Nagoya J. Health, Physical Fitness, Sports Vol.45, No.1 (May 2022)
DOI: 10.18999/njhpfs.45.1.23

家族問題による職業生活への影響
―俗にいう「毒になる親」と生き辛さ―

The Impact of Family Problems on Professional Lives :
A So Called “Toxic Parents” and Difficulty in Living

金　森　史　枝*　　蛭　田　秀　一**

Nobue KANAMORI*　　Shuichi HIRUTA**

Abstract

The purpose of this study is to explore the factors contributing to the “difficulty in living” faced by the working people employed by companies. To do so, the study first aims to clarify the classifications of the problems in the current professional lives, and next clarify any differences between those who have been troubled by their “toxic parents and family members” and those who have not in their professional lives and in the contents of work they are currently engaged in. From the results of the analysis, three issues “maladjustment in workplace,” “lack of job skills,” and “family problems” were extracted regarding the “difficulty in living” faced by the working people in full-time employment. Almost 40% of the full-time employed working people were troubled by their toxic parents or family members. Furthermore, logistic regression analysis revealed that those who were troubled by either their toxic mother, their toxic family member, or their toxic mother and family member had significant odds ratios in almost all items of “work in general and about yourself” compared to those who were not, which indicates that family problems negatively affect their professional lives. In particular, it was suggested that those who felt a vague sense of “difficulty in living” were likely to be deeply affected by family problems such as a toxic mother or a toxic family member. It was also related to their inability to “build relationships,” which is essential in their professional lives. From the indication that they are more prone to stress, it was presumed that they tended to have more stressful professional lives. They were also more aware of their lack of general social common sense, which may have also made their lives more difficult. On the other hand, no impact was made on the work content, indicating that family problems did not negatively affect the work content. As described above, there is a high possibility that the “heart mind” caused by toxic parent or family member is behind the difficult professional life. It is important to heal the “heart mind” through the professional life.

Ⅰ　はじめに

企業等組織に正規雇用されて働く職業生活の中で、上司との関係、同僚との付き合い、顧客との折衝など多くの人と接することを通して、「自分は他者とうまく関われない」という戸惑いを覚えている方々がいる。その戸惑いには個人差があるものの、一言でいえば、「他者との良好な人間関係の構築が結構大変で、日々の生活の中でなんとなく生き辛さを感じる」という漠然としたものと言えるだろうか。

本稿で取り上げる研究対象は、大学卒の正規雇用されている社会人である。本調査は筆者らが数年以上に亘り設問内容を調整しながら継続実施しているもので、今回も「仕事に関するアンケート」として、全国1872名からインターネットによるアンケート調査によって回答を得た。これまで企業の労務管理、労働相談及びメンタ

＊　名古屋大学総合保健体育科学センター共同研究者
＊＊　名古屋大学総合保健体育科学センター教授
＊　Research Center of Health, Physical Fitness and Sports, Nagoya University
＊＊　Research Center of Health, Physical Fitness and Sports, Nagoya University

ルヘルス等の仕事を通して企業等組織で働く方々に数多く接してきた筆頭筆者は、外見的には何も問題がないように見えるものの、内面では心に葛藤を抱えて職業生活を送っている方が一定数存在することを把握してきた。そして、その方々との対話を通してその背景には多様な要因があり、それらは複合的であるが、その中でも家族関係の影響、とりわけ、俗的概念である「毒になる親」（以下、便宜上「毒親」と略す）の影響も少なからずあるように見聞してきた。

しかし、毒親が一般的には話題になっているとしても、毒親は医学的専門用語でない（水島、2018）もので、毒親と職業生活の生き辛さとの間に因果関係があるかということは予測不能であることを承知した上で、それでも何らかの科学的探求の端緒にしたいと思ったことが研究動機である。

本研究は企業の労務管理に携わる立場から、「職場におけるメンタルヘルス不調」の改善に向けた論考を目指している。先行研究では毒親が医学的専門用語でないため医学の学術論文は少ないが、可能な限り精神科医師の著書を中心に取り上げた。しかし、そもそも「俗的概念」（柏木、2016）に基づいた現実社会で生じている現象を取り上げた研究であるため、先行研究にある種の偏りが生じる点は予めお断りしておく。

近年、企業では従業員のメンタルヘルス不調が大きな課題となっており、職場のストレスチェックは随分定着しストレス改善に対する意識は向上している。それでも令和２年「労働安全衛生調査」(1) によれば、現在の仕事や職業生活に関することで強い不安やストレスとなっていると感じる事柄がある労働者の割合は、54.2％と労働者の半数以上を占めている。「職場におけるメンタルヘルス不調」は、当然のことながら長時間労働や職場環境等職場で生じるさまざまな要因により検討されるものであり、家族の問題や本人の気質に関することはあまり問題にされない。一方で、「職場におけるメンタルヘルス不調」の症状が表れる方々の中には、本人が潜在的になにかしらの「生き辛さ」を抱えているケースが少なくない。このような内面的な感じ方は個人差が大きくあくまで主観的なものである。しかし、この「生き辛さ」と「職場におけるメンタルヘルス不調」との間には何らかの関連があることは十分に考えられる。そうであるならば、メンタルヘルス不調として現れる前に何らかの方策を講じることができれば、休職や退職という事態に陥ることを減らすことができる可能性がある。もちろん企業側は労働時間の削減等さまざまな対策を講じているが、それでも一定数は生じてくる。一度メンタルヘルス不調により休職ということになれば、個人差は大きいが復職までに２～３年かかる方もいる。大企業の比較的長い休職期間ですら期間内に職場復帰できないケースもあり、中小企業等では休職できずに退職する方も多い（岡崎・金森、2021）。

このような背景から健全な職業生活と雇用の継続を支援するために、「生き辛さ」とメンタルヘルス不調に関連するさまざまな要因を検討し、症状として現れる前に予防策を講じることが本稿の目指すところである。今回は、このうちいわゆる「毒になる親」という家族問題に着目して考察を行う。

なお、本稿における用語の定義として、まず、「毒親」という言葉は、「医学的専門用語ではない」（水島、2018）もので、あくまで「俗的概念」（柏木、2016）である。このため学術論文で用いることは最小限に止めるべきであるが、アンケート調査及びその結果の提示においてその概念を端的に表す言葉として用いる。同様に、「毒になる家族」を「毒家族」と表記する。なお、毒親及び毒家族をまとめて便宜上「機能不全家族」（西尾、2005）と呼ぶ。西尾は、「問題が多く、不幸な家族」を「機能不全家族」としている。ただし「機能不全家族」の定義は、毒親及び毒家族の概念を含むものの、より広義な身体的虐待、性的虐待、心理的虐待、ネグレクト等が恒常的に存在する家庭を指すことに留意されたい。また、「機能不全家族」に対する用語として、西尾（2005）の「健全な家族」を略して、本稿では「健全家族」として用いる。次に、「子供」「子ども」の表記は、引用の場合は引用文献のとおり引用し、その他は「子ども」と表記する。また、「職業生活」は、しばしば「職業生活と家庭生活の両立」と用いられるとおり、社会人としての生活のうち、「就労、仕事の側面」に着目する意味で用いる。

Ⅱ　先行研究と研究目的

（１）「アダルトチルドレン」「毒親」は医学的専門用語ではない

多くの労働者との相談業務を通じて、「生き辛い」という声をよく聴く。その生き辛さはその人ごとにさまざまな要因が考えられるが、近年、アダルト・チルドレン（AC）や毒親との関連性も指摘され、親や家族との関係性の問題がクローズアップされている。アダルトチルドレンとは、「機能不全家族の中で育った子供が成人していること」（緒方、1996）をいい、「この特性は誰でも幾分かはそういう傾向をもっているもので病気の概念ではない」（塚原ら、2005）とされる。

「毒親」という言葉は、Susan Forward（1989）の著書『毒になる親（Toxic Parents）』で初めて使われた。副題は、「一生苦しむ子供（Overcoming Their Hurtful Legacy

and Reclaiming Your Life)」と訳されている。「毒になる親」とは、「子供に対するネガティブな行動パターンが執拗に継続し、それが子供の人生を支配するようになってしまう親がたくさんいる」と記述されているとおり、「子どもの人生を支配して子どもに害悪を及ぼす親」のことである。この毒親に育てられた子供は、「一人の人間として存在していることへの自信が傷つけられており、自己破壊的な傾向を示す」もので、「自分に価値を見いだすことが困難で、人から本当に愛される自信がなく、そして、何をしても自分は不十分であるように感じている」という。心の深いところで傷ついて、成長後も継続して人生のさまざまな局面に影響を及ぼすとされる。

近年ブログやインスタグラム等 SNS で毒親に関する体験談が発信され、それらの書籍も数多く出版されている。その多くには毒親が原因でパニック障害やうつ病という精神的な病の罹患につながったことが記述されている。「高校時代にパニック障害を発症し大学入学後一度寛解したものの再発し、長年にわたり苦しんできたことを『生き地獄』と表現」(古谷、2020) しているものや、「社会人になって仕事に追われて過ごしている時に、母親からの呪縛に耐え切れなくなり、過去のトラウマからくるうつ病と診断された」(つつみ、2020) など、長年に亘って親が原因で苦しんできたことの体験が発信されている。

一方で、これらの毒親論に対しては、「毒親」を認定すること自体に功罪があることが指摘されている。精神科医の水島 (2018) は、「毒親という言葉は医学的専門用語ではないこと」を述べたうえで、要約すると、「それまでの人生における生き辛さを『自分のせい』などにしてきた人たちにとって、『悪いのは親の方だった』『自分と同じような悩みを持った人が他にもたくさんいたのだ』という新たな気づきを与え、救いになったという重要な側面があり、比較的多くの人に使われるようになった」と述べる。その反面副作用もあり、「『自分は最も重要に時期に不適切な育て方をされた』ということほど人に絶望を与えるものはなく、『親のせいで自分はこうなった』という認識がその時点で止まってしまうと、その固定観念にとらわれて無意識のうちに幸せになる機会を逸している人もいること」などを述べている。そして、「自分の生き辛さと、それらの悪影響を毒親と関連づけること」には慎重になる必要性も論じている。この問題は「毒親との絶縁では解決しない」とも述べられ、ふとした瞬間に親の言動がありありと蘇り悩まされることがあるなど、毒親による心の傷はそうたやすく癒されるものではないとされる。そして、自分の親がどんな事情で毒親になったかを知ることの大切さや、自分の心の癒しと有力化 (エンパワーメント) を考えていくことが重要であるとしている。また、「親に肯定されずに (多くが否定されて) 育つことで、自己肯定感が非常に低くなることもよく見られること」であり、「毒親」を「子どもの不安定な愛着スタイルの基盤を作る親」と定義づけしている。この不安定な愛着スタイルを持った人は、「ストレスや変化に弱く、心の病を発症しやすいこと」にも触れている。

また、上記アダルトチルドレンの概念を日本に導入した精神科医の斎藤 [2] も、毒親論には慎重な立場をとっており、毒親を糾弾するものとして捉えるのではなく、現在の自分のつらさに目を向けないと問題は解決しないと語っている。そして、斎藤 (2015) は「どんなひどい親たちの子であろうと、自分の未来は自分で決められるものであり、その決意を削いでしまう宿命論」として、「毒親論には限界がある」としている。そして、自罰感情 (私が悪い) が他罰感情 (親たちが悪い) へと容易に反転する視点ではなく、自分の成長に目を向ける必要性を説いている。

さらに、精神科医の片田 (2019) は、「子どもを攻撃せずにはいられない親」と表現して、子どもを攻撃する親には、「子供は親の所有物」という認識があり、その心の奥底にはしばしば「支配欲求」が潜んでいるという。また、攻撃する親は、「自分は親なのだから少々のことは許される」という特権意識を持ち、子どもは「自分をよく見せるための付属物」という認識も持っており、「子どもの気持ちよりも世間体や見栄を優先する親」であると説明している。そして、攻撃的な親に育てられると、まず、自己肯定感が低くなり、安心感も自信も持てない。その上、承認欲求と愛情欲求が人一倍強くなると説明している。片田は、「自分の親がひどい親だと気づいたら親を許す必要はない」という。この「許す」ということは癒しになるという考え方がある一方、無理に許すことをしても心の奥に押し込まれた「抑圧された感情」は、「心の病になる」「怒りの置き換え、すなわち、怒りの矛先を向け変え、全然関係ない相手にぶつける」など様々な形で表面化してくるため、自分自身の感情に忠実になることの必要性を説いている。

(2) 毒親の特徴

長期間悩まされ続けるとされる毒親にはどのような特徴があるのだろうか。

一例として、片田 (2019) は、「子どもを攻撃する親」として次の事例を挙げている。いくつか抜粋すると、①子どもを支配しようとする親、②ルールを作って従わせようとする親、③子どもの領域を平気で侵害する親、④子どもの気持ちよりも世間体や見栄を優先する親、⑤子どもを罵倒する親、⑥子どもに必要なものを与えない

親、⑦兄弟姉妹で格差をつける親である。これらの特徴は、「親の特権意識として子どもを自分の所有物とみなしており、自分の好きなように扱っていいと思い込んでいる。すなわち、自己中心性があり、子どもの気持ちよりも世間体や見栄を優先することがある。自己中心的な親は、自分が子どもに浴びせる暴言や加える仕打ちが、どれだけ子どもの心を傷つけ、怒りや反感をかきたてるかということに想像力を働かせることができない。想像してみようともしない」と要約されている。そして、「子どもを攻撃する親の多くが、自分は正しいと思い込んでいるため、子どもを攻撃しているという自覚などない」という特徴があるとされる。

（3）子どもの脳を傷つける「親の不適切な関わり」

一方、医師で脳科学研究者である友田（2017）は、「子どもの脳を傷つける親たち」と表現して、親のマルトリートメント（言葉による脅し、威嚇、罵倒、あるいは無視する、放っておくなどの行為のほか、子どもの前で繰り広げられる激しい夫婦げんかなどの子どもへの不適切なかかわり方）が、子どもの脳を物理的に傷つけ、学習欲の低下や非行、うつや統合失調症などの病を引き起こすことを明らかにした。このような症状は、「子どもの頃から断続的に現れるケースもあるが、つらい体験から時間が経過したあとで急に出現する場合も少なくない」とされ、「社会に適応しづらい青少年や成人が生まれる背景には、子ども時代に受けたマルトリートメントがあった」とされる。また、「脳を物理的に傷つける」という点について、友田（2020）は、ハーバード大学との共同研究で小児期のマルトリートメントの被害経験を持つヒトの脳について磁気共鳴画像法（MRI）を使って可視化し、脳の形態的・機能的な変化を調べた。その結果、①小児期の性的虐待による視覚野の容積の減少、②小児期の過度の体罰を受けたケースによる右前頭前野などの容積の減少、③小児期から親に日常的に暴言や悪態を受けてきたケースによる上側頭回灰白質を含めた聴覚野の容積の増加と発達の異常など、虐待のストレスが脳に与える影響を紹介している。これらの脳の傷は「後遺症」となり、将来にわたって影響を与えるとされ、その影響は計り知れないことを示唆している。友田は脳科学からの臨床データに基づいて論考しているが、幼少期からの親による子どもに対するマルトリートメント（不適切な養育）が心の発達に影響を及ぼすという点では、いわゆる毒親と類似する点がある。

（4）親の過干渉・コントロールなどがなぜメンタルヘルス不調として発現するのか

それでは、親から過干渉やコントロールされたこと等による心の傷は、なぜ本人も気が付かないうちに、ある日突然、メンタルヘルス不調として現れてくるのであろうか。友田（2016）は、小児期にマルトリートメント経験のある青少年たちの社会適応困難が深刻化していることを指摘しており、親の不適切な関わりにより精神疾患へと推移するケースが多々生じている。

まず、精神療法の専門家である西尾（2005）は、「幼児のときに親との人間関係が機能不全であった場合、大きくなってもいろいろな精神障害が出たり、問題行動が出たりすることは研究者により観察されている。親や家族メンバーから身体的、性的、精神的虐待や言葉での虐待を受けたり、親が常に喧嘩をしたり、DV があったりしたような人間関係の中で育つと混乱型のアタッチメント（愛着関係）が出来上がる」と説明している。そして、「混乱型のアタッチメントは強度に不安定な人間関係で、子どもは生きるすべとして不全なコントロールの仕方を身につける」として親から心の傷（トラウマ）を受けることを述べている。さらに、「不全な家族の中で成長し、不全な大人になると、独立して社会で生きていかなければならなくなったときに、周囲とのコミュニケーションがうまくできず、押しつぶされてしまうことがある」という。

次に、親子関係のカウンセラーである高橋（2019）は、毒親と関わり心身が不調になることを「毒親後遺症」とよび、一例として、「心配性の親が無意識に子どもを支配すると、その子どもは、自分が子育てをしている時、あるいは、中高年になって自分の子どもの問題で悩むなどして心身の不調に苦しんだりして何かおかしいと気づき、その原因を探っていくうちに親子関係の問題にたどり着くことが多い」と述べている。そして、心配性の親は自分の想定外のことは、「そんなことはしなくていい」とやめさせてしまいがちであるが、そのことが子どもにとっては、自分が考えて行動するとダメ出しされて本心を抑制するクセが付き、やがて心身を消耗してウツになったり、ネガティブな思い込みのせいで、仕事や人間関係に支障をきたすことを説明している。特に女性の場合、対人関係の問題では、「同性に嫉妬されたり、いじめられたり、無視されたりする」「ママ友付き合いが苦手」の傾向があり、これは、「周囲の女性やママ友に無意識に母親を重ねてみている」といい、本当の原因は「母親トラウマ」であって、子どもの頃の恐怖心や悲しみ等の「感情体験」が形を変えて繰り返されているという。

そして、神経症をはじめとする精神疾患の発症と親子関係との関連については、小川（1994）が医療現場において、「子供から見た両親の養育態度の自覚的評価スケール」（PBI 日本版）を用いた調査を実施して健常者

と比較対照した。その結果、「子供に対して養護的特徴に欠け、かつ過保護的、過干渉的統制傾向が強いという親の養育態度が不安神経症の発症に重要な役割を果たしていると結論できると思われる」としている。精神疾患の発症が親の養育態度と関連しているという示唆である。

親によって「傷つけられた心」は、本人も気が付かない間に何かのきっかけでメンタルヘルス不調として発現し、長期間苦しむことになる。Dan Neuharth（1998）によれば、「過去のトラウマの長期的な影響は、①ストレスを受けた時、②経験したことのない新しい状況に直面した時、③過去に体験したトラウマを思い出させるような状況に置かれた時、の３つの状況で顕著に現れる傾向にある」という。このため社会人として一生懸命仕事に取り組んでいる時に不調として発現することもあるようである。

以上から、本稿では、企業に正規雇用される社会人が抱える「生き辛さ」の要因の一つを探索するため、まず、①現在の職業生活で問題となることはどのような内容に分類されるのか、次に、②毒親、毒家族という家族問題に悩まされてきた経験のある者は、そうでない者と比較して、職業生活上の問題意識に違いがみられるのか、さらに、③現在就いている仕事内容についての認識に何らかの違いがみられるのかについて明らかにすることを目的とする。

Ⅲ　研究方法

（１）調査対象

本調査は2020年11月９日～11日までの３日間、株式会社マクロミルに委託して15問からなる「仕事に関するアンケート」を WEB アンケートとして実施した。対象者は委託会社の登録モニターのうち全国の22歳から49歳までの男女で、「大学（医学部等６年制含む）卒業者で、企業等に正規雇用されている社会人」に限定し、自営業、派遣社員、パート・アルバイトは含めていない。本調査で22歳から49歳までの者を対象とし50歳代以上を含めなかったのは、近年の動向に重点を置くためである。

対象者については属性の偏りを避けるため、大学時代の正課外活動に関する所属について、体育会系、文化系の部活動とサークル活動に分類し、さらに、他所属（アルバイト・勉強・ボランティア活動など熱心に取り組むものがあった）、活動なし（特に取り組んだものはなかった）を加えた６区分（以下、「所属６区分」という）とした。そして、男女（２区分）、年代３区分（20歳代、30歳代、40歳代の３区分）、所属６区分を組み合わせた計36区分（セル）を設定した。各セルには52名ずつ（N=36×52=1872）を均等に割り付け、男性936名、女性936名の合計1872名から有効回答を得た。

本調査は、名古屋大学総合保健体育科学センター研究倫理委員会において承認を得て実施した（令和２年10月23日承認、承認番号20-10）。調査実施に当たり、上記モニターに対してアンケートの依頼メールを送付する際には、〈倫理的配慮と自由意思での参加について〉という文言を付して、①自由意思に基づいて参加いただくこと、②調査データは匿名データとして分析され、結果は統計的に処理され、学会発表や学会誌等で発表されること、③個人が特定されることはなく、その回答は処理からデータ保管・処分まで厳重に保護されること等を事前に伝えた。その上で、研究参加を控える、または、途中で研究参加を取りやめることも可能であることの注意喚起を行うなどの倫理的配慮に努めた上で実施した。

（２）調査内容

本調査は15設問で構成されているが、本稿で使用した質問項目は、問７の「仕事全般及び自己に関する15項目の質問」、問３の「現在の仕事内容に関する15項目の質問」、問８「あなたの仕事や生活に関する15項目の質問」から抜粋した８種類のストレス項目である。さらに、性別、年齢区分、個人年収、大学時代の正課外活動の各属性データを使用した。

①　問７「仕事全般及び自己に関する15項目の質問」について

問７では15問を設定し、各質問項目について回答方法は４件法（１．そう思う、２．ややそう思う、３．あまりそう思わない、４．そう思わない）を用いた。設問内容は表３を参照されたい。このうち、「12. 母親が毒親（子供を否定・支配する）で辛かったと思うことがある」「13. 母親以外の家族（父親、兄弟姉妹等）に悩まされてきたと思う」について、「毒親」という言葉は既述のとおり俗的概念であるが便宜上用いる。そして、項目12では母親が毒親（以下、便宜上「毒母」という）、項目13では母親以外の家族（以下、便宜上「毒家族」という）に悩まされてきたことの有無を尋ねたが、この「家族問題」をさらに詳細に分析するため、この２設問の回答を組み合わせて悩まされた対象を、①毒母のみ（以下、「毒母」という）、②母親を除く家族（父親、兄弟姉妹）のみが毒である毒家族（以下、「毒家族」という）、③母親も家族も両方毒である毒母かつ毒家族（以下、「毒母かつ毒家族」という）、④毒母も毒家族もいない毒なし（以下、「毒なし」という）と４分類（以下、「毒親４区分」という）に設定する。なお、①+②+③を便宜上「機能不全家族」、④を「健全家族」として分析に用いた。

② 問３「現在の仕事内容に関する15項目の質問」について

問３では15問を設定し、各質問項目について回答方法は４件法（１．そう思わない、２．あまりそう思わない、３．ややそう思う、４．そう思う）を用いた。設問内容は表４を参照されたい。この15問中、項目１から項目８は、厚生労働省「職務評価を用いた基本給の点検･検討マニュアル」[3] に掲載されている職務評価項目を援用し、項目９以降は筆者が設定した。

③ 問８「あなたの仕事や生活に関する15項目の質問」からの仕事の負担の８つのストレス

仕事の負担の８つのストレスは、川上（2012）によって開発された「新職業性ストレス簡易調査票」を大塚（2017）が一部改編して示した「新職業性ストレス簡易調査票の概要」における「仕事の負担」を援用した（表３、表４参照）。各ストレスについての感じ方の回答方法として４件法（１．強く感じる、２．少し感じる、３．あまり感じない、４．ほとんど感じない）を用いた。

④ 属性

「性別」は男性＝０、女性＝１とコード化し、「年齢」は20歳代、30歳代、40歳代の３つの分類とした（以下、「年代３区分」という）。大学時代の正課外活動の「所属６区分」は再分類し、①体育会系（体育会運動部と体育会系サークルを合算）、②文化系（文化部と文化系サークルを合算）、③他所属、④活動なしの「所属４区分」とした。「個人年収」は昇順に９区分（①200万未満、②400万未満、③600万未満、④800万未満、⑤1000万未満、⑥1200万未満、⑦1500万未満、⑧2000万未満、⑨2000万以上）に設定した。

（３）分析方法

まず、「仕事全般及び自己に関すること」の内容を分類する目的で、問７（項目11除く）の４件法での回答を用いて、SPSS による最尤法・プロマックス回転による因子分析を行い、因子構造を確認する。なお、項目選定基準は因子負荷量0.4以上とする。

次に、「仕事全般及び自己に関すること」（表３）及び「現在の仕事内容に関すること」（表４）の各質問について、回答を二値化した上で従属変数とし、各従属変数が「毒母及び毒家族による要因」と「ストレス要因」および「属性」とどのような関連性を有するかについて探索する目的で、ロジスティック回帰分析を用いた要因分析を行う。

なお、統計分析は SPSS Statistics 25 for Windows を用いた。

Ⅳ　分析

（１）基本情報（表１）

本稿における基本情報を表１に示す。

（２）因子分析（表２）

問７では「あなたの現在」について、仕事全般に関すること及び自己に関することの15設問を設定した。これを用いて１回目の因子分析を行った結果、因子負荷量0.4未満（以下同様）の項目が３項目（「11．生き辛さを感じることがある」「14．心を許せる友人や知人があまりいない」「15．毎日が忙しくて時間に追われている」）あったため、それらを除外して２回目の因子分析を行った。ここでは、「７．英語力が不足している」が因子負荷量0.4未満であったため、これを除外してさらに３回目の因子分析を行った。その結果、「９．大学時代にもう少し勉強すればよかったと思う」が因子負荷量0.4未満となり、さらにこれを除外して４回目の因子分析を行った。

その結果、表２のとおり３因子が抽出された。第１因子は、負荷量の上位項目を基に「職場不適合」（４項目、寄与率33.7％）、第２因子「職務能力不足」（４項目、寄与率9.0％）、第３因子「家族問題」（２項目、寄与率7.6％）と因子名を付与した。３因子での累積寄与率は50.3％であった。また、尺度の信頼性を検討するため、内的整合性を見る Cronback の α 係数を算出した。第１因子 α ＝ .810、第２因子 α ＝ .743、第３因子 α ＝ .704であった。α 係数は0.7程度あれば内的整合性は高いとされ（小田、2013）、妥当な値が得られた。

（３）仕事全般及び自己に関するロジスティック回帰分析（表３）

ロジスティック回帰分析において、まず、従属変数として、「仕事全般及び自己に関する項目」における各質問項目を用いた。なお、15項目のうち、項目12及び項目13は既述のとおり、「毒親４区分」として独立変数に用いたため残りの13項目を用いた。分析の際に、４件法の回答のうちの「３．あまりそう思わない、４．そう思わない」を「非該当＝０」、「１．そう思う、２．ややそう思う」を「該当＝1」の２区分に再コード化し、非該当を基準としたダミー変数とした。

次に、独立変数として「毒親４区分」（毒なし基準）を設定し、「仕事の負担の８つのストレス」と「属性」の各変数は制御変数として独立変数とともに用いた。ストレス項目の各変数について、４件法の回答のうち「３．あまり感じない」「４．ほとんど感じない」を合わせて「非該当」＝０に、「１．強く感じる」「２．少し感じる」を

表１　基本情報

		区分	毒親4区分					合計 (N=1872)
			機能不全家族				健全家族	
			① 母親のみが毒である「毒母」	② 母親を除く家族(父親、兄弟姉妹)のみが毒の「毒家族」	③ 母親も家族も両方毒である「毒母＆毒家族」	①＋②＋③ 機能不全家族合計	④ 毒母・毒家族はいない「毒なし」	
属性	全体	全体	159 (8.5%)	257 (13.7%)	311 (16.6%)	727 (38.8%)	1145 (61.2%)	1872 (100%)
属性	性別	男性	79 (8.4%)	122 (13.0%)	144 (15.4%)	345 (36.9%)	591 (63.1%)	936 (100%)
属性	性別	女性	80 (8.5%)	135 (14.4%)	167 (17.8%)	382 (40.8%)	554 (59.2%)	936 (100%)
属性	年代3区分	22-29歳	57 (9.1%)	83 (13.3%)	118 (18.9%)	258 (41.3%)	366 (58.7%)	624 (100%)
属性	年代3区分	30-39歳	57 (9.1%)	83 (13.3%)	97 (15.5%)	237 (38.0%)	387 (62.0%)	624 (100%)
属性	年代3区分	40-49歳	45 (7.2%)	91 (14.6%)	96 (15.4%)	232 (37.2%)	392 (62.8%)	624 (100%)
主要単回答	Q7s1 現在の「仕事」に満足できず、辞めたいと考えている	そう思う	75 (10.1%)	120 (16.1%)	200 (26.9%)	395 (53.1%)	349 (46.9%)	744 (100%)
主要単回答	Q7s1 現在の「仕事」に満足できず、辞めたいと考えている	そう思わない	84 (7.4%)	137 (12.1%)	111 (9.8%)	332 (29.4%)	796 (70.6%)	1128 (100%)
主要単回答	Q7s4 職場の上司に恵まれていない	そう思う	83 (11.7%)	112 (15.8%)	198 (27.8%)	393 (55.3%)	318 (44.7%)	711 (100%)
主要単回答	Q7s4 職場の上司に恵まれていない	そう思わない	76 (6.5%)	145 (12.5%)	113 (9.7%)	334 (28.8%)	827 (71.2%)	1161 (100%)
主要単回答	Q7s11「生き辛さ」を感じることがある	そう思う	107 (11.2%)	158 (16.5%)	256 (26.7%)	521 (54.3%)	438 (45.7%)	959 (100%)
主要単回答	Q7s11「生き辛さ」を感じることがある	そう思わない	52 (5.7%)	99 (10.8%)	55 (6.0%)	206 (22.6%)	707 (77.4%)	913 (100%)
主要単回答	Q7s14 心を許せる友人や知人があまりいない	そう思う	82 (9.3%)	134 (15.2%)	230 (26.1%)	446 (50.6%)	435 (49.4%)	881 (100%)
主要単回答	Q7s14 心を許せる友人や知人があまりいない	そう思わない	77 (7.8%)	123 (12.4%)	81 (8.2%)	281 (28.4%)	710 (71.6%)	991 (100%)

※主要単回答は,4件法の回答区分を2件法の回答区分に再編した.

表２　仕事全般及び自己に関する項目による因子分析

		因子負荷量 Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ
第1因子	α＝.810 ［職場不適合］			
Q7S2	現在の「職場」に満足できず、今の職場を辞めたいと思う	**0.93**	−0.06	−0.04
Q7S1	現在の「仕事」に満足できず、辞めたいと考えている	**0.83**	0.05	−0.07
Q7S4	職場の上司に恵まれていない	**0.55**	−0.03	0.13
Q7S3	職場の人間関係が良好に構築できていない	**0.40**	0.17	0.13
第2因子	α＝.743 ［職務能力不足］			
Q7S5	仕事の処理能力が不足している	−0.01	**0.79**	−0.02
Q7S6	仕事の専門能力が不足している	−0.06	**0.75**	−0.03
Q7S8	一般的な社会常識が不足している	0.00	**0.54**	0.11
Q7S10	今までの自分の考え方が通用しないと思う時がある	0.16	**0.46**	−0.05
第3因子	α＝.704 ［家族問題］			
Q7S12	母親が毒親（子供を否定・支配する）で辛かったと思うことがある	−0.01	−0.02	**0.77**
Q7S13	母親以外の家族（父親、兄弟姉妹等）に悩まされてきたと思う	0.04	0.01	**0.69**
	因子間相関	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ
	Ⅰ	―	0.53	0.46
	Ⅱ		―	0.42
	Ⅲ			―

因子抽出法:最尤法, 回転法:Promax Rotation

合わせて「該当」＝１に再コード化し、それぞれ非該当を基準としたダミー変数とした。属性の各変数と基準は、性別（男性を基準とした女性ダミー）；年代３区分(20代を基準とした30代ダミーと40代ダミー)；個人年収(昇順９区分の順序尺度)；大学時代の正課外活動の所属４区分（活動なしを基準とした体育会系ダミー、文化系ダミー、他所属ダミー）である。

そして、従属変数毎に制御変数を含むすべての独立変数を強制投入してロジスティック回帰分析を行った。従属変数の分析について統計的有意水準は５％、１％、0.1％の３段階を設定し、算出された調整オッズ比（以下、オッズ比と記す）のうち、有意な結果のみを表３に一覧で示した。

なお、独立変数投入前にすべての独立変数(制御変数

表 3　ロジスティック回帰分析による「仕事全般及び自己に関すること」に関連する要因分析

独立変数→	家族問題［毒なし基準］			仕事の負担の８つのストレス［項目毎に非該当=0、該当=1］								属性						分析指標		
従属変数:仕事全般及び自己に関する項目［非該当=0、該当=1］↓	毒母のみダミー	毒家族のみダミー	毒母かつ毒家族ダミー	1.仕事の量的な負担ダミー	2.仕事の質的な負担ダミー	3.仕事の身体的な負担ダミー	4.職場での対人関係ダミー	5.職場の作業環境ダミー	6.感情面での業務負担ダミー	7.仕事上の役割葛藤ダミー	8.仕事によるワーク・ライフ・バランス崩壊ダミー	性別［男性基準］女性ダミー	年代［20代基準］30代ダミー	年代［20代基準］40代ダミー	個人年収［昇順9区分］	大学時代の正課外活動［活動なし基準］体育会系ダミー	大学時代の正課外活動［活動なし基準］文化系ダミー	大学時代の正課外活動［活動なし基準］他所属ダミー	モデルの要約 Nagelkerke R2乗	回帰式の適合性 Hosmer-Lemeshow検定(P値)	正判別率 (%)
Q7S1 現在の「仕事」に満足できず、辞めたいと考えている	1.609*		2.347***	1.300*	2.077***		1.501**	1.489**	1.432**	1.721***			0.725* (1.380)						0.305	0.063	71.2
Q7S2 現在の「職場」に満足できず、今の職場を辞めたいと思う	1.887**	1.540**	2.653***		2.283***		1.755***	1.441**	1.307*	1.518**	1.455**		0.748* (1.336)	0.744* (1.345)					0.321	0.565	72.7
Q7S3 職場の人間関係が良好に構築できていない	1.773**	1.573**	2.662***				3.213***	1.515**	1.317*	1.348*	1.614***	0.597*** (1.674)							0.321	0.466	72.9
Q7S4 職場の上司に恵まれていない	2.490***	1.375*	2.909***				2.830***	1.560***		1.967***		0.709** (1.410)		1.535**					0.300	0.584	72.0
Q7S5 仕事の処理能力が不足している	1.926***	1.561**	2.680***	1.312*	1.511**	1.321*			1.303*			0.792* (1.263)		0.614*** (1.628)	0.897* (1.114)				0.300	0.161	67.4
Q7S6 仕事の専門能力が不足している	1.467*	1.424*	2.420***		1.329*				1.403**		1.445**		0.751* (1.332)	0.623*** (1.605)	0.783*** (1.277)				0.300	0.813	66.0
Q7S7 英語力が不足している										1.479**		1.402*						1.767**	0.078	0.141	75.8
Q7S8 一般的な社会常識が不足している	2.249***	1.897***	2.781***								1.635***	0.732** (1.366)	0.651** (1.536)	0.389*** (2.568)	0.895* (1.118)				0.188	0.689	69.0
Q7S9 大学時代にもう少し勉強すればよかったと思う	1.586**		2.194***							1.480**				1.367**					0.061	0.502	68.2
Q7S10 今までの自分の考え方が通用しないと思う時がある			1.864***		1.891***		1.861***		1.656***	1.400**	1.454**			1.343*					0.220	0.450	69.3
Q7S11 「生き辛さ」を感じることがある	2.817***	1.792***	4.594***		1.317*		2.010***	1.341*	2.175***	1.449**	1.342*								0.349	0.171	73.3
Q7S14 心を許せる友人や知人があまりいない	1.498*	1.394*	3.531***				1.798***		1.381**			0.629*** (1.591)		1.546**	0.858** (1.165)	0.564*** (1.774)			0.196	0.022	65.8
Q7S15 毎日が忙しくて時間に追われている			1.638**	2.663***		1.780***					1.907***			1.599**		1.483*	1.466*		0.263	0.964	70.9

†　N＝1872.　***p＜.001, **p＜.01,　*p＜.05.

†　各従属変数について、表中数字はすべての独立変数を強制投入したときの調整オッズ比（Odds Ratio；OR）のうち有意なものを示す.

†　OR＞1のとき独立変数と従属変数は正の相関性を、OR＜1のとき負の相関性をそれぞれ示す.

†　OR＜１の場合、OR＞１の場合との比較参照用に下段の（）内に逆数を示す.

†　各従属変数はそれぞれ非該当=0、該当=1として分析した.

表4　ロジスティック回帰分析による「現在の仕事内容」に関連する要因分析

独立変数→	家族問題［毒なし基準］			仕事の負担の８つのストレス［項目毎に非該当=0、該当=1］								属性						分析指標		
従属変数：現在の仕事内容に関する項目［非該当=0、該当=1］↓	毒母のみダミー	毒家族のみダミー	毒母かつ毒家族ダミー	1.仕事の量的な負担ダミー	2.仕事の質的な負担ダミー	3.仕事の身体的な負担ダミー	4.職場での対人関係ダミー	5.職場の作業環境ダミー	6.感情面での業務負担ダミー	7.仕事上の役割葛藤ダミー	8.仕事によるワーク・ライフ・バランス崩壊ダミー	性別［男性基準］女性ダミー	年代［20代基準］30代ダミー	年代［20代基準］40代ダミー	個人年収［昇順9区分］	大学時代の正課外活動［活動なし基準］体育会系ダミー	大学時代の正課外活動［活動なし基準］文化系ダミー	大学時代の正課外活動［活動なし基準］他所属ダミー	モデルの要約 Nagelkerke R2乗	回帰式の適合性 Hosmer-Lemeshow検定(P値)	正判別率 (%)
Q3S1 採用や配置転換によって代わりの人材を探すのが難しい仕事である。											1.301*	0.782* (1.278)		1.453**	1.103*				0.036	0.317	58.5
Q3S2 現在の方法とは全く異なる新しい方法が求められる仕事である。															1.195***	1.468*			0.040	0.773	63.7
Q3S3 仕事を進める上で特殊なスキルや技能が必要な仕事である。		0.745* (1.342)			0.757* (1.321)							1.253*			1.195***	1.461**	1.559**		0.034	0.402	57.7
Q3S4 自分の裁量に任されている仕事である。							0.655*** (1.527)								1.153**				0.048	0.883	62.9
Q3S5 仕事を行う上で社外の取引先や顧客、部門外との調整が多い仕事である。							0.777* (1.287)								1.282***				0.047	0.211	58.2
Q3S6 仕事を進める上で部門内の人材との調整が多い仕事である。															1.353***				0.048	0.146	57.2
Q3S7 職務に関する課題を調査・抽出し、解決につなげる仕事である。							0.759* (1.317)								1.332***				0.053	0.679	58.2
Q3S8 会社全体への業績に大きく影響する仕事である。										0.742* (1.348)		0.817* (1.225)			1.176**	1.410*			0.038	0.665	57.1
Q3S9 自分の成長につながる仕事である。			0.607*** (1.649)									1.445***		0.759* (1.318)	1.356***		1.459**		0.072	0.871	63.5
Q3S10 肉体的に楽な仕事である。		1.362*		0.771* (1.297)		0.528*** (1.895)					0.710** (1.409)						1.509**	1.416*	0.088	0.662	61.6
Q3S11 仕事にのっている、ウキウキするという気持ちを持つことができる仕事である。					0.775* (1.290)	1.272*			0.736* (1.359)	0.743* (1.345)				0.735* (1.361)	1.119*	1.515**			0.065	0.620	60.0
Q3S12 日常生活とのバランスを保つことができる仕事である。											0.362*** (2.760)	1.311*						1.471*	0.166	0.166	67.7
Q3S13 誇りとやりがいがもてる仕事である。			0.679** (1.473)		0.670** (1.493)		0.702** (1.424)	0.780* (1.282)				1.344**		0.777* (1.287)	1.278***	1.500**	1.474**		0.088	0.511	62.9
Q3S14 業務に没頭できる仕事である。					0.662** (1.510)		0.754* (1.327)			0.771* (1.297)		1.257*							0.063	0.085	62.0
Q3S15 顧客や関係者に貢献できる仕事である。			0.631** (1.585)				0.748* (1.337)	0.776* (1.289)								1.428*	1.604**		0.055	0.061	66.6

†　N＝1872.　***p＜.001, **p＜.01,　*p＜.05 .

†　各従属変数について、表中数字はすべての独立変数を強制投入したときの調整オッズ比（Odds Ratio；OR）のうち有意なものを示す.

†　OR>1のとき独立変数と従属変数は正の相関性を、OR<1のとき負の相関性をそれぞれ示す.

†　OR＜１の場合、OR＞１の場合との比較参照用に下段の（）内に逆数を示す.

†　各従属変数はそれぞれ非該当=0、該当=1として分析した.

を含む）間についての相関行列を作成し、独立変数間にr＞.80となる強い相関関係がないことを確認した。すべての従属変数について、それぞれの分析結果における回帰モデルのχ２検定の結果はP＜.001と有意であった。また、Hosmer-Lemeshowの検定結果は１つ（Q7S14；P=.02）を除いてP＞=.05であり、これらについては回帰式の適合度は許容範囲内であった。Q7S14については、Hosmer-Lemeshowの検定でP＜.05と、すべての変数を強制投入した場合のモデル適合度が許容範囲外であったため、改めて変数減少法（尤度比）で分析を行った。その結果、強制投入モデルと同様の有意な変数が得られるモデルにおいてHosmer-Lemeshow検定のP値としてP=.071（＞.05）が示され（正判別率は66.3%）、あまり良好とはいえないものの回帰式の適合度が許容範囲内に収まるモデルが得られた。すなわち、Q7S14についての強制投入によって得られる回帰式は、Hosmer-Lemeshow検定による適合度では不十分であるが、要因分析における有意な変数の抽出目的としては適合モデルと同等の結果が得られることが確認できたため、表３のデータをそのまま用いることとした。また、すべての分析において、実測値に対し予測値が±3SDを超えるような外れ値は算出されなかった。

（４）現在の仕事内容に関するロジスティック回帰分析（表４）

従属変数として、「現在の仕事内容に関する項目」における各質問項目を用いた。分析の際に、４件法の回答のうちの「１．そう思わない、２．あまりそう思わない」を「非該当＝０」、「３．ややそう思う、４．そう思う」を「該当＝１」の２区分に再コード化し、それぞれ非該当を基準としたダミー変数とした。独立変数（制御変数を含む）と投入方法は表３と同様である。すべての従属変数について、それぞれの分析結果における回帰モデルのχ２検定の結果はP＜.001と有意であり、Hosmer-Lemeshowの検定結果はP＞=.05であった。実測値に対し、予測値が±3SDを超えるような外れ値は算出されなかった。

Ⅴ　結果と考察

（１）基本情報（表１）

大卒正規雇用の社会人では俗にいう毒親に悩まされてきた者の割合はどの程度なのか。表１から、まず、全体でみると、「毒母」のみは8.5%、「毒家族」のみは13.7%、「毒母かつ毒家族」は16.6%で、合計して38.8%であった。次に、性別でみると、「毒母」は、男性8.4%、女性8.5%とほぼ同じ割合であった。SNS等では女性からの発信をよく目にするが、決して毒母によって影響を受けているのは女性だけに偏っているわけではなかった。また、「毒母かつ毒家族」の割合は、男性15.4%、女性17.8%と女性が少し多いものの、毒母を含む複数の家族に悩まされてきた者も一定数を占めている。このため、今後は毒母のみならず毒父も設問に設定する必要がある。

毒母、毒家族、毒母かつ毒家族を含めた「機能不全家族」の割合をみても、男性36.9%、女性40.8%と女性がわずかに多いだけで毒親問題は男女の区別なく起きており、概算で約４割の者が家族問題に悩まされてきたといえる。世代別では20代41.3%、30代38.0%、40代37.2%で、20代が若干多いものの大差なく、性別、世代を問わず機能不全家族が一定割合存在しているといえる。なお、今回の調査における「悩まされてきた」とは回答者の主観に基づくものであり、悩みの軽重は幅広いものと解される。

（２）因子分析（表２）

因子分析の結果、仕事全般及び自己に関することについては、「職場不適合」、「職務能力不足」、「家族問題」と命名された３因子に分類された。

（３）仕事全般及び自己に関するロジスティック回帰分析（表３）

①　「家族問題」の特徴

「家族問題」では、「毒親４区分」について「毒なし」を基準にみた。その結果、毒母、毒家族、毒母かつ毒家族のいずれかで悩まされてきた者は、いずれもそうでない者と比較して、「仕事全般及び自己に関すること」のほぼすべての項目で有意な１超のオッズ比が示され、家族問題はネガティブな職業生活と関係していることが示された。

まず、毒母、毒家族、毒母かつ毒家族（以下、この順でオッズ比を示す）の全てで0.1%水準の高いオッズ比を示しているのが、「11.　生き辛さを感じることがある」（2.817、1.792、4.594）及び「８．一般的な社会常識が不足している」（2.249、1.897、2.781）の２項目である。このことから毒母や毒家族に悩まされた人は、生き辛さや社会常識不足との間に関連性がみられ、毒母、毒家族の影響は加重的に働くことが示唆された。「11.　生き辛さを感じることがある」では、「毒母かつ毒家族」では、4.594という非常に高いオッズ比が示された点も特筆すべきである。

次に、「毒母かつ毒家族」は、「７．英語力が不足している」以外の「すべての項目」で、有意な高いオッズ比を示している点も大きな特徴である。さらに、「14.　心を

許せる友人や知人があまりいない」は0.1％水準で3.531、「４．職場の上司に恵まれていない」は0.1％水準で2.909という高いオッズ比であった。上司に恵まれていないことは上司とうまく付き合えない可能性があり、また、友人や知人が少ない点も、共に人間関係の構築に課題があると考えられる。人間関係の構築と毒母や毒家族との関連性が強いことがうかがえる。また、「毒母」のみの項目も、13項目中10項目で有意な高いオッズ比を示し、特に、「11．生き辛さを感じることがある」は、0.1％水準で2.817という高いオッズ比を示している。

さらに、家族問題についてオッズ比の比較可能な項目では全て、「毒母かつ毒家族」＞「毒母のみ」＞「毒家族のみ」となっている。すなわち、「毒母かつ毒家族」は職業生活をよりネガティブに認識させる方向に働いていることが示唆され、さらに、毒母のみと毒家族のみとを比較すると、比較可能な項目の全てについて、「毒家族のみ」より「毒母のみ」の方がオッズ比は高く、相対的に毒母の影響が強いことも示唆された。

②　「家族問題」以外の独立変数の特徴

まず、「性別」では、女性の「７．英語力が不足している」だけが１超の有意なオッズ比（1.402）を示した。金森・蛭田（2021）において、「大学時代に取り組んだことのうち社会人として役立っていること」を尋ねた中で、「英語その他の語学の学びや留学は性別と関係しており、女性の方が男性と比較して高い割合で社会人として役立っているとしている」と示したとおり、これまでの筆者らの研究で女性が男性より「語学」について高い関心を示していることが分かっている。このため、女性が男性より「7.英語力が不足している」のではなく、女性の方が英語に関心が高く、英語関連の仕事にこだわりが強くより能力を伸ばしたいためではないかと推測される。

次に、「年代」では、「４．職場の上司に恵まれていない」「９．大学時代にもう少し勉強すればよかった」「15．毎日が忙しくて時間に追われている」等の項目で20代を基準とした40代のオッズ比が１超の値を示した。一方、「１．現在の仕事に満足できず辞めたいと考えている」「６．仕事の専門能力が不足している」等では、20代を基準とした30代のオッズ比が１未満であった。

また、「個人年収」との関係では、「５．仕事の処理能力が不足している」「６．仕事の専門能力が不足している」等でのオッズ比が有意な１未満の値を示し、年収が低いほどこれらの問題意識と関係していた。

さらに、「大学時代の正課外活動」では、「体育会系」所属者は「活動なし」と比較して、「14．心を許せる友人や知人があまりいない」ことに有意な１未満のオッズ比を示し、交友関係が相対的に良好な傾向にあることを示していた。

③　従属変数別でみた特徴

まず、従属変数の「11．生き辛さを感じることがある」では、独立変数の「仕事の負担の８つのストレス」のうち６種類のストレスが有意な１超のオッズ比を示し、生き辛さがある人は、複数のストレスを感じることと関係していた。特に、「職場での対人関係」と「感情面での業務負担」からのストレスは0.1％水準で有意な２を超えるオッズ比を示しており、生き辛さを感じることにこれらのストレスを感じることがより深く関係していることが示唆された。

次に、従属変数の「１．現在の仕事に満足できず辞めたいと考えている」「２．現在の職場に満足できず今の職場を辞めたいと思う」でも、８種類のストレス中６つが有意な１超のオッズ比を示した。このうち「仕事の質的な負担」は共通して0.1％水準で有意な２を超えるオッズ比を示しており、特に仕事や職場を辞めたいと思うことに関係の深いストレスと考えられる。

（４）現在の仕事内容に関するロジスティック回帰分析（表４）

表４は、主として現在就いている仕事に関するポジティブ表現の質問項目であり、全体的にはストレスや家族問題との関連を示す有意なオッズ比の数が表３と比較して少なかった。

①　「家族問題」の特徴

表４の従属変数について有意なオッズ比の数からみた家族問題との関係性は、全体的に表３と比較して小さかった。唯一0.1％水準で有意なオッズ比を示したのは、「９．自分の成長につながる仕事である」における「毒母かつ毒家族」の0.607であった。「毒母かつ毒家族」は、この他にも「13．誇りとやりがいが持てる仕事である」「15．顧客や関係者に貢献できる仕事である」に１％水準で有意な１未満のオッズ比を示しており、「毒なし」の健全家族と比較して、これらの仕事の認識についてかなり否定的な評価をしている点に特徴があった。これは、希望する仕事に就けていないか自己肯定感の欠如などが背景にあると推測される。

②　「家族問題」以外の独立変数の特徴

まず、「性別」について、「１．採用や配置転換によって代わりの人材を探すのが難しい仕事である」「８．会社全体への業績に大きく影響する仕事である」の２項目で男性基準の女性のオッズ比が１未満であった。一方、

「9．自分の成長につながる仕事である」「13．誇りとやりがいがもてる仕事である」等では女性のオッズ比は1超の値を示した。

次に、「年代」について、40代は20代を基準とすると、「1．採用や配置転換によって代わりの人材を探すのが難しい仕事である」のオッズ比が1超の値を示し、一方で、「9．自分の成長につながる仕事である」「13．誇りとやりがいがもてる仕事である」等では1未満のオッズ比を示した。

また、「個人年収」のオッズ比は1超の項目が多く（11項目）、年収が高くなるほど、「9．自分の成長につながる仕事である」「13．誇りとやりがいがもてる仕事である」等の傾向が強まった。

さらに、「大学時代の正課外活動」では、「体育会系」及び「文化系」所属者ほど全体的に仕事内容に関する項目に対してオッズ比が高い項目が多かった。大学時代に正課外活動をしていた者の方が働くことにポジティブであり、正課外活動の活動意義が示されているように思われる。

③　従属変数別でみた特徴

まず、「12．日常生活とのバランスを保つことができる仕事である」は、当然であるが仕事の負担の8つのストレスのうち、「仕事によるワークライフバランス崩壊」では0.362という1未満の有意に小さいオッズ比を示した。これとは逆に、「1．採用や配置転換によって代わりの人材を探すのが難しい仕事である」では、1超のオッズ比1.301であり、代替性のない仕事はワークライフバランスの崩壊ストレスにさらされているといえる。

次に、「4．自分の裁量に任されている仕事である」「5．仕事を行う上で社外の取引先や顧客、部門外との調整が多い仕事である」「13．誇りとやりがいがもてる仕事である」等は、「職場での対人関係」のストレスで有意な1未満のオッズ比を示していることから、これらは対人関係によるストレスの感じ方と逆相関の関係にあると考えられる。

Ⅵ　総合考察

（1）概算で約4割に「家族問題」がみられた

毒親に関する体験談的な著書及びSNSの記事等は大半が女性により書かれており、また、その多くが「毒母にコントロールされてきたため生きづらい人生となった」という内容で占められている。しかし、現実社会で生じている現象、特にSNS等での記事は、生じている現象の実数や事実を正確に反映しておらず「バイアス」がかかっていることがある。本研究では把握できる著書や記事等を先行研究で数多く調査した上で、「母親」は設問に入れたが父親は毒家族に含めた。しかし、表1からは、母親のみの「毒母」は、男性8.4%、女性8.5%とほぼ同じ割合であり、男性に比べて女性の方が毒母によって影響を受けている割合が顕著に多いわけではなかった。また、母親も家族も両方が毒である「毒母かつ毒家族」の割合は、男性15.4%、女性17.8%で女性が少し多いが、全体でみると16.6%を占めており、複数の家族に悩まされている人の多さも明らかとなった。毒母、毒家族、毒母かつ毒家族を含めた「機能不全家族」の割合をみても、男性36.9%、女性40.8%と女性がわずかに多いだけで毒親問題は男女の区別なく起きており、大卒正規雇用者の約4割の者が家族問題の影響を受けていることが明らかとなった。しかし、毒親の定義を明確に示して得た回答ではないため、あくまで概算であることに注意が必要である。世代については20代41.3%、30代38.0%、40代37.2%と、20代が若干多いものの大差がないことが示され、性別、世代を問わず機能不全家族が存在し、それにより一定割合の人が悩まされてきたことが示された。

（2）「家族問題」と「生き辛さ」との関係

ロジスティック回帰分析（表3）の結果から、「仕事全般及び自己に関すること」における認識について、毒母や毒家族の家族問題を抱えていた場合、基準群（家族問題なし）と比較してほぼすべての項目で有意なオッズ比が示されたことから、総じて家族問題が職業生活に対しネガティブに影響していることが示唆された。なかでも、「毒母かつ毒家族」という、母親のみならず他の家族も毒である場合、ほぼすべての項目で有意で高いオッズ比が示されている点が大きな特徴である。特に、「生き辛さを感じることがある」は0.1%水準で4.594という非常に高いオッズ比を示している。また、「心を許せる友人や知人があまりいない」は0.1%水準で3.531、「職場の上司に恵まれていない」は0.1%水準で2.909であった。これらの点から、人間関係の構築と毒母や毒家族との間に相対的に強い関連性がうかがえる。

一方、「毒母」のみについても、13項目中10項目で有意な高いオッズ比を示しており、これら項目は「毒母かつ毒家族」にも共通で、さらにここでのオッズ比は「毒母」単独より高値を示している。すなわち、「家族問題」は毒母単独の問題ではなく、「悩まされる家族の数」によって加重的に働くことが示唆された。

（3）「家族問題」と「社会常識不足」との関係

「表3」では、毒母、毒家族、毒母かつ毒家族の全てで0.1%水準の高いオッズ比を示しているのが、「生き辛さを感じることがある」及び「一般的な社会常識が不足

している」の２項目であった。親によるコントロールや過干渉などが、成人後の生き辛い人生に影響することは先行研究で示されたとおりであり、心の深いところで傷ついて、成長後も継続して人生のさまざまな局面で影響を受ける。「毒母かつ毒家族」に至っては、「生き辛さ」が0.1％水準でオッズ比4.594というデータがその事実を物語っている。

それでは、「一般的な社会常識が不足している」も0.1％水準の高いオッズ比を示していることは何を意味するのであろうか。推測ではあるが毒親自身が子どもに対して過干渉やコントロールするなど、子供に対するネガティブな行動パターンを執拗に継続しているということは、日常生活のさまざまな場面においても非常識なことを無意識にしている可能性が高いと思われる。そして、その状況下で生育した子どもが大人になった時、自分も非常識な点があることに自覚的になることがあるのではないかと思われる。何かをしようとしても否定されて生育している場合、自分の持つ常識が社会一般的な物差しかどうかにも戸惑うことがあり、それすらも生き辛さと重なるのではないかと思料される。なお、この傾向は女性より男性、年代が若いほど、年収が低いほど強くなっていた。

（４）毒親の影響は社会人生活にネガティブに作用する

「表３」の「仕事全般及び自己に関すること」の各項目では、多種類または特定の１種類の仕事の負担からのストレスが関係していた。複数のストレスが関係することは周知のとおりであるが、本研究は、従来のストレスや属性要因を視点とした研究では家族問題と包括されていた点を、「毒母」に代表される家族の構成員の影響から検討した点に特徴をもつ。分析の結果から、ほぼすべての項目で毒母、毒家族、毒母かつ毒家族のそれぞれにおいて有意な１を超えるオッズ比が示されており、家族問題は職業生活にネガティブに作用しているといえる。主観的回答同士の関係性ではあるものの、毒母、毒家族、毒母かつ毒家族という家族問題に悩まされてきた者は、社会人生活上の満足度や職務遂行能力、人間関係構築力などの社会人としてのキャリア形成にネガティブな影響を受けている可能性がある。一方、「表４」の「現在の仕事内容」では、15項目中12項目に対して１～４種類のストレスに関係がみられたが、家族問題との関係を示す項目は表３と比較してかなり少なかった。このことから、家族問題を抱えることですべてのことに対してネガティブ思考になっているわけではなく、仕事内容については中立的な見方ができていることを示していると思われる。

以上の総合考察から、「毒になる親」に育てられたことで、幼少期からの長い発達過程において、無意識的に自分の心、能力、人間形成に関する部分に対してはネガティブ思考になるような影響を受けている可能性が考えられる。しかし、本研究は生き辛さを覚える子側の視点からの研究である。親といえども未熟な点もあり、精一杯の子育ての結果であったとも考えられる。このため自分の生き辛さとそれらの悪影響を毒親と関連づけることには慎重になる必要もある。このことを自らでどのように解釈し、今後それを乗り越えて幸せな職業人生を構築できるよう考えることが重要であり、職場の労務管理としてはこの観点からもカウンセリングなどの支援体制を充実させていく必要があるように思われる。

Ⅶ　結語と本研究の限界

本研究では、企業に正規雇用される社会人が抱える「生き辛さ」の要因の一つを探索するため、まず、①現在の職業生活で問題となることはどのような内容に分類されるのか、次に、②毒親、毒家族という家族問題に悩まされてきた経験のある者は、そうでない者と比較して、職業生活上の問題意識に違いがみられるのか、さらに、③現在就いている仕事内容についての認識に何らかの違いがみられるのかについて明らかにすることが目的であった。

分析結果から、まず、①について因子分析によって、「職場不適合」、「職務能力不足」、「家族問題」の３つの内容に分類された。次に、②については毒親及び毒家族という家族問題で悩まされてきた者は概算で約４割を占めていた。さらに、ロジスティック回帰分析により、毒母、毒家族、毒母かつ毒家族のいずれかで悩まされた者は、そうでない者と比較して、「仕事全般及び自己に関すること」のほぼすべての項目で有意なオッズ比が示され、家族問題は職業生活全般に対しネガティブに作用することが示唆された。特に、「生き辛さ」を感じている人には、毒母や毒家族という家族問題が関連している可能性が高いことが示唆された。職業生活では欠かせない「人間関係の構築」や「社会常識不足」とも関連していたことから、家族問題は職業生活においてメンタルヘルス不調に影響を及ぼす要因として作用していると考えられる。一方、現在就いている仕事内容の評価には大きな影響が及んでおらず、否定的な作用は見られなかった。

以上のとおり、生き辛さを感じる職業生活の背景には、毒親や毒家族という家族問題の影響も一つの要因として考えられ、それらがメンタルヘルス不調の潜在的な要因である可能性も考えられる。家族問題は個人の

問題であるが、それが比較的多くの人に影響するものであるならば、職業生活の中でこの問題を上手に対処していく支援体制の充実を図ることも課題になる。「毒になる親」自身は、精一杯子育てし子どもへの過干渉など無意識に行っていることが多く、まさか社会人になった後も長期間に亘り自分の言動が子どもを精神的に傷つけているとは露ほども考えていないだろう。本研究は子側のネガティブな状態からみた分析であり、「毒になる親」に育てられたことにあるポジティブな状態の確認も必要である。つまり、選択毒性（特定の病原菌などに作用して毒性を示し、他の有益な菌や正常細胞には害を与えない(4)）というように作用は受け取る側によっても異なる。このため、いっそう多様な観点からの調査と考察が必要である。

最後に、本研究の課題を述べたい。まず、「毒親」は医学的専門用語でもなく、定義も曖昧なものであり、本調査の設問にも偏りがみられた。回答者の主観的評価に依存しており妥当性の検証も不十分である。次に、本研究は、「大学卒の正規雇用されている社会人」をサンプルとしている。しかし、企業の労務管理としてメンタルヘルス不調に対する方策の検討を行う上では、高卒者、非正規雇用者など多様な変数を用意する必要がある。また、家族問題により生き辛さを抱え、それがどのようなメンタルヘルス不調に結びついているのか、あるいは、何らかの方法で克服してきたのか等多くの研究課題も残されている。さらに、毒親や毒家族という家族問題に苦しめられたとして、その事実を受け止め、いかに自分らしく幸せな職業人生を切り拓いていくか、特に企業の労務管理として、家族問題を原因とするメンタルヘルス不調に対してはどのような対処方法が効果的なのかなど今後研究をさらに発展させていくことが求められる。

［注］

(1) 厚生労働省　令和２年「令和２年労働安全衛生調査（実態調査）」https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/r02-46-50b.html（2021年９月28日閲覧）
(2) 斎藤学「親が毒親だからといってあなたが不幸になる必要はない」『シドノス・インタビュー記事』https://synodos.jp/newbook/14516　2015.07.15掲載（2021年４月７日閲覧）
(3)「職務評価を用いた基本給の点検・検討マニュアル」https://www.mhlw.go.jp/content/000496880.pdf（2021年３月15日閲覧）
(4) ハイブリッド新辞林（1998）三省堂.

参考文献

Dan Neuharth (1998) If You Had Controlling parents: How to Make Peace With Your Past and Take Your Place in the World/ ダン・ニューハース（2012）不幸にする親：人生を奪われる子供．玉置悟訳，講談社.

古谷経衡（2020）毒親と絶縁する．集英社新書.

金森史枝・蛭田秀一（2021）大学時代の正課外活動と職業的レリバンス:「長期アルバイト」が有益とされる背景．総合保健体育科学，44（1）：23-30.

柏木恭典（2016）「虐待」に先立つ問い：児童虐待と虐待死の差異に基づいて．千葉経済大学短期大学部研究紀要，12：1-11.

片田珠美（2019）子どもを攻撃せずにはいられない親．PHP新書.

川上憲人（2012）厚生労働省厚生労働科学研究費補助金，労働安全衛生総合研究事業．労働者のメンタルヘルス不調の第一次予防の浸透手法に関する調査研究．平成23年度総括分担研究報告書，東京大学.

水島広子（2018）「毒親」の正体．新潮社.

西尾和美（2005）機能不全家族：「親」になりきれない親たち．講談社.

緒方明（1996）アダルトチルドレンと共依存．誠信書房.

小川雅美（1994）不安神経症患者と両親の養育態度の関連．東京女子医科大学雑誌，64（5）：418-423.

岡崎敏博・金森史枝（2021）職場におけるメンタルヘルス及びハラスメントへの対応実例：上司の心得としての「定点観測と挨拶のベクトル」．IMH 産業精神保健研究別冊.

大塚泰正（2017）働く人にとってのモチベーションの意義：ワーク・エンゲイジメントとワーカホリズムを中心に．日本労働研究雑誌，684：59-68.

斎藤学（2015）「毒親」の子どもたちへ．メタモル出版.

Susan Forward (1989) Toxic Parents, Overcoming Their Hurtful Legacy and Reclaiming Your Life/ スーザン・フォワード（2001）毒になる親：一生苦しむ子供．玉置悟訳，講談社.

高橋リエ（2019）気づけない毒親．毎日新聞出版.

友田明美（2016）被虐待者の脳科学研究．児童青年精神医学とその近接領域，57（5）：719-729.

友田明美（2017）子どもの脳を傷つける親たち．NHK 出版.

友田明美（2020）不適切な生育環境に関する脳科学研究．日本ペインクリニック学会誌，27（1）：1-7.

塚原貴子・新山悦子・笹野友寿（2005）アダルト・チルドレン特性と対人関係でのストレスの自覚の程度との関係：看護学生と他学科学生との比較．川崎医療福祉学会誌，15（1）：95-101.

つつみ（2020）毒親に育てられました．KADOKAWA.

水島広子（2018）「毒親」の正体．新潮社.