

【共同研究】

既婚者の夢想起頻度・悪夢の頻度および苦痛度の発達的变化 —夫婦間満足度・夫婦間コミュニケーション態度・愛着スタイルとの関連性—

岡田 斉* 松田 英子**

Developmental changes in the frequency of dream recall, the frequency of nightmares, and the level of distress from nightmares among married people: Their relation to marriage quality, married couples' attitudes toward communication with their partners, and attachment style

Hitoshi OKADA, Eiko MATSUDA

The purpose of the current study was to explore developmental changes in the frequency of dream recall, the frequency of nightmares, and the level of distress from nightmares among married people and to examine their relationship to marriage quality, attitudes towards communication, and attachment style. Three hundred married people, ranging in age from 24 to 69 years, were administered five instruments: a Nightmare and Dream Recall Frequency Scale (Okada & Mastuda, 2014), a Nightmare Distress Questionnaire (Okada & Mastuda, 2014), a Quality Marriage Index (Moroi, 1996), a scale of married couples' attitudes toward communication with their partners (Hirayama & Kashiwagi, 2001), and an Adult Attachment Style Scale (Nakao & Kato, 2004). Results indicated that the frequency of dream recall among females remained unchanged from their 20s to 50s, while the frequency of dream recall among males decreased in their 30s to 50s but increased in their 60s. The frequency of nightmares did not change with age. The score on the NDQ-J correlated with hampered communication with one's partner and abandonment anxiety.

Key words : dream, nightmare, dream recall, adult attachment style, marriage quality

目 的

岡田・松田（2014）はBelicki（1992）が作成した悪夢の苦痛度を測る13項目からなる質問紙を翻訳して（NDQ-Jと呼ぶ）大学生に実施し、英語版やスペイン語版と同様の3因子構造を有し、英語版と同等の信頼性係数を持つことを確認した。岡田・松田（2015）は悪夢の苦痛度が様々な精神

病理と関連するという報告に基づき（Levin & Nielsen, 2007）大学生を対象にNDQ-Jと同時にうつ傾向、統合失調症スペクトラム、空想傾向、視覚イメージの鮮明性、離人感を測定する尺度を実施し、関連性を検討した結果、悪夢の苦痛度は、統合失調症スペクトラム、空想傾向、離人感、うつ傾向と有意な相関を示すことを見出した。この結果はNDQ-Jが基準関連妥当性を持つことを示唆すると考えられる。

これまでの悪夢に関する研究では精神病理学的視点から個人の要因に注意が向けられることが多く、日常生活における人間関係が与える影響に関

* おかだ ひとし 文教大学人間科学部

** まつだ えいこ 東洋大学社会学部

して検討した研究はあまり見られないようである。人間関係はストレスの源になれば、サポート源にもなりうることから悪夢に関しても影響があると考えられる。そこで、本研究では人間関係の中でも特に夫婦関係に着目し、その満足度やコミュニケーションの特徴が悪夢の苦痛度や頻度に与える影響について検討することとした。さらに、Levin & Nielsen (2007) は苦痛を感じやすい素因を持つに至る要因として発達初期の愛着不全が影響する可能性を示唆していることから愛着との関連性についても検討に加えた。また、悪夢の頻度に関してはNielsen, Stenstrom, & Levin (2006) が23,990人を対象としたweb調査を行い、女性において頻度が高く加齢とともに頻度が減少する傾向が有意であると報告しているが、悪夢の苦痛度に関する研究の対象者は大学生、もしくは悪夢障害を主訴とする臨床群であり、年代別に差異を検討した例はあまりない。そこで、本研究では20代から60代までの既婚者を対象に加齢による変化についても検討を行う。

方 法

調査対象者

(株) クロス・マーケティングに登録している既婚者300人(男性150人、女性150人)。男女はペアではない。初婚であるか再婚であるかは不明。年齢は24歳から69歳で、20代(平均27.7歳以下同様)、30代(35.4歳)、40代(44.6歳)、50代(54.6歳)、60代(63.5歳)それぞれ男女30人。全体の平均年齢は45.2歳、子どもの数は1人(221人)、2人(79人)、結婚年数平均16.63年(*SD* 13.54、範囲 0-46)であった。

質問紙

本研究で使用した質問紙は以下の通りである。

- 1) 夫婦関係満足度尺度(諸井, 1996)
夫婦関係の満足度、夫婦の関係全体の良さについて、6項目の質問に対し4件法で回答を求める尺度。
- 2) 夫婦間コミュニケーション態度尺度(平山・柏木, 2001)

夫と妻それぞれに対して、自分と相手からのコミュニケーションスタイルについて回答を求める尺度である。下位因子は威圧(5項目)、共感(5項目)、依存・接近(7項目)、無視・回避(4項目)の4因子、合計21項目からなる。

- 3) 一般他者版成人愛着スタイル尺度(ECR-GO; 中尾・加藤, 2004)

愛着が夢見に及ぼす影響を測定するために使用した。見捨てられ不安(18項目)親密性の回避(12項目)の2つの下位尺度、合計30項目からなる。

- 4) NDQ-J(岡田・松田, 2014, 2015)

悪夢の苦痛度について、5件法で回答を求めた。悪夢の苦痛度(4項目)、覚醒時への影響(5項目)、悪夢への対処(4項目)の3つの下位因子、合計13項目で構成される。

- 5) 夢および悪夢想起頻度(岡田・松田, 2014, 2015)

1: この1年間で全く見ない、2: 平均で年数回見る、3: 平均で月1~2回見る、4: 平均で月3~4回見る、5: 週1回以上見るが毎晩というほどではない、6: 毎晩の6段階評定で回答を求めた。悪夢の頻度に関しては「生命や身体の安全、自尊心を脅かすような、非常に「恐ろしい夢(悪夢)」を見て、夜間睡眠の時間帯あるいは昼の睡眠から目が覚めてしまうことがありましたか?」と問い、夢想起頻度と同じ6段階評定が求められた。

手続き

2015年2月に文教大学人間科学研究科倫理審査委員会の審査を経て承認を得た後に、(株)クロス・マーケティングに委託してWeb調査を実施した。

結 果

夢想起頻度、覚醒を伴う悪夢の頻度、悪夢の苦痛度について年代(10年刻み)と性別を要因とする分散分析を行った。夢想起頻度に関しては年代と性別の主効果は有意ではなかったが、交互作用が有意となった($F(4,290)=2.85, p=.025$)。

図1に年代、性別ごとの夢想起頻度の平均値を

示す。単純主効果の検定の結果、30代で女性の夢想起頻度が高い傾向が有意となった。他の年代の性差は有意ではなかった。

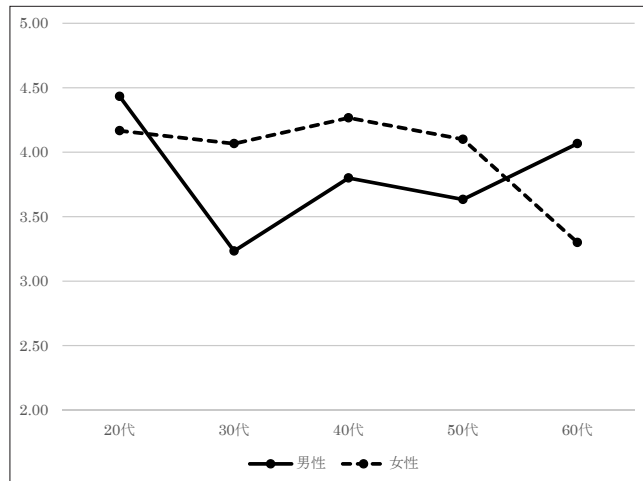


図1 夢想起頻度の年代、性別ごとの平均値

覚醒を伴う悪夢の頻度については年代と性別の主効果は有意ではなかったが、年代と性別の交互作用が有意傾向 ($F(4,290)=2.27, p=.063$) となった。Nielsen, et al. (2006) に倣い、頻度を対数変換して再度検定を行った結果、年代の主効果が有意 ($F(4,290)=2.56, p=.039$)、年代と性別

の交互作用が有意傾向 ($F(4,290)=1.97, p=.1$) となった。図2に性別ごと、年代ごとの対数変換後の値を示す。下位検定を行ったところ、男性の20代と30代、女性の40代と50代以降の差異が有意となった。

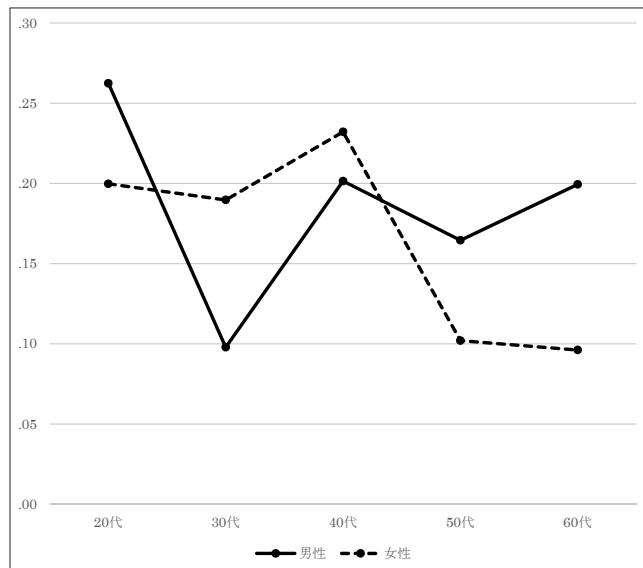


図2 覚醒を伴う悪夢の頻度の対数変換値の性別ごとの年代差

NDQ-Jの13項目の合計の平均 23.20 (SD 8.79) となり、岡田・松田 (2014) の大学生573人の平均23.9 (SD 7.36) とほぼ一致する結果となった。年代、性別を2要因とした分散分析の結果、主効果、交互作用とも有意とはならなかった。

夫婦関係に関する尺度はすべて因子分析を行い、オリジナル通りの因子構造を持つことを確認した。夫婦関係満足度尺度の α 係数は .962となった。夫婦間関係コミュニケーション尺度は、依存接近 (α 係数 .888)、共感 (α 係数 .858)、威圧 (α 係数 .858)、無視・回避 (α 係数 .747) となっ

た。ECR-GOは見捨てられ不安 (18項目、 α 係数 .943) 親密性の回避 (12項目、 α 係数 .849) の2つの下位尺度からなることが確認された。

夫婦関係に関する尺度について下位尺度ごとに年代、性別を要因とする分散分析を行った。

夫婦関係満足度尺度は年代の主効果のみ有意 ($F(4,290)=6.38, p<.001$) となった。年代ごとの平均値を図3に示す。加齢とともに満足度が低下する傾向がみられた。Bonferroni法による多重比較の結果、20代と他の年代の間の差異が有意であった。

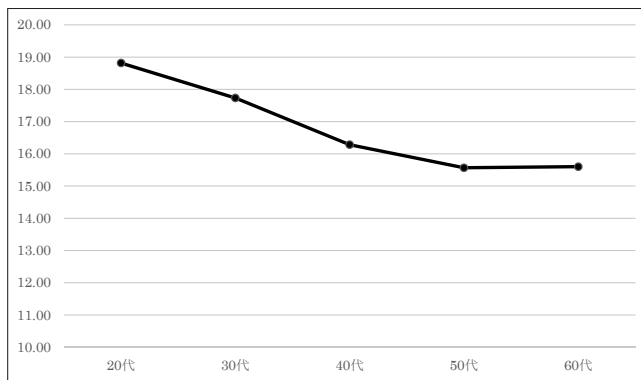


図3 夫婦関係満足度の年代別平均値

夫婦間関係コミュニケーション尺度の4つの下位尺度の自分からと相手からのそれぞれの評定値についての結果は次の通りであった。

相手からの依存接近については年代の主効果のみ有意 ($F(4,290)=5.45, p<.001$) であった。年

代ごとの平均値を図4に示す。夫、妻とも加齢とともに「依存接近」は低下する傾向がみられた。Bonferroni法による多重比較の結果、20、30代と60代の間の差異が有意であった。

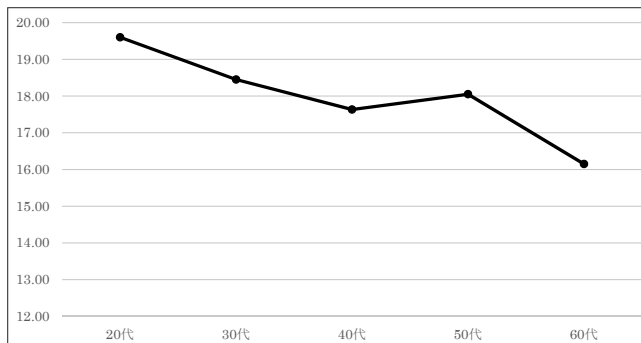


図4 夫婦間コミュニケーション態度尺度の相手からの依存接近の年代別平均値

自分からの依存接近については年代の主効果 ($F(4,290)=6.35, p<.001$)、性別の主効果 ($F(4,290)=18.48, p<.001$) が有意となった。年代、性別ごとの平均値を図5に示す。女性の方が高く加齢とともに下降する傾向、40、50代では男性の

方が際立って低い傾向がみられた。年代についてはBonferroni法による多重比較の結果、20代と50代、60代、30代と60代との間の差異が有意であった。

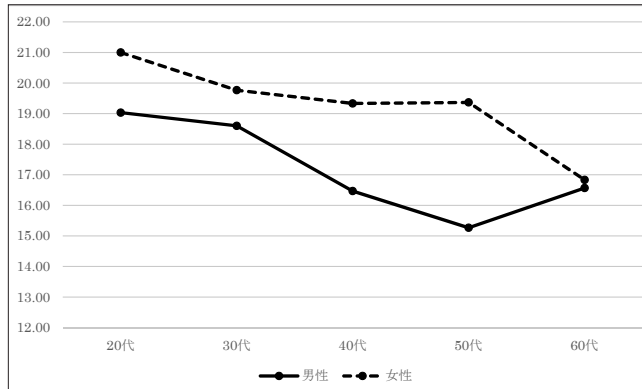


図5 夫婦間コミュニケーション態度尺度の自分からの依存接近の性別年代別平均値

相手からの共感には有意となる要因はなかった。自分からの共感については性別と年代の交互作用が有意となった ($F(4,290)=2.73, p=.03$)。年代、性別ごとの平均値を図6に示す。20代、30代

では性差はなく、40代、50代では女性の共感が高くなるが、60代ではまた性差がなくなる傾向が見てとれる。

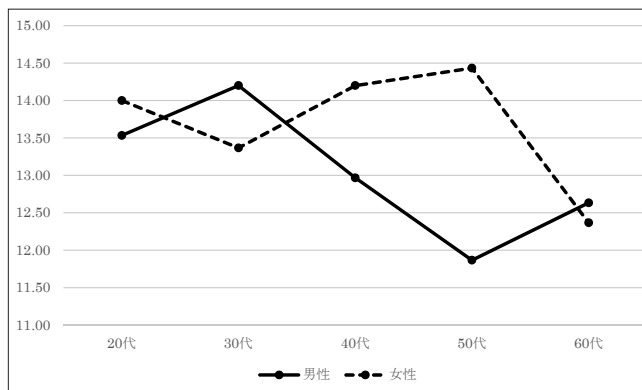


図6 夫婦間コミュニケーション態度尺度の自分からの共感の性別年代別平均値

相手からの威圧については年代の主効果のみが有意となった ($F(4,290)=3.24, p=.013$)。年代ごとの平均値を図7に示す。年代については

Bonferroni法による多重比較の結果20代と60代の間の差異が有意であった。

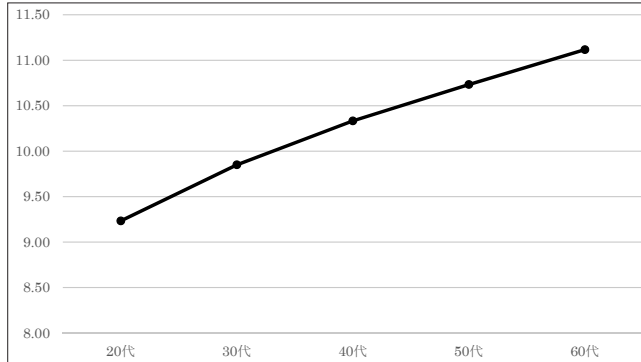


図7 夫婦間コミュニケーション態度尺度の相手からの威圧の性別年代別平均値

自分からの威圧については年代の主効果 ($F(4,290)=3.22, p=.013$)。性別の主効果 ($F(4,290)=6.67, p=.01$) が有意となった。年代、性別ごとの平均値を図8に示す。加齢とともに上昇

する傾向は、40、50代では女性の方が高い傾向がみられた。年代についてはBonferroni法による多重比較の結果、60代と20代、50代との間の差異が有意であった。

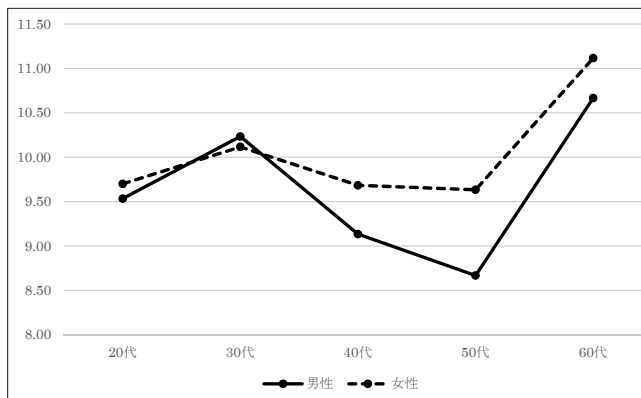


図8 夫婦間コミュニケーション態度尺度の自分からの威圧の性別年代別平均値

相手からの無視回避については年代の主効果 ($F(4,290)=2.71, p=.031$)。性別の主効果 ($F(4,290)=7.21, p=.008$) が有意となった。年代、性別ごとの平均値を図9に示す。加齢とともに上昇する傾向は、女性の方が高い傾向がみられる。

年代についてはBonferroni法による多重比較の結果、有意となる年代差はなかった。自分からの無視回避についてはどの要因も有意とはならなかった。

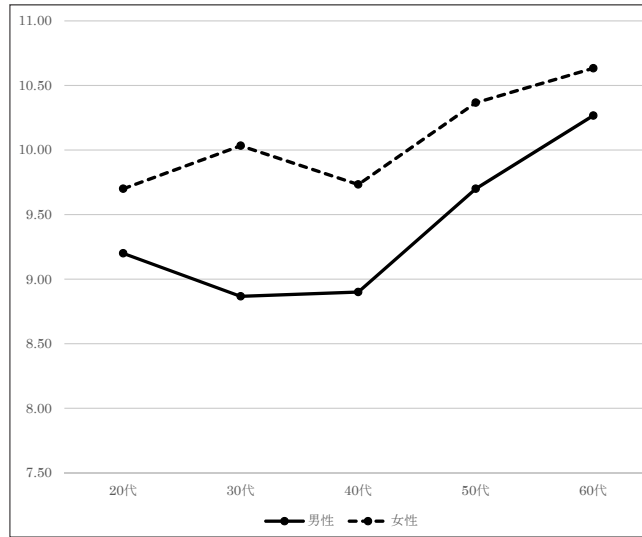


図9 夫婦間コミュニケーション態度尺度の相手からの無視回避の性別年代別平均値

ECR-GOの見捨てられ不安の下位尺度は性別の主効果のみが有意 ($F(4,290)=9.17, p=.003$)、男性の平均 (SD) が61.10 (16.32)、女性の平均 (SD) が55.16 (17.57) であった。親密性の回避の下位尺度については有意となる要因はなかった。

悪夢に関する3つの尺度と夫婦関係の尺度の相関係数を求めた結果、悪夢の苦痛度と有意となった尺度は夫婦間コミュニケーション態度尺度の相手からの威圧 ($r=.215$)、自分からの共感 ($r=-.183$)、自分からの威圧 ($r=.163$)、ECR-GOの見捨てられ不安 ($r=.282$) であった。夫婦間満足度、依存接近、無視回避は自他とも有意ではなかった。悪夢による覚醒の頻度は、見捨てられ不安 ($r=.197$)、相手からの威圧 ($r=.122$)、相手からの共感 ($r=-.129$) と有意な相関を示した。

悪夢の苦痛度、頻度を目的変数、年齢、結婚年数、子どもの数、夫婦関係満足度、夫婦間関係コミュニケーション尺度の自分、相手それぞれについての4つの下位尺度、ECR-GOの2つの下位尺度を説明変数として、ステップワイズ法による重回帰分析を行った。悪夢の苦痛度に関しては見捨てられ不安 ($\beta=.20$)、結婚年数 ($\beta=-.21$)、相手からの威圧 ($\beta=.17$)、自分からの共感 ($\beta=-.12$) が有意となった。 $R^2=.393$ 、自由度修正済み $R^2=.143$ であった。一方、悪夢の頻度では、見

捨てられ不安 ($\beta=.20$)、結婚年数 ($\beta=-.13$) の2つにとどまり、 $R^2=.246$ 、自由度修正済み $R^2=.054$ となった。

考察

夢想起頻度、悪夢の頻度の加齢変化

17歳から92歳までの2328人を対象に夢想起頻度の年齢による変化を横断的に検討したGiambra, Jung & Grodsky (1996) は23歳から54歳の範囲では女性の方が男性より夢想起頻度が高くなることを示した。今回の我々の調査の結果においても、年代と性別の交互作用は有意となり、年代により性差があることが見出された。しかし、その傾向は Giambra, et al. (1996) とはやや異なる。図1に示すように、彼らのように20代から50代まで一様に女性の方が高くなる結果とはならず、30代では女性の夢想起頻度が高く、60代では男性が高くなる傾向が見られた。全体を見ると、女性は20代から50代まで頻度に変化がないのに対して、男性は30代から50代まで頻度が下がり、60代で再び上昇する傾向が読み取れる。Giambra, et al. (1996) と差異が生じた理由は明確ではないが、日本では男性は就業し、60歳程度まで連続して勤めて定年退職するモデルが一般的であることに対

して、女性の場合は、就職しても結婚、出産により就業のキャリアを中断し、復職する場合には子育てとの両立を図るような選択をするというライフサイクルのあり方が多いことが影響しているのかもしれない。男性の場合、60代で退職をすることで会社中心の生活から家庭中心の生活スタイルに変化することがストレスとなることで、女性の場合には出産、育児などのイベントが30代に集中しそれ以降家庭中心の生活が持続していることが夢見にも影響しているのかもしれない。

覚醒を伴う悪夢の頻度については、今回は統計的には有意傾向に留まったが、男性では30代だけが下がる傾向、女性は40歳を境に下がる傾向が垣間見えた。Levin & Nielsen (2007) は悪夢の生成に関して、苦痛を感じやすい素因 (affect distress) に状況的要因である感情的負荷 (affect road) がかかることで悪夢が生じるという状況を越えた一貫性モデルを提唱している。素因に関してはランダム化されていると考え、この傾向は感情的負荷が年代によって異なることを示唆しているのかもしれない。Nielsen, et al. (2006) は悪夢の頻度は女性の方が高く加齢とともに頻度が減少する傾向が有意であると報告しているが、今回の我々の結果ではその効果は有意傾向にとどまった。彼らの研究では悪夢の頻度を回数で報告する形式をとっているが今回は6段階評定を用いたこと、対象者数が格段に少なかったことが結果の違いに影響した可能性がある。悪夢の苦痛度については年代差、性差は認められなかった。今回は夫婦に限定したため、悪夢を見て覚醒した場合、同衾していることで悪夢による覚醒の直後にサポートが受けられた結果として、苦痛度が下がるといった状況があるかもしれない。

夫婦関係が悪夢の苦痛度と頻度に与える影響

夫婦関係の満足度は悪夢の頻度、苦痛度の両者と関連を示さなかった。夫婦間コミュニケーションでは、依存・接近、共感、無視・回避は悪夢の苦痛度と関連しなかったが、威圧的態度を取ること、取られることが悪夢の苦痛度と関連する傾向が見出された。しかし、悪夢の苦痛度についての重回帰分析の結果、自分からの共感と結婚年数も

有意な変数として抽出された。これらをまとめると、見捨てられ不安が高い人に、威圧的なコミュニケーションが取られ、共感的態度を取りにくくなった若い夫婦ほど悪夢の苦痛度が高くなるというプロセスが想定できそうである。さらに、見捨てられ不安と悪夢の苦痛度との間で見られた関連性はLevin & Nielsen (2007) 推測を裏付ける結果と考えることができる。

悪夢の頻度については苦痛度を説明する変数のうち結婚年数と見捨てられ不安しか残らなかった。コミュニケーションのスタイルは悪夢の頻度には弱い相関を示すものはあったものの、それは疑似相関であった可能性が示唆される。今回の結果は、精神病理学的な指標のみならず、愛着スタイルと夫婦間でのコミュニケーションのあり方という人間関係も悪夢の苦痛度に影響を及ぼす可能性を示すものと考えられる。

夫婦間満足度、夫婦間コミュニケーションの年齢変化

夫婦間満足度、夫婦間コミュニケーションの年齢変化についても検討した。夫婦間満足度に関しては、リクルートプライダグ総研 (2015) によれば夫は40、50代で下がるが60代では上昇するのに対して、妻は20代から漸減傾向を示している。しかし、今回の夫婦間満足度は性別にかかわらず年齢が上がるほど低くなる傾向が見られた。

夫婦間のコミュニケーションについての4つの下位尺度の年代差についての分散分析の結果をまとめると、自分も相手も50代から60代にかけて威圧的、無視・回避コミュニケーションが増え、共感的、依存・接近コミュニケーションが減る傾向が見られた。

夫婦間コミュニケーション尺度を作成した平山・柏木 (2001) は、大学生の両親を対象にこの尺度を実施し、自分からの相手への態度得点については共感、依存・接近については妻の得点が高く、無視・回避、威圧については夫の得点が高いことを報告している。今回の調査では年代別にその様相がかなり異なる可能性があることを示す結果となった。自分からの共感の下位尺度については図6に示すように女性は40-50代にかけて共感

的であるが、男性は逆に共感的ではなくなる。しかし、60代になると女性の共感性は急に低下し、男性は上昇する。一方で、自分からの威圧では40歳以上では女性の方が高く、男性では40代から下がり始め50代ではかなり低くなるが60代になると上昇する。粕井（2014）は夫婦間のコミュニケーションを扱った研究では年代差が検討されたことがほとんどなかったと指摘し、結婚年数による差異について調査により検討を行った。その結果、20・30代を初期群、40・50代を中期群、60代以上を後期群としたところ、「初期群は夫婦共に最もポジティブであり、かつ、最もネガティブではない。3群の中で最も良い状態である。中期群では、夫が自己評価する自分から妻へのポジティブな態度・ネガティブな態度と夫が感じている妻からのポジティブな態度が最も良くない。U字型の底である。妻の認知する夫への態度と夫から妻への態度は、初期群と後期群の間である。後期群では、夫の認知する妻への態度と妻から夫への態度は、初期群に次いで良い状態である。一方、妻では、夫への態度が最もポジティブではなくネガティブでもなく、夫から妻への態度は最も良くないと認知している。」と述べている。今回の我々の結果を見ると夫の依存・接近、共感の得点が60代で上昇に転じる傾向があることから粕井（2014）の示唆と一致するが、妻の側については反転する傾向はみられるU字型曲線とはなっていない点、威圧、無視・回避については夫、妻とも60代でかなり上昇する傾向がみられる点で異なる。差が生じた理由は明確ではないが、粕井（2014）では知人を中心としたものであるのに対して今回の我々の調査ではwebであったことが影響した可能性があるかもしれない。夫婦間満足度やコミュニケーション態度の年代差についてはより多くのサンプルを使った検討が必要と思われる。

大学）で発表した内容に加筆、修正を加えたものである。

引用文献

- Giambra, L. M., Jung, R. E., & Grodsky, A. (1996). Age changes in dream recall in adulthood. *Dreaming*, **6**, 17-31.
- 平山順子・柏木恵子（2001）中年期夫婦のコミュニケーション態度：夫と妻は異なるのか？ *発達心理学研究*, **12**, 216-227.
- 粕井みずほ（2014）夫婦間コミュニケーションの特徴と結婚年数による違い. *日本家政学会誌*, **65**, 50-56.
- Levin, R., & Nielsen, T. A. (2007). Disturbed dreaming, posttraumatic stress disorder, and affect distress: A review and neurocognitive model. *Psychological Bulletin*, **133**, 482-528.
- 諸井克英 1996 家庭内労働の分担における平衡性の知覚. *家族心理学研究*, **10**, 15-30.
- 中尾達馬・加藤和生（2004）. 成人愛着スタイル尺度（ECR）の日本語版作成の試み. *心理学研究*, **75**, 154-159.
- Nielsen, T. A., Stenstrom, P., & Levin, R. (2006). Nightmare frequency as a function of age, gender, and September 11, 2001: findings from an internet questionnaire. *Dreaming*, **16**, 145-158.
- 岡田斉・松田英子（2014）大学生の体験する悪夢の苦痛度尺度日本語版（NDQ-J）作成の試み, *イメージ心理学研究*, **12**, 41-52.
- 岡田斉、松田英子（2015）悪夢の苦痛度に関連する精神症状の検討 *日本心理学会第79回大会発表論文集* 317.
- リクルートブライダル総研（2015）. 夫婦関係調査 2015.

本研究は科学研究費補助金基盤研究（C）（課題番号25380942研究代表者松田英子）の補助を受けた。

本研究は日本イメージ心理学会第17回大会（岩手