

研究課題	子育て中の共働き夫婦におけるワーク・ファミリー・コンフリクト対処行動を促す心理的要因の検討		
氏名	守部 碧	所属	総合教育科学系 教育心理学講座
		職名	特任講師
APRIN e-ラーニングプログラムの受講 <input checked="" type="checkbox"/> ←受講済の場合はチェックをすること			
【研究成果の概要】 （文字の大きさ9ポイント・字数800字～1600字程度）			
<p>ワーク・ファミリー・コンフリクト（以下、WFC）は精神的健康と関連し、WFCへの対処行動が両者の関連を緩衝することが先行研究において示されている（加藤ほか、2018）。しかしながら、WFC対処行動を促進する心理的要因に着目した研究は十分に蓄積されていない。本研究では、アクセプタンスおよび価値に沿ったコミットメントが、WFCとWFC対処行動および精神的健康の関連において調整的役割を果たすかを検討することを目的とした。</p> <p>子育て中の共働き労働者1,143名（男性568名、女性575名、$M = 41.39 \pm 10.99$）を対象に、WFCとその対処過程における心理的柔軟性の役割を検討した。調査項目は、WFC、WFC対処行動（夫婦役割調整・家族役割調整・家庭役割充実・仕事役割低減）、アクセプタンス、価値に沿ったコミットメント（仕事・家族・余暇の領域）、精神的健康である。収集した1,143名分のデータについて、欠損値の確認およびスクリーニングを実施した。スクリーニングにあたっては、自由記述の内容を精読し、研究目的への適合性を判断したうえでコーディングを行った。また、判定の信頼性を確保するため、複数名による照合・修正作業を実施した。その後、分析と考察を実施した。</p> <p>共働き労働者の精神的健康との関連を検討したところ、WFCは有意な中程度の負の相関を示した。一方、アクセプタンスおよび価値に沿ったコミットメントは有意な中程度の正の相関を示しており、これらの心理的資質が精神的健康の維持と関連することが示された。WFC対処行動についても精神的健康との有意な相関が確認されたが、その相関係数は小さな値にとどまった。</p> <p>精神的健康を目的変数、WFCを説明変数、WFC対処行動を媒介変数、アクセプタンスおよび価値に沿ったコミットメントをそれぞれ調整変数とする調整媒介分析を実施した。その結果、WFC対処行動に対するWFCと両調整変数の交互作用はいずれも有意であった。また、WFC対処行動と精神的健康の関連に対しても、両調整変数との交互作用が有意であった。さらに、アクセプタンスおよび価値に沿ったコミットメントが高い条件（+1SD）においてのみ、WFCから対処行動を経て精神的健康に至る有意な間接効果が確認された。この結果は、アクセプタンスや価値に沿ったコミットメントが高い個人ほど、WFCを感じながらも対処行動をとりやすく、それが精神的健康の維持につながるというプロセスを支持するものである。</p> <p>WFC対処行動は、夫婦役割調整・家族役割調整・家庭役割充実・仕事役割低減の4因子から構成される。アクセプタンスはこれら4つの因子すべてと有意な関連を示しており、WFCへの対処行動全般の促進における広範な役割が示唆された。一方、価値に沿ったコミットメントについては、領域ごとの差異が認められた。家族領域における価値の明確化は、夫婦役割調整・家族役割調整・家庭役割充実との有意な関連を示したが、仕事役割低減との関連は確認されなかった。この結果は、家族関係における価値が明確化されている者は、家庭内での役割調整や充実に向けた具体的な行動と結びつきやすいことを示唆している。</p> <p>以上の結果を総合すると、心理的柔軟性の構成要素であるアクセプタンスおよび価値に沿ったコミットメントは、WFC対処行動を促進し、精神的健康の維持に寄与する可能性が示された。特に、アクセプタンスはWFC対処行動の広範な促進に関与する一方、価値の明確化は対処行動の内容によってその影響が異なることが明らかとなった。これらの知見は、ACTの理論的枠組みを職場や家庭場面へ応用する上での基礎的根拠を提供するものであり、共働き労働者のWFC支援において心理的柔軟性を高めるアプローチの有効性を支持するものと考えられる。</p>			
【研究成果発表方法】			
「子育て中の労働者におけるワーク・ファミリー・コンフリクトの対処過程—アクセプタンスと価値に沿ったコミットメントに着目して—」, 日本認知療法・認知行動療法学会第25回大会抄録集, 224頁, 2025年。 今後、認知行動療法研究に投稿予定である。			

※発表論文名（口頭発表を含む）、氏名、学会誌等名（投稿中・投稿予定・執筆中）を記入すること。

※本経費を用いて、報告書（冊子等）を作成した場合には、本様式とともに1部を提出すること。

なお、提出された報告書は教育実践研究推進本部を通じて附属図書館へ寄贈する。