

## ジェンダー・アイデンティティと精神的健康との関連 ：日常生活スキルの視点から

加藤 未佳 (豊橋市立多米小学校)  
佐橋 智乃 (大口町児童センター)  
五十嵐 哲也 (愛知教育大学養護教育講座)

## Relationship between gender identity and mental health ：Daily life skills

Mika KATOH (Tame Elementary School)  
Chino SAHASHI (Oguchi town Children's Center)  
Tetsuya IGARASHI (Department of School Health Sciences, Aichi University of Education)

**要約** ジェンダー・アイデンティティの獲得に混乱がみられたとしても、日常生活スキルが獲得されていれば精神的健康は保たれるのかという点を検討した。その結果、全般的にジェンダー・アイデンティティの獲得は、男女ともに、日常生活スキルの獲得によっても補うことのできないような重要な要因であった。しかし、限定的ではあるものの、一部のジェンダー・アイデンティティが獲得されていなくとも、日常生活スキルによって補うことのできる領域があり、それは性別によって異なることが明らかとなった。

**Keywords** : ジェンダー・アイデンティティ 日常生活スキル 精神的健康

### 1. 問題と目的

青年が自分の属する性に対して期待されている役割を的確に認知し、それを実践していくことは、青年期的人格形成上、重要な発達課題である(柏木, 1972)。そこで、これまでの心理学研究においては、個人の性役割の構造を明らかにし、その獲得状況の個人差を把握しようと試みてきたと言える。そして、その構造は、例えば Masculinity, Humanity, Femininity から成る(伊藤, 1978)などが明らかとされ、女性性を示す項目の得点が高ければ女性性が高い者であるという判断がなされてきた。その上で、個人の性役割意識の差に基づき、精神的健康に違いがあるのかといった検討がなされ(e.g.,土肥, 2009)、概して、生物学的な性別の違いによらず、心理的に男女双方の性役割を獲得しているような、性役割にとらわれない者の精神的健康が高いことが示されている。しかしながら、これまでの研究では、しばしば性役割に関連した概念間の混同がみられ、とりわけジェンダー・アイデンティティの測定に際し、従来の性役割尺度を用いるという状況が生じているとされる(佐々木・尾崎, 2007)。この点に関し、佐々木・尾崎(2007)は、これまでの性役割尺度は「性役割への志向性」を測定しているのであって、ある性別に対する「アイデンティティ」を測定しているものではないと指摘し、「男性あるいは女性、あるいはそのどちらとも規定されないものとしての個性の統一性、一貫性、持続性」という新しいジェンダー・アイデンティティの定義を示した。そして、その定義に基づき、性役割の面からだけでなく、自分の性別が一貫しているか、自分の性別が他者からみられている性別と一致しているか等の新たな視点

を含め、性的マイノリティの者でも回答の意義のある尺度を作成している。具体的には、ジェンダー・アイデンティティを、展望的性同一性(自己の性別での展望性が認識できているという感覚)、社会現実的性同一性(自己の性別が社会とのつながりをもっているという感覚)、自己一貫的性同一性(自己の性別が一貫しているという感覚)、他者一致的性同一性(自己の性別が他者の思う性別と一致しているという感覚)に分類し、それを測定する尺度を作成している(佐々木・尾崎, 2007)。この観点は、ジェンダー・アイデンティティが高ければ高いほど、本当に精神的な健康や幸福感によいのか(佐々木・尾崎, 2007)など、これまでの研究で示されてきた結果を再検討し直す必要性を提示するものと指摘でき、今後のジェンダー研究において有用と考えられる。

実際、この観点からの新たな検討が進みつつある。例えば、中塚(2013)は、性別違和感をもつ人は、いじめ被害・自殺念慮・自傷・自殺未遂・不登校・うつ状態が高率にみられると指摘している。また、松嶋(2012)は、性自認の感じ方によって不安やストレスを感じやすい部分が異なることを示しており、持続性のある性別違和感を明確に自覚し、性別移行したいと望む人だけをサポートの対象とするのでは不十分であることを指摘している。このように、新たな視点からのジェンダー・アイデンティティと精神的健康との間には、主として「自己が生物学的に属する性との間に違和感がない場合、精神的健康が高まる傾向にある」という結果がもたらされていると言えよう。

しかし、その関連性は、二変数間に限られたものなのであろうか。そもそも、精神的健康に寄与する

要因としては、これまで多くの検討がなされてきている。それらの研究で指摘されてきた諸要因が、ジェンダー・アイデンティティと精神的健康との直線的な関係に何らかの影響をもたらすことは考えられないだろうか。とりわけ、ジェンダー・アイデンティティに関しては、近年、生まれの性別（こころの性別）を医療施設で治療していくことはほぼ不可能であるということから、医療対応ではなく、生活のなかでできることを支援していくという対応が求められる傾向にある（中塚, 2013）。この指摘を踏まえれば、たとえジェンダー・アイデンティティに混乱をきたしていようとも、日常生活を円滑に送ることのできるようなスキルを獲得すれば、精神的健康は保たれるのかという点を検証することが必要であると考えられる。この点に関し、島本・石井（2006）は、日常生活を円滑に送るためのスキルとして、日常生活スキルという概念を提示している。これは、日常生活で生じる様々な問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要なライフスキルであり、個人場面で展開される個人的スキル（計画性・情報要約力・自尊心・前向きな思考）と対人場面で展開される対人スキル（親和性・リーダーシップ・感受性・対人マナー）の両方から多面的にみるものである（島本・石井, 2006）。そして、日常生活スキル、なかでも個人的スキルを獲得している者ほどストレス対処能力が高く、日常生活スキルと精神的健康との間には関連があることが示されている（島本・石井, 2005）。また、高橋・古市・本江（2012）は、個人的スキルの獲得によって日常生活が充実した上で対人スキルが獲得されると、対人ストレスにも効果的に対処できる可能性を示唆している。したがって、日常生活スキルの獲得が精神的健康を増大させるということは、一貫して指摘されているものと言える。しかし、そのような日常生活スキルの獲得が、ジェンダー・アイデンティティに混乱が生じている者にとっても精神的健康を増大させる効果があるのか、という点については明確な検討がなされていない。ただし、性同一性障害者を対象とした佐々木（2011）は、ジェンダー・アイデンティティが低いことによるストレスが、肯定的解釈をすることで軽減されることを示している。そこで取り上げられている「肯定的解釈」は、日常生活スキル（島本・石井, 2006）の「前向きな思考」に類似する概念であり、ジェンダー・アイデンティティ、日常生活スキル、精神的健康という三つの変数間に何らかの関連性があることを予測させるものであると言える。

そこで、本研究では、たとえジェンダー・アイデンティティの獲得に混乱がみられたとしても、日常生活スキルが獲得されていれば精神的健康は保たれるのかという点を検討する。その際、明確な性別違和感をもつ者だけを取り上げるのは不十分であるという指摘

（松嶋, 2012）を踏まえ、一般大学生を対象とする。以上を通じ、ジェンダー・アイデンティティに混乱を生じている者への援助に際し、どのような側面への働きかけが精神的健康の向上に有用であるのかを明らかにすることが、本研究の目的である。

## 2. 方法

### 2-1. 調査対象

国立A大学学生114名（男性61名・女性53名）、私立B大学学生280名（男性141名・女性136名・不明3名）を調査対象として行った。無回答の項目があるものを除外した結果、有効回答者数は341名（男性172名・女性169名）、平均年齢19.39歳（18歳～40歳）、有効回答率86.5%であった。

### 2-2. 調査内容

#### (1) ジェンダー・アイデンティティ

佐々木・尾崎（2007）のジェンダー・アイデンティティ尺度を使用した。佐々木・尾崎（2007）によって、信頼性と妥当性が確認されている。大学生を対象としており、展望的性同一性、社会現実的性同一性、自己一貫的性同一性、他者一致的性同一性から構成される。「非常にあてはまる」～「まったくあてはまらない」の7件法で回答を求めた。

#### (2) 精神的健康

鈴木・嶋田・三浦・片柳・右馬埜・坂野（1998）の心理的ストレス反応尺度を使用した。鈴木・嶋田・三浦・片柳・右馬埜・坂野（1998）によって、信頼性と妥当性が確認されている。大学生を含む幅広い年齢層を対象としており、抑うつ・不安、不機嫌・怒り、無気力から構成される。「その通りだ」～「全くちがう」の4件法で回答を求めた。

#### (3) 日常生活スキル

島本・石井（2006）の日常生活スキル尺度を使用した。島本・石井（2006）によって、信頼性と妥当性が確認されている。大学生を対象としており、親和性、リーダーシップ、感受性、対人マナー、計画性、情報要約力、自尊心、前向きな思考から構成される。これらの下位尺度は、主に対人場面で展開される対人スキル（親和性、リーダーシップ、感受性、対人マナー）と、主に個人場面で展開される個人的スキル（計画性、情報要約力、自尊心、前向きな思考）の2つの高次因子に分類されることが確認されており、また下位尺度に比してこれら2つの高次因子の信頼性が高いことが示されている（島本・石井, 2006）。よって、本研究ではこの2つの高次因子を使用することとした。「非常にあてはまる」～「ぜんぜんあてはまらない」の4件法で回答を求めた。

### 2-3. 調査時期と手続

2013年10月に、無記名の質問紙法により、集団で一斉に実施した。

### 3. 結果

#### 3-1. 各尺度について

ジェンダー・アイデンティティ尺度および心理的ストレス反応尺度、日常生活スキル尺度については、先行研究に基づいて各尺度を下位尺度に分類した。さらに、各下位尺度に含まれる項目の得点の総和を項目数で除して、得点化した。

各尺度の信頼性を検討するために、下位尺度ごとにクロンバックの $\alpha$ 係数を算出した。その結果、ジェンダー・アイデンティティ尺度は、展望的性同一性 $\alpha = .82$ 、社会現実的性同一性 $\alpha = .77$ 、自己一貫的性同一性 $\alpha = .84$ 、他者一致的性同一性 $\alpha = .71$ 、心理的ストレス反応尺度は、抑うつ・不安 $\alpha = .90$ 、不機嫌・怒り $\alpha = .89$ 、無気力 $\alpha = .82$ 、日常生活スキル尺度は、個人的スキル $\alpha = .81$ 、対人スキル $\alpha = .80$ であり、十分な内的整合性の高さが認められた。

性差を検討するため、 $t$ 検定を行ったところ、ジェンダー・アイデンティティにおける展望的性同一性 ( $t [339] = 2.64, p < .01$ ) と社会現実的性同一性 ( $t [339] = 2.19, p < .01$ ) について、男性が有意に高かった。それ以外については、性差はみられなかった。しかし、ジェンダー・アイデンティティの展望的性同一性、社会現実的性同一性に性差がみられる点や、女性の方が性役割に葛藤を感じやすいとされる(柏木, 1972) 点を踏まえると、ジェンダー・アイデンティティの構築には性差があると推測されるため、以降の分析は、性別に行うこととした。

#### 3-2. ジェンダー・アイデンティティ・日常生活スキルの獲得状況の組合せによるストレス反応の違い

ジェンダー・アイデンティティの獲得状況と、日常生活スキルの獲得状況の組合せによって、ストレス反応に差があるかを検討することとした。その際、男女別に、ジェンダー・アイデンティティ各下位尺度得点の平均値(展望的性同一性:  $Mean = 4.96$  (男性)・ $Mean = 4.56$  (女性); 社会現実的性同一性:  $Mean = 4.40$  (男性)・ $Mean = 4.14$  (女性); 自己一貫的性同一性:  $Mean = 3.40$  (男性)・ $Mean = 3.30$  (女性); 他者一致的性同一性:  $Mean = 4.12$  (男性)・ $Mean = 4.23$  (女性)) をもとに、対象者を高群と低群に群分けした(それぞれ、高群をH群、低群をL群と表記する)。また、男女それぞれの日常生活スキルを各尺度の得点の平均値(個人的スキル:  $Mean = 2.53$  (男性)・ $Mean = 2.43$  (女性); 対人スキル:  $Mean = 2.79$  (男性)・ $Mean = 2.81$  (女性)) をもとに、対象者を高群と低群に群分けした(それぞれ、高群をh群、低群をl群と表記する)。以上の日常生活スキルによる群分けと、ジェンダー・アイデンティティによる群分けとの組合せから対象者をさらに4群に群分けし、それぞれHh群(高ジェンダー・アイデンティティ各尺度・高日常生活スキル各尺度)、Hl群

(高ジェンダー・アイデンティティ各尺度・低日常生活スキル各尺度)、Lh群(低ジェンダー・アイデンティティ各尺度・高日常生活スキル各尺度)、Ll群(低ジェンダー・アイデンティティ各尺度・低日常生活スキル各尺度)とした。このジェンダー・アイデンティティと日常生活スキルの高低による4群について、各群のストレス反応の特徴を明らかにするために、男女別に、群分けを要因とする一要因分散分析によってストレス反応得点の群間の差異の検討を行い、Tukey法により多重比較を行った。

##### (1) 展望的性同一性・日常生活スキルの群分け

男性では、展望的性同一性・個人的スキルの高低による群分け(Table 1)において、すべてのストレス反応に有意差が認められた。また、展望的性同一性・対人スキルの高低による群分け(Table 2)において、抑うつ・不安、無気力に有意差が認められた。

女性では、展望的性同一性・個人的スキルの高低による群分け(Table 3)および、展望的性同一性・対人スキルの高低による群分け(Table 4)において、抑うつ・不安、無気力に有意差が認められた。

##### (2) 社会現実的性同一性・日常生活スキルの群分け

男性では、社会現実的性同一性・個人的スキルの高低による群分け(Table 5)において、抑うつ・不安、無気力に有意差が認められた。また、社会現実的性同一性・対人スキルの高低による群分け(Table 6)において、すべてのストレス反応に有意差が認められた。

女性では、社会現実的性同一性・個人的スキルの高低による群分け(Table 7)および、社会現実的性同一性・対人スキルの高低による群分け(Table 8)において、すべてのストレス反応に有意差が認められた。

##### (3) 自己一貫的性同一性・日常生活スキルの群分け

男性では、自己一貫的性同一性・個人的スキルの高低による群分け(Table 9)において、すべてのストレス反応に有意差が認められた。また、自己一貫的性同一性・対人スキルの高低による群分け(Table 10)において、抑うつ・不安、無気力に有意差がみられた。

女性では、自己一貫的性同一性・個人的スキルの高低による群分け(Table 11)および、自己一貫的性同一性・対人スキルの高低による群分け(Table 12)において、すべてのストレス反応に有意差が認められた。

##### (4) 他者一致的性同一性・日常生活スキルの群分け

男性では、他者一致的性同一性・個人的スキルの高低による群分け(Table 13)において、すべてのストレス反応に有意差が認められた。また、他者一致的性同一性・対人スキルの高低による群分け(Table 14)において、抑うつ・不安、無気力に有意差がみられた。

女性では、他者一致的性同一性・個人的スキルの高低による群分け(Table 15)および、他者一致的性同一性・対人スキルの高低による群分け(Table 16)において、すべてのストレス反応に有意差が認められた。

**Table 1 展望的性同一性・個人的スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (男子)**

	Hh群 (n=64)	HI群 (n=35)	Lh群 (n=35)	LI群 (n=38)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.67 (.65)	1.87 (.73)	2.01 (.86)	2.43 (.97)	7.50 ***	Ll > Hh, HI
不機嫌・怒り	1.72 (.71)	1.72 (.67)	1.82 (.79)	2.21 (.98)	3.69 *	Ll > Hh, HI
無気力	1.82 (.65)	2.22 (.76)	2.13 (.79)	2.38 (.84)	5.08 ***	Ll > Hh

\* p < .05 \*\*\* p < .001

**Table 2 展望的性同一性・対人スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (男子)**

	Hh群 (n=60)	HI群 (n=39)	Lh群 (n=25)	LI群 (n=48)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.64 (.64)	1.89 (.72)	2.08 (.95)	2.31 (.93)	6.50 ***	Ll > Hh
不機嫌・怒り	1.69 (.66)	1.76 (.74)	2.07 (.93)	2.01 (.91)	2.21	
無気力	1.78 (.66)	2.24 (.71)	2.03 (.75)	2.38 (.84)	6.71 ***	HI, Ll > Hh

\*\*\* p < .001

**Table 3 展望的性同一性・個人的スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (女子)**

	Hh群 (n=42)	HI群 (n=29)	Lh群 (n=39)	LI群 (n=59)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.77 (.68)	2.27 (.98)	1.84 (.73)	2.18 (.82)	3.82 *	HI > Hh
不機嫌・怒り	1.62 (.58)	2.01 (.89)	1.66 (.64)	1.86 (.78)	2.29	
無気力	1.88 (.61)	2.42 (.76)	1.92 (.72)	2.36 (.76)	6.31 ***	HI, Ll > Hh, Lh

\* p < .05 \*\*\* p < .001

**Table 4 展望的性同一性・対人スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (女子)**

	Hh群 (n=42)	HI群 (n=29)	Lh群 (n=43)	LI群 (n=55)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.82 (.85)	2.20 (.81)	1.86 (.78)	2.19 (.79)	2.73 *	
不機嫌・怒り	1.71 (.71)	1.87 (.78)	1.69 (.73)	1.85 (.73)	.63	
無気力	1.96 (.67)	2.31 (.75)	1.99 (.77)	2.34 (.74)	3.27 *	

\* p < .05

**Table 5 社会現実的性同一性・個人的スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (男子)**

	Hh群 (n=65)	HI群 (n=27)	Lh群 (n=34)	LI群 (n=46)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.64 (.66)	2.04 (.89)	2.07 (.82)	2.23 (.91)	5.43 **	Ll > Hh
不機嫌・怒り	1.69 (.70)	1.93 (.83)	1.88 (.79)	2.00 (.91)	1.54	
無気力	1.82 (.65)	2.08 (.73)	2.15 (.79)	2.43 (.82)	6.39 ***	Ll > Hh

\*\* p < .01 \*\*\* p < .001

**Table 6 社会現実的性同一性・対人スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (男子)**

	Hh群 (n=58)	HI群 (n=34)	Lh群 (n=27)	LI群 (n=53)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.67 (.70)	1.91 (.83)	1.98 (.87)	2.26 (.87)	4.92 ***	Ll > Hh
不機嫌・怒り	1.77 (.73)	1.74 (.77)	1.86 (.84)	1.99 (.88)	.96	
無気力	1.72 (.56)	2.19 (.78)	2.13 (.87)	2.41 (.78)	8.52 ***	HI, Ll > Hh

\*\*\* p < .001

Table 7 社会現実的性同一性・個人的スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (女子)

	Hh群 (n=39)	HI群 (n=27)	Lh群 (n=42)	LI群 (n=61)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.62 (.64)	2.10 (.91)	1.97 (.72)	2.26 (.86)	5.38 ***	LI>Hh
不機嫌・怒り	1.47 (.54)	1.76 (.70)	1.79 (.64)	1.98 (.85)	4.02 **	LI>Hh
無気力	1.78 (.58)	2.25 (.63)	2.02 (.72)	2.44 (.80)	7.59 ***	HI, LI>Hh, Lh

\*\* p<.01 \*\*\* p<.001

Table 8 社会現実的性同一性・対人スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (女子)

	Hh群 (n=41)	HI群 (n=25)	Lh群 (n=44)	LI群 (n=59)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.62 (.69)	2.14 (.85)	2.05 (.87)	2.21 (.77)	4.94 **	HI, LI>Hh
不機嫌・怒り	1.52 (.58)	1.70 (.68)	1.87 (.80)	1.92 (.76)	2.89 *	LI>Hh
無気力	1.79 (.53)	2.26 (.71)	2.14 (.83)	2.36 (.76)	5.12 **	LI>Hh

\* p<.05 \*\* p<.01

Table 9 自己一貫的性同一性・個人的スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (男子)

	Hh群 (n=73)	HI群 (n=49)	Lh群 (n=26)	LI群 (n=24)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.64 (.69)	2.08 (.95)	2.22 (.74)	2.33 (.78)	7.09 ***	HI, Lh, LI>Hh
不機嫌・怒り	1.66 (.68)	1.90 (.89)	2.01 (.84)	2.14 (.84)	2.80 *	
無気力	1.81 (.66)	2.22 (.81)	2.27 (.76)	2.47 (.79)	6.72 ***	HI, Lh, LI>Hh

\* p<.05 \*\*\* p<.001

Table10 自己一貫的性同一性・対人スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (男子)

	Hh群 (n=64)	HI群 (n=58)	Lh群 (n=21)	LI群 (n=29)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.65 (.68)	2.00 (.94)	2.15 (.89)	2.36 (.63)	6.21 **	LI>Hh
不機嫌・怒り	1.69 (.69)	1.84 (.86)	2.15 (.88)	2.01 (.80)	2.30	
無気力	1.79 (.68)	2.18 (.78)	2.03 (.72)	2.61 (.72)	8.87 ***	LI>HI>Lh, Hh

\*\* p<.01 \*\*\* p<.001

Table11 自己一貫的性同一性・個人的スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (女子)

	Hh群 (n=51)	HI群 (n=60)	Lh群 (n=30)	LI群 (n=28)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.61 (.58)	1.93 (.79)	2.13 (.77)	2.80 (.74)	17.15 ***	LI>Lh>Hh LI>HI
不機嫌・怒り	1.45 (.50)	1.68 (.67)	1.94 (.67)	2.42 (.86)	13.89 ***	LI>Lh>Hh LI>HI
無気力	1.71 (.58)	2.15 (.66)	2.22 (.68)	2.87 (.72)	19.18 ***	LI>HI, Lh>Hh

\*\*\* p<.001

Table12 自己一貫的性同一性・対人スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (女子)

	Hh群 (n=59)	HI群 (n=52)	Lh群 (n=26)	LI群 (n=32)	F値	多重比較
	M (SD)	M (SD)	M (SD)	M (SD)		
抑うつ・不安	1.63 (.70)	1.96 (.70)	2.31 (.85)	2.58 (.79)	12.79 ***	Lh, LI>Hh LI>HI
不機嫌・怒り	1.50 (.55)	1.66 (.66)	2.16 (.85)	2.18 (.76)	10.38 ***	Lh, LI>Hh Lh>HI
無気力	1.81 (.63)	2.10 (.67)	2.34 (.79)	2.69 (.71)	12.22 ***	Lh, LI>Hh LI>HI

\*\*\* p<.001

Table13 他者一致的性同一性・個人的スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (男子)

	Hh群 (n=62)		Hl群 (n=34)		Lh群 (n=37)		Ll群 (n=39)		F値	多重比較
	M	(SD)	M	(SD)	M	(SD)	M	(SD)		
抑うつ・不安	1.61	(.74)	1.92	(.97)	2.09	(.65)	2.37	(.79)	8.06 ***	Lh, Ll > Hh
不機嫌・怒り	1.62	(.65)	1.86	(.89)	1.99	(.82)	2.08	(.87)	3.28 *	Ll > Hh
無気力	1.73	(.66)	2.07	(.77)	2.27	(.68)	2.50	(.79)	10.47 ***	Lh, Ll > Hh

\*  $p < .05$  \*\*\*  $p < .001$

Table14 他者一致的性同一性・対人スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (男子)

	Hh群 (n=54)		Hl群 (n=42)		Lh群 (n=31)		Ll群 (n=45)		F値	多重比較
	M	(SD)	M	(SD)	M	(SD)	M	(SD)		
抑うつ・不安	1.58	(.68)	1.90	(.98)	2.10	(.80)	2.33	(.68)	7.93 ***	Lh, Ll > Hh
不機嫌・怒り	1.67	(.69)	1.75	(.83)	2.03	(.85)	2.03	(.84)	2.52	
無気力	1.66	(.56)	2.10	(.82)	2.19	(.78)	2.53	(.69)	12.84 ***	Hl, Lh, Ll > Hh Ll > Hl

\*\*\*  $p < .001$

Table15 他者一致的性同一性・個人的スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (女子)

	Hh群 (n=48)		Hl群 (n=56)		Lh群 (n=33)		Ll群 (n=32)		F値	多重比較
	M	(SD)	M	(SD)	M	(SD)	M	(SD)		
抑うつ・不安	1.63	(.63)	2.07	(.86)	2.06	(.73)	2.46	(.83)	7.80 ***	Hl, Ll > Hh
不機嫌・怒り	1.47	(.51)	1.80	(.82)	1.88	(.67)	2.10	(.77)	5.53 ***	Ll > Hh
無気力	1.73	(.60)	2.29	(.77)	2.15	(.68)	2.53	(.72)	9.80 ***	Hl, Lh, Ll > Hh

\*\*\*  $p < .001$

Table16 他者一致的性同一性・対人スキルの高低の4群によるストレス反応の差 (女子)

	Hh群 (n=55)		Hl群 (n=49)		Lh群 (n=30)		Ll群 (n=35)		F値	多重比較
	M	(SD)	M	(SD)	M	(SD)	M	(SD)		
抑うつ・不安	1.79	(.89)	1.94	(.67)	1.92	(.65)	2.55	(.81)	7.30 ***	Ll > Hh, Hl, Lh
不機嫌・怒り	1.65	(.76)	1.65	(.67)	1.79	(.64)	2.15	(.76)	4.36 **	Ll > Hh, Hl
無気力	1.94	(.78)	2.14	(.70)	2.04	(.60)	2.59	(.72)	6.26 ***	Ll > Hh, Hl, Lh

\*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$

#### 4. 考察

ジェンダー・アイデンティティ・日常生活スキルの獲得状況の組合せによる各群のストレス反応の差を検討したところ、多くの場合、その双方が高い者が、双方が低い者より有意にストレス反応が低かった。ジェンダー・アイデンティティや日常生活スキルについては、各々それらが高い者はストレス反応が低い(中塚, 2013; 島本・石井, 2005)ということが示されているため、本研究の結果は妥当である。他方、ジェンダー・アイデンティティもしくは日常生活スキルのいずれかのみが高い群については、ストレス反応の生じ方は一様ではないものの、どちらの群も、概してLl群よりストレス反応が高いことや、Hh群よりストレス反応が低いことはほぼ認められなかった。よって、ジェンダー・アイデンティティも日常生活スキルも高い者が最も精神的に健康であり、その双方が低い者が

最も精神的健康が低いという可能性が示唆される。

これは、本研究の当初の予測に一致する。ただし、この点をより明確にするためには、ジェンダー・アイデンティティもしくは日常生活スキルのいずれかのみが高い群の検証が不可欠である。この点に焦点を当て、ジェンダー・アイデンティティと日常生活スキルの下位尺度の組合せごとに、詳細な検討を行う。

##### 4-1. 展望的性同一性・日常生活スキルの群分け

男性では、展望的性同一性が高くとも、対人スキルが低ければ無気力が高い一方、個人的スキルが低くとも、展望的性同一性が高ければ抑うつ・不安と不機嫌・怒りは抑えられるという結果が得られた。ところが、女性では、展望的性同一性が高い群において、個人的スキルの高低によって、抑うつ・不安に差が認められた。また、展望的性同一性の高低に関わらず、個人的スキルの高低によって、無気力に差が認められた。

これらの結果は、女性の場合は展望的性同一性によってストレス反応が左右されるのではなく、個人的スキルの獲得が重要であることを示唆している。また、男性の場合、無気力については対人スキルの影響が認められるものの、抑うつ・不安や不機嫌・怒りについては、展望的性同一性の獲得によって左右されることも意味している。男性は、性役割に対しての葛藤が少なく、男性としての展望は社会が求めるものと一致しやすい（柏木, 1972）ため、展望的性同一性を獲得しやすい状況にあると考えられる。それにもかかわらず、展望的性同一性を獲得しにくい男性は、それだけ大きな葛藤を抱えやすいと推測される。一方、女性は性役割に対して葛藤を生じやすく（柏木, 1972）、自己の性別による展望が明確であっても、それが社会から求められているものと異なるのだという自覚があれば、ストレスが生じる（堀井, 2002）。したがって、女性は、いくら展望的性同一性が高くとも、そのこと自体が精神的な健康をもたらす要因とはなりにくい状況にあると考えられることから、ストレス対処能力に直結するとされる個人的スキル（高橋・古市・本江, 2012）による差が顕著に示されたものと示唆される。

#### 4-2. 社会現実的性同一性・日常生活スキルの群分け

男性では、概して社会現実的性同一性と日常生活スキルの双方が高い者が、双方が低い者よりストレス反応が低いという結果であった。一方、女性では、社会現実的性同一性が高くとも、対人スキルが低ければ抑うつ・不安が高かった。また、社会現実的性同一性の高低に関わらず、個人的スキルの高低によって無気力に差が認められた。それ以外では、社会現実的性同一性と日常生活スキルの双方が高い者が、双方が低い者よりストレス反応が低いという結果であった。

したがって、社会現実的性同一性は、その獲得が不十分な場合、男女ともに日常生活スキルによって精神的な健康状態を補償されるものではないと考えられる。女性は、他者に受け入れられるか否かがストレスに影響し、男性は、社会で生きていくために他者からの評価に目を向けるようになる（堀井, 2002）等の特性がある。このことを踏まえると、男女とも、自信をもって対人関係を構築できることが精神的な健康につながると考えられるため、社会現実的性同一性を獲得し、自己の性別にもとづいた自分らしさを発揮できるという確信をもつことが強く関与したのだと考えられる。

#### 4-3. 自己一貫的性同一性・日常生活スキルの群分け

男性では、自己一貫的性同一性と個人的スキルの双方が高い者が、最も抑うつ・不安や無気力が低いことが示された。また、自己一貫的性同一性と対人スキルの双方が高い者が、双方が低い者より抑うつ・不安が低いことも明らかとなった。ただし、無気力については、自己一貫的性同一性にかかわらず対人スキルが高い者が最も無気力を感じていなかった。よって、自己

一貫的性同一性の獲得が不十分な男性の場合、個人的スキルによっては精神的健康の向上は補償されないが、対人スキルによっては一部の精神的健康の向上を補償する効果があると示唆される。男性は、早い時期から、自分が社会に出たときにどのようなことを期待されているのかを自覚している（柏木, 1967）。また、佐々木（2007）は、たとえ自己一貫的性同一性が低くても、充実した日常生活を送ることが、自己の性別の一貫性を強めることにつながると述べている。これらの指摘を考え合わせると、自己の性別が一貫していなくても、社会に出て円滑な対人関係を築き、男性として社会的に認められ、社会に適応できていることを実感することが重要であると推測される。したがって、対人スキルの獲得を通し、円滑な対人関係を構築できるかということによって、精神的健康が左右されやすいのだと考えられるだろう。

一方、女性では、自己一貫的性同一性の高低と個人的スキルの双方の双方が、抑うつ・不安や不機嫌・怒りを左右するという結果が得られた。しかし、対人スキルについては、その高低による差は認められず、自己一貫的性同一性の高低によって精神的健康が左右されている状況が明らかとなった。したがって、女性の場合、個人的スキルの獲得によって、自己一貫的性同一性の不十分さによる精神的健康の課題を補償できる可能性はあるものの、対人スキルによる補償効果は期待できず、概して自己一貫的性同一性の獲得が重要であることが示唆された。女性は、男性と比べて社会適応の仕方にも多様性がある（柏木, 1967）ため、男性のように「ある一定の社会に適応すればよい」という意識にはなりにくいと考えられる。女性は女性としての価値観をつかみ、それを確固たるものとして生活することの方が重要であり、それに比して、スキルの獲得によって自らが所属する社会に適応することは、その適応の方向性が人によって異なるため、一様には精神的健康を高めにくいことを示唆していると言える。

#### 4-4. 他者一致的性同一性・日常生活スキルの群分け

男性の場合、概して、他者一致的性同一性と日常生活スキルの双方が高い者のストレス反応が低いという結果であり、特に他者一致的性同一性の高低によってストレス反応が左右されていた。一方、女性では、他者一致的性同一性と個人的スキルの双方が高い者のストレス反応が最も低かった。しかし、対人スキルについては、他者一致的性同一性と対人スキルの双方が低い者のストレス反応が最も高いという結果が得られた。

したがって、男女ともに、他者一致的性同一性と日常生活スキルの双方が重要であるものの、とりわけその傾向は女性に強く、男性では他者一致的性同一性の状況に左右される傾向が強いとも言える。他者一致的性同一性が獲得されていないことは、身体的な性別に対し、多少なりとも心理的に違和感を抱いている可能

性が考えられる。中塚 (2013) は, 心理的な性別を変えることは不可能であるとしている。性別に多少なりとも違和感を抱える者が, 日常生活でその違和感をなくしていくことは難しいということであり, 本研究は, 性別違和の課題が, 日常生活スキルによって緩和できないほど重大であることを確認することとなった。

なお, 他者一致の性同一性によって精神的健康が左右される傾向は, より男性に強くみられた。真鍋・花田・上石 (2000) は, 身体的に男性である性同一性障害患者は, 社会的適応が悪いとしている。中塚・江見 (2004) は, 性同一性障害に精神科症状を合併するのは, 男性においてより高率であることを明らかにしている。女性の性同一性障害患者は自らの性に自信をもちやすい (真鍋・花田・上石, 2000) 一方, 男性は, 一般的に男性としての性役割の価値に重きを置く (伊藤・秋津, 1983) ことから, 男性の方がより強く葛藤を抱えやすいのだと考えられる。この点には, 個人の意識のみならず, 社会的な課題が関与しているものであり, 多側面からの詳細な検討が必要である。

#### 4-5. 本研究のまとめと今後の課題

以上をまとめると, 男性では, 展望的性同一性, 社会現実的性同一性, 他者一致の性同一性が十分に獲得されていない場合, 日常生活スキルによって精神的健康の状態を補償される効果は低いと考えられる。しかし, 自己一貫的性同一性では, その獲得が十分でなくとも, 対人スキルの獲得によって, 一部の精神的健康が保たれる可能性が示された。一方, 女性では, 社会現実的性同一性, 自己一貫的性同一性, 他者一致の性同一性が十分に獲得されていない場合, 日常生活スキルによって精神的健康の状態を補償される効果は低いと考えられた。しかし, 展望的性同一性では, その獲得が十分でなくとも, 個人的スキルの獲得によって, 一部の精神的健康が保たれる可能性が示された。したがって, 全般的にジェンダー・アイデンティティの獲得は, 男女ともに, 日常生活スキルの獲得によっても補うことのできないような重要な要因であると指摘できる。しかし, 限定的ではあるものの, 一部のジェンダー・アイデンティティが獲得されていない場合, 日常生活スキルによって補うことのできる領域があり, それは性別によって異なることが明らかとなった。

しかし, 本研究では, 平均値によりジェンダー・アイデンティティの高低を決定したが, 低群のジェンダー・アイデンティティ混乱度は明確ではない。今後, この点を明確にする方法の導入が必要である。

#### 謝辞

本研究は, 第一・第二筆者が実施し, 第三筆者が指導した平成25年度愛知教育大学養護教諭養成課程の卒業論文を, 加筆・修正したものです。実施にあたり, 調査に快くご協力いただきました大学生の皆様, なら

びに先生方に心より感謝申し上げます。

#### 引用文献

- 土肥伊都子 2009 ジェンダー・パーソナリティが心理的ディストレスに及ぼす影響: 多重役割としてのリーダー経験に注目して 神戸松蔭女子学院大学研究紀要 (人文科学・自然科学篇), **50**, 1-17.
- 堀井俊章 2002 青年期における対人不安意識の発達的变化 (続報) 山形大学紀要, **13**, 79-94.
- 伊藤裕子 1978 性役割の評価に関する研究 教育心理学研究, **26**, 1-11.
- 伊藤裕子・秋津慶子 1983 青年期における性役割観および性役割期待の認知 教育心理学研究, **31**, 146-151.
- 柏木恵子 1967 青年期における性役割の認知 教育心理学研究, **15**, 1-10.
- 柏木恵子 1972 青年期における性役割の認知II 教育心理学研究, **20**, 48-59.
- 真鍋幸嗣・花田雅憲・上石弘 2000 性同一性障害患者の性差 近畿大学医学雑誌, **25**, 165-169.
- 松嶋淑恵 2012 性別違和をもつ人々の実態調査: 経済状況, 人間関係, 精神的問題について 人間科学研究, **34**, 185-208.
- 中塚幹也 2013 学校における性同一性障害の子どもへの支援法の確立に向けて 科学研究費補助金 (課題番号23651263) 報告書
- 中塚幹也・江見弥生 2004 思春期の性同一性障害症例の社会的, 精神的, 身体的問題点と医学的介入の可能性についての検討 母性衛生, **45**, 278-284.
- 佐々木掌子 2007 トランスジェンダーの性的自己形成に関する研究: ジェンダー・アイデンティティに寄与する要因 日本=性研究会議会報, **19**, 24-36.
- 佐々木掌子 2011 性同一性障害当事者におけるジェンダー・アイデンティティを高めるストレス・コーピングスタイル 心理臨床学研究, **29**, 269-280.
- 佐々木掌子・尾崎幸謙 2007 ジェンダー・アイデンティティ尺度の作成 パーソナリティ研究, **15**, 251-265.
- 島本好平・石井源信 2005 大学生のライフスキルの規定要因の検討 日本教育心理学会総会発表論文集, **47**, 580.
- 島本好平・石井源信 2006 大学生における日常生活スキル尺度の開発 教育心理学研究, **54**, 211-221.
- 鈴木伸一・嶋田洋徳・三浦正江・片柳弘司・右馬埜力也・坂野雄二 1998 新しい心理的ストレス反応尺度 (SRS-18) の開発と信頼性・妥当性の検討 行動医学研究, **4**, 22-29.
- 高橋ゆかり・古市清美・本江朝美 2012 看護学生の日常生活スキルと Sense of Coherence との関連 日本看護研究学会誌, **35**, 215.