

親の離婚を経験した子どもが立ち直るまでのプロセス

高坂康雅 *KOSAKA Yasumasa* 柏木 舞 *KASHIWAGI Mai*

- 1 — 問題と目的
- 2 — 方法
- 3 — 結果
- 4 — 考察

【要旨】 現在の日本では、離婚件数が高い水準で推移しており、親の離婚を経験する子どもの数も多くなっている。本研究の目的は、親の離婚を経験した子どもが、親の離婚経験から立ち直るまでのプロセスを明らかにすることであった。東京都内の大学生 10 名を対象にインタビュー調査を行い、M-GTA を援用して、親の離婚経験からの立ち直りに関するプロセスモデルを構成した。親の離婚を経験した子どもは、親が離婚したことに対する「否認」からはじまり、「悲しみ」や「怒り」を経て「抑うつ」状態に陥る。しかし、他者の存在に支えられ、離婚経験を開示することにより、「安堵」、「受容」を経て、未来に向けて「希望」を抱くことができるようになることが明らかになった。

1 — 問題と目的

近年、日本の夫婦は 3 組に 1 組が離婚に至ると言われている。厚生労働省 (2009) の「離婚に関する統計」によると、日本の離婚件数は 2000 年頃に急増し、その後、減少傾向にあるが、婚姻数も減ってきているため、離婚率は大きく減少することなく、高い水準を維持していることが明らかにされている。このような状況のため、親の離婚を経験する子どもも少なくない。厚生労働省 (2013) によると、2013 年度に親の離婚を経験した子どもは 135,074 人で、総離婚件数のうち 58.4% が子どものいる夫婦の離婚であった。

親が離婚をし、一方の親とともに生活ができなくなることは、多くの子どもにとって、愛着対象を失うことを意味していると考えられる。愛情や依存対象を生き別れによって失う経験は、対象喪失経験と呼ばれている (小此木, 1979)。親の離婚を経験した子どもの場合、離婚により別れて暮らす親に対して愛着をもっていたとき、対象喪失経験をする可能性がある。

Bowlby (1976) は、対象喪失を経験した後、経験者は悲哀のプロセスとして、ある一定

の心的過程を経験することを示唆している。悲哀のプロセスとは、対象喪失の後、はじめに失った対象への思慕の情が募り再会を願い、その後、悲嘆、絶望、怒り、相手に対するそれまでの仕打ちをめぐって悔みや償いの気持ちをたどる過程を指している。また、小此木（1997）は悲哀のプロセスについて、“失った対象との間の憎しみや、相手を傷つけたことに対する悔みなどの心を整理することが重要である”と述べており、野口（2012）は“喪失の経験を子どもがどのように受け入れていくのかという、悲哀のプロセスは子どもにとって重要になっていく”と述べている。これらの指摘より、悲哀のプロセスは子どもが親の離婚経験から立ち直るための重要なプロセスであると考えられる。

Stephen & Randy（1990）は、親の離婚を経験した子どもの悲哀のプロセスに関して、「否認」、「怒り」、「取引き」、「抑うつ」、「受容」、「希望」の6つの感情状態をあげ、これら6つの感情状態からなる悲哀のプロセスを通ることにより、親の離婚を経験した子どもは立ち直っていくと考えられている。また、平松（2005）は、“離婚体験を通して得たものは失ったものを上回ることもあり、その試練をとおして人間としてより強く、成長することもできる”と述べ、離婚が子どもの成長に繋がる可能性があることを示唆している。

これらの指摘は、近年言及されている（心的）外傷後成長（Post Traumatic Growth；PTG）とも合致するものであり、親の離婚を経験することは否定的影響ばかりではなく、親の離婚経験からの立ち直りを通して、親の離婚を経験した子どもの心理的成長に繋がることもあると考えられる。

しかし、このような離婚経験からの立ち直りは、子ども一人でできるものではなく、他者の存在や他者からの支援が重要であると考えられる。小此木（1997）は、対象喪失からの立ち直りには、忍び難い苦痛を感じている心を支え、助ける依存対象の存在が不可欠であると述べている。また、坂田・山下（2009）も、対象喪失におけるソーシャル・サポートの重要性について示唆している。ソーシャル・サポートとは、ある個人を取り巻く様々な人からの有形・無形の資源の提供のことであり（小川,1997）、坂田・山下（2009）は“ソーシャル・サポートは関係崩壊の痛手から心を解き放ち、成長の知覚を通して関係崩壊に対する肯定的な意味づけを促進すると考えられる”と述べている。

また、Harvey（2000）は、対象喪失などの喪失経験からの立ち直りには、喪失経験の再解釈や親密な他者への喪失経験の告白が重要であると示唆している。小田切（2004）も、悲しみや絶望感、怒りなどの否定的感情から逃げ出さずに向き合い、自らの感情を信頼できる他者に打ち明けることの重要性について指摘している。これらの指摘から、離婚を経験した子どもは自身が経験した親の離婚について他者に開示することにより、離婚経験からの立ち直りの過程を進むことができ、いずれは立ち直りに至ると推測できる。

しかし、対象喪失を経験した子どもが他者に自身の感情を開示することは容易ではない。野口（2012）は、“養育者からの情緒的な見捨てられ感、子どもの自己愛の損傷となる”場合が多く、“子どもは親への怒りを内在化するとともに、自己を守る手段として自分の感情を抑えるという手段をとる”と述べている。親の離婚を経験した子どもは、特に経験

直後においては、自己を守るために、感情を抑え、他者に開示することも拒むと考えられる。しかし、Harvey (2000) などの指摘を考慮すると、親の離婚経験から立ち直るためには、信頼できる他者と出会い、親の離婚について重要な他者に自己開示することが重要であり、親の離婚を経験した子どもを支援する者にとっては、そのような開示対象として信頼されることが求められると考えられる。

これまで離婚に関する研究では、離婚をした当事者（親）に焦点を当てた研究や、離婚を経験した子どもに対する一時的な影響に関する研究が行われているが、親の離婚を経験した子どもがどのように立ち直っていくかを検討した研究は多くはない。しかし、平松 (2005) は“親の離婚を、子どもはどのように評価し、どのように乗り越えようとしてきたか、さらに痛手を軽減したり、困難を克服するためにはどのようなことが求められているのかは重要である”と述べている。Stephen & Randy (1990) が指摘するように、親の離婚経験からの立ち直りの過程にいくつかの段階があるならば、それぞれの段階において子どもが求める他者との関わり方や支援のあり方が異なる可能性があり、そのような各段階における子どもが求める他者との関わり方や支援のあり方を明らかにすることは、臨床的な意義を有すると考えられる。

以上の先行研究をふまえ、本研究では、子どもが親の離婚経験から立ち直るまでのプロセスを明らかにし、そのプロセスに及ぼす親を含めた他者の存在や関わりの影響について、面接調査によって明らかにすることを目的とする。なお、離婚後も一緒に暮らしている親を「同居親」、別々に暮らした親を「別居親」と呼ぶ。

2 — 方法

調査対象者

親の離婚を経験しており、同居親が再婚をしていない、東京都内の大学生 10 名（男子 4 名、女子 6 名、平均年齢 21.0 歳、標準偏差 1.5 歳）を調査対象にした (Table1)。

調査期間

2012 年 7 月から 10 月に実施した。

実施場所

東京都内の大学内の教室で行った。

面接方法

調査者と対象者の 1 対 1 による半構造化面接を行った。主な質問内容は、①親が離婚した時の本人の年齢や状況、②親の離婚の理由、③別居親との現在の関わり、④親の離婚に対する現在の気持ち、⑤親が離婚した当時の気持ち、⑥親の離婚が現在の自分に及ぼして

いる影響、⑦親の離婚に対する現在のとらえ方、⑧親の離婚を経験した自分を支えてくれた他者の存在とその支援内容、⑨自身の結婚に対する考え、であった。

調査の手続きと倫理的配慮

インタビューに先立ちインタビューで使用する、ICレコーダーの許可、調査の目的や回答の拒否権などの倫理面を配慮した説明を明記した「面接調査への協力に関する同意書」の項目について説明をした。面接調査への協力を同意してもらった場合、署名欄に日付と名前を明記してもらった。

分析方法

分析にはグランデッド・セオリー・アプローチの一種である、木下（2003）による修正版グランデッド・セオリー・アプローチ（Modified Grounded Theory Approach；M-GTA）を援用した。M-GTAとは、データに密着した分析から独自の説明概念を作り、それらによって統合的に構成された説明力にすぐれた理論・方法である（木下,2003）。また、M-GTAはインタビューで得られたデータの逐語録から研究内容に沿った説明力のある概念を作成し、複数の概念をまとめ、カテゴリーを作成したうえで、相関関係図を作成し、質的データとして解釈していく方法であるとされている。

本研究は、親の離婚の立ち直りという複雑で絞られたテーマのプロセスを明らかにする際に適していると判断し、M-GTAを援用することにした。分析の手順として、最初に分析テーマを「親の離婚を経験した子どもはどのような心理的過程を乗り越えてきているのか」と設定し、分析焦点者は、「親の離婚を経験したことがあり、同居親が再婚していない大学生」にした。なお、同居親が再婚したことによりできる、新しい家族の存在などが親の離婚経験からの立ち直りプロセスを辿っている子どもに心的影響を及ぼすと考えられるた

Table 1 対象者の属性と特徴

対象者	年齢	性別	親が離婚した時の年齢	離婚前の家族構成	離婚後の家族構成	離婚時の状況
A	20歳	男性	18歳	父・母	父	母は小学3年生の時に家を出た
B	20歳	女性	16歳	父・母・弟	母・弟	
C	21歳	女性	15歳	父・母	母	
D	20歳	女性	13歳	父・母・姉	母・姉	
E	24歳	女性	14歳	父・母・兄	母・兄	
F	22歳	男性	5歳	父・母	母方の祖母	対象者は離婚後、父母どちらとも一緒に過ごしていない
G	22歳	男性	1回目:10歳 2回目:12歳	父・母・姉	母・姉	別れた親が再婚し、再び離婚した
H	19歳	男性	0歳	父・母	母	
I	20歳	女性	13歳	父・母	母	小学6年生の時から家庭内別居が始まっていた
J	22歳	女性	12歳	父・母	母	

め、対象者を「同居親が再婚していない者」に限定した。

まず、インタビューを行った10名の録音データを聞き、テープ起こしを行い、逐語録の作成をした。次に、そのデータをもとに概念の作成を行った。概念を作成する際には、分析ワークシートを作成し、概念名、定義、ヴァリエーション（具体例）を記入し、概念作成中に思ったことは理論的メモに書き記した。分析ワークシートは各概念ごとに作成した。

概念の作成は、逐語録から「親の離婚を経験した子どもはどのような心理的過程を乗り越えてきているのか」に関連がありそうな文章を抜粋し、分析ワークシートのヴァリエーションの欄に記載した。その後、定義づけをし、定義に見合った概念の名前付けを行った。1人の対象者だけではなく、他の対象者の逐語録からも類似している文章や関連がある文章を探し、概念のヴァリエーションに合わせることでひとつの概念として作成した。作成した概念と類似したものがない場合は、新しい概念を作成した。

その後、個々の概念に対し、意味内容が似た概念同士をまとめた。まとめた概念に名前をつけ、カテゴリーとした。最後にテーマである、「親の離婚を経験した子どもはどのような心理的過程を乗り越えてきているのか」のプロセスに着目し、カテゴリーの相互関係を検討した後に、カテゴリー関連図として結果をまとめた。

これらの手続きは、第2著者を含む心理学を専攻する大学生女子3名で行い、第1著者が適宜助言をして、進めた。

3——結果

M-GTAによる分析の結果、30のカテゴリーと、81個の概念が生成された。作成したカテゴリーや概念の相互関係からプロセスモデルおよびストーリーラインを作成した（Figure 1）。以下の文は大カテゴリーを〔 〕、カテゴリーを《 》、感情を表すカテゴリーを【 】でそれぞれ囲った。

親の離婚経験から子どもが立ち直るまでの過程は〔離婚前の状況〕から始まっていた。〔離婚前の状況〕は、子どもは親の離婚に対し、《心の準備ができていない》状態や《別居親に対して嫌悪感情を抱いていない》状態から始まり、親が離婚するという事実で動揺や不安感情を抱き、親が離婚する事実を否認する《離婚前否認》に繋がっていた。子どもは《離婚前否認》に加え、《離婚前の別居親に対するマイナスな評価》をすることで、準備段階である《離婚前の心の準備ができていない状態》に至っていた。

実際に親が離婚すると、子どもははじめに、親が離婚したという事実を認められない【否認】の段階に進んでいた。【否認】の段階では、他者からの影響として両親が揃っている家庭に対し憧れの感情を抱き、〔円満な家庭への劣等感〕を抱いていた。また、【否認】の段階では、《親子関係の希薄化》、《別居親への存在希求》、《同居親との不安定な関係》という離婚後の急激な両親との関係の変化に対する〔両親との関係のとまどい〕の気持ち

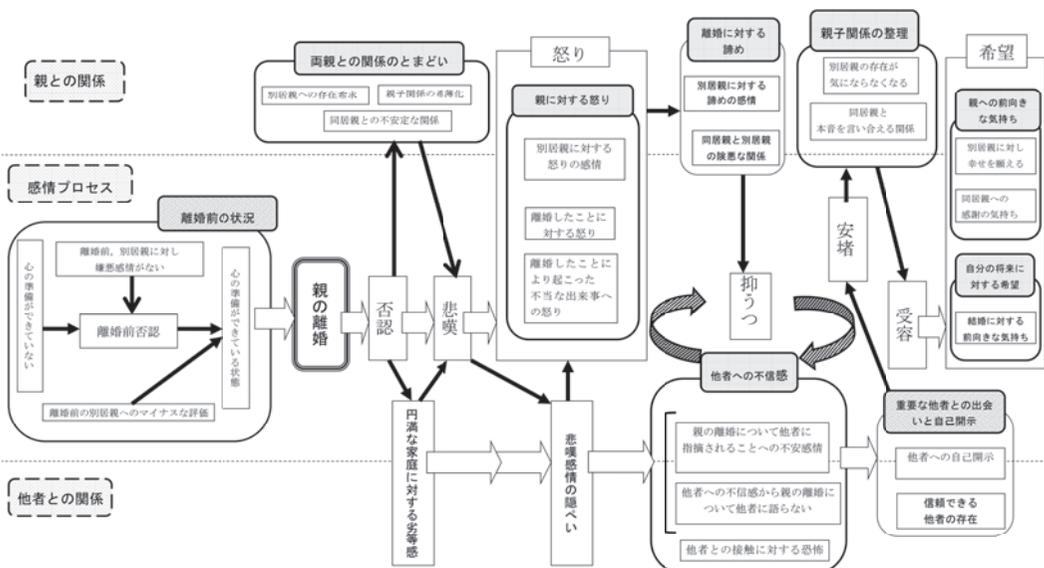
も抱いていた。子どもは〔円満な家庭への劣等感〕や〔両親との関係のとまどい〕を抱くことにより、さらなる深い悲しみを示す【悲嘆】の段階に入っていた。

子どもは【悲嘆】の段階に入ると、友人に離婚しているという劣等感や親の離婚を悲しんでいる自分を見せないように〔悲嘆感情の隠ぺい〕をするようになっていた。他者に〔悲嘆感情の隠ぺい〕をすることで、自身の気持ちを吐き出す場がなくなり、心の内に溜めるようになるが、そのような感情を抑えきれなくなることによって、【怒り】の段階に進んでいた。

【怒り】の段階にいる子どもは、《同居親と別居親の険悪な関係》を見たり、《別居親に対する諦めの感情》を抱くことで、離婚という事実を変えられない〔離婚に対する諦め〕を感じ落胆し、【抑うつ】の段階に進んでいた。【抑うつ】の段階では、他者に対し、〔悲嘆感情の隠ぺい〕をしているため、本音話すことができる他者の存在がないことに気づき、〔他者への不信任感〕を抱き始めていた。〔他者への不信任感〕があるため、《他者への不信任感から親の離婚について他者に語らない》状況に陥り、また、他者に親の離婚について話したとしても、《親の離婚について他者に指摘されることへの不安感情》を抱き、さらに【抑うつ】の状態になる負のサイクルを経験していた。【抑うつ】の段階では、この負のサイクルが何度も繰り返されるが、〔重要な他者との出会いと自己開示〕によって、抑えていた感情を表出させることができ、【安堵】の気持ちを持つことができるようになっていた。

自身を受け入れてもらえ、【安堵】を経験した子どもは、《別居親の存在が気にならなくなる》ことや、《同居親と本音を言い合える関係になる》ことなど、自分で〔親子関係の整理〕ができるようになり、親の離婚経験そのものを【受容】する段階に進むことができ

Figure1 親の離婚を経験した子どもの立ち直りプロセス



ていた。親の離婚経験を【受容】したことで、現在だけではなく、自身および親の今後も前向きに考えられるようになり、〔親への前向きな気持ち〕や〔自分の将来に対する希望〕をもてる【希望】の段階に至っていた。

4——考察

親の離婚を経験した子どもの立ち直りのプロセスモデル

本研究の目的は、親の離婚を経験した子どもの立ち直りのプロセスとそのプロセスに及ぼす親を含めた他者の存在や関わりの影響について明らかにすることであった。その結果、「否認」、「悲嘆」、「怒り」、「抑うつ」、「安堵」、「受容」、「希望」の7つの感情プロセスモデルが作成された。

本研究で作成されたプロセスモデルでは、Stephen & Randy (1990) には見られなかった「悲嘆」、「安堵」という段階が見出された。Stephen & Randy (1990) は、「怒り」の段階に到達するまでに、子どもは両親の離婚について深い悲しみを示すと述べていたが、「悲嘆」をひとつの段階としては捉えていなかった。しかし、本研究は、「悲嘆」に関わる言及が多く見られたことから、「悲嘆」は、親の離婚経験からの立ち直りのプロセスにおけるひとつの段階として位置づけられると考えられる。また Stephen & Randy (1990) は、悲哀のプロセスは時に「安堵」、「罪悪感」も追加される場合があると述べている。本研究では、「安堵」に関わる言及が多く得られたため、「安堵」を親の離婚経験立ち直りのプロセスのひとつとして位置づけた。親の離婚を経験した自分を受け入れてくれる他者がいることによって生じる「安堵」を経験することで、親子関係の整理に取り組むことができ、親の離婚経験を「受容」する段階に進むことができると考えられる。一方、「罪悪感」については、本研究でも多くの言及はみられなかった。親の離婚の原因を子ども（対象者）自身に帰属することは、少なくとも本研究の対象者である大学生では、みられなかったためであると考えられる。しかし、「罪悪感」は、一時的な感情として、幼い頃には経験し得るものであると考えられるため、今後は、対象者の年齢を下げたことで、「罪悪感」がプロセスモデルの中にどのように位置づけられるのかを検討する必要があると考えられる。

また、本研究で作成されたプロセスモデルから、子どもの離婚経験からの立ち直りには、親（特に同居親）が大きく関わっていることが明らかになった。離婚の影響で親と子の関係は急激に変化し、子どもはその変化に戸惑い、「悲嘆」の段階に至っていた。また、離婚をした親に対する「怒り」から、親同士が元の関係に戻ることはないと感じ、子どもは「抑うつ」の段階に進んでいた。親との関係は、「抑うつ」の段階に至るまで、影響を与えていた。さらに、「安堵」から「受容」に至る際には、親と本音で話し合える経験が必要であることも見出された。これらの結果を考慮すると、子どもの親の離婚経験からの立ち直りを支援する際には、子どもだけではなく、離婚を経験した親自身に対しても同時並行的に支援していくことが必要であると考えられる。

さらに、本研究で作成されたプロセスモデルから、他者への不信感と「抑うつ」を行き来する、負のサイクルから抜け出すためには、親以外の重要な他者の存在が大切であることが示された。重要な他者と出会い、親の離婚経験について開示することで、自分を受け入れてもらう経験し、負のサイクルから抜け出すことができると考えられる。坂田・山下(2009)においても、他者への依存や開示など、援助してくれる他者存在が立ち直りを促進する可能性が高いことが示唆されている。他者に親の離婚経験について開示したことで、「すっきりした」、「安心した」と対象者が述べていたことから、他者への自己開示はカタルシスのような効果があることが推察される。今まで溜めていた様々な感情を表出したことで、親の離婚と向き合うことができ、気持ちの整理が始まると考えられる。

このように、親の離婚を経験した子どもの立ち直りのためには、同居親との関係を再構築するとともに、親以外の他者から受容・支援される経験が必要であることが示唆された。このような経験を通して親の離婚経験から立ち直っていくことで、平松(2005)が指摘するような、親の離婚を経験した子どもの心理的成長に繋がる「希望」を得ることになると考えられる。

最後に、本研究の今後の課題や展望を3つあげる。第1に、本研究では離婚を経験した後の親の離婚を経験した子どもの立ち直りのプロセスに注目したため、離婚前の状況の詳細を尋ねなかった。しかし、離婚前の家庭状況や親子関係は、離婚後の対象喪失やそこからの立ち直りに影響を与えると考えられる。今後は、離婚前の家庭状況などから、離婚経験からの立ち直りの個人差について、明らかにしていく必要があると考えられる。

第2に、本研究では、同居親との関係の再構築が、子どもの離婚経験からの立ち直りに重要な要因となっていることが明らかにされた。そのため、離婚を経験した当事者である親の立ち直りのプロセスと、子どもの親の離婚経験からの立ち直りのプロセスの2つのプロセスの相互関係を明らかにすることで、両者が相互にどんな影響を与え合っているかを明らかにできると考えられる。

第3に、本研究では、子どもの親の離婚経験からの立ち直りにおいて、親以外の他者からの受容・支援の重要性が明らかにされたが、この他者がどのような人物であるのかは明らかにすることはできなかった。兄弟や親戚、友人、恋人、教師、スクールカウンセラーなど、多様な人物が想像でき、また、それらによって、子どもの立ち直りに及ぼす影響や機能が異なることも推測される。今後は、この他者の差異にも着目する必要があると考えられる。

《引用文献》

Bowlby, J. (1976). *Attachment and Loss, vol. 1 Attachment*. London: The Hogarth Press.

(ボウルビィ, J. 黒田実郎・大羽 葵・岡田 洋子 (訳) (1991). 新版・母子関係の理論Ⅰ: 愛着行動 岩崎学術出版社)

平松 千枝子 (2005). 親の離婚を経験した子どもの心: 離婚を経験した親と子どもの調査から 駒沢女子

大学研究紀要, 12, 155-171.

Harvey, J. H. (2000). *Give Sorrow Words: Perspective on Loss and Trauma*. Philadelphia: Brunner/Mazel.

(ハーベイ, J. H. 安藤 清志・藤枝 幹大・福岡 欣治・福岡 志保 (訳) (2002). 悲しみに言葉を 喪失とトラウマの心理学 誠信書房)

木下 康仁 (2003). グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践 質的研究への誘い 弘文堂

厚生労働省 (2009). 平成 21 年度 「離婚に関する統計」の概況 Retrieved from

<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/tokusyu/rikon10/dl/gaikyo.pdf> (2010 年 3 月 19 日閲覧)

厚生労働省 (2013). 平成 25 年度人口動態統計の年間推計 Retrieved from

<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/suikai13/dl/honbun.pdf> (2013 年 12 月 12 日閲覧)

野口 康彦 (2012). 親の離婚を経験した子どもの精神発達に関する研究—学生と成人を対象にして— 風間書房

小川 一夫 (1997). ソーシャル・スキル 小川 一夫 (監) 吉森 護・浜名 外喜男・市川 淳章・高橋 超・田中 宏二・藤原 武弘・深田 博己・吉田 寿夫 (編) 改定新版 社会心理学用語辞典 (pp. 127-128) 北大路書房

小田切 紀子 (2004). 離婚を乗り越える 離婚家庭への支援をめざして プレイン出版

小此木 啓吾 (1979). 対象喪失 中公新書

小此木 啓吾 (1997). 対象喪失とモーニング・ワーク 松井 豊 (編) 悲嘆の心理 (pp.113-134) サイエンス社

坂田 桐子・山下 倫実 (2009). 恋愛関係崩壊からの立ち直り段階尺度の妥当性に関する検討 総合保健科学, 25, 19-27.

Stephen, M. & Randy, S. (1990). *Divorce Recovery for Teenagers*. California: Youth Specialties Books.

付記：本論文は、第 2 著者（柏木）が 2012 年度に和光大学現代人間学部心理教育学科に提出した卒業論文の一部を、論文として再構成したものを、第 1 著者（高坂）が適宜加筆・修正したものである。

[こうさか やすまさ・和光大学現代人間学部心理教育学科准教授]

[かしかわぎ まい・駒沢学園心理相談センター研修相談員]