

機関番号：32663

研究種目：基盤研究 (C)

研究期間：2007～2010

課題番号：19530565

研究課題名(和文) 制限環境下における自己の適応と余暇活動

研究課題名(英文) Self-adjustment and leisure activity in the restricted circumstances

研究代表者

片山 美由紀 (KATAYAMA MIYUKI)

東洋大学・社会学部・教授

研究者番号：50265229

研究成果の概要(和文):

本研究の「制限環境」とはネガティブな感情が喚起される一方、その状況から逃れることは困難な環境である。このような状況にあっても、本研究で提唱する「祝祭」「達成」「解放」の方向性の保持により、事態の主観的改善に役立つ事が事例分析、インタビュー調査、アンケート調査(日本国内調査、および日本・イタリア・韓国の国際比較調査)において示された。また日本・韓国と、イタリアでは、余暇と家族の位置づけが異なることが示唆された。

研究成果の概要(英文):

“The restricted circumstances” are those which evoke negative feelings but people can't escape from the situation. Holding the sense of “Celebration”, “Accomplishment”, or “Freedom”, people can develop their subjective circumstances. Using the interviews or questionnaires between Japan, Italy and Korea, it was revealed that each country has difference in the relationship between leisure and family.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2007年度	600,000	180,000	780,000
2008年度	900,000	270,000	1,170,000
2009年度	1,600,000	480,000	2,080,000
2010年度	500,000	150,000	650,000
年度			
総計	3,600,000	1,080,000	4,680,000

研究分野：社会心理学

科研費の分科・細目：心理学・社会心理学

キーワード：ワークライフバランス、少子化、余暇、適応、心理学、制限環境、自由時間

## 1. 研究開始当初の背景

本研究における「制限環境」とは、ネガティブな感情が喚起される一方で、その状況から逃れることはほとんど困難であるような状況である。このような「制限環境」におい

て人々は適応困難を生じる一方で、積極的な自己(ストーリー)の再構成および積極的な心理的営み(研究代表者の提唱する「祝祭」「達成」「解放」)により、事態の心理的リア

リティーを変化させうると考えられる。

自由時間活動（余暇活動）に関する心理学的研究は現在、日本ではまさに開拓の途にある。広い意味での制限環境、そのなかでも程度の厳しい「喪失経験」の後の余暇活動については、例えば Kleiber, Hutchinson, & Williams(2002)が、(1)ネガティブな事象や感情から注意を逸らす、(2)将来に対する楽観主義を生み出す、(3)過去と連続する人生物語を再構成することを助ける、(4)自己変容の手段となる、の4つの役割を果たすことを指摘している。これらの役割を果たしうる余暇活動の心理学的研究が必要とされている。また世界でも有数の長時間労働の日本、ワークライフバランスに問題があると考えられる日本において、余暇活動とクオリティー・オブ・ライフの関連をみることは、余暇活動の新たな形態への提言にもつながりうる。さらにワークライフバランスを考えると、制限環境においてともすれば失われがちである休息、「レスパイト」は、本研究で提唱する「解放」因子によりそのメカニズムが解明できるものと期待された。

なお「余暇活動」の研究については、国外では Journal of Leisure Research, Leisure Sciences などの専門論雑誌において長らく盛んに研究が進められてきたテーマである。研究の中心的地域は北米(アメリカおよびカナダ)と豪州である。しかしそもそも自由時間活動（レジャー）に関する研究領域については、速水が2004年に発行した翻訳書『レジャーの社会心理学』（Mannell & Kleiber, 1997）のなかの監訳者あとがきにおいて「おそらく、日本の読者はまず、このような心理学の研究領域が存在していることに驚き、さらにその研究の深さや進展に目をみはることになるだろう」書いたように、余暇活動（レジャー）に関する心理学的研究はほとんどな

されていないのが現状である。この速水が同書のなかで「わが国（注：日本）でも2003年度の日本社会心理学会では始めてレジャー研究の一分野であるツーリズムについてのシンポジウムが開かれたと聞いている。これまでほとんど未開拓であるレジャーについての心理学的研究が、我が国においても本格的に開始される予感がある。」と希望溢れる前途について語っており、この文中で指摘されているシンポジウムを中心となり企画・実施したのが申請代表者であり、東洋大学において開催された日本社会心理学会第44回大会時、タイトルは「旅行者行動の社会心理学 - 自己変容の可能性」であった。

このように自由時間活動（レジャー）に関する心理学的研究は現在、日本ではまさに開拓の途にある。そして前述のように、余暇活動とQOLの関連をみることは、余暇活動の新たな形態への提言にもつながりうる。

## 2. 研究の目的

年度毎に下記のような目的で研究を行い当該領域における本質的な基礎研究課題の発見を行う事が本研究全体の目的であった。

平成19年度（2007年度）：年度の目的は、実態の問題の整理、研究概念の精緻化及び測定変数（社会心理学領域で特徴的な、厳密な測定方法）について意見を交換し、共有すること、また、研究構想で準備した変数群で変数群は充分か、付加すべき変数はないかの検討を行うことであった。

平成20年度（2008年度）：次年度に行う国際比較調査の変数設計を行うために、多様な対象者に対して、主に質的調査を行い成果を次年度調査に生かすことが目的であった。

平成21～22年度（2009～2010年度）：年度の目的の第1は、国際比較調査以前に最終的な資料収集を行うこと、第2は昨年度迄に引

き続き、研究構想段階で準備した変数群に不足がないか、またそれぞれの変数内の構造がどのようなものであるかを検討することであった。第3はこれらを踏まえて調査を行い、分析を行い、成果をまとめることであった。

### 3. 研究の方法

平成19年度(2007年度): 文献調査を行なうとともに、研究代表者・研究分担者それぞれが独自に所属する学会における研究動向・実態動向・当該領域における独自の研究方法の解説・理論の解説を相互に行い、情報を共有した。これによって従来の問題点に新たな問題の視点を付加し、研究概念の精緻化及び測定変数(社会心理学領域で特徴的な、厳密な測定方法)について意見を交換し、共有した。

平成20年度(2008年度): 4種類の調査を行った。1:制限環境下にある対象者の実態、2:大学生を対象とする調査による理論的変数検討、3:制限環境をサポートする方々への調査、4:北米・欧州の実態とメカニズムの調査。

平成21~22年度(2009~2010年度): 成果部分で諸術するように、2009年度にインターネットを用いた国際比較調査を行った。調査対象国は日本、イタリア、韓国であり、これらはいずれも、男性・女性の家庭における役割が固定しがちであると同時に、他の同様の諸国と同じく、少子化の進んでいる国々である。そして2009~2010年度にデータの分析を行った。

### 4. 研究成果

#### (1)平成19年度(2007年度)

本研究の枠組みは下記であった。

- (A)従前の自己 (B)状況の変化・喪失経験
- (C)適応困難 (D)変化の契機
- (E)適応的志向の対処行動

(a)自己(ストーリー)の再構成、

(b)新たな行動・意識レパトリーの獲得

この過程において変数群の適否について初年度に事例分析により検討を行ったところ、(A)従前の自己、から(E)適応的志向の対処行動、まで、準備された変数群自体は研究構想時点のもので適切であったことが示唆された。ただし人々の「主観的制限環境」を規定する現実的な2つの要因、すなわち法制度および社会風土について事例の検討を行うことにより、日本文化の特徴を研究の視点として取り入れることの必要性が指摘された。さらに分析の過程において、日本文化の特徴が上記(A)~(E)の各過程に少なからぬ影響を及ぼしていることが示唆された。例えば適応的志向の対処行動について、自らの所属する法制度および社会風土のなかで見聞しうるレパトリーを超えたものは選択され難かった。

#### (2)平成20年度(2008年度)

「自由時間のあり方」の基礎的整理と社会心理学 - ワークライフバランス概念ではみえにくい部分 -」の論文で日本の現況の問題につき社会心理学視点の分析を行った。また多摩市および台東区の育児中の母親に半構造化面接調査を行い、自分の時間確保や育児を通じた出会いが否定的感情緩和に寄与することを明らかにした。

日本社会心理学会で「制限環境下における自由時間活用/休息スキル」の発表を行い、本研究の枠組み(E)(b)の実態を具体的数値と項目で示した。この研究においては、精錬を経て作成された、次のような語句自由書き込みの質問を、大学生(1月のテスト・レポート後半時期である種の制限環境にある状態の一方、クリスマスや年末年始、そして旧友との再会

等がありうる時期)に対して行った。“たとえ試験やレポートの多い期間中であっても、\_\_\_\_のときは、\_\_\_\_(だ)から、\_\_\_\_(なふうに)過ごしたい”。得られた自由記述をテキストマイニング等で分析した結果、「祝祭」の強い人は、上記のような制限環境であってもその狭間で自由に時間を使う事を諦めないこと、また「解放」の強い人は、制限環境のことを一時的に忘れ積極的に自由時間をとるスキル化がなされていることが示された(「休憩時間と決めているから」「息抜きが必要だから」「新年の始めだから」「大切な時間だから」「普段、忙しいから」「体を休めてあげたいから」等)。また「解放」の強い人は、制限環境にあってさえ、大切な人間関係との時間は優先するような記述もみられた(「地元の友達と一緒にだから」「友達と過ごせるから」「仲間と一緒にだから」等)。これらの結果は、3因子が自由時間、ひいてはワークライフバランスの調整のスキル化を解明する鍵となることを示すとともに、仕事に就く前の大学生への、スキル教育の可能性を示唆した。

父親向け子育て支援・ファザリングジャパンの代表や社員へのインタビューや厚生労働省シンポジウム等を通してワークライフバランス問題の社会心理学的論点を得た。関連調査を調べるなかで、日本と並び、隣国韓国の長時間労働およびワークライフバランスの問題点について確認がされた。

北米の余暇実態と制限環境についてレビューを行う過程で、Iwasakiによる余暇研究の批判的レビュー(中東・アフリカ・アジア等と西欧の差異)に示唆を受けた。また制限環境の制度的側面のレビューを行う過程で、一般に先進的とみなされる北欧モデルと対極の南欧福

祉モデルの可能性について、資料収集および考察が深まった。統計的数値や調査数値だけでは確証の得がたい南欧の実態部分は、この1年の間に知己を得た複数のイタリア研究者らへのインタビューにより妥当性検討を進めた。

上記 および により、次年度の国際比較調査の対象国として韓国およびイタリアが選定された。

なお本年得られた成果は、人々のクオリティ・オブ・ライフの向上への示唆の礎となると同時に、結果として現在世界の先進諸国で問題の少子化につき、日本の現況分析および新たな視座を付け加える意義深いものであった。

(3)平成21~22年度(2009~2010年度)

調査手法の検討：日本全国のサンプリング調査(留置調査)のオムニバス形式の採用、郵送調査、インターネット調査の各方法を比較検討し、それぞれの長所・短所を踏まえた上で、インターネットを利用した国際比較調査を行うこととした。

3年間の研究の中で、人が制限環境を経験して適応困難を生じる場合に、その変化の契機として、本人自身の内的な変容があるとともに、本人をとりまく周囲の人々の行動-圧迫を取り除くような配慮的行動また育児協力・料理・家事などの協力的行動-が本人に、日常可能な行動範囲そして意識範囲の制限解除とともに適応的变化を生じさせること、それが重要な変化であることが明らかになった。そのためこれら変数も調査設計に加えられた。調査対象者は日本・イタリア・韓国の、10歳以下の子どもを育児中の有職男女であった。調査項目は、人口統計学的変数の他、就労時間、休暇、余暇活動(自由時間の過ごし方、旅行、料理等)、親意識、子育て観、ソーシャルサポート、充実感他であった。

調査折衝、実査、を綿密に行い、3ヶ国各々の予備調査開始曜日時刻、回答チェック、本調査開始曜日時刻等も細かく調査会社と打ち合わせ、日本・イタリア・韓国・少子化の進む代表的な国々 - の質の高いデータを収集することができた。本年度の研究計画時点で、データ集計、分析は一部のみ着手であることが想定されていたが、余暇活動データの分析より、想定されていた変数構造が調査データにおいて得られたことが確認できた。

データ分析によれば、3ヶ国いずれにおいても、また男性のみのデータにおいても、女性のみのデータにおいても、「祝祭」・「達成」・「解放」の3つの変数構造が確認された。一般に心理学的研究における因子構造の安定性・再現性は容易とはいえない実態から考え、綿密な項目作成の大きな成果が得られたと評価できる。

これらのうち特に「解放」、いいかえればレスパイトは特に制限環境下において失われがちなものであり、それゆえその実現は研究の焦点の1つであった。

日本・イタリア・韓国3ヶ国はいずれも少子化のすすむ国々である。これらの国際比較調査における男性票の分析によれば、日本と韓国、すなわちワークライフバランスの点で世界の中でも仕事中心の社会である国においては、仕事からの「解放」が余暇活動における動因となる一方、家庭生活が生活の中心にあるイタリアでは、家族と過ごす時間/空間からの「解放」が余暇活動の動因となっていることが示唆された。このことは、日本社会における制限環境と余暇活動の関係の特徴を示した一方で、心理変数としての3つの方向性だけではなく社会構造そのものを明確に研究変数として取り入れる必然性をデータとして示した点で重要である。また、制限環境経験後の対処行動として、自己ストー

リーの再構成にエネルギーが注がれることは、新たな行動/意識レパトリーの獲得とは負の相関関係にあることが示唆された。このことは、後者を支える要因について、今後さらなる検討が必要であることを示している。また男女ともに、ワークライフバランスの見直しが、事態全体の改善につながることを示唆された。またこのことが少子化問題の解決に寄与することも示唆された。

#### (4) 今後の展望

ネガティブな制限環境において、「祝祭」「達成」「解放」の3つの方向性を保有することが様々なかたちで、当人にとってプラスに働くことが、いくつかの研究により示されたことが本研究の成果であるとともに、今後、啓発としてのスキル教育の可能性および必要性が示唆された。

日本社会を俯瞰すれば、経済的先進国である一方で、労働時間の長さおよび制度としての休暇日数の少なさそして有給休暇取得率の低さが、自由裁量時間と心理的余裕を欠いた社会構成員を多数生み出すこととなった。そのため高齢者介護や乳幼児育児そして家庭内の家事といったケアの営みが、外見上最も可能とみえる人々に、「手助けもレスパイトも無し」に、そして「助け合う同僚が一人も居ない“家庭”という職場」において「すべて」課せられる構造となっている。そしてこのような構造が、厚生労働省「21世紀成年者縦断調査（国民の生活に関する継続調査）」で繰り返し示されるような、出生率低下のメカニズムにつながっている。このような日本と同様の社会構造を持つドイツ、イタリア、韓国等でも、出生率の低下が続いていることは社会学、社会福祉学において繰り返し指摘されている。このような日本の社会背景の存在はなおさらに、本研究の前述の研究および提言、啓発的な社会的還元の可能性

を高める結果となる。本研究が中期的に目指すワークライフバランスの向上は、時代のテーマであると同時に、人々のクオリティ・オブ・ライフ向上のための心理学の貢献の必要性を改めて示すものである。

#### 5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者に下線)

〔雑誌論文〕(計7件)

片山美由紀, 自由時間の過ごし方解明のための心理尺度の作成 - 休息の意義を共有する社会風土醸成のために, 東洋大学社会学部紀要(査読無), 47(2), 2010, pp.45-57.

片山美由紀, 食事準備行為の国際比較(EUROSTAT)からみたワークライフバランスと少子化, 現代社会研究(査読無), 7, 2010, pp.13-24.

安藤清志, 否定的事象の経験と愛他性, 東洋大学社会学部紀要(査読無), 47(2), 2010, 35-44.

Hatanaka, Ando, et al., Traumatic stress in Japanese broadcast journalists. , Journal of Traumatic Stress,(査読有), 23, 2010, pp.173-177.

片山美由紀, 新たな趣味関心の発生/広がり  
の職業別・年代別分析 - サッカー・ワールドカップ 2002 観戦の分析 - と余暇資源、人間科学総合研究所紀要(査読有), 12, 2010, 239-250.

片山美由紀, 「自由時間のあり方」の基礎的整理と社会心理学 - ワークライフバランス概念ではみえにくい部分 -, 東洋大学社会学部紀要(査読無), 46(1), 2008, 49-63.

大坊郁夫・堀毛一也・相川充・安藤清志・大竹恵子, well-being を目指す社会心理学の役割と課題 対人社会心理学研究(査読有), 9, 2009, 1-31.

〔学会発表〕(計3件)

片山美由紀・安藤清志・泊真児, 男性の料理・非料理 - 日本・イタリア・韓国の比較 -, 日本社会心理学会第 51 回発表論文集, 2010.10, 広島

Katayama, Ando, Tomari, Cooking for pleasure: Fathers in Japan, Italy, Korea and “Directions for Joyfulness”, 11th World Leisure Congress, 2010.8, ChunCheon

片山美由紀・安藤清志・泊真児, 制限環境下における自由時間活用/休息スキル, 日本社会心理学会, 2008.10, 鹿児島大学

〔図書〕(計4件)

片山美由紀 自由時間行動としての観光

行動, 2011, 原書房

片山美由紀, 『感情と思考の科学事典』(分担執筆), 2010, 朝倉書店, 472

安藤清志 (編著) 自己と対人関係の社会心理学 - 21 世紀の社会心理学 13, 2009, 北大路書房, 138-149

安藤清志・片山美由紀 他 社会心理学辞典, 2009, 丸善株式会社, 800

#### 6. 研究組織

##### (1) 研究代表者

片山 美由紀 (KATAYAMA MIYUKI)

東洋大学・社会学部・教授

研究者番号: 50265229

##### (2) 研究分担者

安藤 清志 (ANDO KIYOSHI)

東洋大学・社会学部・教授

研究者番号: 50125978

泊 真児 (TOMARI SHINJI)

大妻女子大学・人間関係学部・講師

研究者番号: 50323233

##### (3) 連携研究者(0)