

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

— 年齢を感じたできごととそれに対する評価・反応の分析 —

生涯学習教育研究センター教授 氏家 達夫
教育学部助教授 五十嵐 敦

問題

中年期において、家庭の内外での役割や対人関係のパターンが大きく変化する。たとえば、子どもの成長にともなって、親としての行動は否応なしに変化する。思春期や青年期に達した子どもは、もはや幼児期や児童期のように親が養護的にふるまったり保護的に行動することを好まなくなる。また、多くの親向けの本は、思春期や青年期において、親は子どもの自律性を高めたり子どもの独立を促進するようにふるまうべきだと提唱している。子どもの進学や就職、結婚などによって、子どものいない夫婦だけの生活がはじまり、親としての役割にもとづいた夫婦関係から、改めて夫婦としての関係が求められるようになる。管理職になるのも中年期であることが多い。逆に、管理職になれないことが紛れもない事実となる。加齢にともなって、身体的変化も起こりはじめる。視覚能力や聴覚能力、運動能力、記憶力や学習能力が低下しはじめる。女性の場合、いわゆる更年期にともなうさまざまな変化が起こる。中年期において、親の世代は老年期に達する。そこで、親の死や老齢化にともなうさまざまな変化に直面することが多くなる。それは、自分自身の時間的展望に影響をおよぼすし、生活スタイルの変更を引き起こす。

このような変化に適応することは、生涯発達の観点から重要な意味をもつ。なぜなら、それらの変化は、中年期の人々の発達課題であると考えられているジェネラティビティ（生殖性）の獲得やそれを実際に発揮することと密接に関わっていると考えられるからである。

エリクソン（1982）によれば、ジェネラティビティとは、「子孫を生み出すこと（procreativity）、生産性（productivity）、創造性（creativity）を包含するものであり、（自分自身の）更なる同一性の開発に関わる

一種の自己一生殖（self-generation）も含めて、新しい存在や新しい製作物や新しい観念を生み出すことを表わしている（p. 88）」。

そして、ジェネラティビティの典型的な現われは「世話」である。世話とは、これまで大切にしてきた人やものや観念の面倒を見ることへの広い関与を意味する。

エリクソンの漸成モデルによれば、成人期は「親密—孤立」の危機の段階と「ジェネラティビティ—停滞」の危機の段階からなる。発達心理学的には、段階の移行がどのように起こるか、段階の移行にどんなできごとや経験が関わるのかという問題が重要になる。しかし、その点については必ずしも十分なデータが蓄積されているわけではない。その中で、Vaillant & Koury（1993）は、「再評価」やトラウマ的なできごとが、親密性からジェネラティビティへの変化を引き起こす要因であるとしている。ここでトラウマ的なできごとは、必ずしも年齢要因と関わらない突発的なできごと（たとえば、関係者の突然の死とか深刻な病気など）を表わしている。またレビンソン（1992）は、彼が「人生半ばの過渡期」と呼ぶ時期の人々の再評価のプロセスを、数人のケース研究で例証している。Vaillantらやレビンソンによれば、再評価のきっかけや必要性は、いろいろな形で起こる変化だと考えられる。そこには、いわゆる人生上のできごとや生活スタイルのさまざまなレベルの変化が含まれる。

そのような変化は、2面性をもつ。ストレスの古典的理解（たとえば、Holmes & Holmes, 1970; Rahe & Holmes, 1966）によれば、人生上のできごとや生活スタイルのさまざまなレベルの変化はストレスとなる。それは、個人の心理的身体健康を阻害する要因だと見なされている。一方で、構成主義者の主張（たとえば、氏家, 1996）によれば、変化は新たな行動システムを再構成するきっかけを与える。個人は、新しい状況に適応する中で、あらたな生活スタイルや

目標システムを再構成する。Vaillant & Koury (1993) やレビンソン (1992) の主張は、この理論的文脈上で理解することができる。

もしこのように考えることができるとすれば、中年期の人々が経験するさまざまな変化をどのように評価し、適応するのかを知ることで、ジェネラティビティの発達を予測できるのではないかと期待できるだろう。もし、さまざまな変化にうまく適応できず、新たな生活スタイルや目標システムを再構成できないとすれば、それはエリクソンの「停滞」という、ジェネラティビティの反対の極の自我状態を構成してしまうおそれがある。一方、変化に対する適応がうまくいけば、それはジェネラティビティの獲得を引き起こしたり促進することになると考えられる。

しかし、意外なことに、中年期の人々がどのような変化を経験しているのか、そしてその変化をどのように評価し、適応しているのかについて組織的にデータ収集した研究はほとんどない。本研究は、中年期の人々を対象として、追跡的に中年期の人々が経験している変化を収集し、その適応過程を包括的に記述することを目的にはじめられた。最終的には、その適応過程の個人差やいくつかのタイプが、「ジェネラティビティ停滞」というエリクソン流の危機とどのように関連するのかを検討することが予定されている。

この報告では、中年期の人々が、自分自身の「年齢を感じた」できごとを分析対象とする。一般的に、年齢を感じるということばは、ある種の限界を感じたり、ふつうだったことがふつうでなくなったと感じたときに用いられる。とすれば、それは再評価を引き起こす要因となり得ると考えられる。

この報告では、中年期を便宜的に45歳から55歳までの10年間とする。中年期をいつからいつまでにするかという問題については、研究者の間で今のところコンセンサスは得られていない (Lachman & James, 1997)。Neugarten (1968) は、年齢ではなく、状態や役割、できごとによって中年期を定義する方がよいと指摘している。とはいえ、研究対象を選び出す都合上、中年期を一応年齢で定義しておかなければならない。そこで、この報告ではレビンソン (1992) のライフサイクルモデルにしたがって、中年期を45歳からはじまるものとする。レビンソンのモデルでは、中年期は60歳までつづくとしている。しかし、日本では60歳といえは多くの企業で定年を迎える時期であり、また還暦として祝う時期でもある。これらはいずれも、

60歳がむしろ老年期のはじまりを意味していると受けとめられていることを表わしている。レビンソンは、老年期のはじまりを65歳に設定しており、60歳から65歳までの5年間を老年への過渡期と位置づけている。その考え方にしたがえば、むしろ55歳から60歳までの5年間を老年への過渡期ととらえなおすことができると考えられる。

方 法

対 象

中年期を対象とした縦断研究の一部を分析対象とした。調査は、1997年12月に郵送留置き法で行った。教員名簿、市役所の職員名簿、生涯学習講座の出席者名簿、公民館の各種登録団体の名簿から、45歳以上の男女という条件で調査対象候補者を選び出した。また、民間企業の総務担当者に依頼し、従業員のなかの45歳以上の男女に質問紙を配布してもらった。しかし、実際には各種名簿に年齢が記載されていないことが多く、結果としてもっと若い年齢の人が調査対象に含まれることになった。回答は548名から得られた。女性306名、男性242名。最低年齢は30歳、最高は78歳だった。平均年齢は女性で50.66歳 (SD = 7.39)、男性で50.34歳 (SD = 5.18)、全体で50.52歳 (SD = 6.50) だった。この報告では、この中で、45歳以上の男女を分析対象とした。分析対象となったのは、492名で、女性が244名、男性が215名だった。平均年齢は52.26歳 (SD = 5.45) だった。

測 度

この報告では、「最近、ご自分が『年をとったな』と感じられたことがありますか?」という問いに関連した3つの質問に対する回答を分析する。質問内容は、それがどんなことだったのか、そのように感じたときどのような心理状態だったか、そのように感じたときそのことに対して結局どのように対処したのか、だった。これら3つの質問を1セットにして、最大で5種類のできごとを自由記述してもらった。

分 析

分析として、「年をとったな」と感じたできごとの分類とそのときの心理状態および対処法の分類を行った。まずはじめに、分類のためのカテゴリーを、著者2名と研究助手の3名で合議しながら作成した。あらかじめ一定のカテゴリーセットを仮定せず、経験的にカテゴリーを作成した。KJ法の要領で、各回答を

ソーティングしていき、まとまった回答の山を、さらに2に示すようなカテゴリーを作成した。
にまとめるという作業を繰り返し、最終的に表1と表

表1 「年をとったな」と感じたことの分類カテゴリー

カテゴリー	定義
時間的展望	過去の懐古的記述や、未来の状況についての漠然とした記述 例) 生きがい, 自己実現, 死, 夢, 希望, 人生展望
身体の形態	身体の形態的变化についての記述 例) 容姿, 肌, 髪
身体の状態	身体の調子などの感覚的な評価・健康に関する記述 例) 疾病 (予防・治療など), 更年期障害, ストレス, 疲労
身体の能力	運動機能・生理的機能や感覚器の機能 例) 運動機能, 体力, 持久力, 持続力, 老眼, 入れ歯
性に関わる身体・心理	性的な身体機能, 興味関心, 性的欲求など (閉経を含む)
心理的能力	思考, 記憶, 意欲などの知的能力や, 動機づけ, 具体的行動についての取り組み方 例) 物忘れ, 何かをするのがおっくうになった
心理的状态	性格などのタイプ的变化, 気分や心理的な反応の仕方としての感受性や共感性, 思いやりなど心理的な理解
興味関心	生活におけるさまざまな事柄についての, 楽しみ方や感じ方など受け止め方, 「好き・嫌い」, 「～と思うようになった」など, 意識の変化
行動の質	生活の中心以外の, 行動の質や技量, 地域活動や学習などへの参加行動, 趣味の上達など, 行動そのものの変化
生活習慣	生活時間の変化や衣食住に関わる行動パターンの変化, 散歩や外出など生活における行動内容・様式などの変化 (飲食の質量の変化を含む)
家計・財政	自分自身のおかれている身近な生活上の経済状態の変化 (物質的豊かさを含む)
家族・家庭	家族との関わりで意識した変化, 家族の変化など
職場・仕事	職業生活における役割や立場, 仕事の内容, 家事も含むが, 「生活習慣」ではなく作業そのものの変化など
人間関係	職場・家族など, 場面が特定できない対人関係・関係性についての直接的な記述
社会状況	政治・社会についての記述
他者からの指摘	変化について自分以外からの指摘によって気づいたこと
世代差	他の世代との差異に関する記述
時間に関する記述	時間感覚に関する記述 例) ゆとり, 余裕, 時間の進み方 (速く感じる, 遅く感じる, など)
その他	上記のカテゴリーに入らないもの, 判定不能な記述

表2 変化に対する評価・反応の分類カテゴリー

カテゴリー	定義
諦めの境地	変化についての否定的な記述がなく、淡々と変化を受け入れているもの（「仕方がない」だけの記述なども含む）
肯定的・積極的受容	望ましいもの・好ましいものとして変化を受け入れているもの
否定的・消極的受容	変化については否定的だが、結果としてやむを得ず受け入れているもの
否定的な感情	ショックや焦りを感じるなど、変化を受け入れることのできない状態
積極的行動・対抗意識	変化に対して、避けずに解決しようと行動したり、気持ちの上で抵抗しているもの
視点の変化	「～と思うようにしている」など、考え方・見方を変化させているもの
休息	「休むことにしている」「早く寝るようにしている」など
その他	

次に、それぞれのカテゴリーを用いて、研究助手と学部学生が、各回答をコーディングした。評定者間の一致率は95.2%だった。

分析に際し、調査対象を、45歳以上50歳未満（181名、女性87名、男性94名）、50歳以上55歳未満（179名、女性89名、男性90名）、55歳以上（99名、女性68名、男性31名）の3群に分けた。

結果と考察

「年をとったな」と感じたできごとの世代比較

各年齢群ごとに、年をとったなと感じたできごととしてあげられたカテゴリーの頻度を表3に示した。

累計の10%以上を基準に、各年齢群で多くみられたカテゴリーは、次のとおりである。45歳以上50歳未満群では、「身体の形態」(10.3%)、「身体の状態」(14.0%)、「身体的能力」(21.6%)、「心理的能力」(19.0%)だった。50歳以上55歳未満群では、「身体の状態」(11.7%)、「身体的能力」(24.8%)、「心理的能力」(21.5%)だった。55歳以上群では、「身体の形態」(10.4%)、「身体の状態」(15.9%)、「身体的能力」(17.7%)、「心理的能力」(29.0%)だった。いずれの群でも、身体に関するカテゴリーを合わせると、40%を超えていた。

年齢群間で回答内容に大きな違いは見られなかった。45歳以上50歳未満群と55歳以上群では、身体に関するカテゴリーの割合は、ほぼ同じだといってよい。しか

し、心理的能力に関しては違いが認められる。55歳以上群の方が45歳以上50歳未満群よりも10%も多くなっている。

いずれの群でも、年齢を感じるのは、身体的変化と心理的能力の変化を知覚したときであるらしい。それに対して、問題の部分で議論した、家族との関係や職場・仕事に関するできごとから年齢を感じるという回答は少なかった。時間的展望の変化を記述した回答者はほとんどいなかった。興味や関心、考え方の変化を記述した回答者も少なかった。

変化に対する評価・反応の世代比較

各年齢群ごとに、変化に対する評価・反応としてあげられたカテゴリーの頻度を表4に示した。

累計の10%以上を基準に、各年齢群で多くみられたカテゴリーは、次のとおりである。45歳以上50歳未満群では、「諦めの境地」(10.5%)、「積極的行動・対抗意識」(34.7%)、「否定的感情／積極的行動・対抗意識」(19.6%)であった。50歳以上55歳未満群では、「積極的行動・対抗意識」(36.6%)、「否定的感情／積極的行動・対抗意識」(22.1%)、「無回答」(10.2%)だった。55歳以上群では、「積極的行動・対抗意識」(10.4%)、「否定的感情／積極的行動・対抗意識」(20.0%)、「無回答」(14.2%)だった。

いずれの群でも、年齢を感じるきっかけとなったできごとや変化を受容したり、否定的感情だけをいだけ人は多くなかった。ただし、一時的にせよ否定的感情

表3 「年をとったな」と感じたことの世代比較

カテゴリー	45～49.9歳 (N=181)	50～54.9歳 (N=179)	55歳以上 (N=99)
時間的展望	2(0.4%)	6(1.0%)	1(0.3%)
身体の形態	57(10.3%)	48(7.9%)	34(10.4%)
身体の状態	77(14.0%)	71(11.7%)	52(15.9%)
身体的能力	119(21.6%)	150(24.8%)	58(17.7%)
性に関わる身体・心理	7(1.3%)	10(1.7%)	5(1.5%)
心理的能力	105(19.0%)	130(21.5%)	95(29.0%)
心理的状态	19(3.4%)	21(3.5%)	11(3.4%)
興味関心	37(6.7%)	37(6.1%)	13(4.0%)
行動の質	9(1.6%)	7(1.2%)	6(1.0%)
生活習慣	13(2.4%)	13(2.1%)	10(3.0%)
家計・財政	2(0.4%)	1(0.2%)	0(—)
家族・家庭	36(6.5%)	24(4.0%)	12(3.7%)
職場・仕事	28(5.1%)	41(6.8%)	16(4.9%)
人間関係	10(1.8%)	8(1.3%)	5(1.5%)
社会状況	2(0.4%)	1(0.2%)	1(0.3%)
他者からの指摘	5(0.9%)	5(0.8%)	0(—)
世代差	15(2.7%)	17(2.8%)	3(0.9%)
時間に関する記述	0(—)	1(0.2%)	0(—)
その他	9(1.6%)	14(2.3%)	6(1.0%)
累 計	552	605	328

をいただいた人が少なかったわけではない。「否定的感情」だけの場合と「否定的感情／積極的行動・対抗意識」を合わせると、各年齢群ともにおよそ25%を占める。その大部分が、最終的には積極的に行動したり、負けずにならぼうという気持ちになったと記述しているのである。結局、もっとも多いカテゴリーは「積極的行動・対抗意識」であり、最終的にそうするようになった人を含めると、過半数の記述が「積極的行動・対抗意識」の要素を含んでいたことになる。

年齢群間の差ははっきりしたものではない。おおざっぱにみて、違いが見られるのは次の3点だけであった。「諦めの境地」が、45歳以上50歳未満群では10%程度みられるのに、55歳以上群ではほとんどなくなっていること。「積極的行動・対抗意識」が逆に増加すること。「無回答」が増えること。

「年をとったな」と感じたこととそれに対する評価・反応の関係

「年をとったな」と感じたこととそれに対する評価

・反応の関係を年齢群別にまとめたのが表5～表7である。

45歳以上50歳未満群で目立つのは、「身体の形態」に対して「積極的行動・対抗意識」が相対的に少なく、「身体の状態」や「身体的能力」、「心理的能力」に対してそれが多という点である。一方、「否定的／積極的行動・対抗意識」はほぼその裏返しになっている。いずれにしても、「積極的行動・対抗意識」がもっとも多く、「否定的感情／積極的行動・対抗意識」と合わせると60%から70%になる。

50歳以上55歳未満群では、「身体の状態」に対しては「諦めの境地」が、数は少ないもののおよそ20%を占めた。「身体の状態」に対して「積極的行動・対抗意識」や「否定的感情／積極的行動・対抗意識」はそれぞれ35%と20%で、合わせると50%を超えている。しかし、「身体の状態」、「身体的能力」、「心理的能力」に比べると少ないといえるかもしれない。「身体の状態」、「身体的能力」、「心理的能力」では、「積極的行

動・対抗意識」と「否定的感情／積極的行動・対抗意識」を合わせると70%前後にのぼるからである。

55歳以上群では、「諦めの境地」はほとんどなくなる。また、「身体の形態」に対して「否定的感情」だけをもつことが多くなる。「身体の形態」に対して「視点の変化」をあげている人も目立った。この年齢群でも、変化に対して積極的に行動したり対抗しようとする人が多かった。どのような変化に対しても、それぞれ70%前後が「積極的行動・対抗意識」か「否定的感情／積極的行動・対抗意識」のいずれかに該当する記述をしていた。

当然のことであるが、「身体の状態」から年齢を感じたときには、どの年齢群でも「休息」が多くなっている。

「身体の形態」について、45歳以上50歳未満群と55歳以上群で、否定的感情をいただく場合が多かった。「否定的感情」はそれぞれ40%を超える。それに対して50歳以上55歳未満群では、30%弱であった。しかし、この結果はおそらく45歳以上50歳未満群と55歳以上群が同じような問題を感じていることを示しているわけではないと思われる。なぜなら、45歳以上50歳未満群では、「否定的感情」だけの場合が少なく、大多数が結局「積極的行動・対抗意識」に移っているのに対し、55歳以上群では「否定的感情」だけである場合の方が

むしろ多かったからである。

これは、身体の形態的变化の内容や程度の違いを反映しているのかもしれない。著者自身の経験によれば、45歳前後に体型の変化（いわゆる、おじさん体型への移行）や頭髪の量や色の変化、顔を中心とした皮膚の色や張りの変化が知覚される。それは、まだ若いと思っている、あるいはそれほど老けているわけではないと思っている中年期のはじまりの人々にとって、それなりのショック体験かもしれない。しかし、55歳以上群で知覚される変化に比べて、それは量的にも質的にもまだそれほど決定的ではない。それは、たとえば化粧を変えたり、ダイエットや運動を心がけることで何とか対処できる範囲のものであろう。それに対して、55歳以上の人々が知覚する変化は、もっと歴然としたものなのではないだろうか。したがって、もしそれをネガティブに受けとめるとすれば、その評価を変えることはむずかしいと考えてよいだろう。

もう1つの可能性は、55歳以上群に女性が多いことを反映しているというものである。伝統的な性別役割観にしたがえば、女性の方が自分自身の形態的特徴（端的に言えば、女性の方が自分自身の形態的特徴（端的に言えば、美しさ）に対する感受性が高いと思われる。その感受性は、年をとって起こる変化に対しても発揮されやすいと考えられるだろう。

表4 変化に対する評価・反応の世代比較

カテゴリー	45～49.9歳	50～54.9歳	55歳以上
諦めの境地	52(10.5%)	48(8.9%)	9(3.5%)
肯定的・積極的受容	13(2.6%)	9(1.7%)	3(1.2%)
否定的・消極的受容	24(4.8%)	20(3.7%)	2(0.8%)
否定的な感情	28(5.7%)	23(4.3%)	16(6.2%)
積極的行動・対抗意識	172(34.7%)	197(36.6%)	111(42.7%)
視点の変化	31(6.3%)	31(5.8%)	20(7.7%)
休息	24(4.8%)	19(3.5%)	5(1.9%)
その他	15(3.0%)	17(3.2%)	5(1.9%)
否定的な感情／積極的行動・対抗意識	97(19.6%)	119(22.1%)	52(20.0%)
無回答	39(7.9%)	55(10.2%)	37(14.2%)
累 計	495	538	260

表5 「年をとったな」と感じたこととそれに対する評価・反応の関係
(45歳以上50歳未満群)

	身体の形態 (N=57)	身体の状態 (N=77)	身体の能力 (N=119)	心理的能力 (N=105)
無回答	1(1.8%)	2(2.6%)	4(3.4%)	14(13.3%)
諦めの境地	7(12.3%)	9(10.4%)	13(10.9%)	8(7.6%)
肯定的・積極的受容	0(—)	0(—)	1(0.8%)	0(—)
否定的・消極的受容	5(8.8%)	3(3.9%)	7(5.9%)	6(5.7%)
否定的感情	5(8.8%)	6(7.8%)	10(8.4%)	6(5.7%)
積極的行動・対抗意識	17(29.8%)	35(45.5%)	55(46.2%)	47(44.8%)
視点の変化	6(10.5%)	2(2.6%)	3(2.5%)	5(4.8%)
休息	0(—)	17(22.1%)	7(5.9%)	2(1.9%)
その他	1(1.8%)	2(2.6%)	1(0.8%)	1(1.0%)
否定的な感情／積極的 行動・対抗意識	18(31.6%)	14(18.2%)	26(21.8%)	27(25.7%)

表6 「年をとったな」と感じたこととそれに対する評価・反応の関係
(50歳以上55歳未満群)

	身体の形態 (N=48)	身体の状態 (N=71)	身体の能力 (N=150)	心理的能力 (N=130)
無回答	3(6.3%)	6(8.5%)	5(3.3%)	9(6.9%)
諦めの境地	9(18.8%)	3(4.2%)	14(9.3%)	7(5.4%)
肯定的・積極的受容	0(—)	1(0.7%)	1(0.7%)	0(—)
否定的・消極的受容	3(6.3%)	3(4.2%)	5(3.3%)	7(5.4%)
否定的感情	3(6.3%)	2(2.8%)	5(3.3%)	5(3.8%)
積極的行動・対抗意識	17(35.4%)	30(42.3%)	73(48.7%)	55(42.3%)
視点の変化	6(12.5%)	4(5.6%)	5(3.3%)	5(3.8%)
休息	0(—)	12(16.9%)	8(5.3%)	1(0.8%)
その他	0(—)	1(1.4%)	4(2.7%)	1(0.8%)
否定的な感情／積極的 行動・対抗意識	10(20.8%)	19(26.8%)	37(24.7%)	43(33.1%)

表7 「年をとったな」と感じたこととそれに対する評価・反応の関係
(55歳以上群)

	身体の形態 (N=34)	身体の状態 (N=52)	身体的能力 (N=58)	心理的能力 (N=95)
無回答	0(—)	7(13.5%)	4(6.9%)	14(14.7%)
諦めの境地	0(—)	1(1.9%)	3(5.2%)	7(7.4%)
肯定的・積極的受容	1(2.9%)	0(—)	0(—)	0(—)
否定的・消極的受容	1(2.9%)	1(1.9%)	0(—)	0(—)
否定的感情	8(23.5%)	2(3.8%)	3(5.2%)	7(7.4%)
積極的行動・対抗意識	18(50.0%)	29(55.8%)	30(51.7%)	42(44.2%)
視点の変化	9(26.5%)	0(—)	4(6.9%)	3(3.2%)
休息	0(—)	7(13.5%)	1(1.7%)	0(—)
その他	0(—)	0(—)	0(—)	0(—)
否定的な感情／積極的 行動・対抗意識	6(17.6%)	8(15.4%)	14(24.1%)	22(23.2%)

今後の方向について

この報告では、年をとったと感じたできごととそれに対する評価・反応を収集し、分類した。その結果、表1と表2に示されるようなカテゴリーセットを作成することができた。この作業は、この研究の目的に照らしてまだほんの初期段階にすぎない。今後測定を予定しているジェネラティビティとの関連を検討しなければならないからである。そのために、できごとおよび評価・反応のカテゴリーを使って、対象者のクラスタリングを行いたいと考えている。

この報告では、変化に対する受けとめ方の個人差を年齢によって説明しようとした。しかし、Neugarten (1968) や Lachman & James (1997) が指摘するように、中年期においては、年齢はそれほど有意義な変数ではない可能性が高い。したがって、今後個人の生活スタイルや生活環境、パーソナリティ、あるいは目標システムとの関連で分析することが必要だろう。なお、目標システムについては、この巻の五十嵐の論文(五十嵐・氏家, 1999)を参照のこと。

引用文献

- エリクソン (村瀬孝雄・近藤邦夫訳) 1982 ライフサイクル, その完結 みすず書房 (Erikson, E. H. 1982 *The life cycle completed: A review*. New York: W. W. Norton.)
- Holmes, T. S. & Holmes, T. H. 1970 Short-term intrusions into the life-style routines. *Journal of Psychosomatic Research*, 14, 121-132.
- 五十嵐敦・氏家達夫 1999 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— 生涯学習教育研究センター年報, 4, 福島大学生涯学習教育研究センター
- Lachman, M. E. & James, J. B. 1997 Charting the course of midlife development: An overview. In M. E. Lachman, & J. B. James (Eds.), *Multiple paths of midlife development*. Chicago: University of Chicago Press.
- レビンソン (南博訳) 1992 ライフサイクルの心理学 講談社 (Levinson, D.J. 1978 *The seasons of a man's life*, New York: Knopf.)
- Neugarten, B. L. 1968 *The awareness of middle age*.

In B. L. Neugarten (Ed.), Middle age and aging (pp. 93-98). Chicago : University of Chicago Press.

Rahe, R. H. & Holmes, T.H. 1966 Life crisis and major health change. Psychosomatic Medicine, 28, 744.

氏家達夫 1996 親になるプロセス 金子書房

Vaillant, G. E. & Koury, S. H. 1993 Late midlife development. In G. H. Pollock & S. I. Greenspan (Eds.), The course of life Volume 4, Late Adulthood. Madison : International University Press.