

自由記述からみた中年期女性の将来展望

田仲 由佳

Developmental Changes of Image for the Future in Middle-Aged Women.

Yuka TANAKA

Abstract: This study discussed developmental changes of image for the future in middle-aged women. A survey of the subject was taken part in by 303 women from 40 to 60 years-old. The participants were categorized into 4 groups, early 40s, late 40s, early 50s, and late 50s. The following main factors were found from their comments. (a) a positive prospect (b) interaction with others (c) a stable lifestyle (d) acknowledgment of aging process (e) anxiety and conflict. Overall, middle-aged women have positive vision of their future. Women in their 40s mentioned their expectations for their life in 50s. On the other hand, women in their early 40s felt a vague anxiety about their future. Women in their 50s attempted to accept aging, and they also hoped for an independent life. Developmental changes of image for the future in middle-aged women were discussed.

キーワード： 中年期， 女性， 将来展望， 自由記述， 加齢

Keywords： midlife , women , image for the future, free descriptive comment, aging

1. 問題・目的

1.1. ライフサイクルにおける中年期の位置づけ

中年期の人々は人生の中間地点に立ち、心理的、社会的、身体的に人生前半とは異なる変化を体験する。社会的には職場での役割の変化を経験したり、家庭内では子どもの自立・老親の世話をはじめとする家族成員の変化の影響を受けたりするとともに、身体的には更年期の内分泌学的変化やその他の加齢に伴う衰えが生じる。こうした変化が契機となり、“中年期危機”と呼ばれる心理的危機が生じやすくなるが、一方では、老いに伴う心理面、生活面のポジティブな経験として“余裕や成熟”が高まること（若本・無藤，2006），中年期に遭遇する様々な喪失体験への喪の作業が行われることで“解放”という新たな感覚が生じうること（日潟，2009）など、加齢に伴うポジティブな心理的变化の存在も指摘されてきた。

こうした中年期の人々に生じる心理的变化の一つとして、中年期にはこれまでに生きてきた人生（過去）を振り返るとともに、老年期に向けて新たな生き方（未来）を模索していくなど、時間的展望の転換期であることが示されてきた（日潟・岡本，2008）。時間的展望は、その人の過去・現在・未来に対する見解を指すものであるが（Lewin, 1951/1979），五十嵐・氏家（1999）は、人が自分の生き方をとらえようとするときには、まず目標や希望の吟味がなされること、また未来は個人の人生

における予想としての期待や不安と関係することから、個人の現在の生活に対しても重要な意味を持つものであると述べている。そこで、本研究では人生の前半から後半へと向かう中年期の人々が、未来に対してどのような意識を向けているのかに着目することとする。

1.2. 中年期の将来展望

中年期の将来展望について、五十嵐・氏家（1999）は中年期の男女を対象に、“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”について自由記述で回答を求め、その実現可能性や統制の所在について尋ねている。その結果、家や財産に関する内容もあわせると、のべ約半数の者が家族に関する内容を想起し、その次に趣味や娯楽を挙げる者が2割近くを占めていた。またそれらの実現可能性は高く見積もられるとともに、半数近くの者が実現に向けての統制の所在を自分自身にあるととらえていることが示されている。

日潟・岡本（2008）は、40歳代、50歳代、60歳代の男女を対象として過去・現在・未来への時間的態度とそのきっかけとなる出来事を尋ねる面接調査を実施し、そこから中年期の時間的展望の様相をとらえている。その中の未来に関する時間的態度として、40歳代では目標を設定しチャレンジしていく姿勢が強いが、その一方では不安も生じやすいこと、50歳代では未来への志向性が40歳代よりも弱まり、未来につながったポジティブな現在志向がみられること、60歳代になると、経験の蓄積感や到達感を抱きながら、自分らしさを表現する場としてのポジティブな未来を意識する時間的態度が心理的な安定感と関連することを見出している。

このように、中年期の将来展望の内容やその形成要因に関する検討が進められてきているが、その数は少なく、中年期の中での年代による意識の違いについては十分な知見の蓄積があるとは言いがたい。また、五十嵐・氏家（1999）が指摘するように、将来展望として同じ内容が記述されていたとしても、それが個人の欲求に基づくものであるのか、あるいは社会的通念や年齢的規範のような“しななければならない”ということが動機づけになっているのかによっても、その期待や心理的負担の程度が異なることが予測される。したがって、反応の自由度が高い方法を用いて中年期女性の将来展望をとらえることで、情意的な側面も含めた将来への意識や生き方への志向を明らかにする必要があると考えられる。

1.3. 中年期女性の将来展望

前述のように、中年期の人々は人生の後半にさしかかる中で新たな課題との出会いを体験するが、男女はそれぞれの発達の経路を辿るとの指摘がなされるように（Gilligan, 1982/1986；若本，2007），男性と女性ではそれらの変化の内容や体験のされ方が異なることが予測される。とりわけ中年期の女性は、閉経周辺期に顕著な内分泌的变化を経験すること、また子どもの自立や老親の介護など家族成員のライフイベントの影響を強く受けやすいことなどから、それらの身体的・社会的変化を契機として生き方の見直しや新たな志向といった心理的变化への要請や動機づけが高まりやすいと考えられる。そこで本研究では、中年期の女性を対象とした検討を試みることにする。

以上より、本研究では中年期女性もつつ将来展望を自由記述の方法を用いてとらえ、年代ごとの意識の特徴およびそこから推察される発達の变化について検討することを目的とする。

2. 方法

2.1. 調査対象者

主に近畿圏に住む中年女性 750 名に、調査依頼文および返信用封筒を同封した質問紙を配布し、郵送回収を行った。知人およびその紹介者に質問紙の配布を依頼し、職場や地域の集会等で配布して貰った。調査依頼文には 40 歳から 60 歳の女性を調査対象とすることを明記し、調査の概要および倫理的配慮について記載した。431 名から回答が得られ（回収率 57.47%）、その内、対象年齢に該当しかつ自由記述への回答がみられたのは 308 名であった。

2.2. 実施期間

2010 年 7 月～8 月

2.3. 質問内容

(1) 将来展望に対する意識：「私はこれから」という刺激文に続く文章について自由記述で回答を求めた。

(2) フェイスシート項目：年齢、職業、婚姻状況、子どもの有無、最終学歴、社会的活動

3. 結果と考察

3.1. 分析対象者

「私はこれから」という刺激文に対し 308 名分の自由記述の回答が得られた。本研究では、それらの記述内容から、中年期女性の将来への展望や現実的な見通しをとらえることを目的としているため、刺激文に対し、直近の具体的な予定のみが記述されているもの（例えば（私はこれから）＜図書館に出かける＞など）は分析から除くこととした。最終的に 303 名（平均年齢 50.14 歳、 $SD=5.45$ ）の自由記述を分類の対象とした。対象者の内訳を Table1 に示す。

Table1 調査対象者の基本属性

年代		40-44歳	45-49歳	50-54歳	55-60歳
人数		n=53	n=81	n=97	n=72
職業	常勤職	20	24	25	11
	非常勤職・パート勤務	21	26	30	20
	専業主婦	5	17	29	28
	学生	0	1	0	0
	自営業・自由業	4	10	10	10
	その他	3	3	3	3
	未記入	0	0	0	0
婚姻状況	既婚	43	68	93	61
	未婚	5	9	2	4
	離別	4	3	2	5
	死別	1	1	0	2
	未記入	0	0	0	0
子	有	40	65	91	64
	無	13	16	6	8
	未記入	0	0	0	0
最終学歴	大卒以上	10	24	26	15
	専門・短大・高専卒	27	28	43	27
	高卒	15	13	24	29
	中卒	1	16	4	1
	未記入	0	0	0	0
社会的活動	積極的に関わっている	18	30	34	33
	受動的に(義務として)関わっている	17	28	23	14
	現在関わっていないが、今後関わりたい	3	4	13	9
	関わっていない	14	19	27	16
	未記入	1	0	0	0

3.2. 「私はこれから」に対する自由記述内容の分析

「私はこれから」に対する意識の記述内容について、心理学を専門とする研究者2名が協議しながら分類を行った。303個の自由記述を同じ意味内容であるものごとにまとめ、それぞれにカテゴリ名をつけた。その際、1人の記述に複数の意味内容が含まれている場合には、文章中で強調されている内容を採用し、1人の自由記述を一つのカテゴリに分類することとした。その後、抽出されたサブカテゴリを意味内容ごとにまとめ、上位カテゴリを設けた。得られた上位カテゴリとそこに含まれるサブカテゴリは、積極的生き方志向（楽しく・幸せに、チャレンジ、前向きに、目的・努力）、対人的生き方志向（自己尊重、自他尊重、人とのつながり、次世代への期待、誰か（具体的な人物）のため、社会のため）、安定した生き方志向（維持、健康、余裕、今を大切に）、加齢に関わる生き方志向（年齢の重ね方、老いの受容、自律、見直し、終末）、不安・葛藤（予期不安、漠然とした不安）であった。Table2 から Table6 にカテゴリ名と内容、記述例を示す。

自由記述からみた中年期女性の将来展望

Table2「私はこれから」に対する自由記述のカテゴリ名、内容、記述例(積極的生き方志向)

カテゴリ名	内容	記述例
楽しく・幸せに	これからの人生を楽しく過ごす、幸せになる。	育児、仕事だけでなく、楽しめることをたくさん見つけ、人生を楽しみたい。(40歳代前半) 多少の困難に出会いながらも楽しい人生を送ることができると思う。(50歳代前半)
チャレンジ	新しいことに挑戦したい。	まだまだ学び、色々な事にチャレンジしていきたい。(40歳代前半) 今まで経験したことのない色々なことを体験して、日々充実した生活を送っていきたく強く思っている。(50歳代前半)
前向きに	前向きに、プラス思考で過ごす。	大変でも「今日は幸せだったなあ」と思える日が多くなるよう、疲れない程度に前向きに頑張っていきたい。(40歳代前半) 自分の人生を楽しみ前向きに考え、プラス思考で生活していきたい。(50歳代前半)
目的・努力	目的を持つ、日々努力をする。	定年を迎えるまで頑張つて働く。(50歳代前半) 年をとっていくけれど、毎日精一杯楽しく過ごせるよう目的を持って進みたい。(50歳代後半)

Table3「私はこれから」に対する自由記述のカテゴリ名、内容、記述例(対人的生き方志向)

カテゴリ名	内容	記述例
自己尊重	自分自身を尊重したい。	自分の気持ちに忠実に生きていきたい。(40歳代前半) もっと自分のやりたいことを優先させて生きていきたい。(40歳代後半) 自分の人生をできるだけ正直に生きていきたい。(50歳代後半)
自他尊重	自己と他者を両方大切にしたい。	子供や主人の事はもちろん大事にしていますが、自分の人生も充実できるような仕事を頑張りたい。(40歳代前半) 周囲の人に喜んでもらい、共に幸せになれることを望んでいる。(50歳代前半)
人とのつながり	他者とのつながりを重視する。	自分の力で社会と関わり他人とのつながりを大事にしていきたい。(50歳代前半) 子供が独立し主人が定年を迎えるため、2人で老後を楽しもうと思う。(50歳代後半)
次世代への期待	次世代が生まれ、育つことを望む。	孫ができる日を楽しみにしている。(40歳代後半) 娘が無事に結婚して幸せな生活を送ってほしい。(50歳代後半)
誰か(具体的な人物)のため	身の周りの誰かの役に立ちたい。	家族のために自分ができることを精一杯していこうと思う。(40歳代後半) 60才までの10年間はまだまだ体が動く年なので仕事を頑張る、少しでも家族の為に尽くしたい。(50歳代前半)
社会のため	社会に貢献したい。	仕事以外に何か社会に貢献できることにも参加していきたい。(50歳代前半) 少しでも社会の役に立つ生活ができればと思う。(50歳代後半)

Table4「私はこれから」に対する自由記述のカテゴリ名、内容、記述例(安定した生き方志向)

カテゴリ名	内容	記述例
維持	現在の生活や活動を続けたい。	今までのように生きていきたい。(40歳代前半) 今まで以上に健康に注意して、今やっていることを出来る限り続けたい。(50歳代前半)
健康	健康に留意して過ごしていきたい。	身体精神共に健康な生活をしたい。(50歳代前半) 自分の身体に気をつけて、家族の為にも、毎日を元気で暮らしていきたい。(50歳代後半)
余裕	余裕のある生活を送りたい。	お金に関しても、時間に関しても、もっとゆとりのある家族が毎日笑顔が絶えない暮らしをしていきたい。(50歳代前半) 自分のことも少し気を遣って心に余裕を持って生きていこうと思う。(50歳代前半)
今を大切に	今を大切に生きたい。	その時その時を大切に過ごしていきたい。(40歳代前半) 悔いのないように毎日を大切に過ごしたい。(40歳代後半)

Table5「私はこれから」に対する自由記述のカテゴリ名、内容、記述例(加齢に関わる生き方志向)

カテゴリ名	内容	記述例
年齢の重ね方	年齢の重ね方に対する希望がある。	上手に年をとる。(50歳代前半) じっくりおばさんからおばあさんになろうと思っている。(50歳代前半)
老いの受容	老いを受容したい。	年を重ねていく自分自身をありのままに受けとめ、様々な出来事に自分なりに対処をしながら人生を歩んでいきたい。(50歳代後半) 無理をせず年相応に生きていきたいと思う。(50歳代後半)
自律	自律した生活を送りたい。	健康に気をつけながら、自律できる老人になりたい。(50歳代後半) 健康に留意して子どもたちや周りの人に迷惑をかけないで生きていきたい。(50歳代後半)
見直し	今後に向けて生き方を見直したい。	自分の今後の生き方をもう一度ゆっくり考え、実行していきたい。(40歳代後半) 50歳をターニングポイントとして第二の人生を歩んでみたいと思う。歳をとってもやれることはあると信じている。(40歳代後半)
終末	人生の終わりを意識して現在や今後の生き方を考える。	人生の終末にむけて何をしてゆけばよいのか、どういう人生にしたいか、正面から向かい合いたいと考えている。(50歳代前半) 残りの人生を出来るだけ悔いのないように生きたいと思う。やりたい事は可能な限り実行し、今まで感じた事、伝えたい事を沢山のひとたちと分かち合い、枯木が朽ちるように死んでいきたい。(50歳代後半)

Table6「私はこれから」に対する自由記述のカテゴリ名、内容、記述例、年代別の記述数および割合(不安・葛藤)

カテゴリ名	内容	記述例
予期不安	今後の生活に不安を感じている。	将来の生活が不安だ。(40歳代後半) 親のことや自分の体力、仕事が心配。(50歳代前半)
漠然とした不安	漠然とした不安を抱えている。	どうなるのだろう、どうしたいのだろう。(40歳代前半) どのような人生を送るのだろうか。(50歳代前半)

次に、それらの結果を、40-44歳、45-49歳、50-54歳、55-60歳の年代別に分類し、それぞれのカテゴリの割合を示した(Table7)。なお、本研究では自由記述によって得られた豊富なカテゴリを可能な限り残すため、パーセンテージや具体的な記述内容から解釈を行った。以下、上位カテゴリを【】、サブカテゴリを「 」, 自由記述の内容を< >で示す。

①40 歳代前半

40 歳代前半では、まず【積極的生き方志向】において、「楽しく・幸せに」が 20.8%を占めていた。記述内容では、＜楽しい人生を送っていく。＞＜人生を満喫する。＞といった意識がみられ、これからの人生に明るい見通しを持っているもしくは明るい将来を思い描きたいという意識がうかがえる。

次に【対人的生き方志向】では、「自己尊重」「自他尊重」があわせて約 20%を占めており、自分自身を尊重した生き方をしたい、あるいは家族など身の周りの人々も自分自身もともに大切にしたいという意識が述べられていた。中でも「自己尊重」では、＜自分の時間を大切にしたい。＞＜家族に縛られることなく自由に生きていきたい。＞といった生活面での自由とともに、＜自分の気持ちに忠実に生きていきたい。＞のように、精神面において自分の価値観や生き方を尊重していきたいという意識もみられた。これまで中年期以降の女性では、“たとえ夫婦であっても自分の自由を尊重したい”など、夫婦関係における個人化傾向が強まることが指摘されてきたが（井上，2001；伊藤・相良，2010），本研究では、夫婦関係に限定されることなく、自分自身の自由な時間や自分らしさを大切にしたいという願望が述べられていた。こうした“自分らしさ”を希求する意識の背景には、子世代と親世代の双方から頼りにされるという中年期世代特有の状況があること、さらに伝統主義的な性役割観により、女性は他者への配慮やケア役割が求められやすいからこそ、自己に対して意識的に目を向け、その存在を尊重していきたいという志向が表れやすいことが考えられる。また【安定した生き方志向】の割合は 13.2%であり、＜その時その時を大切に過ごしていきたい＞＜自分のやるべきことをやるだけ。＞といった「今を大切に」が 5.7%の割合でみられた。

このような生き方に関する志向がみられる一方で、【不安・葛藤】が 24.5%を占めており、中でも「漠然とした不安」の意識が 17.0%の割合でみられた。そこでは、＜（これから）どうなるのであろう。＞＜（これから）どう過ごしたらいいのだろう。＞＜（これから）どのような人生を過ごすのだろう。＞という記述がみられ、今後の将来像を思い描くことが難しいために生じている不安であることが推察される。財団法人年金シニアプラン総合研究機構（2011）が平成 22 年に行った調査では、中年期女性が抱いている不安の内容で最も高い割合を占めるのは、老後全般に対する漠然とした不安であることが示されており、未婚女性の 82.5%，有配偶者女性の 70.0%が先行きに対して漠然とした不安を“大変（不安に）感じる”もしくは“少し（不安に）感じる”と回答している。また、老後の生活全般に対しても未婚女性の 88.6%，有配偶者女性の 83.4%が“大変（不安に）感じる”もしくは“少し（不安に）感じる”と回答している（財団法人年金シニアプラン総合研究機構，2011）。本研究では、このような将来に対する漠然とした不安が 40 歳代前半の時期に特徴的にみられた。40 歳代前半は、家庭人として、職業人としてなど複数の責任ある役割を担う一方で、人生で初めて身体的な衰えを実感し（若本・無藤，2006），老いへの気づきがみられる時期でもある（田仲・日潟・齊藤，2012）。40 歳代という新たなライフステージを迎える中で、自分自身が周囲から求められ責任ある存在であることを認識すると同時に、老いという自分自身の下降的変化への気づきが生じることで、“この先の人生はどのようにっていくのだろうか”という将来に対する漠然とした不安へと結びつきやすいたことが考えられる。

Table7 「私はこれから」に対する自由記述の年代ごとの分類

カテゴリ名		40-44歳		45-49歳		50-54歳		55-60歳		合計
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	
積極的 志向 生き方	楽しく・幸せに	11	20.8%	8	9.9%	14	14.4%	9	12.5%	94
	チャレンジ	3	5.7%	12	14.8%	8	8.2%	4	5.6%	
	前向きに	2	3.8%	5	6.2%	5	5.2%	3	4.2%	
	目的・努力	1	1.9%	2	2.5%	4	4.1%	3	4.2%	
	合計	17	32.1%	27	33.3%	31	32.0%	19	26.4%	
対人的 生き方 志向	自己尊重	5	9.4%	10	12.3%	8	8.2%	7	9.7%	89
	自他尊重	5	9.4%	5	6.2%	6	6.2%	3	4.2%	
	人とのつながり	2	3.8%	3	3.7%	6	6.2%	5	6.9%	
	次世代への期待	0	0.0%	2	2.5%	2	2.1%	1	1.4%	
	誰か(具体的な人物)のため	1	1.9%	2	2.5%	3	3.1%	1	1.4%	
	社会のため	2	3.8%	2	2.5%	3	3.1%	5	6.9%	
	合計	15	28.3%	24	29.6%	28	28.9%	22	30.6%	
安定した 生き方 志向	維持	2	3.8%	1	1.2%	4	4.1%	3	4.2%	43
	健康	1	1.9%	4	4.9%	4	4.1%	4	5.6%	
	余裕	1	1.9%	4	4.9%	4	4.1%	1	1.4%	
	今を大切に	3	5.7%	4	4.9%	1	1.0%	2	2.8%	
	合計	7	13.2%	13	16.0%	13	13.4%	10	13.9%	
加齢に 関わる 生き方 志向	年齢の重ね方	0	0.0%	0	0.0%	4	4.1%	0	0.0%	33
	老いの受容	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	3	4.2%	
	自律	0	0.0%	1	1.2%	1	1.0%	3	4.2%	
	見直し	0	0.0%	5	6.2%	2	2.1%	2	2.8%	
	終末	1	1.9%	0	0.0%	5	5.2%	6	8.3%	
	合計	1	1.9%	6	7.4%	12	12.4%	14	19.4%	
葛藤・不安	予期不安	4	7.5%	4	4.9%	7	7.2%	4	5.6%	44
	漠然とした不安	9	17.0%	7	8.6%	6	6.2%	3	4.2%	
	合計	13	24.5%	11	13.6%	13	13.4%	7	9.7%	
全体合計		53	100.0%	81	100.0%	97	100.0%	72	100.0%	303

このように 40 歳代前半では、今後の生活に対して積極的な見通しを持つ者の割合が高い一方で、漠然とした不安を持つ者の割合も比較的高いことが示された。日潟・岡本（2008）においても、40 歳代の未来に対する時間的態度は、目標を設定しチャレンジしていくとする姿勢が強い一方で、不安も生じやすいという 2 面性があることが指摘されている。本研究ではこうした傾向が、40 歳代前半において未来に対する期待と不安の高さとしてみられたものと考えられる。

②40 歳代後半

まず、【積極的生き方志向】，【対人的生き方志向】，【安定した生き方志向】の割合において、40 歳代前半とほぼ同様の傾向がみられた。例えば【対人的生き方志向】では、＜自分らしい生活を送

っていききたい。><家族を支える毎日の中でも、自分が楽しめることを自分だけのためにする時間を作っていききたい。>など、「自己尊重」の意識が12.3%を占めており、40歳代前半と同様に個としての自己や自分らしさを志向する姿がうかがえる。

それに対し、【加齢に関わる生き方志向】では、40歳代前半にはみられなかった「見直し」の意識が6.2%でみられた。その記述内容をみると、<自分の今後の生き方をもう一度ゆっくり考え、実行していききたい。><50歳をターニングポイントとして第二の人生を歩んでみたいと思う。>というように、50歳を一つの節目ととらえ、そこに向かってこれまでの自分の生き方を見直し、今後の人生を考えると意識が生じていることがうかがえる。また、【積極的生き方志向】においても「チャレンジ」が14.8%の割合でみられ、今後の生き方に対して、新たなことに出会い、挑戦していききたいという上昇的な志向を持っていることがうかがえた。日潟・岡本（2008）は中年期の人々を対象とした面接調査から、40歳代では未来の時間的態度として、目標を希求する発言や未来に対しての期待が多く語られる傾向があり、それは未来への時間的広がりがあるためであると述べている。本研究ではそうした期待感が40歳代後半の時期に特徴的にみられた。上瀬（1999）は、40歳代の女性は現在不適応状態になくとも“もっと自分を知りたい”と自分自身に高い関心を向けており、それは不明確になった自己を再構築するためというよりも、現在の自分を将来に向けてさらに充実させようとするためであると述べている。こうした知見をふまえると、本研究で40歳代後半の女性に特徴的にみられた生き方の見直しや新たな年代に向けての期待は、上瀬（1999）が指摘するような将来の充実した生活に向けての積極的な心の準備の表れであることが示唆される。

さらに【安定した生き方志向】では、<健康に留意して心も体も元気で生きる。>など「健康」を重視する生き方の志向（4.9%）や、<自分のことにも気を遣って心に余裕を持って生きていこうと思う。>といった余裕のある生活を望む意見も見られた。加えて40歳代前半と同様に、「今を大切に」の記述も4.9%でみられ、これらをあわせると【安定した生き方志向】が16.0%を占めた。

このように40歳代後半では、40歳代前半と同様に今後の生き方に対して積極的な姿勢を持つ者の割合が高いことに加え、50歳という節目に向けて、これまでの生き方を振り返り、今後の生活を再構築していくという意識が生じていた。また将来への漠然とした不安を挙げる者の割合は40歳代前半よりも低く、新たな出会いや挑戦を求める上昇的な志向が比較的高い割合でみられたことが特徴的であった。

③50歳代前半

上位カテゴリの割合については40歳代後半と同様の傾向がみられ、【積極的生き方志向】と【対人的生き方志向】のカテゴリがそれぞれ約3割を占めていた。中でも、【対人的生き方志向】として、<自分の力で社会と関わり他人とのつながりを大事にしていきたい。><家族と共に今までの様に幸せな人生を送っていききたい。>のように、「人とのつながり」を挙げる者が6.2%を占めていた。上瀬（1999）では、40歳代と60歳代の女性の自己認識欲求の内容や状況に違いが見られ、女性は加齢とともに、容貌などの自己の個人的な側面から、他者との関係における自己を重視するようになると述べられている。本研究の結果からは、40歳代から50歳代にかけても、こうした志向の変化がみられることが示唆される。

それに対し、【加齢に関わる生き方志向】（12.4%）では、40歳代にはみられなかった特徴がみられた。まず「年齢の重ね方」に関して、<上手に年をとる。><自分の10年後20年後を見据えて上

手に年を重ねていきたい。＞というように、自分自身の年齢の重ね方に関する願望が述べられていた。加えて、＜人生の終末に向けて何をしたいのか、どういう人生にしたいか、正面から向かい合いたいと考えている。＞というように、人生の有限性を意識し、残りの人生をどのように生きるのかを考える「終末」の意識も 5.2%で見られた。“人生の有限性”や“死”という言葉からは一見ネガティブなイメージが連想される傾向にあるが、一方では自分自身の人生の有限性や死という“終わり”を意識することによって、残された現在やこれからの人生をいかに生きるのかという課題と向き合うことが可能になるという側面も存在する。本研究では 50 歳代の女性において、こうした人生の有限性を意識した上での今後の生き方に言及されていた。

以上より、50 歳代前半では、40 歳代と同様に積極的な生き方の志向をもつ者の割合が高い一方で、加齢や老いが自分自身の課題として現実味を帯びる中で、これからの年齢の重ね方や人生の終末を見据えた生き方に関心が向けられはじめることが示唆された。また、対人的な生き方志向として、人とのつながりを重視する意識も特徴的にみられた。

④50 歳代後半

【積極的生き方志向】、【対人的生き方志向】、【安定した生き方志向】の割合に関しては 50 歳代前半とほぼ同様の傾向がみられた。中でも【対人的生き方志向】では、＜少しでも社会の役に立つ生活ができればと思う。＞＜自分自身の可能性を開拓して自分を磨き、社会貢献もしていきたいと願っている。＞といった「社会のため」が 6.9%の割合でみられた。このカテゴリでは、ある特定の人物に対してというよりも、社会の一員として、社会のためになる存在でありたいという願望が特徴的に述べられ、“社会とのつながり”がキーワードとなっていた。50 歳代後半の時期は一般的に、多重化された役割から徐々に解放されることにより、自分のために過ごせる時間が増加すると指摘されているが（田仲・日潟・齊藤，2012）、中でも Table1 に示したように、本研究では調査協力者の多くが子どもを持つ女性であったことから、この時期は子どもが自立を迎えた後である者が多かったと考えられる。前述の女性は 40 歳代から 60 歳代にかけて他者関係における自己に関心が向けられやすくなる（上瀬，1999）という見解もふまえると、子育て等での具体的な対象への世話に区切りがついた女性では、他者関係における自己の存在を、社会とのつながりや社会への奉仕という形で確認、達成しようとする方向に移行していくことがうかがえる。串崎（2005）は、ジェネラティビティの発達に関して、中年期には生み出し育てることへの関心のうち、特に他者貢献に対する関心が高まることを示している。本研究の社会への奉仕という意識は、こうした他者貢献の意識を反映したものと考えられる。

さらに、50 歳代後半では【加齢に関わる生き方志向】の割合が 19.4%を占めていた。＜年を重ねていく自分自身をありのままに受けとめ、様々な出来事に自分なりに対処しながら人生を歩んでいきたい。＞＜無理をせず年相応に生きていきたい。＞という記述にみられるように、老いを受容し、加齢していく自己とうまく付き合っていきたいという意識がうかがえる。しかしその一方で「自律」では、＜健康に気をつけながら、自律できる老人になりたい。＞＜健康に留意して子どもたちや周りの人に迷惑をかけないで生きていきたい。＞というように、老いによる下降的変化が予想される中でも、可能な限り自律した生活を送りたいという願望も述べられていた。ここから、老いに対する姿勢として、自らの老いがあるがままに受け入れたいという意識と、自律した生活を維持していきたいという願望の両面が生じることが推察される。加えて、＜いつか一人になります、残り少ない人生、有意義

に生きていければと思う。＞＜残りの人生を出来るだけ悔いのないように生きたいと思う。やりたい事は可能な限り実行し、今まで感じた事、伝えたい事を沢山の人たちと分かち合い、枯木が朽ちるように死んでいきたい。＞というように、人生の終わりを見据えた生き方に言及する「終末」の記述が8.3%を占めていた。「終末」の意識は50歳代前半から見られ、本研究の4つの年代の中では50歳代後半で最も高い割合となっていたことから、加齢に伴い老年期に近づくにつれて、自分自身の人生の終わりが身近に意識されやすくなることが考えられる。

このような生き方の志向に対し、【不安・葛藤】の意識は9.7%であり、本研究の4つの年代の中では最も低い割合であった。前述の財団法人年金シニアプラン総合研究機構（2011）によると、40歳代前半から40歳代後半にかけて老後の生活への不安は高まるが、50歳代前半および50歳代後半と年齢が上がるにつれて老後の不安感が低下すること、特に50歳代後半で最も老後の生活不安が低くなることが指摘されており、本研究の結果はこれらの知見と一致する。加えて、予期不安と漠然とした不安がともに低い割合であったことから、60歳代を間近に控えた50歳代後半には、今後の生活に対してある程度の見通しがついていたり、精神的なゆとりが生まれたりしているために、将来への不安が第一に喚起されることが少なかったものと考えられる。

⑤各年代の特徴からみた中年期女性における将来展望

ここまで、40歳から60歳までの各時期における中年期女性の将来展望の特徴をみてきた。ここでは40歳代前半から50歳代後半までの4つの年代をつなげてみることで、中年期女性における将来展望の特徴とその発達の变化について想定される道程を検討する。

まず、生き方の志向に関して年代ごとに特徴がみられた。40歳代前半では、“幸せになりたい”、“楽しく過ごしていく”のような将来全般に対する願望や明るい見通しが述べられる傾向にあるのに対し、40歳代後半では、これまでの生き方の見直しや新しい出会いへの期待やチャレンジの意識から、まもなく迎える50歳代に向けて新たな生き方の志向が生じていることが推察される。また40歳代では自分自身の価値観や生活上の自由を大切にすることを望む意識が述べられており、これらは現代の中年女性における個別化の傾向（伊藤・相良，2010；廣井，2006）を反映したものであると同時に、将来の人生の充実のために自己認識を深めたいという40歳代女性の傾向（上瀬，1999）とも関連することが示唆される。

以上のような40歳代の傾向に対し、50歳代では、年齢の重ね方や老い、さらには終末に向けての生き方の意識が特徴的にみられた。50歳代前半では、年齢の重ね方や老いに対して“上手に／美しく年をとりたい”といった志向が述べられているのに対し、50歳代後半では、自分自身の老いを受け入れ、老いと調和した生き方を望む意識がみられた。また、こうした老いの受容がみられる一方で、生活面に関しては、老いの進行が予測される中でも周囲の人々の世話になることなく自律した生活を維持することを望むという特徴が示された。加えて、50歳代では自分自身の人生の終わりを現実的なこととしてとらえ、終末に向けた生き方の視点が生じるとともに、他者や社会とのつながりを重視する生き方を志向する者が増えるという特徴もみられた。

以上のような生き方の志向をまとめると、40歳代では自分自身への認識を深め自己を尊重した上で新たな課題に出会っていきたくとする姿勢が高いこと、それが40歳代から50歳代にかけて志向の変化が見られ、50歳代になると、加齢する自己との付き合い方や人生の終末を視野に入れた生き方という課題に具体的にに取り組むようになることが考えられる。さらに、周囲との良好な人間関係や社

会の一員としての自己の存在価値に重点がおかれる傾向が強まることも示唆された。

なお、本研究の結果では、現状維持や余裕のある生活を望むといった安定性を重視する者の割合はどの年代においても10%から15%程度であり、全体に占める割合は高いとはいえなかった。この点について、本研究では、“私はこれから”という刺激文に対する反応から将来展望をとらえたことにより、願望という意味合いも含めると上昇的な変化を志向する意識が生じやすかったことが考えられる。さらに、＜これからも家族と仲良く過ごしていきたい。（「人とのつながり」に分類）＞といった記述内容からは、今後の生活に大きな変化を望むというよりも、これまでに築き上げてきた生活様式や人間関係を維持して平穏に過ごすことを望む意識もうかがえ、将来展望における安定志向は、実際には本研究で示された割合よりも高いことも考えられる。

以上のような肯定的・中立的意識に対し、不安や葛藤の意識は10%から20%程度であり全体からみた割合としては高くはなかったが、将来に対する漠然とした不安が中年期への過渡期といわれる40歳代前半で比較的高い割合で見られた。今後は、こうした予期不安が生じる要因について検討することに加え、この時期の不安が中年期を迎える中での一過性のものとして理解できるのか、あるいは不安を緩和させる要因を積極的に探っていく必要があるのかについても見極めていく必要があるといえるだろう。

4. まとめと今後の課題

本研究では自由記述に示された内容から、中年期女性の将来展望の特徴や年代による変化について検討を行ってきた。その結果、積極的生き方志向、対人的生き方志向、安定した生き方志向、加齢に関わる生き方志向、不安・葛藤と大きく5つのカテゴリが見出され、年代ごとの記述内容や割合から発達的な変化が生じていることがうかがえた。しかしながら、本研究で得られた知見は、1人の自由記述を一つのカテゴリに分類しており、個人内での複数の意識の多寡といった側面はとらえられていない。また、40歳代前半から50歳代後半にかけての意識変化に関しても、各時期の横断的なデータをもとに発達的な道程を推察することにとどまっている点、ライフコースの違いなど属性要因を分析に取り入れていない点が課題として挙げられる。したがって、ライフコースによる中年期女性の将来展望の特徴やその変化をより正確にとらえるためには、本研究を予備的検討と位置づけ、得られたカテゴリをもとに量的研究を実施すること、もしくは回想を含めた質的調査を実施することで個人内の意識変化をとらえることが必要である。

5. 引用文献

- Gilligan, J. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Boston: Harvard University Press.
- (ギリガン, C. 岩男 寿美子(訳) (1986). もうひとつの声—男女の道徳観の違いと女性のアイデンティティー—川島書店)
- 日潟淳子・岡本祐子 (2008). 中年期の時間的展望と精神的健康との関連—40歳代, 50歳代, 60歳代の年代別による検討—*発達心理学研究*, **19**, 144-156.
- 日潟淳子 (2009). 中年期における喪失と解放の意識—年代別による検討—*神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要*, **3**, 77-86.
- 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—*福島大学生涯学習教育研究センター生涯学習教育研究センター年報*, **4**,

27-37.

井上清美 (2001). 家族内部における孤独感と個人化傾向—中年期夫婦に対する調査データから— 家族社会学研究, **12**, 237-246.

伊藤裕子・相良順子 (2010). 中年期から高齢期における夫婦の役割意識—個別化の視点から— 文教学院大学人間学部研究紀要, **12**, 163-176.

上瀬由美子 (1999). 中高年期における自己認識欲求 心理学研究, **70**, 195-202.

串崎幸代 (2005). E.H.Erikson のジェネラティビティに関する基礎的研究—多面的なジェネラティビティ尺度の開発を通して— 心理臨床学研究, **23**, 197-208.

Lewin, K. (1951). Field theory in social science: Selected theoretical papers. New York: Harper and Brothers.

(レヴィン, K. 猪股佐登留(訳) (1979). 社会科学 における場の理論 増補版 誠信書房)

財団法人年金シニアプラン総合研究機構 (2011). 第3回独身女性(40～50代)を中心とした女性の老後設計ニーズに関する調査.

田仲由佳・日潟淳子・齊藤誠一 (2012). 中年期女性における加齢に対する意識の変化—閉経段階に着目して— 神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要, **6**, 85-91.

若本純子・無藤隆 (2006). 中高年期における主観的老いの経験 発達心理学研究, **17**, 84-93.

若本純子 (2007). 中高年期の自己評価における発達的特徴—自尊感情との関連, および領域間の関連に注目して— パーソナリティ研究, **16**, 1-12.

(受付日: 2016年2月24日)