

多重役割に従事する女性の心理的健康 —子育て期と中年期を対象に—

田熊 昭江*・伊藤 裕子**

Key Words: 心理的健康, ソーシャルサポート, 社会活動, 既婚女性

本研究は多重役割に従事する既婚女性の心理的健康について、影響要因を世代により比較・検討することを目的とした。子育て期と中年期を対象に質問紙調査を行い、心理的健康に対し、ソーシャルサポートと社会活動への関わりがどのように寄与するかを検討した。その結果、子育て期では、配偶者および社会活動の仲間からのソーシャルサポートが心理的健康に影響を及ぼし、中年期では、社会活動を行っているという事実が心理的健康と関連することが示された。子育て期には受動的な他者からの評価が、中年期には能動的な自己評価が、心理的健康を高めるといえるだろう。

問題と目的

厚生労働白書によれば、1997年以降共働き世帯は片働き世帯を上回っており、2006年には共働き977万世帯に対し、片働き世帯は854万世帯となっている。このように今日では、多くの既婚女性は家庭人のみならず職業人としてもその役割を果たしている。成人女性の発達研究は家庭と仕事という二つの側面から、妻、母、職業人としての多重役割に注目したものが多く、役割の多さは、生活満足感と同時に過負荷とも関連し、各役割の遂行義務に伴う緊張や抑うつ、役割葛藤といった否定的な側面と、役割遂行によって、地位や自己評価、満足感、社会的アンデンティティの増加といった心理的健康に寄与する肯定的な側面があるといわれている(土肥・広沢・田中, 1990)。

一方、家庭と仕事以外にも女性たちは子どもを介して、あるいは地域や消費者活動を通じて社会的役割を担っている。難波(2000)は、中年期の女性の行動様式を中心は子育てを軸とした家庭役割にあり、その義務と責任を果たす中で親しい人々との共感的関わりが内的発達を

* 大学院人間学研究科

** 人間学部心理学科

促進するとしたが、家庭や仕事の他に、地域や子の教育に関わる場、自分自身の趣味や活動の場といった社会的役割の中で生じた私的な関係性が、女性に発達を促す要因となっており、社会活動での自己実現が、中年期危機の解消や、充足への転換の契機となるという。また、西田（2000）は、社会活動への参加が積極的か受動的かという要因は心理的健康に影響するという。しかし、子育て期における社会活動を含めた多重役割についての研究はなく、例えば、職業へのコミットメントは夫婦関係や主観的幸福感に影響を及ぼすことから（伊藤・相良・池田，2006a）、社会活動への関わりが心理的健康に影響を及ぼすことを多重役割の視点から検討が必要なのではないかと考える。

女性の家庭内での役割は子の成長とともに変化し、家族のケアからやがて子の自立とともに自分自身の生き方そのものを見つめ直す時が訪れる。再吟味の過程において、自己を受容し、今後の人生を展望していくことは、中年期での発達課題でもある。本研究では、この発達課題を心理的健康とし、それに関わる要因がどのように変化するかを、仕事と家庭だけでなく、社会活動に焦点をあてることで、子育て期と中年期での比較により検討する。

本研究で扱う調査内容の選定にあたっては、付録に示すように予備面接を行った。その結果、各役割場面におけるソーシャルサポートと、社会活動への関わりを抽出した。役割を遂行していく上で、自己の成長とともに他者からの評価や助力といった、求めるサポート機能も変化すると思われる。実際、福岡・橋本（1997）では、既婚女性は家族内ではサポートを提供する側であり、受け手よりも送り手として位置づけられているため、手段的な側面が高いが、友人には情緒的な側面というように、サポート機能が異なることを明らかにしている。また、就業女性では、時間的に比重の大きい職場の仲間からのサポートがより精神的健康に影響すると考えられる。家庭においては妻が夫の役割をどう規定するかによって、夫の役割の重要度も変化することから（池田・伊藤・相良，2005）、夫からのサポート認知も、子育て期と中年期では異なると考えられる。これらのことから、ソーシャルサポートは、家庭、仕事、社会活動それぞれの役割ごとに検討が必要と思われる。

本研究では、多重役割に従事する女性たちの内的発達に重点をおいた心理的健康を検討することを第一の目的とする。その際、世代によって心理的健康に影響を及ぼす要因が異なると考え、子育て期と中年期を取り上げる。また、これまでの多重役割研究では、女性の就業形態によって心理的健康そのものや（土肥ら，1990）、心理的健康への要因の影響の仕方が異なることから（伊藤・相良・池田，2004；伊藤ら，2006a；伊藤・相良・池田，2006b）、就業形態を取り上げる。さらに、家族への献身よりも自分の生き甲斐や人生の目標を重視する考えは、学歴が高くなるほど高率になることから（柏木，2001）、学歴も変数として取り上げた。第二の目的として、各役割におけるソーシャルサポートを取り上げ、それが心理的健康にどのように寄与しているか、また、世代によって寄与の仕方が異なるのかを検討する。第三に、社会活動への関わりに注目し、世代による活動の違いと関与の仕方、心理的健康に及ぼす影響について検討を行う。

方 法

調査対象

調査対象は、子育て期では、未就学児を持つ母親とし、関東地方の私立幼稚園もしくは保育園に子どもを通わせる母親とし、中年期では、大学生または成人の子を持つ母親とした（成人と未就学児を持つ母親については、年齢や子育ての経験から中年期に含めることとした）。

調査票は 322 名に配布し、回収は 190 名であった（回収率 59.0 %）。内訳は、子育て期 96 名（回収率 53.9 %）、中年期 94 名（回収率 65.2 %）であった。

調査方法

子育て期の対象者には、幼稚園に配布と回収を依頼し、保育園には、年長児と年中児の母親宛に、質問紙を月だよりにはさんで配布、回収は郵送とした（ほとんどの園児がバス登園のため）。その他にも縁故法により協力者を募り、配布・回収を依頼した。中年期の対象者には、大学の授業時間中、学生に対し母親への質問紙調査に協力依頼を行い、封筒入りの調査用紙を配布、翌週の授業終了後に回収した。調査は 2007 年 7～10 月に実施された。

調査項目

- 1) 心理的健康：西田（2000）の心理的 well-being より、内的発達に関連すると思われる、将来の展望についての「人生における目的」（8 項目）と、現在の自分を肯定的にとらえる「自己受容」（7 項目）を用い、心理的健康の測度とした（表 1 参照）。これらは心理社会的適応と関連が高いとされる自尊感情との高い相関が確認されている（人生における目的： $r=.69$, 自己受容： $r=.75$ ）。また両尺度とも役割達成感と年齢において関連が見出されており、多重役割および世代比較を行う本研究の目的に適していると考えた。評定は、回答者の負担を軽減するため「まったくあてはまらない」「あまりあてはまらない」「ややあてはまる」「非常にあてはまる」の 4 件法とした。回答者に自身の肯定的感情と否定的感情を自覚してもらい、内省を促すことを期待し、選択肢に中間的な「どちらともいえない」を加えなかった。
- 2) 社会活動への参加：松浦（2006）の社会活動への参加状況より、“学校の PTA や父母会” “自治会や子供会などの地域活動” “生協などの消費者活動” “趣味・スポーツ・学習活動” “福祉などのボランティア活動” の 5 項目を取り上げた。各活動について、活動の有無だけでなく、関わり具合についても検討するため、「関わっていない」「仕方なく関わっている」「関わっている」「熱心に関わっている」の 4 件法により回答を求めた。「関わっていない」と回答した人には、社会活動におけるソーシャルサポートについての回答を求めないこととした。これらの活動について、以後は学校、地域、消費、趣味、福祉と表記する。
- 3) ソーシャルサポート：ソーシャルサポート行動尺度（SS-B：Vaux, A., Riedel, S., &

Stewart, D., 1987) の 45 項目, 小野 (1996) のサポート内容に関する 10 項目, 福岡ら (1997) の情緒的サポートより 6 項目, 川浦・池田・伊藤・本田 (1996) が用いた情緒的サポートに関する 7 項目を参考に, 家庭・仕事・社会活動の 3 つの役割に共通する情緒的サポートを中心に 19 項目を作成した (表 2 参照)。

4) フェイスシート: 属性として, 就業形態, 家族構成, 学歴, 年齢を尋ねた。

回答者の属性

年齢は, 子育て期が 24 ~ 46 歳 (平均:36.4, SD :3.7), 中年期が 40 ~ 64 歳 (平均:49.3, SD :4.4) であった。子育て期では幼稚園よりも保育園の保護者が多く (約 1:2 比), 70 ~ 80 % が有職であった。

就業形態は, 子育て期では常勤 41.7 %, 派遣・契約 8.3 %, パート・アルバイト 11.5 %, 自営 6.3 %, 無職 32.3 %, 中年期では常勤 24.5 %, 派遣・契約 4.3 %, パート・アルバイト 38.3 %, 自営 12.8 %, 無職 19.1 %, その他 1.1 % であった。なお, 就業別の分析においては「常勤」「非常勤」「自営」「無職」で分類し, 派遣・契約は専門性からフルタイムと判断し「常勤」とした。パート・アルバイトは「非常勤」とし, 「自営」は形態が多様なため独立して扱うこととした。

学歴ではどちらの世代においても短大・専門学校が最も多く, 子育て期の方が中年期よりも学歴が高かった ($\chi^2=7.34, p<.05$)。

家族構成は, 配偶者と子どものみの核家族が子育て期では 85.4 %, 中年期では 76.0 % であった。子どもの数はどちらの世代も 2 人が半数以上であり, 子育て期の平均は 1.8 人 ($SD=.60$), 中年期の平均は 2.1 人 ($SD=.70$) であった。

結 果

1. 心理的健康の尺度検討

心理的健康について, 西田 (2000) から 2 つの下位尺度を用いたが, 尺度の因子構造を確認するため, 因子分析 (主因子法, Promax 回転) を行った。その結果, 西田 (2000) と同様, 「人生における目的」「自己受容」の 2 因子が抽出された (表 1)。因子負荷量は因子 1 で .63 ~ .81, 因子 2 では .58 ~ .76 であった。Cronbach の α 係数は「人生における目的」で .88, 「自己受容」で .82 となり, 高い内部一貫性が確認された。各尺度の項目の合計を, 尺度得点とした。

2. ソーシャルサポートの尺度化の検討, および心理的健康との関連

作成した 19 項目が, 社会活動・配偶者・職場それぞれの場面において同一次元に負荷しているかを確認するため主成分分析を行った。その結果, 表 2 にみるように, いずれの場面においても各項目が 1 次元上に負荷していることが確認された。いずれの場面においても「話を聞

表1 心理的健康の因子分析結果 (Promax回転)

	因子1	因子2	平均	(SD)
人生における目的				
私の人生にはほとんど目的がなく、進むべき道を見出せない (*)	.81	.54	3.28	(.74)
私はいつも生きる目標を持ち続けている	.79	.24	2.81	(.76)
本当に自分のやりたいことや何なのか、見出せない (*)	.77	.41	2.90	(.85)
自分がどんな人生を送りたいのか、はっきりしている	.77	.20	2.81	(.70)
私は、自分の将来に夢を持っている	.74	.29	2.88	(.77)
私は現在、目的なしにさまよっているような気がする (*)	.70	.52	3.03	(.80)
私はいつも生きていくことの意味を見出せない (*)	.65	.49	3.31	(.71)
私の人生は退屈で、興味がわかない (*)	.63	.57	3.36	(.71)
自己受容				
私は、自分自身が好きである	.50	.76	2.88	(.73)
私は自分の生き方や性格をそのまま受け容れることができる	.35	.75	2.85	(.72)
良い面も悪い面も含め、自分自身のありのままの姿を受け容れることができる	.41	.73	3.09	(.68)
私は、自分の性格についてよく悩むことがある (*)	.19	.70	2.55	(.86)
私は、今とは異なる自分になりたいと思う (*)	.30	.66	2.67	(.83)
私は、これまでの人生において成し遂げてきたことに、満足している	.30	.64	2.69	(.72)
私は、自分に対して肯定的である	.26	.58	2.67	(.72)
<hr/>				
因子寄与	5.16	4.82		
因子間相関		.46		
内部一貫性 (α)	.88	.82		

(*) は逆転項目

表2 ソーシャルサポートの主成分分析結果と各項目の平均値

質問項目	成分1			平均 (SD)		
	社会活動	配偶者	職場	社会活動	配偶者	職場
話を聞いてほしい時に、耳を傾けてくれる	.91	.89	.90	3.01 (.77)	2.87 (.94)	2.90 (.81)
嫌な事や愚痴を、黙って聴いてくれる	.90	.81	.85	2.93 (.85)	2.85 (.96)	2.88 (.82)
私の事を気にかけてくれる	.88	.86	.87	2.86 (.74)	3.02 (.85)	2.89 (.76)
精神的に動揺している時、なぐさめてくれる	.87	.91	.88	2.81 (.83)	2.90 (.88)	2.80 (.80)
落ち込んでいる時に、元気づけてくれる	.86	.91	.88	2.92 (.81)	2.85 (.88)	2.89 (.77)
助けが必要な時、力を貸してくれる	.86	.85	.83	2.96 (.77)	3.09 (.81)	2.99 (.70)
問題を抱えている時、的確なアドバイスしてくれる	.85	.83	.82	2.95 (.78)	2.89 (.90)	2.99 (.73)
プレッシャーがかかっていたり、緊張している時に、リラクゼーションさせてくれる	.84	.83	.86	2.96 (.79)	2.99 (.83)	2.92 (.79)
お互いの考えや意見を、率直に話し合うことができる	.83	.85	.86	2.94 (.76)	2.96 (.91)	2.98 (.71)
一緒に喜びを分かち合える	.83	.88	.87	3.09 (.81)	3.09 (.80)	2.95 (.73)
つらい時・困った時に、相談できる	.83	.85	.86	2.97 (.77)	3.09 (.84)	2.97 (.80)
私がこうありたい、と思うような手本を示してくれる	.80	.85	.87	2.79 (.78)	2.67 (.92)	2.65 (.85)
何かを一緒に取組んでいける	.76	.84	.76	3.08 (.68)	2.87 (.89)	3.02 (.62)
私のしたことを認め、高く評価してくれる	.75	.78	.78	2.71 (.76)	2.76 (.80)	2.87 (.74)
自分が必要とされていると感じられる	.75	.70	.54	2.85 (.79)	3.15 (.77)	2.98 (.72)
ひとりではできない事を手伝ってくれる	.74	.78	.74	3.07 (.66)	3.14 (.85)	3.02 (.65)
できるだけの事をしてあげたい	.73	.75	.63	3.24 (.63)	3.13 (.71)	3.08 (.65)
新しい情報や、役立つ知識をくれる	.72	.82	.78	2.77 (.77)	2.50 (.88)	2.71 (.80)
私を理解し、受け入れてくれる	.72	.79	.72	3.08 (.68)	2.90 (.88)	2.95 (.77)
成分負荷量 (二乗和)	12.62	13.13	12.47			
寄与率 (%)	66.44	69.10	65.63			
内部一貫性 (α)	.97	.97	.97			

いてほしい時に、耳を傾けてくれる」「落ち込んでいる時に、元気づけてくれる」「精神的に動揺している時、なぐさめてくれる」「私のことを気にかけてくれる」といった、自分が困っている時に受けるサポートが.86以上の高い成分負荷量を示した。ソーシャルサポートが、困難な状況において認知されやすいことを示唆している。職場における、「できるだけことをしてあげたい」「自分が必要とされていると感じられる」の2項目の成分負荷量が.70を下回ったが、他の場面では.70を超えていることと、Cronbachの α 係数はいずれも.97以上となり、高い内部一貫性が確認されたことから、各成分の得点を合計し、尺度得点として扱うこととした。

次に、心理的健康と、各ソーシャルサポートとの関係を検討するため、相関を求めた。世代別の結果を表3に示す。これ以降「人生における目的」を「人生の目的」と表記する。これをみると、社会活動の場でのサポートにおいて、子育て期の方が中年期よりも心理的健康との相関が高かった。配偶者のサポートは、子育て期で「人生の目的」が有意だったが、「自己受容」では関連がみられなかった。中年期では「人生の目的」が有意だったが、「自己受容」は有意傾向であった。職場のサポートはいずれの尺度とも有意な相関はみられなかった。このことからソーシャルサポートは子育て期の方が心理的健康との関連が強く、また「自己受容」よりも「人生の目的」という将来の展望との関連がより高いこと、子育て期では社会活動と配偶者のサポートは「人生の目的」と関連が高いが、職場のサポートは心理的健康との関連が低いことが示された。

3. 社会活動への関わりと心理的健康との関連

社会活動への参加を、種類別・世代別に集計し図1に活動の平均値を示した。活動別に世代差がみられるかどうかを検討するため t 検定を行ったところ、差がみられたのは福祉($t(147)=3.47, p<.001$)のみであり、中年期の方が高かった。学校、地域、消費、趣味、福祉の5つの活動のいずれにも関わっていない人は、子育て期で14名(14.6%)、中年期で18名(19.1%)であった。活動のうちどれか1つでも「あり」もしくは“熱心”の積極的参加を選択した人は子育て期で76名(79.2%)、中年期で74名(78.7%)であり、多くの人が何らかの活動をして

表3 ソーシャルサポートと心理的健康の相関

	子育て期			中年期		
	N	人生の目的	自己受容	N	人生の目的	自己受容
ソーシャルサポート						
社会活動	71	.47***	.33**	65	.27*	.22 †
配偶者	91	.34***	.14	82	.22*	.19 †
職場	62	.16	.13	68	.18	.14

† $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

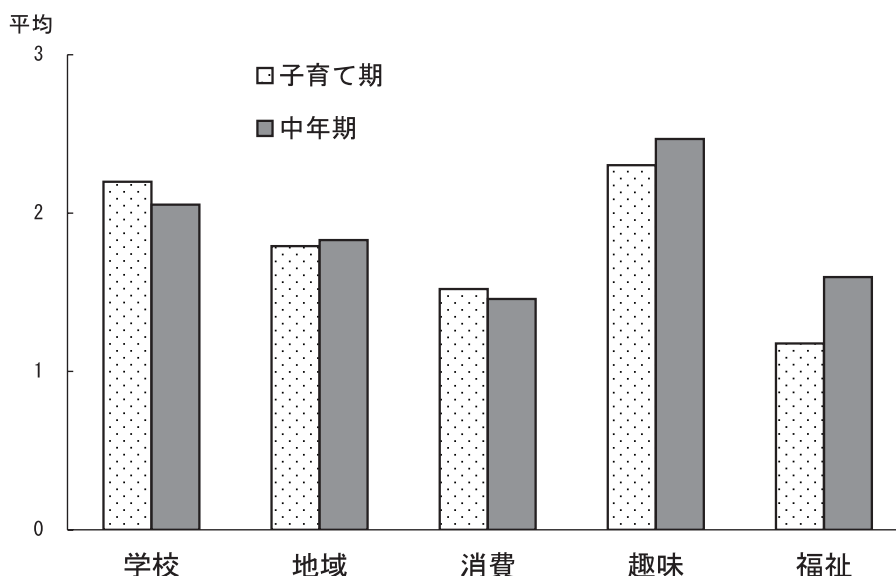


図1 世代別 社会活動の平均

表4 各社会活動と心理的健康の世代別相関

社会活動	子育て期 (N=96)		中年期 (N=93)	
	人生の目的	自己受容	人生の目的	自己受容
学 校	.19 †	.15	.38***	.23*
地 域	.18 †	.12	.21*	.15
消 費	.01	.07	.17 †	.14
趣 味	.22*	.08	.28**	.33**
福 祉	.25*	.28**	.31**	.18 †

† $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

いることが示されたが、まったく活動を行っていない人も一定割合いることがわかった。

次に、心理的健康との関連を分析するため、活動ごとの相関を求めた。表4に世代別の結果を示した。子育て期では学校と地域活動が「人生の目的」と有意傾向、趣味と福祉活動が有意であり、「自己受容」では福祉活動のみが有意であった。中年期では「人生の目的」にすべての活動が有意傾向もしくは有意な相関を示し、最も高い相関を示したのは学校であり、次に高いのは福祉と趣味であった。「自己受容」は趣味が最も高く、次は学校が有意となり、福祉との相関は有意傾向であった。「人生の目的」ではすべての活動で中年期の方が子育て期よりも相関が高く、「自己受容」でも福祉を除き高くなったことから、社会活動に参加しているという事実が心理的健康と関連するのは、中年期で顕著であるといえる。

なお、各社会活動への参加を、社会活動への関わり積極性としてみるため、尺度化を試みた。5つの活動について主成分分析を行ったところ、成分負荷量は.41～.77で概して高くはなかったが1次元性は確認された（寄与率 38.94 %）。活動すべての得点を合計し、社会活動への関わり尺度として扱うこととした。Cronbachの α 係数は.59であり、低ながらも内部一貫性は確認されたといえる。世代別、就業別、学歴別に平均値の差を検定したところ、有意差はみられなかった。

4. 属性による検討

心理的健康とソーシャルサポートについて、属性による違いがみられるか検討を行った。結果は表5に示した。

まず、世代でみると、心理的健康では「人生の目的」において、中年期の方が子育て期より高いという有意傾向があり、「自己受容」では差がなかった。ソーシャルサポートでは、社会活動において中年期の方が高く、配偶者のサポートでは子育て期の方が高かった。職場のサポ

表5 世代および学歴による心理的健康とソーシャルサポートの分析結果

世代	1. 子育て期 (N=96)		2. 中年期 (N=94)		t値			
	平均	(SD)	平均	(SD)				
心理的健康								
人生の目的	23.80	(4.32)	24.92	(4.61)	1.73 †			
自己受容	19.07	(3.95)	19.77	(3.34)	1.32			
ソーシャルサポート								
社会活動	53.84	(12.35)	58.31	(10.57)	2.31*	1 < 2		
配偶者	58.49	(11.82)	52.66	(14.70)	-2.87**	1 < 2		
職場	54.84	(11.60)	56.00	(11.46)	.57			
学歴	1. 中・高卒 (N=61)		2. 短大・専門 (N=80)		3. 大学・院卒 (N=49)		F値	多重比較
	平均	(SD)	平均	(SD)	平均	(SD)		
心理的健康								
人生の目的	23.20	(5.10)	24.51	(4.04)	25.51	(4.12)	3.77*	1 < 3
自己受容	18.45	(3.73)	19.40	(3.41)	20.63	(3.70)	4.99**	1 < 3
ソーシャルサポート								
社会活動	57.68	(11.29)	56.56	(11.60)	53.38	(12.14)	1.45	
配偶者	53.75	(15.57)	56.47	(13.23)	56.66	(11.61)	0.77	
職場	54.15	(10.55)	58.53	(11.92)	53.00	(11.32)	3.02 †	

† $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$

ートでは世代による差がみられなかった。これらから、ライフステージが進むにつれて「人生の目的」が獲得されることが示唆された。

就業形態ではいずれの尺度得点においても、有意な差はみられなかった。

学歴では、心理的健康において「人生の目的」で差が有意となり、「自己受容」でも有意となった。いずれも Tukey の多重比較により大学・院卒が中・高卒よりも高いことが示された ($p<.05$)。ソーシャルサポートは職場のサポートのみに有意傾向がみられたが、多重比較による検討では有意とならなかった。このことから、「人生の目的」「自己受容」には学歴による差があり、学歴が高いほど「心理的健康」も高いことが示された。

5. 世代別心理的健康に関わる要因

心理的健康への各尺度の寄与を明確にするため、「人生の目的」と「自己受容」を合わせて主成分分析を行い、心理的健康尺度としての1次元性を確認した。その結果、成分負荷量は.48～.80となり、すべての項目が第1成分に負荷しており、二乗和は6.13であった（寄与率40.90%）。内部一貫性を示す α 係数は.89と十分に高く、両尺度をあわせて心理的健康尺度

表6 心理的健康と他の変数との相関

	1	2	3	4	5
1. 心理的健康	-	.435***	.352**	.232*	.181
2. 社会活動への関わり	.288**	-	.324**	-.020	.082
3. SS：社会活動	.480***	.088	-	.213	.467**
4. SS：配偶者	.279**	.050	.471***	-	.396**
5. SS：職場	.169**	.061	.472***	.296*	-

注1) 左下は子育て期, 右上 (ゴシック体) は中年期 * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

注2) SSはソーシャルサポート

表7 心理的健康との世代別偏相関

	子育て期 (N=45)	中年期 (N=39)	除変数
学歴	.13	.32 †	社会活動への関わり, ソーシャルサポート
社会活動への関わり	.21	.44**	学歴, ソーシャルサポート
ソーシャルサポート			学歴, 社会活動への関わり
社会活動	.49***	.26	
配偶者	.44**	.25	
職場	.23	.40*	

† $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

として扱うこととした。

つぎに、すべての変数についての相関を求めた。世代別の結果を表6に示した。世代にかかわらず、心理的健康は職場のサポート以外のすべての尺度と相関がみられた。子育て期はソーシャルサポートの社会活動と相関が最も高く、中年期では「社会活動への関わり」が最も高かった。世代によって、心理的健康と関連する変数が異なることが示された。

最後に、心理的健康に対し各変数の影響を検討するため、すべての項目に回答のあった、職業を持ち、社会活動を行い、配偶者のある回答者を対象に、これまでの分析で差のみみられた「学歴」「社会活動への関わり」「ソーシャルサポート」について、他の変数の影響を受けないように偏相関を求めた(表7)。学歴は中年期のみ有意傾向で、社会活動への関わりも、中年期において最も心理的健康との相関が高かった。一方、ソーシャルサポートは、子育て期では社会活動が最も高い相関を示し、次いで配偶者で高かった。中年期では、職場のサポートのみ有意だった。

考 察

未就学児を養育する子育て期の女性と、大学生の子を持つ中年期の女性を対象として、心理的健康について検討を行った。社会活動・配偶者・職場それぞれの役割で得られるソーシャルサポートとともに、社会活動への関わりの高さが、心理的健康にどのように関わるか、加えて学歴や就業形態による比較検討を行った。

1. 心理的健康

心理的健康を世代別に比較したところ、違いがみられなかった。西田(2000)において世代差がみられたのは「人生の目的」であったが、世代そのものより、むしろ関わる要因によって差がみられるといえよう。

学歴では、いずれの尺度も学歴が高くなるほど心理的健康は高くなった。本研究で扱った心理的健康とは、将来の目的や自分に対する受容であり、柏木(2001)の述べた通り、自分の生き方や目標を重視する傾向が学歴と関連することが示された。また、本尺度自体が自尊感情と相関が高いことから、教育歴の長さが自分を肯定的に捉え、積極的に人生に向き合う鍵になっていると思われる。

就業形態による差はみられなかったが、就業形態による違いを報告している伊藤ら(2006b)は主観的幸福感を用いており、本研究で用いた尺度は就業形態に影響されない内容であったといえる。

2. ソーシャルサポート

配偶者のサポートは子育て期の方が中年期より高く、社会活動でのサポートは、逆に中年期

の方が高く認知されていた。対象者の家族構成は核家族が多かったことと、尺度項目の内容から、育児に負担の大きい子育て期において、配偶者のサポートがより多く認知されると考えられた。逆に社会活動では、子育ての負担が減る中年期において、妻でも母でもない自分自身に対して、周囲のサポートが共感的であれば高いサポートとして認知されやすいと考えられる。川浦ら（1996）は、ソーシャルネットワークを、量的な広がりよりも質的な深さとして捉え、交際の頻度や関与の程度といったものが、ストレスの悪影響に緩衝剤として働くことを示唆した。子育て期では時間的・精神的な余裕が少なく、社会活動でのサポートが認知されにくい反面、子どもを通じてしか社会とつながっていないと訴える母親もおり、なんらかの形で周囲と関わりを持つことが、自分を肯定的に評価してくれる他者との出会いを作るきっかけになると思われた。

就業形態による違いがみられなかったことについては、本尺度が情緒的なサポートを中心とした尺度であったため、道具的、評価的なサポートには差を生じていても、情緒的サポートの認知には、就業形態の影響がなかったといえよう。

3. 社会活動への関わり

松浦（2006）の社会活動の分類より、学校・地域・消費・趣味・福祉の5項目で評価を行い、関わりの高さを検討した。子育て期、中年期とも多くの人が何らかの活動に関わっており、福祉活動のみ中年期の方がより高く関わっていた。伊藤（1999）は、中年期前半は親役割が個としての生き方を支え、中年期後半には役割の遂行が人とのつながりや社会への貢献感を促進するとしており、活動の内容に違いが出たものと思われる。

4. 社会活動への関わり、ソーシャルサポートと心理的健康

仕事をもち、配偶者がいて、なんらかの社会活動をしている人を対象に検討したところ、子育て期では社会活動と配偶者からのソーシャルサポートが、中年期では社会活動への関わりが強さと職場からのソーシャルサポートが心理的健康に関わり、世代で要因が異なることが示された。社会活動への関わりとソーシャルサポートは、前者が能動的な自己評価、後者が受動的な他者からの評価に対応すると考えられる。武内（2002）によれば、子育て期の女性は「子育てだけで人生を終わらたくない」と思い、自分を生かすことと、子どもという他者を生かすこととの統合を試みようとしているという。子育て期は“関係性”を築く時期であり、中年期では“個人性”を強めていくという、心理的健康への影響の仕方が、世代の違いにより異なるといえよう。

社会活動への関わりは、中年期では活動を行っているという事実が心理的健康に影響すると考えられた。柏木・永久（1999）が示唆した、心理的時間的な私的領域を求める女性の個人化傾向は、母でもなく妻でもない、一人の個人としての生き方を求めるものであり、世代に関係なく強いという。子育て期では周囲からの受容・評価が心理的健康にかかわるのに比べ、中

年期では、個を大切にした生き方、言い換えれば自身の積極的な行動が、肯定的な自己評価へとつながったと思われる。

ソーシャルサポートは、社会活動でのサポート認知は中年期の方が高かったにもかかわらず、心理的健康との関連では子育て期の方が高かった。子育て期においては、社会とのつながりが少ないからこそ、そこから得られるサポートの多寡が心理的健康に大きな影響を及ぼすものと考えられる。また、配偶者からのサポートも子育て期の女性の心理的健康に影響を及ぼしていた。子育て期においては、配偶者からの特に情緒的サポートの有無が育児不安や抑うつなど精神的健康を大きく左右することがこれまでに多く報告されており（福岡ら,1997；伊藤・池田・川浦；1999）、本研究のようにどちらかという自尊感情に近い心理的健康の測定においても、これまでと同様の結果が得られたことから、やはり子育て期においては配偶者からの情緒的サポートは母親の精神的健康に不可欠なものだといえよう。一方、職場におけるサポートは、中年期の方が心理的健康に影響しているという結果が示された。就業していても社会活動をしていない人や、配偶者のいない人を含む検討では関連がみられなかったことから、女性が仕事を続けていく過程で、就業の場でもソーシャルサポートが認知されていくことを示した。以上から、子育て期では実際の手助けや、情緒的な励ましといった夫からのサポートや社会活動を通じた仲間からのサポートが、中年期では仕事における仲間からのサポートが、自己を受容し将来への見通しを持つ上で重要であると考えられた。

なお、調査は主に私立の保育園、幼稚園、大学で配布されたため、データの安定性においてサンプルに偏りがあると考えられた。結果を一般化するには、サンプルの偏りとデータ数を増やして結果の安定性を増すことが課題だといえよう。

付 録

予備面接

目的：多重役割に従事する女性の、心理的健康に関わる要因を抽出する。

方法：2006年10～11月に地域役員経験があり、職業を持つ母親3名（43～45歳）に半構造化面接法にて調査を行った。

質問内容：土肥ら（1990）の多重役割に関する項目を参考に、役割ごと（家庭・仕事・その他）のエネルギー投入割合、それらの心理的なウェイト、それぞれの役割に対する満足度・達成感・負荷感、エネルギー投入割合の多いものに対するモチベーションの維持、仕事について将来の見通し、その他、現在抱えている問題について自由回答を求めた。

結果：面接対象者は、それぞれがコミットメントの高い領域において、評価的なサポート対象と、情緒的なサポート対象の存在を認知しており、その役割の満足度が高かった。3名とも子どもは成人しておらず、子育て期と中年期の境にあるが、すでにいくつかの葛藤を経験している。子どもの学校や地域の他に、趣味や福祉の分野での積極的な活動経験があり、家庭と仕

事以外の場での役割がある。コミットメントの多少にかかわらず、いずれかの役割においてサポート対象の存在が確認された。社会活動への参加経験が心理的健康に少なからず影響している可能性が考えられた。

以上から、多重役割を担う女性の心理的健康を検討するにあたり、ソーシャルサポートに加え、社会活動への関わりについても検討することとした。役割場面をこれまで取り上げられてきた職場、家庭のみでなく、社会活動を新たに加え、それぞれの場面において認知されるサポートを評価してもらう。そのためには各場面に共通する尺度を作成することが必要であり、サポート項目については、心理的健康に影響する情緒的サポートを中心に、面接から得られた励ましや評価的サポートを加えることとした。心理的健康は内的発達の過程を重視して、過去の自分を振り返り受容することと、将来展望に関わる項目を選定することとした。

引用文献

- 土肥伊都子・広沢俊宗・田中國夫 1990 多重な役割従事に関する研究－性役割従事タイプ、達成感と男性性、女性性の効果－社会心理学研究, 5, 137-145.
- 福岡欣治・橋本幸 1997 大学生と成人における家族と友人の知覚されたソーシャル・サポートとそのストレス緩和効果 心理学研究, 68, 403-409.
- 池田政子・伊藤裕子・相良順子 2005 夫婦関係満足度に見るジェンダー差の分析－関係は、なぜ維持されるか－ 家族心理学研究, 19, 116-127.
- 伊藤美奈子 1999 個人と社会という観点からみた成人期女性の発達 岡本祐子（編）女性の生涯発達とアイデンティティー 個としての発達・関わりの中での成熟－北大路書房 Pp.102-109.
- 伊藤裕子・池田政子・川康至浦 1999 既婚者の疎外感に及ぼす夫婦関係と社会的活動の影響 心理学研究, 70, 17-23.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子 2004 既婚者の心理的健康に及ぼす結婚生活と職業生活の影響 心理学研究, 75, 435-441.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子 2006a 職業生活が中年期夫婦の関係満足度と主観的幸福感に及ぼす影響:妻の就業形態別にみたクロスオーバーの検討 発達心理学研究, 17, 62-72.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子 2006b 多重役割に従事する子育て期夫婦の関係満足度と心理的健康－妻の就業形態による比較－聖徳大学研究紀要, 17, 33-40.
- 柏木恵子 2001 子どもという価値 少子化時代の女性の心理 中公新書
- 柏木恵子・永久ひさ子 1999 女性における子どもの価値－今、なぜ子を産むか－教育心理学研究, 47, 170-179.
- 川浦康至・池田政子・伊藤裕子・本田時男 1996 既婚者のソーシャルネットワークとソーシャルサポート－女性を中心に－ 心理学研究, 67, 333-339.
- 厚生労働省 平成 20 年版厚生労働白書
- 松浦素子 2006 成人女性のライフスタイルと精神的健康との関連－役割達成感とパーソナリティの観点から－心理学研究, 77, 48-55.
- 難波淳子 2000 中年期の日本人女性の自己の発達に関する一考察 語られたライフヒストリーの分析から 社会心理学研究, 15, 164-177.
- 西田裕紀子 2000 成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究 教育心理学研究,

48, 433-443.

小野公一 1996 働く女性の仕事ストレスとソーシャル・サポート 亜細亜大学経営論集, 32, 3-20.

武内珠美 2002 妊娠・出産・子育てをめぐる女性の心理と問題 岡本祐子・松下美知子（編）新女性の
ためのライフサイクル心理学 福村出版 Pp.151-172.

Vaux, A., Riedel, S., & Stewart, D. 1987 Models of social support: The Social Support Behaviors (SS-B) Scale.
American Journal of Community Psychology, 15, 209-237. (Sheldon, C., Lynn, G.U., & Benjamin, H.G.
2005 Social Support Measurement and Intervention: A Guide for Health and Social Scientists. 小杉正太郎・
島津美由紀・大塚泰正・鈴木綾子（監訳）ソーシャルサポートの測定と介入 川島書店 Pp.476-477.所
収)

(2008.12.10 受理)