

論文

# 婚姻上の地位とメンタルヘルス

—近年の研究動向—

大日 義晴

## A Review of Research on Marital Status and Mental Health

Yoshiharu Dainichi

本稿の目的は、近年の婚姻上の地位とメンタルヘルスに関する研究動向を簡潔に要約することである。多くの経験的研究において、有配偶者は無配偶者に比べて心理的ディストレスが低いこと、結婚が個人のメンタルヘルスに有益な効果をもたらしていることが指摘されてきた。そのメカニズムの検証は課題であったが、近年の縦断的研究の発展により、社会的セレクション仮説よりも、社会的因果仮説の方がより有効な説明であるという理解が一般的になった。

また、従来は、結婚の心理的メリットは女性よりも男性により大きいという知見が一般的であった。しかし、そもそもディストレスの表出方法自体に性差がある可能性が指摘され、複数の変数でディストレスを測定する分析手法が発達した。その結果、結婚による心理的メリットは性差が小さく、結婚は男女いずれにも有益な効果をもたらすという理解が、近年一般的になりつつある。

キーワード：結婚、婚姻上の地位、メンタルヘルス

### 1. はじめに

本稿の目的は、近年の婚姻上の地位とメンタルヘルスに関する研究動向を簡潔に要約することである。

未婚化・晩婚化、離婚・再婚の増加、オルタナティブな家族への注視など、近年、結婚と家族をめぐる社会状況は大きく変化しつつあるといえるだろう。そのような変化は、個人にどのような影響を及ぼすといえるだろうか。その理解の一助となりうるのが、結婚が個人のメンタルヘルスに与える効果を対象とした一連の研究である。この分野には、とりわけアメリカにおいて、いわゆるメンタルヘルスの社会学を専門とする多くの研究者による、膨大な蓄積があるといえる。

以下では、結婚とメンタルヘルスに関する経験

的研究の知見といくつかの課題について検討する。なお、本稿を準備するにあたり、Amato (2010)、Cockerham (2014)、Simon (2014)、Sweeney (2010)、Umberson & Williams (1999)、Umberson et al. (2013)、Waite & Gallagher (2000) など、本分野に関連する近年のレビュー論文を大いに参考にした。

### 2. 分析枠組み

婚姻上の地位とメンタルヘルスについての社会学的研究は、主にメンタルヘルスの社会学の基礎的な方法論を前提としている。その方法論とは、個人のディストレスをとおして、われわれの社会の構造的配置、およびその配置から生じる経験の反復の影響を明らかにすることを目指すアプロー

チであるといえる (Pearlin 1989)。

以下、その分析枠組みを簡潔に要約する。当該の個人の社会環境は、生活経験に重要な影響をもつ。社会環境は、主に社会構造におけるそれぞれの位座によって形づくられる。それぞれの位座は、ジェンダー、婚姻上の地位、人種、社会経済的地位といった階層化された諸要素によって規定される。それらの階層化された諸要素は、個人が日常的に経験する構造的機会、要請、抑圧状態などを規定する。そして、より少ない構造的機会、より多い要請、より強い抑圧状態と結びついた位座は、よりストレスフルであり、高い心理的ディストレスを経験すると考える (Umberson & Williams 1999)。社会学的メンタルヘルス研究は、このような手続きをとおして、社会の構造的性、および社会と個人との関連を明らかにしていくことを目指す。

本稿で主に検討する仮説は、①結婚は、個人のメンタルヘルスにとって有益である、②結婚による心理的メリットは、女性よりも男性により大きい、の2つに要約される。以下で詳述するとおり、「結婚が、高レベルの心理的 well-being と有意に関連している」という知見は、1970年代以降のメンタルヘルスの社会学において、最も一貫しており、頻繁に引用される知見のひとつである (Simon 2014)。そしてこの分野におけるその後の研究の発展は、この知見のさまざまなバリエーションの検証を目指すプロセスであったとあってよいだろう。なお、②の仮説は①の仮説のひとつのバリエーションであり、その性差を検討する仮説である。

なお、一般的に、「婚姻上の地位」のカテゴリーは、まず回答時点での配偶者の有無から、有配偶者と無配偶者に分けることができる。その上で無配偶者は、離別、死別、未婚に、また有配偶者は、初婚と再婚に分類できる。なお配偶者の有無は、法律婚の有無で定義されることが多い。メンタル

ヘルスについては、一義的には抑うつや心理的ディストレスが使用される。ただし後述のとおり、この点は近年見直しが図られている。

### 3. なぜ結婚には心理的メリットがあるのか？

#### (1) 起源としてのデュルケム『自殺論』

なぜ結婚はメンタルヘルスに良い効果をもつのか。この問いは、有名な古典であるデュルケムの『自殺論』(Durkheim 1897=1985)以来、社会学者にとっての大きな課題である。本稿の関心に合わせるならば、デュルケムは、メンタルヘルスを自殺率で操作化したといえる。その上で、男女ともに未婚者よりも既婚者の方が自殺率が低いこと、既婚であることによる自殺抑止力には性差があり、女性よりも男性の方に大きいこと、などを当時の自殺の統計資料から見いだしている。そしてデュルケムは、結婚が自殺の抑止力となるのは、有配偶者が有する、家族という集団環境における社会的統合の強さのためであると主張した。これはよく知られているとおり、カトリックの方がプロテスタントよりも自殺率が低いことを、当該の社会の統合度にもとめたのと同じ説明原理である。なおこの場合の統合とは、一社会のなかでそのメンバーのあいだに集合的な信念や行動様式がひろく共有され、各メンバーもそれをとおして社会全体とのつながりや、他者とのつながりを身近に感じている状態のことを指す。さらに興味深いことに、デュルケムは、結婚の自殺抑止力におけるセレクション効果を、生来的・身体的要因を持ち出す非社会学的要因であるとして否定している。このように、結婚とメンタルヘルスとの関連については、100年以上前に、今日の理論モデルの基礎が確立されていたといえるだろう。

#### (2) 結婚資源モデル

多くの調査研究の結果から、2000年代前半ご

るまでは、「有配偶者は無配偶者に比べて、低い心理的ディストレスを示す」という仮説は、ほぼ確定的であるとされた。そして、その説明としては、結婚によって、(とりわけ男性において)心理的 well-being が高くなるという利益がもたらされるからだ、という解釈が最も一般的であった。たとえば Kessler & Essex (1982) は、有配偶者が無配偶者よりも心理的 well-being が高いのは、有配偶者がより多くの心理的な資源(ソーシャルサポート、統制、自尊心など)を有しているからだと説明した。同様に Thoits (1986) も、結婚によって、人生における目的意識や意義、重要な社会的アイデンティティなどが与えられるからだとして主張した。このような説明は、「結婚資源モデル」(Williams & Umberson 2004) と呼ばれる。結婚によって個人にもたらされる代表的な資源的要因は、①社会的統合/ソーシャルサポート、②経済的資源、③目的意識や意義、の3つの要因に分類される(Umberson et al. 2013)。

①のうち、社会的統合は、先述のデュルケムによる説明とほぼ共通している。ただし、社会的統合は、研究者によってその定義や測定が多岐にわたるため、注意が必要である。最も単純な社会的統合の定義は、ある重要な社会関係の有無である(House et al. 1988; Umberson et al. 2013)。ただし、結婚が社会的統合をもたらすというときには、結婚それ自体が強い社会関係を提供するという面に加えて、結婚がハブとなり、より広い社会関係に接続されるという面を強調する場合や(Simon 2014)、役割期待による行動の統制に着目する場合もある(Thoits 1985)。

ある社会関係があるとき、なぜその社会関係がメンタルヘルスにとって有益なのか、さらなる説明が必要となる。すなわち社会関係のより質的な側面に目を向ける必要が生じる。一般的に、社会関係の重要な構成要素だとされるのは、ソーシャ

ルサポートである。ソーシャルサポートは様々な定義が存在するが、「人びとのあいだにおける、心理的な関心、手段的な手助け、情報、評価(自己評価に関する情報)」を指す(House 1981)。そして、有配偶者は無配偶者に比べて、配偶者のサポートを中心に、より多くのソーシャルサポートを有していることが多くの研究で示されている(Umberson et al. 1996)。ソーシャルサポートが心理的 well-being に与える効果については、直接効果と緩衝効果の2つのメカニズムが存在する。直接効果は、ストレスの有無にかかわらず、人びとの心理的 well-being に正の効果をもつサポートのことを指す。一方緩衝効果は、ストレスが個人に与える影響を弱める効果をもつサポートのことを指す。そして、家族や配偶者からのサポートは、直接効果をもたらすことが指摘されている(稲葉 2008)。しかし、当然ながら、無配偶者であっても他者からのソーシャルサポートを得ることは可能なので、有配偶者と無配偶者のメンタルヘルスの差を説明するためには、有するサポートの多寡の比較だけではなく、配偶者のサポートがいかにか特別であり、その他の社会関係から得られるサポートとどのように質的に異なるのかについても、より詳細に検討される必要がある。

### (3) ストレスモデルとセレクションモデル

資源モデル以外に、「ストレスモデル」と「セレクションモデル」と呼ばれる、別のアプローチも存在する。ストレスモデルは、結婚の解消という著しいストレインを経験していないがゆえに、有配偶者は無配偶者に比べて、低い心理的ディストレスを示すと考える。そしてセレクションモデルは、結婚に先行する諸変数(とりわけ先行するメンタルヘルス)にそもそも差異があるため、有配偶者は無配偶者に比べて、低い心理的ディスト

レスを示すと考える (Umberson et al. 2013).

とりわけセレクションモデルの検証は、研究者にとって長年の課題であった。婚姻上の地位とメンタルヘルスとの関連のパターンは頑健であるが、婚姻上の地位がメンタルヘルスを規定しているのか、それともメンタルヘルスが婚姻上の地位を規定しているのかについては、たびたび議論がなされてきていた。前者は社会的因果仮説とよばれ、後者は社会的セレクション仮説(セレクションモデルと同じ)とよばれる。セレクションモデルは、メンタルヘルスが良好な個人は、そうでない人に比べて、結婚に参入しやすく、また離婚しにくい傾向があると捉える仮説である。多くの社会学者は、社会的因果による説明を支持したが、横断的データでは、2つのうちいずれの仮説がより確からしいのか検証する上で、どうしても限界があった。そのため初期の研究においては、十分に確認することができなかった (Simon 2014)。

よって、2000年代以降の研究の進展において、最も特筆すべきは、縦断的データを活用した研究成果が多数示された点だろう。縦断的データを用いることで、「婚姻上の地位の移行」と「婚姻上の地位の継続」とを区別することが可能になった。そして婚姻上の地位の変化にともなうメンタルヘルスの変化の経過パターンやその持続期間について、見極めることが可能になった。具体的には、以下のようなリサーチクエストが検証可能になった。(a) 結婚への参入/退出で、メンタルヘルスがどのように変化するか。(b) 婚姻上の地位の移行に伴うメンタルヘルスの変化は、その後も継続するか。(c) 先行するメンタルヘルスの状態は、結婚への参入/退出に影響をもつか、などである (Umberson et al. 2013)。以下では、各婚姻上の地位とメンタルヘルスの関係に関する知見を順に整理してみよう。

## 4. 婚姻上の地位とメンタルヘルス

### (1) 離別・死別とメンタルヘルス

まず離別・死別無配偶とメンタルヘルスの関係について確認する。多くの横断的研究において、有配偶者は離死別無配偶者よりも、メンタルヘルスが良好であることが示されており、同様に、縦断的データを用いた研究においても、離死別によって大きくメンタルヘルスが悪化することが明らかにされている (馬場ほか 2003; 稲葉 2002; Simon 2002; Umberson et al. 1992; Williams 2003; Williams et al. 1992)。また、離死別がメンタルヘルスに与える効果における性差については、必ずしも知見が一貫しない。一般的に、離婚については、女性の方が、男性に比べて負の影響を受けやすいという結果が得られやすく (Aseltine & Kessler 1993; Marks & Lambert 1998)、死別については、男性の方が、女性に比べて負の影響を受けやすいという結果が示されることが多い (Umberson et al. 1992)。

それではなぜ、離死別無配偶者は、有配偶者に比べてメンタルヘルスが悪いのだろうか。ひとつには、離死別によって、それまで獲得していた、結婚における有益な要素を失ってしまうからであるとされる。ほかには、結婚の解消によってメンタルヘルスが悪化するという、離死別によるストレスの増大による説明も可能である。これらは、それぞれ先述の資源モデルとストレスモデルに該当する (Umberson et al. 2013)。

また、離婚がメンタルヘルスを悪化させる、なんらかの原因になるとして、その効果はどれぐらいの期間持続するのだろうか。すなわち、婚姻上の地位が継続すること、たとえば離別後、無配偶のまま変化しないことは、別の意味でメンタルヘルスに影響を与える可能性がある。具体的には結婚の解消それ自体ではなく、結婚の解消が、その後の生活上で、何らかの長期的な変化をもたらし、



その結果としてメンタルヘルスが悪化するという解釈である。

この点に着目し、Amato (2000) は、ライフイベントとしての結婚の解消と生活ストレーンとしての結婚の解消を区別している。前者は、数年後には負の効果がなくなり回復することが可能であると考える。一方後者は、持続的な心理的ディストレスをもたらす、生活ストレーン（経済的困難、ひとり親、社会的孤立など）によって特徴付けられるものとして結婚の解消を捉える。言い換えれば、離婚における負の結果は、大多数の人が適応できる一時的な現象なのか、それとも、多かれ少なかれずっと持続する現象なのか、という問いに定式化することができる (Amato 2010)。

これについては双方それぞれを支持する結果が得られている。Booth & Amato (1991) は、離婚によるディストレスの高まりは2年間のみであり、この期間が過ぎると、有配偶者とのあいだに有意差がなくなることを明らかにした。これは、ライフイベントとしての結婚の解消という説を支持する結果である。またこの知見からは、ある婚姻上の地位それ自体よりも、婚姻上の地位の移行こそが、よりディストレスに効果を与えることが示唆される。逆説的にいえば、移行に順応さえできれば、ディストレスは、個人の基本線のレベルまで回復するとも考えられる。

ただし、近年の研究では、離婚によるメンタルヘルスの悪化は、その後も長期間回復しないという結果が示されている。たとえば、Johnson & Wu (2002) は、離婚後の心理的 well-being の低下は、再婚に至るまで改善されないことを明らかにしている。これは、慢性的ストレーンに併せて、資源の不在が継続することが、メンタルヘルスに負の効果をもつためだと考えられる。

別の見方をすれば、資源の喪失に順応できるか、つまり離別の影響が慢性化するか短期的なもので

済むかは、個人が有するその他の資源（たとえば、新しいパートナーや定住家族のソーシャルサポートなど）しだいであり、既存の資源および再編成された資源が十分でない場合に、ストレーンが慢性化するといえるかもしれない。このように考えると、資源モデルとストレスモデルは、いずれか一方が成立するのではなく、相互に関連しあう関係だといえるだろう。

また、先行するメンタルヘルスにもとづく、離死別のセレクション効果についても検証が試みられている。たとえば Johnson & Wu (2002) は、固定効果モデルを用いて、離婚が心理的ディストレスの増大をもたらすという因果的効果の方が、セレクション効果よりも大きいことを見いだしている。他方、一部の研究は、メンタルヘルスがよくない状態が、結婚の解消に先行することを示している (Wade & Pevalin 2004)。

しかし、セレクション効果については、以下のような理由で、解釈が複雑なものとなりうる。すなわち、結婚の解消に至るプロセス自体が、メンタルヘルスの悪化の原因となっている可能性がある。たとえば、離別の場合だと、離婚に先行するメンタルヘルスは、離婚前の悪化した夫婦関係の影響を受けているのかもしれない (Umberson et al. 2013)。この見方によれば、当然、結婚解消後にメンタルヘルスが回復することも想定される。たとえば、結婚期間中、ひじょうに高いディストレスを経験していた場合は、離婚後、幸福感が改善されることが指摘されている (Amato & Hohmann-Marriott 2007)。よって、セレクションモデルを検証する際には、どの時点を基軸として、メンタルヘルスの変化を検証するのか慎重であるべきである。

## (2) 再婚とメンタルヘルス

再婚とメンタルヘルスの関連についての研究

は、初婚との比較と離死別無配偶との比較の2つに大別される。

まず、初婚と再婚の差異については、必ずしも知見は一貫していないが、おおむね再婚の方が、メンタルヘルス上の利得が少ないことが指摘されている (Barrett 2000; Hughes & Waite 2009; Marks & Lambert 1998)。その理由は十分に検証されているとはいいがたいが、経済的資源やソーシャルサポートの差異といった、資源モデルによる説明が試みられている。

また、一般的には、結婚の解消後、再婚に至ることは、無配偶のままであることに比べて、心理的 well-being を改善させる (Hughes & Waite 2009; Williams 2003)。ただし、相対的に高齢の場合は、正の効果がないことを示した研究も存在する (Williams & Umberson 2004)。また、再婚がメンタルヘルスに与える正の効果における性差については、女性よりも男性の方に正の効果が大きいことが指摘されることが多いが (Williams 2003; Williams & Umberson 2004)、一方で、性差がないことを示す研究も存在する (Barrett 2000; Simon 2002)。なお、日本の研究では、離婚経験者が再婚すると、男性においては初婚と変わらない心理的メリットが得られるが、女性においてはかえってストレスが高くなることが示されている (馬場ほか 2003; 稲葉 2002)。

### (3) 未婚および結婚への移行とメンタルヘルス

2000年以前の研究では、未婚者との比較において、有配偶者の方が、メンタルヘルスが良好であるかどうかについては、必ずしも知見が一貫していなかった。一方では、縦断的データを用いて、両者にメンタルヘルス上の差がないことから、結婚の心理的メリットは存在しないことが示されている (Horwitz & White 1991)。他方では、未婚者のメンタルヘルスは、有配偶者に匹敵しないこ

とから、結婚の心理的メリットは存在すると主張する研究も見られた (Marks & Lambert 1998)。Horwitz et al. (1996) は、7年間における若年期の心理的 well-being の変化について検証をおこない、未婚のままであるよりも、結婚を経験した者の方が、心理的 well-being が良好であることを、そして、セレクション効果は確認されないことを指摘した。中年期についても同様に、未婚男性は有配偶男性に比べて、心理的 well-being が良くないこと、さらに、それはセレクション効果では説明し得ないことが示されている (Marks 1996)。

しかし、近年の多くの縦断的研究においては、男女ともに、結婚に移行することは、心理的 well-being を増大させること、心理的ディストレスを低下させることを示している<sup>1)</sup> (Frech & Williams 2007; Lamb et al. 2003; Simon 2002; Williams 2003)。これらの研究では、資源モデルの方が、セレクションモデルよりも有力な説明であると支持されている。先述のとおり、セレクション効果の統制は、結婚への移行とメンタルヘルスとの関係を検討する上で重要な課題のひとつだった。そして現時点の有力な知見としては、セレクション効果は、あるとしても小さく、因果的効果による説明の方が、より有力であると要約することができるだろう。

ただし、分析上の限界として、結婚への移行がもたらす心理的メリットは、あくまでも短期的なものに限定されるため、ライフコースを通じた長期的な心理的メリットを検証することは困難な点があげられる。この点は厄介な問題を含んでいる。すなわち、結婚への移行がもたらすメンタルヘルスの変化を検討する上で、どの時点を経験の心理的メリットが発生し始める時点としてとらえるのかを考慮する必要がある。たとえば、情緒的サポートや経済的サポートといったメリットは、婚約、結婚式、婚前の同棲などのイベントに先だって発生

しうる。よって、結婚の前後数年間に、メンタルヘルスが最も良好になると仮定すれば、未婚の状態から結婚に移行したときのメンタルヘルスの変化は小さいはずであり、結婚の効果を過小に見積もることになってしまう。また逆に、結婚初期のハネムーン期は、長期的に継続する結婚期間のごく一部であり、その期間のメンタルヘルスへの正の効果を、結婚の効果として過大に見積もることにも注意する必要があるだろう<sup>2)</sup> (Umberson et al. 2013)。

また、結婚のメンタルヘルス上の効果は、歴史的に固有なものである可能性が、多くの研究者によって強調されている (Marks 1996)。Ross (1995) は、結婚のオルタナティブがより一般的になり、社会において受容的になるにつれて、結婚の心理的メリットは小さくなっていくかもしれないことを指摘している。また、セレクション効果が小さいことは、社会において、結婚に移行するための条件がそれほど厳しくなく、ほとんど全ての人が結婚に移行することが可能であり、かつ結婚が個人にとって重要な意味を持つという価値や規範が一般的であることを意味する。よって将来的に、未婚者の割合が高まるにつれて、そして、多様な婚姻上の地位における、社会文化的な生活経験が変化するにつれて、セレクション効果と因果的効果のバランスは変化していくかもしれない (Umberson et al. 2013)。

## 5. 結婚による心理的メリットの性差

### (1) 性差に関する仮説

結婚による心理的メリットには性差があるのかどうか、具体的には、結婚によって得られる心理的メリットは、女性よりも男性に大きいのかどうかについては、結婚とメンタルヘルスに関する研究の初期から、たびたび関心の対象となり、そのメカニズムの検証とともに注目されてきた経緯が

ある。以下では、稲葉 (2004) を参考に、結婚による心理的メリットの性差に関する4つの理論仮説を取り上げる。具体的には、①養育役割仮説、②サポートギャップ仮説、③配偶者依存仮説、④ネットワーク構造仮説である。

まず養育役割仮説は、この分野における最も初期の研究者の一人である Gove によって提唱された。Gove は、女性は男性よりも抑うつ傾向が高いこと、そして、この性差は、女性の役割、とりわけ結婚において発生する役割における強い抑圧と低い報酬が原因であることを示した。具体的には、結婚後、女性がおこなう家事・育児が自己実現と結びつかないストレスフルな特性を持っているために、女性にとって結婚の心理的メリットは小さい、という説明である。言い換えれば、われわれの社会における性別役割分業構造によって、有配偶女性に多くの役割ストレインが経験されるということである (Gove & Tudor 1973; Gove 1984)。

次にサポートギャップ仮説は、結婚によって得られるソーシャルサポートの性差に着目した仮説である。すなわち、妻から夫へのサポートの方が、夫から妻へのサポートよりも多いために、結婚による心理的メリットは男性に大きく女性に小さいと考える。なお、女性がサポートを多く提供するのは、女性が他者にケアを提供するという行動パターンを社会化の過程で身に付けているためであるとされる (Belle 1982)。

配偶者依存仮説は、われわれの社会における、自己開示に関する性差から説明を試みる仮説である。男性は、自己開示が「男らしくない」行動として否定的に評価されるため、通常の対人関係で自己開示することが難しい。よって結婚によって得られる心理的メリットは大きい。一方女性は、対人関係において自己開示しても否定的に評価されにくいいため、配偶者に限らずとも自己開示する

ことができる。よって男性に比べると、結婚によって得られる心理的メリットは小さいとされる (Cutrona 1996)。

最後に、ネットワーク構造仮説は、まず女性が、他者にケアを提供するという構造があることを前提とする (Gilligan 1982=1986)。その上で、われわれは、同性中心に対人ネットワークを形成すると考える。したがって、女性は常にケアに恵まれているが、男性はケアをしてくれる社会関係に恵まれていない。よって男性は、結婚によって希少なケアを獲得することになる。ゆえに、男性にとって、結婚はきわめて大きな心理的メリットがあると考えられる (稲葉 2002)。

先述の結婚とメンタルヘルスの関係についての定式化に照らせば、養育役割仮説はストレスモデルに該当する。一方、その他の3つの仮説は、いずれも結婚をつうじて獲得される資源 (主にソーシャルサポート) の性差に着目していることから、資源モデルに該当する。

## (2) ディストレスの表出方法の性差？

2000年前後までは、ジェンダーおよび婚姻上の地位とメンタルヘルスについての研究のほとんどが、メンタルヘルスを測定する上で、抑うつと心理的ディストレスを用いていた。

先述のとおり、Goveは、女性は男性よりも抑うつ傾向が高いことを示し、その説明として、女性の家庭内の役割の負の影響に着目した。この一連の主張に対して、Dohrenwend & Dohrenwend (1976)は、メンタルヘルスの変数として、男性よりも女性に特徴的な障害に偏って使用している点を批判した。すなわち、ディストレスには、機能的に等価な各ジェンダー特有のディストレスの表出方法があり、男女で異なった方法で表出されるのではないかと疑問を呈した。当時、この論争は、Goveの方に分があると解釈され、女性は

男性よりも高いディストレスを経験することが強調され、その女性のディストレスがいかに説明可能か、引き続き検討された<sup>3)</sup>。

しかし、ジェンダーおよび婚姻上の地位とメンタルヘルスとの関連を結論づける上で、やはり大きな限界があることが指摘され、理論モデルの見直しが図られた。なお、ジェンダー役割の社会化やジェンダー規範の影響から、男性はディストレスを外在化する傾向があること、逆に、女性は内在化する傾向があることが指摘されている (Horwitz & Davies 1994)。これらの理論を援用し、2000年以降の多くの研究においては、従属変数であるディストレスとして、従来の抑うつ (内在化を想定) にくわえて、アルコールや薬物の使用/依存 (外在化を想定) を用いることが一般的になった。これは Dohrenwend & Dohrenwend の初期の指摘と通底しており、約20年の時を経てその主張が再評価されたといつてよいだろう。

このような、メンタルヘルスの測定の変化にともない、結婚の心理的メリットにおける性差についての知見も、見直されることが多くなった。すなわち、男女ともに、結婚はメンタルヘルスを改善させ、離別や死別は、男女ともにメンタルヘルスを悪化させるという知見が、近年一般的になってきたといえる (Simon 2002; Simon 2014; Waite & Gallagher 2000)。他にも、メンタルヘルスの変数として、ポジティブ/ネガティブな情動、喜びや怒りの感情、反社会的行動や暴力行動などが使用されることもある (Simon 2014)。

日本では、抑うつ (たとえば、CES-D 尺度) を、ディストレスを示す変数として用いることが今日でも一般的である。もちろん、日本とアメリカでは社会文化的要因および生物学的要因に違いもあり、飲酒や薬物の使用/依存をそのまま導入することには、やや慎重であるべきだろう。今後は、従来の項目に加えて、怒りなどのネガティブな感



情や、暴力や他者とのトラブルなどの行動などの変数を併せた検証が必要になるかもしれない。

ただし、ディストレスの内化／外化という、その表出上の性差を考慮した手法については、慎重であるべきだという反論も存在する。たとえば、泣くことをとおしてディストレスを表出することは、外化化としてとらえられるし、アルコール依存は、自分の感情を麻痺させることが企図されているとするならば、それは内化化としてとらえられる (Umberson & Williams 1999)。同様に、Milowsky & Ross は、少なくとも性差を説明する上で、ディストレス表出における機能的等価性という考え方に異議を唱えている (Milowsky & Ross 1995)。Umberson & Williams は、内化化・外化化ではなく、ディストレスの感情 (怒り、抑うつ、悲しみ) とディストレスを示す行動 (暴力的行動、薬物依存) という区別を提案している (Umberson & Williams 1999)。

## 6. おわりに

近年の研究のレビューから、多かれ少なかれ、結婚がメンタルヘル스에有益な効果を持つことが確認された。また、ディストレスの表出方法の性差を考慮すると、結婚は男性・女性ともに有益な効果を持つことも確認できた。最後に、結婚とメンタルヘルスに関する研究における今後の課題と、近年の結婚や家族の変化との関連について2点指摘しておきたい。

第1に、同じ婚姻上の地位やその移行であっても、そのバリエーションや社会的文脈の違いを考慮する必要がある。それらの検討は多岐にわたるが、とりわけ、結婚の質については検証される機会が多く、結婚がメンタルヘルスに与える正の効果が、結婚の質に依存することが指摘されている (Simon 2014; Umberson et al. 2013)。たとえば、ひじょうに夫婦関係が悪い場合は、そうでない場

合に比べてメンタルヘルスが悪く、無配偶よりも、かえってメンタルヘルスが悪いことが指摘されている (Williams 2003)。他にも、前掲のとおり、質の低い結婚の場合、離婚によって逆にメンタルヘルスが改善することもありうる (Amato & Hohmann-Marriott 2007)。このような、日常生活経験に注視した、同一地位内の相違を考慮した、さらなる検証が求められる。

第2に、これまでの研究ではあまり想定されてこなかったような、結婚に類した親密な関係の拡充をどのように分析に組み入れていくか検討される必要がある。アメリカでは、同棲や事実婚、非同居の親密なパートナー、同性のパートナーなど、従来の婚姻上の地位の類型に含まれない多様な結婚のあり方が、従来型の結婚と同じように、メンタルヘルスに正の効果を持つのかといった検証が散見されるようになってきた。

以上の2点は密接に関連しており、社会における結婚や家族の変化の方向性を踏まえつつ、結婚の心理的メリットを検討する上できわめて重要である。わが国でも未婚化・晩婚化の進展、離婚の増加、夫婦関係の不安定化などがたびたび指摘されている (稲葉ほか 2016)。このような変化の過程において、結婚の心理的メリットは、今後増大していくのだろうか、それとも減少していくのだろうか。

まず未婚化・晩婚化は、①同居／非同居の恋愛期間の長期化、②定位家族への滞留期間の長期化、③結婚のオルタナティブの発達といった、いくつかの変化をもたらさう。たとえば、これまでは結婚でしか獲得できなかったサポートが、他の社会関係 (結婚に類した親密な関係や定位家族など) で代替可能になるのであれば、結婚の相対的な価値は下がり、有配偶者と無配偶者のメンタルヘルスの格差は縮小していきだろう。たとえば若い世代においては、恋愛関係を有している場合と配偶

者がいる場合でディストレスに違いがないことを示した研究もある (Uecker 2012). しかし, 配偶者の代替可能性が変化しなければ, 結婚によって獲得されるサポートの希少性が保持されたまま, 社会に占める無配偶者の割合が増大していくことになる.

ほかに, 夫婦関係の不安定化, すなわち配偶者からのサポートが得られず, 関係も悪いケースの夫婦が増えていけば, 有配偶者と無配偶者のメンタルヘルスの格差は縮小するだろう. しかしその一方で, 離婚の増加により, 夫婦関係の解消可能性が高まることで, 有配偶者において安定的な夫婦関係を有する割合が高まれば, 有配偶者と無配偶者のメンタルヘルスの格差が拡大することも考えられる. ただし, それは同時に, 離婚後の生活ストレスが高く, メンタルヘルスが悪い無配偶者の割合を高めることにもなりうる.

このように, 個人のメンタルヘルスをとおして, 結婚・家族という社会制度の構造的特性やその変容を析出する試みは, 結婚や家族を理解するための有効な方法のひとつであり, 今後ますますの充実と発展が望まれる分野である. 結婚が心理的メリットをもつのかという問いは, 結婚が社会において重要な意味をもつのか, また, 夫婦関係は他の社会関係では代替しえない特別な関係であるのか, を問うことにほかならない. その検証過程においては, これまでの理論や分析モデルが, 従来の結婚や家族を前提として発展してきたことに注意しつつ, 得られた知見の妥当性について精査される必要があるだろう.

## 註

- 1) いくつかの縦断的研究においては, 結婚へと移行した個人のメンタルヘルスと未婚のままである個人のメンタルヘルスを比較する上で, ラグ付従属変数モデルが採用されている. ただしその場合

は, 個人間の観測されない異質性の影響を除外することができない. よって近年では, 観察されない異質性を統制するために, 個人内のメンタルヘルスの変化を婚姻上の移行で説明することを企図した, 固定効果モデルを使用した研究も存在する (Umberson et al. 2013).

- 2) 既存の夫婦研究によれば, 一般的に結婚満足度は結婚直後をピークとして, その後急激に下降することが指摘されている (ただし, その後再び上昇し, U字型のカーブを描くとされる) (稲葉 2004).
- 3) メンタルヘルスの測定について, Umberson & Williams (2013) は, 「女性が男性よりも高いディストレスを経験している」ことや, 「結婚による心理的メリットは, 女性よりも男性により大きい」といった「事実」は, 女性運動や, 結婚のような歴史的な制度に対する問い直しを含む 1970 年代の社会政治的な背景によって, 社会的に構築されたと指摘している.

## 文献

- Amato, P. R. (2000) The Consequences of Divorce for Adults and Children, *Journal of Marriage and Family*, 62 (4), 1269-1287.
- Amato, P. R. (2010) Research on Divorce: Continuing Trends and New Developments, *Journal of Marriage and Family*, 72 (3), 650-666.
- Amato, P. R. & Hohmann-Marriott, B. (2007) A Comparison of High- and Low-Distress Marriages That End in Divorce, *Journal of Marriage and Family*, 69 (3), 621-638.
- Aseltine, R. H. & Kessler, R. C. (1993) Marital disruption and depression in a community sample, *Journal of Health and Social Behavior*, 34, 237-251.
- 馬場康彦・近藤克則・末盛慶 (2003) 「結婚と心理的健康: 背景としての社会経済的地位」『家計経済研

- 究』(58). 77-85.
- Barrett, A. E. (2000) Marital Trajectories and Mental Health, *Journal of Health and Social Behavior*, 41 (4), 451-464.
- Belle, D. (1982) The Stress of Caring: Women as Providers of Social Support, L. Goldberger & S. Breznitz eds., *Handbook of Stress*, NY: The Free Press.
- Booth, A. & Amato, P. (1991) Divorce and Psychological Stress, *Journal of Health and Social Behavior*, 32 (4), 396-407.
- Cockerham, W. C. (2014) *Sociology of Mental Disorder (9th edition)*, Person.
- Cutrona, C. E. (1996) *Social Support in Couples*, Beverly Hills: Sage.
- Dohrenwend, B. & Dohrenwend, B. S. (1976) Sex Differences and Psychiatric Disorders, *American Journal of Sociology*, 81 (6), 1447-1459.
- Durkheim, E. (1897) *Le suicide: Etudes de sociologie*, PUF (= 1985, 宮島喬訳『自殺論』中公文庫.)
- Frech, A. & Williams, K. (2007) Depression and the psychological benefits of entering marriage, *Journal of Health and Social Behavior*, 48 (2), 149-163.
- Gilligan, C. (1982) *In a Different Voice: Psychological Theory and Women's Development*, Harvard University Press (= 1986, 岩男寿美子訳『もうひとつの声: 男女の道徳観のちがいと女性のアイデンティティ』川島書店.)
- Gove, W. R. (1984) Gender Differences in Mental and Physical Illness: The Effects of Fixed Roles and Nurturant Roles, *Social Science and Medicine*, 19, 77-91.
- Gove, W. R. & Tudor, J. (1973) Adult sex roles and mental illness, *American Journal of Sociology*, 78, 812-35.
- Horwitz, A. V. & Davies, L. (1994) Are emotional distress and alcohol problems differential outcomes to stress?: An exploratory test, *Social Science Quarterly*, 75 (3), 607-621.
- Horwitz, A. V. & White, H. R. (1991) Becoming married, depression, and alcohol problems among young adults, *Journal of Health and Social Behavior*, 32 (3), 221-237.
- House, J. S. (1981) *Work, stress, and social support*, Reading, MA: Addison-Wesley.
- House, J. S., Landis, K. R. & Umberson, D. (1988) Social relationships and health, *Science*, 29; 241 (4865), 540-545.
- Hughes, M. E. & Waite, L.J. (2009) Marital biography and health at mid-life, *Journal of Health and Social Behavior*, 50 (3), 344-358.
- 稲葉昭英 (2002) 「結婚とディストレス」『社会学評論』53 (2). 214-229.
- 稲葉昭英 (2004) 「夫婦関係の発達的变化」渡辺秀樹・稲葉昭英・嶋崎尚子 (編)『現代家族の構造と変容: 全国家族調査 [NFRJ98] による計量分析』東京大学出版会, 261-276.
- 稲葉昭英 (2008) 「ストレス研究の諸概念」石原邦雄編『家族のストレスとサポート』放送大学教育振興会, 41-61.
- 稲葉昭英・保田時男・田淵六郎・田中重人 (2016) 「2000年前後の家族動態」稲葉昭英・保田時男・田淵六郎・田中重人 (編)『日本の家族 1999-2009: 全国家族調査 [NFRJ] による計量社会学』東京大学出版会, 3-21.
- Johnson, D. R. & Wu, J. (2002) An Empirical Test of Crisis, Social Selection, and Role Explanations of the Relationship Between Marital Disruption and Psychological Distress: A Pooled Time-Series Analysis of Four-Wave Panel Data, *Journal of Marriage and Family*, 64 (1), 211-224.

- Kessler, R. C. & Essex, M. (1982) Marital status and depression: The importance of coping resources. *Social Forces*, 61, 484-507.
- Lamb, K. A., Lee, G. R., & DeMaris, A. (2004) Union Formation and Depression: Selection and Relationship Effects. *Journal of Marriage and Family*, 65 (4), 953-962.
- Marks, N. F. (1996) Flying solo at midlife: Gender, marital status, and psychological well-being. *Journal of Marriage and the Family*, 58 (4), 917-932.
- Marks, N. F., & J. D. Lambert. (1998) Marital status continuity and change among young and midlife adults: Longitudinal effects on psychological well-being. *Journal of Family Issues*, 19, 652-86.
- Pearlin, L. I. (1989) The Sociological Study of Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 30 (3), 241-256.
- Ross, C. E. (1995) Reconceptualizing marital status as a continuum of social attachment. *Journal of Marriage and Family*, 57, 129-140.
- Simon, R. W. (2002) Revisiting the relationships among gender, marital status, and mental health. *American Journal of Sociology*, 107, 1065-1096.
- Simon, R. W. (2014) Twenty years of the sociology of mental health: The continued significance of gender and marital status for emotional well-being. In Robert J. Johnson, R. Jay Turner, Bruce G. Link (eds.), *Sociology of Mental Health: Selected Topics from Forty Years 1970s-2010s*, New York: Springer, 21-51.
- Sweeney, M. M. (2010) Remarriage and Stepfamilies: Strategic Sites for Family Scholarship in the 21st Century. *Journal of Marriage and Family*, 72 (3), 667-684.
- Thoits, P. A. (1985) Social Support and Psychological Well-being: Theoretical Possibilities. I. G. Sarason & B. R. Sarason (eds.), *Social Support: Theory, Research and Applications*, Dordrecht: Martinus Nijhoff, 51-72.
- Thoits, P. A. (1986) Multiple Identities: Examining Gender and Marital Status Differences in Distress. *American Sociological Review*, 51 (2), 259-272.
- Uecker, J. E. (2012) Marriage and mental health among young adults. *Journal of Health and Social Behavior*, 53 (1), 67-83.
- Umberson, D., Chen, M. D., House, J. S., Hopkins, K. & Slaten, E. (1996) The Effect of Social Relationships on Psychological Well-Being: Are Men and Women Really So Different?. *American Sociological Review*, 61, 837-57.
- Umberson, D., Thomeer, M. B., & Williams, K. (2013) Family status and mental health: recent advances and future directions. In C. S. Aneshensel et al. (eds.), *Handbook of Sociology of Mental Health, Second Edition*, New York: Springer, 405-432.
- Umberson, D. & Williams, K. (1999). Family status and mental health. In C. S. Aneshensel et al. (eds.), *Handbook of Sociology of Mental Health*, New York: Kluwer, 225-253.
- Umberson, D., Wortman, C.B. & Kessler, R. C. (1992) Widowhood and depression: explaining long-term gender differences in vulnerability. *Journal of Health and Social Behavior*, 33 (1), 10-24.
- Wade, T.J. & Pevalin, D.J. (2004) Marital transitions and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 45 (2), 155-70.
- Waite, L. J. & Gallagher, M. (2000) *The Case for Marriage: Why Married People Are Happier*,



*Healthier and Better off Financially*, New York:  
Doubleday.

Williams, K. (2003) Has the future of marriage arrived? A contemporary examination of gender, marriage, and psychological well-being, *Journal of Health and Social Behavior*, 44 (4), 470-487.

Williams, D. R., Takeuchi, D. T. & Adair, R. K. (1992) Marital Status and Psychiatric Disorders among Blacks and Whites, *Journal of Health and Social Behavior*, 33, 140-157.

Williams, K. & Umberson D. (2004) Marital status, marital transitions, and health: a gendered life course perspective, *Journal of Health and Social Behavior*, 45 (1), 81-98.

