



Title	現代における生きづらさについての一考察：未婚女性へのインタビューを通して
Author(s)	中西，萌子；渡邊，誠
Citation	北海道大学大学院教育学研究院紀要，136，121-146
Issue Date	2020-06-25
DOI	https://doi.org/10.14943/b.edu.136.121
Doc URL	https://hdl.handle.net/2115/78789
Type	departmental bulletin paper
File Information	08-1882-1669-136.pdf



現代における生きづらさについての一考察

— 未婚女性へのインタビューを通して —

中 西 萌 子*・渡 邊 誠**

【要旨】 社会的に適応している未婚女性の、注目されることの少ない生きづらさを当事者の視点から明らかにし、それを通じて現代に普遍的と思える生きづらさについて探索的に検討することを目的とした。30代女性3名に対してインタビュー調査を行い、結果を複線径路・等至性モデルに基づいて分析した。内面化された理想自己と現実自己とのずれ、職業的アイデンティティのみで妻・母としてのアイデンティティを持っていないこと、により自尊感情が持ちづらいことが生きづらさと関係していると推察された。また、生きづらさを自己の個人的要因に起因するものと捉える傾向も認められた。現代における生きづらさは、自尊感情を持つことの難しさであるとの仮説が得られた。

【キーワード】 生きづらさ、未婚女性、自尊感情

I 問題と目的

1. 問題意識

(1) 生きづらさの起源

近年、「生きづらさ」や「生きにくさ」¹という言葉が様々な場で頻繁に語られるようになった。藤野（2007）は、「生きづらさ」は1981年の日本精神神経学会総会において「主体的社会関係形成の障害と抑制」として加藤（1981）が語ったと指摘する。また「生きにくさ」は、オウム真理教の地下鉄サリン事件を受けて、雑誌『世界』が1997年に特集を組んだのが初出だという。松本（2019）は、「生きづらさ」という言葉が頻繁に語られるようになった契機は、90年代末に人々の「死」に対する価値の転換があったことであると指摘している。東畑（2019）は、町沢静夫の『「心病む人」の処方箋—生きづらい時代をどう生きるか』と、信田さよ子の『子どもの生きづらさと親子関係—アダルト・チルドレンの視点から』の2つの著作を皮切りに、2000年代以降「生きづらさ」という言葉が本格的に使用されるようになったと指摘している。

(2) 生きづらさにみる多様性

(a) 様々な領域で語られる「生きづらさ」

「生きづらさ」や「生きにくさ」という言葉を用いて、生きることの困難が精神医学や心理学、社会学の領域を中心に、多様に語られるようになった。その例は、アダルト・チルドレンと機能不全家族、不登校、引きこもり、精神障害や発達障害をもつ人々、非正規雇用や貧困の問題、セクシュアルマイノリティである人々、顔に外傷のある「ユニークフェイス」

*札幌トロイカ病院 **北海道大学大学院教育学研究院・准教授
DOI: 10.14943/b.edu.136.121

の人々についてなど（川北，2009），枚挙にいとまがない。

(b)「生きづらさ」の多様化

生きづらさが様々な領域で語られることに伴い，生きづらさという言葉が孕む事象も多様化していることが推察される。しかし，藤野（2007）が指摘するように，生きづらさという言葉が「障害」に絡んで使用される場合が多く，社会的に少数派である対象を中心として研究が発展してきた様相が窺える。川北（2009）は，障害や生活上の困難に由来するものだけでなく，従来の福祉や医療の枠組みに乗りづらい困難が，生きづらさとして語られている可能性について指摘している。また，貴戸（2014）は，様々な問題が個別化する現代において，多様な苦しみを表す手段として生きづらさが用いられるようになったことを報告している。すなわち，現代において語られる生きづらさとは，社会生活を営む上で明確に困難となり得る疾病や障害等に起因するものだけでなく，より普遍性の高い苦痛や困難をも内包していると考えられる。

また，2000年代以降に本格的に使用されるようになった「生きづらさ」という言葉が，近年ではアカデミズムだけでなくマスメディアにおいても頻繁に用いられるようになった。これだけ短期間で広く受け入れられたのは，「生きづらさ」が世相を表した言葉であり，潜在的に生きづらさを感じている人々が少なくないことの表れだと考えられる。

(3)「生きづらさ」によって語られるもの

(a) 生きづらさの構造

藤野（2007）は，生きづらさとして語られる困難について，生まれながらにして生きづらさを抱えた人がいるわけではなく，ある状況における関係の中で生じてくるものであると指摘している。生きづらさとは社会との関わりの中で生じるものであり，それゆえに障害と高い親和性をもって語られてきたのであろう。また，雨宮ら（2008）は生きづらさについて，人間関係による「精神的な生きづらさ」や社会の中で疎外感や居場所のなさを感じる「社会的生きづらさ」の他に，生活に関する困難や不安による「経済的生きづらさ」があることを示唆している。その三者は完全に一致するわけではないが，互いに影響し合い複雑に関係しているとする。以上を踏まえると，生きづらさとは他者を含む社会との相互関係において生じる心理的苦痛であり，精神的，経済的，社会的な要因が混在した構造をもつと考えられる（図1）。

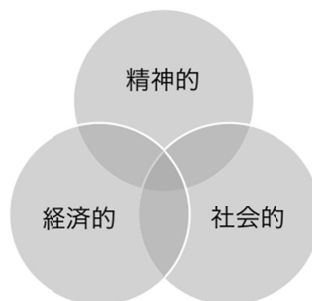


図1 生きづらさの構造

(b) 生きづらさの実態

生きづらさという言葉が、世相を表した表現として広く支持されていることは明らかであり、またそのニーズの高まりを受け、生きづらさに関する研究は増加傾向にある。これまでの研究の傾向の一つには、先述のように構造を明確にすることで、生きづらさの実態に外側から迫ろうとする試みがあると思われる。しかし、生きることの困難という心理的苦痛は、個人の主観的な体験によるという色合いが強く、一面では個人に固有のものであると言えるだろう。そのため、構造という外側からのアプローチに加え、当事者の視点という内側からのアプローチによって個性を捉えていくことも必要であろう。例としては、大塚ら（2018）は、大学生を対象に半構造化面接を行い、仲間関係の負担感や家族関係の葛藤という具体的な生きづらさの実態について述べている。また、鈴木ら（2019）は、てんかんをもつ人の手記分析により、社会の偏見や無理解が当事者の生きづらさとなっていることを報告している。このように、当事者の視点から生きづらさの実態に迫ろうとする傾向がみられるようになったのは比較的最近であり、その知見はまだ断片的である。

(4) 現代社会における生きづらさ

(a) 個人単位社会における自己責任という考え方

宮崎（2007）は、現代社会においては人間関係さえ商品交換の論理によって構成されるとし、そういった他者に依存することが成立しにくい社会では誰もが生きづらさを感じる、と指摘している。個人がサービスの選択をすることを可能にしたという自由の拡大の一方で、選択に伴う責任を自分で負うことを強制される。さらに、人と人とのつながりが希薄化している現代においては、自己責任の考えがより強く内面化されるであろう（雨宮ら、2008）。また、坂本（2014）は、個人が必ずしも「自己選択・自己責任の主体」になれるとは限らないとし、現代においては、実際には選択不可能性を孕んだ様々な選択さえも「自分で選んだ」という事実として捉えられている、と指摘する。社会全体が、諸問題を「努力不足」や「精神力が足りない」等の「個人の問題」として捉える傾向があることから、生きづらさは語ることが許されないことであり、結果的に生きづらさは周囲に可視化されないままに、個人内の問題として存在し続けているのではないだろうか。

(b) ライフコースの多様化による生きづらさ

現代社会においては、個人がより快適で幸福な生の在り方を追求することが尊重され、以前の日本社会と比較して多様な生き方を選択することが可能になりつつある。しかし、草柳（2001）は、実際には社会が許容しない、あるいは許容に消極的な多様性を体現する者は、多かれ少なかれ差別的ないしネガティブな社会的制裁を向けられる、と指摘している。また、そういった従来とは異なるライフコースの選択によって、マジョリティから「ノーマル」だとは見なされなくなった人には、自分は何者でありどう生きるのかというアイデンティティの問題に直面するという生きづらさがある、とも述べている。ライフコースの多様化によって、個人の自由による選択が可能になるという肯定面がある一方で、「ノーマル」でないと言われる人々が増加し、生きづらさを感じる層が拡大していくという否定面が生じていると言えるだろう。

(5) 現代女性における生きづらさ

(a) ライフコースの多様化の実質的な制限

結婚や妊娠、出産などのライフコースの選択の多様化は、特に女性において顕著であると言える（岡本ら、2002）。福田（2006）は、現代においては「家族に関する伝統的価値や規範が弱まるにつれて、結婚する、あるいは、子どもをもつという行為が社会の慣習や規範として当然のもの、当たり前の行為ではなく、自己の選好や人生観に基づいて個人が選択する行為と見なされるようになる」と、個人の意識構造の変化について述べているが、実際にはどうだろうか。ここで、現代日本における男女別の配偶関係を見てみよう。（表1）

表1 男女別の配偶関係

	男性	女性
未婚	1632万4千人（31.8%）	1291万8千人（23.2%）
有配偶	3123万6千人（60.9%）	3138万9千人（56.3%）
死別	165万6千人（3.2%）	792万3千人（14.2%）
離別	210万9千人（4.1%）	348万7千人（6.3%）

注）届出の有無に関わらず実際の状態による。また、括弧内は15歳以上人口における割合を示す。出典「平成27年国勢調査結果」（総務省統計局）一部抜粋

総務省統計局が実施した平成27年度の国勢調査によれば、妻または夫がいる「有配偶」が一度も結婚をしていない「未婚」の割合を上回るのは、男女ともに30～34歳以上の年齢層であり、「未婚」の割合は男女ともに年々上昇傾向にあると報告されている。しかし草柳（2001）は、年金や各種社会保障制度等の諸制度が、往々にして家族や標準世帯などの生活単位を基準としていることを指摘している。雨宮（2018）も、社会制度が単身者に向けて制定されていないことを指摘し、男性との雇用形態の違い等からも、女性が結婚をせずに単身で生計を営むには実際上の経済的な不利益があると述べており、現行の制度下では、結婚が社会生活の前提としてみなされている可能性がある。ある年齢層以上において、未婚であることが、社会的少数派に属するという精神的、社会的な生きづらさだけでなく、経済的な生きづらさも生じさせていることが推察される。

(b) モデルの不在

岡本ら（2002）は、長寿化と少子化によるライフサイクルの変化が、女性の心の発達について重要な影響を及ぼすようになったことを指摘している。かつて女性の一生は、「男は仕事、女は家庭」という伝統的な性役割観に裏打ちされた、極めて固定的で画一的なものであった一方で、モデルとなる生き方が示されていたという肯定的な側面もあったであろう。現代の女性にとって主体的にライフコースを選択できるようになったことは、間違いなく魅力的な変化であろうが、モデルの不在によって新たな迷いや焦燥感を生んでいる可能性がある（岡本、1999）。雨宮（2018）は、モデルの不在が現代女性の生きづらさの一因となっていることを指摘している。

2. 目的と意義

社会の構成単位が、家族から個人へと意識上では変化していながら、現行の制度下では家族単位でしか受けられない恩恵があると言える。さらに、自己責任での選択が迫られながら、生き方の多様化に伴ってロールモデルが不在となった現代においては、誰もが生きづらさを感じているであろう。しかし、これまでの生きづらさに関する研究は、もともと支援に繋がりやすい明確に社会的少数派とされる対象を中心として展開されており、適応的に社会生活を営む人の生きづらさに関しては焦点化されにくかった。生きづらさという言葉が急速に広がり、アカデミズムの内外を問わず語られるようになったことは、潜在的な生きづらさが広く存在していることを示唆しているのではないだろうか。とりわけ現代における女性を取り巻く環境の変化は男性と比較して顕著であり、より生きづらさを感じている可能性が高いと考えられる。雨宮(2018)は、40歳前後の非正規雇用の未婚女性を対象に調査を行っているが、貧困や不安定な雇用形態といった経済的な生きづらさが報告の中心であり、当事者の心情をすくい上げるには至っていない。これまでの生きづらさに関する研究においても、その多くが社会学的研究であり、構造から生きづらさについて迫ろうとしてきた傾向がある。ゆえに、当事者がどのような生きづらさを感じ、どのような心の変化を経験しているのかという点については、未だわからないことが多いのが現状である。様々な問題が個別化する現代において、当事者の視点から生きづらさを捉え直すことは、生きづらさのさらなる理解においても、必要なことのように思われる。

しかし、現代の日本において多くの人が生きづらさを感じている可能性は高いと言っても、いわゆる不適応状態を示しているのはその一部であろう。では、適応的と見なされる人たちはどのようにして、生きづらさと折り合いをつけて生活しているのだろうか。多くの人が「普通」として生き、そのことが至極当たり前とみなされている社会においては、その理由について検討されてこなかった。田中(2007)は、生きづらさを問い考えるということは「豊かに生きる」ということを思索する、と示唆している。生きづらさを感じていることが推察されながらも、これまで適応的に社会生活を営んできたがゆえに語られることのなかった生きづらさに耳を傾け考えることは、現代社会を生きる人々のよりよい生き方を模索する端緒となるであろう。

以上のような考え方のもと、本研究では、男性と比較してより生きづらさを感じていることが推察される未婚の女性を対象にインタビュー調査を行った。未婚女性を対象とする理由は、大きく2点ある。1点目は、現行の社会保障などの制度は家族単位で設定されているため、未婚であると恩恵を受けられない、ということである。2点目は、就労や家族のあり方等の変化に伴い、女性は男性よりも様々な変化を求められている、ということである。婚姻率が低下しながらも依然として家族単位でしか社会保障の恩恵を受けられず、生き方のモデルが不在の上に自己責任の下での模索が求められているという現代において、未婚女性は最も不利な立場に置かれている例の一つであると思える。したがって未婚女性の生きづらさについて調査することが、現代を覆っている漠然とした生きづらさを探索する一つの手がかりになるのではないかと考えた。

以上に述べた理由により、本研究の目的を、現代を生きる未婚女性がどのような生きづらさを経験し何を感じているのか、そしてどのようにして生きづらさと折り合いをつけることで適応的に生活を営んできたのかを、当事者の視点から明らかにすることに置いた。また、未婚女性の生きづらさを通じて、現代の多くの人々が感じているであろう生きづらさについて、探索的に検討することを試みる。

Ⅱ 方 法

1. 調査時期と研究協力者

インタビュー調査は、2019年8月下旬から11月上旬にかけて実施した。研究協力者はこれまでに生きづらさを感じたことがあると自認し、面接への同意が得られた、調査時点で未婚である30代の女性3名（Aさん、Bさん、Cさん）である。表2に概略を示す。

表2 研究協力者の概要

研究協力者	年齢	職業	最終学歴
Aさん	30代後半	会社員（事務職）	大学卒
Bさん	30代前半	自営業（美容系）	大学卒
Cさん	30代前半	教職員	大学卒

本研究では、これまで焦点化されてこなかった潜在的な生きづらさを明らかにすることを目的としているため、研究協力を依頼する対象は適応的に社会生活を営んでいることが必要であると考えた。そのため、これまでに途切れることなく通常の水社会生活を送っていることを第一の条件とした。また、今回は貧困という経済的な生きづらさではなく、個人の心情を中心に生きづらさを検討するため、就業し独立した生計を営み、経済的に自立していることを研究協力者選定の第二の条件とした。

2. 調査手続き

同意が得られた研究協力者に対して、半構造化面接法によるインタビュー調査を行った。所要時間は1人約60分であった。面接者は、初対面である研究協力者が話しやすいような雰囲気をつくることを心がけ、協力者の語りに共感的に耳を傾けた。インタビュー内容については、研究協力者の同意を得てメモをとり、音声をICレコーダーに録音した。

3. インタビュー内容

インタビューの主な質問内容は、「1. 生きづらさの経験について」と「2. 生きづらさとどのように折り合いをつけてきたのか」の2領域から構成される。具体的な内容を表3, 4に示す。初めに、年齢や職業等の属性を回答してもらった上で、表の質問項目に従って調査を進めた。

表3 「1. 生きづらさの経験について」質問項目一覧

(1) 未婚であることによりどのような生きづらさを経験した（している）のか
(2) どのような場面で生きづらさを感じたか
(3) 生きづらさを感じた時期
(4) 対人関係（家族や友人など）は生きづらさに影響を与えたか
(5) 環境（職場や地域、時代など）は生きづらさに影響を与えたか
(6) その他、生きづらさを感じたエピソードがあれば（未婚に関連しないものも含む）

表4 「2. 生きづらさとどのようにして折り合いをつけてきたのか」質問項目一覧

-
- (1) 折り合いをつける具体的な方法について
 - (2) どのようにしてその方法を選んだのか
 - (3) 実際の生きづらさへの影響はどのようなものか
 - (4) 生きづらさの経験が現在の自分に変化や影響を与えたか
 - (5) 社会に対しての要望や支援の必要性等を感じたことはあるか
-

本研究では、研究協力者が生きづらさを自由に表現することにより、当事者視点の生きづらさを捉え直すことが可能になると考えたため、研究協力者にはあえて先行研究における生きづらさの定義を伝えずに調査を行った。また、半構造化面接によるデータ収集であることから、研究協力者の返答や語りたいと思われる内容に合わせて、質問の順番を入れ替えたり、前述した領域の範囲の中で個別に質問を付け加えたりしながら、インタビュー調査を実施した。

4. 倫理的配慮

本研究は、北海道大学大学院教育学研究院令和元年度研究倫理委員会の審査・承認を受けた(受付番号：19-2)

5. 分析方法

インタビューは逐語録に起こし、個人を特定しうる情報の削除、改変を行った後、研究協力者による確認を受けた。分析には、複線径路・等至性モデル (Trajectory Equifinality Model: TEM) を用いた。TEMとは、個々人がそれぞれ多様な径路を辿っていたとしても、等しく到達するポイント (等至点) があるという考え方を基本に、人間の経験を時間的変化と社会的・文化的な文脈との関係で捉え、等至点までの多様な径路を記述するための質的研究の手法の一つである (荒川ら, 2012)。本研究では、生きづらさを個人の性格に起因すると考えるのではなく、他者を含む社会や文化との相互作用の中で捉えようとするものであり、個人の経験の多様性を損なわずに等至点までのプロセスを描き出せるTEMを用いて分析を行うことが適切であると判断した。具体的な手順は、TEM分析手順 (安田・サトウ, 2012; 安田・サトウ, 2017) を参考に、①時系列毎の整理、②等至点 (Equifinality Point: EFP) と両極化した等至点 (Polarized EFP: P-EFP) を暫定的に設定、③分岐点 (BFP) と必須通過点 (OPP) の設定、④社会的助勢 (Social Guidance: SG)、社会的方向づけ (Social Direction: SD) の設定とした。サトウ (2009) は、最初に仮定したEFPやP-EFPは研究者にとって重要な研究の目付け所としての等至点に過ぎず、経験者のライフストーリーに意味付けられた等至点を探る必要があると指摘している。そのため、当初設定した等至点と異なる等至点が分析を通じて抽出された時をTEM的飽和 (安田ら, 2015) として、TEM図の完成とした。

Ⅲ 結 果

図2は、3名のデータを統合したTEM図である。当事者が現在感じている生きづらさはどのようなものを明らかにすることが本研究の目的である。そのため、3名が現在について語っている部分に焦点を当てて分析をした。幼少期などの過去の経験については、研究協力者が現在に通ずるとした部分のみをTEM図に組み込んだ。また、表5はTEM図を分析するために整理した概念表である。

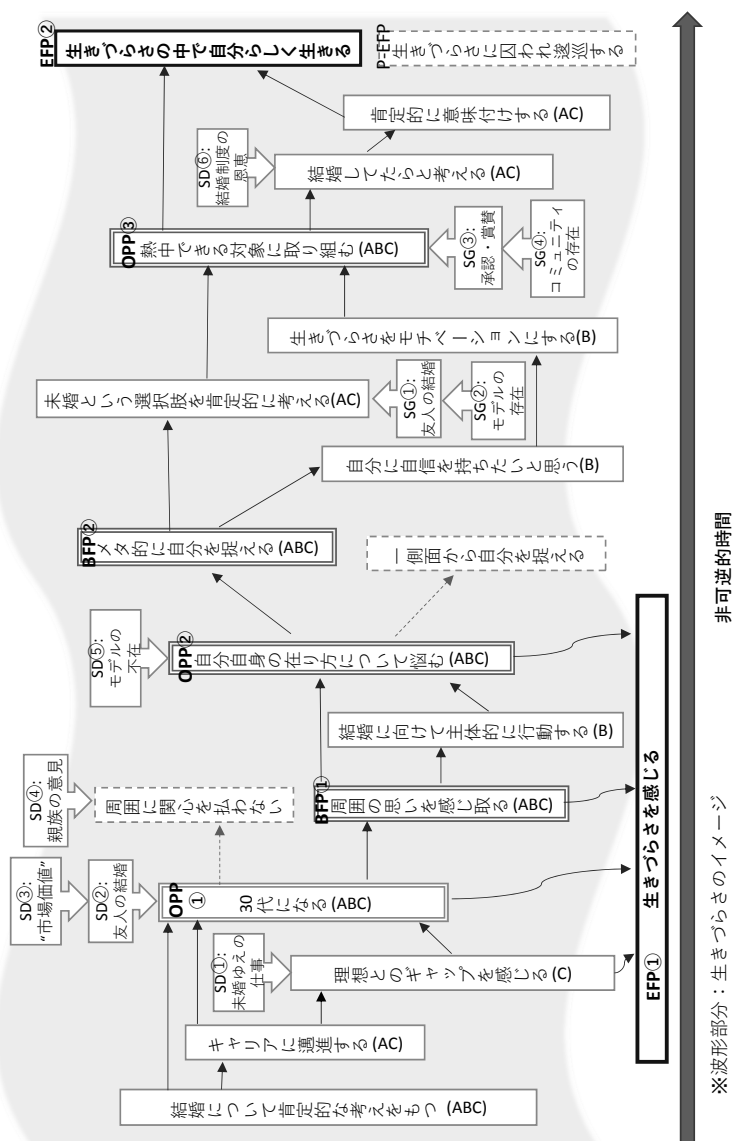


図2 未婚女性が生きづらさの中で自分らしく生きるプロセス

表5 TEMの概念表

概 念	本研究の位置づけ
等至点：EFP (Equifinality Point)	①生きづらさを感じる ②生きづらさの中で自分らしく生きる
両極化した等至点：P-EFP (Polarized EFP)	生きづらさに囚われ逡巡する
分岐点：BFP (Bifurcation Point)	①周囲の思いを感じ取る ②メタ的に自分を捉える
必須通過点：OPP (Obligatory Passage Point)	①30代になる ②自分自身の在り方について悩む ③熱中できる対象に取り組む
社会的方向づけ：SD (Social Direction)	①未婚ゆえの仕事 ②友人の結婚 ③“市場価値” ④親族の意見 ⑤モデルの不在 ⑥結婚制度の恩恵
社会的助勢：SG (Social Guidance)	①友人の結婚 ②モデルの存在 ③承認・賞賛 ④コミュニティの存在

本研究では、等至点に焦点をあてながら、そこに至るまでの個人の行動や発達、選択や認識の変容・維持の様相を、歴史的・文化的・社会的文脈と時間の中で描き出すことを試みる。したがって、ここでは非可逆の時間に沿って、研究協力者の語りから読み取れる等至点とその背景にある要因について以下に示す。

なお、「」で括り、斜体で示した部分は、研究協力者の実際の語りである。「I」は筆者を示す。補足が必要であると筆者が判断したものは、()で示した。また、分岐点と必須通過点は太字，行為や経験は【 】，社会的方向づけと社会的助勢は< >で示した。

1. 生きづらさを感じる（等至点：EFP①）

結婚について肯定的に考えながら、AさんとCさんは自身のキャリアを重ねることに一生懸命取り組んできた【キャリアに邁進する（A・C）】。

Aさん

大学を卒業した後、「ちっちゃな町」で栄養士として働き始めた。周囲の友人と比較して、結婚に対するモチベーションの差を感じつつも、焦り等はなく、当時の心境を「まだまだ働きたいって思ってたから、全く結婚する気はなかった」と語る。

Cさん

元来「どっちかという、真面目」な性格で、教員になってからは一層「ちゃんとやらなきゃ」という思いが強まったという。「なんとなく柔らかく」「(仕事が) できるようになりたいって感じじゃなく」く仕事をする同僚を尻目に、「(自分は) 中途半端な先生にはなりたくない」と

一生懸命に仕事に取り組んできたという。

しかし、Cさんはキャリアを重ねる一方で【自分の理想とのギャップ (C)】を感じるようになる。

Cさん

自分以外の他者に起因する突発的な用事が生じない境遇で、「家にいる間、やろうと思えば寝るまでずーっと（仕事を）出来る」時間の余裕があり、「やること絶対きっちりやりたい」という性格も相まって、労力をより必要とする仕事や、時間の制約が長い仕事の担当になることが多かった。休暇の取得や異動に関して家庭を持っている人が優先される傾向にあり、未婚であると「配慮されない」ため生きづらさを感じる場面が多いという。＜SD①：未婚ゆえの仕事＞

自分も多数の仕事を抱えながら、産休に入る同性の同僚が残した大きな仕事のカバーをした時は、特に辛かったと次のように語った。

C：ああなんか…私何やってるんだろなって。自分こんなことしてる場合じゃないんだけどなって思うんだけど、その分やらなきゃいけないんで。

I：うーん。

C：まあそんな重たい仕事ではないんですけど、なんかそこをカバーしてるっていうのがなんとも屈辱的で…

(中略)

I：何やってるんだろなってというのは、どういう…どういうことですか？

C：うーんと、自分の…なんか幸せから…幸せっていうか、結婚するっていう幸せから離れて、そちらの方のお手伝いをしているっていう所で何をやってるんだろなって。そんなことで忙しくて何をしてるんだろなっていう感じですかね。

Cさん自身も産休に入る可能性がある「同じ身」だからこそ、屈辱感があったという。「いつかは結婚したいなって思っているんで…やっぱそれは（自分が考える）女の幸せには結婚も入っているんだと思います。やっぱり子どもが生まれて…みたいな」理想があり、「そうやって結婚したいって思っているから、どっちかという。だから…そうではないから、なんかそこにギャップが生まれ」たという。

・30代になる（必須通過点：OPP①）

「なんか30近い頃って、周りの友達とかも30までには結婚したいって子が何人かいたんですよ。一つ線引きにしてたのかな。(A)」と3名全員が周囲の結婚のピークは「20代後半から30過ぎくらいまで (B, C)」だったと語った。

友人の結婚を祝福する一方で、「私にとってはすごい早くなって印象だったんですけど、でもその時にちょっと…なんていうんでしょうね。嬉しいけど、あゝ結婚しちゃうのかっていう (A)」
「自分の友達もそうですけど、職場でも、若い（人が多い）職場でもその辺の年代でばばばって

結婚して。そこでの会話も、子どもがどうだって会話になってくんでマイノリティだって、一緒に乗っていけなかったな (C)」と気持ちの揺らぎを経験していたことが窺えた。＜SD②：友人の結婚＞

また、「一旦30歳を過ぎると価値が、市場価値がものすごくなくなると言われていて、35過ぎるともう絶望的だみたいな感じのこと言われてるんですよ。(中略)なので、焦りがすごいあって (B)」と、「婚活市場での市場価値」も意識するようになったという。＜SD③：市場価値＞

・周囲の思いを感じ取る (分岐点：BFP①)

3名が両親を始めとする親族の思いを感じ取っていたことが窺えた。＜SD④：親族の意見＞

Aさん

妹がおり、最近、姪が誕生したという。「なんか父と母がすごい…やっぱり (笑) 結婚して子どもを生むってことに喜んで」「直接結婚しなさいとかって言ってくるわけではない」が、両親の気持ちを感じ取り、「なんか私の気持ちとして、もうちょっとなんだろう…もうちょっと色んな思いをさせてあげたかったってところで、ちょっと生きづらさみたいのを感じることもある」と語った。

Bさん

20代後半を「結婚しないの？結婚しないの？ブームがすごい時があって。」と回想する。その当時は「結婚するタイミングではなかった」とし、「それ (結婚しないの？) を聞かれること自体が」辛かったと語った。質問を向けてくるのは「主に親戚」「親、親戚、知り合いのおじさんおばさん」だったという。最近では「もう30代半ばになってきて聞きづらくなってきたのか聞かれなくなった」ため、「だいぶ楽」にはなったという。

Cさん

Cさんも親戚の結婚式に家族で参加した際、「親戚のおじさん」から結婚について話題を向けられることがあったという。「なんもないよー」と返したが、そのやりとりを見ていた両親に対して、「お父さんはどう思ってたのかなあ」「ちょっとなんか切ない…っていうか、なんかまだ自由でいてごめんねーって」思ったりすると語る。「たぶん、結婚早くしてほしいって思ってると思いますけど、まあ、なんか言わないようにしてるんだと思う」と両親の気持ちを感じ取っていた。

また、Cさんは親族だけでなく職場においても、時間の融通がきく立場であることから期待される役割というものを感じ取っていた。「女性の先生の中で、誰かつけたいてなった時に…“あ…行けんじゃね…”っていう雰囲気がある」という。その雰囲気を感じて、「配慮して動いちゃってるっていうところも、まああるんですけど。なんかこう…この人か、私が野球部！ってなったときに、まあこちらの方は家庭があるし私になった方がいいんだろうなっていう風に思うこともある」と、自ら配慮してしまい、役割を担わねばならなくなっていることに生きづらさを感じていた。

・自分自身の在り方について悩む（必須通過点：OPP②）

Aさん

妹の結婚や姪の誕生を受けて、「なんかやっぱり姉としても結婚してその、子どもがいた方が親に見せてあげられたりとか…」と、姉としての自分について考えるようになる。Aさんの結婚を楽しみにしていた祖母が数年前に他界したことも、自身の在り方について考える契機となった。Aさん自身も「子どもはほしいなあってずっと思ってた。やっぱり今でも子どもはいたらいいなと思う」ものの、「結婚もせずにここまできちゃったから、いなくても良いのかなって。もう40近くにしていないから。この後生むにしてもねって思う」という。

20代だった頃は「結婚するとこんなにいいことあるよ！みたいな。子ども産んで働いても、ちゃんとキャリア積めるよ！みたいな、模範のモデルになるような人を示してくれたりとか、そういうお手本になる人が私が働き始めた頃とかはいなかったんですね。」と回想し、「キャリアを持ちつつ家庭を築くっていうイメージ付け」が出来なかったと語った。＜SD⑤：モデルの不在＞

Bさん

35歳までに「なんとかしないといけない」という焦りから「鬼婚活中」であると語る【結婚に向けて主体的に行動する（B）】。自身について、「心身ともにすごく弱いし、あと親から愛情を得られなかったっていう感覚がものすごく強」く、「愛されるという、自分を認められるということに対しての渴望はすごくある」とし、結婚によって「一生、とりあえず一生一緒にいてもいいって思ってもらえたら、それはすごく私の安心感につながる、愛されたいとか、自分を認められたいとかいう気持ちが少し満たされるのではないかな」「自分は価値がない人間だとすごく思ってしまうので。自分を愛してくれている人がいれば少なくとも自分に価値を見出すことができるんじゃないだろうか」と期待している部分があるという。しかし、婚活の場面で「まあうまくいかない」ことや、「この人いいなと思う人がいたとしてもうまくいかない時に、やっぱり私が悪いんだって思っ」てしまい、友人が「Bちゃんの良いところがわからないなんて相手がクソじゃんみたいなことを言ったりしてくれ」ても、「いや私がダメだったから私のことを受け入れてもらえなかったんだよね」と思うのだと、生きづらさを語った。

Cさん

検査の問診で医師から妊娠の予定を聞かれ「ああ、全然ないです、みたいになる時は、なんかちょっと恥ずかしい」と感じており、教員になって10年目の研修に「苗字も変わってない」まま参加するのは「なんか居ちゃったなと思って気まずい」感じがするという。「やっぱり普通、私の中では家庭をもつことが普通」だと感じており、「今自分はそれ（家庭をもつこと）とは離れているから、恥ずかしいって…違うから恥ずかしいって気持ちが生まれるのかも」しれないと語った。その背景には、「女としてってところで自分の中でランク付けがあるかもしれない」という。「女性としてなんか…幸せを掴んでいるかどうかっていう」部分で、周囲と自分を比較し「別に誰からも何も言われてないんですけど、勝手にまあ、なんかちょっと気まずいなと思う」ことや、仕事で認められて「人生としては勝ってる」としても「それで本当に幸せなのって思ったりも」すると語った。

2. 生きづらさの中で自分らしく生きる（等至点：EFP②）

自分について悩む過程において、これまでの自分の在り方について省察しているようであった。【自らのこれまでについて省察する（A, B, C）】

・メタ的に自分を捉える（分岐点：BFP②）

3名はそれぞれ、自分自身のこれまでについてメタ的な視点から語った。

Aさん

「先生に怒られるっていう記憶が、いつの時代もある」と回想する。幼少期は身体がとても弱く「何をしても遅い」ために怒られてばかりだったが、次第に怒られることに慣れて「ちょっと反抗的なところ」も芽生えた。自分とはタイプが異なる活発な友人との出会いを経て、スポーツや音楽に挑戦したり、「あんまり興味のないものでも勧められ」たものは意識的に取り入れ「いろいろなものを見たり聞いたりするように」なった。その影響か、年齢を重ねるにつれて物事を俯瞰して考えられるようになった一方で、これまでは全く気にならなかったような粗などが目に付くようになり、自身では「我が強くなった」とも感じているという。

Cさん

自身を「例えば速度制限とか、出勤とかの時はちゃんと守るとか。なんて言うんでしょう…ぶっ飛ばさないとか、そういう結構守るタイプ」「嫌なことは嫌だって、バーンと（言う）」真面目な性格だと語る。教員になって、「先生だし、そんな軽はずみな行動をしてはいけない」という気持ちから、「そういう所が、どんどん強くなって」現在に至った。しかし、Cさんのように、仕事でも自分の意見をはっきりと主張をする人は「結局、結婚していないかも」しれないとし、「だからどんどん強くなっていったら、そういうなんか結婚していく人たちの（仕事の）カバーを結局しているんですよ」と語った。

Bさん

自身について以下のように語る。

私自分でも本当に…すごく自分に自信がない人間で。自分仕事できないと思っているし、才能もないと思っているし、もっと素晴らしい人もたくさんいると思っているし、でもそれって別に誰かにあなたは仕事ができないよねって言われたわけでもないし、あなたには才能がないって言われたわけでもないし、あなたよりもっと素晴らしい人はたくさんいるって言われた訳でもないんですけど、私が思ってしまうから生きづらいんですけど（笑）

また、その生きづらさは「私の生きづらさは私の個人的なもの」「全部自分の中で起こっていること」で「周りからなんと言われても、私の中での評価で私（自身）の評価が決まっちゃう」のだという。その背景にある要因として、「自己…肯定感が高まるというか、自己承認欲求が高まるというか、自分が価値のある人間なんだとか、自分が素晴らしい人間なんだって思うようなことが無いまま大人になってしまったっていうのが原因なんじゃないかなっていう風に自分では思ってるんですけど」と、幼少期の「私のことを全く褒めない人たちがだった」両親との

関わりを回想する。Bさんはこれまで、「生きづらい人間だとはバレない」ように、口角を上げて笑顔でいる「ガラスの仮面」をつけて過ごしてきた。

AさんとCさんは、【未婚という選択肢を肯定的に考える（A、C）】ようになる気持ちの変化を経験していた。

Aさん

我が強くなったことに関して、「“自分”みたいなのが構築され、「独身に慣れちゃってるっていうのが40くらいになると」あり、「環境を変えるだとか、（新たに）人間関係をつくる」結婚による変化への適応が容易ではないと考えているという。結婚した友人からは「そこまで我慢しなきゃいけないのかっていうか…ちょっと大変だったね」と感じる義実家との関係を聞かされることもあり、本音では「そんな大変な思いしたくない」と思うようになったと語った。＜SG①：友人の結婚＞

また、現在でも「子どもはいたらいいな」という希望はあるが、「自分からすごい積極的に相手を見つけて、何歳までに子どもを生まないと」とは思わないと言う。「最近芸能人の方でも結構40歳以上で産む人とかっていたりもする」ことや、「今40代でも結婚してない女性も男性も多い」ことがAさんの考えに影響を与えていると推察される。＜SG②：モデルの存在＞

Cさん

20代の頃は「絶対結婚したい！みたいな感じ」があったが、30代になって「今はちょっとそこは落ち着きました」という。教員になって10年目の研修に、そのままの苗字で参加することに対して恥ずかしい気持ちを感じていることも、「独身の女の先輩方が全員通ってきた道なんだろうな」「だからかなりみなさん…なんかこう…強い女みたいな感じに（なっている）」と思うに至り、「きっと私もそういう風になるんだと」感じているという。＜SG②：モデルの存在＞

また、「今はまだ、いつかは結婚したいし、できるかなあって思ってるんですけど」と前置きした上で、「ちょっとずつ、なんかもし…変な男と一緒にいるぐらい」だったら、「一人で稼いで、全部自分で使ったり食べたりして、まあ気楽に過ごしてもいいや」とも思うようになった。現時点では「40代…40歳になっても何もなければ、もう車を買って…でかい車を買って、もうそれが、もう私の今後のなんかこう…なんていうんだろう…自分の気持ちの中で身を固めたいんだっていう感じ」と語り、未婚という選択肢を肯定的に考えるようになったことが窺えた。

Bさんは「やっぱり自分自身に自信を持ちたい」という考えをもつようになる【自信を持ちたいと思う（B）】。

Bさん

「何かで認められたい」という気持ちと、「文章で認められたら少しでも私は自分に自信が持てるんじゃないだろうか」との期待から、子どもの頃からずっと志していた作家になるべく執筆活動を始める。「私のように自己肯定感が低い人の少しでも力になればいいというか、

支えになれたらいいっていうか。明日も生きてみようと思えたらいいというか」「私の生きづらさが誰かの生きづらさを少しでも救えたらいいな」と、自身の生きづらさを「(執筆活動の)モチベーションにしているところがあるかもしれない」と語った。【生きづらさをモチベーションにする (B)】

・熱中できる対象に取り組む (必須通過点：OPP③)

生きづらさを感じる中で、3名はそれぞれ、自分がやりがいを持って取り組むことのできる対象に、より一層邁進するようになる。

Bさん

Bさんは「生きづらいと言うことってあんまり良くないことだって認識」から、これまではガラスの仮面をつけて生きづらい人間だとわからないようにしていたが、「生きづらいって言うてる人がたくさんいる方が安心してくれる誰かがいるかな」と思うようになったという。それから、対面で接客をする必要がある職業柄、「リアルで対面する方、お客様とかにはバレないように」はしているが、ネット上やSNS上では生きづらさを感じていることを公表している。<SG④：コミュニティの存在>

執筆活動が続けるBさんは最近、投稿したエッセイが本に掲載された。そうそうたるエッセイストに囲まれて、自身のエッセイが掲載されているのをみたBさんは「なんかこう、私はこういうモチベーションで活動しているけど、そういうモチベーションで活動していると本当にそういう、私の希望に沿ったというか、この私の生きづらさが、生きづらさを抱えている方のパワーになれたらっていう目標が一つ叶った」と感じたと言った。<SG③：承認・賞賛>

その後も、テレビ局から取材を受ける等の経験をしたが「自分すごいじゃんやったじゃん！っていう気持ち」は「持続しない」という。Bさんは「普通の人って自己肯定感に、何かがあったらどんどんこう、プラスとして蓄積されていく」イメージがあるとし、一方の自分を「自己肯定感を入れておく器がそもそも私にはない」と感じているため、「一時嬉しいことがあったとしてもすぐゼロに戻っちゃう」「友達のことだったら、すごいじゃん！！ってなれるんですけど、私のことだと…なんかね、ラッキーだったねみたいな気持ちに」なるのだと言った。

Bさんが成功体験を手放しに喜ぶことができない背景には、幼少期の両親との関わりにおいて、「本当に褒められることが無くて、ダメダメだって言われることがすごく多」く、「褒められないどころか否定されて育った」ため、「自分に自信が持てないというか、根本的に私が間違っているんだなっていうのがすごい植えつけられてしまっている」ことがあるという。加えて「考えすぎる人間であるということと、あと結構繊細な人間であるということと、傷つきやすいとか…感動しやすいとかもそうですけど、繊細な人間であるということと…ネガティブであるという」自身の資質も影響しているのではないかと省察し、「こんなに感受性が高かったら生きづらいよねって思いますもん(笑)」という。しかし、「繊細だから多分…作品を作れたり、文章作れたりするんだと思います」とも感じており、「叩かれてもいいので、私がある有名になったら言いたいことはたくさんあります」と、これからも活動が続けていくと言った。また、「とりあえず今は婚活を頑張っているんで、結婚できたら少し幸せになれるかな」と結婚へも期待を寄せている。

Aさん

職場は、「同じ部署に20人くらいいるんですけど、ほとんど全員女性」で、結婚している人も多いが、「お子さんのいらっしゃる方が2人くらいしかいなく」、唯一の男性である上司も「40代で未婚」だという。また、「高校の同級生も（結婚を）してない子もやっぱりいる」とし、「早く結婚したほうがいいよって言うてくる」人もいない環境だという。また、「仕事はずっとしていきたいなって。それは結婚しても出産しても、どんな形であれ働いてはいきたい」と、キャリアを重ねる中で、さらなるやりがいを見出していることが窺えた。＜SG④：コミュニティの存在＞

Cさん

Cさんも「同じ立場っていうか、の、仲間みたいのが出来る」とし、そこでは同じ立場だからこそ分かる話題が「すごく盛り上がり」という。「なんか一緒に、なんかこう仕事とかもなんて言うんでしょう…生きづらい…そういう意味では、中で、色々任されてずーっとやってきて、やっと解放されるね！みたいな。なんかその…同じ…分かち合ってきた仲間みたいな感じで。だからそこから出るときはすごいなんか、“本当におめでとう…”みたいな感じ」で、「その中からもし、なんか結婚するっていう人が出たら、もうみんな大祝福」をする関係性だという。

また、同じ立場の仲間とは共通の話題があることに加え、金銭的な価値観も近いという「居やすさ」があるという。結婚した友人と久々に会った際には「その子たちと遊ぶときは3500円かーみたいな。安くていいなとは思うんですけど、なんかいつもと質が違うな」と感じるという。Cさん自身も以前は「3500円の女」だったが「少しずつ稼げるようになって、いつの間にか5000円の女」になり、「同じレベルの遊びができ」る仲間の存在はCさんにとって大きな意味をもっているように思えた。＜SG④：コミュニティの存在＞

また、Cさんは、「中途半端な人…人っていうか先生になりたくない」という考えから、「精一杯やるし、やれちゃうし…っていうところがあって」、周囲の空気を察知しながら懸命に仕事に取り組んできた。その甲斐あって「年上の方よりもなんか色々頼まれたりすること、まあ増えてきたかな」と感じているという。キャリアを重ねることで「やっぱり責任も大きくなってきて…年も上がるにつれて任される仕事も結構多くなったり、重要なのも任せてもらえるようになってきて、嬉しいって思いもあるし、やりたいって思うのもあるので、それが出来たらやったーって思う」と語った。＜SG③：承認・賞賛＞

しかしAさんとCさんは、居やすい環境を獲得し、仕事にやりがいを感じている一方で、【結婚したらと考える（A、C）】ことがあるという。その背景には、結婚によって得られる恩恵があることが窺えた。

Aさん

「ある日突然一人で倒れてたりしたら誰が気づいてくれるんだろう」という気持ちから、未婚であり続けた際の老後の心配が年齢と共に募ると語った。「（自分が）60、70になった時に親もいないってなったら…妹も結婚してますし。私、弟もいるんですけど。弟と一回り年が違って、弟はいてくれるんだろうなって思うんですけど、でもその歳でちょっと一人でいるって」と未婚でいることの不安を覗かせた。また、「自分一人の蓄えで生きていけるのかが心配」と経

済面への心配もあるという。こういった考えは「30代前半まではな」かったという。＜SD⑥：結婚制度の恩恵＞

Cさん

「生徒に対する人気とか、なんか信頼度も、なんて言うんでしょうね…やっぱり自分が時間をかけられるから、親身になって話を聞いたりもできるし、そういうところですごい…その分なんか自分が幸せじゃない分、反対のところ…違うところからは色んな信頼が得られるけど、でもなんかその時はやっぱり女としてっていうか、やっぱり結婚とかそういう意味で負けたんだな」と感じると語った。仕事の場面で辛いことがあった時には「なんか結婚してたらこういうことが起こらなかったんじゃないか…」という考えや、「仕事を引き受けなくて良かったかもしれないから、こんな思いしなかったのかもなーって思った時には、あー結婚したいなって込み上げてくる」という。「今はもう…楽しさで言えば楽しい」けれども、「早くこの生活なんとかしたい」とも思うため、「夫のお金で暮ら」したいと考えることもあるという。＜SD⑥：結婚制度の恩恵＞

結婚によって得られるであろう恩恵について考える一方で、これまでの自分の選択を肯定的に捉えていることが窺えた【肯定的に意味付けする（A、C）】。

Aさん

「（結婚）してたらしてたで別の楽しさとか、もちろん大変さとかもあったのかもしれないけど、こだわらなくてもいいのかな」と思うに至り、「仕事はずっとしていきたいなって。それは結婚しても出産しても、どんな形であれ働いてはいきたい」と、これまで邁進してきた仕事に対してやりがいや意味を見出していることが窺えた。「それと同時に、私、絵を見たりするのが好きなので趣味的なことができればいいかな」と将来の展望を語った。

Cさん

結婚して夫の収入で暮らせたらいの等の思いは「仕事のがって」いないときに、「あーやっぱり結婚しとけばどうたらこうたらっていうのが自分の中で始ま」り、「仕事のがってたら他のことはあまり気にならない」とも語る。「だから、同じような立場の人と一緒に遊んで、おんなじような…日頃の鬱憤とかを話して笑って…また仕事に行ってるのかも」と語った。

IV 考 察

1. 未婚女性が抱える生きづらさ（等至点①）

(1) 30代になる（必須通過点：OPP①）

研究協力者は3名とも「20代後半から30過ぎくらいまで（B、C）」の期間において、周囲の結婚のピークを経験していた。30代になることが、生きづらさを生じさせる1つの契機になることが推察された。

Aさん, Cさん

二人とも友人の結婚を受けて、気持ちの揺らぎを経験していた。気持ちに揺らぎが生じる要因のひとつには、結婚による交友関係の変化があると考えられる。Cさんの語りから、結婚を機に、家庭の話が中心となるという話題の変化や、集合する時間帯や場所の制約が生じるという変化、また金銭的な価値観の変化が生じており、たとえ親しい間柄であっても、互いに未婚であった頃のような関係性の維持は難しく、疎遠になる傾向がある、ということが言える。Cさんの「一緒に乗っていけなかった」「マイノリティだわ」と感じたという語りからも、疎外感や焦燥感が窺える。

Bさん

“婚活市場における市場価値”について「一旦30歳を過ぎると価値が、市場価値がものすごくなくなると言われていて、35過ぎるともう絶望的だみたいな感じのこと言われてる」とし、社会的に少数派になることへの焦りが窺えた。

(2) 周囲の思いを感じ取る (分岐点：BFP①)

3名はそれぞれ、周囲の思いを汲んで生きづらさを感じるがあった。特に、両親をはじめとする親族の思いを感じ取っていたという。岡本(1996)は、「男性においては個として生きる側面、女性においては関係のなかで生きる側面が優位である」と指摘している。女性が男性以上に他者との関係を重要としていることを考慮すれば、直接的な意見からだけでなく、無意識のうちにしる周囲の思いを感じ取ることで生きづらさが生じることが、あり得るだろう。

(3) 自分自身の在り方について悩む (必須通過点：OPP②)

親族をはじめとする周囲の人の考えや思いを感じ取る中で、自分自身について考える。3名がどのように考えていたのか、順番に考察したい。

Aさん

妹の結婚や姪の誕生を受けて、自分も「姉として」結婚をした方がいいのではないかと考えるようになった。Aさんにとって、原家族の存在は大きく、自分自身についても「家族の中の一員」として捉えていることが窺えた。その一方で、年齢を考慮し結婚や出産を躊躇することや、1人で老後を迎えることに対しての不安といった「現実的な問題」を感じていた。以前と比較してライフコースの選択が年齢による制限を受けにくくなっているとは言え、身体機能の変化による不安は特に女性にとって重要な意味をもつと言える。

Aさんは自身の20代について「キャリアを持ちつつ家庭を築くというイメージ付け」ができなかったという。例えば、国が子どものすこやかな成長と女性の健康を支援する母子保健医療対策総合支援事業を実施したのは平成17年4月(厚生労働省, 2005)である。行政の制度が不十分であったことからみてもキャリアと家庭を両立するモデルは不在だったと言え、イメージ付けができなかったのはもっともなことであろう。また、このような制度が設けられたのは、少子高齢化によって働き手が必要とされたためであり、すなわちライフコースの多様化はあくまで社会的な要請によるもので、個人を尊重するためではないことに留意する必要がある。

Bさん

「自分に価値がない人間だとすごく思ってしまう」といい、それは「一生、とりあえず一生一緒にいてもいいって思ってもらえたら、それはすごく私の安心感につながる」と語る。このことからBさんは、結婚という制度が、自分が相手に認められたことを明示化する役割を果たすと期待していることが推察される。また、婚活の場面で「この人いいなって思う人がいたとしてもうまくいか」ず、「いや私がダメだったから私のことを受け入れてもらえなかったんだよね」と思ってしまうことは、雨宮ら（2008）の指摘する、人間関係による「精神的な生きづらさ」や、社会の中で疎外感や居場所のなさを感じる「社会的生きづらさ」を、強めたことであろう。

Cさん

Cさんにとって、結婚し、出産をして家庭を持つことは「普通」のことであった。そのため、現在の未婚である状況に対して「恥ずかしい」という気持ちが生まれるのかもしれないという。また、「女性としてなんか…幸せを掴んでいるかどうかという」ランク付けが自分の中にあるとし、家庭を持つことはCさんにとって理想であるとも言えるだろう。しかし、Cさんが自分自身を「女性として」捉え、伝統的な性役割観を支持している側面が強いのに対して、現実には、男性的な役割である仕事での働きぶりを認められるという状況である。「人生としては勝ってる」と肯定的にその状況を捉えながらも、Cさんが望んでいる「女性としての幸せ」は現時点では叶っておらず、さらには産休に入る同性の同僚の仕事までカバーしなければならない。自身が望むのとは逆の性役割を担わねばならないという、その葛藤が「それで本当に幸せなのって思ったりも」することに表れていると考えられよう。

2. 生きづらさの中で自分らしさを見つける（等至点②）

3名の語りから、生きづらさは容易に折り合いをつけられるものではないことが窺えた。しかし、生きづらさの中で自分らしさを見つけることが、適応的に社会生活を営むための一つの要因だと推察される。

(1) 自分についてメタ的に捉える（分岐点：BEP②）

振り返る期間の長さの違いはあったが、3名はそれぞれメタ的な視点から自分自身について省察し、生きづらさという経験を意味付け、一貫したナラティブを構築していた。以下、それぞれについて考察していく。

Aさん

「我が強くなった」「“自分”みたいなの」が構築されたと、現在の自分自身について言う。現時点で感じている未婚による生きづらさは、家族を喜ばせることができていないこと、老後のセーフティネットがない不安といった、結婚制度による恩恵が得られないことが中心であろう。しかし、結婚によってこれまでAさんが構築してきた「“自分”みたいなの」を変える困難さと、結婚によって受ける恩恵を比較して、それほどまでには結婚したくないと感じるに至ったように思える。

Cさん

自分の中に存在する「ガーンと」した「粹」を守り、「嫌なことは嫌だって、バーン」とはっきりと主張する性格だと語る。そういった性格の人は「結局、結婚していないかも」しれないとし、未婚でいる理由を自身の性格に見出して、生きづらさを感じている可能性が推察される。その一方で、「強い女みたいな感じ」になりつつあるとの変化を「独身の女の先輩方が全員通ってきた道なんだろうな」と、一緒に仕事に邁進してきた同性の先輩の姿と重ね、肯定的に捉えていることも窺えた。

以上から、AさんとCさんは、自分の性格が未婚であることへ影響を与えていると捉えていることが窺える。しかし、未婚であることで感じている生きづらさを結婚によって解消するのではなく、未婚を、生きづらさがあっても自分らしくいられる選択として肯定的に考えるに至っている。ここから逆説的にはあるが、自分らしさを見出すためには生きづらさを積極的に引き受ける必要があるということが、示唆されよう。

Bさん

幼少期の「私のことを全く褒めない人たちだった」両親との関わりを通して、自分は「価値がない人間」なんだと感じてきたという。婚活の場面でうまくいかないことにより、さらにその思いが強まったことが窺える。しかし、「私のように自己肯定感が低い人の少しでも力になればいい」という思いを契機に、自身の生きづらさをモチベーションに執筆活動に取り組んでいる。ここには、生きづらさに対する意識の変化があったように思われる。松下（2007）は、「ネガティブな経験にすでに肯定的な意味を見出しているか、もしくは、現在はずいぶん乗り越えていきたいという希望を持った意味付けを行っている場合」に自分と他者とのつながりを感じる自他連帯感が強まり、経験に対する意味付けがよりよく変化していく、と指摘している。Bさんの場合は後者に該当することにより、自他連帯感が強まったと思われる。それに伴い、「バレない」ようにすべきものから創作活動のモチベーションへと、自身の生きづらさに対する認識を、肯定的に変化させていったことが推察される。

(2) 熱中できる対象に取り組む（必須通過点：OPP③）

AさんとCさんはこれまでキャリアを重ねてきた現在の職業に、Bさんは執筆活動にやりがいを持って取り組んでいた。西田（2000）は、就労や社会活動という家庭外役割を担うことが、成人女性の心理的well-being²に強く関連していると指摘している。3名はそれぞれ、自分以外の誰かのために何かを行うという社会的役割を担うことによって、自分自身の存在意義を獲得していったと言えるだろう。

また、小沢（2000）は、自分が生き生きできる対象を持つこと、そして他者との良好な関係があり、自分が認められることが社会の中での自分の居場所であり、アイデンティティの感覚が得られるという。理解ある環境（Aさん）や生きづらさを打ち明けられるネット上のコミュニティ（Bさん）、同じ立場の仲間（Cさん）などの、自身が等身大でいられるコミュニティを獲得したこと、賞賛や承認といった取り組みに対する外的な評価は、自分自身を肯定することを後押ししたように思える。

しかし、Bさんは「一時嬉しいことがあったとしてもすぐゼロに戻っちゃう」と、賞賛や承

認によって生じる嬉しい気持ちは一時的なものと語った。松下（2007）は、他者とのつながりや支えを感じることが、全体的に肯定的な自己感情を高め否定的な自己感情を低めるとする一方で、時間が経過しても否定的な自己感情は単純には低下しないと指摘している。自身について否定的な感情を持つことからくる生きづらさは、容易には軽減させがたいと考えるべきだろうか。

V 総合考察

前章の考察では、社会や文化との関係性の視点を中心に、当事者がそれぞれ感じている生きづらさを捉えることを試みた。本章では、研究協力者3名に共通して起きていた心の動きに着目し、当事者が感じる生きづらさ、そして心理的支援にあたる専門家に求められるものについて、さらに理論的な考察を進めたい。

1. 当事者の語りから考える「生きづらさ」

(1) 自身の理想や「普通」とのズレが生じること

3名はそれぞれ、「姉として（Aさん）」、「価値がない人間として（Bさん）」、「女として（Cさん）」自身を捉えていた。このことから、Aさん、Bさん、Cさんそれぞれの中には、自身が「理想」あるいは「普通」とするイメージが存在しており、そのイメージと現状の自己とが比較されていることが推察された。松岡ら（2006）は、「こうでありたい」という個人の自己の方向性を示す理想自己について、自分自身がこうでありたいという自己視点のものと、他者が自分にはこうであって欲しいと望んでいるであろうという他者視点のものとがあり、それぞれの理想自己と現実自己とが乖離している場合には、否定的な感情が引き起こされると述べている。そして特に、女性は男性と比較して他者視点の理想-現実自己のズレが自尊感情に影響しているという。3名は、そういった比較による差異を自覚し、生きづらさを感じていたものと思われる。

下津（2018）は「直接的に差別や排除の経験を受けなくとも、差別や排除を受ける側のものであると自分自身をみなすことが、社会生活の制限や自尊感情の低下といった行動面でのネガティブな結果につながる」という。今回の調査では、3名とも明確な社会生活の制限は見られないが、それぞれの生きづらさには、自身の中に生じるセルフスティグマにもとづく部分があるように思われる。すなわち、外部から直接的な言葉が与えられなくとも、自身の中に、現実自己と常に比較される対象としての理想自己を有しており、両者の間のギャップや乖離から「否定的な感情を覚えるステレオタイプが形成されているということ」（下津，2018）が推察される。そして自らを否定的に捉えるような語りからは、自尊感情の低下が窺える。

(2) 役割アイデンティティとの関連

Aさん、Cさんはさらにキャリアを重ねること、Bさんは執筆活動を通して、自分自身を肯定的に捉えていることが推察された。しかし、家族への負い目（Aさん）や愛されたいという気持ち（Bさん）、尊重されていないと感じること（Cさん）に示される自尊感情の低下からくる

生きづらさは、完全に取り払われているとは考え難い。このことから、就労や社会活動において承認や賞賛を受けることは、自身にとって腑に落ちるような自尊感情にはつながっておらず、高い自尊感情をもつためには、そこに別の要因が加わる必要があることが推察された。一つには、担う役割の数が自尊感情に影響を与えている可能性がある。従来と比較して、多様な生き方を選択できるようになった一方で、社会から求められる役割が増えたともいえる。特に、女性の場合、配偶者や母親役割に加え、就労し対価を得るという役割を担う必要も生じ、複数の役割を持つことが社会から期待されるようになったと言える。3名は、主に就労や社会活動のみを担っていることを否定的に捉え、自尊感情が低下しているのかもしれない。

そして特に女性の場合、職業アイデンティティだけでは高い自尊感情を持つことが難しく、妻や母（いずれか、ないしは両方の）という役割アイデンティティが加わる必要があり、それがないということが生きづらさに影響を与えているという可能性が示唆されよう。

2. 生きづらさを自己に起因すると意味付けるということ

3名は生きづらさが生じる要因を、間接的にはあるが自身の性格に見出していると推察された。しかし、実際には、不十分な政策や環境、また他者との関係性の中で生きづらさが生じているように思われる。このことから、実際には生きづらさの原因が別のところにあった場合でも、生きづらさの原因を過剰に自分の側に見出してしまう可能性があると考えられる。草柳(2001)は、生きづらさに個人的な自立や自助努力によってのみ対処することには限界があるとした上で、「個人の『生きづらさ』は社会のあり方の問題として対処されうる側面を大いに含むにもかかわらず、こうした対処には社会を問題化する契機が含まれていない」と指摘している。なぜ、このようなことが起きるのであるのか。その要因の一つとして、Bさんが「私の生きづらさは私の個人的なもの」と語ったように、生きづらさを、「他者に語るに足らない自分ごと」として捉えていることが推察される。また、生きづらさについて他者に語る際には、当然ながら一定の自己開示が求められるということも、語らないという選択に影響しているだろう。Cさんのように、生きづらさに対して「恥ずかしい」「気まずい」思いをしていた場合には、さらに語ることに対する障壁は高くなるだろう。適応的に社会生活を営んでいるのだから、自分の辛い状況や経験は語るに値しない些細なものであると感じ、そこから自分に責任を見出すという対処につながっているのではないだろうか。

3. 心理的支援を担う専門家に求められるもの

今回の調査の結果からは、未婚女性の抱える生きづらさは、喫緊に専門家の心理的支援を必要とするものではないことが窺える。しかし、そこに苦悩がある以上、心理的支援を担う専門家として何かできることがあるのではないだろうか。安(2011)は心のケアを考えていくにあたって、次のように言う。

「苦しみを癒すことよりも、それを理解することよりも前に、苦しみがそこにある、ということに、われわれは気づかなくてはならない。だが、この問いには声がない。それは発する場をもたない。それは隣人としてその人の傍らに佇んだとき、はじめて感じられるものなのだ。臨床の場とはまさにそのような場に他ならない。そばに佇み、耳を傾ける人がいて、はじめてその問いは語りうるものとして開かれてくる。これを私は『臨床の語り』と呼ぼう。」

安のこの言葉は、阪神淡路大震災の被災者支援の臨床において語られた言葉ではあるが、現

代の社会のあり方についても示唆に富むものと思われる。目に見えるものが全てではなく、潜在的なニーズに気付こうとする姿勢こそが、現代の社会において心理的支援を担う専門家に求められているように思われる。また、耳を傾けて聞き取った声を、代弁者として社会に還元していくことも専門家が担える役割ではなかろうか。

おわりに

本調査の結果からは、「自身の理想像ないし『普通』の基準に照らし合わせて、自分の現状に差異があり、自尊感情を持ちにくいこと」が、現代における生きづらさの仮説的な定義として示唆される。これまでは社会の構造から生きづらさに迫る研究が多い中で、未婚による生きづらさの探求を通じて当事者の視点から現代を覆っている生きづらさの一端を捉えたことには、臨床的な意義があったと考える。そして女性の場合は、職業アイデンティティだけでなく、配偶者や母親という役割アイデンティティを併せ持つことが、高い自尊心につながり、生きづらさについても影響を与える可能性がある、という仮説も見出すことができた。柴山ら（2004）は、大学生への質問紙調査を通して、現代では女子学生だけでなく男子学生も、仕事と家庭の両立、男らしさや女らしさからの解放といった性役割観の葛藤を経験していると指摘している。このことは、前述した仮説が男性の場合にも当てはまる可能性を示唆する。現代を覆う生きづらさについて、調査対象を増やすだけでなく、男性の視点からも検討していく必要があると思われる。

しかし、本調査で設けた一般的な生きづらさに関する項目に関しては、明確に回答することの難しさが窺えた。生きづらさについては、現象自体の把握の困難さのために個人の自覚のレベルでは捉えきれない可能性が推察される。したがって、立場が違う当事者に通底している生きづらさを、個人の語りから見出すことには限界があるようにも思われる。そのための具体的な方策については、今後の課題としたい。

謝辞

何よりも、本研究の調査にご協力いただきました、Aさん、Bさん、Cさんの3名に心より感謝申し上げます。皆様のご厚意なしに、本稿の執筆はなし得ませんでした。本研究の意義を理解し、私の拙いインタビューに真剣に向き合ってくださいましたことが、執筆中の何よりの励みになりました。重ねて感謝申し上げます。

そして、北海道大学大学院教育学院の教育臨床心理学ゼミの皆様、辻智子准教授、岡田智准教授には暖かい励ましやアドバイスをいただきました。記して感謝いたします。

註

- 1 「生きづらさ」、「生きにくさ」という言葉はどちらも同義として取り扱う（大辞泉，2018）。しかし，本研究では表現の違いによる混乱を回避するため，より世間に周知されていると推察される「生きづらさ」を使用する。
- 2 [人格的成長] [人生における目的] [自律性] [環境制御力] [自己受容] [積極的な他者関係] の6次元からなる，人生全般にわたるポジティブな心理的機能のこと。これまで幸福感と訳されてきたwell-beingとの区別を明確にするために邦訳していない（西田，2000）。

引用参考文献

- 雨宮処凛・萱野稔人（2008）. 「生きづらさ」について：貧困，アイデンティティ，ナショナリズム 光文社
- 雨宮処凛（2018）. 非正規・単身・アラフォー女性：「失われた世代」の絶望と希望 光文社
- 安克昌（2011）. 心の傷を癒すということ：大災害精神医療の臨床報告（増補改訂版）作品社
- 安藤裕子・サトウタツヤ（2012）. TEMでわかる人生の径路：質的研究の新展開 誠信書房
- 安藤裕子・サトウタツヤ（2017）. TEMでひろがる社会実装：ライフの充実を支援する 誠信書房
- 荒川歩・安田裕子・サトウタツヤ（2012）. 複線径路・等至性モデルのTEM図の書き方の一例 立命館人間科学研究科，25，95-107.
- 藤野友紀（2007）. 「支援」研究のはじまりにあたって：生きづらさと障害の起源 子ども発達臨床研究，1，45-51.
- 福田亘孝（2006）. ライフ・コースは多様化しているか？：最適マッチング法によるライフ・コース分析 第2 回家族についての全国調査（NFRJ03）第2次報告書，1，167-81.
- 伊田広行（2003）. シングル単位視点から見える「結婚」と「恋愛」 家族社会学研究，14(2)，13-22.
- 加藤博史（1981）. 街で患者として暮らすものの生きづらさ：主体的社会関係形成の障害と抑圧 精神神経学雑誌，83(12)，808-810.
- 川北稔（2009）. 若者の「生きづらさ」と障害構造論：引きこもり経験者への支援から考える 愛知教育大学教育実践総合センター紀要，12，293-300.
- 貴戸理恵（2014）. 「生きづらさ」の増殖をどう考えるか：みんなが「当事者」になる時代 福祉労働，142，22-29.
- 小林盾・能智千恵子（2016）. 婚活における結婚の規定要因はなにか：結婚研究の視点から，愛媛結婚支援センターを事例とした量的分析 理論と方法，31(1)，70-83.
- 厚生労働省（2005）. 母子保健医療対策総合支援事業の実施について
https://www.mhlw.go.jp/web/t_doc?dataId=00tc3288&dataType=1&pageNo=1
 （最終閲覧日：2019年12月19日）
- 草柳千早（2001）. 現代社会における「生きづらさ」と「アイデンティティ」：生き方の多様性と社会 三田社会学，6，51-65.
- 松本卓也（2019）. 他者との関係から見た「生きづらさ」 臨床心理学，19(1)，54-58.
- 松岡弥玲・加藤美和・神戸美香ら（2006）. 成人期における他者視点（子ども，配偶者，両親，友人，職場の人）の理想-現実自己のズレが自尊感情に及ぼす影響：性役割観との関連から 教育心理学研究，54，522-533.
- 松下智子（2007）. ネガティブな経験の意味付け方と自己感情の関連：ナラティブ・アプローチの視点から 心理臨床学研究，25(2)，206-216.

- 宮崎隆志 (2007). システム社会における生きづらさの構造 子ども発達臨床研究, 1, 39-44.
- 西田裕紀子 (2000). 成人女性の多様なライフスタイルと心理的well-beingに関する研究 教育心理学研究, 48(4), 433-443.
- 岡本祐子・松下美和子 (2002). 新 女性のためのライフサイクル心理学 福村出版
- 岡本祐子 (1999). 女性の生涯発達とアイデンティティ: 個としての発達・かかわりの中での発達 北大路書房
- 大塚尚・穴水幸子 (2018). 主観的体験から探る現代の大学生の「生きづらさ」の実態 心理臨床学研究, 36(2), 166-177.
- 小沢一仁 (2000). 居場所グラムによる青年期のアイデンティティの解明の試み 日本教育心理学会総会発表論文集, 42, 27.
- 坂本美咲 (2014). 生きづらさが可視化されるとき: 貴戸理恵『「コミュニケーション能力がない」と悩むまえに: 生きづらさを考える』 KG社会学批評, 3, 61-63.
- 柴山直・新井真由美 (2004). 青年期における性役割観と自尊心との関連: 両親の養育態度への認識内容からの検討 新潟大学教育人間科学部紀要 人文・社会科学編, 7(1), 15-27.
- 下津咲絵 (2018). 抑うつ患者の非機能的スキーマとセルフスティグマに関する心理学的研究. 博士論文. 北海道医療大学
- 総務省統計局 (2015). 平成27年国勢調査 人口基本集計結果
<https://www.stat.go.jp/data/kokusei/2015/kekka/kihon1/pdf/gaiyou1.pdf>
(最終閲覧日: 2019年12月20日)
- 鈴木彩香・塚本康子・佐藤郁美 (2019). てんかんのある人が抱える生きづらさ: 当事者の手記分析から 新潟医療福祉学会, 19(1), 86.
- 田中康雄 (2007). 子どもたちの「生きづらさ」を考える: 児童精神医学の視点から 子ども発達臨床研究, 1, 3-10.
- 東畑開斗 (2019). 自意識から市場へ: 自己啓発と臨床心理学 臨床心理学, 19(1), 80-84.
- 安田裕子・滑田明暢・福田茉莉・サトウタツヤ (2015). TEA理論編: 複線径路等至性アプローチの基礎を学ぶ 新曜社

付記

本論文は、筆者の一人である中西が、北海道大学大学院教育学院に提出した2019年度修士学位論文に加筆したものである。

A study on hardness of life in modern Japanese society — Through interviews with unmarried women —

Moeko NAKANISHI, Makoto WATANABE

Key Words

hardness of life, unmarried women, self-esteem

Abstract

The purpose of this study was to clarify the difficulty of living in socially adapted unmarried women from the point of view of themselves, and to explore the difficulty of living that seems to be universal in modern Japanese society. An interview survey was conducted with three women in their thirties, and the results were analyzed based on Trajectory Equifinality Model. It is presumed that the gap between the internalized ideal self and the real self and the ability to have a professional identity but not the identity of a wife or mother, which makes it difficult to have self-esteem are related to the difficulty of living. There was also a tendency to regard the difficulty of living as being caused by one's personal factors. It was hypothesized that the difficulty of living in modern Japanese society is the difficulty of having self-esteem.