

# 中年期における心理社会的身体的変化に対する 適応過程に関する縦断的研究

## — 中年期の目標・希望からみた時間的展望の様相についての分析 —

教育学部助教授 五十嵐 敦  
生涯学習教育研究センター教授 氏家 達夫

### 1. 問題

中年期について伝統的な発達心理学では、老年期の衰退へ向かう「安定性」が大きな特徴とされてきた。しかし、生涯発達の見方は、安定性よりも大きな「変化」を強調している。わたしたちは、人生が決して一様でないことや、安定的に予期されたとおりに進むものでもないことを知っている。社会状況の変化や個人の生活におけるさまざまなかわり合いの変化のなかで、意識するとしなやかにかかわらず、それらの変化になんとか対処しながら自分の人生を歩んでいる。これは中年期においても同じである。それまでの経験で得てきたことですべて処理できるものでもない。個人が会う現実の問題も予定されたものばかりでもないし、期待通りに解決されていくわけでもない。

中年期には、「置き換え」と「消失」、そして「出現」という非連続的な変化がおこる可能性がある指摘されている (Santrok, 1985)。特に「出現」は中年期だからこそ出会う課題があることを示している。そのような場合、さまざまな課題や問題について、中年期らしい独自の対応があるとしたら、それは無視できない特徴である。中年期は、これまで青年期や老年期の比較対象として取り上げられることが多かった。そこでは青年期や老年期の特徴を明らかにするための枠組みによって中年期が検討され、その独自性はあまり明確にはなっていないのではないだろうか。中年期の独自性を述べるには、青年期や老年期との比較は必要である。ところが、その前後の時期のもつ特徴を基準とした比較によって中年期を明らかにしても、偏った意味しかもたないであろう。

これまでの中年期研究を概観すると、中年期を变化の過程としてさまざまな危機の様相について多様な視点から触れられている。中年期に人生、あるいはそのとらえ方が変化することは、実証的にも明らかにされ

ているが、中年は個人差が大きく多様な側面をもち、結果としてその発達課題は複雑な様相を示しているともいわれる。

この一つの原因は、中年期が社会的に外面的に論じられてきたことによるとも考えられる。たとえば、世代論 (団塊の世代など)、家族論 (夫婦や親としての姿など)、職業論 (職場における地位や役割、能力の変化など) のように社会のなかでの存在の姿を外からとらえることに終始していたのではないか。

成人の段階的な発達について、心理学的研究としてはじめて精神生活の面からアプローチしたのは Levinson (1978) であった。彼は、ひとりひとりの個人史的なデータによって、中年期の危機の存在を実証的に明らかにした。そして、「生活構造 (life structure)」としての個人の生活における基本的パターンとしてのかかわり方に注目し、その変遷を追及した。中年期については、人生の見直しを迫られる時期とか転回点ともいわれるが、彼によればこの時期の危機は誰でも体験する「標準的な危機 (normative crisis)」であるともいわれる。しかし、この標準的な危機にどのように個人が対処していくかは、個人の特徴の差異と共通性を明らかにするもので、中年期の複雑性をさぐる糸口になると思われる。

この中年期の変化について、Neugarten (1974) らは、この期を特徴づけているのは「心のある状態 (a state of mind)」であるとし、中年期には個人が多面的な社会的役割をもち、広い生活領域にかかわらざるを得ないことと、その対処の仕方によって中年期の全体的な把握が可能だという。

また、life-cycle 全体の発達段階を、自我の心理社会的な発達からとらえた Erikson (1956) は、成人以降を young adulthood, adulthood, maturity の3段階での、それぞれの時期における「対立」葛藤における解決の形で説明している。まず、親密性対孤立 (in-

timacy vs. isolation) があり、次いで生殖性対停滞 (generativity vs. stagnation)、完全性対絶望 (ego identity vs. despair) という課題が続く。このなかで中年期に相当するのは「生殖性対停滞」である。このジェネラティビティの課題とは、次の世代への価値観の伝達についての関心や行動であるが、この能力の欠如は「停滞の感覚の浸透と人間関係の貧困化」をとまなうとした。以上の事柄をまとめてみると中年期は、まさに役割の変化、あるいは変換ということになる。また、Erikson の唱えた漸成説は未来に向けて自己を削りだすことといわれる。これらの課題への取り組みもまた、中年期にどのような目的や期待をもつかによってその特徴が明らかになることを示唆している。

発達過程における転回点としての危機は、青年期の危機が職業の選択などを通じて同一性を確立していくという外面的葛藤であったのに対し、中年期はその表面的な「安定性」のかけで、内面的葛藤を大きく内包していることとらえることができる。この「危機」というのは、大きな不安定さを形容しているが、不安定さこそが次への変化の可能性をあらわすものである。その状況でわたしたちは自己を意識し、とらえなおし再構築していくのである。

変化の方向や自己を意識する場合、空間的な面と時間的な面のふたつの展望がある。空間的というのは、その人間が回りの状況とともに自分をとりまくさまざまなものごととの関係をどのようにとらえているかによって把握することが出来る。そして、時間的なとらえ方とは、自分の過去・未来を何によってどのように意識しているかを明らかにすることで、現在とのかかわりを通して把握できる。これは個人の時間的展望 (time perspective) という面から検討することで、現在における個人のありようを特徴的に浮き彫りにすることが試みられてきた。

この時間的展望とは、その人の過去・現在・未来についての見解のすべてをさす概念である (Lewin, 1951)。時間的展望は、個人の生活における心理的調整機能や環境とのかかわり方、行動や認識の全体的過程の統合的な理解の基盤ともなっている (白井, 1994)。そのなかでも特に未来は、個人の人生における予想としての期待、あるいはその不安と関係することから、個人の現在の生活においても重要な意味をもつものといわれる。

現在の生活の心理的な質をとらえようとする場合、抽象的な「幸福感」や「生きがい」について、その個

人がそれまでの人生のなかで体験してきた出来事との関係を探ることが多い。この場合、中高年者が青年期までのような未来指向的ではなく、過去指向のなかに生きており、人生の回顧によって幸福感を得ているという考えにもとづいていることがある。しかし、高齢者でも自分の人生をどのように生きるかは、いま現在の取り組み方であり、これからどのように生きるかという未来指向を内包した意識が生活への心理的満足の重要な要素となっていると考えられる。確かに、これからという人生、あるいはこれから起こるであろうさまざまな出来事の予測に対する心理的影響は、それまでの過去の経験に裏づけされた心理的なとらえ方に関係している。しかし、過去のある状態の維持や現状の変化への期待など、それらが希望や夢、目標となっていれば未来指向的な時間的展望であるといえる。したがって、中年期の心理的理解においても、個人がどのような目標をもっているかという未来のとらえ方を明らかにすることは、重要なことと考えた。

五十嵐 (1996) は、老年期の時間的展望を分析した結果、中年期のさまざまなライフイベントへの対応とその意味づけが、老年期の生活のとらえ方やそれまでの人生の吟味にかかわっていることを報告している。同時に、高齢者においては現実生活における社会的役割からの自由度の増大によってより未来指向的であることを見出している。このことから中年期の心理的变化の過程を明らかにすることは、老年期の心理をとらえるための大切な視点を提供することにもなるだろうし、そのことが時間的展望の検討から可能であると予測される。

前述のように、中高年の心理的研究として、その個人の生活の満足感 (life satisfaction) や心理的幸福 (psychological well-being) に焦点をあてた研究もなされてきた。しかし、その多くが満足感や幸福感を一つの尺度からとらえようとするものであり、個人の生活ストレスを一般的なライフイベント (life events) をもとに、それらに対する受けとめ方に焦点をあてたものであった。しかし、今日のように個人が多様な価値観をもち、さまざまなライフコースの選択が可能となった状況では、個人の心理的特徴をとらえることが困難である。また、Argyle et al. (1987) のように、幸福感や充実感といったポジティブな情緒的側面と、喪失感などのネガティブな情緒的側面は、直線的な対極にあるのではなく、異なった次元でとらえられ、それぞれが並存しているという指摘もある。ひとつの標

準化された出来事について、数直線的にその対極の間を量的な比較でとらえても、個人の生活に対する意識や満足感を説明することにはならないと考える。

したがって、個人が現実の生活とのかかわりの中で、自由に意識される生活上の出来事をもとに、その心理的特徴をとらえることが必要と考える。このことから、より自由度の高い想起によって記述される生活上の出来事やさまざまな事象をもとに分析していくことが必要となろう。

## 2. 研究全体の概要

今回の報告は、中年期の適応過程に関する縦断的研究の一部である。研究のおおまかな概要としては、40歳・50歳代を中心に、中年期の人々の加齢にともなって経験するさまざまな社会的、心理的そして身体的な変化にどのように適応していくかを、彼らの体験に即して縦断的に明らかにすることを目的としている。具体的には、それぞれの生活のなかで中年期の人々がどのようなストレスを経験し、どのような対処がなされているのかを探ることである。また、そのことに関わる心理的健康との関係を探る。

調査対象（表1）

1997年F県内に住む中高年者約1,000人を年齢、居

住地域や職種など考慮しつつ抽出後、第1回目の調査用紙を配布した。調査用紙は留め置によって記入してもらい、その後回答終了後返送してもらった。その結果、女性306人（55.8%）、男性242人（44.2%）の計548人から回答が得られた。最低年齢は30歳で、最高は78歳であった。平均年齢は、女性50.66（SD=7.39）歳、男性50.34（SD=5.18）歳で、全体では50.52（SD=6.50）歳であった。年齢構成は、中年期の対象と考える40代が全体で245人（44.71%）、50代が242人（44.16%）で、他30代が24人（4.38%）と60代以上が37人（6.75%）という内訳であった。性別では、女性の40代は126人（41.18%）、50代は128人（41.83%）で、男性では40代119人（49.17%）、50代114人（47.11%）となった。

就業形態では、全体で486人（88.69%）がフルタイムの有職者で、その平均年齢は50.40歳であった。パートタイムの有職者は46人（8.39%）で、そのすべてが女性である。平均年齢は47.8歳であった。無職者は12人（2.19%）で、平均年齢は65.01歳となった。職業別の内訳は、女性では「教育（学校教員）」28.1%、「家事」24.18%、「事務」16.34%などである。男性は「教育（学校教員）」35.12%、「管理経営」26.86%、「事務」22.31%などであった。

表1 対象者の基本属性

<年齢階層別人数>									
性別	人数	平均年齢(SD)	～39	40～44	45～49	50～54	55～59	60～	(歳)
男性	242	50.34(5.18)	2	25	94	90	24	7	(人)
女性	306	50.66(7.39)	22	39	87	90	38	30	
全体	548	50.52(6.50)	24	64	181	180	62	37	
<職業従事形態別人数と平均年齢>									
	有職（フルタイム）		有職（パート）		無 職		家事従事		不明
	人数	平均年齢(SD)	人数	平均年齢(SD)	人数	平均年齢(SD)	人数	平均年齢(SD)	
男性	236	49.96(4.44)	0	0 (0)	4	70.75(50.38)	0	0 (0)	2
女性	250	50.83(7.20)	46	47.80(5.41)	8	62.15(11.26)	74	53.87(9.12)	2
全体	486	50.40(6.02)	46	47.80(5.41)	12	65.01(10.32)	74	53.87(9.12)	4
<職種別人数 (%)>									
	女 性	男 性	全 体						
製 造	10( 3.27)	2( 0.83)	12( 2.19)						
営業販売	8( 2.61)	6( 2.48)	14( 2.55)						
事 務	50(16.34)	54( 3.27)	104(18.98)						
技術技能	28( 9.15)	20( 8.26)	48( 8.76)						
管理経営	6( 1.96)	65(26.86)	71(12.96)						
教 育	86(28.10)	85(35.12)	171(31.20)						
家 事	74(24.18)	0( 0.00)	74(13.50)						
そ の 他	30( 9.80)	6( 2.48)	36( 6.57)						
無 記 入	14( 4.58)	4( 1.65)	18( 3.28)						
計	306	242	548						

### 3. 本研究の目的

中年期の心理的特徴を、時間的展望の面からとらえる。時間的展望は、個人の自己意識そのものでもある。特に未来は、個人の人生についての展望を代表するものであり、期待や不安といった心理的側面などともに個人の現実生活において重要な意味をもつ。

将来の個人的な目標について Nurmi (1992) は、青年が将来の教育や職業、家族について多く記述したのに対し、中年の労働者の特徴としては子どもの生活や財産について多く記述したことを報告している。また、人々の目標の変化は、生活上の関心のある出来事(健康・財産・子どもの生活など)にたいする統制の信念(control belief)が、年齢とともに全体に external になることと関係しているという。

ここでは、中年期の未来が、どのような内容によって構成されているのかを明らかにし、その統制の所在と実現可能性などをどのようにとらえているかを検討する。

### 4. 本研究の方法

被験者：前述(2.)の548人

質問項目：前述の2. で配布した質問紙の中から「時間的展望」に関する質問についての回答をデータとする。

内容は、

- a 個人が抱いている「5～10年後の目標や希望、計画、夢」のなかから重要なもの5つを記述する。
- b 記述した事柄について、それぞれ実現のために重要な要因を、「自分自身」「自分以外」「そのどちらも」の3つで評定する。
- c それらがどの程度実現可能か、それぞれについて0～100%で判定する。

a は、時間的展望における未来に属すること、あるいは将来といったこれから起こること、起きて欲しいことを記述することになる。「希望、計画、夢」といった、どちらかというポジティブな意味合いをもって想起される出来事が記述されるだろう。

b は、想起した出来事に対する自我関与の程度を知ることができる。locus of control (Rotter, 1966) の視点から、想起した出来事の統制の所在を個人がどのようにとらえているかを明らかにできる。これは、その個人の personality の一端を示すものであり、欲求や動機の強さも予測することが可能である。都筑

(1996) によれば、将来の希望や目標設定と正の相関を、空虚感とは負の相関にあることが確かめられている。

c は、現実味の程度を知ることになる。実現可能性の程度によって、単なる希求的、現実逃避的なあこがれや現実味の薄い夢なのか、それとも今現在の生き方に直接関わるようなもの(それは同時に問題ともなるが)か、である。また、記述された内容についてそれがポジティブであればあるほど、実現可能性の高低は、その個人にとっての幸福感や積極さといった personality の側面に影響していることが予測される。

なお、b や c は、a の記述内容によってある程度決まってくると予測されるが、だからこそ個人の違いが浮き彫りになると考える。

#### 分析手続き

##### (1) 記述内容のカテゴリ化

全部で回答の記述は2,437にのぼり、一人当たり4～5項目が記述されたことになる。はじめに調査者が、ランダムに回答者の約5%にあたる30名の記述内容をもとに基本的なカテゴライズを試みた。カテゴライズにあたっては、先行研究などに見られるカテゴリに頼らず、記述に即して忠実に行うこととした。その上で、約10%にあたる50名の記述内容を予備的に分析した。この段階では研究協力者(心理学を学んだ修士の学位を有する者)と協議の上、前段階での基本的カテゴリに基づいたコーディングを行いながら、不一致や判定の迷いなどが特に顕著な場合の検討、および新たなカテゴリが必要かどうかなどの検討も含めて作業をすすめた。

その結果、表2のようなカテゴリを設定した。なお、記述についての意味づけや関係づけは行わず、記述に沿った判定とした。それぞれの記述内容を複数の評定者により分類した結果、最終的に96.8%の一致率となった。

この10のカテゴリにそって、次の基本方針にしたがって評定を行った。記述された「もの・こと」が何か、記述の中心になっている事柄について判定し、憶測はさけた。ひとつの文で、2つ以上の事柄にふれ、そのどちらにも同等の意味づけがなされていれば複数のカテゴリに評定した。評定にあたったのは、心理学を学んでいる学生で、カテゴリについての説明と評定のトレーニングを行った後作業にうつった。

Nurmi (1992) は、15のカテゴリを設定している。そのカテゴリとの比較をしてみると表3のようになる。

表2 カテゴリー一覧

趣味・娯楽	個人の趣味やそれに付随するサークル活動，個人的な旅行や学習などに関する記述。 生活の中心的な仕事や家事などから離れたもので，包括的なものとした。
健康	回答者自身の健康の状態や健康維持への関心，健康回復に関連する行動，疾病に関する直接的な記述。
社会参加	地域活動やボランティア活動などについての記述。「趣味・娯楽」のサブカテゴリー的領域も含む
仕事・職場	仕事や職場に関する記述で，昇進や独立，定年退職など。ただし，家族（特に子どもの就職，夫の退職）のこととして記述されている場合は，これに含めない。また，「退職したら」のように，単なる時間設定として記述されている場合もここには含めない。
家族	具体的な家族の誰かについての記述であり，記述の関心の中心が家族である場合。なお，家族の範囲には同居・別居の区別は考えず，親族までも家族の範囲に含めた。
家計・財政	日常生活，あるいは財産に関する生活経済についての記述。職業上の収入アップや経営による増収は職業に関するものとするが，そのことが生活の安定や家屋の新築などと結び付けて記述されていればここに入れる。
家・イエ・生活	制度や社会的慣習意識としての家であり，実際の具体的な家族集団についての記述ではなく，「イエ」意識などの，心理的・社会的な側面についても記述されている場合。
時間的展望	「将来は～」とか「年をとったら～」というように時間の指定や限定などが明記されている記述。
漠然とした状況	具体的な内容や事柄が記述されていなくて，生活の雰囲気や本人の気分・気持ちなど心理的状态，精神的な状態の記述である。具体的な記述がないため，はじめはその他に含めることも考えたが，その個人の生活全体のとらえ方を示す大切な指標と考えられるのでカテゴリーの一つとして独立させた。
その他	記述は具体的でも，他のカテゴリーに該当しないもの，あるいは特異な事柄などの記述。

文化的な違いによって，各カテゴリーのニュアンスやその意識は異なることが考えられるが，基本的な生活領域については共通した傾向があるといえる。しかし，日本における「イエ」型家族制度や日本の家族意識に直接的に関係するカテゴリーも別に立ててみた。これは，一般的には家長を中心とした権威主義的組織で，階層秩序を強調する系属性，血縁的要素ばかりでなく非血縁的要素も含む，合理的，目的追及的，そして孤立的な自立性をもつ組織にまで及ぶ概念である。イエの概念では場の強調が特徴でもあり，情緒的な一体感をもつものとしてきわめて日本的な心理的集団，あるいはつながりのことである。したがって，家族は心理的な支えや重要な側面として機能する場合と，その動向が不安材料となることもあるが，社会文化的な機能として「イエ」は情緒的な所属感やつながり，自己の役割や責任を意識する上で注目される。また，「時間的展望」はNurmiの「自己・生き方」に近いが，ここでは時間の具体的設定や指摘ということで設定した。設問自体が個人の将来の時間的展望を問うものであるが，わざわざ時間や時期について限定しているという特徴に着目したものである。

表3 Nurmi (1992) のカテゴリーとの比較

今回のカテゴリー	Nurmiのカテゴリー (例)
趣味・娯楽	余暇 (新しい趣味をはじめ) 教育 (試験に合格する) 旅行 (フロリダの親戚を訪ねる) 友人 (近隣の友人をつくる)
社会参加	
仕事・職場	職業・仕事 (キャリアの上昇) 退職 (早く退職する)
健康	健康 (健康に気を配る)
家族	家族・結婚 (妻とともに幸せな暮らし) 子どもの生活 (息子が幸せに暮らす) 他者の健康 (身内の健康問題)
家計・財政	財産 (新しく家を建てる)
家・イエ・生活	
時間的展望	
漠然とした状況	自己・生き方 (心の安定を維持する) 世界 (公害問題・発展途上国の飢餓) 戦争 (戦争問題・核戦争)
その他	その他

なお、必要に応じて調査対象の40歳から59歳までを5歳きざみで4つにわけ、さらに39歳以下と60歳以上をそれぞれの群としてまとめ、年齢層ごとに分析を行う場合は全部で6グループに分けて比較検討することとした。

## 5. 結果と考察

### 結果1 記述内容の分析(表4・5)

全体の記述は2,437であったが複数カテゴリにまたがるものをそのまま該当するカテゴリに含めたため延べ2,661となった。

もっとも多かったのは「家族」で、1,114(41.86%)であった。女が668(43.43%)で、男は446(39.72%)とどちらも半数近くに達し、もっとも多かった。単独カテゴリでも全体で978(40.1%)あり、記述数全体の4割にのぼった。次に多かったのは「趣味・娯楽」で468(17.59%)、女は281(18.27%)、男187(16.65%)であった。単独カテゴリは379(15.6%)であった。前述した「家族」との関連が特徴的で、個人で趣味娯楽に親しむということとともに、妻あるいは夫との旅行や趣味をともしたいとの願いのようなものが記述されていた。

表4 想起された内容カテゴリの年齢別分布(人数)

	39歳以下	%	40~44	%	45~49	%	50~54	%
趣味・娯楽	16	14.04	47	14.69	142	15.87	169	19.79
健康	5	4.39	19	5.94	53	5.92	67	7.85
社会参加	5	4.39	11	3.44	17	1.9	32	3.75
仕事・職場	10	8.77	28	8.75	102	11.4	81	9.48
状況	5	4.39	19	5.94	21	2.35	30	3.51
家族	49	42.98	145	45.31	391	43.69	342	40.05
家計・財政	6	5.26	15	4.69	33	3.69	24	2.81
時間的展望	3	2.63	3	0.94	18	2.01	23	2.69
家・生活	9	7.89	21	6.56	80	8.94	54	6.32
その他	6	5.26	12	3.75	38	4.25	32	3.75
	114		320		895		854	
	55~59	%	60歳以上	%	計	%		
趣味・娯楽	59	20.34	35	18.62	468	17.59		
健康	24	8.28	18	9.57	186	6.99		
社会参加	13	4.48	12	6.38	90	3.38		
仕事・職場	20	6.9	3	1.6	244	9.17		
状況	14	4.83	6	3.19	95	3.57		
家族	113	38.97	74	39.16	1,114	41.86		
家計・財政	3	1.03	9	4.79	90	3.38		
時間的展望	9	3.1	3	1.6	59	2.22		
家・生活	20	6.9	13	6.91	197	7.4		
その他	15	5.17	15	7.98	118	4.43		
	290		188		2,661			

そして「仕事・職場」が244(9.17%)、女108(7.02%)、男136(12.11%)と続く(単独カテゴリで197(8.1%)。さらに、「家・生活」が単独カテゴリで194(7.96%)、全体で197(7.40%)、女113(7.35%)、男84(7.48%)となった。「健康」は186(6.99%)と少なくなり、女106(6.89%)、男80(7.12%)であった。このように将来にむけて直接的に「健康」が意識されることは少なかった。

「社会参加」は単独カテゴリで81(3.32%)、全体で90(3.38%)であった。女68(4.42%)、男22(1.96%)と全年齢層で男を上回っている。社会参加は「趣味・娯楽」などとの関連で行われるものも多いが、趣味や娯楽が個人的な楽しみである場合が多く、より積極的な意味での社会的な関わり方という面で「社会参加」というカテゴリを設定した。

男女別で目だった違いを示したのは、「仕事・職場」「時間的展望(老後や将来という限定的な記述)」で男性の割合が高く、このカテゴリの記述数の6割を男が占めた。また「社会参加」で女性の割合の高さが目だった。これらは、他のカテゴリでは大きな違いがないのに対し、男女による未来展望の違いを特徴づける領域として注目される。

年齢段階別では、全体としては年齢によって大きく目立った特徴はなかったが、どの年齢層でもっとも多い「家族」の記述で、特に40代の割合が他の年齢層に比べて高い傾向にある。男女別では、女が40代後半で、男は40代前半でもっとも高い割合を示している。さらに「健康」は年齢段階とともに割合が増加する傾向があった。

また「趣味・娯楽」では、50代の割合が高く、女が50代を通じて、男が60代以降高い割合となっている。なお、「家・生活」で男の45～49歳が他に比べて高い割合を示したことも注目される。

#### 考察1

「家族」の割合が高いことから、中年期の期待や希望が、自分のことよりも家族メンバーの将来として意

識されることがきわめて多いといえる。家族を抜きにして将来の希望や夢を想定できないこと、自分一人の将来への希望ではなく家族との変化をもとに将来を想起していることがわかる。複数カテゴリとして多かったのは、「趣味・娯楽」との組み合わせで、趣味や娯楽的な活動をとにする夫婦関係が具体的に記述されていた。そして、「健康」との組み合わせが次に多く、家族の健康問題が大きな関心事になっていることがわかる。このように中年期では、自分自身のことよりも家族を中心に、家族とのかかわりで未来を展望していることがわかった。

「健康」の割合が低かったのは、「目的や希望」といったポジティブな面について想起した場合、健康の状態は基本的な必要条件といえる。したがって、健康を

表5 想起された内容カテゴリの年齢別分布（性別）

\*各カテゴリの上段が女、下段が男

	39歳以下	%	40～44	%	45～49	%	50～54	%
趣味・娯楽	14	13.59	35	17.33	75	16.97	91	20.00
	2	18.18	12	10.17	67	15.16	78	19.55
健康	4	3.88	11	5.45	28	6.33	33	7.25
	1	9.09	8	6.78	25	5.52	34	8.52
社会参加	5	4.85	11	5.45	13	2.94	21	4.62
	0	0	0	0	4	0.88	11	2.76
仕事・職場	7	6.80	9	4.46	39	8.82	43	9.45
	3	27.27	19	16.10	63	13.91	38	9.52
状況	5	4.85	16	7.92	11	2.49	12	2.64
	0	0	3	2.54	10	2.21	18	4.51
家族	44	42.72	89	44.06	211	47.74	183	40.22
	5	4.85	56	47.46	180	39.74	159	39.85
家計・財政	6	5.83	10	4.95	12	2.17	11	2.42
	0	0	5	4.24	21	4.64	13	3.26
時間的展望	3	2.91	1	0.50	7	1.58	9	1.98
	0	0	2	1.69	11	2.43	14	3.51
家・生活	9	8.74	12	5.94	33	7.47	35	7.69
	0	0	9	7.63	47	10.38	19	4.76
その他	6	5.83	8	3.96	13	2.94	17	3.74
	0	0	4	3.39	25	5.52	15	3.76

  

	55～59	%	60歳以上	%	計	%
趣味・娯楽	37	21.14	29	18.01	281	18.27
	22	19.13	6	22.22	187	16.65
健康	15	8.57	15	9.32	106	6.89
	9	7.83	3	11.11	80	7.12
社会参加	9	5.14	9	5.59	68	4.42
	4	3.48	3	11.11	22	1.96
仕事・職場	7	4	3	1.86	108	7.02
	13	11.30	0	0	136	12.11
状況	11	6.29	3	1.86	58	3.77
	3	2.61	3	11.11	37	3.29
家族	73	41.71	68	42.24	668	43.43
	40	34.78	6	22.22	446	39.72
家計・財政	3	1.70	8	7.97	50	3.25
	0	0	1	3.70	40	3.56
時間的展望	1	0.57	3	1.86	24	1.56
	8	6.97	0	0	35	3.12
家・生活	13	7.43	11	6.83	113	7.35
	7	6.09	2	7.41	84	7.48
その他	6	3.43	12	7.45	62	4.03
	9	7.83	3	11.11	56	4.99

表6 年齢別の実現可能性の分布

可能性	39歳以下	%	40~44	%	45~49	%	50~54	%
100	19	17.43	20	6.45	66	8.41	101	13.29
90	12	11.01	75	24.19	191	24.33	154	20.26
80	19	17.43	51	16.45	157	20.00	114	15.00
70	11	10.09	28	9.03	108	13.76	117	15.39
60	4	3.67	22	7.10	63	8.03	45	5.92
50	32	29.36	95	30.65	142	18.09	155	20.39
40	0	0	3	0.97	7	0.89	15	1.97
30	5	4.59	7	2.26	22	2.80	27	3.55
20	4	3.67	7	2.26	10	1.27	10	1.32
10	3	2.75	0	0	9	1.15	18	2.37
0	0	0	2	0.65	10	1.27	4	0.53
人数計	109		310		785		760	

  

可能性	55~59	%	60歳以上	%	計	%
100	36	14.23	14	8.97	256	10.76
90	54	21.34	39	25.00	525	22.12
80	39	15.42	28	17.95	408	17.19
70	25	9.88	21	13.46	310	13.06
60	25	9.88	21	13.46	180	7.59
50	51	20.16	24	15.38	499	21.03
40	5	1.98	0	0	30	1.26
30	8	3.16	5	3.21	74	3.12
20	3	1.19	2	1.28	36	1.52
10	5	1.98	0	0	35	1.47
0	2	0.79	2	1.28	20	0.84
人数計	253		156		2,373	

表7 実現にかかわる要因

	39歳以下	%	40~44	%	45~49	%	50~54%	
自分	49	43.75	131	44.71	388	48.62	386	49.68
自分以外	33	29.46	66	22.53	164	20.55	151	19.43
どちらも	30	26.79	96	32.76	246	30.83	240	30.83
人数計	112		293		798		777	

  

	55~59	%	60歳以上	%	計	%
自分	119	46.12	66	42.04	1,139	47.56
自分以外	55	21.32	48	30.57	517	21.59
どちらも	84	32.56	43	27.39	739	30.86
人数計	258		157		2,395	

意識することは、具体的には疾病などネガティブな性格をとまなうので少なかったと思われる。

この「健康」は、高齢者研究や中年期研究などでは欠くことのできないキーワードである。どのような生活を送ろうとも、あるいはどのような生活を求めるにしても、健康であることは基本的な条件なのである。したがって目標や夢としてのゴールであるより、今後の生活を送るうえでの前提条件としての意味合いが強い。しかし、健康は単に身体的な健康=病気でないこと、あるいは現在すでに抱えている健康問題（疾病など）からの回復、というだけでなく、今の身体的能力の維持やこれ以上の悪化を防ぎたいという意識の表われもある。「健康」の記述が年齢とともに増加しているのも、健康への関心が加齢に伴って強まっているこ

とを裏づけている。

Nurmi（前出）の報告では、青年が教育や家族を多くあげるのに対して、中年の労働者は子どもの生活や財産を多くあげている。ここでは子どもの生活は家族に含めているため、同じような結果であったといえる。しかし、今回の調査では財産についての記述は少なく、趣味・娯楽が多かった。このことは Nurmi のカテゴリ別結果で「余暇」「教育」「旅行」「友人」など総合すると高い割合になるため、カテゴリの分け方の違いによるものと考えられる。なお、財産はここでの「家計・財政」とほぼおなじカテゴリといえるが、これが生活状況を反映しているとは考えにくい。日本の特徴としての「いえ」の記述に多かった「墓を作る」「土地の問題を解決する」などを財産に含めるとその割合



は高くなる。その点では、かなり類似した結果が得られたともいえる。

また、ここで記述された状況、内容は、Nurmi や都筑（1997）が指摘するように目標には現在の発達課題への取り組みやその意識があらわれているといえる。中年期の取り組むべき課題が「家族」であり「趣味・余暇」にかかわるものであることが大きいといえる。前者は自分を含めた家族とその課題に関するもので Erikson のジェネラティビティの一面を示していると考えられる。後者は、自分と配偶者を初めとした社会との結びつきの一面を示していると考えられる。前者が役割や責任といった色彩が強いものに対して、後者は自分の位置、あるいは加齢に向けてのあり方とかかわっていることが予測される。

## 結果2 想起した将来の出来事の実現可能性についての分析（表6）

全体の2,373の回答でもっとも回答の多かったのは、90%台であり525(22.12%)、次いで50%台が499(21.03%)であった。そして、80%台が408(17.19%)となった。このように想起された出来事の2,178(91.78%)は、実現可能性が50%を超えるもので、かなり実現度の高い現実的な将来展望であることがわかる。

カテゴリ別の実現可能性を見ると、平均で65%前後だが、「趣味・仕事」、そして「家族」では7割以上となった。

年齢層ごとに実現可能性だけをどのようにとらえているか分析すると、44歳以下でもっとも回答数が多かったのは50%台の実現可能性であり、39歳以下で29.36%、40～44歳で30.65%であった。後者は90%台も24.19%と、他の年齢層に比べて集中している傾向がある。45～49歳では90%台が24.33%でもっとも多く、80%台が20.00%で続く。50～54歳では再び50%台が20.39%と最多になるが、90%台も20.26%とほとんど違いはない。55～59歳も順位は異なるが、ほぼ同じような傾向が見られた。

## 考察2

実現可能性の多くが50%台でとらえられていることから、人々は確実に実現可能なものだけを期待するのではないことがわかる。40代前半の特徴とその後の特徴の違いについては、具体的な記述内容とあわせながらの検討が必要であるが、40代前半は、想起する内容の違いだけでなく、人生を展望するうえでのひとつの分岐点となっているのかもしれない。この時期は、Levinson のいう中年期の過渡期と一致するものであ

り、新しく取り組むべき課題への迷いや自信のなさがあらわれているとも思われる。さらに、想起した内容がその後の年齢層の想起した内容より現実的な吟味に欠けるものなのかどうか、詳細な検討が必要だろう。

当初、内容的には将来こうなってほしいと言う希望や夢に関する記述であることから、必ずしも実際に起こりうるものとは限らないとも考えられた。しかし、実現可能性が高いものについては、今の状態から考えてこうなってほしいという願いが強くあらわれ、さらに実現して欲しいものとして現実的な目的であると考えられる。記述によっては可能性が極めて低い場合、その内容は非現実的で個人的な希望でしかない場合も考えられる。このことから、個人によって、あるいは個別の記述によって内容を検討する必要がある。

## 結果3 想起した将来の出来事の実現に必要な要因の分析（表7）

まず、全体的な回答状況を分析する。分析対象は記述数とは一致せず2,395で、その内訳は「自分」が1,139(47.56%)で、約半数近くになった。次は「自分も自分以外のどちらも」が739(30.86%)で、「自分以外」は517(21.56%)という結果であった。分布について年齢層による比較をおこなったところ明確な違いは見られなかった。回答されたうちの約8割は自分自身が、実現の大きな要素であることを認識している。どの年齢層でも「自分」が4割以上であった。この傾向は45歳以上、55歳未満の層で特に顕著であった。「自分も自分以外のどちらも」が、39歳未満と60歳以上の層を除くすべての層で3割を超えている。ここでも40代と50代の中年期に限定してみると、40～44歳の「自分」は最低で「どちらも」が最高であった。やはり他の年齢層とは異なる傾向があるようだ。

全体的に記述のカテゴリ別にみると、「自分」が実現のための要因とするのが、「趣味・娯楽」で8割に達し、「健康」「社会参加」で7割以上、「仕事・職場」で7割弱と、自分の注意や努力といったかかわりがそれら記述された内容の実現にかかわっているととらえていた。それに対し、「家族」は「自分以外」が5割近くで、他のカテゴリで「自分以外」の割合が最多になったものはなかった。カテゴリ別に実現要因の分布の違いをカイ2乗検定したところ統計的に有意でなかったのは、この「家族」と「その他」だけであった。

## 考察3

想起された内容が、自分の目標や希望であることから、その実現には自分が重要な要因となっていること

は当然の結果である。また、実現の重要な要素として「自分」をあげる割合についての年齢的な変化の傾向は明確でなく、加齢とともに external になるという先行研究のような結果は得られなかった。むしろ、Nurmi の報告では younger adult ほど高いレベルのコントロール意識を示しているといわれるが、ここでは、60歳以上を除く年齢段階では「自分」の割合が徐々に増加しており、異なる様相を示している。このことを「自分以外」の割合の変化でおっても、50代前半までは減少傾向にあり、その後60歳以上でその割合が3割を超えるということで、external 化はかなり老年期に

表8 各カテゴリ別の実現可能性と必要要因の結果

趣味・娯楽	自分	どちらも	自分以外
人数(%)	153(80.10)	26(13.61)	11(5.76)
実現可能性	75.92	63.65	55.91
健康			
人数(%)	58(71.60)	17(20.99)	6(7.41)
実現可能性	74.53	63.24	75
社会参加			
人数(%)	38(73.08)	9(17.31)	5(9.62)
実現可能性	68.08	65.56	82
仕事・職場			
人数(%)	75(68.81)	9(17.43)	15(13.76)
実現可能性	76.72	65.79	46
状況			
人数(%)	32(61.54)	17(32.69)	3(5.77)
実現可能性	75.25	67.65	73.33
家族			
人数(%)	115(23.96)	140(29.17)	225(46.88)
実現可能性	80.94	73.68	74.15
家計・財政			
人数(%)	16(55.17)	9(31.03)	4(13.79)
実現可能性	74.38	72.78	55
時間的展望			
人数(%)	12(54.55)	7(31.82)	3(13.64)
実現可能性	74.58	52.86	46.67
家・生活			
人数(%)	51(63.75)	15(18.75)	14(17.50)
実現可能性	74.9	72	49.29
その他			
人数(%)	22(44.00)	10(20.00)	18(36.00)
実現可能性	83.41	55	38.11

近づいてからおこる変化なのかもしれない。

「自分」という internal な傾向を全体に示しているなかで、「家族」については自分以外の妻や子どもの将来であることことから、自分ではそのすべての実現に関与できないことを示している。しかし、内容との具体的な検討はおこなっていないが、家族の将来について「自分」と「どちらも」の合計が過半数の割合でかかっているという意識は、家族思いとともに家族への期待や不安が大きいことともよめる。また、40代前半およびそれ以前では、自分の目標や希望であってもその時期に出会った課題や新しい取組みのはじめとして、想起した事象について自分一人ではどうにもならない、誰か他の人のちからも必要だと感じているのではないと思われる。

以上、想起する具体的な内容の違いや個人的な意味合いの違いなどが、実現に当たっての要因の認識に大きく影響していることが予測される。なお、Nurmi は、「健康」「生き方」「財産」「子どもの生活」は年齢とともに external 化するが、「将来の教育」「仕事」「家族」「旅行」では変化がないことを報告している。今後、カテゴリごとの年齢的变化は分析する必要がある。

## 6. 総括

今回の報告では、「5年から10年後にこうなってほしいという目標や希望、あるいは将来の夢」について記述された結果をもとに、中年期の心理的特徴を時間的展望から明らかにすることを目的としてきた。想起する内容は、自分の「家族」に関するものが多かった。家や財産に関する内容も合わせると約半数近くになる。ついで趣味や娯楽が2割近くであった。それら想起された内容のほとんどは実現可能性が50%以上ととらえられており、90%以上の可能性とするケースが2割以上あった。さらに、実現に関わる重要な要素としては、半数近くが「自分」であるとしており、その統制について可能性をもってとらえられている。なお、性別や年齢層による違いはあまり明確にならなかった。しかし、年齢段階で40代は中年期への移行過程のようであり、50代は中年期の典型であるとともに老年期への移行過程として、さらに新たな課題に直面していくようだ。特に、40～44歳という段階は中年期への大きな転換をはかる過渡期として、新しい課題との出会いや問題への対応が迫られているように思われる。

同じカテゴリの記述でも、個人によっての受け止め方の違いがあるようだ。個人の欲求にもとづくものな

のか、社会的通念や年齢的規範のような「しなければならない」ということが目的や期待として構成されているように思われる。特に記述の多かった「家族」についてしてみると、家族としての役割やそれに伴う責任といったことが、心理的・社会的圧力になっている場合もあるのかもしれない。また、子ども自身の人生形成にかかわる内容（進学や就職、結婚など）も中年期の親としては、その実現の大切な要因として自分を位置づけていることがわかった。これらのことが、中年期における personality の変化や親子関係などのさまざまな問題とも関係してくるのかもしれない。その解決のイメージが目標や希望となって、中年期の人々が構築する人生展望にあらわれているのかもしれない。そして、このことは中年期の人生展望が、取り組む課題とその対処次第で変化しうる可能性を示している。これらの関係を通じて、Erikson (1986) が述べているように、他者への外向きの世話と自己への内向きの関心とを統合する姿がここにあらわれているように思われる。

以上のように、時間的展望としての中年期の目的や期待をとらえることから、中年期の姿を分析してきた。こうした目的や期待をもつことは、未来展望として個人の人生移行過程におけるあらたな心の準備をすることにつながる。そこでみられた内容は、取り組むべき課題や問題をあらわし、目的や期待の裏側には不安・心配として意識されていることともとらえられる。今回は、全体的な特徴を踏まえるためにカテゴリわけとその分析をした。しかし、カテゴリは同じでも想起した内容やそのことへの意味づけ、重みづけは、その個人の生活や人格的側面と強く結びついていることから、今後は個人の記述内容の特徴や職業との関連、期待と不安の両面的分析など、さらに詳細な分析を試みていかなければならない。特に、過渡期としての40代前半や関心の中心的な領域としての家族など、役割の獲得とその意識、具体的行動についての予測といった面からのアプローチが必要だろう。実際に、客観的尺度による時間的展望や生活意識のデータとの比較検討も加える予定である。

## 文献

- Argyle, M. 1987 *The Psychology of Happiness*. Methuen & Co. Ltd. (「幸福の心理学」1994 石田梅男訳 誠信書房)
- Erikson, E. H. 1950 *Childhood and Society*. W. W. Norton & Company, N. Y. (「幼年期と社会」1992 仁科弥生訳 みすず書房)
- Erikson, E. H., Erikson, J. M. & Kivnick, H. 1986 *Vital Involvement in Old Age*. W. W. Norton & Company, N. Y. (「老年期」1990 朝長正徳・朝長梨枝子訳 みすず書房)
- 五十嵐敦 1996 高齢者の人生展望とその評価 日本教育心理学会第38回大会発表論文集 p. 52
- Levinson, D. J. 1978 *The Seasons of a Man's Life*. Alfred A Knopf Inc, N.Y. (「ライフサイクルの心理学」1992 南博訳 講談社)
- Lewin, K. 1951 *Field Theory in Social Science: Selected Theoretical Papers*. Hatrper & Brothers, N. Y. (「社会科学における場の理論」1979 猪股佐登留訳 誠信書房)
- Neugarten, B. L. & Danan, N. 1974 *The Middle Years*. In; *American Handbook of Psychiatry*, ed 2, vol. 1, edited by Arieti, S. Brody, E. B., Basic Books, N. Y.
- Nurmi, J-E. 1992 *Age Differences in Adult Life Goals, Concerns, and Their Temporal Extension: A Life Course Approach to Future-oriented Motivation*. *International Journal of Behavioral Development*, 15 (4), 487-508.
- Nurmi, J-E. 1992 *Age Differences in Adult' Personal Projects*. *The Journal of Social Psychology*, 133 (3), 415-417.
- Rotter, J. B. 1966 *Generalized expectancies for Internal versus External control of reinforcement*. *Psychological Monographs*, 80, 1.
- Santrock, J. W. 1985 *Adult Development and Aging*, Wm. C. Brown Publihers. (「成人発達とエイジング」1992 今泉信人・南博文編訳 北大路書房)
- 白井利明 1994 時間的展望の生涯発達に関する研究の到達点と課題 大阪教育大学紀要第IV部門 Vol. 42, No. 2.
- 都筑 学 1997 大学生における将来目標の内容と構造 中央大学教育学論集 Vol. 39.
- 都筑 学 1998 将来目標と達成手段との関連からみた大学生の時間的展望 中央大学教育学論集 Vol. 40.
- Erikson, E. H. 1950 *Childhood and Society*. W. W.