



Kobe Shoin Women's University Repository

Title	睡眠の習慣と態度に関する日仏調査研究—個人主義・集団主義と「シャドウ・ワーク」からの試論— An Empirical Research about Sleeping Custom and Attitudes Comparing French and Japanese Students: with Reference to Individualism-collectivism and "Shadow-works"
Author(s)	土肥 伊都子 (DOHI Itsuko) Bruno Vannieuwenhuyse Jean-Luc Azra
Citation	研究紀要 (SHOIN REVIEW), 第 43 号 : 21-39
Issue Date	2002
Resource Type	Bulletin Paper / 紀要論文
Resource Version	
URL	
Right	
Additional Information	

睡眠の習慣と態度に関する日仏調査研究

——個人主義・集団主義と
「シャドウ・ワーク」からの試論——

土肥 伊都子 神戸松蔭女子学院大学文学部
Bruno Vannieuwenhuys 大阪大学言語文化部
Jean-Luc Azra 九州大学文学部

<問題>

睡眠は、人間の生理的欲求の1つであり、それ自体は世界中の人々に共通する行為である。しかし、誰と一緒に寝るか、どのような場所で寝るか、1日のうちのどの時間帯に寝るか、どのような服装あるいは寝具を使って寝るかなど、睡眠に関する生活習慣は、同じ人間でも様々に異なり、文化の一部であるといえよう。例えば、昔話や民話、子守唄の中には、眠りを題材にしたものが少なくない。また、枕については特に昔から人々の関心が高く、枕を投げたり踏んだり蹴ったりすることが忌まれたり、人が死ぬと死者の枕をはずして北向きにかえたり、俗信なども多い（清水，1991）。しかし、睡眠の文化を研究対象としたものは、それほど存在しない。吉田（2001）は、眠り方や眠りについての考え方など、生理的なものとは異なる次元で睡眠文化というものがあるものの、従来の文化人類学が研究対象としたものはいずれも覚醒時の人の活動に焦点を合わせており、睡眠の分野は、研究の空白地帯であるという。

ところで、睡眠の文化的差異について、よく引き合いに出されるのは、欧米では子どもは幼少の頃から親とは別の部屋で寝る習慣があり、それに対して日本では「川の字」で両親の間に子どもが寝るというものである。添い寝は、育児における子どもとのスキンシップの仕方についての考え方を反映したものと

考えられる。そこで、育児の国際比較について書かれた、恒吉ら（1997）の著書を参照する。従来の欧米では、赤ん坊は、しばしば抱き上げられると抱き癖がつき我がままになると考えられ、自分の欲求をコントロールする術のない子どもは、理性ある大人が言動の善し悪しを示さない場合、自分の欲求に振り回される、哀れな原始的存在に落ちぶれてしまうとみなされてきた。それに対して日本では、子どもの欲求を受容する、性善説的な見方をするといわれてきた。ただし今日の仏・米・英の育児書の著者たちは、過去の議論を逆転させ、日本でいわれてきたような、親子のスキンシップを重視する方向に向かっている。しかし一方では、未だ歩み寄らない例外的な部分もあり、それがまさしく、添い寝、つまり睡眠についての態度であると考えられているという。

ここで、睡眠文化の研究という視点に立ち戻れば、スキンシップの重視や個人のプライバシー、自己の欲求をコントロールすることへの態度、個人主義－集団主義などを手がかりに、より多面的に、国際比較研究の実証的データなどに基づき検討する必要があるだろう。また、親子関係における睡眠のあり方とともに、夫婦関係における睡眠行動、睡眠への態度も同時に考察することが有益であると思われる。日本と欧米では、睡眠に対しての考え方が、親子の場合と夫婦の場合で、まったく逆転しているように思えるからである。すなわち、親子の添い寝を良しとする日本は、夫婦関係に関しては、別々の部屋で夫婦が寝るか、ふとんが別々であることが一般的で、反対に親子の添い寝を相変わらず否定する欧米では、夫婦が一緒のベッドで寝ないことは、夫婦関係の破綻に近いことを意味すると考えられているようである。このような家族の中でのデリケートな睡眠文化を説明することは可能であろうか。

次に、公共の場での居眠りについては、日本人はフランス人よりも頻繁に、電車や図書館、大学の教室などで居眠りをすると、フランス出身で日本在住の筆者ら自身が、強い驚きとともに日常的に実感しているところである。しかしそれについての実証的なデータや議論は、ほとんど見当たらない。もちろん、居眠りに対する態度形成には、スリヤやひったくりの発生頻度など、治安の良し悪しも関係するだろうし、授業などの場面では卒業単位の取り易さや受講生の人数も関わっているだろう。ただし、居眠りに対する態度や行動規範が関与す

ることもまた事実である。例えば、添い寝を否定する理由としてあげられる、自己コントロールへの重視は、どちらかといえば集団主義と言われる日本よりも、個人主義的とされる欧米で強く、そのため、公共の場での居眠りは、自己コントロールのなさを表すものとして、日本より欧米で拒否されるように思われる。

これまでの研究で、筆者ら(Azra & Vannieuwenhyuse, 印刷中)は、フランス人大学生49名、日本人大学生91名、計140人に対して、現在と幼少時の睡眠習慣、および睡眠行動に対する態度についての質問紙調査を行った。その結果、主に以下の4点が明らかになった。1) 一晩当たりの平均睡眠時間は、日本人よりフランス人の方が1時間近くも長い、2) フランスでは、かなり幼少の頃から親子は別々の部屋で寝るが、日本ではかなり年齢が高くなるまで、親子一緒のふとんで寝る習慣がある、3) 夫婦の睡眠行動について、フランス人は長年生活を共にしてきた夫婦が別々の部屋になることは問題であると考えるが、日本人はあまり問題だと思わない、4) 日本人の大多数は、電車や図書館などの公共の場でしばしば居眠りをするが、フランス人の多くは、そうした場所ではまず眠らない。

そこで本稿では、家族の睡眠文化について、近々行う予定の本調査の予備調査として、上記のフランスでのデータと、今回、新たに収集した本学学生に対する質問紙データを比較し、睡眠習慣および態度の日仏間の差異を明らかにする。具体的には、睡眠習慣(行動)および態度として、第一に、親子と夫婦関係における睡眠習慣(行動)、一緒に寝ることに対する態度、第二に、公共の場や乗り物、授業中の教室での居眠り行動、および、居眠りをする人に対してどのような感情を抱くかを検討する。次に、Hofstedeの文化次元(ホフステード, 1995)や筆者らの先行研究(Vannieuwenhyuse et al., 1998; Hirokawa et al., 2001)なども参考にしながら、本調査結果を説明し、睡眠文化に関するモデルを試案する。

<方法>

・調査の実施

本学での質問紙調査は、2001年度後期の授業時間中に、本学の心理学科の学生と、心理学関係の授業を履修している本学学生（短期大学生を含む）、197名（平均年齢19.0歳）に対して行なった。その後、調査の目的や、Hofstedeの文化の次元について説明した。また、心理学科の学生の自由記述部分のデータは、来年度以降の社会調査法の授業でも使用するが、数量的データは、研究目的以外では使用しないことを伝えた。

フランスの調査データは、Azra & Vannieuwenhyuse（印刷中）のデータの一部である。パリ市内の大学生49名に対して行ったものだが、データに欠損値が含まれていたため、分析は必ずしも49名全員分のデータによらない。

・ 調査票の内容

本学での調査は、所要時間に制約があったため、Azra & Vannieuwenhyuse（印刷中）で日本語訳したものを短縮、抜粋した質問票を用いた。その日本語の質問項目は、まずフランス語で作成し、それを九州大学のフランス文学専攻の大学生が日本語に翻訳し、さらにそれを別の大学生がフランス語に訳し直し、最初の質問項目と比較し、さらに、日本語に訳された質問項目を、フランスの大学に所属する日本語講師がチェックしたものである。フランスの学生に用いた調査票は、本学での質問票の元になった、フランス語で書かれたものである。以下は、日仏で共通に調査した項目である。

まず、普段の睡眠時間を数値で回答させた。

次に、家族関係における睡眠に関しては、1) 子どもと親が、別々の部屋で寝ようになるのは、子どもが何歳頃からが適当だと思うか、2) 「フランスなど西欧では、子どもと親は、できるだけ早くから別々の部屋に寝るべきだと考えられていますが、あなたはそれに対してどう思われますか。」に対する自由記述、3) 20年ほど連れ添った人がいるとして、その人とどのように寝ると思うか、という質問に対して、「同じベッド（あるいはふとん）で寝る」「同じ部屋だが、別々のベッド（あるいはふとん）で寝る」「別々の部屋で寝る」の中からの一肢選択、またその理由について、自由記述をさせた。

さらに、公共の場での居眠りに関しては、1) 公園や食堂、図書館や教室な

どの公の場で、居眠りをすることがあるか、の一枝選択、2) 公共の場で居眠りをするかどうか、自由記述、さらに1)と同様に、3) 電車やバスなどの、公共の乗り物の中で、居眠りをするかどうか、の一枝選択、4) 公共の乗り物の中で居眠りすることについてどう思うか、の自由記述、5) 「授業中、居眠りをしている学生がいます。あなたはその人について、どう思われますか。」という問いについての10項目の意見に対して、自分にあてはまるものに、多肢選択させた。

フランスの調査票には含まれ、本学での短縮版の調査票には含まれなかった項目として、普段の睡眠で用いる寝具、3歳、10歳の時に誰とどこの部屋に寝ていたか、もし大学で自分が眠くなったらどうするか、などが含まれていた。

<結果>

1. 普段の睡眠時間

普段の睡眠時間は、Table 1の通りである。これを、Azra & Vannieuwenhyuse (印刷中)と比較すると、本学学生の平均睡眠時間は、フランスの学生に比べ、かなり短いことがわかった。マン・ホイットニーのU検定を行ったところ、U値は498.5となり、日仏間の差は有意 ($P < .001$)であった。また、本学学生の結果をグラフ化したものがFig. 1である。

Table 1 普段の睡眠時間 (本学学生とフランスのデータとの比較)

本学		フランス	
平均	標準偏差	平均	標準偏差
6.27 時間	1.15	7.73 時間	1.11

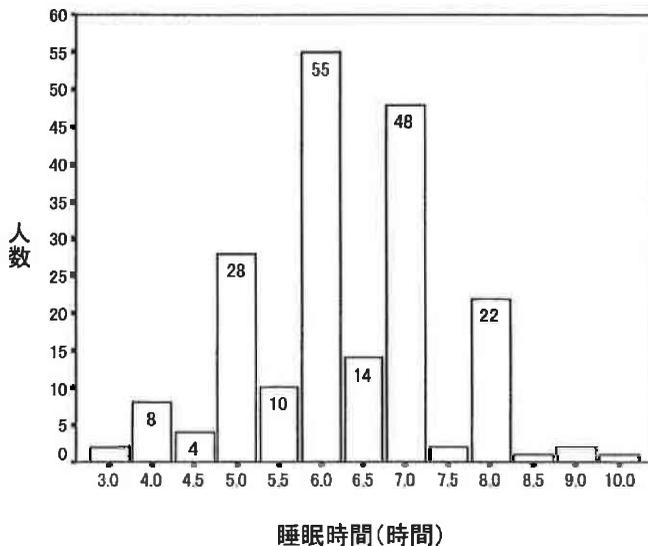


Fig. 1 本学学生の睡眠時間の分布

2. 家族関係における睡眠

子どもと親が別々の部屋に寝るのが適当だと思う年齢は、Fig.2の通りである。本学の学生は、フランスの学生と比較すると、子どもの年齢が高くなるまで、親子が別々の部屋で寝るのは適当ではないと考えていることがわかった。0歳、1歳、2歳から別々に寝るのがよいと考える学生はほとんどいない。6歳ぐらいからようやく別々に寝るのがよいという認識である。フランスの学生は、0歳でも親と別々の部屋で寝るのが良いと考える人が25%に達しており、3歳までには別々に寝るようにするべきだと考える人は、80%近くにまで達していた。

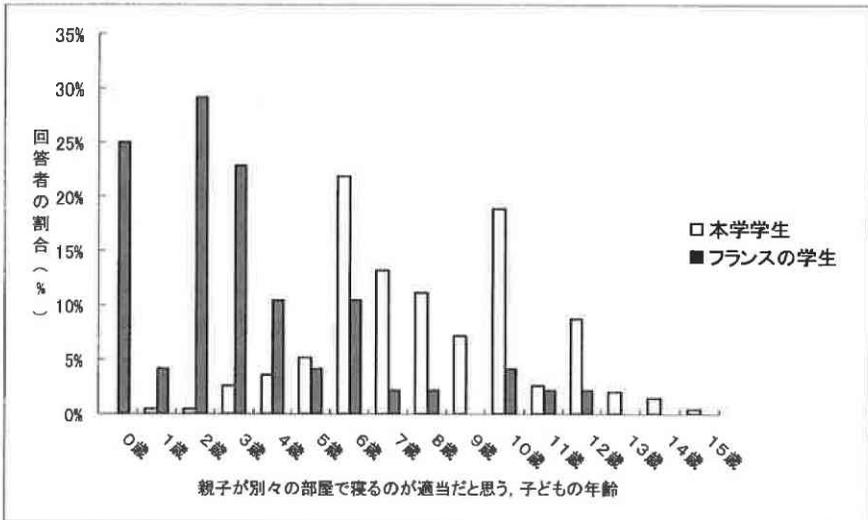


Fig. 2 親子が別々の部屋で寝るのが適当な年齢の分布

このように、数量的なデータからは、日仏間の違いが顕著である。ところが、本学の学生に対する調査の中の、「フランスなど西欧では、子どもと親は、できるだけ早くから、別々の部屋に寝るべきだと考えられています。あなたはそれに対してどう思われますか。」という質問への自由記述の回答をみると、フランスの学生よりも、子の年齢が高くなるまで親子は一緒に寝た方がよいという結果が顕著であったにもかかわらず、肯定的な意見が多いことが明らかになった。確かに、あまり早くから別々に寝ると、寂しい、孤独感をもつ、ほったらかしでかわいそう、などの批判的な意見もあったが、大多数の意見は肯定的であった。そしてその代表的な理由は、子どもの自立心を早くから養うことを可能にするから、というものであった。ただし、フランスの学生から得られた、夫婦と一緒に寝ることや夫婦生活のプライバシーを重要視していることを理由とする回答、すなわち、①子どもは親とは別の空間をもつべきだから、②夫婦としての親同士の親密性を邪魔しないように、などは、本学の学生の自由記述ではみられなかった。

夫婦の睡眠について、20年連れ添った人とどのように寝るかの回答は、Table

Table 4 授業中の居眠りに対する態度

	本学	フランス
1)睡眠をコントロールできない人だ	24 (12.2%)	3 (6.8%)
2)規則正しい生活ができない人だ	46(23.4%)	1 (2.3%)
3)昨晚、徹夜で働いたのだろう	38 (19.3%)	8 (18.2%)
4)昨晚、徹夜で勉強したのだろう	28 (14.2%)	12 (27.3%)
5)昨晚、遅くまで遊んでいたのだろう	69 (35.0%)	16 (36.4%)
6)眠たいなら授業に来なくてもよいのに	17 (8.6%)	6 (13.6%)
7)眠たいなら家で寝ていればよいのに	20 (10.2%)	13 (29.5%)
8)講師に対する敬意が欠けた人だ	27 (13.7%)	13 (29.5%)
9)講師はその人を教室から出すべきだ	1 (0.5%)	2 (4.5%)
10)自分には関係のないことなので、何とも思わない	133 (67.5%)	11 (25.0%)

日仏間で、公共の場での睡眠習慣に大きな差があるのに対して、居眠りをする学生に対しての考え方の項目では、統計的に有意な差があったのは、ごく僅かであった。 χ^2 検定の結果、日仏間で有意な差があったものは、以下の通りである。「規則正しい生活ができない人だ」という気持ちは、フランスの学生より日本の学生の方が強く ($\chi^2(1)=10.45, p<.001$)、「昨晚、徹夜で勉強したのだろう」という気持ちは、日本の学生よりフランスの学生の方が強く ($\chi^2(1)=4.12, p<.05$)、「眠たいなら家で寝ていればよいのに」という気持ちは、日本よりフランスの学生の方が強く ($\chi^2(1)=10.92, p<.001$)、「講師に対する敬意が欠けた人だ」という気持ちも日本よりフランスの学生の方が強く ($\chi^2(1)=6.12, p<.05$)、「自分には関係のないことなので、何とも思わない」という気持ちは、フランスの学生より日本の学生の方が強かった ($\chi^2(1)=28.20, p<.001$)。

特に注目すべき結果として、フランスの学生の中で、居眠りをしている人を自己コントロールができない人と考える人は、ごくわずかであった。むしろ本学の学生の方が、自己コントロールできないと考える人の割合が12.2%、規則正しい生活ができない人だと考える人の割合が23.4%にも達していた。他に注目すべき点としては、本学の学生は、居眠りしている人をみても、自分には関係がないので何とも思わないという具合に、他人に対して無関心である人が3分の2を占めており、かなり一般的な態度といえる。

<考察>

まず、親子が別々に寝るのがよいと考える年齢については、日仏の違いが顕著であった。しかし、その理由は日仏でかなり類似しており、年齢の違いを説明するあまり、態度の違いを強調するのは妥当とはいえない。すなわち、本学の学生は、フランスのように幼少からから親子が別々に寝ることに肯定的な意見をもつものも多く、この傾向は、Azra & Vannieuwenhyuse（印刷中）の研究での自由記述データの結果とも整合している。詳しく言えば、日仏両国で比較した、なぜそれぞれの考える年齢までは親子と一緒に寝の方がよいかの自由記述、および、なぜ早くから子どもが親と別々に寝るべきではないと思うかの自由記述の内容は、日仏間で極めて共通した回答が得られていたのである。すなわち、1) 子どもの身に何か起こった時にすぐ対処できるという意味での安全と、親の心配解消のため、2) 子どもが安心感をもったり、親と一緒にいることの暖かさを感じたりすることは大切だから、といったものである。さらに、Azra & Vannieuwenhyuse（印刷中）の調査の中にあつた、「なぜ、子どもと親は分かれて寝た方がよいか」に対する自由記述の回答でも、日仏共通のものが多く認められている。すなわち、1) 自立心を養うため、2) いずれ一人で寝ようになるのだから、その習慣を早く身につける方がよいから、3) 子どもが親の生活時間に影響されずに寝ることができるから、4) 親が安眠できるから、といった回答が複数あつた。これらの自由記述に加えて、日本と欧米で親子のスキンシップを肯定的に捉える方向で共通性が高まっている（恒吉ら、1991）ことを考え合わせると、親子の接触は欧米でも大事であると考えられつつあり、しかし、あまりにも密着しすぎる接触のあり方は日本でも敬遠され、結果として欧米と日本で共通してきたということではないであろうか。日本で、育児期の日本人夫婦の住宅に部屋数が増え、子ども数が益々減少するなどの物理的条件が変われば、より欧米に近い形で、親子が接触を保つと考えられる。

次に夫婦の睡眠については、親子関係の場合とは対照的に、日仏で態度の差異が認められた。すなわち、フランスでは夫婦は一緒に寝るべきであると考えられ、日本では夫婦は一緒に寝ることにはあまりこだわらないという結果がみられた。その第1の理由として、フランスは日本よりも、夫婦が一緒に

に寝ることを、より異性愛と関係した、性的なものとして捉えていることが考えられる。異性愛で結ばれたフランス人夫婦にとって、一緒に寝ることは必要不可欠な行動となるのではないであろうか。日本で、別々のベッドを選んだ理由としてあげられた、一人でベッドに入ることの快適さ・安眠の事情は、フランス人にとっても同じことだと思われる。しかし、フランス人は、それによって夫婦の親密さを犠牲にはできないと考えているのであろう。

あるいはもう一つの説明として、日本の夫婦はフランスの夫婦に比べると、ロマンチックな愛情が薄いとも考えられる。日本でも、大半は恋愛結婚するようになったが、結婚後も恋愛感情をもち続けている夫婦は、そう多くないのではないか。それが、結婚直後には当然であった、一緒にベッドに寝る習慣が消えていく原因になっていると考えられる。もし、これが妥当な意見であるとするれば、ではなぜ、日本では恋愛感情が夫婦間で持続しにくいのであろうか。一つ考えられることは、日本では、夫婦でいることの「外圧」が強いことがあげられよう。日本は、結婚強制社会・カップル単位社会(伊田, 1995)といわれ、離婚率も先進諸国の中では比較的 low、晩婚化が進行する現在においても、いつかは結婚するつもりの人が多く、単に結婚モラトリアムの延長であるとも言われている。日本の夫婦を取り巻く環境にみられるように、当事者以外から結婚生活の継続を強要されることは、かえって、結婚後の恋愛感情を妨げるのではないか。お互いが好きだから結婚していると思う前に、社会的規範や身近な親族からの期待など、それ以外の理由のために夫婦関係を結んでいると思わされてしまうと考えられる。本学学生の自由記述からも、それが伺える。「いつも一緒にいないといけないから」、「寝る時ぐらい一人になりたい」、という気持ちは、自分の感情とは別のところで、強制的に夫婦であり続けなくてはいけない、という強迫的観念が伝わってくる。また、一緒にベッドに寝ると答えた学生には、「夫婦なのに別に寝るのはおかしいから」といった、いわば社会規範の点から、一緒に寝ることを志向しているものも少なくなかったのである。

ここで、夫婦関係の睡眠への態度を手がかりに、個人主義-集団主義という集団および自己のあり方の日仏差について考えてみたい。G. Hofstede (ホフステード, 1995; 1991) は、1967年と1973年に、多国籍企業である IBM の世界

53カ国の社員11万7000人に対し、労働、家庭、社会一般への価値観に関する、大規模な調査を行った。Table 5は、その調査結果をもとに算出した、各国の個人主義－集団主義の程度を表した指標である。ここで、個人主義とは、個人の利害が集団の利害より優先すべきと考えることで、集団主義とは、個人の利害よりも集団の利害を優先すべきと考えることである。そして、日本は世界的に見ると、ちょうど中間程度の個人主義社会であるが、フランスは日本よりもかなり個人主義傾向が強いと判断されている。また、Markus & Kitayama(1991)は、相互独立的自己と相互協調的自己という2つの自己のタイプを提起したが、前者は、欧米の、個人の独立が尊重される個人主義の文化における自己のあり方で、後者は、日本を含むアジア諸国など、周りの人々との協調や調和を重視する、集団主義の文化における自己のあり方である。同様に、高田(2000)も、西欧では、個人は他者と分離・独立している存在として考えられ、日本を含む東洋では、個人は個別的ではなく、さまざまな人間関係の一部になりきることが重要と考えられているとした(大石, 2001)。

以上より、日本は、欧米と比較すると、国家のレベルでも自己のレベルでも、集団を個人よりも重視する、集団主義志向をし、フランスなどの欧米は、集団よりも個人を重視する、個人主義志向をするとまとめられる。そこで、夫婦関係を一種の集団ととらえ、夫婦で一緒にいることを大事に思うことを「集団主義」であると考え、反対に、「個人」の睡眠の快適さ・安眠の方を重視することを、睡眠行動にあらわれた「個人主義」であると考えることが許されるならば、日本よりフランスの夫婦の方が、より相手との関係を重視して、一緒に寝るべきだと強く考えるのは、矛盾である。夫婦関係における睡眠だけを考えると、日本の方がフランスよりも個人主義的であるという結論になってしまうのは、どう考えればよいであろうか。

Table 5 世界各国の個人主義指標の値（ホフステード, 1995に筆者が加筆）
（個人主義スコアが高いほど、個人主義の強い社会であることを示す）

国または地域	個人主義スコア	国または地域	個人主義スコア
1 アメリカ	91	28 トルコ	37
2 オーストラリア	90	29 ウルグアイ	36
3 イギリス	89	30 ギリシア	35
4 カナダ	80	31 フィリピン	32
4 オランダ	80	32 メキシコ	30
6 ニュージーランド	79	33 東アフリカ諸国	27
7 イタリア	76	33 旧ユーゴスラビア	27
8 ベルギー	75	33 ポルトガル	27
9 デンマーク	74	36 マレーシア	26
10 スウェーデン	71	37 香港	25
10 フランス	71	38 チリ	23
12 アイルランド共和国	70	39 西アフリカ諸国	20
13 ノルウェー	69	39 シンガポール	20
14 スイス	68	39 タイ	20
15 旧西ドイツ	67	42 エルサルバドル	19
16 南アフリカ共和国	65	43 韓国	18
17 フィンランド	63	44 台湾	17
18 オーストリア	55	45 ベルー	16
19 イスラエル	54	46 コスタリカ	15
20 スペイン	51	47 パキスタン	14
21 インド	48	47 インドネシア	14
22 日本	46	49 コロンビア	13
22 アルゼンチン	46	50 ベネズエラ	12
24 イラン	41	51 パナマ	11
25 ジャマイカ	39	52 エクアドル	8
26 ブラジル	38	53 グアテマラ	6
26 アラブ諸国	38		

これについて、筆者は、国家や自己が個人主義か集団主義かは、人間関係の領域ごとに異なってくるのではないかと考える。まず、人間関係の領域を、公私、厳密に言えば家族内と家族外で分けてみる。すると、欧米が個人主義で日本が集団主義と従来から言われてきたのは、公の領域の中でも、面識のある、遠慮の必要な、どちらかといえばインフォーマルな人間同士でのことであったと考えられる。公私のうちの公といっても、従来の集団主義—個人主義を分析する上では、より外側の、面識のないほど公的な人間関係に関しては、考慮されてこなかったといえる。つまり、公衆の前での居眠りに関するデータからは、

日本イコール集団主義、欧米イコール個人主義の図式が、赤の他人の前では有効でないことがわかったのである。授業中に居眠りをする人がいても「自分には関係がない」と思う傾向は、フランスの学生よりも日本の学生の方が強かったのである。また、公共の場や乗り物の中で、他人の日や周囲の雰囲気などを意識することなく、無遠慮に居眠りをするのも、日本の学生の方が頻繁であった。またフランスは個人主義だといわれているが、予想とは反し、公衆の場では居眠りをしていても、それを個人に帰属させてコントロール感のなさを感じるという傾向はなかった。自己コントロールの重視というよりも、むしろマナーとして、フランスの学生は居眠りをしないと考えた方がよいように思われる。そこで考えられるのは、「公」の部分には、面識のある他人と赤の他人の空間の区別があり、個人主義的か集団主義的かは、それによって異なっているのではないか、ということである。これは、土居（1971）が「甘えの構造」でも指摘している。つまり、日本人は、全くの他人には遠慮もせず、恥もかき捨てにし、そして甘えもしない、ということである。これまでの日本の集団主義を特徴づけてきた「公」の場面は、そのもうひとつ外側の赤の他人の場面では、集団や社会のモラルなどに頓着しない、いわば否定的な面での個人主義があると思われる。他方、西欧の個人主義を特徴づけてきた「公」の場面には、そのもうひとつ外側には、授業の教室や公的な乗り物での赤の他人に対してもムードや規範を守り合おうとする、いわば集団主義があると思われる。

次に、私の領域に関して考察すると、欧米が個人主義で日本が集団主義と従来から言われてきたが、それは、私の領域の中でも、自己のことだけを想定し、相互独立的自己であるとか相互依存的自己といった区別をしてきたと考えられる。しかし、本研究では、夫婦においては、相互独立的、個人主義的なはずのフランスの方が、夫婦関係を大事にした睡眠文化が見だされたのである。個人の業績や達成度、能力を絶対視する個人主義の欧米で、夫が大統領になったという理由で、その妻がファーストレディとしてもはやされ、夫婦単位で社交パーティなどに招待されているのを見るにつけ、これを欧米で強いといわれてきた個人主義とどう結びつけて考えればよいのかと筆者が繰り返し考えてきた。これについて、欧米では個人においては個人主義だが夫婦関係においては

集団主義だと考えれば、納得できる。

土肥 (2000) は、その著書の中で、夫婦や家族は、社会の中の、いわば陰(シャドウ)の部分であるとし、そこで繰り広げられる人間関係や心理を「女と男のシャドウ・ワーク」とよび、私の領域が公の領域と深く関係することを主張した。そして、シャドウ・ワークには、夫婦単位のプライベートな行動や心理と、夫婦の中での個人としての行動や心理の両方が含まれているのである。つまり、私の領域のうちにも、夫婦関係の領域と、自己のみの領域があり、本研究で見出された睡眠行動を考えると、自己の領域では、日本の方が集団主義的でフランスは個人主義的かもしれないが、夫婦関係の領域では、それが逆転し、フランスの方が夫婦という集団を大事にした、集団主義志向であるように思われるのである。

以上の議論から、人間関係の領域ごとに、日仏の個人主義—集団主義をモデル化すると、日本は Fig. 3、フランスは Fig. 4 のようになる。図中の楕円と四角の違いは、従来いわれてきた、公私の区別を表しており、楕円が「私」領域、四角が「公」領域である。そして、公私のそれぞれに、さらに2つの層があると考えられる。すなわち、「私」の領域では、内側に「個人」、その外側に「夫婦」があり、「公」の領域では、内側に「面識のある身近な人間関係」、その外側に「赤の他人」がある。そして、これら4つの領域での睡眠習慣を、個人主義—集団主義の色分けをして考えると、以下のようなになる。まず日本は、集団主義といわれてきたが、「夫婦」の領域では睡眠における快適さを重視しているし、また赤の他人の睡眠については、「何とも思わない」など、いわば個人主義的である。フランスは個人主義といわれてきたが、夫婦の領域では夫婦の人間関係を非常に重視する点で集団主義的であるし、また、見ず知らずの人を前にした居眠りは、その人のコントロールの問題よりも、公衆の面前で行うべきではないという理由で、許せなかった。そうした点では集団主義的であるように思われる。

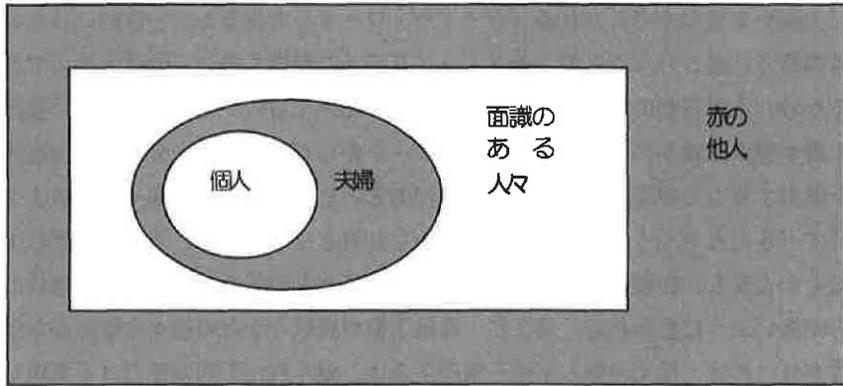


Fig. 3 個人主義—集団主義の領域制約モデル（日本）
 （灰色の部分が個人主義）

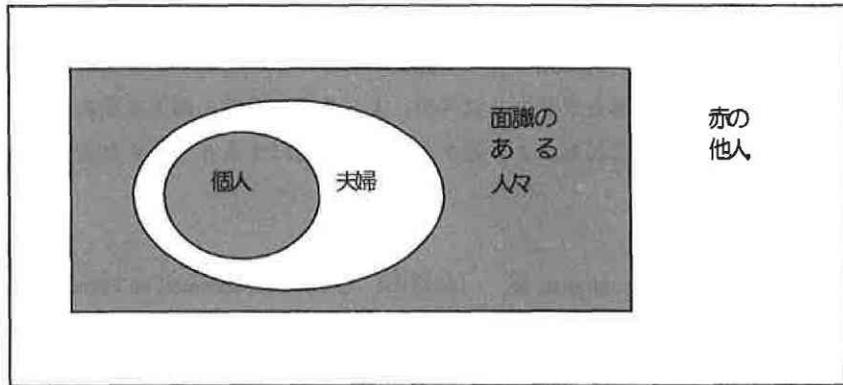


Fig. 4 個人主義—集団主義の領域制約モデル（フランス）
 （灰色の部分が個人主義）

本研究の調査は、パイロット調査であり、データ数も代表性も不十分であった。したがって試論の域を越えられないが、以下の3点に関しては、何らかの知見が得られたといえるであろう。第1に、睡眠という覚醒時外の「行動」も、また、ひとつの文化の表れであり、睡眠文化は単に「論」で終わらせるのではなく、実証的研究の意義がありそうだという点である。特に、睡眠行動は、主

に夫婦や家族の中で行われる「シャドウ・ワーク」であるし、一般的には夜の時間帯の行動ということで、セクシュアリティの影響も多分に受けるものであるため、人間行動の理解をより深めてくれるといえるのである。第2に、集団主義か個人主義かの判断は、数量的なデータからだけでは不十分で、自由記述を併用することが有益であるという点である。日仏間で親子が別々に寝ようにすべきだと考えられている時期は、かなり異なっていたが、それは態度によるものよりも、物理的な条件（家の大きさや子どもの数など）による可能性の方が高いように思われる。第3に、睡眠習慣や居眠りなどの様々な態度から示唆されたのは、従来の個人主義－集団主義は、限られた人間関係だけを考慮したものではないかと考えられる点である。公の領域では、面識のある人々の間での人間関係、私の領域では、個人そのものだけを取り上げて、個人主義か集団主義かを割り当ててきたといえよう。夫婦関係や、赤の他人との関係も考慮すべきである。したがって、今後、自己の集団主義－個人主義志向を測定する際には、どの領域の人間関係について測定するものか、特定する必要があるであろう。また、日本とフランス以外の、より集団主義的、個人主義的な国々に調査対象を広げることも、より確かな議論を可能にすると考えられる。

<引用文献>

Azra, J. & Vannieuwenhyuse, B. (印刷中) *Gestion du sommeil en France et au Japon : une enquete pilote* (日仏の睡眠に関する行動について－先行調査を通じて－) 大阪大学言語文化部大学院言語文化研究科「言語文化研究第28号」

土肥伊都子 2000 恋愛、そして結婚 藤田達雄・土肥伊都子(編著) 女と男のシャドウ・ワーク ナカニシヤ出版

土居健郎 1971 「甘え」の構造 弘文堂

Hirokawa, K., Dohi, I., Vannieuwenhyuse, B., & Miyata, Y. 2001 Comparison of French and Japanese individuals with reference to Hofstede's concepts of individualism and masculinity. *Psychological Reports*, 89, 243-251.

Hofstede, G. 1991 *Cultures and organizations -Software of the mind-*. McGraw-

Hill International : UK.

- ホフステード・G (岩井紀子・岩井八郎訳) 1995 多文化世界—違いを学び共存への道を探る 有斐閣
- 伊田広行 1995 性差別と資本制 啓文社
- Markus, H. & Kitayama, S. 1991 Culture and the self : Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- 大石千歳 2001 集団・リーダーシップ 堀洋道 (監修) 心理測定尺度集Ⅱ サイエンス社
- 清水靖彦 1991 日本枕考 勁草書房
- 高田利武 2000 相互独立的—相互協調的自己観尺度について 奈良大学総合研究所報, 8, 145—163.
- 恒吉僚子 S. ブーコック (編著) 1997 育児の国際比較—子どもと社会と親たち NHK ブックス
- Vannieuwenhuysse, B., Dohi, I., & Hirokawa, K. 1998 L'influence de la culture nationale sur les interactions professionnelles entre Japonais et Français. 日仏社会学会年報, 8, 1-19.
- 吉田集而 (編) 2001 眠りの文化論 平凡社