

# 成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究

西 田 裕 紀 子<sup>1</sup>

本研究の目的は、幅広い年代 (25~65 歳) の成人女性の多様なライフスタイルについて、複数の構成要素からなる心理的 well-being との関連から検討することであった。まず研究 1 では、成人期全般に適用でき、理論的背景が確認されている Ryff の概念に基づき、人格的成長、人生における目的、自律性、自己受容、環境制御力、積極的な他者関係の 6 次元を有する心理的 well-being 尺度が作成され、6 次元の信頼性・妥当性が確認された。また、年代によって心理的 well-being の様相が異なり、次元によっては発達的に変化することが示された。次に研究 2 では、ライフスタイル要因と心理的 well-being 各次元との関連について検討した。その主な結果は以下の通りである。(1)年代と就労の有無、社会活動参加度を独立変数、心理的 well-being 各次元を従属変数とする分散分析を行った結果、就労、社会活動という家庭外での役割は、成人女性の心理的 well-being とそれぞれ異なった形で関連していることが示された。特にこれまで家庭外役割としてほとんど焦点が当てられてこなかった社会活動が、就労とは異なった形で心理的 well-being と強く関連していたことから、成人女性の発達の特徴を考える際に、就労以外の様々な活動にも目を向けることの必要性が示唆された。(2)年代別に、妻、母親、就労者、活動者の各役割達成感と心理的 well-being 各次元との偏相関係数を検討した結果、長期にわたる成人期においては、各年代に応じた役割を獲得し、それによる達成感を得ることが心理的 well-being と強く関連することが明らかになった。この結果から、それぞれの役割の質的側面が成人女性のライフサイクルの中で異なった重要性を持つことが示唆された。

キーワード：成人女性、心理的 well-being、ライフスタイル、社会活動

## 問題と目的

近年、長寿化、少子化、生き方の多様化といった社会的変化に伴って、女性のライフサイクルが大きく変わりつつあることが指摘されている。

女性のライフサイクルの多様化については、岡本 (1994)、杉村 (1995) 等によって主としてアイデンティティ発達の視点から検討されてきた。これらの研究では、成人女性が伝統的な女性役割としての妻・母親役割と、職業などの家庭外の役割という複数の基盤をアイデンティティの中に持つようになったこと、特に成人中期の女性にとって、家庭外役割としての職業がアイデンティティの統合性と成熟性を獲得する上で重要な意味を持つことなどが示唆されている。一方、社会心理学の分野では、土肥・広沢・田中 (1990) が、妻・母親・就労者役割の多重性の心理的影響について、役割から得られる達成感を自己評定させることによってその質的側面から検討し、妻・就労者役割の質的側面

は生活満足感に大きな影響を与えることを指摘している。これらの成人女性に関する研究から以下の特徴と課題を指摘できる。

第 1 に、これまでは成人女性の家庭外役割として、就労に大きな焦点が当てられてきたことである。ところが、最近ではボランティア活動や学習活動など女性による積極的な社会活動が行われているという報告 (東京都生活文化局, 1994) がある。また、厚生省 (1998) は、成人女性の社会活動への参加率の増加傾向を報告し、様々な価値観に基づいて多元的な活動を行う民間非営利団体 (NPO; Non-Profit Organization) の活動の広がりとその重要性について指摘している。これらの現状を考慮すると、社会活動の軽視は、成人女性の家庭外役割の心理的影響を検討している先行研究の限界を生み出していると述べる Vandewater, Ostrove & Stewart (1997) の知見は注目に値する。さらに成人中・後期の課題である世代性 (Erikson, 1950) は、社会活動への積極的関与と強く関連する (McAdams, Hart & Marura, 1998) ことから、女性の家庭外役割として、就労に加えて社会活動を取り上げることの重要性が指摘できる。

第 2 には、成人期の中でも、育児期、成人中期など

<sup>1</sup> 旧 神戸大学大学院総合人間科学研究科  
現 名古屋大学大学院教育発達科学研究科  
E-mail: b001212d@mbox.media.nagoya-u.ac.jp

の特定の期間に焦点を当てた研究が多いことである。この点に関して、Baruch & Barnett (1986) は、多重役割の質的側面に焦点を当てた先駆的研究の中で、母親役割の質は、成人中・後期よりも成人初期の女性の心理的側面に対して大きな影響力を持つ可能性があるとして指摘している。また、就労に関して森永 (1997) は、ライフサイクルの各時期に仕事についての価値観がどのように変化するかについて検討する必要があると述べている。さらに夫婦関係に関しても、各段階でのライフサイクル課題を効果的に処理、対処していくことの必要性が示唆されており (光富, 1991)、それぞれの役割が心理的側面に及ぼす影響はライフサイクルに伴い変化していくことが推測される。従って、年齢を経るにつれてそれらがどのように変化するかについて検討することは、成人女性を発達の視点から捉えるための有用な着眼点であると考えられる。

第3には、成人女性のライフスタイルについて検討する際に設定される、研究上の従属変数の問題である。例えば、母親役割による心理的成熟は自我同一性スケール (Ramussen, 1961) には反映されにくいことが指摘されている (岡本, 1994)。この点に関して、以下の知見を考慮する必要があると思われる。まず、複数の役割の心理的影響について考える際、役割が何であるかによって、影響を受ける側面も多様であるとの指摘 (Baruch & Barnett, 1986 ; Vandewater, Ostrove & Stewart, 1997 等) がなされており、女性のライフスタイルが多様化している現在の状況に着目すると、より多様な心理的側面に注目することの重要性が指摘できる。さらに最近の成人発達研究では、成人期の心理的变化には積極的变化も消極的变化も見られることが示唆されている (Ryff, 1989 等) ことから、成人期全般にわたる心理的発達を検討するためには、先行理論によって明らかにされている成長、衰退の両側面を含む、複数の心理的指標が必要であると考えられる。

以上より、成人女性の多様なライフスタイルについて検討する際、(1)家庭外活動として就労だけでなく、社会活動を加えて検討すること、(2)成人期全般の女性を対象とすること、(3)研究上の従属変数として、成人期全般に有用であり、かつ多様な心理的特性を測定する安定した指標を従属変数として設定すること、の3点を考慮する必要があると思われる。特に(3)については、成人の発達、成熟に関する従来の理論や概念を検討することが必要である。そこで以下では、まず(3)について検討するために、Ryff (1989) によって提唱された心理的 well-being<sup>2</sup>概念に着目する。

Ryff は、従来の生涯発達理論 (Erikson, 1959 ; Buler, 1933 ; Neugarten, 1968) や臨床学的知見 (Jung, 1933 ; Rogers, 1961), Allport (1961) などの成人の人格発達や自己成長に関連した先行理論について詳細に検討し (Ryff, 1985)、それらの重複、収束した局面に着目して、心理的 well-being の統合モデルを組織化することを試みている (Ryff, 1989)。それによると、心理的 well-being は [人格的成長] [人生における目的] [自律性] [環境制御力] [自己受容] [積極的な他者関係] の6次元 (TABLE 1) からなる、人生全般にわたるポジティブな心理的機能である。また、これらの概念に基づいて慎重に尺度化を行い検討した結果、次元によって発達の变化のパターンに相違が見られることが確認されており (Ryff & Keys, 1995)、成人期全般にわたる多様な心理的变化を捉えるのに適していると考えられる。さらに、彼女は人生における様々な危機を人格再構成の機会として捉えており、心理的 well-being のこれらの次元は、その危機への挑戦による成長、発達の心理的様相を示すと述べている (Keys & Ryff 1998)。一方、成人期のいずれのライフステージにも女性特有の危機が存在し、その危機は現代の社会的変化に伴ってより顕在化している (岡本, 1994) ことから、心理的 well-being は、現代の成人女性の多様なライフスタイルについて検討する際の有効な従属変数になると思われる。

そこで本研究では、Ryff (1989) の概念に基づいて心理的 well-being 尺度を作成し、心理的 well-being のライフスタイル関連要因について幅広い年代の成人女性を対象として検討することを目的とする。具体的には以下の3点について検討する。1. 心理的 well-being 尺度を作成し、信頼性・妥当性を検討する。2. 心理的 well-being のライフスタイル関連要因として、就労に加えて、社会活動参加を取り上げて検討する。3. さらに、妻、母親を加えた4つの役割の意味が年代を追ってどのように変化するかについて検討する。

## 研究1 心理的 well-being 尺度の作成

### 目的

先述の概念に基づき、心理的 well-being を測定する尺度を作成し、その信頼性・妥当性の検討を行う。さらに、異なった年代における心理的 well-being の特徴

<sup>2</sup> 従来、well-being は主に幸福感として邦訳されてきた。ところが、Ryff (1989) は、それらの概念について理論的解釈が行われていないとして批判し、理論に導かれたポジティブな心理的機能として心理的 well-being 概念を提唱している。従って、これまで幸福感と訳されてきた well-being との区別を明確にするために、本研究では well-being を邦訳しないこととする。

TABLE 1 心理的 well-being 6次元の定義：(Ryff, 1989)

<p><b>人格的成長 (Personal Growth)：</b>発達と可能性の連続上において、新しい経験に向けて開かれている感覚 連続して発達する自分を感じている；自己を成長し発達し続けるものとして見ている；新しい経験に開かれている；潜在能力を有しているという感覚がある；自分自身がいつも進歩していると感じる</p> <p><b>人生における目的 (Purpose in Life)：</b>人生における目的と方向性の感覚 人生における目的と方向性の感覚を持つ；現在と過去の人生に意味を見出している；人生の目的につながる信念を持つ；人生に目標や目的がある</p> <p><b>自律性 (Autonomy)：</b>自己決定し、独立、内的に行動を調整できるという感覚 自己決定力があり、自立している；ある一定の考えや行動を求める社会的抑圧に抵抗することができる；自分自身で行動を統制している；自分自身の基準で自己を評価している</p> <p><b>環境制御力 (Environmental Mastery)：</b>複雑な周囲の環境を統制できる有能さの感覚 環境を制御する際の統制力や能力の感覚を有している；外的な活動における複雑な状況をコントロールしている；自分の周囲にある機会を効果的に使っている；自分の必要性や価値にあった文脈を選んだり創造することができる</p> <p><b>自己受容 (Self-Acceptance)：</b>自己に対する積極的な感覚 自己に対する積極的な態度を有している；良い面、悪い面を含む自己の多側面を認めて受け入れている；自分の過去に対して積極的な感情を持っている</p> <p><b>積極的な他者関係 (Positive Relationships with Others)：</b>暖かく、信頼できる他者関係を築いているという感覚 暖かく、満足でき、信頼できる他者関係を築いている；他者の幸せに関心がある；他者に対する愛情、親密さを感じており、共感できる；持ちつ持たれつの人間関係を理解している</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

(注)各次元の定義と、感覚を強く有する者の特徴を記述している。

について検討する。

## 方法

### 1. 心理的 well-being 項目の収集と整理

まず、Ryff (1989) の心理的 well-being 概念 (TABLE 1) 及び心理的 well-being 尺度 (Ryff & Keys, 1995) に基づいて、各次元につき10-13項目を作成し検討した。その際、成人期対象の尺度であることから、成人中期にあたる女性3名と共に分かりにくい表現等について検討し、修正を加えた。さらに、心理学専攻の大学院生12名によってランダムに並べられた項目を定義に基づいて各次元に分類する作業が行われた。その結果、作成した項目の6次元性が示され、内容的妥当性が確認された。以下の調査では、これらの手続きによって作成された76項目が用いられた。

### 2. 質問紙調査の実施

#### 調査時期と実施方法、調査対象

1998年9月に知人を介して質問紙を配布し、郵送によって後日回収した(有効回収率72.3%)。分析対象は、全項目に回答していた成人女性241名(平均年齢45.1歳、SD=8.70、MIN=25、MAX=63)。

#### 調査内容

- ①上述の心理的 well-being に関する76項目
- ②妥当性の検討に使用する尺度として、主観的幸福感(あなたは現在どのくらい幸せを感じていますか；10段階評定)、生活満足度(あなたは現在の生活にどのくらい満足していますか；4件法)、自尊感情10項目(Rosenberg, 1956)、精神健康調査票(The General Health Questionnaire) 12項目版。これらは従来、成人期に有用な well-being 尺度として用いられてきたものである。なお、主観的幸福感、生

活満足度以外は、「非常にあてはまる」から「全くあてはまらない」の6件法である。

## 結果と考察

### 1. 因子分析に基づく項目の選定

全項目において、回答の分布に極端な偏りは見られなかったため、上述した心理的 well-being に関する76項目について、主因子解、Varimax 回転による因子分析を行い、6次元性を考慮して6因子を抽出した。さらに当該の因子の負荷量.40以上で他の因子の負荷量が.30以下になるような項目を抽出して、再度因子分析を行った結果がTABLE 2である。第1因子には[人格的成長]を表わす8項目、第2因子には[人生における目的]を表わす8項目、第3因子には[自律性]を表わす8項目、第4因子には[自己受容]を表わす7項目、第5因子には[環境制御力]を表わす6項目、第6因子には[積極的な他者関係]を表わす6項目に負荷量が高かった。また、全項目が仮定された各次元を示す因子に、高い負荷を示していることが確認された。以上の因子分析の結果は、本研究で仮定された心理的 well-being 6次元性の妥当性をほぼ支持するものと考えられる。以下では、ここで得られた心理的 well-being 43項目6次元について検討する。分析にあたっては、各次元それぞれの平均点を算出し各次元得点とした。

### 2. 信頼性の検討

各次元の内部一貫性を確認するため、上で得られた各次元得点について、Cronbach の  $\alpha$  係数を算出したところ、.76~.90の高い値が得られた。また、次元ごと

TABLE 2 心理的 well-being 因子分析結果 (Varimax 回転後)

	F1	F2	F3	F4	F5	F6	h <sup>2</sup>
<b>人格的成長</b>							
これから、私はいろいろな面で成長し続けたいと思う	.765	-.103	-.044	.093	.196	.100	.655
新しいことに挑戦して、新たな自分を発見するのは楽しい	.716	-.100	-.232	-.037	.337	.146	.714
私には、もう新しい経験や知識は必要ないと思う*	-.714	.169	.094	-.118	-.121	-.110	.588
これ以上、自分自身を高めることはできないと思う*	-.674	.259	.155	-.162	-.034	-.080	.579
自分らしさや個性を伸ばすために、新たなことに挑戦することは重要だと思う	.645	.182	.029	-.006	.213	.212	.540
私は、新しい経験を積み重ねるのが、楽しみである	.597	.007	-.100	-.003	.256	.258	.499
私の能力は、もう限界だと思う*	-.558	.246	.107	-.251	.121	-.084	.467
私の人生は、学んだり、変化したり、成長したりする連続した過程である	.450	-.144	-.040	.107	.290	.103	.331
<b>人生における目的</b>							
私は現在、目的なしにさまよっているような気がする*	-.160	.732	.083	-.272	-.185	-.054	.679
私の人生にはほとんど目的がなく、進むべき道を見出せない*	.289	.709	.192	-.126	-.063	-.160	.668
本当に自分のやりたいことが何なのか、見出せない*	.130	.605	.106	-.276	-.168	-.164	.525
自分がどんな人生を送りたいのか、はっきりしている	.014	-.545	-.152	.264	.217	.296	.524
私はいつも生きる目標を持ち続けている	.152	-.502	-.105	.148	.232	.269	.434
私は、自分が生きていることの意味を見出せない*	-.244	.476	.081	-.297	.013	-.187	.416
私の人生は退屈で、興味がわかない*	-.299	.462	.155	-.335	-.165	-.134	.485
私は、自分の将来に夢を持っている	.246	-.458	-.064	-.109	.082	.271	.366
<b>自律性</b>							
私は何かを決めるとき、世間からどうみられているかとても気になる*	-.051	.122	.744	-.235	.075	-.020	.632
重要なことを決めるとき、他の人の判断に頼る*	-.159	.239	.662	-.096	-.232	.008	.585
自分の生き方を考えるとき、人の意見に左右されやすい*	-.020	.278	.662	-.107	-.114	.007	.541
自分の考え方は、そのときの状況や他の人の意見によって、左右されがちである*	-.051	.280	.597	-.133	.023	.004	.456
何かを判断するとき、社会的な評価よりも自分の価値観を優先する	.219	.033	-.579	-.011	.172	.150	.437
私は、自分の行動は自分で決める	.022	.048	-.567	-.036	.253	.009	.389
自分の行動を決定するとき、社会的に認められるかどうかをまず考える*	-.010	-.039	.491	-.173	.213	.023	.318
習慣にとらわれず、自分自身の考えに基づいて行動している	.150	-.014	-.431	.187	.185	.010	.278
<b>自己受容</b>							
私は自分の生き方や性格をそのまま受け入れることができる	.145	-.150	-.015	.690	.277	.172	.626
私は、自分自身が好きである	.072	-.176	-.112	.636	.133	.278	.548
私は、自分の性格についてよく悩むことがある*	.095	.178	.293	-.613	.035	-.120	.518
良い面も悪い面も含め、自分自身のありのままの姿を受け入れることができる	.246	-.178	.023	.603	.240	.074	.520
私は、今とは異なる自分になりたいとよく思う*	.112	.209	.265	-.475	.102	-.112	.376
私は、これまでの人生において成し遂げてきたことに、満足している	.140	-.162	-.093	.454	.157	.092	.293
私は、自分に対して肯定的である	.133	-.193	-.159	.393	.242	.161	.320
<b>環境制御力</b>							
私は、うまく周囲の環境に適応して、自分を生かすことができる	.163	-.165	-.137	.296	.584	.223	.550
状況をよりよくするために、周りに柔軟に対応することができる	.290	-.131	.007	.165	.557	.151	.462
自分の身に降りかかってきた悪いことを、自分の力でうまく切り抜けることができる	.195	-.199	-.283	.102	.542	.078	.469
自分の周りで起こった問題に、柔軟に対応することができる	.063	-.212	-.140	.174	.509	.214	.404
私の今の立場は、様々な状況に折り合いをつけながら、自分で作り上げたものである	.116	-.020	-.076	.155	.467	.024	.262
私は、周囲の状況にうまく折り合いをつけながら、自分らしく生きていると思う	.264	-.128	-.141	.219	.425	.254	.399
<b>積極的な他者関係</b>							
私は、あたたかく信頼できる友人関係を築いている	.105	-.162	-.028	.135	.194	.652	.519
他者との親密な関係を維持するのは、面倒くさいことだと思う*	-.099	.151	.075	-.132	-.225	-.556	.415
私はこれまでに、あまり信頼できる人間関係を築いてこなかった*	-.225	.242	.105	-.220	-.102	-.477	.407
私は他者といると、愛情や親密さを感じる	.184	-.100	.064	.240	.238	.474	.387
私は他者に強く共感できる	.172	-.190	.058	.139	.259	.430	.340
自分の時間を他者と共有するのはうれしいことだと思う	.192	-.052	-.042	.173	.150	.400	.254
因子寄与(自乗和)	4.363	3.592	3.481	3.379	2.920	2.439	20.174
寄与率 (%)	10.146	8.353	8.096	7.859	6.791	5.672	46.917

\*: 逆転項目

ところ、いずれの項目についても.550以上の有意な相関が得られた。さらに、調査対象者の一部(N=92)に約10~12週間の期間において回答を求めた結果、.58~.76の有意な相関が得られた。これらの結果から、各次元

の比較的高い整合性、安定性が確認された。

### 3. 妥当性の検討

構成概念妥当性を検討するために、well-beingの情緒的側面を測定する主観的幸福感単一項目尺度と認知

的側面を測定する生活満足度単一項目 (Diener, 1984), 様々な心理社会的適応との関連が深いとされる自尊心 (遠藤, 1992), 最近の happiness に関する研究領域の 1 つである精神的健康 (吉森, 1992) と各次元得点との相関を求めた (TABLE 3)。その結果, 全ての組み合わせにおいて有意な相関が認められ, その関連の様相は各次元において異なっていた。これらは, それぞれの次元が心理的 well-being の包括的な心理状態を測定しつつ, 異なった側面を測定していることを示唆している。

TABLE 3 心理的 well-being 6 次元と諸尺度との相関

	人格的成長	人生における目的	自律性	自己受容	環境制御力	積極的な他者関係
生活満足度	.178**	.485***	.199**	.436***	.310***	.277***
主観的幸福感	.219**	.499***	.215**	.499***	.291***	.351***
精神的健康	-.231**	-.480***	-.326***	-.423***	-.510***	-.347***
自尊心	.617***	.694***	.575***	.750***	.629***	.492***

\*\*p<.01 \*\*\*p<.001

#### 4. 心理的 well-being の発達的变化

より安定した結果を得るために対象者の人数を増やして (25~34 歳 54 名, 35~44 歳 155 名, 45~54 歳 174 名, 55~65 歳 52 名), 年代による心理的 well-being の様相の特徴について検討した。年代別の各次元のプロフィールを FIGURE 1 に示す。心理的 well-being を従属変数, 年代と次元を独立変数とする 4 × 6 の分散分析を行った結果, 年代と次元の交互作用が有意であった ( $F(15,2155) = 6.82, p<.01$ )。そこで水準別誤差項を用いた単純主効果を検討すると, 以下のことが示された。まず, 次元別の年代の差では, [人格的成長] は 25~34 歳・35~44 歳 > 45~54 歳・55~65 歳, [人生における目的] [環境制御力] は 35~44 歳・45~54 歳・55~65 歳 > 25~34 歳, [自律性] では年代が上がるほど高く, [積極的な他者関係] は 55~65 歳 > 25~34 歳・35~44 歳であった。また, 年代

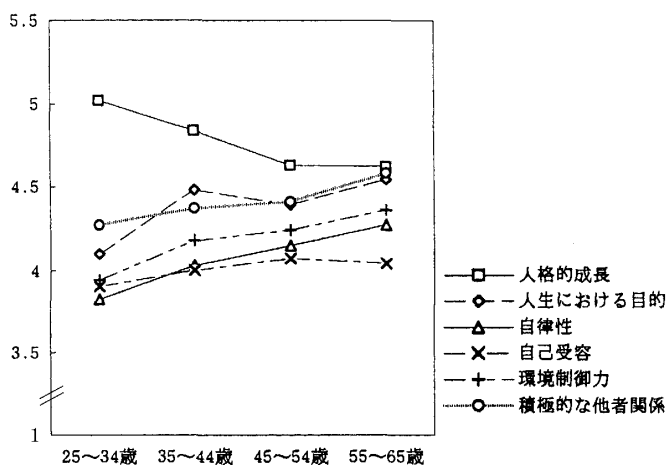


FIGURE 1 心理的 well-being 6 次元の年代別プロフィール

別の 6 次元の差については, 25~34 歳では人格的成長 > 積極的な他者関係 > 人生における目的 > 環境制御力・自律性・自己受容, 35~44 歳では人格的成長 > 積極的な他者関係・人生における目的 > 環境制御力 > 自律性・自己受容, 45~54 歳では人格的成長 > 積極的な他者関係・人生における目的・環境制御力 > 自律性・自己受容, 55~65 歳では人格的成長・積極的な他者関係・人生における目的 > 環境制御力・自律性 > 自己受容であった。これらの結果から, 25~34 歳では人格的成長の感覚が強いのにに対して, 55~65 歳ではその感覚は弱くなる一方で自律性の感覚が強まるというように, 年代によって心理的 well-being の様相が異なり, 次元によっては発達的に変化することが示唆された。また, Ryff & Keys (1995) とほぼ一致した結果が得られたことから, 先行理論から導かれた心理的 well-being 6 次元は, 社会や文化の影響をあまり受けず, 比較的安定している可能性がある。

## 研究 2

### 目的

成人期における女性の心理的 well-being について, ライフスタイル要因との関連から横断的に検討する。まず, 要因として就労の有無, 社会活動の参加度をとり上げて検討する。さらに, 質的側面として妻, 母親を加えた 4 つの役割達成感を取り上げ, それらが各年代の心理的 well-being にどのように影響を及ぼしているのかを明らかにする。

### 方法

調査時期と実施方法, 調査対象

1998 年の 10~11 月に, 知人を介して質問紙を配布し, 郵送によって後日回収した (有効回収率 70.0%)。対象は, 成人女性 435 名 (平均年齢 = 44.40 歳,  $SD = 8.67$ ,  $MIN = 25$ ,  $MAX = 65$ )。分析にあたっては 25~34 歳 ( $N = 54$ , 平均年齢 = 29.61 歳,  $SD = 2.98$ ), 35~44 歳 ( $N = 155$ , 平均年齢 = 40.01 歳,  $SD = 2.68$ ), 45~54 歳 ( $N = 174$ , 平均年齢 = 49.68 歳,  $SD = 2.38$ ), 55~65 歳 ( $N = 52$ , 平均年齢 = 59.00 歳,  $SD = 2.77$ ) の 4

<sup>3</sup> 対象者の最終学歴は以下の通りである。25~34 歳: 中・高卒 3.7%, 短大 (以下, 専門学校も含む) 卒 7.4%, 大学卒 88.9%, 35~44 歳: 中・高卒 12.9%, 短大卒 27.1%, 大学卒 60.0%, 45~54 歳: 中・高卒 40.8%, 短大卒 28.2%, 大学卒 31.0%, 55~65 歳: 中・高卒 30.8%, 短大卒 23.1%, 大学卒 46.2%。なお, 就労状況, 社会活動参加について, 年代別に最終学歴による偏りが見られるかどうかについて検討すると, 45~54 歳では社会活動参加に有意な偏りが見られ, 大学卒に積極群が多く, 55~65 歳では就労状況において大学卒に有職群が多かった ( $\chi^2(2) = 4.17, p < .10$ ;  $\chi^2(2) = 6.03, p < .05$ )。

年代に分割した<sup>3</sup>。対象者の96.5%が配偶者を有し、92.6%が子どもを有する。なお、各年代の末子の年齢の平均値は、25～34歳：3.33歳、35～44歳：9.15歳、45～54歳：18.30歳、55歳～65歳：27.30歳であった。成人女性のライフステージとして、末子の年齢の重要性が指摘されている(川浦他,1995)こと、社会活動には親役割を通じて行う活動も含まれることから、考察の際には合わせて検討する。

研究2の対象者は研究1-4と同一である。

#### 調査内容

##### ①心理的 well-being 尺度43項目

②就労状況：[1.常勤職 2.非常勤職(パート,アルバイトなど) 3.無職 4.その他の仕事]から1つ選択。本研究では家庭外活動の1つとして就労を取り上げていること、25～34歳、55～65歳の対象者数が少ないことから、分析ではその時点で職業を有している1, 2, 4を有職群, 3を無職群とした。なお35～44歳、45～54歳の対象者に関する追加の分析では、1を常勤群, 2, 4を非常勤群, 3を無職群に分類した。

③社会活動参加度：「新しい活動を作り出したり、活動をよりよくするために積極的に関わっていますか」という教示に対して [1.積極的に関わっている 2.今は受動的だが今後積極的に関わるつもりだ 3.受動的に関わっている 4.全く関わっていない] から1つ選択。社会活動は④のような幅広い活動を表わすことを明記した。なお、社会活動の中には個人の自発性に基いてというより、PTA活動、自治会活動など横並びの付き合いによって受動的に参加する面が強い活動もあり(厚生省,1998)、参加の有無より参加意識の強さに意味があると考えられる<sup>4</sup>。従って、分析に用いる群分けの際、参加意識の強さの視点を取り入れて1, 2を積極群, 3, 4を受動群とした。

④社会活動への参加：TABLE 4に示す社会活動に参加しているかどうかについて、複数回答方式で質問した。項目については、川浦・池田・伊藤・本田(1996),

<sup>4</sup> 対象者数の多い35～44歳、45～54歳について、心理的 well-being を従属変数とする年代(2)×社会活動参加度(4)の2要因分散分析を行った結果、全次元において社会活動参加度の主効果が確認され(人格的成長：F(3.322)=10.25, p<.001；人生における目的：F(3.322)=6.33, p<.01；自律性：F(3.322)=6.80, p<.01；環境制御力：F(3.322)=5.75, p<.01；自己受容：F(3.322)=5.48, p<.01；積極的な他者関係：F(3.322)=7.52, p<.01), [人格的成長][人生における目的][積極的な他者関係][環境制御力]では、1・2>3・4, [自律性][自己受容]では、1・2>3であった。これらの結果からも、対象者の年齢層を拡大して、1, 2を積極群, 3, 4を受動群として検討する意味があると考えられる。

TABLE 4 年代別社会活動の参加率

	人数(%)				$\chi^2$ 値
	25～34歳 N=54	35～44歳 N=155	45～54歳 N=174	55～65歳 N=52	
学校の父母会・PTA活動	11(20.4)	107(69.0)	55(31.6)	9(5.8)	93.21***
子ども会や青少年団体の活動	7(13.0)	51(32.9)	12(6.9)	4(7.7)	44.16***
近所のお祭り	9(16.7)	60(38.7)	39(22.4)	11(21.2)	16.30**
生協活動	6(11.1)	52(33.5)	54(31.0)	8(15.4)	15.01**
趣味のサークル	11(20.4)	56(36.1)	77(44.3)	27(51.9)	14.03**
学習活動(講座・読書会など)	10(18.5)	33(21.3)	50(28.7)	19(36.5)	7.07†
福祉などのボランティア活動	4(7.4)	20(12.9)	35(20.1)	15(28.8)	11.73**
町会や自治会、商店街などの活動	7(13.0)	57(36.8)	56(36.8)	21(40.4)	12.18**
スポーツ活動	9(16.7)	35(22.6)	34(19.5)	7(13.5)	n.s
資源ごみの回収	8(14.8)	32(20.6)	40(23.0)	11(21.2)	n.s
募金活動	3(5.6)	17(11.0)	22(12.6)	7(13.5)	n.s

†<.10\*\*p<.01\*\*\*p<.001

総務庁青少年対策本部(1997)を参考にした。

⑤役割達成感 a.妻役割達成感(土肥他,1990)：「夫と十分なコミュニケーションをとっている」などの妻としての達成感を測定する10項目 b.母親役割達成感(土肥他,1990)：「子どもは私をととても信用してくれている」などの母親としての達成感を測定する10項目 c.就労者役割達成感(土肥他,1990)：「自分の持つ能力を新たに発見した」などの就労者としての達成感を測定する10項目 d.活動者役割達成感(土肥他,1990を参考に作成)：「活動中、楽しく過ごしている」などの社会活動における達成感を測定する10項目。各役割に当てはまる人のみに回答を求めた。各役割達成感尺度の $\alpha$ 係数を算出したところ、.89～.92の値が得られたため、全項目を分析に使用した。なお、①⑤は6件法である。

#### 結果と考察

##### 1. 対象者の就労および社会活動参加状況

まず、対象者の就労状況について概観する。年代別の有職群の人数は、25～34歳で24名(44.4%)、35～44歳で90名(58.1%)、45～54歳で115名(66.1%)、55～65歳で28名(53.8%)であり、その割合は45～54歳で高く、25～34歳で低かった( $\chi^2(3)=8.97, p<.05$ )。さらに有職群を常勤、非常勤の2群に分けて年代で偏りが見られるかどうかについて検討すると、25～34歳では常勤の割合が高く、45～54歳では非常勤の割合が高かった( $\chi^2(3)=11.26, p<.01$ )。これらの結果から、25～34歳では就労率は低いが常勤の率は高いこと、一方45～54歳では就労率は高いが、常勤ではなく、非常勤で働いている人が多いことが示された。

次に社会活動参加状況について検討する。年代別の積極群の人数は、25～34歳で22名(40.7%)、35～44歳で91名(58.7%)、45～54歳で84名(48.3%)、55～65歳で26名(50.0%)であり、その割合は35～44歳で高く、25～34

歳で低い傾向が見られた( $\chi^2(3)=6.49, p<.10$ )。次に年代別の具体的な社会活動の参加率を TABLE 4 に示す。各活動について  $\chi^2$  検定を行った結果、〈学校の父母会・PTA 活動〉〈子ども会や青少年団体の活動〉〈近所のお祭り〉〈生協活動〉は35~44歳の参加率が高く、〈趣味のサークル〉では45~54歳・55~65歳の参加率が高かった。また、〈学習活動(講座・読書会など)〉〈福祉などのボランティア活動〉〈町会や自治会、商店街活動などの活動〉では55~65歳の参加率が高かった。この結果から社会活動の参加形態は、特に35~44歳、55~65歳で特徴的であり、子どもが就学している可能性の高い前者は主に子どもを通じて、あるいは母親役割を通して行う活動であるのに対して、後者は一個人として能力を伸ばしたり、幅広い人間関係や社会での共同性を生み出す活動であると考えられる。

## 2. 心理的 well-being と就労・社会活動参加との関連

次に、就労および社会活動への参加度と心理的 well-being 各次元との関連を検討するために、年代(4)×就労(2)、年代(4)×社会活動への参加度(2)の2要因分散分析を行った (TABLE 5, TABLE 6)。

その結果、年代×就労においては[人格的成長][人生における目的][自己受容][環境制御力]で交互作用が有意であった ( $F(3.427)=5.76, p<.001$ ;  $F(3.427)=3.29, p<.05$ ;  $F(3.427)=3.05, p<.05$ ;  $F(3.427)=4.46, p<.01$ )。単純主効果を検討した結果、いずれの次元でも55~65歳で有職群と無職群の得点に有意差 ( $p<.01$ ) があるという共通の特徴が見られた。また、[自律性]では、就労の主効果が有意傾向を示し ( $F(3.427)=3.27, p<.10$ )、無職群に比

して有職群の得点が高かった。これらの結果は、有職は成人期全般にわたって[自律性]の感覚と関連すること、特に子どもが就職や結婚を契機に家を離れている可能性が高い55~65歳の女性の[人格的成長][人生における目的][環境制御力][自己受容]の感覚と強く関連することを示唆している。さらに就労形態の有する意味を検討するために、対象者数の多い35~44歳、45~54歳について、有職群を常勤、非常勤に分け、無職を加えた3群を就労の水準として、年代(2)×就労(3)の2要因分散分析を行った。その結果、[人格的成長][環境制御力]で交互作用が有意であり ( $F(2.323)=5.10, p<.01$ ;  $F(2.323)=4.76, p<.05$ )、就労形態別の単純主効果を中心に検討すると、常勤群において35~44歳<45~54歳であった。45~54歳において常勤職に就いていることが、それまでとは異なった積極的な意味を有するというこれらの結果は、中年期に至ると、職業と家庭を両立させてきた人々の生活満足感が高くなることを指摘する岡本(1997)の知見とほぼ一致していると考えられる。

次に、年代×社会活動参加度では、全次元において、社会活動参加度の主効果が確認され ( $F(3.427)=38.50, p<.001$ ;  $F(3.427)=28.20, p<.001$ ;  $F(3.427)=5.92, p<.05$ ;  $F(3.427)=14.53, p<.001$ ;  $F(3.427)=15.69, p<.001$ ;  $F(3.427)=32.25, p<.001$ )、積極群は受動群よりも、全次元で高得点を示していた。この結果から、どの年代においても、社会活動に積極的に関わることは、あるいはその意欲と、心理的 well-being とは強い関連があることが示された。また、その具体的内容は年代によって異なるとい

TABLE 5 心理的 well-being 各次元：年代×就労の分散分析結果

	25~34歳		35~44歳		45~54歳		55~65歳		主効果		
	有職群(N=24)	無職群(N=30)	有職群(N=90)	無職群(N=65)	有職群(N=115)	無職群(N=59)	有職群(N=28)	無職群(N=24)	世代	就労	交互作用
人格的成長	4.91(.64)	5.09(.51)	4.90(.66)	4.75(.61)	4.61(.70)	4.65(.63)	4.97(.72)	4.21(.81)	6.51***	n.s.	5.76**
人生における目的	4.21(1.03)	4.01(.99)	4.56(.72)	4.37(.76)	4.37(.79)	4.43(.89)	4.88(.68)	4.13(.96)	3.39*	4.36*	3.29*
自律性	3.88(.77)	3.76(.80)	4.08(.63)	3.94(.74)	4.15(.71)	4.16(.81)	4.50(.73)	3.98(.65)	4.36**	3.27†	n.s.
自己受容	4.00(.73)	3.83(1.01)	4.02(.70)	3.97(.69)	4.05(.63)	4.12(.79)	4.34(.81)	3.70(.77)	n.s.	n.s.	3.05*
環境制御力	4.02(.60)	3.87(.72)	4.21(.56)	4.14(.63)	4.24(.56)	4.23(.55)	4.68(.75)	3.98(.71)	4.79**	5.25*	4.46**
積極的な他者関係	4.27(.67)	4.31(.80)	4.32(.56)	4.43(.62)	4.39(.65)	4.44(.63)	4.76(.59)	4.38(.71)	2.26†	n.s.	n.s.

† $p<.10$  \* $p<.05$  \*\* $p<.01$  \*\*\* $p<.001$

TABLE 6 心理的 well-being 各次元：年代×社会活動参加の分散分析結果

	25~34歳		35~44歳		45~54歳		55~65歳		主効果		
	積極群(N=22)	受動群(N=32)	積極群(N=91)	受動群(N=64)	積極群(N=84)	受動群(N=90)	積極群(N=26)	受動群(N=26)	世代	社会活動参加	交互作用
人格的成長	5.15(.49)	4.91(.62)	4.97(.63)	4.64(.61)	4.80(.73)	4.46(.58)	5.04(.65)	4.19(.82)	6.90***	38.50***	n.s.
人生における目的	4.32(1.09)	3.95(.94)	4.60(.70)	4.32(.77)	4.62(.82)	4.17(.75)	4.89(.68)	4.18(.96)	3.52*	28.20***	n.s.
自律性	3.89(.84)	3.77(.75)	4.04(.73)	4.01(.61)	4.28(.79)	4.03(.68)	4.44(.79)	4.09(.65)	4.37**	5.92*	n.s.
自己受容	4.13(.89)	3.75(.88)	4.05(.64)	3.92(.76)	4.23(.78)	3.93(.56)	4.27(.85)	3.81(.79)	n.s.	14.53***	n.s.
環境制御力	4.11(.79)	3.82(.54)	4.24(.57)	4.09(.60)	4.35(.58)	4.13(.51)	4.58(.71)	4.13(.85)	4.78**	15.69***	n.s.
積極的な他者関係	4.64(.78)	4.02(.61)	4.43(.59)	4.28(.57)	4.59(.63)	4.24(.60)	4.85(.59)	4.31(.65)	2.44†	32.25***	n.s.

† $p<.10$  \* $p<.05$  \*\* $p<.01$  \*\*\* $p<.001$

う先述の結果と合わせて考えると、個人的、社会的状況の変化に合わせて、社会への関わり方をより積極的に変化させていくことの重要性(茂野, 1993)を、社会活動参加という点でも指摘できる。

以上のように、就労、社会活動という家庭外役割を担うことは、成人女性の心理的 well-being にそれぞれ異なった形で強く関連していることが示唆された。以下では、妻、母親を加えた各役割がライフサイクルの中でいかなる意味を持つのかについて、役割達成感という質的側面からさらに詳しく検討する。なお、以下の対象は妻、母親役割共に担っている対象者の一部(N=306; 25~34歳 28名, 35~44歳 120名, 45~54歳 120名, 55~65歳 38名)である。

3. 各役割達成感の発達の变化

心理的 well-being との関連の検討に先立ち、各役割達成感の年代を追った変化について検討する。

年代別の各役割達成感のプロフィールを FIGURE 2 に示す。各役割達成感について、年代を要因とする分散分析を行った結果、「母親役割達成感」「就労者役割達成感」「活動者役割達成感」において、有意または有意傾向が認められた (F(3.303)=11.78, p<.001; F(3.193)=3.08, p<.05; F(3.214)=2.59, p<.10)。さらに LSD 法による多重比較を行った結果、母親役割達成感は、若い年代ほど高かったのに対して、就労者役割達成感は45~54歳<55~65歳、活動者役割達成感は35~44歳<25~34

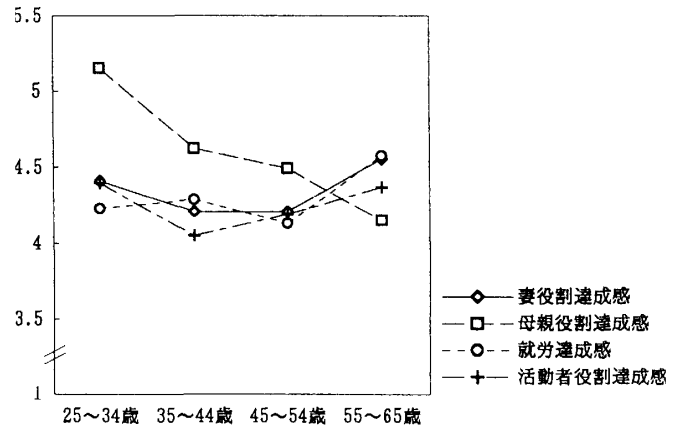


FIGURE 2 役割達成感の年代別プロフィール

歳・55~65歳であった。これらの結果より、母親、就労者、活動者の役割の質的側面には、年代により相違が見られることが明らかになった。

4. 心理的 well-being と各役割達成感との関連

心理的 well-being と各役割達成感との関連について検討するために、各役割達成感と心理的 well-being との偏相関係数を算出した。TABLE 7 は他の役割を統制した場合の心理的 well-being 各次元と各役割達成感との年代別偏相関係数である。なお、各年代の各役割における対象者数の差が大きいため、有意または有意傾向の .30以上の相関係数に注目して検討する。

まず「妻役割達成感」では、25~34歳で「人生にお

TABLE 7 役割達成感と心理的 well-being 6次元との関連 (他の役割を制御したときの偏相関係数)

	N	人格的成長	人生における目的	自律性	自己受容	環境制御力	積極的な他者関係
25~34歳							
妻役割達成感	28	-.177	.352†	.018	.115	.379*	-.010
母親役割達成感	28	.195	.495*	.169	.705***	.280	.246
就労者役割達成感	12	.235	.264	.428†	.413†	.500*	.459*
活動者役割達成感	20	.376†	.371†	.082	.232	.322	.535**
35~44歳							
妻役割達成感	120	.271**	.389***	.099	.375***	.295**	.296**
母親役割達成感	120	.357***	.411***	.216*	.273**	.231*	.428***
就労者役割達成感	75	.434***	.469***	.222†	.303**	.182	.284**
活動者役割達成感	96	.154	.251*	.056	.080	.242*	.222*
45~54歳							
妻役割達成感	120	.245*	.382***	.028	.367***	.222*	.389***
母親役割達成感	120	.140	.183*	-.090	.091	.189*	.190*
就労者役割達成感	82	.272*	.468***	.091	.352**	.223*	.253*
活動者役割達成感	74	.565***	.475***	.411***	.449***	.491***	.425***
55~65歳							
妻役割達成感	38	.040	.289†	.333†	.292†	.267	.210
母親役割達成感	38	.246	.130	.078	.076	.016	.120
就労者役割達成感	27	.310†	.446*	.288	.535**	.690***	.568**
活動者役割達成感	27	.386†	.433*	.289†	.680***	.693***	.631**

†<.10 \*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.00

就労、活動に従事していない対象者も含んでいるが、当該の達成感以外の達成感得点については、役割に当てはまらない場合に0を割り当てて0-6点の範囲をとることとし、その得点を統制して偏相関係数を算出している。

ける目的] [環境制御力], 35~44歳で [人生における目的] [自己受容], 45~54歳で [人生における目的] [自己受容]に加えて [積極的な他者関係], 55~65歳では [自律性] においてのみ .30以上の弱い正の相関が認められた。上述したように年代による妻役割達成感得点の差は見られなかったが, その達成感と心理的 well-being との関連には相違があることが明らかになった。特に, 55~65歳において [自律性] との関連が相対的に強くなるのは, 子育てという共通目標を目指した役割分担を離脱し, 互いの自主性に基づく新たな価値観や目標を再構成しなければならない時である (茂野, 1993) ことと関係していると思われる。

次に「母親役割達成感」は, 25~34歳では [人生における目的] と中程度の正の相関, [自己受容] との比較的強い正の相関が得られ, 35~44歳では [人格的成長] との弱い正の相関, [人生における目的] [積極的な他者関係] との中程度の正の相関が認められた。一方, 45~54歳, 55~65歳では .30以上の相関は見られなかった。母親役割達成感が年代を経るにつれて低下し, 心理的 well-being との関連も見られなくなることは, 母親としての役割を終えていく様相を示唆している。

さらに「就労者役割達成感」は, 25~34歳で [自律性] [自己受容] [環境制御力] [積極的な他者関係] において中程度の正の相関が認められ, 35~44歳では [人格的成長] [人生における目的] で中程度の正の相関, [自己受容] で弱い正の相関が認められた。45~54歳においては [人生における目的] で中程度の相関, [自己受容] で弱い正の相関が見られ, 55~65歳では [人生における目的] [自己受容] [環境制御力] [積極的な他者関係] で中程度の正の相関が確かめられた。以上より, 特に, 常勤職の割合が高いと考えられる25~34歳, 子どもが物理的にも独立する時期である55歳~65歳において, 就労は積極的な意味を持つことが示唆された。

一方, 「活動者役割達成感」は, 25~34歳では [人格的成長] [人生における目的] と弱い正の相関, [積極的な他者関係] と中程度の正の相関が得られたが, 35~44歳では .30以上の相関は得られなかった。しかし45~54歳では全ての次元において中程度の正の相関が認められ, 55~65歳でも [人格的成長] との弱い正の相関, [人生における目的] [自己受容] [環境制御力] [積極的な他者関係] と中程度の正の相関が得られた。この結果から, 特に45~54歳, 55~65歳の子どもの自立に直面する時期の社会活動の重要性が示唆された。

これらの結果から, それぞれの役割が成人期のライフサイクルにおいて異なった意味を持つこと, 成人期

には, その時期に応じた新たな役割を積極的に獲得することが大きな課題であることが示唆された。

### 総合的考察

本研究では, 幅広い年代の成人女性を対象として, [人格的成長] [人生における目的] [自律性] [自己受容] [環境制御力] [積極的な他者関係] の6次元からなる心理的 well-being 尺度を作成し, その6次元性の信頼性・妥当性を確認した。さらに, 心理的 well-being のライフスタイル関連要因について検討した。以下ではその結果について総合的に考察する。

まず, 年代によって心理的 well-being の様相が異なること, また, 次元によっては発達的に変化することが示された。特に, 岡本 (1995) によって大きな発達の変化が指摘されている30代後半から40代前半では, 人生における目的と方向性の感覚(人生における目的), 自己決定し, 独立, 内的に行動を調整できるという感覚(自律性), 複雑な環境を統制する有能さの感覚(環境制御力)に積極的な変化が見られた。これらの結果は, 成人中期には, 社会的環境を効果的に操作して, 自分独自の規律や規範を作り出す (Neugarten, 1968) こと, 成人中期の主観的意識の中には自己確立感や安定感の増大という肯定的変化も存在する (岡本, 1994) ことを示唆していると思われる。一方, 発達と可能性の連続上にいるという感覚(人格的成長)の低下という消極的な変化も存在し, 積極的, 消極的両変化の混在した成人中期の心理的特性がうかがわれる。さらに, これらの心理的 well-being の変化に関連するライフスタイル要因を検討した結果からは次の2点が明らかになった。

第1に, 社会活動参加という家庭外での役割は, 就労とは異なった形で心理的 well-being 各次元に強く関連していることである。このことから, 家庭外活動としての社会活動の重要性が指摘され, 成人女性の発達の特徴を考える際に就労以外の様々な活動にも目を向けることの必要性が示唆された。

まず, 社会活動の内容について, 母親役割を通して行う活動から, 一個人として幅広い人間関係や社会における共同性を生み出す活動へと移行することが確認された。さらに, 各年代における積極的な参加は心理的 well-being 6次元に大きく影響するという結果からは, 以下のことを指摘できる。まず, 家庭外活動としての社会活動は, 子育て期にも家庭内役割との間の葛藤を生み出しにくい可能性である。親の社会活動参加が子どもに与える積極的な影響を指摘する報告 (総務庁, 1997) もあり, こうした活動から得られる社会的

ネットワークが、女性のライフサイクルにおける移行や危機とどのように関連しているのかについて、さらに検討する必要があると思われる。また、母親役割達成感が低下する45歳以上になると、活動者役割達成感が心理的 well-being と強く関連するという結果は、社会活動参加と世代性との関連を指摘する McAdams et al. (1998) の知見を合わせて考えると興味深い。すなわち、岡本 (1997) が指摘するように、子育ての中で発揮された世代性から、家庭内役割を越えた世代性の達成へと移行する過程で、環境制御力や積極的な他者関係の感覚が高まる可能性がある。この点に関して世代性との関連からもさらに詳しく検討する必要がある。

第2に、長期にわたる成人期において、各年代に応じた役割を獲得し、それによる達成感を得ることが心理的 well-being と深く関連することが明らかになった。ライフサイクルに伴う各役割重要度の移行に関する研究の必要性は、Baruch & Barnett (1986)、土肥他 (1990) らによって指摘されていたが、本研究ではその移行の具体的な様相が示された。

母親役割達成感、母親役割の受容が課題である25～34歳では自己受容の感覚、その後の子育て期には、さらに多くの次元との関連が見られる。しかし子どもが自立し始める45歳以上の女性においてはその関連がほとんど見られない。その一方で、就労者役割達成感、成人期全般にわたって関連の様相を変化させながら、継続して心理的 well-being と関連する。また、活動者役割達成感、特に母親役割達成感との関連が弱まる時期にその関連が強くなるのが特徴的であった。さらに妻役割達成感、特に子どもが児童期から青年期に位置する35～55歳の女性に、比較的安定した関連があり、その後、自律性の感覚と関連するという特徴が確認された。これらの結果は、それぞれの役割達成感が成人女性のライフサイクルの中で異なった重要性を持つことを示唆しており、成人女性が新しい役割をとり、新しい経験に出会う中で発達する (柏木, 1995) 様相を示していると考えられる。さらに、ある役割による成長、発達、新たな役割を獲得する上での重要な基盤となり、後の心理的 well-being にも影響を及ぼすことが予想される。従って、現在の役割だけではなく、個人のライフコース、すなわち、過去の役割取得の過程や今後の方向性についても詳細に検討する必要があると思われる。

今後、心理的 well-being 6次元を成人女性の発達の特徴を捉える概念の1つとして、さらにその6次元の意味を明らかにするとともに、上述の課題について詳

細に検討していく必要があるだろう。

## 引用文献

- Baruch, G.K., & Barnett, R.C. 1986 Role Quality, Multiple Role Involvement, and Psychological Well-Being in Midlife Women. *Journal of Personality and Social Psychology*, **51**, 578—585.
- 土肥伊都子・広沢俊宗・田中國夫 1990 多重な役割従事に関する研究—役割従事タイプ、達成感と男性性、女性性の効果— *社会心理学研究*, **5**, 137—145.
- Diener, E. 1984 Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, **95**, 542—575.
- 遠藤由美 1992 個性化された評価基準からの自尊感情再考 遠藤辰雄・井上祥治・蘭千壽(編) *セルフエスティームの心理学 自己価値の探求* ナカニシヤ書店 Pp.57—70.
- 柏木恵子・若松素子 1995 「親となる」ことによる人格発達：生涯発達の視点から親を研究する試み *発達心理学研究*, **1**, 72—83.
- 川浦康至・池田政子・伊藤裕子・本出時雄 1996 既婚者のソーシャルネットワークとソーシャルサポート—女性を中心に— *心理学研究*, **67**, 333—339.
- Keys, C.L.M., & Ryff, C.D. 1998 Generativity in adult lives : Social structural contours and quality of life consequences. In D.P.McAdams, & E.de St. Aubin, (Eds.) *Generativity and Adult Development*. Washington, D.C.: American Psychological Association Press. Pp.227—263.
- 厚生省 1998 少子社会を考える—子どもを産み育てることに「夢」を持てる社会を— *ぎょうせい*
- 光富 隆 1991 結婚生活に伴う移行 山本多喜二・Sワップナー(編) *人生移行の発達心理学* 北大路書房 Pp.223—242.
- McAdams, D.P., Hart, H.M., & Maruna, S. 1998 The anatomy of generativity. In D.P. McAdams & E.de St. Aubin (Eds.), *Generativity and Adult Development*. Washington, D.C.: American Psychological Association Press. Pp.7—43.
- 森永康子 1997 大卒・短大卒女性の仕事に関する価値観 *教育心理学研究*, **45**, 166—172.
- Neugarten, B.L. 1968 The awareness of middle age. In B.L.Neugarten (Ed.), *Middle age and*

- aging, Chicago : University of Chicago Press. Pp.93—98.
- 岡本祐子 1994 成人期における自我同一性の発達過程とその要因に関する研究 風間書房
- 岡本祐子 1995 人生半ばを越える心理 南 博文・やまだようこ(編) 講座生涯発達心理学5 老いることの意味 金子書房 Pp.41—80.
- 岡本祐子 1997 中年からのアイデンティティ発達の心理学 ナカニシヤ出版
- Ryff, C.D. 1985 Adult personality development and the motivation for personal growth. In D. A. Kleider & M.L.Maehr (Eds.), *Advances in motivation and achievement : Vol.4. Motivation and adulthood.* Pp.55—92. JA Press Inc.
- Ryff, C.D. 1989 Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, **57**, 1069—1081.
- Ryff, C.D., & Keys, C.L. 1995 The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, **69**, 719—727.
- 茂野良一 1993 ある中年女性の生き方—中年期の心の危機 発達, **54**, 45—53.
- 総務庁青少年対策本部 1997 日本の青少年の生活と意識 大蔵省印刷局
- 杉村和美 1995 ライフサイクル 南 博文・やまだようこ(編)講座生涯発達心理学5 老いることの意味 金子書房 Pp.117—152.
- 東京都生活文化局 1994 東京女性白書'94 男女平等社会への変革—参加から参画へ—
- Vandewater, E.A., Ostrove, M.O., & Stewart, A.J. 1997 Predicting Women's Well-Being in Mid-life : The Importance of Personality Development and Social Role Involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, **72**, 1147—1160.
- 吉森 護 1992 ハッピーネスに関する心理学的研究(1)—ハッピーネスに関する心理学的な基本問題— 広島大学教育学部研究紀要第1部心理学, **41**, 25—34.

## 謝 辞

本論文の作成にあたり、貴重なご助言をいただきました神戸大学発達科学部齊藤誠一助教授に深く感謝いたします。また、調査にご協力いただきました方々に心よりお礼申し上げます。

(1999.7.16 受稿, 2000.7.25 受理)

## Diverse Life-Styles and Psychological Well-Being in Adult Women

YUKIKO NISHITA (GRADUATE SCHOOL OF CULTURAL STUDIES AND HUMAN SCIENCE, KOBE UNIVERSITY) JAPANESE JOURNAL OF EDUCATIONAL PSYCHOLOGY 2000, 48, 433—443

The purpose of the present study was to clarify the effects of diverse life-style factors in adult women (age 25–65) on multidimensional psychological well-being. In Study 1, a theoretically grounded scale was constructed to measure psychological well-being ; its reliability and validity were supported. Originally proposed by Ryff, the scale consists of 6 dimensions : self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, and personal growth. In Study 2, life-style factors were investigated in relation to these dimensions of psychological well-being. The main results are as follows : (1) Participation in work and social activities affected psychological well-being in differentiated ways. Especially, social activity, which is rarely emphasized in the empirical literature, has an important effect on women's psychological well-being throughout adulthood. (2) Attainment of role performance (e.g., as wife, mother, worker, or social activist) was related differently to psychological well-being, depending on the age of the participant. Therefore, the quality of each role is important across each life cycle of adult women.

Key Words : psychological well-being, life-style, social activity, role performance, adult women