

しあわせとは何か

—成人女性を対象としたインタビュー調査から—

吉村 典子・森永 康子
兵頭 恵子・越 良子

【問 題】

成人女性の幸福 (well-being) に関する研究は、これまで、妻、母、仕事などの役割の数 (Barnett & Baruch, 1985; 土肥・広沢・田中, 1990) や、その役割の評価 (Baruch & Barnett, 1986)、一つの役割評価と他の役割評価との関係 (Barnett, Marshall, & Sayer, 1992; Bolger, DeLongis, Kessler, & Wethington, 1989)、あるいは、役割同士の葛藤との関連 (Kinnunen & Mauno, 1998) において検討されてきた。こうした研究では、幸福感の指標として、満足感 (Vandewater, Ostrove, & Stewart, 1997) や充実感 (兵頭・大利, 印刷中)、自尊心 (Baruch & Barnett, 1986) などの尺度が使用されている。

また、幸福感そのものを尺度化する試みもあり (Argyle, 1987; 嶋, 1997; 植田・吉森・有倉, 1992)、例えば嶋(1997)は、幸福感を構成するものとして「充実感・生きがい」「能力・自己肯定」などを挙げている。

しかしながら、以上のような研究で扱っている幸福感は、個人が持っているある程度持続する状態としての幸福感であり、人が日々の生活の中で感じる一時的な幸福感とは異なるのではないかと考えられる。また、女性の幸福感はこれまで主に役割との関連において検討されてきており、こうした研究では、女性は他者との関連において幸福を感じるという暗黙の前提があるのではないか

と思われる。しかし、実際に女性は、他者との関連が幸福感の原因であると考えているのだろうか。一人の人間として、役割以外の自分自身のことから、幸福を感じることもあるのではないかと考えられる。

このような点から、本研究では、成人女性が幸福感を持つのは具体的にどのようなときであるのかを、インタビュー法によって検討する。そして、これまで幸福感の指標あるいは下位概念として取り上げられてきた満足感や充実感などのポジティブな感情、さらに、生きがいや目標などについても合わせて検討する。こうした検討を通し、成人女性が感じる具体的な幸福感や他者との関連、さらに女性のライフサイクルなどについて考察することが本研究の目的である。なお、本研究では、「幸福」よりも日常的に使われる「しあわせ」という言葉を用いてインタビューを行い、ここで捉えられた幸福感は「しあわせ」と表記し、従来の研究で取り上げられてきたものは「幸福感」として区別している。

【方 法】

手続き 電話によるインタビュー調査を行った。

被面接者 34、35歳の既婚女性10人であった。被面接者の就労状態、子どもの有無と人数、子どもの年齢、同居家族員数を表1に示した。以後、被面接者はアルファベットで表記した。AさんとBさんはパートタイム、Hさんは月一回家に就労している。また、夫と子ども以外の家族と同居していたのはHさんだけであった。10人とも年数に違いはあるが、全員就労経験があった。学歴は4年制大学卒業者8名、大学中退者1名、短期大学卒業者1名であった。

インタビュー期間 1999年3月から9月にかけて電話にて実施した。所要時間は約20分～40分であった。

インタビュー状況 電話にてインタビューの主旨を話し、録音することなどの了解を得たうえで、インタビューの日時を設定した。

インタビュー内容 はじめに、本人の年齢や就労状態、夫の年齢、子どもの年齢、結婚年数について尋ねた。その後、次のような点についてインタビューを

行った。

1. 「しあわせ」について

被面接者が感じるしあわせとは何かについて、まずしあわせを感じるかどうかを尋ね、さらにそれがどのようなときか、なぜしあわせとを感じるのかについて質問した。

2. ポジティブな感情について

うれしさ、たのしさ、満足感、充実感、生きがいのそれぞれに対して、それを感じるかどうかを尋ね、それがどのようなときか、どのようなことに対して感じるのかを尋ねた。

3. 目標および夢、願望、理想について

目標があるか、あるとすればどんなことかを質問した。夢、願望、理想については、ひとまとめにし、「目標よりも遠い、叶わないようなことでもいいから、こうなったらいいと思うこと」として質問した。

4. 家族への要望

子どもの将来に対して願うことおよび、夫に対して要望があるかどうか、あるとすればどんなことかをそれぞれ尋ねた。

5. 全体的な「しあわせ」について

表 1. 被面接者の就労状態、子どもの有無と人数、子どもの年齢、同居家族員数

対象者	就労状態	子どもの有無と人数	子どもの年齢	同居家族員数
Aさん	パートタイム	なし	—	2人
Bさん	パートタイム	なし	—	2人
Cさん	なし	妊娠中	妊娠2ヶ月	2人
Dさん	なし	妊娠中	妊娠7ヶ月	2人
Eさん	なし	1人	3歳	3人
Fさん	なし	1人	5歳	3人
Gさん	なし	1人	6歳	3人
Hさん	月一回	1人	1歳	4人
Iさん	なし	2人	4歳、7歳	4人
Jさん	なし	3人	5歳、6歳、9歳	5人

同居家族員数には本人を含む

最後に、日常で感じる一時的なしあわせではなく、持続する状態としての全体的なしあわせを検討するために、しあわせとは何だと思うか被面接者の考えを尋ねた。

【結果および考察】

1. 「しあわせ」について

日常でしあわせを感じているか

全員が「はい」あるいは「感じます」と答えた。Iさんは「ほどほどに」と程度を答え、Eさんは「しあわせかと聞かれたら、しあわせだと思う」と回答した。

どんなときにしあわせを感じているか

日常生活の中で生起する具体的な行為や場面について言及した者が5名であり、これらは、

「夫と車に乗っているとき (Aさん)」

「テレビのワイドショーを見ているとき (Cさん)」

「子どもの真中で寝ているとき (Iさん)」

「ご飯作っている合間とか、子どもがただいまあって帰ってきて『はよ宿題しや』とかいうときに。あと散髪用のはさみが家にあったり (Jさん)」

「義母がいないとき (Hさん)」

などであった。また、しあわせを感じさせる具体的な行為や場面ではなく、

「夫が自分の(実家の)家族になじんでいるなど思ったとき (Aさん)」

「自分のことをわかってくれるパートナー(夫や職場の同僚)がいるなど思ったとき (Bさん)」

などを挙げる者もいた。

その他の者は、「しあわせを感じる時」ではなく、しあわせを感じる理由について言及した。

なぜ（そのときに）しあわせを感じるのか

なぜ、そのときにしあわせを感じるのかについて、「夫と車に乗っているとき」と答えた A さんは、そのときに「この人で良かった」と思うのだという。また、C さんは「テレビのワイドショーを見ているとき」に、夫と他人の夫を比較してしあわせを感じると述べた。また、I さんは「子どもの間で寝ているときに」、「子どもたちが自分の作品としてここにあるという満足感をしみじみ感じる」が、「子どもが起きているときはそれを思っている暇はない」と言う。J さんは「家に散髪用のはさみがあるのを見たときに」、「そういう家庭の道具が増えていくときに家族になっていくなぁ、こういうのがしあわせなんかなぁと思う」と語った。このような回答から、しあわせを感じる具体例を挙げた人は、夫や子どものことを思い浮かべていることがうかがわれる。

また、夫との関係において、A さんは「この人で良かったと思う」という理由を「自分をすべて出せるから」と述べた。また、B さんは「自分のことをわかってくれるパートナー」として夫を表現し、「マイナス面も含めて自分をそのまんま受け入れてくれているから」と述べた。夫に受容されていると思えることがしあわせにつながるようである。

具体例を挙げなかった人は、しあわせを感じる理由として、

「毎日順調やし (D さん)」

「生活もほどほどできて、子どもも健康で、夫も良く働く (E さん)」

「自分の時間ができて、みんな病気もしないで (F さん)」

「特に悪いこともないし (G さん)」

と回答している。これらは自分を含めた家族の平穏無事な状況に対してしあわせを感じているといえるだろう。

以上のことから、本研究のインタビュー対象者となった成人女性のしあわせには、夫や子どもすなわち家族が関わっていることが示されたといえよう。従来の研究では、女性の幸福感を妻役割や母役割の評価、すなわち家族の中で促してきたが、本研究でも女性のしあわせと家族との関連が示唆されたといえ

る。また、Baruch & Barnett (1986) は、妻役割の評価を尋ねる際に夫との親密さや夫の気遣いなどを含めており、夫から受容されていることをしあわせの理由として挙げている本調査の被面接者（Aさん、Bさん）の回答も、役割評価のひとつと考えられるだろう。

2. ポジティブな感情について

うれしいとき、あるいは、うれしいことは

夫との関係を述べた人が3名で、

「夫が気を遣ってくれているというのがわかったとき（Aさん）」

「（しあわせと同じく）夫が自分を受け入れてくれるなと思ったとき（Bさん）」

「夫に大事にしてもらっていると感じる時（Dさん）」

などであった。また、子どものことを挙げた人が3名あり、

「子どもがなにか賞をもらってきたとき（Fさん）」

「妊娠したこと、でもまだちょっと不安（Cさん）」

「子どもの成長が見られたとき（Eさん）」

であった。他者に認められることを挙げたのは1名で、

「人から認められて、あー必要とされているんだわというとき（Jさん）」

であった。他には、他者の親切が2名であった。

全体的に、夫や家族を含む他者から認められることが、うれしいという感情を引き起こすことがうかがえた。子どもに関しては、子どもが認められることがうれしい感情と結びついているのではないかと思われる。以上のことから、うれしい感情は他者からの何らかの承認と結びついているのではないかと推測できる。

たのしいとき、あるいは、たのしいことは

ここでは、趣味を挙げる者が6名おり、

「自分の趣味をしているとき (Cさん)」

「好きな本を読んだり (Eさん)」

「テニスが上達とか、パッチワークがうまくできるとか (Iさん)」

などの回答が得られた。他には、旅行などの家族とのレジャーを挙げる人が3名いた。

また、夫といるときという回答が1名、子どもといるときという回答が1名であった。うれしさが他者からの承認を主とするのに対し、たのしきは、自分自身の活動の中から生じるといえるだろう。

満足感を感じるのは

満足感の捉え方は比較的ばらついており、

「おいしい物を食べたとき (Bさん)」

「手に入れた物を手に入れたとき (Fさん)」

「書道で段があがったとき (Cさん)」

「夜一人で本を読んでいて面白いとか、ゆったりとした時間を持っているとき (Gさん)」

といった日常のことから、

「毎日が満足 (Dさん)」

「生活には満足しているけど、なにかやったという満足感はない (Eさん)」

といった漠然とした内容までさまざまであった。

過去の研究で、幸福感の指標として生活への満足度を取り上げるものがある(土肥・広沢・田中, 1990; Vandewater, Ostrove, & Stewart, 1997)が、本研究のインタビュー内容から満足感を何から得るかは個人によってかなりばらついていることがうかがわれた。例えば、上述のEさんのように、生活への満足と自分自身の満足感を区別している人もおり、満足感の受け取り方はさまざまであることが推測できる。

充実感を感じるのは

最も目だったのは、一日のうちにてきぱきと用事や家事を片付けるというものであった。

「一日でいろいろできたとき。家事。めちゃめちゃ掃除したり (Fさん)」

「一日にいろんなことをてきぱきとやれたとき (Iさん)」

「家の中がきれいになったぞ、とか (Jさん)」

以上の回答は無職の被面接者から得られたものであるが、有職の A さんも

「仕事が休みのときに、前日に決めた家の用事を全部やれた」ことに充実感を感じると言及している。これらの回答からは、家事をこなすことつまり主婦役割評価が充実感につながるといえるようである。

また、有職の B さんは、「仕事がうまくいったとき」を挙げている。このように、充実感をもたらすものとして仕事や家事があがってくることから、役割達成感が充実感と強く関連していることが示唆される。このことは、成人女性の幸福を妻としてあるいは就労者として十分にやっているなどの役割評価との関連で考える研究 (Baruch & Barnett, 1986) の見解と一致している。

しかしながら、

「なにかやって、それに対して満足するとか、充実するとかはない (Eさん)」

「今は感じない (Gさん)」

という回答も見られ、充実感を感じないという人もいた。被面接者全員がしあわせを感じているという回答と照らし合わせると、しあわせと充実感は異なると考えてもよいのではないだろうか。

生きがいは

生きがいについての回答には、興味深い結果が得られた。10名中8名の人が「子ども」という言葉を使って生きがいを表現していながら、生きがいとなるか否かで意見が分かれた。回答は、子どもの存在そのもの (1名)、子育て (1名)、子どもを通しての自己成長 (1名)、子どもは生きがいとして100%でない (1

名)、子どもは生きがいではない(3名)であった。子どものいないAさんは「子どもがいたら、その子が生きがいとかになるのかな」と答えた。

被面接者の中で子どものいる人は、仕事をほとんどしていなかった。それは子どもの年齢が低いためと考えられるが(末子最高年齢6歳、長子最低年齢1歳)、それだけ子育てを中心に生活していると考えられる。しかし、子どもや子育てを生きがいであるとした人はAさんを含めて3名である。

なぜ、あえて「子どもは生きがいではない」という表現が出てくるのであろうか。これは、「母性」を重視し、「母親は子育てに専念するもの」という戦後形成された社会規範(厚生省,1998)によるところが大きいのではないだろうか。このような社会規範を背景に、「子どもを生きがい」とせざるをえない状況が既婚女性に浸透したものの、その後、働く女性の増加や晩婚化など女性の生き方の変化につれて、子どものいる既婚女性を取り巻く社会規範も変化したためではないかと考えられる。例えば、1980年、専業主婦は1,526万人であったのに対し、1990年には1,256万人に減少している(厚生省,1998)。さらに、現在は、子どもを産まない選択をする夫婦もあり、また女性の自立や自己実現が強調されるようになってきている。このような矛盾する社会規範を背景とし「子どもを生きがいとする考えもあるけど、私はどうだろう?」と彼女達は自問したのではないだろうか。そのうえで、「子どもはやっぱり生きがい」と感じる人はそのように答え、「子どもは生きがいにはならない」と考えた人は、そのように回答したのではないだろうか。

子どもは生きがいではないとしたうえでの回答は、

「趣味かな。パッチワークとか。腕を上げたいという目標がある(Cさん)」

「小さな目標を大事にしてやっている(Iさん)」

と、自分自身のことか、

「今はない。手探り状態(Fさん)」

「余り生きがいっていうのを期待していない(Gさん)」

であった。このような「生きがいは特にない」という回答は3名いたが、生き

がいという言葉自体が日常でなじみにくく、あまり思いつかないものなのかもしれない。あるいは、「子どもは生きがいではない」が、子育て中心の生活をしているので、他に生きがいを見出しにくい状況にあるのかもしれない。

なお、子どものいない人は、

「夫とおって楽しいことをやってるのが生きがいやし、楽しみを次々作っていくのが (A さん)」

「今のところは、今の仕事を続けていけたらなあって (B さん)」

と回答しており、生きがいは子どもとは関係ないところで生じているようである。

3. 目標および夢、願望、理想

目標について

特にないという人が1名いたが、全体に社会との接触を目指すという回答が多かった。

「子どもが手を離れたら、社会に貢献したい (D さん)」

「子育てがしばらくしたら社会復帰、家庭も仕事も両立する、それが理想 (E さん)」

「将来的には仕事に復帰して、それと両立 (H さん)」

「今の仕事を続けていけたら (B さん)」

これらの回答は、仕事をする、社会に貢献することを目指すものであるが、

「趣味の腕を上げたい。そしてフリーマーケットとかで売りたい (C さん)」

「やりたいと思っていることが心の中にあって、それに注ぎ込みたい。仕事になってお金になるかもしれないけど、ならないかもしれない (I さん)」

「陶芸家に弟子入りしたい (G さん)」

「気功をもっとがんばって、中国語も (J さん)」

というのは、自分自身の趣味を通しての社会との接触を目指しているといえるだろう。また、これらの回答は、自己の向上も含んでいると考えられる。

このように、インタビューの時点では、AさんBさんを除いて子どもが小さいため働くことはできないし趣味にさく時間も少ないが、子どもに手がかからなくなったら、家事や育児以外のことをめざそうと考えているようである。就労することが既婚女性の充実感を高めるという報告（兵頭・大利，印刷中）があるが、本研究の被面接者達も、時間的な余裕ができれば妻や母以外の役割を得ようとしていると考えられる。また、30代後半から女性の就労人口は増え始めるが（厚生省，1996）、本研究の被面接者達も今後労働市場に出ていくことが推測できる。

また、面接の内容から、女性は家事と仕事を両立しなければならないという考えが見受けられた。「夫は外で働き、妻は家庭を守るべきである」という意見に賛成する女性は、1970年代には80%以上を占めたものの、1997年には50%程度にまで減少している。しかし、「女性は仕事を持つのはよいが、家事・育児もきちんとすべきである」という考えに賛成するものの割合は、男女ともに8割を超えている（厚生省，1998）。また、NHK放送文化研究所の調査では、1973年から20年間の女性の就業に対する意欲は大きく変化してきている一方で、育児を優先するわが国の女性の考え方はほとんど変わっていない（労働省女性局，1999）という。本研究の被面接者達も育児に手のかかるうちは育児に専念し、時間的なゆとりが出てきたらその時間を仕事に当てようとしているものの、家庭と仕事の両立をはかろうと考えるのだろう。

ところで、上に挙げた目標は就労や趣味などであり、家庭との両立が考えられているが、妻や母親という役割とは関係ないものが多かった。個人として独自の世界をいずれは持ちたいという意識の現われが、労働市場への復帰や趣味の腕を上げるという目標につながっていくのではないだろうか。

夢、願望、理想など

夢、願望、理想として回答されたものは、

「子どもが欲しい（Aさん）」

「世界旅行 (Bさん)」

「お店を持ちたい (Cさん)」

「実家の近くに戻りたい (Fさん)」

「義母と別居したい (Hさん)」

「家族全員が健康に暮らせて仲良く、わははははという家庭になればいいかなあ (Jさん)」

などであった。EさんとIさんは目標と同じだと語った。Bさん以外は、実際的であるが、FさんHさんにとっては、叶わぬ夢に近いとのことだった。目標が非常に個人的であったのに対し、ここでは家族をベースとした回答が見られた。

4. 家族への要望

子どもの将来に対して

大学への進学率は現在も上昇し続けており、日本は学歴社会であるという見方に賛成する人は、72.1%にも上る(厚生省, 1998)。子どもの将来という質問で、このような点も言及されるだろうと思われたが、実際の回答は次のように成績や学歴とは関係ないものが多かった。

「自分で何か見つけて、好きな道を行ってくれたら。趣味でもいいんだけど、これが得意っていうものができれば、程度 (Fさん)」

「自分でなにかやりたいことを見つけてそれに打ちこんでくれたら (Eさん)」

「自分で考えて、生きていける力を身につけてほしいなど。女の子やからね一応ね、賢くやさしく強く (Jさん)」

「自分で生きていく力を身につけてくれたらなんでもいい。何になってほしいとか、ロケット関係 (の仕事についてほしいと) はちょっと思うけど絶対じゃないし、良い成績を取ってほしいとか別に思わない。生活力のある子になってほしい (Gさん)」

このように、「やりたいことを見つけて」という表現と「生きていく力」という表現が多く使われている。前者は子どもの個性、後者は生活能力や対人能力といえるが、あまり具体的な将来像とはいえない。おそらく、子どもの年齢が低いため、子どもが将来どの程度のことがやれるか、あるいはやれないかという予測が立たない状況にあるためであろう。子どもが中高年生くらいであれば、子どもの性格や能力、社会的な能力、将来性などが明らかとなり、それに基づいて具体的な要望が生じるのかもしれない。また、宮本・井上（1997）は、3歳から5歳の子どもの持つ母親を対象に、子どもへの発達期待を検討し、4つの側面があることを見出した。それらは、「活発・心優しさ期待」「特殊能力期待」「分別期待」「自活力期待（自分の意見や考えをしっかりと人に伝えられる、自分の好きな道を見つける能力をもって欲しいなど）」であり、本研究で被面接者が言及した「自分の道を見つけて」や「生きていく力」は、宮本・井上（1997）の「特殊能力期待」と「自活力期待」にそれぞれ対応するものと考えられる。このような子どもへの期待は、この年代の子どもの持つ母親の特徴といえるだろう。

また、Gさんは「良い成績を取ってほしいとか思わない」と断言し、Dさんは、「親を大事にしてくれるような子どもに育てたい。賢いとかそういうんでなくて。社会人として認められるような、社会に通用するような子に育てたい」と言っており、あえて知的側面を否定している。被面接者は「受験戦争」と呼ばれる社会状況を経験しており、自分達の経験からあえて受験を重視するようなことはさせたくないと考えているのかもしれない。しかし、「得意なこと」、「打ち込めること」という言葉は「人とは突出したなにか」を求めるもので、他者をしのぐものを身につけてほしいと思っているとも考えられる。このことは、子どもに対して、学歴ではなくとも他者との競争に勝つことを望んでいるとも解釈でき、競争社会の影響を受けたものとも考えられる。

また、女の子を持つJさんの「女の子だからね。賢くやさしく強く」や、Hさんの「いい旦那さんが見つかるといいなー。いい結婚をして欲しいなー。お受

験とか考えていない。のびのびと」という回答は、子どもの性別が将来の要望にも関連するものであり、性別に伴った役割を母親が子どもに期待していることがうかがわれる。

夫に対する要望

多く見られたのは、夫のパーソナリティやプライベートな側面についての要望であった。

「もうちょっと大人になって欲しい (Bさん)」

「人間大きくなって欲しい (Jさん)」

「仕事一番みたいなどころがあるから、もっと視野を向けて欲しい、オールラウンドになっていうか、いろんなことをやれるって言ったら変だけど (Eさん)」

「前は仕事だけなのがいやだったけど、習い事して人間関係広がったり。先週からパソコン教室に通い出したりして、あぁいい調子って思う (Gさん)」
などである。夫が仕事にしか興味が無いという状態は、妻の立場からはあまり望ましいことではないようである。しかし、Aさんは「もうちょっと仕事に欲を出してくれたら」と、夫が昇進の話しを断ったことを悔しそうに述べており、夫が仕事で成功することも妻にとっては大切であると考えられる。しかしながら、全般にこのような発言が少なかったのは、被面接者の夫は既にある程度成功していてそのような側面に触れる必要がなかったのかもしれない。あるいは、人間としての大きさや視野を広げていろいろなこともできることが、理想の夫像なのかもしれない。

また、夫の育児および家事への要望に言及したのは「家事を手伝って欲しい (Cさん)」の一人だけであった。これは、被面接者の夫が育児や家事にも参加しているというのではなく、妻のほうに就労せずにはじめから家事と育児を一人でこなしているため、家事分担をあえて強いる状況ではないためと考えられる。目標のところまで出てきたように、被面接者の多くは、将来育児から手が離

れたら社会参加をしようとしている。その際、もしフルタイムで働くようになれば、夫への家事要望も出てくるのかもしれないが、「女性は家事と仕事を両立すべき」と考える限り、そのような要望は少ないままではないかと思われる。

その他、夫に対する要望には、

「義母に言ってほしいことを言って欲しい (Hさん)」

という家族関係への配慮を求める回答や、

「身体に気をつけて、いつまでも元気に。長生きしてね (Aさん)」

「身体にもう少し気を使って欲しい (Dさん)」

と、夫の身体を気遣う発言があった。

5. 全体的なしあわせについて

最後にもう一度「しあわせについて」尋ねた。これは、これまで行ったいろいろな質問によって、被面接者が自分の「しあわせ」をどのように考えるようになったかを問う意味があった。なお、ここでは、しあわせを感じるのではなく、全体的なしあわせについて尋ねた。

改めて聞くと、最初の「しあわせを感じる時、なぜそう感じるのか」と言う質問よりも、答えは漠然としたものになった。家族全員の健康など、健康という言葉を用いた人が6名であった。生活レベルへの満足と取れる言及は2名で、そのうちEさんは「しあわせってというのは満足度。生活への満足と、主婦だったら主婦を取り巻く環境の満足。人間関係とか、そういうのを含めて」と回答した。

その他、

「しあわせって作っていくもんやなって思うのね。できあがったもんじゃなくて (Dさん)」

「どんな状況でも気持ちの持ちようでしあわせになれるりする (Hさん)」

といった回答があり、被面接者は、しあわせを感じるにはなんらかの条件が必要というのではなく、本人の気持ちの持ちようであると見なしているのである

う。Shaber & Freedman (1976) は、Psychology Today の読者を対象にハッピーネスの意味を尋ねた結果、「ハッピーネスとは要するに、環境がどうであるかというよりも、環境をどう考えるかがより問題である」と述べている。幸福を規定する要因はいろいろ考えられるが、当人がその環境をどう受けとめているかに起因するといった側面も重要であろう。

また、あくまでしあわせは一時的なものとする回答、

「おいしいもん食べてしあわせとか、お風呂につかってしあわせとか (I さん)」

や、個人のしあわせが周囲へ波及するという意見、

「その人がその人らしく生きれること。まず自分が。そしたら結果的にまわりがハッピーになると私は信じている (B さん)」

も見られた。

なお、インタビューを終えたあとに、感想として多く語られたことは、インタビューの時期によって回答はかなり変動すると思うというものであった。もし、夫と喧嘩をした直後であったら、しあわせ度はかなり低くなり、しあわせとは夫と仲がいいことと答えるかもしれないし、誰かが病気で倒れていたら、それがなければしあわせというように考えるだろうということである。しあわせとは、なにか生活を乱すこと、人間関係がうまくいかないことといった、不満や不幸がない状態を指す、やや控えめなものとして捉えられていると考えられる。

被面接者の特徴的な側面について

被面接者別に回答の特徴を見ると、IさんとJさんは、ポジティブな感情に対して、家族という言葉は用いても、夫という言葉は一度も出さなかった。この二人は他の被面接者よりも子どもの数が多い(2人と3人)。子どもの数が増えると、それだけ夫との一対一の関係が希薄になり、家族という枠の中での関係として夫を考えるようになるのではないかと思われた。また、このIさんと

Jさん、およびCさん、Gさんは、自分自身の趣味への言及が多かった。自分自身の世界があると、そこからポジティブな感情を得ることが多く、それが目標にもつながるようであった。これらのことから、子どもの数や、趣味を持っているかどうかによって、ポジティブな感情が生じる要因が異なる可能性も考えられる。

【全体的考察】

本研究では、人が日々の生活の中で感じる一時的な幸福感と、従来の研究で取り上げられてきた持続する状態としての幸福感とは異なるのではないかと考え、「しあわせをどんなときに感じるか」という質問を行った。また、成人女性のしあわせが、妻役割や母役割などの他者との関連の中で生じるのかを検討した。さらに、幸福感の指標あるいは下位概念として取り上げられてきた満足感や充実感との関連も検討した。

結果、本研究のインタビュー対象者となった成人女性は、日々の生活の中でしあわせを感じており、それは平穩無事な生活を基盤とし、夫や子ども、すなわち家族との関わりにおいて生じることが多いといえた。また、うれしい感情は他者からの承認によって感じる人が多いのに対し、たのしいという感情は自分自身の活動からも生まれることがうかがわれた。そして、満足感の捉え方はさまざまであること、充実感は妻役割や就労者としての役割評価と強く関連していることが示された。さらに、生きがいは「子ども」という言葉を用いて表現され、そこには、「子どもは生きがい」とする社会規範とそれに対する葛藤が見受けられた。目標においては、妻や母役割とは関係ないものが多く、自分独自の世界を持ちたいという意識が見られた。一方、夢や願望、理想においては、家族を基盤としたものが挙げられた。子どもの将来については、成績や学歴に関する具体的な将来像は得られなかったが、知的側面を否定する回答と学歴以外の側面で他人をしのぐものを求める回答があり、競争社会を反映しているとも考えられた。夫に対しては、仕事以外のパーソナリティや趣味の側面で

の広がりを求めていることがうかがわれた。育児や家事への要望は少なく、妻のほうがはじめから役割分担をしていると思われた。全体的なしあわせとしては、自分を含む家族が健康で、悪いことがない控えめな状態と考えていることが示された。また、子どもの数や趣味の有無によって、ポジティブな感情を感じる要因が異なる可能性が示唆された。

以上のことから、夫や子ども、すなわち家族との関わりが、成人女性のしあわせに関係すると考えられるが、これは、女性の役割評価が幸福感と関連とする従来の研究 (Baruch & Barnett, 1986 など) の見解と一致している。しかし、たのしいという感情や満足感、目標においては個人的なものが多く挙げられ、他者との関係だけではなく、自分自身の活動からもポジティブな感情が生じることが示唆された。特に目標として、仕事などを通して社会的な役割を持つことを挙げる人が多かったが、これは家庭や家族から離れた「個人として」の場を持つようとしているとも考えられる。専業主婦の多かった時代を経て、現在では、結婚しない選択や結婚後も就業を続ける選択、子どもを作らない選択をする人も増えてきた。被面接者達も、妻として母としての役割だけでなく「個人として」の生き方を意識していると考えられるだろう。また、本調査の被面接者達は、全員就労経験があり、仕事などの社会的役割が自分自身にとって重要であり、より一層ポジティブな感情を高めることをその経験から予測しているのかもしれない。本研究では、就労している被面接者が少なかったため、仕事の役割評価が成人女性のしあわせにどのくらい影響するかについては、十分に考察することはできず、今後さらに検討する必要があるだろう。

従来における幸福感の指標との関連としては、本研究では、しあわせは感じるけれども満足感や充実感を感じず、また、生きがいは特にないという回答が得られたことから、満足感や充実感、幸福感とは違ったものと考えられるだろう。また、幸福感を構成するものとして、例えば植田ら (1992) は「充実感」、嶋 (1997) は「充実感・生きがい」を挙げているが、それらは必ずしも幸福感に含まれるものではないと考えられる。また、嶋 (1997) は他の構成要

素として、「心身のゆとり（楽しい生活を送っている、悩み事がない、健康であるなど）」を挙げており、これは、本研究において全体的なしあわせとして、家族が健康で悪いことがない控えめな状態と考えられていたことと内容的に重なると考えられる。健康であることや、悪いことがないことは、幸福感の要素と考えることができるだろう。

以上のように、インタビュー調査により「しあわせを感じる」として見てきたが、今後の課題として、年代や役割数の違いによるしあわせの感じ方を捉えることが必要であろう。また、縦断的な調査を行い、子どもの成長や老いによる「しあわせを感じる」内容の変化を検討したいと考えている。

【引用文献】

- Argyle, M. 1987 *The Psychology of Happiness*. Methuen. (石田梅男 (訳) 1994 幸福の心理学 誠信書房)
- Barnett, R. C. , & Baruch, G.K. 1985 Women's involvement in multiple roles and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*,49, 135-145.
- Barnett, R. C. , Marshall, N. L. , & Sayer, A. 1992 Positive-spillover effects from job to home : A closer look. *Women & Health*,19,13-41.
- Baruch, G. K., & Barnett, R. 1986 Role quality, multiple role involvement, and psychological well-being in midlife women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 578-585.
- Bolger, N. , DeLongis, A. , Kessler, R. C. , & Wethington, E. 1989 The contagion of distress across multiple roles. *Journal of Marriage and Family*, 51, 175-183.
- 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－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.
- 兵頭恵子・大利一雄 (印刷中) 成人女性における多重な役割従事に関する研究－身体症状および充実感に対する影響－ 神戸女学院大学学生相談室1998年度紀要, 6.
- Kinnunen, U., & Mauno, S. 1998 Antecedents and outcomes of work-family conflict among employed women and men in Finland. *Human Relations*, 51, 157-177.
- 厚生省編 1996 平成8年版 厚生白書 家族と社会保障－家族の社会的支援のために－ぎょうせい
- 厚生省監修 1998 平成10年版 厚生白書 少子社会を考える－子どもを産み育てるこ

とに「夢」を持てる社会を— ぎょうせい

宮本聡介・井上カーレン果子 1997 夫や子どもをどう見ているか 山本真理子（編著）
現代の若い母親たち 新曜社 pp. 51-76.

労働省女性局編 1999 平成10年版 女性労働白書—働く女性の実情— 21世紀職業財団

Shaber, P., & Freedman, J. 1976 Your pursuit of happiness. *Psychology Today*, 29, 26.

嶋信宏 1997 現代大学生の幸福感と幸福度 中京大学社会学部紀要, 12, 1-17.

植田智・吉森護・有倉巳幸 1992 ハッピネスに関する心理学的研究（2）—ハッピネス尺
度作成の試み— 広島大学教育学部紀要 第1部（心理学）, 41, 35-40.

Vandewater, E. A., Ostrove, J. M., & Stewart, A. J. 1997 Predicting women's well-
being in midlife : The importance of personality development and social role
involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 1147-1160.

（本研究の一部は、神戸女学院大学研究所1999年度研究助成（代表者：森永康子）の補助
を受けた。）

Summary

What is *Shiawase* ? :

From the Telephone Interview with Japanese Adult Women

Noriko Yoshimura Yasuko Morinaga
Keiko Hyodo Ryoko Koshi

This is an investigation about when and how Japanese middle-aged women feel *shiawase* (a feeling of happiness) in their daily lives. Ten married women aged 34–35 of different family structures and employment statuses were interviewed by telephone. Unlike the traditional investigation about women's psychological well-being, this investigation is aimed at looking into women's feeling of happiness more concretely. The detailed questions asked at the interview included when and how they felt *shiawase*, life satisfaction and a sense of fulfillment plus what their *ikigai* (things that give them a sense of being alive) and their personal goals were.

The results show that the relationships with their husbands and children in general strongly influenced the women's sense of *shiawase*. However, their satisfaction and personal goals were associated with paid works and/or hobbies or other activities outside the home. Their sense of fulfillment depended on whether they accomplished their roles as housewives or as workers. Some women referred to their children as *ikigai*, while others did not. As the social norms and life styles of married women in Japan have been changing, the women are trying to find the meaning of their own lives as independent people.