

中高年齢期における目的指向性の重要性

目的指向性と対人ネットワークの関連性

研究開発室 鈴木 征男

- 要旨 -

目的指向性を測定する尺度を用いて、社会的活動性、対人ネットワークとの関連性を50～79歳の男女678人を対象として調べた。

近隣との交流において、男性では目的指向性の高い群ほど親しくつきあう割合が高かった。また、団体・サークルへの加入率は、男女とも「趣味やスポーツのクラブ・サークル」をはじめとして、高位群の方が参加率は高かった。

対人ネットワークでは、頼りにしている友人・知人数は男性の場合、高位群の方が多かった。友人・知人満足度では高位群ほど満足する割合が高かった。

日常生活の中で、生きる目的、目標を明確に持つことは、社会的活動を活発にし、友人・知人関係の拡充に寄与し、結果として満足度を高めることが確認された。これらの関係は、男性においてより明確に現れていた。

1. 目的指向性とは

高齢期になって、仕事から退職したり、引退することが人々のライフスタイルにどのような影響を及ぼすかが、アメリカでは大きな論争を起こしていた。1960年代に提唱された「離脱理論」では、「離脱」とは仕事の第一線から引退することにより、あるいは老化により、社会との関係が希薄になり、相互作用が減少していくとともに、社会の様々な規範からも自由になる過程と捉える。このように社会的に離脱することが個人にとっては望ましい、と考えるのである。これに反論したのが「活動理論」であり、老後になっても壮年期の社会的活動を維持することが、幸福に老いるための必要条件であると主張する。職業から引退せざるを得ないときには、これに替わる活動を準備することが望ましいとする（古谷野ら 2003）。その後、数多くの実証的な研究が行われたが、日本での研究も含め、その結論はほとんどが活動理論を支持するものであった（直井 2001）。社会的活動を維持、拡充するためには身体的な面での健康が重要であることは論をまたない。筆者はこれに加えて、精神的・心理的な面での積極的な、物事や事象への関わりが重要であると考えている。様々なことに対して関心を持

ったり、趣味や楽しみ、好きなことを実践したり、何らかの目的を持って生きていくというような態度が、社会的活動を促進する要因になると考えられる。

筆者は、先に「精神的自立性」が高齢者の生活満足度を高めることを明らかにしたが（鈴木 2004）、ここでいう精神的自立性は、生活する上での目的を持っているか、あるいは自覚しているかという目的指向性と、様々な局面で自己決定できる自己責任性を持っているかという2つの側面から構成されている概念である。この精神的自立性を測定する尺度はすでに、妥当性、信頼性が得られており、その有効性が証明されている（鈴木 2003）。本稿は、精神的自立性の中の目的指向性が、中高年の生活の中で、社会的な活動性に深く関与しており、さらにその結果、周りの人々との対人ネットワークの拡充に寄与している点を明らかにすることを目的とする。

本稿では、はじめに目的指向性の測定方法、および対象者の得点の分布状況を述べ、これに続いて目的指向性と友人ネットワークを中心としたライフスタイルとの関連性を分析していく。

2. 調査方法

アンケート調査は中高齢者を対象として、下記の要領で行った。

- 1) 対象：当研究所の生活者モニター、50～79歳の男女700名
- 2) 調査方法：郵送法
- 3) 調査期間：2004年11月
- 4) 回収状況：678名（有効回収率：96.9%）
- 5) 回答者の属性：図表1に示したとおりである。

図表1 回答者の属性

（単位：％）

	50代	60代	70代	全体（人）
男性	42.7	42.7	14.6	335
女性	43.4	43.1	13.4	343
全体（人）	292	291	95	678

3. 目的指向性得点の分布

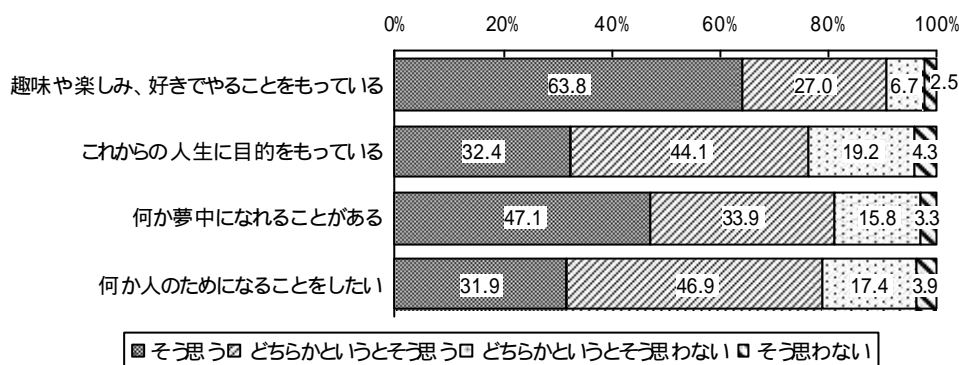
(1) 目的指向性の測定項目

はじめに、目的指向性を測定する指標について述べておく。当指標は図表2に示すような4つの質問項目から構成されている。それぞれの質問に対して、「そう思う」から「そう思わない」までの4段階の選択肢により回答を求めている。これらの回答を

「そう思う」に4点、以下「そう思わない」に1点を与えて4項目の合計得点から目的指向性得点を算出した。

このようにして算出した得点は4点から16点の間に分布する。今回の対象者の平均得点は12.89、標準偏差は2.43であった。なお、尺度の信頼性を表す信頼性係数アルファは0.781とほぼ満足のいく数値であった。

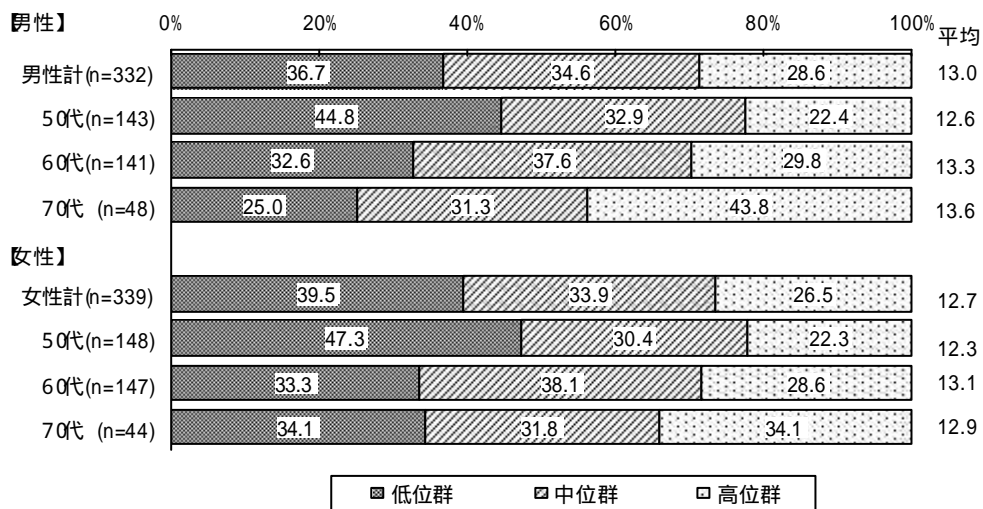
図表2 目的指向性の測定項目



(2)目的指向性得点の3分割

この得点の大きさにより、対象者を目的指向性高位群、中位群、低位群と3分割した。高位群は15～16点、中位群は13～14点、低位群は12点以下とした。図表3は性別・年代別にそれぞれの群の構成比を表したものである。性別では、男性計と女性計を比較してみても、両者の分布はほとんど同じであり、平均値でも男性が13.0に対し、

図表3 目的指向性得点の分布 (性別・年代別)



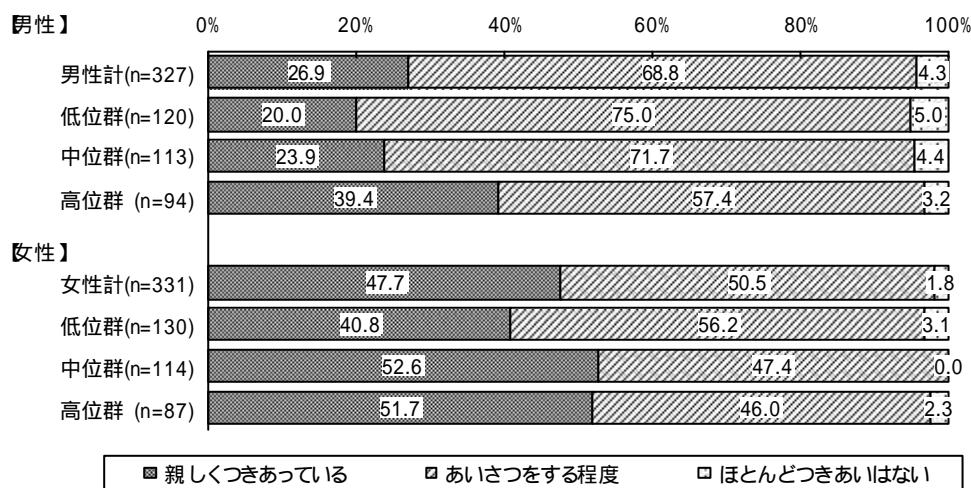
女性は12.7と差がみられない。すなわち、目的指向性得点は性別では差がないといえる。次いで、年代別にみると、男性では、年代が高い方が高位群の割合が高い。すなわち、高位群の比率が50代では22.4%であるのに対し、70代では43.8%とほぼ2倍となっている。平均得点も70代が50代を1.0ポイント上回っている。女性については、男性ほどではないが、70代の方が高位群の割合が高い傾向にある。この結果から、目的指向性は、加齢によりむしろ高まっていく傾向がみられる。

4.目的指向性とライフスタイル

(1)近隣との交流

目的指向性とライフスタイルとの関連性を分析するにあたり、まず、近隣との交流関係をみでみる。図表4では、近所とのつきあいの程度を質問した結果である。性別に比較すると、「親しくつきあっている」の割合は、女性が47.7%であるのに対し、男性は26.9%と女性の方が圧倒的に高い割合である。目的指向性別にみると、女性ではあまり差がみられないのに対し、男性では明らかに高位群が高い割合となっており、目的指向性が近所との交流を促進する要因となっていることがうかがえる。

図表4 近所とのつきあい方 (性別・目的指向性別)



(2)団体・サークルへの加入状況

同じように、様々なクラブやサークルに、どの程度参加しているかを調べた。結果は図表5に示したとおりである。これによると、全般的に目的指向性が高い方が、参加割合が高い傾向がみられる。「趣味やスポーツのクラブ・サークル」では、男性高位群で参加率が54.7%であるのに対し、低位群では21.3%と、両者に33.4ポイントもの差が現れている。これは、女性の場合でも同様で、目的指向性が高い群でやはり参加

率が高かった。同じように「学習・教養などのクラブ・サークル」「退職者の会など旧職場の団体・サークル」でも高位群の参加率が男女とも高かった。一方、「職場・仕事関係の団体・サークル」「老人クラブ」では、男性だけが高位群の参加率が低位群を上回っている。これに加えて「特に所属している団体・サークルはない」では、男性の場合、低位群ほど割合が高かった。このように、団体・サークルへの加入率と関連しており、全般に高位群が低位群を上回っていた。

図表5 団体・サークルへの参加率 (性別・目的指向性別) < 複数回答 >

	(単位: %)				
	趣味やスポーツのクラブ・サークル	学習・教養などのクラブ・サークル	職場・仕事関係の団体・サークル	退職者の会など旧職場の団体・サークル	町内会・自治会など
男性計(n=330)	38.6	19.9	14.2	21.1	29.8
低位群(n=122)	21.3	13.1	10.7	13.1	26.2
中位群(n=114)	43.5	18.3	15.7	22.6	33.0
高位群(n=94)	54.7	30.5	16.8	29.5	30.5
カイ2乗検定	***	**		*	
女性計(n=337)	47.2	28.0	7.4	7.1	26.0
低位群(n=133)	32.8	15.7	4.5	4.5	20.9
中位群(n=115)	53.0	35.7	10.4	6.1	28.7
高位群(n=89)	61.1	36.7	7.8	12.2	30.0
カイ2乗検定	***	***			+

	生協や消費問題の団体・サークル	社会奉仕・ボランティア活動の団体	老人クラブ	宗教関係の団体	特に所属している団体・サークルはない
男性計(n=330)	3.9	18.4	6.3	4.2	23.5
低位群(n=122)	2.5	13.9	2.5	1.6	37.7
中位群(n=114)	3.5	12.2	5.2	4.3	20.0
高位群(n=94)	6.3	31.6	12.6	7.4	9.5
カイ2乗検定		***	*		***
女性計(n=337)	11.8	21.8	4.1	5.6	20.4
低位群(n=133)	9.0	9.7	3.7	4.5	35.1
中位群(n=115)	18.3	30.4	3.5	5.2	11.3
高位群(n=89)	7.8	28.9	5.6	7.8	10.0
カイ2乗検定	*	***			***

注：***= p<0.001、**= p<0.01、*= p<0.05、+= p<0.1 (以下同様)

(3) 友人・知人と知り合ったきっかけ

このようなグループ・団体に積極的に参加することは、友人・知人ネットワーク作りにもプラスに働くことが予想される。そこで、現在いる友人・知人と知り合ったきっかけについて回答を求めた。図表6ではその結果を示したものであるが、これによると、「趣味・スポーツなど余暇活動を通じて知り合った友人・知人」を挙げる割合が、男女とも目的指向性得点の高位群ほど高くなっている。これは、先の団体・サークル加入率と同じ傾向となっている。女性の場合は、「ボランティアや地域活動を通じて知り合った友人・知人」が高位群ほど高い割合であるが、男性の場合は、中位群は8.7%

と低いものの、高位群では32.6%と極めて高い割合となっており、やはり目的指向性が高いと、このような友人・知人が多くなる傾向を示している。男性の場合は、これに加えて「自治会・町内会・近隣関係の友人・知人」「宗教活動を通じて知り合った友人・知人」の割合も、高位群ほど高い結果となった。

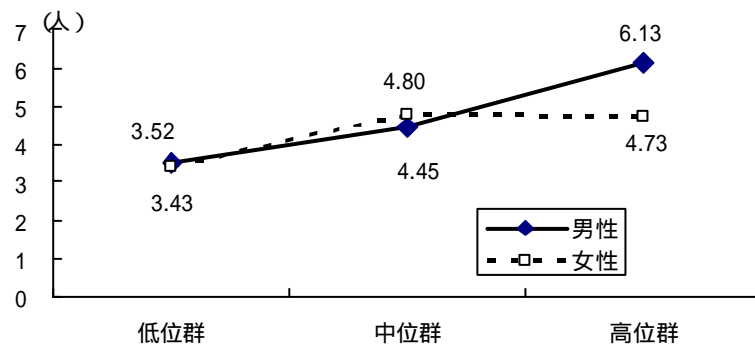
図表6 友人・知人と知り合った関係 (性別・目的指向性別) < 複数回答 >

	趣味・スポーツなど余暇活動を通じて知り合った友人・知人	職場や仕事を通じて知り合った友人・知人	自治会・町内会・近隣関係の友人・知人	学生時代の友人・知人	宗教活動を通じて知り合った友人・知人	ボランティアや地域活動を通じて知り合った友人・知人	親戚関係
男性計(n=332)	41.9	71.7	25.0	52.1	4.2	17.8	23.7
低位群(n=122)	20.5	76.2	14.8	50.0	1.6	14.8	11.1
中位群(n=115)	49.6	67.8	25.2	55.7	3.5	8.7	40.0
高位群(n=95)	60.0	70.5	37.9	50.5	8.4	32.6	25.8
カイ2乗検定	***		***		*	***	*
女性計(n=339)	47.2	50.4	46.3	54.9	4.7	16.2	29.1
低位群(n=134)	38.1	47.8	43.3	50.7	3.0	7.5	40.0
中位群(n=115)	51.3	53.0	48.7	56.5	3.5	21.7	16.0
高位群(n=90)	55.6	51.1	47.8	58.9	8.9	22.2	40.0
カイ2乗検定	*				+	**	

(4) 頼りにしている友人・知人数

目的指向性が高いことが、社会的活動を活発にし、それとともに、友人・知人ネットワーク拡充に寄与する可能性が高いことをこれまでみてきた。ここでは、日頃から何かと頼りにしたり、親しくしている友人・知人の数を質問した結果を図表7に示した。これによると、女性の場合は、目的指向性が高い方が人数が多いという結果は得られていない。これに対して、男性の方は高位群が6.13人に対し、中位群が4.45人、低位群が3.52人と、明らかに高位群の方が多かった。

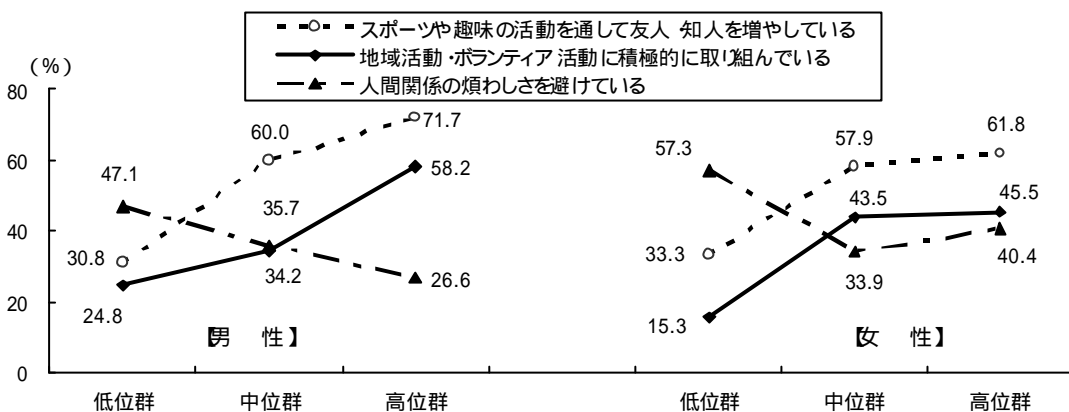
図表7 頼りにしている友人・知人数 (性別・目的指向性別)



(5)友人 知人関係の態度

こうした、友人・知人関係を作っていく上で、こういった意識・態度で関係を構築していこうとしているのかを調査した。図表8はそれぞれの態度に対する肯定する割合(「そう思う」「どちらかというと思う」の合計割合)を表したものである。これによると高位群が、友人・知人関係を構築していくことに積極的であることがわかる。

図表8 友人 知人関係の態度 (性別・目的指向性別)



注:「そう思う」「どちらかというと思う」の合計割合

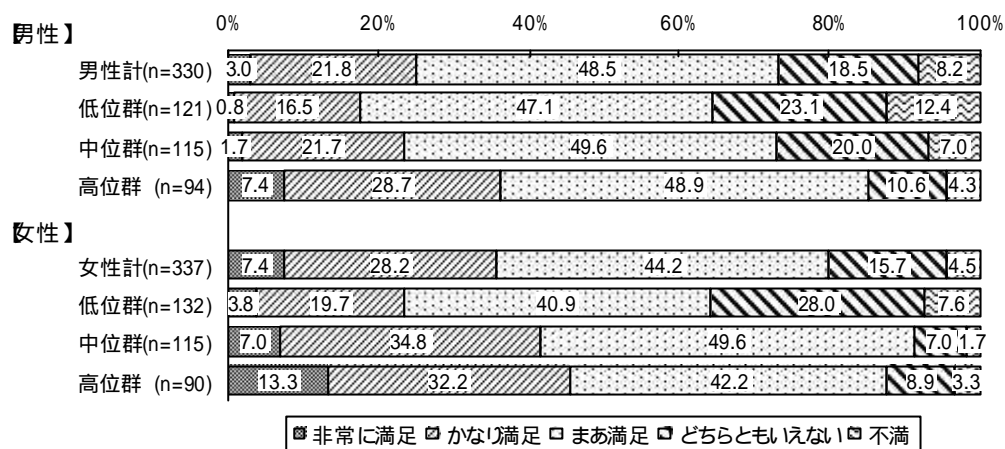
(6)友人 知人満足度

このように、目的指向性が高い人は、男性では特に対人ネットワークが充実していることをみてきたが、ここでは、総合的にみて、友人・知人関係にどの程度満足しているかについて調査した結果を図表9に載せている。これによると、男性の場合は満足している(「非常に満足」「かなり満足」「まあ満足」の合計)割合は、目的指向性の高位群が最も高く、低位群が最も低くなっていることがわかる。女性の方は「非常に満足」「かなり満足」の合計割合は、目的指向性が高いほど割合が高くなっている。目的指向性が高いことが、友人関係を充実させ、友人・知人関係を満足させる効果をもたらすように思われる。

5.目的指向の生き方の重要性

定年退職により、それまで打ち込んでいた仕事という目標が失われ、生きる目的を喪失する危険性が高いことがいわれている。我が国では、高齢期の「生きがい」が極めて重視され、生きがいを持つことが奨められている。しかしながら、生きがいを持つことが、どのような効果をもたらすかは、実証的には必ずしも明らかにされなかった。それは、「生きがい」を測定する尺度がほとんど存在しなかったことによる。

図表9 友人・知人関係の満足度(性別・目的指向性別)



注:「不満」は「やや不満」「かなり不満」「非常に不満」の合計

「生きがい」と目的指向性は類似した概念であるが、前者がどちらかという、人生の意義といった長期的な期間を念頭に置いているのに対し、後者は、より近い将来の目標、目的を持っているかを測定する点で異なっている(鈴木 2003)。

今回、尺度を用いて目的指向性の高い人と低い人との間のライフスタイルの違いを分析してきた。その結果、目的指向性の高い群はいくつかの点で活発なライフスタイルをもたらしていることが明らかになった。特に、高位群は様々な団体に加入しており、そこから親しい友人・知人を得ることができる。その結果、何でも相談できる友人・知人の数が多くなり、ソーシャル・サポートが得られやすくなる。この背景として、目的指向性自体が自分の生活に閉じこもるのではなく、世界を広げていく方向を示しており、対人ネットワークは、その目的と合致するのである。そのため、友人・知人ネットワークに対しては、積極的な態度をとり、その結果として対人ネットワークが充実しており、友人・知人関係の満足度も高くなるという関連性を持っているように思われる。中高年期の男性にとって、目的を持った生き方がいかに重要かを示す結果となっている。

(研究開発室 主席研究員)

【参考文献】

- ・ 古谷野亘・安藤孝敏, 2003, 『新社会老年学』ワールドプランニング。
- ・ 鈴木征男, 2003, 「精神的自立性尺度の作成」『民族衛生』69(2): 47-56。
- ・ 鈴木征男, 2004, 「沖縄高齢者のサクセスフル・エイジングの心理的側面」厚生労働科学研究補助金『沖縄における長寿とサクセスフル・エイジングに関する研究平成13年度～平成15年度総合研究報告書』, 181-188。
- ・ 直井道子, 2001, 『幸福に老いるために』勁草書房。