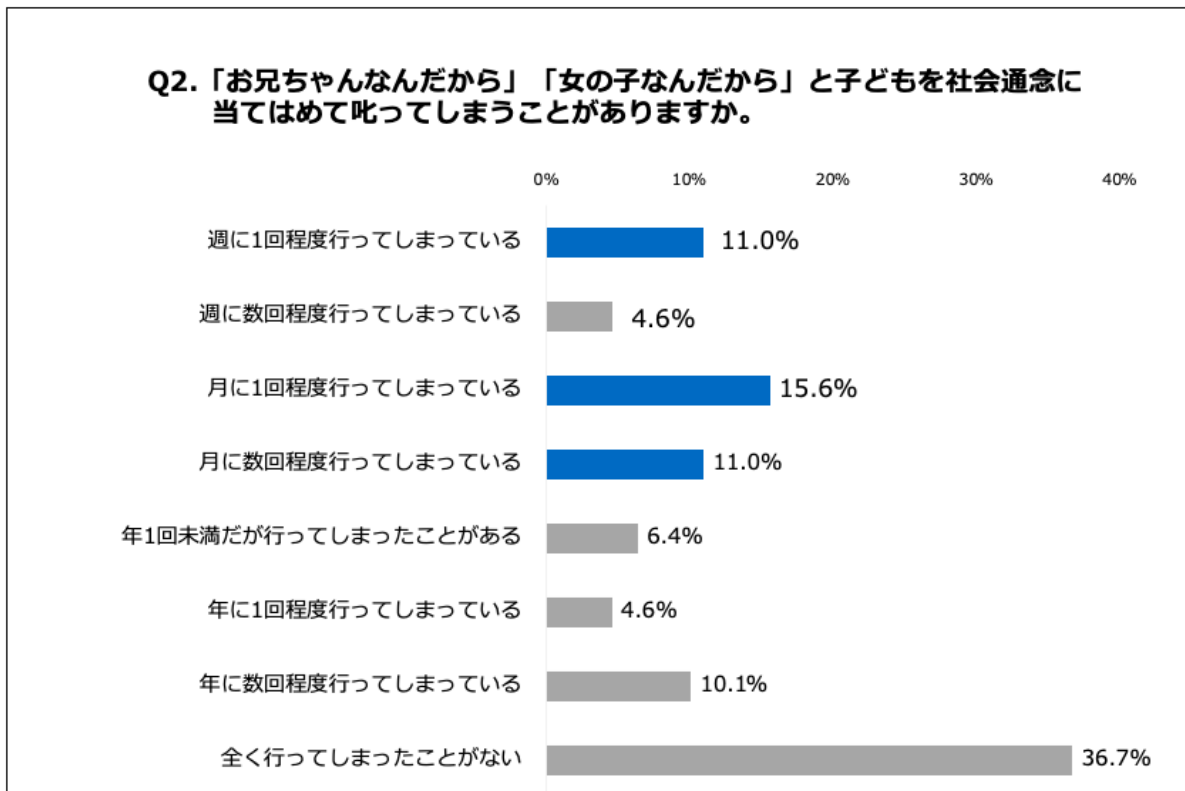
「Q1.知人や友人の子どもの活躍を見ると焦りを感じて、「～さんちの子はこんなに勉強ができるのに」など子どもに態度や言葉でぶつけてしまったことがありますか。」（n=109）と質問したところ、「年に数回程度行なっている」が20.2%で最多、次いで「月に数回程度行なっている」が14.7%、「月に1回程度行なっている」が11.9%と、64.2%のママが「経験がある」と回答しました。



- ・週に1回程度行なってしまっている：6.4%
- ・週に数回程度行なってしまっている：4.5%
- ・月に1回程度行なってしまっている：11.9%
- ・月に数回程度行なってしまっている：14.7%
- ・年1回未満だが行なってしまったことがある：3.7%
- ・年に1回程度行なってしまっている：2.8%
- ・年に数回程度行なってしまっている：20.2%
- ・全く行ったことがない：35.8%

■ 63.3%のママが「社会通念に当てはめて子どもを叱った経験あり」

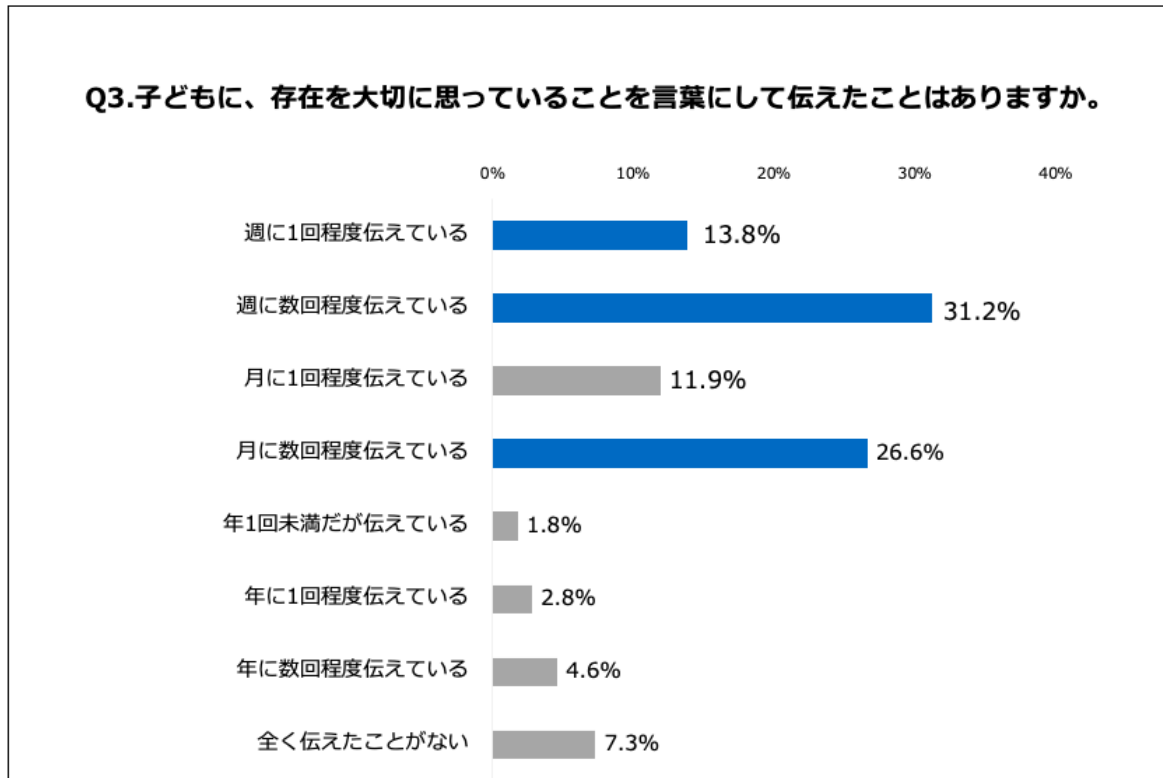
「Q2.「お兄ちゃんだから」「女の子だから」と子どもを社会通念に当てはめて叱ってしまうことがありますか。」(n=109)と質問したところ、「月に1回程度行ってしまっている」が15.6%で最多、次いで「週に1回程度行ってしまっている」「月に数回程度行ってしまっている」が同率で11.0%という回答に。63.3%のママが「経験がある」ことが判明しました。



- ・週に1回程度行ってしまっている：11.0%
- ・週に数回程度行ってしまっている：4.6%
- ・月に1回程度行ってしまっている：15.6%
- ・月に数回程度行ってしまっている：11.0%
- ・年1回未満だが行ってしまったことがある：6.4%
- ・年に1回程度行ってしまっている：4.6%
- ・年に数回程度行ってしまっている：10.1%
- ・全く行ってしまったことがない：36.7%

■ 92.7%のママが「存在を大切に思っていると、子ども自身に伝えている」

「Q3.子どもに、存在を大切に思っていることを言葉にして伝えたことはありますか。」(n=109)と質問したところ、「週に数回程度伝えている」が31.2%で最多、次いで「月に数回程度伝えている」が26.6%という回答となりました。

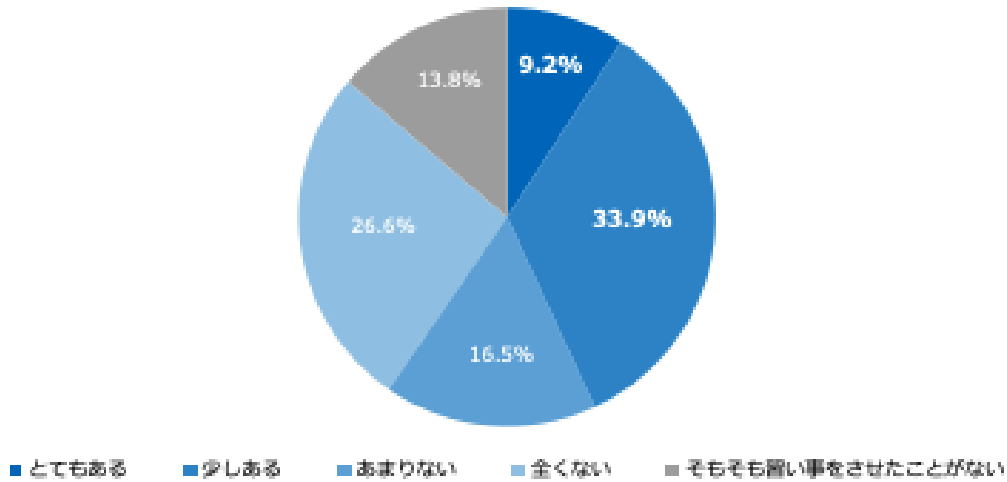


- ・ 週に1回程度伝えている : 13.8%
- ・ 週に数回程度伝えている : 31.2%
- ・ 月に1回程度伝えている : 11.9%
- ・ 月に数回程度伝えている : 26.6%
- ・ 年1回未満だが伝えている : 1.8%
- ・ 年に1回程度伝えている : 2.8%
- ・ 年に数回程度伝えている : 4.6%
- ・ 全く伝えたことがない : 7.3%

■ 43.1%のママが「子どもの意向に添わない習い事を続けさせた経験あり」

「Q4.子どもの意向に添わない習い事を「子どもの将来のためだから」「自分がやりたかったから」などの理由で続けさせたことはありますか。」(n=109)と質問したところ、「とてもある」が9.2%、「少しある」が33.9%という回答となりました。

Q4.子どもの意向に添わない習い事を「子供の将来のためだから」「自分がやりたかったから」などの理由で続けさせたことはありますか。

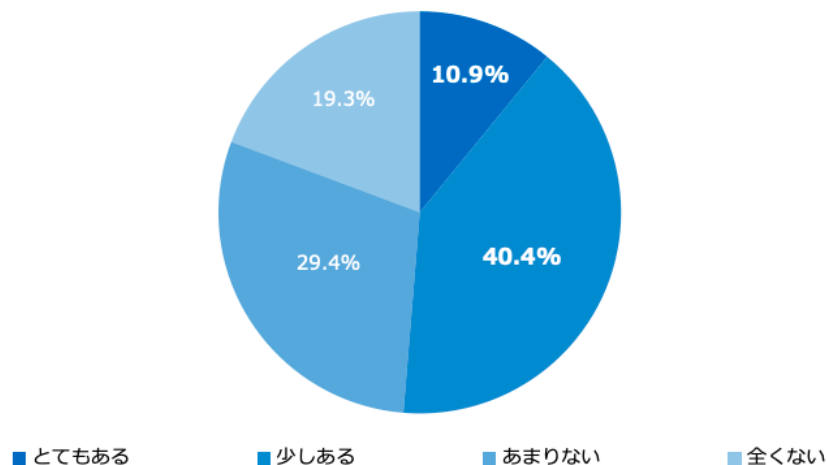


- ・とてもある : 9.2%
- ・少しある : 33.9%
- ・あまりない : 16.5%
- ・全くない : 26.6%
- ・そもそも習い事をさせたことがない : 13.8%

■ 51.3%のママが「子どもを自分と同一視してしまうことがある」と回答

「Q5.子どものことを、あなた自身の分身や所有物のように「自分と同じように考えるだろう」などといつ同一視してしまうことはありますか。」(n=109)と質問したところ、「とてもある」が10.9%、「少しある」が40.4%という回答となりました。

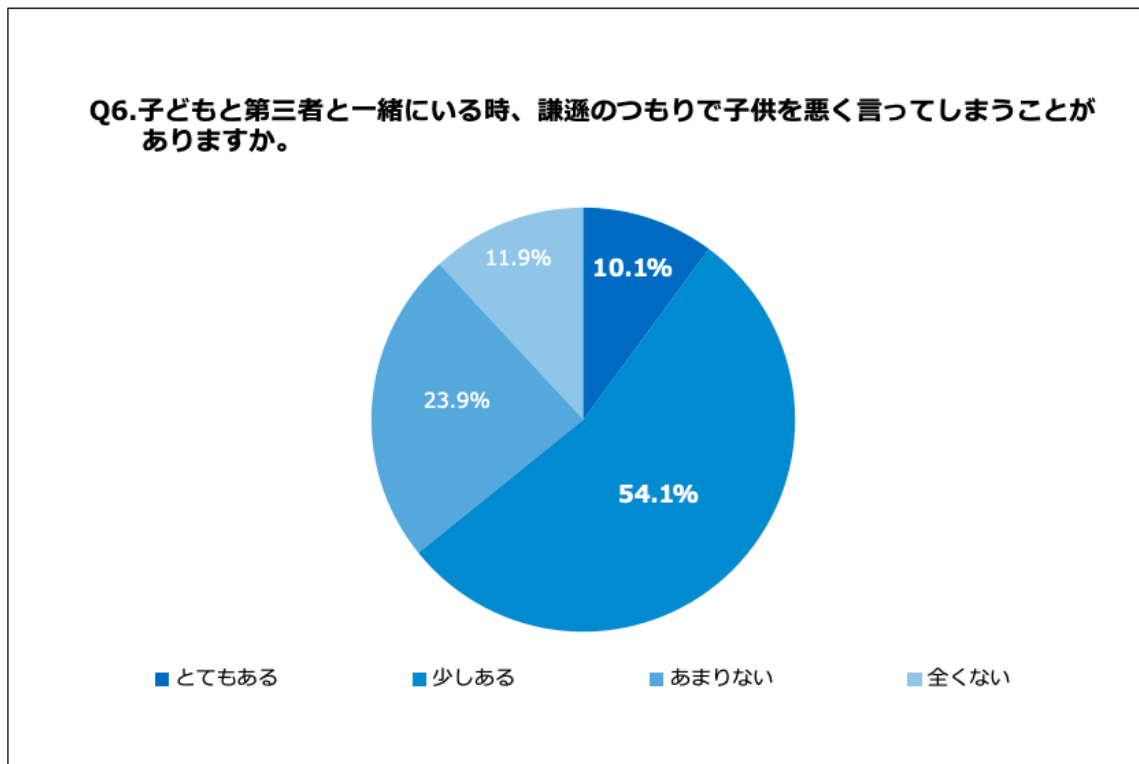
Q5.子どものことを、あなた自身の分身や所有物のように「自分と同じように考えるだろう」などといつ同一視してしまうことはありますか。



- ・とてもある : 10.9%
- ・少しある : 40.4%
- ・あまりない : 29.4%
- ・全くない : 19.3%

■「第三者の前だと謙遜のつもりで子どもを悪く言うてしまうことがある」と回答したママ64.2%

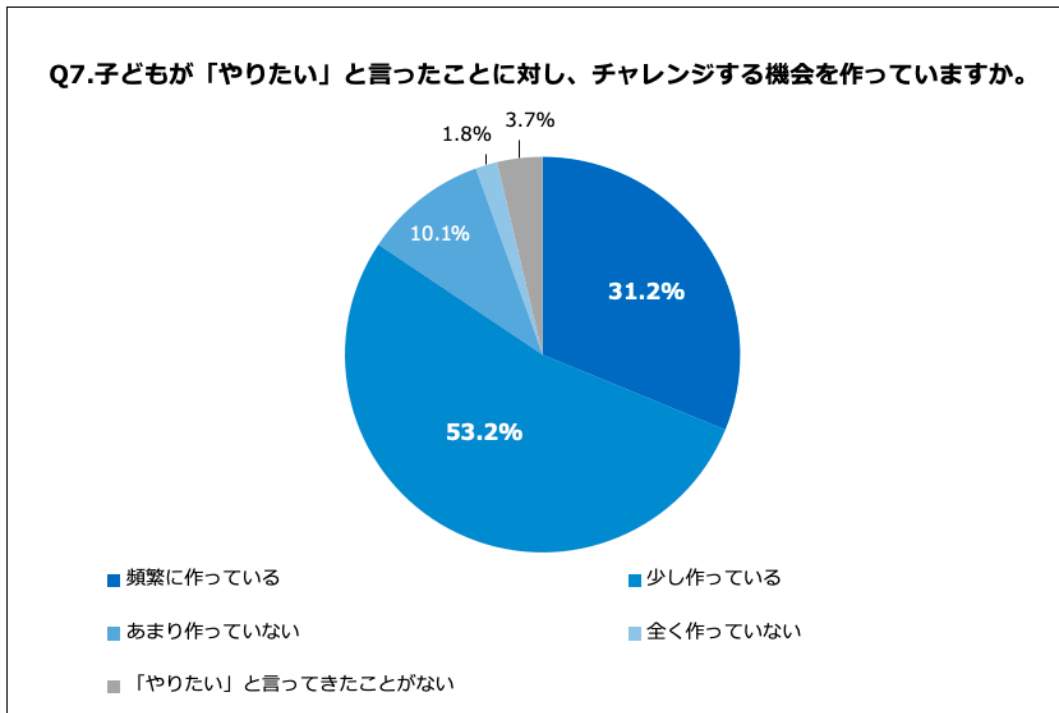
「Q6.子どもと第三者と一緒にいる時、謙遜のつもりで子どもを悪く言うてしまうことがありますか。」(n=109)と質問したところ、「とてもある」が10.1%、「少しある」が54.1%という回答となりました。



- ・とてもある : 10.1%
- ・少しある : 54.1%
- ・あまりない : 23.9%
- ・全くない : 11.9%

■84.4%のママが「子どもがやりたいと言ったことをチャレンジさせる機会を作っている」と回答

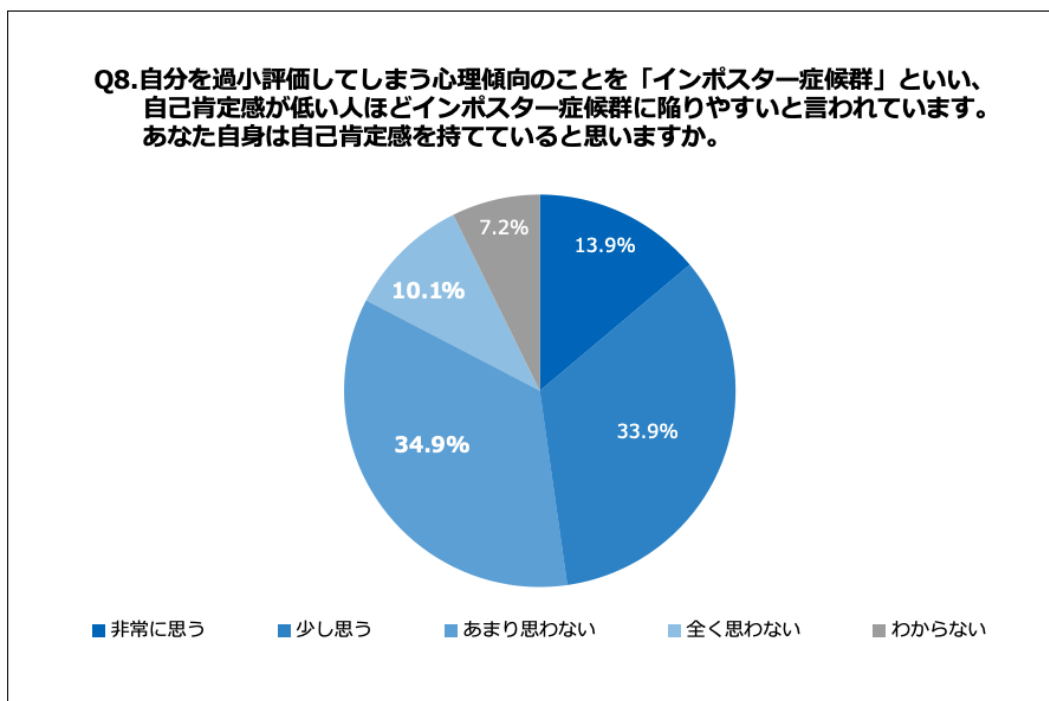
「Q7.子どもが「やりたい」と言ったことに対し、チャレンジする機会を作っていますか。」(n=109)と質問したところ、「頻繁に作っている」が31.2%、「少し作っている」が53.2%という回答となりました。



- ・ 頻繁に作っている : 31.2%
- ・ 少し作っている : 53.2%
- ・ あまり作っていない : 10.1%
- ・ 全く作っていない : 1.8%
- ・ 「やりたい」と言ってきたことがない : 3.7%

■ 自分自身「自己肯定感を持っていてと思わない」ママ45%

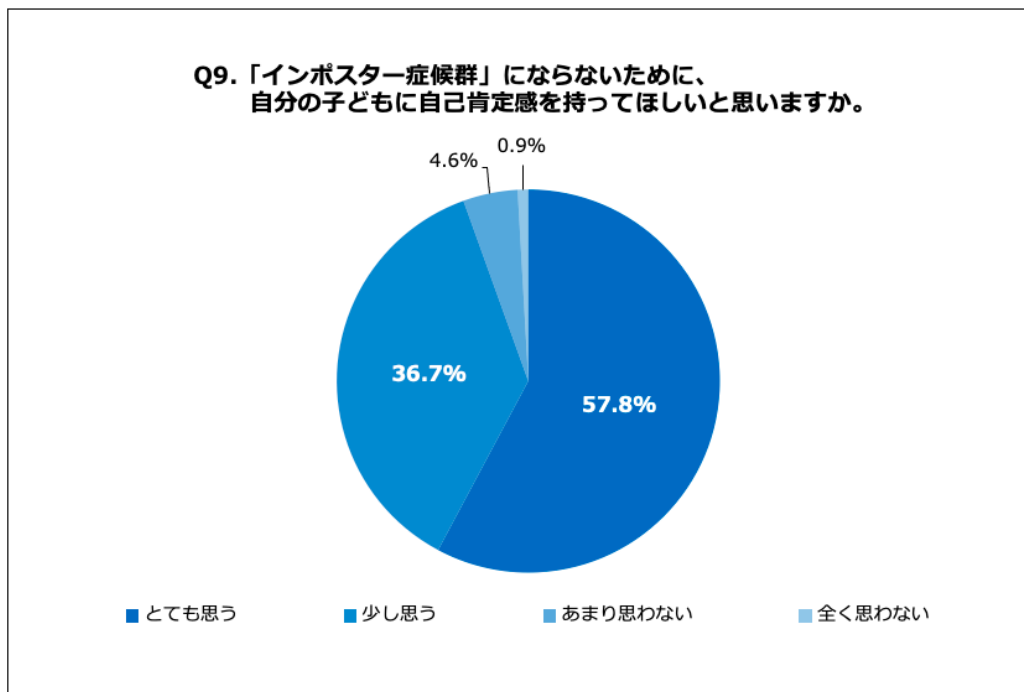
「Q8.自分を過小評価してしまう心理傾向のことを「インポスター症候群」といい、自己肯定感が低い人ほどインポスター症候群に陥りやすいと言われています。あなた自身は自己肯定感を持っていますか。」(n=109)と質問したところ、「あまり思わない」が34.9%、「全く思わない」が10.1%という回答となりました。



- ・非常に思う：13.9%
- ・少し思う：33.9%
- ・あまり思わない：34.9%
- ・全く思わない：10.1%
- ・わからない：7.2%

■ 94.5%のママが自分の子どもに「自己肯定感を持って欲しい」と回答

「Q9.「インポスター症候群」にならないために、自分の子どもに自己肯定感を持ってほしいと思いますか。」(n=109)と質問したところ、「とても思う」が57.8%、「少し思う」が36.7%という回答となりました。



- ・とても思う：57.8%
- ・少し思う：36.7%
- ・あまり思わない：4.6%
- ・全く思わない：0.9%

■ まとめ

今回の調査では、東京都内在住で現在小学6年生までのお子様がいる30～49歳の女性109名を対象に、「インポスター症候群と子育て」に関する調査を行いました。

結果として、64.2%の母親が、「知人や友人の子どもと、自分の子どもを比較してしまった経験がある」と回答しており、また、63.3%の母親が「お兄ちゃんなんだから」「女の子なんだから」など、子どもを社会通念に当てはめて叱ってしまうことがあると回答。加えて、「子どもの意向に添わない習い事を続けさせたことがある」と回答した母親は、43.1%いることが判明しました。一方で、「子どもがやりたいと言ったことをチャレンジさせる機会を作っている」と回答した母親は84.6%おり、「自分の子どもに自己肯定感を持って欲しい」と思っている母親は9割を越える結果となりました。

64.2%の親が子どものことを周囲に話すとき、謙遜する意図で悪く言ってしまう経験があることがわかりました。日本では「謙虚」「謙遜」が美德とされる文化がある一方で、それを耳にした子ども本人が真に受け、自分を過小評価する「インポスター症候群」になりかねない側面もあります。子どものインポスター症候群を防ぐためにも、まずは大人の私たちがインポスター症候群について理解することが大切です。

■会社概要

社名 : 株式会社ヴィエリス (<https://vielis.co.jp/>)
代表者 : 代表取締役 兼 CEO 佐伯 真唯子
所在地 : 〒151-0051東京都渋谷区千駄ヶ谷2-1-8 Barbizon8 8F
資本金 : 3,000万円
従業員数 : 1,500名(2020年2月末現在)
事業内容 : 全身脱毛エステサロン「キレイモ」の運営、オリジナル化粧品の製造及び販売
男性専用脱毛サロン「メンズキレイモ」の運営
サイエンスダイエット・エステ「スレンダ銀座」の運営
パーソナライズ・ボディメイク・ジム「プラスミー」の運営
サービスURL : <https://kireimo.jp/>