

# 日本人夫婦における夫婦間葛藤と心理的支援への援助要請の過程

Chu Chia-Fong Jessica

(学籍番号: 23PSM107, 指導教員: 野末武義教授)

## 問題と目的

夫婦間葛藤には、言葉による攻撃や非難、侮辱、非言語的な怒りや無視などの破壊的要素と、共感的理解や支持などの建設的要素が含まれる (Gottman & Levenson, 1992; Cummings & Davies, 2010)。日本人夫婦は葛藤時に消極的な対処や回避行動を取る傾向があると示唆されている (東海林 2006, 2009)。関係性における苦痛を軽減するために、欧米ではカップルセラピーなどが効果的であると実証されているものの、このようなフォーマルな援助を求めるカップルは少ない (Doss et al., 2004; Lebow & Snyder, 2022)。そこで、「関係性における援助要請」という概念が個人の援助要請と区別され、専門職によるフォーマルな援助と、家族や友人、インターネットなどによるインフォーマルな援助に焦点を当てた研究が進められている (Stewart et al., 2016; Hubbard & Harris, 2020)。日本では、個人の援助要請に関する研究に注目され、「関係性における援助要請」に注目される研究は不足している (永井, 2016)。以上を踏まえ、本研究では結婚している日本人の夫婦間葛藤への対処、特に「関係性における援助要請」に関する主観的な体験を探ることを目的とした。そのプロセスのモデルを探索的に生成するために質的研究法を採用した。具体的には、以下の3つのリサーチクエスチョンを検討した: 1) 日本人同士の夫婦は、夫婦間葛藤からその解消まで、どのようなプロセスを辿るのか、2) そのプロセスにおいて、どのようにサポートを求めるか、或いは求めないのか、3) 彼らが望む心理的支援とは、どのようなものなのか。

## 方法

社会構成主義的グラウンデッド・セオリー・アプローチ (Charmaz, 2014)に基づき、思春期前の子どもを持つ初婚の日本人13人（男性6人、女性7人）を対象に半構造化面接を1回ずつ実施した。全ての面接は、協力者の同意を得てから録音し、逐語録を作成した。逐語録は個人情報を匿名化し、インタビューデータを分析した。理論的メモなどを作成し、カテゴリまたはクラスター間の関係を検討し、理論的モデルの構築を試みた。

## 結果

得られた775のコードから7レベルの階層に整理した。この階層の最上層に7つのクラスター、第2層には23のカテゴリー、第3層には68のサブカテゴリーを生成した。7つのクラスターは、「子どもができたことで、夫婦関係において新たな変化と課題を感じる」、「パートナーへの期待や価値観のズレが原因となり、夫婦間で葛藤するようになる」、「夫婦間葛藤で日常生活の雰囲気が悪くなり、夫婦がその雰囲気に直面する」、「『普通』に戻るために日常生活で夫婦間葛藤への対処を工夫する」、「問題の深刻さとその問題への意識で、夫婦関係のことで援助を求めるかどうかを決める」、「段階的に援助を求める」、「夫婦間葛藤への対処とその援助の求め方に日本の文化と価値観の影響を感じる」であった。クラスター間の関係に基づき作成したモデルを生成した。

Table 1 研究協力者の属性

No	性別	仮名	年齢	居住地	面接形態	就業状況	最終学歴	婚姻年数	子ども数	第1子年齢	就業状況	パートナー最終学歴	
1	男	Yuta	34	東京	Zoom	FT	大学院	3	1	8ヶ月	産休	大学院	
2	女	Emi	36	東京	Zoom	PT	大学	7	2	7歳	FT	専門2年	
3	男	Sho	38	東京	対面	FT	大学院	10	3	10歳	FT	大学	
4	女	Ai	42	東京	Zoom	FT	大学院	14	2	5歳	FT	大学院	
5	女	Mae	27	東京	対面	PT	専門2年	2	1	2歳	FT	中学校	
6	男	Sendo	34	東京	対面	FT	大学	6.5	2	10歳	PT	高校	
7	男	Haru	27	東京	Zoom	FT	産休	大学	3	1	1ヶ月	FT	大学
8	男	Akira	38	大阪	Zoom	FT	大学院	8	3	7歳	産休	大学	
9	男	Kuro	28	東京	Zoom	FT	大学	5	2	4歳	主婦	専門2年	
10	女	Ame	42	大阪	Zoom	FT	大学	14	1	8歳	FT	専門2年	
11	女	Momo	41	札幌	Zoom	PT	専門1年	10	2	10歳	FT	高校	
12	女	Asako	42	東京	Zoom	主婦	専門3年	12	1	8歳	役員	専門3年	
13	女	Keiko	35	名古屋	Zoom	主婦	大学	6	2	4歳	FT	大学	

Note: フルタイム勤務: FT, パートタイム勤務: PT

Table 2

クラスター、カテゴリーのタイトルと寄与した協力者の人数

クラスター	(N)	カテゴリー	(n)
クラスター1: 子どもができたことで、夫婦関係において新たな変化と課題を感じる	13	親という役割への変化を感じる	13
		子どもができたことによって二人の関係が変わったことを感じる	13
		限られた能力と資源に直面しながら生活する	13
クラスター2: パートナーへの期待や価値観のズレが原因となり、夫婦間で葛藤するようになる	13	お互いの考え方や期待などの違いに気づく	13
		違いを経験しながら、一緒にタスクに取り組む	13
		違いを経験しながら、一緒に決断する	11
		違いを経験しながら、問題だと思う点を持ち出す	13
		パートナーの言動に対して様々な感情を抱く	13

クラスター3：夫婦間葛藤で日常生活の雰囲気が悪くなり、夫婦がその雰囲気に直面する	13	意見の対立が口論にならない ように努力する 夫婦間葛藤で言葉を使って口論する  夫婦間葛藤で沈黙を使ってパートナーにプレッシャーを与える  夫婦間葛藤をネガティブにとらえる これまでの夫婦間における体験を活かす 回避行動を葛藤の際の主な対処方略として選択する	13 11 9 13 13 13 13 13 13 13 13 11
クラスター4：「普通」に戻るために日常生活で夫婦間葛藤への対処を工夫する	13	「普通」に戻ったと感じる 夫婦関係がうまくいっていないとは思っていない場合は援助を求めるない 日常生活で援助を経験する	13 12 11
クラスター5：問題の深刻さとその問題への意識で、夫婦関係のことで援助を求めるかどうかを決める	13	まずインフォーマルな援助を求める  専門家の援助は最後の手段だと考える 援助を求めたり、アクセスしたりする際に、さまざまな障壁を経験する 援助を求める際に具体的な援助を期待する 内在化された日本社会の価値観の影響に気づく 「普通であること」を基準とする	13 9 13 7 10 11
クラスター6：段階的に援助を求める	13		
クラスター7：夫婦間葛藤への対処とその援助の求め方に日本の文化と価値観の影響を感じる	12		

### 考察

思春期前の子どもを持つ日本人夫婦が、夫婦間葛藤への対処に関して、どのようなプロセスを辿るのか、またその中でどのように援助を求める、或いは求めないのかを明らかにした。

結果は、夫婦間葛藤への対処が「普通」の状態に戻ることを優先する行動に根ざしていることを示している。本研究の協力者は、先行研究と同様に「我慢する」などといった回避行動や個人ストレス解消方法を用いて夫婦間葛藤に対処していた。これらの回避行動は、夫婦間葛藤の核心的な問題を解決するよりも、パートナー自身のネガティブ感情を調整し、夫婦関係を安定した「普通」の状態に戻すことを目的としていた。また、先行研究と同様に言語的話し合いだけではなく、非言語的コミュニケーションも重要な役割を果たしていた。協力者は夫婦間の空気を読み、パートナーの気持ちなどを察知し、回避行動を通じて「普通」の状態を保とうとしていた。

また、男女差が見られた。非言語的なコミュニケーションや回避行動を用いることで、内在的な不満が蓄積しやすい状態となる場合があった。この不満を解消するため、特に女性協力者は、パ-

ートナーと離れた場所で友人や家族に愚痴をこぼし、感情を解放する方法を取ることがあった。また、男性協力者はストレスを緩和するために、妻のネガティブな感情に寄り添い、夫婦間の「普通」を保つ行動を取る場面が見られた。日本社会における性別役割態度や価値観が葛藤対処に影響を与えていることを示唆している。

援助要請のプロセスは、段階的なものとして明確になった。協力者は、夫婦間葛藤が深刻でない場合は支援を求めることなく、自然な「仲直り」を通じて「普通」の状態に戻すことを試みていた。しかし、葛藤が深刻化し、離婚の話が出るなど「普通」の日常生活に戻れない状態が続くと、協力者は援助要請の段階を進める傾向が見られた。最初の段階では、協力者は信頼できる身近な人に不満を共有することで、感情整理を行うことが主であった。葛藤が深刻化すると、身近な人に関係性改善の助言や仲介を求めるなど、関係性を改善するためにインフォーマルな援助を求めるようになる。しかし、インフォーマルな援助では問題が解決しない場合、フォーマルな援助を検討する段階へ進んでいく。このプロセスには、「恥」やステigmaなどが関与しており、多くの協力者は葛藤が深刻化しなければフォーマルな援助を求めないと考えた。

### 主要引用文献

- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2010). *Marital conflict and children: An emotional security perspective*. Guilford Press.
- Doss, B. D., Simpson, L. E., & Christensen, A. (2004). Why do couples seek marital therapy? *Professional Psychology: Research and Practice*, 35 (6), 608–614. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.35.6.608>
- 東海林 麗香 (2006) 夫婦間葛藤への対処における譲歩の機能: 新婚女性によって語られた意味づけ過程に焦点を当てて 発達心理学研究, 17, 1–13. <https://doi.org/10.11201/jjdp.17.1>

### 付記

本研究は著者による 2018 年度心理学科卒業論文「日本人夫婦における夫婦間葛藤と心理的支援への援助要請の過程」における研究の一部として行われた。