

生きがい形成モデルの測定尺度の作成

——生きがいプロセス尺度と生きがい状態尺度——

熊野 道子

要約：本研究の目的は、時間と状況の2次元からみた生きがい形成モデルの構成概念である生きがいプロセスと生きがい状態を測定する尺度を作成することである。生きがいプロセス尺度には、過去の意味づけ、未来の目標意識、ポジティブ状況の没頭、ネガティブ状況の受容、ネガティブ状況の対処の5つの要素を設定した。また、生きがい状態尺度には人生肯定感、人生の意味感、生存充実感、存在価値感の4要素を設定した。成人期の30代男女846名（男性418名、女性428名）を対象とし、生きがいプロセス尺度、生きがい状態尺度、単一尺度（生きがい度・幸せ度）、SWLS、PANAS、能動的・受動的生きがい感尺度について調査を行った。生きがいプロセス尺度・生きがい状態尺度の確認的因子分析と既存尺度との相関分析の結果により両尺度の妥当性と信頼性を確かめた。そして、生きがいプロセスから生きがい状態へ至る共分散構造分析を行った結果、生きがい形成モデルを検証することができた。

キーワード：生きがい形成モデル、生きがいプロセス尺度、生きがい状態尺度

近年、幸福を高めることが、社会的にも心理学研究の潮流でも特に重要な課題となっている。幸福に関する心理学研究では、文化心理学的なアプローチが増加しており（e.g., 楠見・藤田, 2012）、幸福の捉え方に対して、欧米人と日本人に差異があることが示されている（e.g., 大石, 2006；内田, 2006）。このような差異は、日本人が、幸福とは別に、類似概念である生きがいという日本語独特の言葉を日常語としてもつことで説明できると考えられる（熊野, 2011 a, 2011 b）。それゆえ、日本人の幸福を考える上では、日本人の伝統的な考え方を含み、幸福よりなじみのある生きがいを研究することは重要である。そして、生きがい形成のプロセスを明らかにすることは、日本人の幸福度の向上を図る上で有効である。

さて、これまでの生きがいに関する研究や考察から、生きがいには2つの重要な側面があると考

えられる（熊野, 2012）。すなわち、(1) 生きがいには、現在の状況だけでなく、過去の意味づけや未来の展望が大切と考えられること（時間的側面）と、(2) ポジティブ状況とネガティブ状況での生きがいには質的な差が考えられること（状況的側面）である。生きがいは、様々なライフイベント（人生の出来事）から形成されていくと考えられるが、この時間と状況の2次元で生きがい形成の基盤となるライフイベントを捉えることにより、これまで研究されてこなかった生きがい形成のプロセスを明らかにすることができる。

このような観点から検討されて構築されたのが、時間と状況の2次元からみた生きがい形成の価値過程モデル（以下、生きがい形成モデルと呼ぶ）である（熊野, 2011 c, 2012）。生きがい形成モデルの1つ目の特徴は、定義が不明瞭になりがちであった生きがいに関する用語を明確に定義

している点である。従来は、生きがいに関する用語のうち、生きがいをもたらす対象は生きがい対象として分離されていたが、残りの生きがいの要素には、生きがいを感じている精神状態と、その状態になるためのプロセスを指すものが混在していた。それを、前者を“状態としての生きがい感”（以下、生きがい状態とする）、後者を“生きがい感へのプロセス”（以下、生きがいプロセスとする）と定義し、生きがいの要素を状態とプロセスの観点から明確に分離した。

本モデルの基本構造は、Figure 1のように円錐で表され、生きがいで重要と考えられる時間と状況の2次元を設定し、底面の様々なライフイベントから、生きがい対象となるものが選別され、生きがいプロセスを経て、生きがい状態を形成する心理プロセスを示している。生きがい状態は、生きがいの構造研究（熊野，2006）を基にして配置した。すなわち、生きがいの構造研究において、生きがいの要素は人生肯定感を核とする多層的な

構造で表されたので、人生肯定感を核として頂点に配置し、次に中心的な要素となった存在価値感、人生の意味感、生存充実感を人生肯定感の周囲に配置した。

生きがい形成モデルの2つ目の特徴は、生きがいプロセスに時間と状況の2次元を導入し、それぞれに関与する生きがいプロセスの要素を明確にした点である。過去には意味づけ、未来には目標意識、ポジティブ状況には没頭、ネガティブ状況には受容・対処を配置した。これらの要素は、神谷（1966）の生きがい論などの理論分析（熊野，2012）、生きがいの構造研究（熊野，2006）、過去やネガティブ状況を想定した実証研究（熊野，2012）により設定されたものである。

本研究では、この生きがい形成モデルの構成概念である生きがいプロセスと生きがい状態を測定する尺度を作成することを目的とした。そして、成人期の30代男女を対象に、生きがいプロセスから生きがい状態への影響を共分散構造分析によ

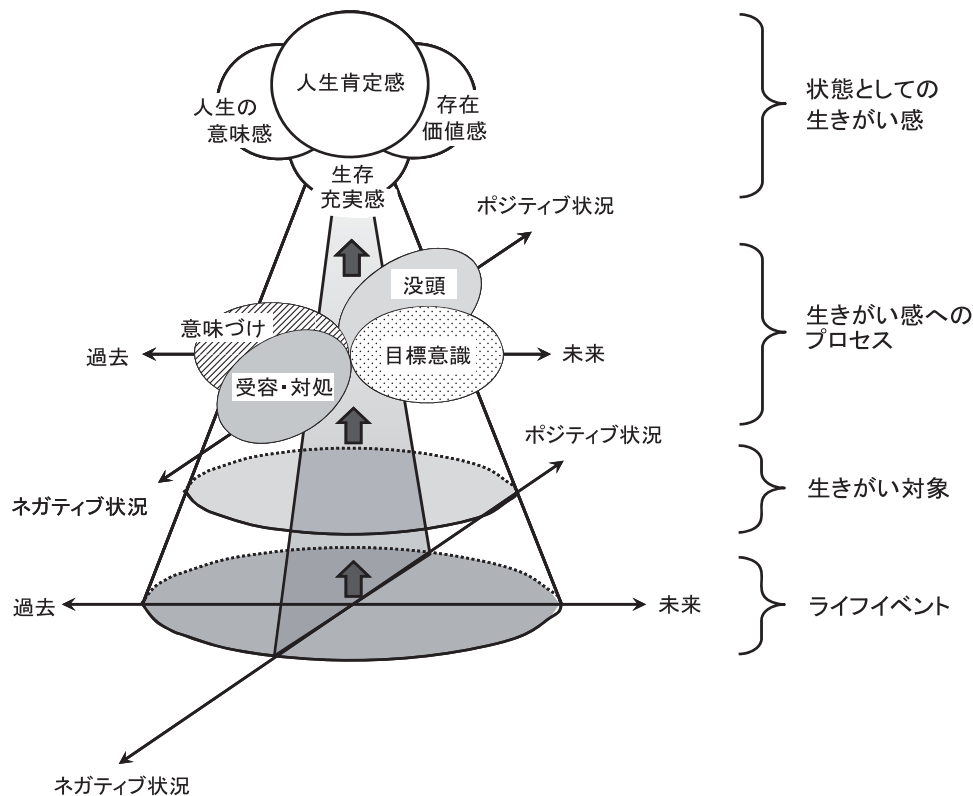


Figure 1 時間と状況の2次元からみた生きがい形成の価値過程モデル

り検証した。生きがいプロセスには、時間軸に過去の意味づけと未来の目標意識、状況軸にポジティブ状況の没頭とネガティブ状況の受容・対処の計4プロセスが設定されているが、これらのうち、ネガティブ状況の受容と対処は、受容した後に対処するものであり、意味的にも異なるものである。そこで、受容と対処は2因子に分かれると考え、生きがいプロセス尺度は過去の意味づけ、未来の目標意識、ポジティブ状況の没頭、ネガティブ状況の受容、ネガティブ状況の対処の5要素を設定した。また、生きがい状態尺度は人生肯定感、人生の意味感、生存充実感、存在価値感の4要素を設定した。

また、生きがいプロセスは意識づけや行動を伴うため、能動的な面があるが、生きがい状態を感じるのは意識づけや行動を伴わずに感じる場合もあり、より受動的な面が強いと考えられる(熊野, 2012)。これを検証するために、能動的な働きがあって生きがいを感じることを能動的生きがい感、受動的に生きがいを感じることを受動的生きがい感と名づけて、それらを測定する尺度を作成した。

生きがいと類似概念である幸福感との関係を検討するために、幸福感研究において使用頻度の高い既存尺度との関係を検討した。内閣府(2011他)の調査を含めこれまでの研究でも、幸福感・生きがい感は単一尺度で多く測定されているので、幸せ度・生きがい度の単一尺度を用いた。また、幸福感の代表的概念である Diener (1984) による主観的幸福感の認知的側面として人生満足度尺度 (the Satisfaction with Life Scale : 以下 SWLS とする) (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985)、感情的側面としてポジティブ・ネガティブ感情尺度 (Positive and Negative Affect Schedule scales : 以下 PANAS とする) (Watson, Clark, & Tellegen, 1988) を用いた。それらとの相関を分析し、生きがいプロセス尺度・生きがい状

態尺度の妥当性、両尺度と主観的幸福感との関係を検討した。

このように、生きがい形成モデルの構成概念である生きがいプロセスと生きがい状態を測定するために、生きがいプロセス尺度と生きがい状態尺度を作成し、成人期の30代を対象として調査を行い、以下の事項を検討することを本研究の目的とした。

(1) 生きがいプロセス尺度・生きがい状態尺度の確認的因子分析により、両尺度の因子的妥当性を検証する。そして、各下位尺度の信頼性を検討する。

(2) 既存尺度との相関関係から、生きがいプロセス尺度・生きがい状態尺度の妥当性、両尺度と主観的幸福感との関係を検討する。

(3) 生きがいプロセス尺度は能動的生きがい感との関連が強く、生きがい状態尺度は受動的生きがい感との関連が強いという仮説を検討する。

(4) これらを検討した上で、生きがいプロセス尺度から生きがい状態尺度へ至る共分散構造分析を行い、生きがい形成モデルを検証する。

方 法

調査方法

調査会社の登録モニターを対象としたインターネット調査を2012年12月に実施した。協力者は30代846名(男性418名, 女性428名)であり、地域別では北海道・東北95名, 関東295名, 中部144名, 近畿146名, 中国・四国81名, 九州・沖縄85名であった。家族構成は、配偶者を有する者504名(男性235名, 女性269名)、子どもを有する者379名(男性173名, 女性206名)であった。職業は、正規の社員・職員418名(男性307名, 女性111名)、派遣・嘱託・契約社員75名(男性24名, 女性51名)、パート・アルバイト73名(男性18名, 女性55名)、自営業主・

家族従業者 49 名（男性 29 名，女性 20 名），無職・家事 210 名（男性 31 名，女性 179 名），その他 21 名（男性 9 名，女性 12 名）であった。

調査項目

生きがいプロセス尺度 生きがい形成モデルでの生きがいプロセスを測定するために，過去の意味づけ，未来の目標意識，ポジティブ状況の没頭，ネガティブ状況の受容，ネガティブ状況の対処について，3 項目ずつ作成し，各項目に“まったく当てはまらない (1)”から“とても当てはまる (6)”までの 6 件法で回答を求めた。

生きがい状態尺度 生きがい形成モデルでの生きがい状態を測定するために，人生肯定感，存在価値感，人生の意味感，生存充実感について，3 項目ずつを作成し，各項目に“まったく当てはまらない (1)”から“とても当てはまる (6)”までの 6 件法で回答を求めた。

能動的・受動的生きがい感尺度 生きがいを感じることに意識づけや行動を伴う能動的な働きをして感じているのか（能動的生きがい感），それとも何もせずに受動的に感じているのか（受動的生きがい感）を測定するために，3 項目ずつ作成した。各項目について，“まったく当てはまらない (1)”から“とても当てはまる (6)”までの 6 件法で回答を求めた。

生きがい度・幸せ度（単一尺度） 生きがい度は，“現在，あなたはどの程度生きがいを感じていますか。‘とても生きがいを感じている’を 10 点，‘まったく生きがいを感じていない’を 0 点とすると，何点くらいになると思いますか。”と尋ねた。幸せ度は，内閣府（2011，2012 他）と同様に，“現在，あなたはどの程度幸せですか。‘とても幸せ’を 10 点，‘とても不幸’を 0 点とすると，何点くらいになると思いますか。”と尋ねた。

SWLS Diener, et al. (1985) の SWLS は 5 項

目から構成され，7 件法での回答を求めている。SWLS は，大石（2009）により日本語に翻訳されており，この日本語版を用いた。

PANAS Watson, et al. (1988) により開発され，佐藤・安田（2001）により翻訳された日本語版 PANAS を用いた。ポジティブ感情 10 項目，ネガティブ感情 10 項目について，この 1 か月間にどのくらいの頻度で感じたかを“まったく感じなかった (1)”から“いつも感じた (6)”までの中から選択を求めた。

なお，生きがいや幸福や価値観に関する調査を行った中から，本研究では前述の質問項目について報告を行う。

倫理的配慮

調査は無記名式で行い，調査目的を最初に説明した。そして，調査が強制でなく，自由に拒否でき，得られたデータは統計的に処理されることや研究以外に使用しないことを説明した。また，調査会社に調査対象者の個人情報保護が保護されることを確認した。

結果と考察

各尺度の確認的因子分析

生きがいプロセス尺度が設定した 5 因子構造であることの確認的因子分析を行った結果 (Table 1)，適合度指標は GFI = .943，AGFI = .915，CFI = .966，RMSEA = .065 であり，概ね満足のいく適合度であった。すなわち，生きがいプロセス尺度は，過去の意味づけ，未来の目標意識，ポジティブ状況の没頭，ネガティブ状況の受容，ネガティブ状況の対処の 5 因子構造であり，因子的妥当性が検証された。また，各下位尺度の α 係数は .81～.90 と高く，各下位尺度の信頼性は高いことが確認された。

生きがい状態尺度が設定した 4 因子構造である

Table 1 生きがいプロセス尺度の確認的因子分析結果（標準化推定値）

	過去の 意味づけ	未来の 目標意識	ポジの 没頭	ネガの 受容	ネガの 対処
過去の意味づけ ($\alpha = .81$)					
過去にがんばったことが、現在の自分の人生をよいものになっている。	.81				
過去にあった出来事の中で、今の自分にとってよい経験だったと思えるものがある。	.76				
過去のいろいろな出来事の中で、現在の生活に意味をもたらすものがある。	.72				
未来の目標意識 ($\alpha = .90$)					
私は、自分の人生に対する目標や計画がある。		.91			
私は、自分の人生の目標が何であるかがはっきりしている。		.86			
私は、将来に夢をもっている。		.83			
ポジティブ状況の没頭 ($\alpha = .86$)					
やりがいのあることに打ち込んでいる。			.85		
熱中できるものがある。			.81		
時間を忘れて夢中になっていることがよくある。			.80		
ネガティブ状況の受容 ($\alpha = .82$)					
楽しいことでも苦しいことでも、起きたことを否定せずに認めることが多い。				.82	
現実起きたことをすべて受け入れるつもりである。				.78	
とても苦しくてつらいことがあっても、逃げずに受け入れたことがある（あるいは、受け入れると思う）。				.76	
ネガティブ状況の対処 ($\alpha = .85$)					
悲しいことやつらいことがあっても、人生を明るく前向きに生きていこうとする。					.85
悲しくつらい状況でも、新たな次の一歩に向けて行動している（あるいは、行動しようと思う）。					.80
どんなつらいことがあっても、この経験がいつか必ず自分のためになると考える。					.78
因子間相関					
	過去の意味づけ	-.71	.68	.86	.82
	未来の目標意識	-	.80	.59	.77
	ポジティブ状況の没頭		-	.58	.69
	ネガティブ状況の受容			-	.82
	ネガティブ状況の対処				-

ポジの没頭：ポジティブ状況の没頭、ネガの受容：ネガティブ状況の受容、
ネガの対処：ネガティブ状況の対処

Table 2 生きがい状態尺度の確認的因子分析結果（標準化推定値）

	人生 肯定感	人生の 意味感	生存 充実感	存在 価値感
人生肯定感 ($\alpha = .92$)				
私の人生は、すばらしい人生である。	.93			
私は、自分の理想とする人生を歩んでいる。	.88			
私は自分の人生に満足している。	.87			
人生の意味感 ($\alpha = .94$)				
自分の生きていることに意味や価値を感じている。		.95		
私は、自分が今ここに生きている意味を十分に理解している。		.92		
私は、自分の人生にはっきりした意味を感じている。		.88		
生存充実感 ($\alpha = .93$)				
私の毎日は充実していると感じている。			.95	
私は、毎日を生き生きと過ごしている。			.89	
毎日の生活にハリがある。			.88	
存在価値感 ($\alpha = .92$)				
私は、自分の存在価値を感じている。				.95
自分がある場にいる必要があると感じている。				.85
私は、存在する価値のある人間である。				.83
因子間相関				
	人生肯定感	-.92	.97	.89
	人生の意味感	-	.91	.97
	生存充実感		-	.89
	存在価値感			-

Table 3 能動的・受動的生きがい感尺度の確認的因子分析結果（標準化推定値）

	能動的 生きがい感	受動的 生きがい感
能動的生きがい感 ($\alpha = .77$)		
自分の力を最大限に使って、自分の人生を歩んでいくことに私は生きがいを感じている。	.91	
懸命に努力して自らの活動を行うことに、私は生きがいを感じている。	.85	
生きがいを感じるには、自分に関する出来事にどのような価値があるかを考える。	.43	
受動的生きがい感 ($\alpha = .86$)		
日常生活の中での出来事を普通に経験することで、私は生きがいを感じている。		.88
私は生きがいを感じるために特別な努力はしていないが、生きがいを感じている。		.82
ただただ生きていることに、私は生きがいを感じている。		.76
因子間相関		
	能動的生きがい感	—
	受動的生きがい感	—

この確認的因子分析を行った結果 (Table 2)、適合度指標は $GFI = .914$, $AGFI = .860$, $CFI = .969$, $RMSEA = .099$ であり、概ね満足のいく適合度であった。すなわち、生きがい状態尺度は、人生肯定感、存在価値感、人生の意味感、生存充実感の4因子構造であり、因子的妥当性が検証された。また、各下位尺度の α 係数は $.92 \sim .94$ と高く、各下位尺度の信頼性は高いことが確認された。なお、因子間相関は $.89 \sim .97$ と非常に高く、互いに関連の強い要素であった。

能動的・受動的生きがい感尺度が設定した2因子構造になることの確認的因子分析を行った結果 (Table 3)、 $GFI = .981$, $AGFI = .950$, $CFI = .984$, $RMSEA = .078$ であり、概ね満足のいく適合度であった。すなわち、能動的・受動的生きがい感尺度は、能動的生きがい感と受動的生きがい感の2因子構造であることが検証された。また、各下位尺度の α 係数は $.77 \sim .86$ と高く、各下位尺度の信頼性は高いことが確認された。

各下位尺度の男女別集計

男女別に各下位尺度に属する項目の平均得点を算出し、各下位尺度の尺度得点を求めた。なお、生きがい状態尺度の因子間相関は非常に高いので、全12項目の平均得点を算出した生きがい状態 (合計) の尺度得点を男女別に求めた。その結果、本研究で作成した3つの尺度については、生

きがい状態尺度と能動的・受動的生きがい感尺度には男女差が認められなかったが、生きがいプロセス尺度では未来の目標意識とポジティブ状況の没頭で男性の方が女性より高かった (Table 4)。

既存尺度については、幸せ度は6.07 (男性5.72, 女性6.42) であり、女性の方が男性より有意に高かった。同じ質問を用いた2011年3月の調査 (内閣府, 2011) では6.46 (男性6.20, 女性6.70) であり、女性の方が男性より高く、年代別では30代が最も高く、6.66であった。2012年3月の調査 (内閣府, 2012) では、男女別・年代別には公表されていないが、幸せ度は6.41であり、2011年と大きな変化はみられないと報告されている。本研究では、これらの調査より、幸せ度は低かったが、女性の方が男性より幸せ度が高いのは同様の傾向であった。生きがい度は5.75 (男性5.59, 女性5.92) であり、男女での統計的有意差はみられなかった。すなわち、幸せ度には男女差が認められるが、生きがい度には男女差はほとんどないと考えられる。なお、主観的幸福感については、SWLSでは男女差は認められず、PANASはポジティブ感情で男性が高かった。

男女差が認められた尺度をまとめると、女性の方が高かった尺度は幸せ度であり、男性の方が高かった尺度は生きがいプロセス尺度での未来の目標意識、ポジティブ状況の没頭、PANASのポジティブ感情であった。

Table 4 各下位尺度の男女別集計

	男性 (n = 418)		女性 (n = 428)		合計 (n = 846)		男女差
	M	SD	M	SD	M	SD	
生きがいプロセス尺度							
過去の意味づけ	4.08	(1.04)	4.14	(0.97)	4.11	(1.01)	
未来の目標意識	3.53	(1.26)	3.31	(1.18)	3.42	(1.23)	男性>女性*
ポジティブ状況の没頭	3.79	(1.13)	3.53	(1.12)	3.66	(1.13)	男性>女性***
ネガティブ状況の受容	4.01	(0.95)	4.02	(0.92)	4.01	(0.94)	
ネガティブ状況の対処	3.86	(1.05)	3.90	(1.03)	3.88	(1.04)	
生きがい状態尺度							
人生肯定感	3.23	(1.19)	3.26	(1.21)	3.24	(1.20)	
人生の意味感	3.39	(1.20)	3.31	(1.17)	3.35	(1.18)	
生存充実感	3.32	(1.17)	3.35	(1.19)	3.33	(1.18)	
存在価値感	3.50	(1.18)	3.44	(1.17)	3.47	(1.17)	
生きがい状態 (合計)	3.36	(1.11)	3.34	(1.12)	3.35	(1.12)	
能動的・受動的生きがい感尺度							
能動的生きがい感	3.54	(0.93)	3.45	(0.95)	3.49	(0.94)	
受動的生きがい感	3.12	(1.05)	3.24	(1.05)	3.18	(1.05)	
単一尺度							
幸せ度	5.72	(2.40)	6.42	(2.27)	6.07	(2.36)	男性<女性***
生きがい度	5.59	(2.55)	5.92	(2.40)	5.75	(2.48)	男性<女性+
主観的幸福感尺度							
SWLS	3.64	(1.38)	3.79	(1.43)	3.72	(1.40)	
PANAS ポジティブ感情	2.64	(1.04)	2.47	(1.00)	2.55	(1.03)	男性>女性**
PANAS ネガティブ感情	2.62	(0.99)	2.53	(0.99)	2.57	(0.99)	

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

生きがいプロセス尺度・生きがい状態尺度との相関関係

生きがいプロセス尺度と生きがい状態尺度の妥当性を検証するために、両尺度と単一尺度、主観的幸福感、能動的・受動的生きがい感尺度との相関係数を求めた (Table 5)。

両尺度と単一尺度との相関関係 生きがいプロセス尺度の各下位尺度と生きがい度は .43～.55 と中程度の相関を示し、生きがい状態尺度の各下位尺度と生きがい度は .69～.77 と強い相関を示した。すなわち、生きがい状態尺度は、生きがいプロセス尺度より、生きがいを感じる程度とより強い相関であった。生きがいプロセス尺度の測定しているものは、生きがい状態を感じるためのプロセスであるが、生きがい状態尺度の測定しているものは生きがいを感じている精神状態であり、生きがいを感じる程度は生きがいプロセス尺度より生きがい状態尺度の方がより関連深いと考えられる。本研究の結果により、このことが検証さ

れ、両尺度の妥当性が示された。

生きがいプロセス尺度の各下位尺度と幸せ度は .36～.50 と弱い～中程度の相関を示し、生きがい状態尺度の各下位尺度と幸せ度は .61～.73 と強い相関を示した。また、生きがいプロセス尺度での過去の意味づけと生きがい状態尺度の人生肯定感については、幸せ度との相関係数も生きがい度との相関係数も同程度であったが、両尺度のそれ以外のすべての下位尺度は生きがい度の方が幸せ度とよりも相関係数が大きかった (Hotelling の検定, $p < .001$) (Table 5)。すなわち、両尺度は、類似概念である幸せ度と一定の相関関係があるが、それよりも生きがい度との相関関係がより強く、生きがいの概念をより捉えていると考えられる。すなわち、両尺度は生きがい度を測定する尺度として妥当であると考えられる。

両尺度と主観的幸福感との相関関係 生きがい状態尺度の下位尺度のうち、人生肯定感尺度は SWLS と類似した概念を測定している。両者の相

Table 5 生きがいプロセス・状態尺度と既存尺度との相関係数

	単一尺度		幸せ度と生きがい度との相関差	主観的幸福感			能動的・受動的生きがい感	
	幸せ度	生きがい度	Hotelling 検定 <i>t</i>	SWLS	PANAS ポジ感	PANAS ネガ感	能動的生きがい感	受動的生きがい感
生きがいプロセス尺度								
過去の意味づけ	.50	.53	1.85	.53	.45	-.14	.53	.43
未来の目標意識	.44	.55	6.82***	.56	.55	-.10	.62	.48
ポジティブ状況の没頭	.43	.52	5.20***	.50	.53	-.13	.52	.44
ネガティブ状況の受容	.36	.43	3.66***	.42	.39	-.12	.53	.38
ネガティブ状況の対処	.47	.55	5.00***	.52	.49	-.15	.59	.47
生きがい状態尺度								
人生肯定感	.73	.74	1.23	.90	.63	-.26	.59	.70
人生の意味感	.62	.71	6.75***	.78	.64	-.24	.66	.68
生存充実感	.70	.77	5.60***	.82	.65	-.28	.60	.70
存在価値感	.61	.69	5.90***	.74	.60	-.28	.58	.65
生きがい状態 (合計)	.70	.77	5.62***	.86	.67	-.28	.64	.73
能動的・受動的生きがい感尺度								
能動的生きがい感	.43	.53	5.84***	.53	.54	-.10	-	.57
受動的生きがい感	.55	.64	6.07***	.65	.57	-.21	.57	-

*** $p < .001$

PANAS ポジ感：PANAS ポジティブ感情, PANAS ネガ感：PANAS ネガティブ感情

関は .90 と非常に強く、生きがい状態尺度の人生肯定感尺度の妥当性を示すと考えられる。生きがい状態尺度のその他の下位尺度も、SWLS と .74～.82 と強い相関を示し、生きがい状態尺度と SWLS は類似した概念を測定している可能性が考えられる。なお、生きがいプロセス尺度は、SWLS と .42～.56 と中程度の相関であった。

生きがい状態尺度は、PANAS のポジティブ感情と強い正の相関を示し (.60～.67)、ネガティブ感情と弱い負の相関を示した (-.28～-.24)。すなわち、生きがい状態を高く感じるとき、ポジティブ感情を高く感じ、ネガティブ感情を低く感じるの、生きがい状態を感じている精神状態としては妥当と考えられる。一方、生きがいプロセス尺度は、生きがい状態尺度よりは弱いがポジティブ感情と正の相関を示し (.39～.55)、ネガティブ感情とはほとんど相関がみられなかった (-.15～-.10)。すなわち、生きがいプロセス尺度では生きがい状態尺度ほど PANAS との関連がみられなかった。これは、生きがいプロセスが定義の通り、感情よりも意識や認識の持ち方や行動様式を

捉えているものであるためと考えられる。

両尺度と能動的・受動的生きがい感尺度との相関関係 生きがいプロセス尺度については、受動的生きがい感との相関は中程度で (.38～.48)、能動的生きがい感との相関は比較的強かった (.52～.62)。また、生きがいプロセス尺度のすべての下位尺度において、能動的生きがい感との相関係数が受動的生きがい感との相関係数よりも大きかった (Hotelling の検定, ポジティブ状況の没頭 $p < .01$, ポジティブ状況の没頭以外 $p < .001$)。

一方、生きがい状態尺度については、能動的生きがい感との相関は中程度で (.58～.66)、受動的生きがい感との相関は比較的強かった (.65～.73)。また、人生の意味感では統計的有意差がみられなかったが、それ以外では受動的生きがい感との相関係数の方が能動的生きがい感との相関係数より大きかった (Hotelling の検定, $p < .001$)。

このように、生きがいプロセス尺度は能動的生きがい感との相関係数の方が大きく、生きがい状態尺度は受動的生きがい感との相関係数の方が大きかった。すなわち、生きがいプロセスは、意識

づけや行動を伴うため、能動的な面があるが、生きがい状態は意識づけや行動を伴わずに感じる場合もあり、より受動的な面が強いという仮説は検証された。

生きがいプロセス尺度から生きがい状態尺度への共分散構造分析

生きがいプロセスを経て生きがい状態に至ることを検討するために、共分散構造分析を行った。ネガティブ状況は、受容した後に対処することによって生きがい状態に至ると考えられるから、ネガティブ状況の受容からネガティブ状況の対処へのパスを設定し、ネガティブ状況の対処から生きがい状態への影響を検討した。ネガティブ状況以外の3プロセスは、直接、生きがい状態に影響すると考えられるので、直接のパスを設定した。生きがい状態尺度は、4下位尺度と合計の5つの場合について、それぞれへの影響を検討した。

これらの5つのモデルの適合度指標は、GFI = .910～.917, AGFI = .870～.880, CFI = .941～.946, RMSEA = .078～.082であり、概ね満足いく適合度が得られた。それぞれのパス係数をTable 6に示す。5つのモデルのうち、生きがいプロセス尺度から生きがい状態尺度の合計への影響をみたモデルをFigure 2に示す。

生きがい状態尺度の合計のモデルにおいて、4プロセスすべての関与が統計的に認められ、未来の目標意識が最も高く(.29)、過去の意味づけ(.21)、ポジティブ状況の没頭(.19)が続き、ネ

ガティブ状況の対処が最も低かった(.14)。すなわち、未来に目標意識をもつことで生きがい状態が高まり、過去を意味づけることやポジティブ状況で没頭することでも生きがい状態が高まった。また、ネガティブ状況でも、受容から対処へのパス係数は.89と高く、受容して対処することで、弱いながらも生きがい状態を高めていた。なお、生きがい状態尺度の各下位尺度では、合計とほぼ同様の傾向を示し、異なる点は、人生の意味感では未来の目標意識が最も強く関与し、生存充実感ではポジティブ状況の没頭が最も強く関与し、存在価値感ではポジティブ状況の没頭の関与が統計的に認められなかったことである。すなわち、目標意識をもつことが人生の意味感を高め、ポジティブ状況で没頭することが生存充実感を高める特徴がみられた。

このように、4つの生きがいプロセスのそれぞれが生きがい状態を高めることが確認され、生きがい形成モデルにおける生きがいプロセスから生きがい状態に至る部分が検証された。

本研究の結論

本研究では、生きがい形成モデルの構成概念である生きがいプロセスと生きがい状態を測定する尺度を作成し、成人期の30代男女を対象とした調査を行い、両尺度の信頼性・妥当性を確認した。そして、生きがいプロセスから生きがい状態へ至る共分散構造分析を行った結果、生きがい形成モデルを検証することができた。

Table 6 生きがい状態の4下位尺度と合計への影響を表すモデルでのパス係数

	人生肯定感	人生の意味感	生存充実感	存在価値感	生きがい状態(合計)
過去の意味づけ	.22**	.21**	.14*	.23***	.21***
未来の目標意識	.25***	.38***	.17**	.32***	.29***
ポジティブ状況の没頭	.19**	.11*	.37***	.07	.19***
ネガティブ状況の対処	.10+	.14*	.14*	.17**	.14**
ネガティブ状況の受容→ ネガティブ状況の対処	.89***	.89***	.89***	.89***	.89***

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

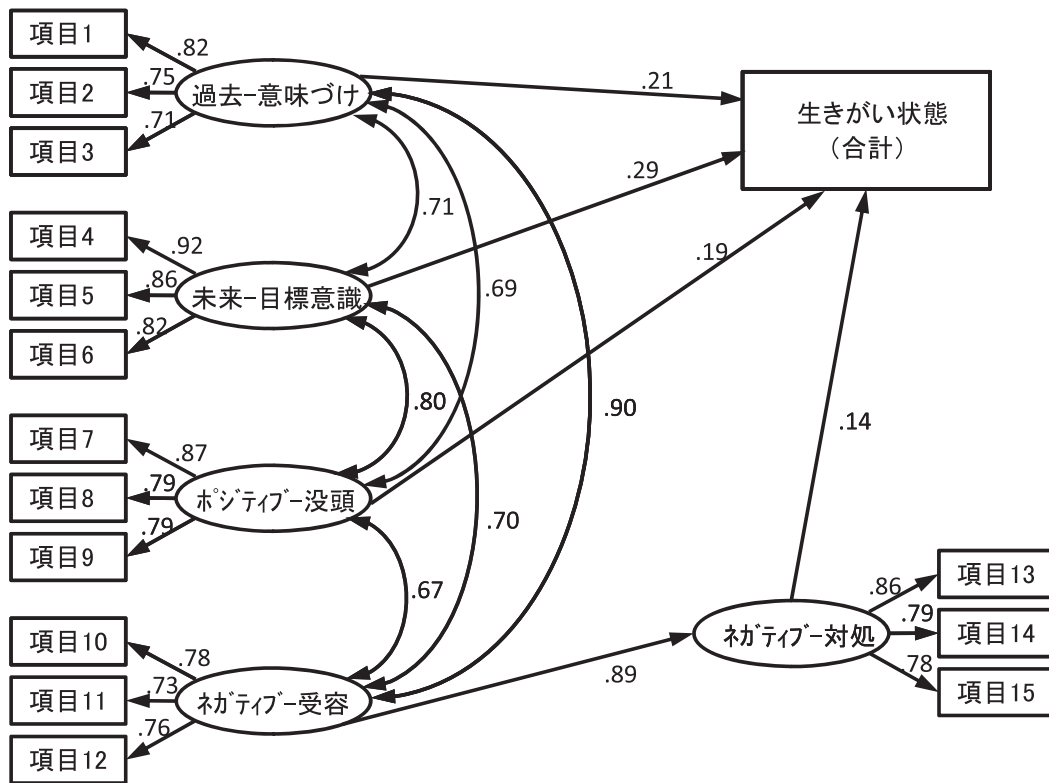


Figure 2 生きがいプロセスから生きがい状態（合計）への共分散構造分析

GFI = .910, AGFI = .870, CFI = .942, RMSEA = .082

注1) 1% 基準で有意なパスを示した。

注2) パス係数の値は標準化係数

注3) 誤差変数は図から省略した。

注4) 過去-意味づけ：過去の意味づけ，未来-目標意識：未来の目標意識

ポジティブ-没頭：ポジティブ状況の没頭，ネガティブ-受容：ネガティブ状況の受容

ネガティブ-対処：ネガティブ状況の対処

今後の展望

本研究では、30代を調査対象としているが、状況の異なる人々を合わせた一般的な検討であり、それぞれの対象者がもつ多彩な背景は考慮されていない。30代は生き方やライフスタイルが家族構成や就業状況によって大きく異なっている。家族構成や就業状況は生きがいに影響する大きな規定要因である (e.g., 小野, 2010)。それゆえ、第一の今後の展望は、個人の背景として家族構成や就業状況を評価して、生きがい状態と生きがいプロセスを検討することで、生きがい形成モデルをさらに深化させることができると考えている。

本研究では30代での生きがい形成モデルは検証されたが、年代により生きがいプロセスの関与

が異なってくると考えられる。生きがい形成モデルを生涯発達の各段階に適用するためには、生涯発達の検討を行うことが第二の今後の展望である。たとえば、生涯発達においては、2次元のうちの1つである時間に対する考え方の変遷がみられると考えられる。青年は未来の時間が広く開けて感じられるが、中年は人生の折り返しとなり、人生をその終焉から考えるようになる。高齢者は、未来よりも過去の方が長くなっている。すなわち、各発達段階における時間の感じ方は大きく異なり、生きがい状態や生きがいプロセスは、加齢とともに高くなる要素や低くなる要素があると考えられる。

以上のように、各発達段階において、多彩なライフイベントからの生きがい形成モデルを明らか

にしていくことで、各発達段階の様々な環境に応じて、いかにすれば生きがいを感じたり、高めたることができるかを提案することができるかと考えている。

付記

本研究は平成 23～25 年度の科学研究費補助金（基盤研究（C）：課題番号 23530878）の助成を受けて行われた。

引用文献

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, **95**, 542–575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, **49**, 71–75.
- 神谷美恵子 (1966). 生きがいについて みすず書房
- 熊野道子 (2006). 生きがいとその類似概念の構造 健康心理学研究, **19**(1), 56–66.
- 熊野道子 (2011 a). 日本人における幸せへの 3 志向性 – 快楽・意味・没頭志向性 – 心理学研究, **81**, 619–624.
- 熊野道子 (2011 b). 生きがい – 日本人の幸福論 – 榎本博明 (編著) 自己心理学の最先端 あいり出版 pp.206–215.
- 熊野道子 (2011 c). 時間と状況の 2 次元からみた生きがい形成の価値過程モデル 教育福祉研究, **37**, 26

–38.

- 熊野道子 (2012). 生きがい形成の心理学 風間書房
- 楠見孝・藤田和生 (編) (2012). 特集：幸福感と文化心理学評論, **55**(1), 1–205.
- 内閣府 (2011). 平成 22 年度国民生活選好度調査結果 <<http://www5.cao.go.jp/seikatsu/senkoudo/senkoudo.html>> (2013 年 6 月 17 日)
- 内閣府 (2012). 平成 23 年度国民生活選好度調査結果 <<http://www5.cao.go.jp/seikatsu/senkoudo/senkoudo.html>> (2013 年 6 月 17 日)
- 大石繁宏 (2006). 文化と Well-Being 島井哲志 (編) ポジティブ心理学 – 21 世紀の心理学の可能性 – ナカニシヤ出版 pp.114–131.
- 大石繁宏 (2009). 幸せを科学する – 心理学からわかったこと – 新曜社
- 小野公一 (2010). 働く人々のキャリア発達と生きがい – 看護師と会社員データによるモデル構築の試み ゆまに書房
- 佐藤徳・安田朝子 (2001). 日本語版 PANAS の作成 性格心理学研究, **9**, 138–139.
- 内田由紀子 (2006). わたしの文化を越えて – 文化と心の関わり – 金政祐司・石盛真徳 (編著) わたしから社会へ広がる心理学 北樹出版 pp.200–222.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegan, A. (1988). Development and validation of brief measure of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, **54**, 1063–1070.