

原著

夫婦関係満足度に関連する要因の検討

— 夫婦の家事分担、日常ストレス、対象関係に焦点をあてて —

井 梅 由美子¹⁾

An Examination of Factors Related to Marital Satisfaction

: Focusing on the Sharing of Household Chores, Daily Stress, and Object Relations

Yumiko Iume

要 旨

夫婦関係の良好さは成人期のメンタルヘルスを考える上で重要であるが、夫婦関係の満足度は妻側が低いことがこれまでの研究で明らかにされている。本研究では30～50代の既婚男女300名にオンライン調査を実施し、夫婦の家事分担と日常のストレス、本人および配偶者の対象関係、夫婦関係満足度等を尋ねた。その結果、家事分担は妻が担っている率が高く、妻の就業形態の違いによって、夫婦の家事分担の程度に違いが見られた。また、夫婦関係満足度に関わる要因について、男性では、仕事や実父母（義父母）、近隣関係のストレス等が満足度を低め、女性では、実父母（義父母）や近隣関係のストレスが満足度を低め、家事分担において夫の関与が高いことが夫婦関係満足度を高める要因として関連していた。さらに、対象関係について、夫婦ともに対人場面における基本的な信頼感を有していることが満足度を高めており、女性ではそれに加えて、自らの対人回避傾向や見捨てられ不安の高さや、配偶者の自己中心的な態度が夫婦関係の満足度を低めていることが分かった。

キーワード：夫婦関係、家事分担、対象関係

1. 問題と目的

夫婦関係の良好さは、成人期のメンタルヘルスを良好に保つ上で重要な要素の1つである。しかしながら、配偶者や夫婦関係に対する満足感について調べた調査では、夫よりも妻の方が夫婦関係の満足感が低いことが明らかにされている（例えば、柏木・平山, 2003; 伊藤・相良, 2012）。

このような差はなぜ生じるのであろうか。要因の

一つに、男女をとりまく社会的環境の変化が挙げられるであろう。男女共同参画白書（男女共同参画局, 2024）によると、1990年代に共働き世帯が専業主婦世帯を逆転し、2023年の調査では、この差が3倍ほどとなり共働き世帯が多くなっている。女性の社会進出はここ20数年の間にずいぶん進んだが、一方で、家庭における家事時間の夫婦の不均衡は相変わらず存在する。2021年時点で、夫の家事時間は妻の家事時間の4分の1にとどまっているといった調査結

1) 井梅由美子 東京未来大学こども心理学部 (Tokyo Future University) iume-yumiko@tokyomirai.jp

果（総務省統計局，2023）もあり，国際比較調査においても他の先進国と比べて我が国の不均衡が際立っている（男女共同参画局，2020）。

また，夫婦の関係満足度に関する心理学的研究では，結婚年数の経過にともなって，夫婦関係の満足度はU字カーブを描くと言われている（福島・沼山，2018）。その理由として永井（2005）は，第一に「親役割割への移行」を挙げている。「子どもの存在は，親の時間と収入を必要とするため，親はストレスが増加する一方，余暇活動が少なくなるため結婚幸福度，結婚満足度は低下する」というのである。また，第二に「配偶者（パートナー）への関心の低下」，第三に「育児負担」を挙げしており，「母親にとっては育児が加わることにより，家事・育児の負担が増大するが，父親の負担はさほど増加せず，母親は不公正であると感じるため」と述べている。

伊藤（2015）の調査では，女性は「子育て期」に夫婦関係満足度を著しく低下させているが，男性はそれほどではないことを明らかにしており，その理由について，我が国に特徴的なのは，子どもを持つことで妻は夫に，父親の役割を果たしてほしいとの要望が強いことが関係していると述べている。また，中高年期夫婦を対象とした調査では（伊藤・相良，2012），40代から70代の夫婦の愛情尺度得点について，40代がもっとも低く，年代があがるにつれて緩やかに得点があがっていること，どの年代においても妻よりも夫の愛情尺度得点の方が高いことを見出している。さらに，福島・沼山（2018）では，子どもの有無と夫婦関係について調査しており，男女とも子どもがいる群の方が共行動が低く，一方，親密性については，夫は子どもの有無で違いがないが，妻は子どもがいる方が親密性が低いことを明らかにしている。これらの研究から，子どもの有無や，子どもを持つことによる夫と妻の負担感の差や認識の違い，また，子どもの世話や日々の忙しさ等日常のストレスが，夫婦関係の満足度に影響を与えていることが推測される。

加えて，夫婦関係の満足には，夫および妻の他者

との関係の持ち方，すなわち対象関係についても影響すると考えられる。対象関係とは，精神分析的心理療法において用いられる概念で，幼少期の重要な他者との関係性から続く個人の相手への信頼感や距離感など，他者との関係の持ち方のスタイルのことを指す（井梅他，2015）。恋人や夫婦関係など親しい人との関係において，その関係を維持し，精神的な安定を保つうえで重要な指標と考えられる。金政（2010）は，中年期の夫婦関係と愛着スタイルとの関連を検討しており，愛着の不安の高さが，夫婦の関係性への評価の低さ，および，相手へのネガティブな感情に関係していることを示している。また，金政他（2021）では，恋人関係および夫婦間のDV加害に，愛着不安が関係していることを示しており，個人が有する他者との関係性の持ち方は，夫婦の関係性の満足度に影響を与えると考えられる。

そこで本研究では，はじめに，夫婦の家事分担の現状について明らかにし，あわせて，夫婦関係満足度に関連する要因として，家事分担の他，日常のストレスや本人および配偶者の対象関係等を尋ね，その関連を検討することとする。

2. 方 法

（1）手続き

調査会社に委託しオンライン調査を実施した。回答は自由意思に基づくこと，統計データは学術的に利用することが回答前に説明され，同意した者が回答した。

（2）調査対象者

30～50代の配偶者のいる成人男女300名（男性150名，女性150名）を対象に調査を実施した。

回答に不備のあったものを除外し，最終的に272名（男性125名，女性147名）を分析対象とした。分析対象者の平均年齢は男性45.27歳（ $SD=8.21$ ，30-59歳），女性44.98歳（ $SD=8.35$ ，30-59歳）であった。

(3) 調査時期

2023年2月に実施した。

(4) 調査内容

a) フェイス項目

性別, 年齢, 子どもの有無, および (いる場合は) 人数, 本人および配偶者の就労状況等について尋ねた。

b) 夫婦の家事分担

久保 (2009) を参考に「食事の準備」や「部屋の片づけ」, 「子どもの世話」等, 日常の家事9項目の夫婦間の分担について尋ねた。「ほぼ私(1)」から「夫婦同じ位(4)」, 「ほぼ配偶者(7)」までの7段階で評定を求めた。なお, フェイス項目にて「子どもがいない」と回答したものには, 「子の世話」「子の用事 (PTA 活動)」「子の用事 (習い事)」の3項目の回答は求めなかった。

c) 夫婦関係満足度

配偶者への愛情の程度を測定した伊藤・相良 (2012) の尺度から10項目を選択し, 用いた。「いつもそうだ(4)」, 「たいていそうだ(3)」, 「たいていそうではない(2)」, 「いつもそうではない(1)」の4件法で回答を求めた。

d) 日常のストレス

日常生活におけるストレスについて, ①仕事, ②育児 (子ども), ③実父母 (義父母), ④夫 (妻), ⑤ご近所づきあい (地域での人間関係, ママ友関係など含む) それぞれに関するストレスがあるかを尋ねた。「非常にある(6)」, 「わりとある(5)」, 「少しある(4)」, 「あまりない(3)」, 「ほとんどない(2)」, 「全くない(1)」の6件法で回答を求めた。なお, 「仕事」や「育児」等, 該当しない回答者もいると考えられたため, 「該当しない」を設け, これを選んだ場合は欠損値として扱った。

e) 抑うつ

K10 (Kessler et al., 2002)などを参考に, 抑うつについて尋ねる項目を4項目にて尋ねた。「非常にある(6)」, 「わりとある(5)」, 「少しある(4)」, 「あまりない(3)」, 「ほとんどない(2)」, 「全くない(1)」

の6件法で回答を求めた。

f) 本人および配偶者の対象関係

井梅他 (2006) によって作成された対象関係尺度を用いた。5つの下位尺度名とその尺度で測定している内容を () 内に示す。①親和不全 (自ら壁を作り, 他者と深くつきあうこと恐れる傾向), ②希薄な対人関係 (身近な人との相互理解やサポートの授受など, 信頼のおける交流が困難な傾向), ③自己中心的な他者操作 (自己中心的な心性が根底にあり, 自分のために他者が動いてくれることを当然と考える傾向), ④一体性の過剰希求 (自分にとって身近な人との同一視の傾向), ⑤見捨てられ不安 (親しい人から拒絶の恐れや相手の反応への過敏さ) の5因子からなる。井梅他 (2006) で作成された対象関係尺度は5因子29項目の尺度であるが, その後, 短縮版での使用も行っていることから (井梅・藤後, 2014), 本研究では短縮版の20項目を使用した。回答者自身の対象関係について, 20項目の回答を求めた後, 配偶者の対象関係について, 回答者からみた配偶者の対象関係の20項目について, 評定を求めた。

(5) 倫理的配慮

本研究の実施にあたり, インターネット調査会社の調査モニターとして登録している人の中から, テーマを説明したうえで匿名にて協力を募り, 協力しても構わないと考える人のみが回答を行った。彼らは, モニター登録の段階で調査データを統計的に処理し発表する可能性について説明を受け了解したうえで, 途中で回答をやめる権利を有していた。

3. 結 果

(1) 基礎統計量

はじめに, 調査対象者の基本的属性について記す。家族構成について, 夫婦のみが87名 (32.0%), 夫婦と子ども1人が70名 (25.7%), 夫婦と子ども2人が90名 (33.1%), 夫婦と子ども3人が24名 (8.8%), 夫婦と子ども4人以上が1名 (0.4%) であった。

本人, および配偶者の就労形態について尋ねた結果をTable1に示す。男性回答者の場合は, 配偶者

の就労形態を妻に、女性回答者の場合は、配偶者の就労形態を夫にカウントし、夫、妻それぞれの就労形態をまとめたものがTable1である。

Table1 夫婦の就労状況

	夫		妻	
	<i>n</i>	(%)	<i>n</i>	(%)
正規雇用勤務	234	(86.0)	77	(28.3)
パートタイム勤務	6	(2.2)	80	(29.4)
自営業	24	(8.8)	5	(1.8)
専業主婦（夫）	5	(1.8)	98	(36.0)
産休or育休中	0	(0.0)	8	(2.9)
その他	3	(1.1)	4	(1.5)
合計	272	(100.0)	272	(100.0)

(2) 各尺度の検討

a) 夫婦関係満足度尺度

夫婦関係の満足度に関する10項目について、因子分析を行った結果、第1因子で全分散を説明する割合は78.57%であったことから、1因子で使用するものとした（Table2）。因子負荷は全項目にて0.8を超

えており、10項目全てを因子項目として採用した。クロンバックの α 係数を算出したところ、 $\alpha=.969$ であった。

b) 抑うつ

抑うつに関する4項目について、因子分析を行った結果、第1因子で全分散を説明する割合は75.02%であったことから、1因子で使用するものとした（Table3）。因子負荷は全項目にて0.8を超えており、10項目全てを因子項目として採用した。クロンバックの α 係数を算出したところ、 $\alpha=.887$ であった。

c) 対象関係尺度

対象関係尺度の各下位尺度について、信頼性の検討を行い、分析に用いる項目を決定した。

はじめに、回答者本人の下位尺度ごとの信頼性について、「親和不全」4項目で $\alpha=.869$ 、「希薄な対人関係（以下、「希薄対人」と表記）」4項目で $\alpha=.810$ 、「自己中心的な他者操作」（以下、「自己中心」と表記）4項目で $\alpha=.827$ 、「一体性の過剰希求」（以下、「一体希求」と表記）4項目で $\alpha=.774$ 、「見捨てられ不安」（以下、「見捨て不安」と表記）4項目で $\alpha=.819$ であっ

Table2 夫婦関係満足度の因子分析結果

項目	I	共通性
悩み事や相談があるとき、配偶者は親身になって一緒に考えてくれる	.904	.817
私は配偶者の気持ちをできるだけわかろうと努める	.901	.811
配偶者は私を理解してくれる	.900	.810
配偶者といくと安心していられる	.900	.810
物事がうまくいかないとき、配偶者はアドバイスをくれたり、見守ってくれる	.895	.801
配偶者のためならできるだけのことをしてあげたい	.894	.799
自分は配偶者から信頼されている	.876	.768
配偶者は私の体調や健康を気づかってくれる	.873	.763
私は配偶者を一人の人間として尊敬している	.865	.747
その日の出来事や嬉しかったことは真っ先に配偶者に話す	.856	.732

Table3 抑うつの因子分析結果

項目	I	共通性
気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れない	.898	.806
いつも疲れている感じがする	.877	.770
毎日くたくたに疲れる	.847	.717
自分は価値のない人間だと感じる	.841	.708

た。次に、配偶者の対象関係下位尺度について、「親和不全」4項目で $\alpha = .883$,「希薄対人」4項目で $\alpha = .820$,「自己中心」4項目で $\alpha = .883$,「一体希求」4項目で $\alpha = .861$,「見捨不安」4項目で $\alpha = .844$ であった。

いずれも十分に高い α 値が得られたことから、すべての項目を採用して以下の分析に用いた。

(3) 夫婦の家事分担の程度

夫婦の家事分担の程度の9項目について、「ほぼ妻(1)」～「ほぼ夫(7)」の度数分布、および平均値をTable4に示す。なお、男性回答者は、「ほぼ私(夫)」が「1」、ほぼ配偶者(妻)」が「7」で評定を求めたことから、点数を逆転し、「ほぼ妻(1)」～「ほぼ夫(7)」の度数分布になおして用いた。度数分布ではいずれの項目も「ほぼ妻(1)」を選択している人が最も多く、「夫婦同じ程度(4)」については10%代となっている項目が多い。また、「家計の管理」を除くと、「ほぼ夫」の割合は5%に満た

ないことが分かる。平均値については、1.9～2.9となっており、こちらの結果からも家事分担の偏りが大きくあることが分かる。

次に、妻の就労形態によって家事分担の程度に差があるかを検討するため、妻の就労形態(正規雇用、パートタイム、専業主婦の3群を使用。他は人数が少ないため分析から除外した)による家事分担の程度の違いを検討した。従属変数である家事分担の程度が正規分布に従っていないため、Kruskal-Wallis検定を行った。結果をTable5に示す。有意差が見られた項目は、「食事の準備」、「洗濯」、「掃除」、「子の世話」、「子の用事(PTA等)」、「子の用事(習い事等)」の6つであった。多重比較の結果、概ね正規雇用勤務と専業主婦での差が認められ、専業主婦群が家事をより多く担っていることが分かった。

(4) 夫婦関係満足度の性差・年代差

夫婦関係満足度について、性別や世代、子どもの有無による差があるのかを検討するため、夫婦関係

Table4 夫婦の家事分担の程度

	<i>n</i>	出現頻度 (%)							<i>M</i>	<i>SD</i>
		ほぼ妻 (1)		夫婦同じ (4)			ほぼ夫 (7)			
1. 食料品等買い物	272	46.0	25.7	7.7	12.1	2.9	1.8	3.7	2.2	1.6
2. 食事の準備・調理	272	56.6	22.4	10.7	4.8	1.1	1.5	2.9	1.9	1.4
3. 食事の後片付け	272	40.1	20.6	10.7	14.0	5.9	4.0	4.8	2.6	1.8
4. 洗濯・衣類の整理	272	47.1	20.6	10.7	14.3	2.6	3.7	1.1	2.2	1.5
5. 部屋の掃除等	272	37.5	22.8	16.5	12.1	4.4	5.1	1.5	2.4	1.6
6. 家計の管理	272	41.5	12.9	7.4	16.2	5.5	6.3	10.3	2.9	2.1
7. 子の日常の世話	185	31.9	27.6	19.5	17.3	2.2	1.6	0.0	2.4	1.2
8. 子の用事 (PTA 活動等)	185	47.6	18.4	16.8	14.6	1.1	0.0	1.6	2.1	1.3
9. 子の用事 (習い事等)	185	39.5	20.0	15.1	21.1	1.6	1.6	1.1	2.4	1.4

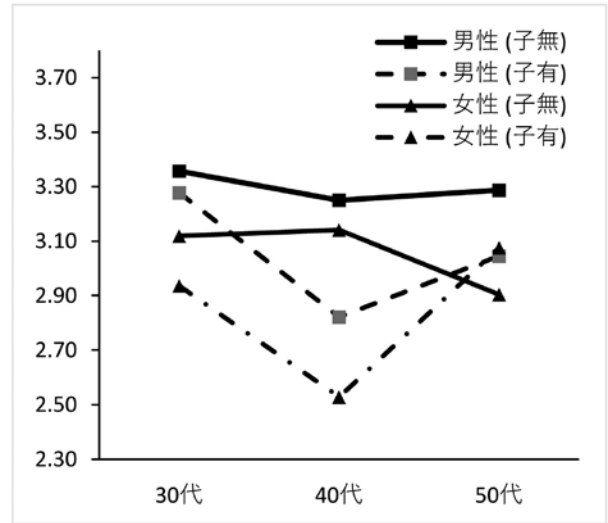
Table5 妻の就業形態の違いによる家事分担の程度

	正規雇用 n=77 (51)		パートタイム n=80 (59)		専業主婦 n=98 (66)		χ^2	多重比較結果
	M	SD	M	SD	M	SD		
1. 食料品等買い物	2.23	1.40	2.10	1.38	2.07	1.65	3.746	
2. 食事の準備・調理	2.12	1.43	1.89	1.35	1.53	1.14	13.458**	正規 > 専業
3. 食事の後片付け	2.78	1.82	2.45	1.55	2.37	1.81	2.931	
4. 洗濯・衣類の整理	2.55	1.60	2.13	1.37	1.92	1.37	8.207*	正規 > 専業
5. 部屋の掃除等	2.92	1.80	2.49	1.45	1.95	1.21	14.572**	正規, パート > 専業
6. 家計の管理	2.94	1.97	2.75	1.98	2.77	2.18	1.093	
7. 子の日常の世話	2.76	1.35	2.36	1.19	2.03	1.15	9.642**	正規 > 専業
8. 子の用事(PTA活動等)	2.47	1.42	2.00	1.22	1.82	1.12	7.383*	正規 > 専業
9. 子の用事(習い事等)	2.88	1.51	2.14	1.34	2.11	1.29	10.084**	正規 > パート, 専業

* $p < .05$ ** $p < .01$ () 内の数字は項目7,8,9の分析における人数

満足度尺度の得点を従属変数、性別、年齢（30代、40代、50代の3群）、子の有無の3つを独立変数とした分散分析を行った。その結果、交互作用は見られず、性別および子の有無の主効果が見られた（性別 $F(1,260) = 4.87, p < .05$ ；子有無 $F(1,260) = 5.16, p < .05$ ）。結果をFigure1に示す。性差については、男性の方が満足度が高く、子の有無については、子どもがいない人の満足度の方が高かった。

Figure1 夫婦関係満足度の性差・年代差・子の有無



(5) 夫婦関係満足度と家事分担、日常ストレス等の関連

夫婦関係満足度得点と、家事分担の程度、日常のストレス、抑うつ、本人および配偶者の対象関係について、その関連を検討するため、男女別にスピアマンの順位相関分析を実施した（Table6）。なお、家事分担の程度については、全9項目の平均を算出し、分析に用いた。

その結果、男性では、育児、実父母（義父母）、

夫婦、ご近所づきあいに関するストレス、および抑うつの高さが夫婦関係満足度と有意な負の相関を示しており、対象関係については、本人および配偶者の「希薄対人」が高いことが夫婦関係満足度と有意な負の相関を示していた。

一方、女性では、家事分担における夫の関与の高さが夫婦関係満足度と有意な正の相関を示し、実父母（義父母）、夫婦、ご近所づきあいに関するストレス、および抑うつの高さが夫婦関係満足度と有意な負の相関を示していた。さらに、対象関係については、本人の「親和不全」、「見捨不安」および「希薄対人」が高いことと、配偶者の「一体希求」、「自己中心」、「希薄対人」が高いことが夫婦関係満足度と有意な負の相関を示していた。

4. 考 察

本研究では、30～50代の既婚男女にオンライン調査を行い、夫婦の家事分担の実際と、夫婦関係満足に影響を与える諸要因について検討した。

(1) 夫婦の家事分担について

はじめに、夫婦の家事分担の程度について、日常の家事に関する9項目を担っている程度を聞いたところ、夫婦間での家事分担の偏りが大きくあることが分かった。夫婦の家事分担の不均衡は、久保(2009)の調査結果や、総務省の2021年度の大規模調査（総務省統計局、2023）においても同様の結果が得られており、今回の調査対象者についても、概ね、大規模調査と変わらない結果が得られたと言えよう。

また、妻の就労形態の違いによって家事分担の程度に差があるかを検討したところ、6つの項目で有

Table6 夫婦関係満足度に関連する要因の相関分析結果

	家事 分担	ストレス					うつ	対象関係（本人）					対象関係（配偶者）				
		仕事	育児	父母	夫婦	近隣		親和 不全	希薄 対人	自己 中心	一体 希求	見捨 不安	親和 不全	希薄 対人	自己 中心	一体 希求	見捨 不安
夫婦関係 満足度	-.088	-.141	-.206*	-.347**	-.695**	-.281**	-.298**	-.091	-.466**	-.064	.080	-.113	-.163	-.551**	-.092	.026	-.138
	.236*	-.041	-.207	-.173*	-.705**	-.254**	-.326**	-.243**	-.485**	.029	.108	-.231**	-.145	-.549**	-.346**	-.186*	-.059

* $p < .05$ ** $p < .01$ 上段：男性 下段：女性

意差が見られ、正規雇用勤務の家庭の方が専業主婦家庭よりも夫が家事を担っていた。しかしながら、その差は大きくなかったことから、「夫は仕事、妻は家事・育児と仕事」と指摘されている状況（久保, 2009）は依然としてあることが伺われる。前述の総務省の調査（総務省統計局, 2023）では、6歳未満の子どもを持つ夫婦と子どもの世帯において、夫と妻の1日当たりの家事関連時間の平均は、夫が1時間54分、妻が7時間28分であったことを示している。本調査では具体的な家事時間は尋ねていないが、7段階評価において平均が全て3に満たないことから、主な家事の担い手が妻であることが推測される。社会の変化とともに男女の働き方も大きく変化し、共働き世帯が7割を超えているものの（男女共同参画局, 2024）、夫は未だに家事補助の立場（工藤, 2015）が改善されていないと言えよう。

（2）夫婦関係満足度に関する性差、世代差、子どもの有無

夫婦関係満足度の性差、年代差と子どもの有無について検討したところ、男性より女性の方が夫婦関係満足度が低く、子どもがいない夫婦の方が満足度が高かった。性差による違いは先行研究でも一貫して見られており、本研究においても同様の傾向が見られた。

また、交互作用は見られなかったものの、子どもがいる群では、40代で男女ともに満足度が低下するのに対して、子どものいない群ではそのような低下は見られなかった。40代は子どもがいる群にとっては、子育てでさまざまなイベントがある時期である。菅原（2016）の調査では、縦断調査によって子どもが10歳時、14歳時、18歳時点での比較をしており、14歳時点での結婚満足度が最も低かったことを報告している。今回の調査の結果においても、子どものいる群でのみ40代での低下が見られたことから、子どものイベントが夫婦関係に及ぼす影響が少なからずあることが推測される。福島・沼山（2018）は、子どもがいない夫婦は、子どもがいる夫婦に比べて

共行動が高いこと、また、共行動が親密性を高めていることを指摘しているが、子どもがいる夫婦の場合、子育ての最中である40代の時期は、子どもへの対応が優先され、夫婦が共に過ごす機会が失われやすく、その結果、満足度が他の年代と比べて低くなるのかもしれない。

（3）夫婦関係満足度と家事分担、日常ストレス

夫婦関係満足度に関連する要因を検討するために、家事分担、日常ストレス、抑うつ、および対象関係の各因子との相関分析を男女別に行った。

まず、家事分担と日常ストレス、抑うつについて検討する。日常ストレスとの関連について、はじめに、育児に関するストレスは男性で見られたものの、女性では関連が見られなかった。育児に関するストレスとの関連が女性で見られなかったことは、上述の子どもの有無による40代の満足度の違いと矛盾するようでもあるが、あわせて考えると、子どもに費やす時間が増える分、相対的に配偶者に向かう気持ちは下がるものの、育児に関するストレスや悩みと夫婦関係の満足度とは別な問題ということであろうか。あるいは、育児に関するストレスがあることによって夫への不満が高くなる場合と、子どもの問題に対峙するために夫婦の結びつきが強まるといった可能性もあり、これら両面あることから相殺されて、関連は出なかったのであろうか。今回の調査では、育児のストレスについて一項目のみで尋ねているため、より詳細な検討が必要であると考えられる。一方、男性は少ないながらも負の影響が見られており、育児に関するストレスを感じることで配偶者への満足度を低めていることが分かる。

つぎに、父母に関するストレスは男女ともに夫婦関係満足度を低める要因となっていた。今回、実父母と義父母に関するストレスを分けて聞かなかったため、実父母との関係のストレスなのか、義父母との関係におけるストレスであるのかは分からないが、親との間に感じるストレスは、夫婦関係にネガティブな影響を与えるようである。中村・針塚（2017）は、

夫婦の原家族との関係と夫婦関係満足度について検討しており、夫は、妻が原家族（妻自身の親や兄弟等の家族）との関係が良くないと感じるほど、夫婦関係の満足度が低くなることを示している。一方、妻にはそのような関連がみられていない。今回の調査でも、親に関するストレスは夫婦満足度にネガティブな影響を与えており、特に男性の方が、その関連が強かったことは興味深い。

さらに、男女ともに、ご近所づきあい（地域での人間関係、ママ友関係など）のストレスは満足度を低める要因となっており、抑うつとの関連も見られたことから、さまざまなストレスが夫婦関係に影響していると考えられ、同時に、夫婦関係が悪いことにより、抑うつ傾向が高まるとも考えられる。

また、家事分担の影響については、男性では相関が見られなかったが、女性では、夫の関与が高いことが満足度を高めていた。家事分担の不均衡については上述したが、こうした不均衡がある中で、夫の関与の高さは、妻にとっては満足度を高める要因となっていることは注目すべき視点であろう。

（4）夫婦関係満足度と対象関係

最後に、夫婦のパーソナリティ要因と夫婦関係満足度との関連について、夫、および妻の対象関係との関連から検討していく。今回の調査では、回答者本人の対象関係については、これまでの対象関係の調査と同様、自らを振り返って質問に回答してもらったが、配偶者の対象関係については、回答者から見た配偶者の評価、すなわち他者評価による対象関係の評価を行った。自己評定と他者評定の違いによる因子のまとまりについて、他者評定となる配偶者の各因子の α 係数は、十分に高い値が得られ、むしろ自己評定における α 係数よりも高い値が得られた。この結果は非常に興味深い。パーソナリティを評価する際に、自らの評価については、自らのさまざまな面を考え評価に揺らぎが生じるが、他者を評価する際には、その揺らぎが少ないのであろうか。この点については、本稿では本題ではないため、これ以

上の考察は避けるが、他者評定による対象関係の評価も十分な信頼性が得られたため、配偶者の各因子も夫婦関係満足度との関連を検討する因子として用いることとした。

その結果、男女ともに、最も影響があった因子は、「希薄な対人関係」であった。この因子では、身近な人との相互理解やサポートの授受など、信頼のおける交流が困難な傾向を測定しており、他者への基本的信頼感に関連する因子である。すなわち、夫婦関係の満足度を規定する要因として、身近な人への信頼感を持てるかどうかが重要であること、それは、自分自身の基本的信頼感だけではなく、配偶者が基本的信頼感を有していることも必要で、その信頼感をもとに夫婦として安定した関係を築いていけると感じることができるということであろう。

その他の因子について、男性では、関連が見られた因子はなかった。一方、女性では、自らの対象関係、および配偶者の対象関係のいずれも、有意な関連を示している因子が複数見られた。それぞれ見ていくこととする。まず、自身については、「親和不全」と「見捨てられ不安」で負の相関が見られた。すなわち、他者と深くつきあうことを恐れる対人回避的な傾向や、見捨てられ不安の高さは夫婦関係の満足度を低めていると言える。見捨てられ不安は、親しい人から拒絶の恐れや相手の反応への過敏さを反映しており、このような不安の高さは、相手に対して過剰な期待を抱き、一方で不安も喚起しやすく、結果として、相手との関係性に不満を抱いてしまう可能性が考えられる。愛着の不安が夫婦の関係性に対するネガティブな評価につながっていることは金政（2010）の研究でも見られており、本人の愛着の不安や対象関係の問題が、夫婦の関係性を困難にしていることが推測される。

また、配偶者の対象関係で有意な相関があったものは、「自己中心的な他者操作」と「一体性の過剰希求」であった。すなわち、配偶者について、自分のために他者が動いてくれることを当然と考えるような他者操作の傾向や、身近な相手に過度に一体感

を求める傾向を感じるほど、夫婦関係の満足度が低くなると言える。この2つの因子はいずれも、他者を自分の所有物とみなすような自己愛的な対象関係を表しており、そのような傾向を配偶者に感じることで、女性は夫婦関係の満足度が低くなることが推測された。

なお、青年期と成人期の対象関係を比較した調査(井梅他, 2015)では、「一体性の過剰希求」の得点が、青年期では女性の方が高いが、成人期ではそれが逆転し、男性の得点の方が高かった。また、宇都宮(2002)は、妻の方が個別化志向が強く、夫の方が同体化志向の強い「一心同体型」が多いことを指摘している。こうした結果をあわせて考えると、今回の調査において、女性は夫の「一体性の過剰希求」が高いと満足度を低下させていたが、男性では関連が見られなかったことから、結婚後、相手との一体感を求める傾向は男性の方に強く、こうした夫婦間のズレが、夫婦関係の満足度に影響していることも考えられる。

(5) まとめと今後の課題

本研究では、夫婦関係満足度に関連する要因について、家事分担や日常のストレスなど夫婦を取り巻く環境的要因の影響とともに、本人および配偶者のパーソナリティの要因についても関係していることが分かった。さまざまな社会的背景から夫婦の問題を議論する重要性とともに、個人のパーソナリティの側面は夫婦カウンセリングなど臨床支援の視点からも重要になるであろう。

最後に、本研究の課題について述べる。1点目に、今回の調査では日常のストレスについて、それぞれ1項目でストレスの有無を聞いているため、育児のストレスや父母とのストレスについてなど、もう少し詳細な検討が必要である。2点目に、今回の調査は夫婦のペアデータではないことから、配偶者の情報については、あくまでも回答者の認識によるものであることは限界である。今後、夫婦のペアデータを扱うことによって、より包括的に夫婦の問題を捉え

ることが可能になると考えられる。3点目に、本研究は横断的調査であることから、世代による違いは、あくまでも調査時点でのそれぞれの年代の特徴である。ジェンダー役割についての意識は、ここ数十年の社会の変化から、世代による違いも大きいと考えられる。世代の特徴をより詳細に検討していくことも今後の課題であろう。

文献

- 男女共同参画局 (2020). 男女共同参画白書 令和2年版 男女共同参画局 Retrieved November, 13, 2025 from https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r02/zentai/index.html
- 男女共同参画局 (2024). 男女共同参画白書 令和6年版 男女共同参画局 Retrieved November, 13, 2025, from https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r06/zentai/pdfban.html
- 福島朋子・沼山博 (2018). 中年期における子どもの有無と夫婦関係—主観的幸福感との関連から— 応用心理学研究, 44 (2), 103-112.
- 伊藤裕子 (2015). 夫婦関係における親密性の様相 発達心理学研究, 26 (4), 279-287.
- 伊藤裕子・相良順子 (2012). 愛情尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 83 (3), 211-216.
- 井梅由美子・平井洋子・青木紀久代・馬場禮子 (2006). 日本における青年期用対象関係尺度の開発 パーソナリティ研究, 14 (2), 181-193.
- 井梅 由美子・藤後 悦子 (2014). 成人期女性の対人関係のトラブルとストレス 東京未来大学研究紀要, 7, 177-187.
- 井梅 由美子・藤後 悦子・大橋恵 (2015). 成人期における対象関係と発達的变化—青年期との比較から— 東京未来大学研究紀要, 8, 1-11.
- 金政 祐司 (2010). 中年期の夫婦関係において成人の愛着スタイルが関係内での感情経験ならびに関係への評価に及ぼす影響 パーソナリティ研究 19 (2), 134-145
- 金政 祐司・古村 健太郎・浅野 良輔・荒井 崇史 (2021). 愛着不安は親密な関係内の暴力の先行要因となり得るのか? 心理学研究 92 (3), 157-166.
- 柏木恵子・平山順子 (2003). 結婚の現実と夫婦関係満足度の関係性 心理学研究, 74 (2), 122-130.

Kessler, R.C., Andrews, G., Colpe, L.J., Hiripi, E., Mroczek, D.K., Normand, S.L.T., ...Zaslavsky, A.M. (2002). Short screening scales to monitor population prevalences and trends in nonspecific psychological distress. *Psychological Medicine*, 32, 959-976.

久保桂子 (2009). フルタイム共働き夫婦の家事分担と性役割意識. 千葉大学教育学部研究紀要, 57, 275-282.

工藤寧子 (2015). 夫婦の家事分担に関する文献レビュー. 東北女子大学・東北女子短期大学紀要, 54, 58-64.

永井暁子 (2005). 結婚生活の経過による妻の夫婦関係満足度の変化. 家計経済研究, 66, 76-81.

中村美穂・針塚進 (2017). 中年期の夫婦関係満足度と原

家族との関係性および機能性との関連. 九州大学心理学研究, 18, 29-36.

総務省統計局 (2023). 我が国における家事関連時間の男女の差－生活時間からみたジェンダーギャップ－. 総務省統計局. Retrieved November, 13, 2025, from <https://www.stat.go.jp/info/today/pdf/190.pdf>

菅原ますみ (2016). 子どもの青年期への移行, 巣立ちと夫婦関係. 宇都宮博・神谷哲司編著 夫と妻の生涯発達心理学. 福村出版. pp.158-172.

宇都宮博 (2002). 配偶者との関係性の危機と成熟. 岡本祐子編著 アイデンティティ生涯発達の射程. ミネルヴァ書房. pp. 198-223.

(いうめ ゆみこ)

【受理日 2025年11月19日】