

Title	実存分析的視点における生き方態度の発達的研究Ⅱ : PILと自己受容による検討
Author(s)	高井, 範子
Citation	大阪大学教育学年報. 2000, 5, p. 59-70
Version Type	VoR
URL	<a href="https://doi.org/10.18910/6239">https://doi.org/10.18910/6239</a>
rights	
Note	

*Osaka University Knowledge Archive : OUKA*

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

## 実存分析的視点による生き方態度の発達的研究Ⅱ

### — PILと自己受容による検討 —

高井 範子

#### 【要旨】

Franklの実存分析理論に基づいて開発されたPIL (Purpose in Life Test) と自己受容尺度を用いて、大学生および成人男女合計1695名(M687名、F1008名：大学生から70代以上の計7つの年齢群)を対象に生き方態度の発達的変化の検討を行った。その結果、人生に意味を見出し、活気や充実感に満ちて生活できている度合いを測定するPILの得点および自己受容得点は、男女共に概ね加齢に伴って上昇する傾向が見られ、両尺度とも30代から40代、40代から50代にかけて有意な得点上昇を示していた。また、人々は「死に対する心の準備」を50代以降、有意に強めていく様子が窺え、年齢群ごとにその背景となるいくつかの要因が見出された。その人なりに自分の人生に「意味や目的」を見出していることや、「自己課題的」な生き方態度などが「死への心の準備」へと通じる要因となることが示され、さらに死への心の準備のできている人は人生に対して積極的な生き方態度をとっていることも示された。

#### 1. はじめに

Franklは実存分析理論 (Logotherapy) を提唱し、人間を身体や心、精神といった3次元に区別し、人間存在をこれらの多様な統一的全体的存在として捉え、全次元現実から公正に評価した人間像を打ち立てようとした。3次元のなかでも特に精神的次元を重視したFrankl(1969)は、神経症の類型分類においても心因性神経症や身体因性神経症とは別に、精神的問題、道徳的問題、良心との葛藤、意味への意志のフラストレーション、実存的フラストレーションなどから生じる精神因性神経症があるとした。実存的フラストレーションとは、自分の実存が意味をもっていないという感情であり、自分の人生に独自性の感覚を与える意味と目的を見出せないときに実存的空虚を経験するとしている。

Crumbaugh & Maholick(1964)は、FranklのLogotherapyの理論に基づき、PIL(Purpose in Life Test)を開発した。PILは3部から成るが、本研究においては第1部である態度スケールと呼ばれるものを取り上げて、人々の生き方態度を検討していくことにする。態度スケールは自分の人生に独自の意味や目的を見出すことができない場合に感じる実存的空虚や実存的欲求不満を数量的に測定することを目指して作成されたものである。PILは佐藤(1975)によって翻訳され、その後も検討が重ねられている。態度スケールは既述したように実存的空虚を測定するものとして開発されたが、プラスの方向(得点の高い方向)から見るならば、主として個人がどの程度、人生の意味や目標を見出しているか、また活気や充実感に満ちて生活できているか等を問うものでもある。Franklの実存分析理論に基づいた研究としては、PILでは取り上げられていない視点を主にし、Frankl(1952,1955,1969)の理論を基に精神的健康の側面に

焦点を当てた尺度を独自に開発し(高井,1991,1994)、その後も検討がなされた改訂版「実存的生き方態度インベントリー (EAL)」を用いて青年期から老年期を対象に、人々の生き方態度の発達的变化に関する研究がなされている(高井,1999a)。その結果、EALの下位尺度である「決断性・責任性・独自性」「自己の存在価値」「自己課題性」「意味志向性」によって測定される生き方態度が加齢に伴って強まっていくことが示され、また、PILや自己受容、自尊感情と正の相関を持つことが示されている。

そこで、本研究においてはEALが測定する生き方態度と関連が見られたPILおよび自己受容を取り上げ、個々に発達的变化を検討し、人々の生き方態度の背景にある要因を探っていくことにする。PILに関しては、既に1990年度調査によって青年期から老年期の人々を対象にした発達的变化の検討がなされているが(高井,1991)、1990年度調査の結果と本研究における調査結果を比較検討し、年月の経過に伴い、PIL得点が年齢段階別および性別によってどのように変化しているのかを概観することにする。時代や社会の影響を強く受ける人々の生き方態度研究においては年月を経た検討も必要であると思われる。

また、人々の生き方意識や態度を探っていく研究において、「死」のテーマも重要なテーマとなる。特に中年期以降は「死」のテーマと対峙せねばならない状況が否応なしに生じてくる。本研究においては、PILの項目に含まれる「死に対する心の準備」に関する項目を取り上げ、人々の「死」に対する姿勢が加齢に伴ってどのように変化していくのかを探ると共に、生き方態度との関連をも検討することにする。

## 2. 方法

### (1) 調査対象者

大学生および成人男女(会社員、公務員、主婦その他)であり、有効回答総計1695名である。

内訳は、大学生285名(M 118, F 167)平均年齢20.9歳、大学生を除く20代 345名(M 128, F 217) 25.5歳、30代271名(M 130, F 141) 34.0歳、40代318名(M 112, F 206) 44.9歳、50代183名(M 56, F 127) 53.9歳、60代202名(M 93, F 109) 64.3歳、70代以上91名(M 50, F 41) 73.7歳である。

調査時期：1996年10月～11月。

### (2) 調査実施の手続き

質問紙は大学に関しては主として関西の国公立大学における配布を行い、企業に関しては大手・中小の複数の企業および市役所その他への配布を行った。さらに知人を通して所属サークルその他への配布を依頼した。各組織内での回収は組織に属する知人に依頼し、留置法によって行った。また、本研究において重視する視点は、主として人生を前向きに積極的に生きる人々の生き方態度であるため、老年期に関しては老人大学に質問紙の配布・回収を依頼し、協力を得た(老人大学における有効回答 176部)。

### (3) 調査尺度

- ① PIL(Crumbaugh & Maholick,1964)の態度スケール：岡堂（1993）による改訂版を用いた。20項目、7件法尺度、得点化は1点～7点である。主にどの程度人生に生きる意味や目的を見出し、活気や充実感に満ちて生活しているかといったことを問うものである。
- ② 自己受容尺度：宮沢（1988）による4件法尺度（1点～4点）であり、本研究においてはLスケールを除く27項目の合成得点を用いた。「自己理解」、「自己承認」、「自己価値」、「自己信頼」の4側面を含む尺度。
- ③ 実存的生き方態度インベントリー（EAL：Existential Attitude toward Life Inventory）：高井（1999a）による改訂版尺度。「決断性・責任性・独自性」「自己の存在価値」「自己課題性」「意味志向性」の4下位尺度から構成され、35項目よりなる5件法尺度（1点～5点）。
- ④ 対人関係性尺度：「閉鎖性・防衛性」「ありのままの自己」「他者依拠」「他者受容」「自己優先」よりなる28項目、5件法尺度（1点～5点）（高井，1999b）。
- ⑤ 存在受容尺度：高井（1997）による22項目、5件法尺度（1点～5点）。「他者からの受容」「疎外感・孤独感」「超越力を意識」「感謝・安らぎ感」の4下位尺度より構成。
- ⑥ 自尊感情尺度（Rosenberg,1965）：山本・松井・山成（1982）が邦訳したもの（10項目）を5件法（1点～5点）で用いた。

## 3. 結果

先ず、PILと自己受容尺度の年齢段階別の発達の变化をそれぞれ概観した後、それらの結果を踏まえて考察を行うことにする。

### (1) PILによる生き方態度の発達の变化

#### 1) PIL得点による検討

PILの態度スケール20項目の総得点で検討を行っている先行研究（佐藤,1975）と比較し、時代による影響がどの程度反映されているのかを検討するため、PILの総得点比較を行うことにする。大学生から70代以上の、計7つの年齢群による年齢段階別の差および性差の検討を行った(Table 1, Fig. 1)。PIL総得点について、年齢と性を2要因とする分散分析を行った結果、交互作用が有意であった ( $F_{(6,1681)}=2.22, p<.05$ )。各水準ごとに単純主効果の検定を行った結果、年齢に関しては男女共に0.1%水準で有意であった為、各年齢段階別の得点の平均値について多重比較を行った。その結果、男性では30代から40代、50代にかけて5%水準での有意な得点上昇が見られ、女性では同じく30代から40代にかけて5%水準で、40代から50代にかけては0.1%水準、50代から60代にかけては1%水準でそれぞれ有意な得点上昇を示している。性差に関しては、70代以上において女性の方が男性よりも1%水準で有意に得点が高い。

これらの結果から、概ね、男女共に加齢に伴って得点が増加する傾向が見られた。男女共に30代から40代、50代にかけて、それぞれ人生に意味を見出し、活気や充実感に満ちて生活する度合いを有意に強めていく様子が窺える。これらの変化は40代から50代にかけて

の女性において大きいのであるが、女性は50代から60代にかけても更にこれらの意識を強め、70代以上では男性が得点の低下を示す一方で、女性は性差が見られるほどに有意な得点上昇を示している。

1990年度調査（高井,1991. Table 2, Fig. 2）では、年齢と性を2要因とする分散分析を行った結果、交互作用は見られず、年齢のみ主効果が見られた（ $F(5,1398)=30.65, p<0.01$ ）。男女込みにして多重比較を行った結果、20代から30代にかけて0.1%水準で、30代から40代、40代から50代にかけてそれぞれ1%水準での有意な得点上昇を示していた。

Table 1 PIL総得点(1996年度)の平均値(SD)

	大学生	20代	30代	40代	50代	60代	70代以上
男性	95.92(17.76)	95.54(21.36)	96.05(17.50)	< 100.63(16.73)	< 106.57(17.04)	111.34(15.63)	108.00(19.95)
女性	94.49(16.94)	93.48(17.14)	96.09(17.24)	< 100.77(17.13)	<<< 109.52(15.56)	<< 115.96(16.13)	118.32(17.72)
性差							**

(<<<) p<.001 \*\*(<<) p<.01 (<) p<.05

Table 2 PIL総得点(1990年度)の平均値(SD)

	大学生	20代	30代	40代	50代	60代以上
男女込	91.41(18.82)	91.73(17.67)	<<< 96.93(16.35)	<< 100.85(15.76)	<< 106.65(17.31)	107.68(16.92)
男性	92.43(18.44)	89.26(19.23)	95.67(17.38)	100.45(16.44)	104.77(17.55)	107.56(15.88)
女性	90.67(19.12)	93.03(16.89)	98.00(15.39)	101.10(15.36)	108.12(17.07)	107.77(17.77)

(<<<) p<.001 (<<) p<.01

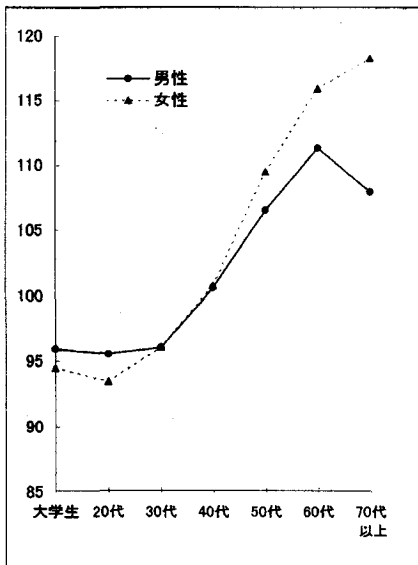


Fig. 1 PIL総得点(1996年度)

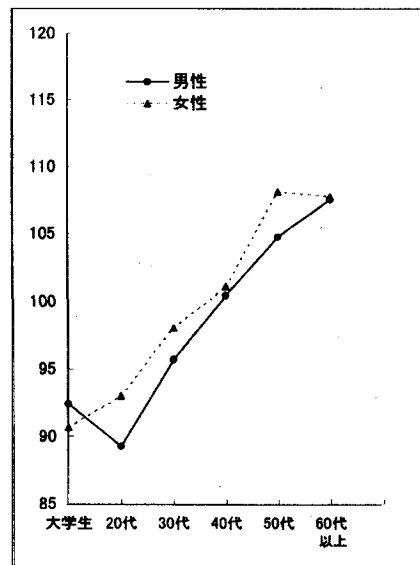


Fig. 2 PIL総得点(1990年度)

1990年度調査では60代のみの年齢群を設けていなかったため、老年期に関しては本研究結果と厳密には比較できないのであるが、本研究においては、30代と40代の女性を除いて前回よりも全般的に得点が高くなっている。また、前回調査では全年齢群を通じて概ね女性の方が男性よりも得点が高い傾向が見られたが、本研究においては青年期では男性の方が高く、30代、40代で男女がほぼ同じ得点を示し、女性の40代から50代にかけての有意な得点上昇に加えて、老年期においても女性の得点は上昇し続け、男女に大きな差が見られたことが特徴的であった。PILによる発達的变化の特徴として、1990年度調査において空の巢症候群が取り沙汰される40代から50代の女性の実存的視点から見た生き方態度が有意に高まっていることが特徴的なものとして示されていたが(高井,1991,1994)、6年を経た1996年度調査においてその傾向が更に強まり、同時に50代から60代にかけての女性の生き方態度も有意に強められていることが本研究の特徴的なものであった。これらは、EALの視点から見た生き方態度(高井,1999a)と同様の傾向を示している。

また、大学生の時代別データ比較を行っている佐藤(1975)によれば、1966年度(男女合計110名,  $M=90.76$ )よりも1972～1973年度調査(男女合計155名,  $M=88.37$ )の方が得点が減少しており、当時、若い人々の間に実存的空白状態が広まっているのではないかとしていたが、高井による1990年度調査および1996年度(本研究)結果においては、1966年度よりもかなり得点が増加しており、本研究結果の得点が最も高くなっている。1972～1973年当時の日本は、大学や高校ではまだ学園紛争が繰り返されていた時代でもある。従って、当時の若者の間に実存的空虚が広がっているのではないかとした背景には、そうした時代による影響も考えられるのではないかと思われる。また、青年期以上を対象にして調査した結果から、佐藤は、中年期までは加齢に伴って上昇していた得点(45歳～54歳群の平均値が最も高く、 $M=106.20$ )が55歳以上の年齢群において低下している( $M=99.20$ )ことを踏まえて、Franklが述べる“定年退職と人生の意味意識の喪失との関連”を踏まえた検討をする必要があるとしているが、高井による1990年度および1996年度調査における男性の60代の得点には上昇が見られている。1975年当時に比して平均寿命も伸び、定年も延長され、心身共に健康な60代の人々が増えてきている。老人大学など趣味や教養を深める諸機関の充実も図られている現在においては、老年期を生きる人々の姿勢は以前に比べ積極的なものに変化しているのではないだろうか。

## 2) 「死」に対する心の準備に関する検討 (Table 3, Fig. 3)

PILの項目のうち、「No.15: 死に対して私は心の準備がなく恐ろしい。 ↔ 十分に心の準備ができておりこわくはない。」という問いに対して7段階評定で回答するものである。年齢と性を2要因とする分散分析を行った結果、交互作用は有意ではなく、年齢による主効果( $F_{(6,1681)}=31.90$ )が0.1%水準で有意であった。男女込みにして多重比較を行った結果、40代から50代にかけて0.1%水準で、50代から60代にかけては5%水準での有意な得点上昇を示している。これらの結果から、人々は「死に対する心の準備」を40代から50代、60代にかけて有意に強めていく様子が窺える。また、40代において男女の得点が近似していることも特徴的であった。

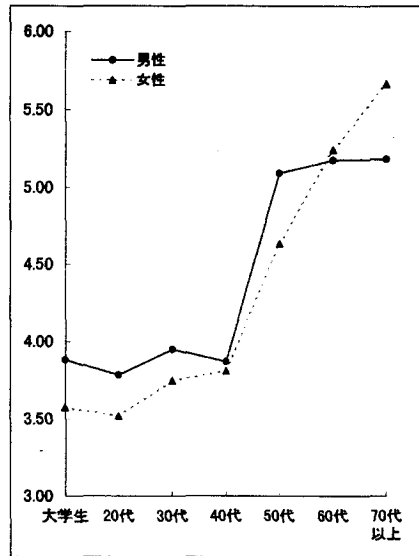


Fig.3 「死」に対する心の準備

Table 3 「死」に対する心の準備

	大学生	20代	30代	40代	50代	60代	70代以上
男女込	3.70(1.86)	3.61(1.92)	3.84(1.91)	3.83(1.79)	4.77(1.77)	5.21(1.56)	5.40(1.56)
男性	3.88(1.97)	3.78(2.10)	3.95(1.82)	3.87(1.81)	5.09(1.51)	5.17(1.47)	5.18(1.46)
女性	3.57(1.77)	3.52(1.81)	3.74(1.99)	3.81(1.79)	4.63(1.86)	5.24(1.64)	5.66(1.66)

&lt;&lt;&lt; p&lt;.001 &lt; p&lt;.05

次に、上記の結果を踏まえ、年齢段階によって異なる「死への心の準備」の背景となる要因を探るために、No15を従属変数とし、調査尺度の①～⑥を独立変数とした重回帰分析を行った<sup>(1)</sup> (Table 4)。「死への心の準備」の要因を探るものであるため、分析対象群としては、得点が有意に上昇した50代を単独で取り上げ、その前後をまとめて計3群による分析を行った。その結果、3群に共通して見られる要因としては、「意味・目的」が挙げられ、前2群の共通要因としては「超越力を意識」と「脱」他者依拠」が、後2群の共通要因としては「自己課題性」が挙げられる。それぞれの年齢群のみに挙がっているものとしては、大学生から40代の年齢群では、「自己の存在価値」や「主体性」「脱」閉鎖性・防衛性」「意味志向性」が要因となり、50代では「感謝・安らぎ感」や「他者からの受容」が、60代以上では「自己受容」や「ありのままの自己」が要因となっている。

さらに、No15の得点(1点～7点)による3群別(低群:1点～2点。中群:3点～5点。高群:6点～7点)の尺度得点比較を行った (Table 5)。EALやPILの実存的生き方態度領域、対人関係性の「ありのままの自己」や「他者受容」領域、存在受容の「超越力を意

識」「感謝・安らぎ感」、および「自己受容」や「自尊感情」において、高群が他の2群に比して0.1%水準での有意に高い得点を示している。逆に、「閉鎖性・防衛性」「他者依拠」「自己優先」領域では、低群・中群が高群に比して0.1%水準で有意に高い得点を示している。

Table 4 「死に対する心の準備」を従属変数とする重回帰分析

年代	R <sup>2</sup>	独立変数(標準偏回帰係数)
大学生～ 40代	.136***	超越力を意識(.208***)、自己の存在価値(.195***)、他者依拠(-.190***)、主体性(.133***) 閉鎖性・防衛性(-.118***)、意味志向性(.106**), 意味・目的(.087*)
50代	.410***	自己課題性(.328***)、他者依拠(-.292***)、超越力を意識(.249**), 意味・目的(.213**) 感謝・安らぎ感(.184*), 他者からの受容(.128*)
60代以上	.211***	意味・目的(.324***)、自己受容(.283***)、自己課題性(.266***)、ありのままの自己(.187**)

\*\*\* p<.001, \*\* p<.01, \* p<.05

Table 5 「死に対する心の準備」の3群別比較 (全調査者・男女)

	低群(N=406)	中群(N=797)	高群(N=492)	多重比較(Tukey)	F値
① 意味・目的	29.26(6.99)	29.74(6.00)	34.06(6.91)	低, 中<<<高	83.53***
活気・充実感	43.17(9.75)	43.43(8.46)	48.67(9.68)	低, 中<<<高	55.42***
② 自己受容	83.47(11.39)	82.79(10.23)	88.41(11.15)	低, 中<<<高	44.07***
③ 決断性・責任性・独自性	35.81(6.99)	36.93(5.98)	41.07(6.29)	低<中<<<高	93.16***
自己の存在価値	27.25(4.71)	26.67(4.23)	28.98(4.75)	低, 中<<<高	40.61***
自己課題性	34.07(7.88)	34.91(7.33)	39.75(7.96)	低, 中<<<高	80.08***
意味志向性	29.55(5.55)	30.18(5.18)	33.87(5.42)	低, 中<<<高	94.77***
④ 閉鎖性・防衛性	18.50(5.81)	18.64(5.03)	17.21(5.63)	低, 中>>>高	11.55***
ありのままの自己	12.32(3.34)	12.71(2.88)	14.27(3.01)	低, 中<<<高	58.08***
他者依拠	20.18(4.73)	18.64(4.55)	17.20(4.99)	低>>>中>>>高	44.07***
他者受容	24.54(4.43)	24.68(3.98)	27.07(4.24)	低, 中<<<高	59.98***
自己優先	11.20(3.07)	10.77(2.61)	9.80(2.92)	低>中>>>高	30.04***
⑤ 他者からの受容	30.13(5.88)	28.93(5.38)	30.61(5.11)	低>>中<<<高	16.36***
疎外感・孤独感	12.48(5.01)	13.80(4.88)	12.13(4.99)	低<<<中>>>高	20.38***
超越力を意識	8.01(3.90)	9.10(3.80)	11.20(4.08)	低<<<中<<<高	79.97***
感謝・安らぎ感	20.59(3.64)	20.42(3.31)	21.80(3.26)	低, 中<<<高	26.92***
⑥ 自尊感情	35.27(7.46)	34.79(6.62)	37.14(7.03)	低, 中<<<高	18.00**

\*\*\*(<<<) p<.001, \*\*(<<) p<.01, \*(<) p<.05



## (2) 自己受容に関する検討

自己受容尺度について年齢と性を2要因とする分散分析を行った結果、交互作用は見られず、年齢のみ主効果 ( $F_{(6,168)}=19.61$ ) が0.1%水準で有意であった (Table 6, Fig. 4)。男女込みにして多重比較を行った結果、30代から40代にかけて1%水準で、40代から50代にかけて5%水準での有意な得点上昇が見られた。自己受容においても40代で男女がほぼ同じ得点を示している。以上の結果から、人は加齢に伴って自己受容の度合いを深めていく傾向にあることが示されている。性差は見られないものの青年期、中年期においては男性の得点の方が女性の得点を上回っている年齢群が多いが、40代で男女がほぼ同じ自己受容度を示し、老年期においては逆に女性の得点が男性の得点を上回り、自己受容の姿勢を強めていく様子が窺える。

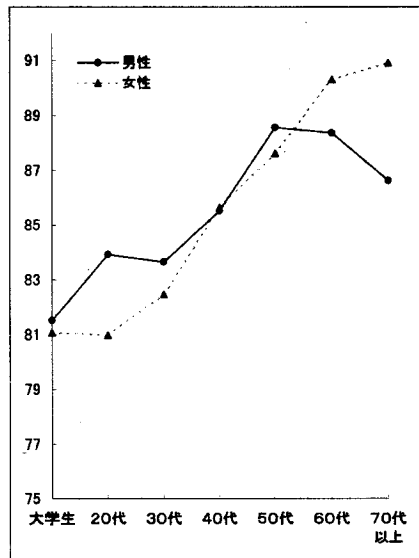


Fig.4 自己受容の発達の变化

Table 6 年齢段階別の自己受容得点の平均値(SD)

	大学生	20代	30代	40代	50代	60代	70代以上
男女込	81.25(11.51)	82.07(11.34)	83.03(10.18)	<< 85.58(10.58) <	87.90(9.86)	89.41(9.72)	88.55(10.85)
男性	81.50(12.38)	83.92(12.36)	83.65(10.11)	85.51(11.23)	88.55(10.93)	88.35(9.12)	86.62(11.3)
女性	81.07(10.87)	80.97(10.56)	82.47(10.23)	85.63(10.24)	87.81(9.38)	90.31(10.16)	90.90(9.91)

<<  $p < .01$  <  $p < .05$

#### 4. 考察

本研究結果から、PILが測定する、人生に意味や目的を見出し、充実感に満ちて生活できている度合いや自己受容の度合いが男女共に概ね加齢に伴って強くなっていくことが示され、PILによる調査結果は6年を経ても同様の傾向が見られた。老年期も含めた50代以降の女性の有意な得点上昇も特徴的であったが、老年期において女性の得点が男性を上回っていたという傾向は、自己受容でも示されていた。PILは自己受容と強い関連が見られている（相関係数：.737,  $p < 0.01$ ）。自己をいろいろな側面においてしっかり受容できていること、或いは、過去において受容し辛かった自己であっても加齢と共に様々な人生経験を経て、自己自身や他者、物事に対する見方が変化し、次第に自己を受容できるようになっていくことによって、自分の人生に対しても肯定的な見方ができるようになり、そのことが日々の生き方態度にも影響を及ぼしていくのではないだろうか。

また、人々は中年期後半から「死に対する心の準備」を次第に整えていく様子が窺えた。そして、その人なりに自分の人生に「意味や目的」を見出せていることが「死に対する心の準備」につながっていくことが示されていた。さらに、中年期以降を生きる人々にとっては、“いつも何かの課題に取り組んでいる。自分のなすべき課題や目標を自分から進んで見つけようとする。人生を充実したものに努力をしている”といった「自己課題的」な生き方態度もまたその要因となっていた。「死」というテーマが実感として身近なものに迫ってくる時、人は一日一日を大切に生きようとするものであろう。人生に対し悔いのない生き方をする、日々の生活を充実させて生きることが、いつ「死」と対峙することになってもよい心の準備につながるものであろうと思われる。また、人知を超えた「超越力」によって「生かされ、守られ、受容されている自己」といった感覚も「死」を自らの生命過程に包含する要因となっていた。「死」との対峙も含めて自己の「生・生命」を存在の根底から意識することによって、人知を超越したものに対する思いも強くなっていくのではないかと思われる。

そして、「死への心の準備」が出来ている人々は、EALの実存的生き方態度や対他的次元の生き方態度においても積極的で自律的・主体的に生き、充実感に満ちた生き方をしており、さらに、自尊感情や自己受容度も高く、他者との関係性における自己の存在価値をも自覚できている様子が窺えた。「死」を洞察するところから、残された人生、そして現在を如何に生きるかという自己の実存に関わる問題が自己の内に提起される。自己の内に渦巻く激しい葛藤から、時には人生をかけた決断が下されることもあろう。Kierkegaardは自己を喪失するか否かは人間の責任と決断に委ねられており、そこに人間にとっての無限の可能性と自由があるとした。このKierkegaardの説く責任性、決断性、自由性はFranklの思想にも受け継がれたものである。死との対峙からなされる残された人生への新たな決意といったこともあろう。「死」への洞察は「生・生命」への洞察につながるものでもあり、そのことが生き方態度にも反映されるのではないかと思われる。

本研究において見出された更なる特徴としては、全年齢群を通じての得点推移傾向を概観した場合、PIL得点、「死」に対する心の準備、自己受容、いずれもこれらの年齢段階別の得

点上昇過程において、40代における男女の得点が非常に近似していたことが挙げられよう。これは自尊感情や「ありのままの自己を生きる姿勢」においても同様の傾向が見られている(高井,1999b)。その後の生き方態度において、性差が見られるほど女性の得点が男性の得点を上回っていくものもあれば、性差はないものの男性の得点が女性の得点を上回っていたものもあった。生き方態度の有意な強まりというのは領域によっては30代から40代にかけて次第に始まっていくことも示されていたが、EALによる検討も含めると、特に女性における40代から50代にかけてその強まりが顕著であったことが明らかにされている。これら一連の生き方態度領域における複数の視点による検討から、40代という年齢段階が、成人期における人生の一つのturning pointとも言えるstageである様子が窺える。Jungは早くから中年の心理・社会的な発達に注目し、40歳前後を人生の一つの転換期として重視している。その時期は心理的に最も重要な変化が準備されている時期であるとしている。そして、Jungが呼ぶ「個性化(Jung,1933)」、或いは自己実現の過程が顕著になってくるのが40歳頃からであるという。中年期においては、自分の生活や人生について見直すことが多くなると言われているが、その見直しも、人生というものを生まれてから今日に至るまでの時間という観点よりもむしろ、今後生きていく上に残された時間という観点から捉えることによって人生を築き直そうとするのである。そして、残された時間には限りがあるにもかかわらず、成し遂げるべきことはまだまだ多いという切迫した感情をもつこともあろう。これをGould(1972)は「時間の圧搾(time squeeze)」と呼んでいる。中年期は、自我成熟に伴い、人生で最も安定し成熟した適応様式を示す時期であるという見方もある一方で、上述したようにそれまでひたすら歩んできた人生をふと立ち止まって振り返り、残された人生、残された時間といった感覚が強くなり、各自の生活世界の日々の営みにおける仕事や役割をこなす中で、焦燥に満ちた複雑な想いに駆られる時期でもある。また、身体的衰えも実感し始める時期でもある。女性にとっては更年期と言われるstageであり、身体的変化が精神的にも大きな影響を及ぼす時期である。心身における病的状態を引き起こすか否かは別として、中年期というのは人生における実存的テーマに対する関心が喚起される時期と言えよう。身体的変化や「死」のテーマ、そして残された人生の有限性を実感し、過去・現在・未来にわたって自分の人生を捉え直すとき、得られるものよりも失うもの、さらに自分の限界についての意識を強く持ち過ぎてしまうところから中年期の心理的危機が生じることもあろうと思われる。しかし、このような危機を如何に克服していくか、人生前半において生きられなかった自己をどう生きるか、残された人生をどう捉えるかによっても個人のその後の生き方態度が大きく異なってくるものであろう。対人関係領域において40代を境にその後の男女の生き方態度に差が見られたことも示されているが(高井,1999b)、女性は40代から50代にかけて対自的次元においても対他的次元においても前向きで積極的な生き方態度を強めていくことが示されていた。本研究におけるPIL得点においては男性の得点は60代をピークに低下していたが、女性は70代以上でも得点を伸ばし続けている。中年期は人生の危機も取り沙汰され、転換期とも言われるstageであるが、女性にとって大きな意識変革を迎える時期のようである。人生を積極的に生きる姿勢と共に、「死」への心の準備も着実に整えながら老年期の人生の統合(Erikson,1959)に向けての歩みを始めるのであろう。

以上に見てきたように、PILと自己受容を中心に他の変数をも加えて人々の生き方態度の発達の变化を検討してきた本研究、およびEALによる検討も含めた一連の実存的視点から見た生き方態度においては、中年期以降において男女の生き方態度に特徴的な差が見られたことや(高井,1999a,1999b)、40代というstageが成人期における転換期とも言えるstageであることが改めて浮き彫りにされた。さらに、中年期(特に50代)のみならず、老年期を生きる女性が男性に比して人生を前向きに積極的に生きている姿が捉えられた。死への心の準備と共に、自分に残された40代以降の人生をどう捉えるのかということによって、その後の生き方態度が異なってくるのではないかと思われる。これらのことも人生を積極的に生きる生き方の背景にある要因の一つと考えられるのではないだろうか。

しかしながら、心理学研究を行う場合、調査対象者によって、また、複雑な人間存在の内的世界のどこをどう切り取るかによって得られる人間像が異なってくることは言うまでもない。しかし、どのような研究から得られた知見も全て、人間に内在する或る側面を捉えていることは事実であろう。精神的健康の側面、臨床心理学的側面、身体的側面、その他様々な視点からのアプローチを通して広い視野から柔軟に人間を見つめていくことによって初めて、人間本質の全次元的現実にも迫れるものであろう。

#### [注]

- (1) 独立変数のうち、①PILに関しては、20項目の中から「意味・目的(主として人生の意味や目的を見出している度合いを問う6項目)」と「活気・充実感(日々の生活を活気や充実感に満ちて生活している度合いを問う9項目)」を取り出して用いた。

#### [引用文献]

- Crumbaugh, J.C. and Maholick, L.T. 1964 An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 200-207.
- Frankl, V.E. 1947 *Ein Psycholog Erlebt das Konzentrationslager Osterreichische Dokumente zur Zeitgeschichte 1*. Wien : Jugend und Volk. 霜山徳爾(訳) 1988『夜と霧』フランクル著作集1 みすず書房.
- Frankl, V.E. 1952 *Aerztliche Seelsorge*. Wien : Franz Deuticke. 霜山徳爾(訳) 1986『死と愛』フランクル著作集2 みすず書房.
- Frankl, V.E. 1955 *Pathologie des Zeitgeistes - Rundfunkvortrage über Seelen Heilkunde*. Wien : Franz Deuticke. 宮本忠雄(訳) 1977『時代精神の病理』フランクル著作集3 みすず書房.
- Frankl, V.E. 1969 *The will to meaning. Foundations and applications of logotherapy*. New American Library. 大沢博(訳) 1986『意味への意志』ブレン出版.
- Erikson, E.H. 1959 *Identity and The Life Cycle*. International Universities Press. 小此木啓吾(訳編) 1982『自我同一性—アイデンティティとライフ・サイクル』誠信書房.
- Gould, R.L. 1972 *The Phases of Adult Life : A Study in Developmental Psychology*. *The American Journal of Psychiatry*, 129, 521-531.
- Jung, C.G. 1933 *Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewuten*, Zürich. 野田 倬(訳) 1982『自我と無意識の關係』人文書院.
- 宮沢秀次 1988「女子中学生の自己受容性に関する縦断的研究」『教育心理学研究』36, 258-263.

- 岡堂哲雄監修 PIL研究会編 1993 『生きがい』河出書房新社。
- 佐藤文子 1975 「実存心理検査—PIL」 『心理検査学—心理アセスメントの基本』垣内出版, 323—343.
- 高井範子 1991 「現代人の生き方に関する一研究—実存的生活意識インベントリーの作成と年代別等の研究について—」『大阪大学人間科学部教育学専修卒業論文(未公刊)』
- 高井範子 1994 「実存分析的視点による現代人の生き方意識の検討—実存的生活意識インベントリーの作成と成人に対する調査の実施—」『人間性心理学研究』12(1),62-73.
- 高井範子 1997 「他者からの受容に関する一研究 —存在受容尺度作成の試み—」日本心理学会第61回大会発表論文集,76.
- 高井範子 1999a 「実存分析的視点による生き方態度の発達の研究—実存的生活態度インベントリー (EAL) による検討—」『大阪大学教育学年報』第4号,101-114.
- 高井範子 1999b 「対人関係性の視点による生き方態度の発達の研究」『教育心理学研究』47,317-327.

## A Study on the Developmental Process of the Attitude toward Life from the Viewpoint of an Existential Analysis

— An Investigation by using the PIL and the Self-acceptance scale —

Noriko TAKAI

The purpose of this study is to examine, using the PIL based on Frankl's existential analysis and the self-acceptance scale, how one's attitude toward life develops with age. Participants were 1,695 men and women, from 18 to 88 years old. The PIL measures to what degree people are full of vigor and successful in finding a meaning in life. The results were as follows: The mean scores of the PIL and the self-acceptance for both men and women tended to increase with age. They were significantly higher for the 30-39, 40-49, 50-59 age groups than each immediately preceding group. Furthermore, preparedness for one's death strengthened significantly from 50s onwards. For each age group, some factors were found. It was seen that such factors contribute to higher receptivity to death as finding "meaning or purpose" in one's life, and an autonomous life-style in which an individual sets him-/herself various assignments. It was further shown that a person who is prepared for death has a positive attitude toward life.