



人生100年時代も最後までいい夫婦でいるためのヒント

生涯発達心理学の視点から「夫」と「妻」の関係を考える

● 婚約期から新婚期にかけて結婚の背景とその多様性

○結婚をめぐるモラトリアム

晩婚化や未婚化といった現象がいわれて久しい中、若者たちの目には結婚がどのように映っているのでしょうか。永続性の観念すなわち一度結婚したからには、生涯添い続けるべきであるとの規範意識は薄れつつあります。とりわけ結婚生活期間が長期に及ぶ夫婦の、全離婚に占める割合は高くなっており、既婚者の間でも結婚、さらには結婚生活を続けることの意味が問い直されているのではないかと思います。

晩婚化の裏側で、婚活ビジネスも隆盛しており、結婚に対する個人的な重要性は以前にもまして高まっているようにも思われます。交際期間の長期化は、結婚にこだわらない生き方の現れとも読み取れますが、一方で慎重な相手選びに直面している人々

も少なくないように見受けられます。

結婚の意思決定をめぐる「可能性」と「必要性」の両面から見るのが大切ですが、「必要性」については、様々な事情があり、そのことが結婚への道のりや実際の結婚生活でのやり取りに反映されます。

「必要性」には、配偶者や親になれるといった地位の獲得や家族を形成できることに意義を見出すなどの「引き」の要因とともに、独身者でいる状況の不都合さを解消するために結婚を志向する「押し」の要因も存在しており、同じカップルの間でも必ずしも一致するわけではありません*。

○結婚への決断とコミットメントの質

多くの結婚では、いわゆるプロポーズとその承諾というセレモニーが交わされていますが、すでに婚約してから結婚までの間にも、結婚式の準備等の様々な局面を通じて、お互いの基本的なスタンスが顕在化し、葛藤とその調整過程が存在しています。



立命館大学総合心理学部教授
宇都宮 博

○ [うつのみや・ひろし] 広島大学大学院教育学研究科にて博士号(教育学)を取得。様々なライフステージの夫婦関係や、両親間関係による子どもへの心理的影響に関する実証研究を行うとともに、不妊治療に取り組んでいる人々などへの心理臨床的支援にも取り組んでいる。

私は、「コミットメント」という概念から、新婚期や老年期の人々を対象に研究を行ってきました。ここでいうコミットメントとは、様々な性質を帯びた、結婚生活を継続させることへの意欲や見通しを意味します。

同様に、婚約期についても、結婚生活の準備期間として注目しています。【図表1】は、婚約期に確認されたコミットメントの側面ですが、実に多様であることが理解できます。コミットメントは夫婦カウンセリングにおいて1つの重要な指標であることから、結婚を視野に入れたカップルが互いにかどのようなコミットメントを有しているのかについて確認し、調整をしようことも、時に効果的かもしれません。

● 中年期夫婦のケア役割をめぐる課題 ● 親役割の獲得と喪失を中心に

○ 子どもの誕生・成長と親役割への適応
子どもの誕生とともに、夫婦は「親」と

*1 神原文子「現代の結婚と夫婦関係」(培風館、1991年)



>>> 人生100年時代も最後までいい夫婦でいるためのヒント

【図表1】 婚約期におけるコミットメントの多様性

関係的 コミットメント	人格的非代替性	彼(彼女)を本当に愛している 彼(彼女)は、かけがえのない唯一無二の存在である
	情緒的充足	彼(彼女)と一緒にいると、楽しい 彼(彼女)と一緒にいると、落ち着く
合理的 コミットメント	価値・信念	結婚すると約束したのなら、きちんとやり遂げるべきだ 結婚は使命であり、きちんと責任を果たすべきである
	実利・生活	彼(彼女)がいると、何かと役に立つ 生活の安定のために、彼(彼女)が必要である
拘束的 コミットメント	社会的支障	もし婚約を解消しようとするれば、自分の家族から強く 反対されるだろう
		もし婚約を解消したら、自分のコミュニティの中で 立場がない
	別離困難	たとえ婚約を解消しようとしても、彼(彼女)が承認 してくれないだろう これが自分の運命だと思い、あきらめている とくに別れる理由がない
コミットメントの無自覚・欠如		結婚する理由を聞かれても、じっくりと考えたことが ないので返答に困る

いう新たな地位を獲得することとなります。そこには、職場や地域などと同様にその地位にふさわしい役割の遂行が期待されるようになりま。現在では、多くの子育て期の夫婦が共働きをしており、ともに子育てに関与する「コ・ペアレンティング（協働子育て）」のあり方が注目されています。親となった夫婦は、互いに複数の役割を同時進行でやりくりをしていく必要があります。調和的なコ・ペアレンティングが実現できている夫婦もあれば、うまく実践できていない夫婦もみられます。

その分かれ目のポイントの1つに、ジェンダー（特に夫・父親・妻・母親）としてのあるべき姿をめぐる価値観のズレが挙げられます。結婚当初、互いに宣言し合っていた夫婦の役割分担のあたりが、状況によって変化を迫られる事態も少なくなく、一方の申し出に対して他方が当初と話が違うとして、深刻な不和となる場合があります。その場合、子どもが両親間の葛藤に巻き込まれることもあり、とくに注意が必要とされます。

親自身の特性とともに、子どもにもそれぞれ個性があり、育児に際して困難さを抱く場合も考えられることから、夫婦で足並みを確認し、調整しながら、子どもの成長に伴奏していくことが求められます。

○子どもの巣立ちと残された夫婦の課題

夫婦は子どもの発達段階に応じて、適宜調整を図りながら、長きにわたり絶え間ない関与を行っていきます。その一方で、子どもが学童期、青年期と進む中で、彼らが家を離れることに向けた準備もしていく必要が出てきます。巣立ちによって親の役割を失うことは、一種の内的な対象喪失であり、いわゆる「空の巣症候群」に陥る場合もあります。

子どもの巣立ちをうまく受け入れられず、不安やうつなどの精神症状の他、食欲不振や不眠などの身体症状が現れる場合もありますが、更年期障害とタイミングが重なって生じることもあります。

いわば「中年期危機」と呼ばれる状態が、

さまざまな側面で顕在化しやすい人も多く、夫婦でそうした危機に首尾よく対処できるかは、子育て期までの夫婦の関係性の質が大きく問われることとなります。

ただし、中年期は、青年期に獲得したアイデンティティが見直しを迫られたり、深化・成熟が見られたりする重要な発達期として見直されており、夫婦での子どもの巣立ちや更年期障害への取り組みによって、関係性が大きく深まるチャンスでもあります。

○子どもをもたない夫婦の背景

現在、わが国では、不妊に悩んでいる夫婦が6組に1組いるといわれており、彼らの中には自然妊娠を願いつつ、不妊治療への道を歩む人々もみられます。近年では晩婚化もあいまって、治療開始年齢の高齢化により、早い時期から体外受精という高度生殖補助技術へ移行する割合が高くなってきています。

不妊治療をすることで、子どもを授かる夫婦もいる一方で、先端医療技術をもってしても子どもに恵まれない夫婦も多数おり、精神的、肉体的、経済的な事情などから、治療の継続を断念せざるを得ない夫婦もみられます。

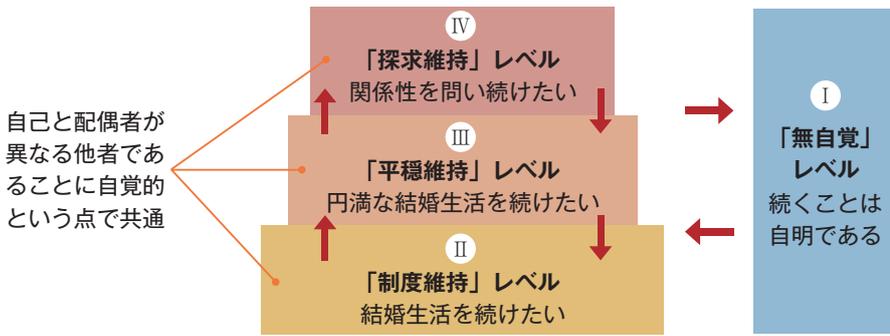
不妊の検査や治療における様々なストレスは「不妊検査・治療に対する不安」「仕事と治療との両立」「妊娠に対する不安」「配偶者との関係」など多岐に及んでいることが明らかとなっており、精神的健康への否定的な影響が懸念されています*2。

*2 小泉智恵ほか「不妊検査・治療における女性のストレス」（周産期医学、2005年）



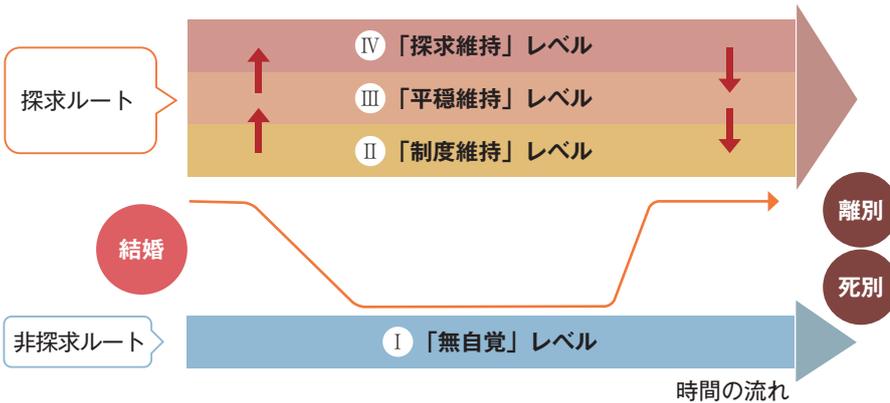
>>> 人生100年時代も最後までいい夫婦でいるためのヒント

【図表2】コミットメント志向性モデル



影響により失業をしたり、大切な人を失ったりといった予測困難な「偶発的危機」です。これらに日々の生活の中で少しずつ累積されている「日常的葛藤」が加わることで複雑化します。また、危機が同時期に起こることで、事態はより深刻なものになりやすくなると考えられています。

その一方で、危機的な状況は、新しい形を生み出す原動力として機能する可能性があり、変わり目での対応のあり方によって、



それまで以上に成熟した関係性が再構築される可能性もあります。

○ 配偶者の「他者性」と「有限性」に
向き合うこと

永続性の観念が弱まりつつある今日において、改めて人生100年時代の夫婦のあり方を展望してみると、2つ重要なキーワードがあるように思います。それは「他者性」と「有限性」です。

配偶者を空気のような存在として例える

とき、「いることが当たり前になりすぎて、日ごろ相手の存在を意識することがなくなった」という意味合いと、「なくてはならないかけがえのない貴重な存在」という意味合いとがあり、その用いられ方に注意が必要です。両者は、配偶者に対して、日ごろから「他者性」を意識できているかどうかという点で大きく異なるからです。

また、「有限性」は、「他者性」と密接なつながりをもつ概念です。すなわち、自分とは異なる他者としての眼差しは、配偶者を尊重すべき別人格の持ち主であることを意識させ、結婚生活の継続が約束されているわけではなく、いずれ終わりが訪れるとの視点をもたらす可能性があります。

実際に私が研究を通して出会ってきた高齢者夫婦においても、例えば妻が大病を患い、命の危険を意識した男性や、自分が怪我をして身の回りのことができなくなった際に、献身的に看病をしてくれる夫の姿を目の当たりにした女性などでは、「他者性」や「有限性」を再認識し、それ以降の関係性が深まったとの体験が語られています。

とは言っても、日々の生活において、見失いがちになるのも自然かもしれません。その意味では、結婚記念日や子どもの誕生日、11月22日（いい夫婦の日）など、2人にとって共通の記念日に思い出の場所や食事をするなどの機会（節目）を積極的に作り、初心に帰るための工夫を意識的に行うとよいのかもしれない。