

職業行動に関する研究 —これまでの取り組みと今後の課題—

森下 高治

1. 労働を取り巻く問題

働く人たちの現況

雇用を巡る環境は、ここ数年の中で激変した。2008年のリーマンショック以降、人手の過剰感が強まり、非正規労働者を解雇するいわゆる「派遣切り」が行われ、2011年3月の東日本大震災の後に復興事業も連動して逆に人手不足が広がる様相を示してきた。しかし、労働力人口(自営業主、家族従業者、雇用者、完全失業者)と就業者の動向をみると、総務庁統計局の2014年8月現在の「労働力調査」によると、労働力人口は男性が3,776万人、女性が2,819万人、計6,595万人である。15年前の1999年は男性が4,024万人、女性が2,755万人、計6,779万人で男性が248万人の大幅減、一方女性は逆に64万人増である。10年前の2004年とでは、男性が3,905万人、女性が2,737万人、計6,642万人で男性が129万人と減少傾向を示した。女性も15年前と同様82万人増である。

また、就業者数を2014年8月時点でみると、男性が3,635万人、女性が2,728万人で計6,363万人を数えている。男女別、年齢別就業者数について、2014年の男性の年齢階層別結果を10歳きざみでみると、35-44歳が871万人で最も多く、45-54歳が759万人、続いて55-64歳が671万人である。逆に、24歳以下は259万人で最も少なく、65歳以上が425万人である。

一方、女性も35-44歳が635万人で最も多く、次に45-54歳が595万人、25-34歳が507万人で就業者数が多くみられた。男性と同様、24歳以下は246万人で最も少なく、女性は35歳以降の子育ての後半から55歳までの年齢層で就業者数は多い。

正規、非正規については、正規従事者(職員・従業員)は男性が2,274万人、女性が1,031万人である。これに対して非正規従事者は男性が630万人、女性は1,318万人を数えている。非正規の男性の内訳は、アルバイトが最も多く205万人であるのに対して、契約社員が159万人、パートは105万人である。

女性は、パートが827万人で圧倒的に多く、続いてアルバイトが195万人、契約社員が137万人である。これら非正規雇用労働者は緩やかに増加している一方で、正規雇用労働者は、人口の減少を受けやや減少傾向で推移している。2005年の役員を除く雇用者に占める非正規と正規職員・従業員の割合は32.6%でこの2~3年は35%を超えている。

2014年12月時点での完全失業者をみると210万人で

ある。震災から4年を迎えるが、ようやく事業の再編、生産体制の見直しに厳しさが増してきている。

今日、グローバル化のなかで企業における能力主義、成果主義がさらに加速され、派遣社員、パート社員等の非正規社員の雇用の見直し、また、正規社員の抑制が進んでいる。その一方で、人事労務管理の個別化が進み、正規、非正規を問わず労働から来る仕事の過重問題があり、現雇用環境下で、仕事に強いストレスや不安を感じている労働者は6割を超え、仕事への負荷は拡大する傾向にある。

次に、精神障害と労災認定件数については、2013年度(平成25年度)では労災請求件数は1,409件、認定件数は436件を数えている。10年前の2004年度(平成16年度)では、精神障害に起因する労災請求件数は524件、労災認定件数130件となっていて10年の中で3.3倍以上増えている。

こうしたなか、厚生労働省の5年に一度の平成24年労働者健康状況調査(2013)によると、仕事や職業生活に関することで強い不安、悩み、ストレスとなっていると感じる事柄がある労働者の割合は60.9%となっている。また、強い不安、悩み、ストレスを感じる事柄の内容(3つ以内の複数回答)をみると、「職場の人間関係」が41.3%が最も多く、次いで「仕事の質」が33.1%、「仕事の量」が30.3%となっている。

仕事を取りまく働く人たちの問題を考えると、仕事そのものと職場環境の問題が上がっているが、さらにより大きな枠でとらえるとその人が仕事、労働以外の場面で活動している人間の姿がある。

労働・仕事を取り巻く考え方

Hansen, S.L.は、生活者としての人間の姿(人生と言う大きな枠組みの中で仕事をする)に注目し、人が自身のバランスのもとに人生を実現することが重要とした。そのために、彼女は人生や仕事に対する統合的なアプローチ—ILP(Integrative Life Planning, 1997)を提案した。実際、キャリア・カウンセリングの中では、働く人たちがより充実した、かつ包括的な生活を実現するために、カウンセラーが手助けをするのが重要な役割であると説いている。

彼女は、仕事を他の生活上の役割との関係のなかで、または人生のなかで捉えている。

Hansen, S.L.の理論的背景には、Hall, D.T. (1996)の組織経営の視点からの考え方がある。彼女は、マネージャーも被雇用者も、職場での人間関係に配慮すべきだ

と提案している。また、働く人たちは、生涯学習、チームワーク、適応性、多様性の尊重、コミュニケーション、意思決定のスキルを身につける必要があり、自己反省、積極的な傾聴、共感性、自己開示、協同といった「関係性の能力」も必要と説いた。これを受け、筆者は特に上に登って行くというキャリアのパターンは、1990年、次いで2008年の経済危機を経て変容し、新しいキャリアでは、変化する組織や社会のニーズに合わせて被雇用者が変化し適応できるように助ける方向に向かわなければならないと考える。

Super, D.E. (1951, 1953, 1980, 1986, 1996)は、キャリア発達は、生涯にわたり現実に対して自己を試すプロセスであるという理論をまとめた。また、彼は、労働(職業的側面)と非労働(非職業的側面)に注目してライフ・キャリアと名付け、以下のような考え方を提示した。人は、働く人としての役割の他に、子どもや学生(学校での児童、生徒、学生など)、余暇享受者、市民、家庭人の役割を合わせて、人生の6つの役割について虹をモデルにLife-Career Rainbow (1986)を提示した。実際、それぞれの役割でその時にかけた時間とエネルギーをうまく用い説明している。これも、Hansenの理論の背景になっている。

後述の森下のライフ・スタイルの研究もSuperやHansenが取り上げる問題が色濃く反映している。

わが国においては、第二期高度経済成長期を経て20世紀後半は仕事第一主義、至上主義で経済の発展を多くの働く人たちが支えてきた。しかし、1991年には日本の労働史上で大きな問題が現れた。過労によるうつ病疾患による自殺事件である。大学卒業後入社して1年半の夏にA青年が自死、遺族が自殺は長時間労働の過労によるうつ病が原因と主張し、1996年に東京地裁に会社側を相手に損害賠償請求(民事訴訟)を起こした。高裁、最高裁と争われ、2000年3月に最高裁判決が出て、東京高裁差し戻し審で和解に至った。そのことが契機になり2000年8月に労働省(現厚生労働省)から「事業場における労働者の心の健康づくりのための指針」が出された。21世紀になって15年、仕事、職場、働き方がどうか、特に仕事や人生に対する統合的な見方の必要性が高まっている。

Hansen, S.L.は、1998年10月に東京学芸大学にて開催された日本心理学会第62回大会の招待講演者として来日、「Integrative Life Planning」の特別セッションを持った。

セッション終了後の「Hansen教授を囲む会」に筆者は参加、翌年開催のMinnesota International Counseling Instituteへの誘いを受けた。ミネソタ大学では、直に統合的生涯設計の講義から、前述の通り人生やキャリア設計への包括的なアプローチの重要性を学んだ。

これより前、アメリカ合衆国では1970年代初頭から労働(Work)/非労働(Nonwork)の研究が行われて来た。こ

れが今回取り上げるライフ・スタイルの問題に充当する。ミネソタ大学のKahn, R.は、The Meaning of Working Life(MOW Project, 1987)で5つの生活領域を100点としてレジャー、地域活動、仕事、宗教及び信仰活動、家族の領域を自らの職業生活でどれほど重視して投じているかを点数配分するフィールド調査を試みた。日本を含む8ヶ国の国際比較研究である。わが国の働く人たちに、仕事中心性(Work Centrality, 1983)が認められた。日米比較で見た場合、日本は、仕事、家族、レジャー、地域社会、宗教の順で需要視されていて、仕事は、有意に米国より高く重要視されていた。Kahn, R.の5領域は、大別すると仕事と仕事以外、すなわち、労働と非労働に分けることが出来る。

そこで、労働と余暇の影響過程として、Wilensky, H.L.(1960)は、労働と余暇の問題を社会学の立場から分析をした。その中で彼は、労働と余暇の関係について2つの仮説を提唱した。

一つは補償余暇仮説(Compensatory Leisure Hypothesis)である。この仮説は、アメリカ合衆国のデトロイトで自動車産業が活況であった時代に製造現場で働く労働者が仕事で得られない満足を余暇生活で充足をしようとする考え方である。もう一つは、流出余暇仮説(Spillover Leisure Hypothesis)がある。これは仕事で疲れ切った労働者が仕事を終え自宅に帰って労働から生み出された精神的無意味化が余暇にまで浸透するという負の流出の考え方である。いずれの仮説とも興味深い仮説であるが、後者の流出は、労働のマイナス面が生活にも影響を及ぼしてマイナス面をさらに深化するものである。しかし、現実の労働にはプラスの面があることに注目する必要がある。それならば、労働そのものがプラスの要素を多く持ちそなえ、生きがい、やりがいを味わうことでプラスの満足が得られる労働から生活へのプラスの流出を求めて行くことが、本来の人間の姿であると言える。

研究を進めるなか2000年に入り、行政側でWork & Life Balanceの問題が取り上げられた。

厚生労働省男女共同参画会議や労働組合の連合で、以下のような考え方が示された。

■働く人が仕事上の責任を果たそうとすると、仕事以外の生活でやりたいことや、やらなければならないことに取り組めなくなるのではなく、両者を実現できる状態のこと。(2006年 厚生労働省 男性が育児参加できるワーク・ライフ・バランス推進協議会)

■老若男女誰もが、仕事、家庭生活、地域生活、個人の自己啓発など、様々な活動について、自ら希望するバランスで展開できる状態である。(2007年 内閣府男女共同参画会議 仕事と生活に関する専門調査会) 連合は、仕事と生活の調和が実現した社会の姿とその実現に向けた「行動指針」として

■老若仕事と生活の調和が実現した社会とは、国民一人ひとりがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たすとともに、家庭や地域生活などにおいても、子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて多様な生き方が選択・実現できる社会である。(2008年 日本労働組合総連合会)

ワーク・ライフ・バランスの問題については、現実には仕事と仕事以外の生活の優先度や時間配分などにおいて、男女ともに希望と現実に大きな乖離があることも報告されている(林治子・唐澤真弓,2009)。また、ワーク・ライフ・バランスは精神的健康や生活満足度との関連が指摘されており、メンタルヘルス不調を予防するためには、必要不可欠な要素といえる。

内閣府(2011)の調査では、生活から仕事への肯定的流出(Positive Spillover, ポジティブスピルオーバー)は、仕事のパフォーマンス(職務遂行)に対し、職務満足を通して間接的にもプラスに影響する可能性があるといえるのではないかと捉えている。

林ら(2009)は、Pleck(1995)の定義を用い、スピルオーバー(流出)を、1つの領域で関与したことがもう1つの領域にまで拡大、影響を与えることで定義している。仕事以外の領域で充実感を得られることで、精神的に安定し、仕事に対しても力を出して取り組めることが理想であると考えられる。また、仕事から生活へのスピルオーバーも同様である。仕事での充実感を得られることで、生活にもよい影響を与えられることが精神的健康に繋がると考えられる。

以上を踏まえ、本研究はワーク・ライフ・バランスを仕事・生活・社会活動の3領域におけるバランスと共に、それぞれの領域に使うエネルギーや時間の現状と希望について問う。

本稿は、企業従業員や教育職員(教員)を対象を絞り、上述のように現実の社会に存在する勤労者が、どのような意識の中で仕事をどう位置づけているか、また、仕事・会社以外の生活はどうか、すなわち、彼らは、仕事以外にスポーツや趣味などの余暇生活や地域社会での社会生活に対してどのような取り組みをはかっているのか、彼らはそれらをどれほど求めているのか、特に現状と理想(どのようでありたいか)から、これからの働く人たちのあり方を求めることとする。

研究の目的が設定された背景は、従来の勤労者を中心とする産業心理学的な研究は、職場・仕事に限った、極めて限定された側面の人間を問題していたことによる。したがって、組織人としての役割を遂行するものという、いわば機能的な人間だけでは真の人間にせまることができなとと考えられる。そのために、やりがいの枠からその人のいきがい全体を問題にすることが、21世紀のこれからの時代にあっては、重要である。

調査は、森下が所属するNIP研究会(新・産業心理研究会)で研究Ⅰは、1985年以来検討されてきた調査票(1989)を用いることにした。その後、簡易式の24項目プラス3項目(うち2項目は宗教・信仰の設問)の調査票(1995, NIP研究会)、研究Ⅱでは、18項目なるライフ・スタイル調査票プラス1項目(2014, 須賀)を用いた。

①調査票の仕組み

ライフ・スタイルについて、まず横軸に生活様式、すなわち人間が1日、いや生涯を通して住む時間的・空間的にそれぞれ存在する場(環境)を設定する。この環境は、労働・仕事の間、生活・家庭の間、それ以外にあたるもっと広い社会の場の3つに分けることができる。

一方、縦軸は、人間の心理的側面(変化)を問題にして、その人の意識面を取り扱う。これについては仕事に対しての志向、価値などの人間的な意識の側面が考えられる。続いて生活・余暇の意識、社会・奉仕の意識が存在する。次に、この横軸、縦軸から3×3のマスキュセルを作る。このうち、生活の意識は、家庭を中心とした余暇などに趣味やスポーツ、文化的なことを家族を核に個人レベルで行うが、社会の意識は、地域自治会をはじめ、PTAや子供会などの集団レベルの意識活動が問題にされる。これらをもとに、心理的側面としてまず勤労者の求める姿を取り上げることにした。それは、働く人たちが、仕事や生活、社会のなかで求めているものは何かからありたい方向性を示す希望(志向性)である。回答は、どれほど望むかで「強く思う(5点)」から「思わない(1点)」の5件法で求めた。

一方、心理的側面として、希望とならびそれぞれの場(環境)にある人たちが、現状をどのようにとらえているのかの意識の側面は、現実でのライフ・スタイルの把握には現実と理想とのズレをみるうえで重要である。したがって、現実面の意識の把握については、取り組みの状況をこれを現実認知という形でとらえた。回答は、「多い(5点)」に対して現実はそのような状況にない場合は「少ない(1点)」として5件法で求めた。なお、本研究の統計処理では4点から0点に配点を組み替えた。これらをFigure 1, 2, 3に示す。

②9つのセルの枠組み

(1) 労働の場における仕事の意識について、このセル

		ライフ・スタイルの枠組み		
		労働の場	生活の場	社会の場
意識	場			
	仕事	(1)	(2)	(3)
	余暇・自由	(4)	(5)	(6)
社会・奉仕	(7)	(8)	(9)	

Figure 1 ライフ・スタイルの枠組み

		労働の場	生活の場	社会の場
仕事	現状	1,2 ---(1)---	3 ---(2)---	4 ---(3)---
	希望	13,14	15	16
生活・余暇	現状	5 ---(4)---	6,7 ---(5)---	8 ---(6)---
	希望	17	18,19	20
社会・奉仕	現状	9 ---(7)---	10 ---(8)---	11,12 ---(9)---
	希望	21	22	23,24

Figure 2 簡易版ライフ・スタイル調査の各セル項目番号(1995,NIP研究会)

人間の意識と環境(場)の組み合わせ-各セル内の数字は該当項目番号を示す。

は、何よりも仕事が優先され、仕事のなかで生きがいを見出すという、仕事中心の意識、(2)生活の場における仕事の意識、(3)社会の場における仕事の意識、(4)労働の場における余暇・生活の意識、(5)生活の場における余暇・生活の意識について、このセルは、何よりも生活中心の意識、(6)社会の場における余暇・生活の意識、(7)労働の場における社会・奉仕の意識、(8)生活の場における社会・奉仕の意識、(9)社会の場における社会・奉仕活動について、このセルは、社会活動が何より優先され地域の自治会や子ども会などへの現状と希望を問うた社会活動中心の意識、である。

2. 問題

研究Ⅰ：これまでは3つの意識軸の平均値を求めプロフィールを問題にしてきたが、プロフィールのライフ・スタイルパターンがさまざまな結果を示すことから、筆者らが集積した研究結果を再度分析をし直し、プロフィールで描かれた三角形の総面積と言う新たな視点から問題を取り上げる。

1. まず、在職者がどのようなライフ・スタイルを描いているか。

2. 在職者のライフ・スタイルパターンを取り出し、プロフィールから見たライフ・スタイルパターンの違いについて総面積を求め、比較検討する。

研究Ⅱ：具体的な手続きは、教員を対象としたライフ・スタイル尺度、肯定的スピルオーバー効果尺度(仕事から生活への流出、逆の生活から仕事への流出)および主観的幸福感尺度の3つの尺度を用い研究を進める(末尾の添付資料を参照)。

1. ライフ・スタイル尺度

前述のNIP研究会の簡易版働く人のライフ・スタイル調

		労働の場	生活の場	社会の場
仕事	現状	2 ---(1)---	3 ---(2)---	4 ---(3)---
	希望	14	15	16
生活・余暇	現状	5 ---(4)---	6 ---(5)---	8 ---(6)---
	希望	17	18	20
社会・奉仕	現状	9 ---(7)---	10 ---(8)---	11 ---(9)---
	希望	21	22	23

Figure 3 教員を対象としたライフ・スタイル調査の各セル項目番号(2014,須賀)

査(1995)の尺度の一部を用いた。仕事、生活、社会の領域における現状を問う項目は各3項目、希望を問う項目も各3項目で、計18項目からなる。

2. 肯定的流出(ポジティブ・スピルオーバー)効果尺度

内閣府(2011)が行った『ワークとライフの相互作用に関する調査』のうち肯定的スピルオーバー尺度を用いた。生活から仕事、仕事から生活の肯定的スピルオーバー効果を測定した。生活から仕事へのスピルオーバー効果の項目は、「私生活を楽しく過ごした後は、その気分が仕事にも良い影響を与えている」など4項目である。仕事から生活へのスピルオーバー効果の項目は、「仕事を終えた後、私生活を楽しめる」など4項目である。合計8項目からなるが、「全くない(1点)」～「いつもある(5点)」までの5件法で回答を求めた。得点範囲は、40点から8点までの範囲である。

3. 主観的幸福感尺度

Diener,Eら(2000)は、Subjective Well-Being—主観的幸福感に感情状態を含み、家族・仕事など特定の領域に対する満足や人生全般に対する満足を含む広範な概念としている。これまで、内外の研究者によって取り組まれていることを踏まえ、本研究では満足感からなる認知的側面とポジティブ・ネガティブ両面を含む感情的側面から捉えた伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至(2003)の主観的幸福感尺度を用いた。

対象が教員であることを考慮し、一部の項目に修正を加え合計15項目とした。また、回答は、「非常に当てはまる(4点)」～「全く当てはまらない(1点)」の4件法に修正した。得点範囲は、60点から15点までの範囲である。

3. 結果と考察

研究Ⅰ-1. プロフィールから見たライフ・スタイルパ

ターンによる検討

対象は、家電・住宅関連のA社企業従業員(非組合員の管理職を除く)男性1224名である。68項目のオリジナルライフ・スタイル調査票(1989)の因子分析結果にもとづき因子スコアから、各因子ごとに絶対値が著しく高いサンプルを抽出し、4つのライフ・スタイルパターンを求めた。具体的なパターンは、第4因子の因子スコアが他の因子に比し著しく高い人たちを仕事充実型、逆に著しく低い人たちを仕事回避型、第3因子の因子スコアが他の因子スコアより高い人たちを余暇生活充実型、第1および第2因子の因子スコアが高い人たちを社会活動充実型として取り出した(1990,森下)。Figure4,5,6,7に示す。

また、後述のFigure症例1,2,3はNIP研究会の島田修氏から提供(1990,NIP研究会)を受けた。3例については、近畿圏にあるB総合病院心療内科受診者である。さらに、Figure事例1は、日本臨床心理士会第一回産業心理

臨床研修会で筆者が発表したもの(2005)である。ここでは、まず、それぞれのライフ・スタイルパターンについて、各群の現状と希望の平均値から特徴をみる。

①仕事充実型のライフ・スタイルの結果(N=46)

4つのなかでは、仕事意識の現状と希望は著しく高い。

②余暇充実型のライフ・スタイル結果(N=45)

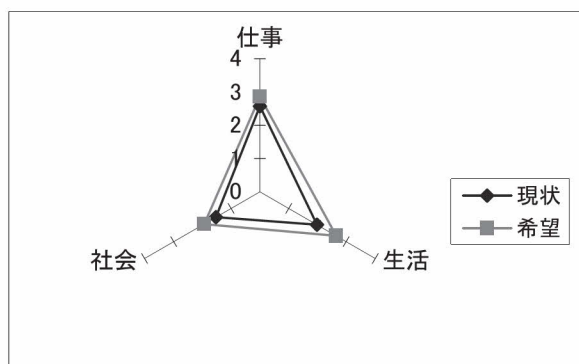
余暇・生活意識の現状と希望がこれも著しく高く、逆に社会・奉仕の現状が低く弱い。

③仕事回避型のライフ・スタイル結果(N=41)

仕事の現状への取り組みが最も弱く、低い値を示している、希望も0.82と言う極めて低い値である。3つの意識軸の中では、余暇・生活意識の希望が抜きん出ているが、形状は三角形のいびつな方を示している。特に、社会活動の現状及び希望が低く、活動水準が極めて低く弱い。

④社会活動充実型のライフ・スタイル結果(N=67)

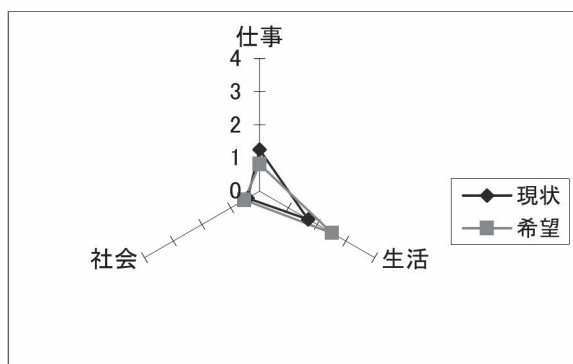
	仕事	生活	社会
現状	2.57	1.98	1.52
希望	2.86	2.64	1.93



現状の総面積 5.20cm²
希望の総面積 7.87cm²

Figure 4 仕事充実型

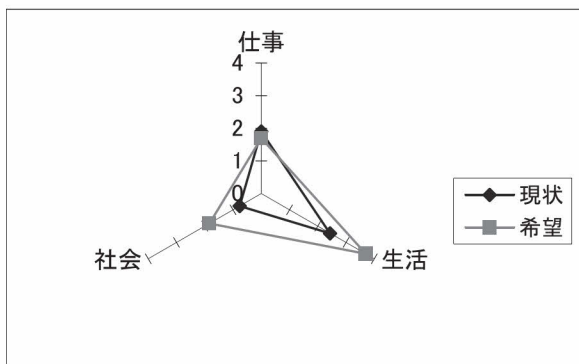
	仕事	生活	社会
現状	1.25	1.69	0.41
希望	0.82	2.53	0.53



現状の総面積 1.44cm²
希望の総面積 1.67cm²

Figure 6 仕事回避型

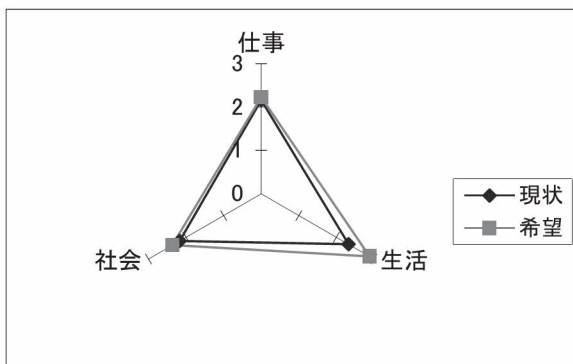
	仕事	生活	社会
現状	1.90	2.44	0.76
希望	1.70	3.70	1.84



現状の総面積 3.44cm²
希望の総面積 7.03cm²

Figure 5 余暇充実型

	仕事	生活	社会
現状	2.16	2.32	2.17
希望	2.23	2.88	2.36



現状の総面積 6.38cm²
希望の総面積 8.00cm²

Figure 7 社会活動充実型

社会・奉仕意識の現状と希望が、他より抜きん出ていて、仕事意識は余暇充実型より現状と希望がともに高い。この形状は、他の3つのプロフィールに比べると、ほぼ正三角形を描きバランスが保たれている。

次に、仕事充実型と仕事回避型の相対比するパターンの特徴をみる。手続きとして、1.仕事について、各場面がどのようであるか、2.余暇・生活について、3.社会・奉仕についてどうかである。

仕事充実型の仕事について、労働場面の仕事の現状は当然のことながら最も高く、生活場面の取り組み、すなわち、休日などに次の日に備えるなど仕事に関連した生活が比較的高い。希望も非常に高く、家庭の中でも仕事に頭を置いている。また、社会場面でも仕事に関係があるつきあいや研修会への意識があることが明らかとなった。次に、余暇・生活では、生活場面での現状が最も高く、逆に労働場面は低い。希望は社会場面での余暇希望が強く、仕事を離れた世界での趣味・スポーツなどのつきあいを求めている。また、社会・奉仕は、生活や社会場面の現状が高いが、他の仕事、余暇の意識と比べると普通段階の2を割っている。

希望については、社会場面での勉強会や趣味・スポーツを通して社会活動をしたいという意識がある。一方、仕事回避型は、仕事について労働場面の取り組みは、3つの場面では1.83と最も高いが、仕事充実型に比べると1.05の差がある。特に社会場面の現状が極端に低く弱い。これに対して希望も生活、社会場面が0.70と0.50と非常に低い、仕事意識は現状も希望もともに低調である。

年齢階層からみた4つのライフ・スタイルパターンでは、仕事回避型は、35歳までが28名で71.3%を占めている。ちなみに21-25歳も18名いる。これに対して、仕事充実型は、36-50歳までが36名を超え全体46名の78.3%を占めている。また、余暇充実型は、35歳までが39名を数え、全体の45名のうち86.7%を占めていて、25歳以下の層は、15名で割合は少ない。最後に、社会活動充実型は、31-50歳の年齢層が67名中、50名で74.6%を占めていてライフ・スタイルパターンにより年齢階層が異なることが見出された。

I-2. 4つのプロフィールからみたライフ・スタイルの形状の違い

今回の分析では、在職者が示したプロフィールからみたライフ・スタイルの形状に注目して三角形の面積からこの問題を取り上げる。

具体的な手続きは、三角形を表す面積に注目し再分析を試みた。3軸の長さに基づいて底辺と高さの鋭角を90°と高さで斜面の鋭角を60°の直角三角形について斜辺を2、底辺を $\sqrt{3}$ 、高さの部分を1に三平方の定理に基づき面積を求めた。前述の通り、4つのライフ・スタイルパターンを取り出し説明を加える。仕事充実型、余暇充

実型、仕事回避型、社会活動充実型の各プロフィールパターンの面積は、前頁に掲載の通りである

I-3. 総合病院心療内科の受診者のライフ・スタイルの形状の違い-男性一般結果、女性一般結果、事例1との比較 (Figure症例1,2,3およびFigure8,9, Figure事例1参照)

【症例1】30代前半 男性 建築会社従業員 1級建築士
心臓神経症(身体表現性自律神経機能不全) 主訴:動悸, 心臓発作

多忙な勤務でプロジェクトを終了する二日前の23時ごろの帰宅時、電車の中で目の前が真っ暗になり、動悸がして自分でコントロールできず、不安に襲われる。以来、出勤時の電車は普通電車しか乗れず、1週間会社を休む。その後、仕事やタクシーに乗っているときに動悸がして総合病院の内科を受診、検査の結果心臓に問題はなく、心療内科を紹介される。本人の性格は、小心、生真面目、責任感強いタイプである。

家族は、10歳下の妻と3歳の男児の3人家族。妻との間では、夜が仕事で遅い時に食事のことでやり合って葛藤をかかえることもしばしばである。

【症例2】40代前半 男性 会社勤め 抑うつ状態

主訴:会社をよく休む

現在の会社に勤めて18年、これまで8回の転職があった。8回目の異動先で同僚が一月欠勤、その影響で同僚の仕事をカバーしたこともあり多忙であった。加えて上司との関係がうまくいっていなかった。30歳の時にそう状態になり、精神科を受診。以降、加療通院であったが大学病院に2か月入院で休職。その後職場復帰するも通院しながら会社にも行くが月曜日はよく休む。睡眠障害に加えて、意欲障害もある。頭重、疲れやすい。

家族は、妻と長男、長女の4人家族である。単身赴任で今なお通院治療が続いている。

【症例3】30代後半 女性 会社勤め 独身 心身症

主訴:不眠, 吐気, 発熱

勤続20年目に実務職から企画職に代わって、一年後に異動があった。異動後、4か月経過する中残業が続き、仕事負荷が大で、男性3名と自身の4人で構成のグループに配属。

発症のきっかけは、大事なミーティングに参加させてもらえなかったことによる。

帰宅してから目をつむると目が回り、上肢の痺れ、吐気で気分が悪くなることもたびたびである。その後、不眠、食欲不振、根気がないと自ら感じ取っていた。性格は、神経過敏で感情を害しやすく、依存的である。

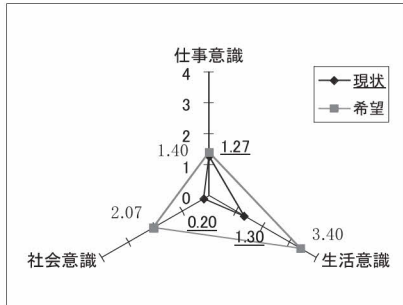


Figure 症例1

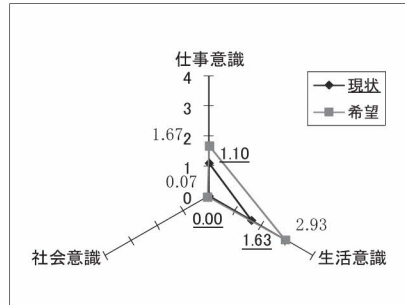


Figure 症例2

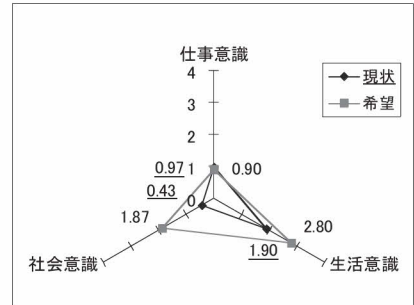


Figure 症例3

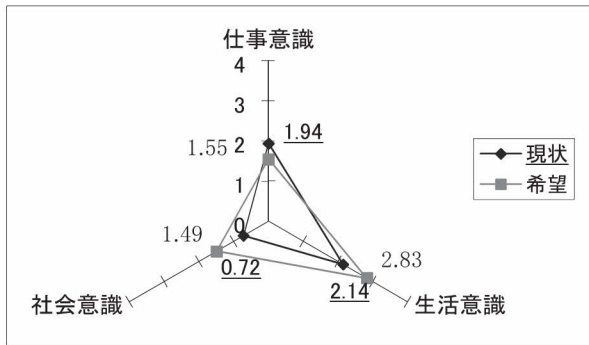


Figure 8 男性一般のライフ・スタイル結果(2206名)

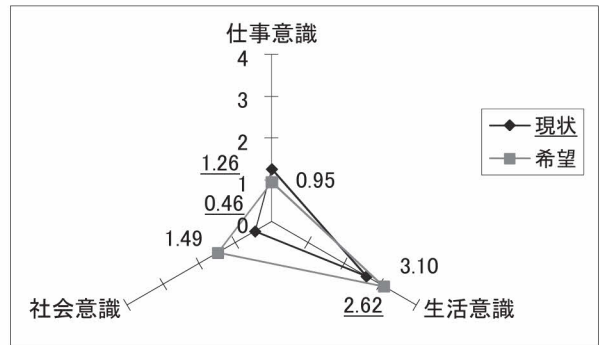


Figure 9 女性ライフ・スタイル結果(853名)

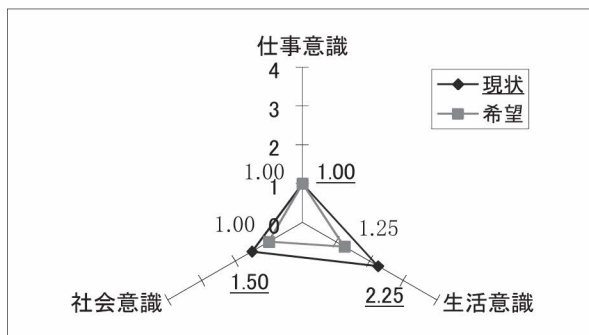


Figure 事例1

【男性一般, 女性一般のライフ・スタイルの平均像】

男性:仕事に対する現状(取り組み)が2.94, 希望は2.55で今の時点より仕事をすることは求めているとの結果である。生活の現状は3.14で仕事より高い, 希望も3.83で余暇生活をもっと求めている。一方, 社会は現状が1.72で, 他の仕事や生活に比し低い値である。希望は2.49で現状より強く求めている。

女性:仕事に対する現状が2.26, 希望は1.95で男性と比し仕事への取り組みと希望がいずれも低く弱い。これに対して生活の現状は3.62, 希望は4.10と男性より高く多くの余暇・生活を求めている。社会も現状は1.46, 希望も2.32で男性より低いが, より強く社会活動を求めている。男性, 女性の一般結果は, 1995年の簡易版ライフ・スタイル調査票にもとづき再計算した結果を用いた。

【事例1】40代前半 男性 会社勤め 既婚 課長職

うつ状態 主訴:毎日憂鬱である。途中覚醒があつて不

Table1 症例からみたライフ・スタイルの現状の総面積結果

現状(取り組み)	仕事意識	生活意識	社会意識	現状総面積
症例1	1.27	1.30	0.20	0.94
症例2	1.10	1.63	0.00	0.78
症例3	0.97	1.90	0.43	1.33
男性一般 N=2206	1.94	2.14	0.72	3.07
女性一般 N=853	1.26	2.62	0.46	2.20
事例1	1.00	2.25	1.50	3.09

Table2 症例からみたライフ・スタイルの希望の総面積結果

希望	仕事意識	生活意識	社会意識	希望総面積
症例1	1.40	3.40	3.07	8.44
症例2	1.67	2.93	0.07	2.26
症例3	0.90	2.80	1.87	4.09
男性一般 N=2206	1.55	2.83	1.49	4.73
女性一般 N=853	0.95	3.10	1.49	3.89
事例1	1.00	1.25	1.00	1.52

安感がある

当時上司であった次長とは軋轢があった。来談の一年前に次長が転勤, 転勤を機に部下の面倒を見ることになった。商品開発の技術者で家族は, 妻と長男, 長女, 来談者の母親の5人家族。来談者の母親とは一階と二階で別所帯。軋轢が大きい時に会社の屋上から飛び降りようとの気持ちが走って, 近くの総合病院心療内科を受診, 休職をせずに勤務。社内にある会社, 組合を離れた独立した機関の相談室に来談, カウンセリングを求めて来た。

5回目に前回ホームワークとして求めているライフ・スタイル調査票を回収, 結果のフィードバックを図る。

仕事の現状, 取り組みは, 男性平均に比べると低い。一方, 家庭, 家族余暇の生活の現状は, 男性の平均とあまり変わらないがもっとやりたいの希望は低くて弱い。また, 社会活動の取り組みは, 長男が校区内でスポーツ活動をしていて, 親が世話役として参加が求められているた

め結構高い。一方、もっとしたいは低い。

これから3領域の取り組みは、仕事の現状が低く、もっとやりたいの希望も1で低く、生活や社会の領域も低いことから、エネルギーがいまだ十分でないと窺える。また、総面積は現状は3.09あるものの、希望となると1.52で狭く小さい。

次に、3つの症例のうち、症例1は現状と希望の面積差が7.50もあり大きいのが特徴である。また、現状の症例は3つとも総面積が0.78~1.33で狭く小さく、希望が大きいのが特徴がある。

男性、女性のプロフィール結果でまとめているように、男性一般と女性一般の現状の総面積は、女性の面積は小さく、社会進出が叫ばれているが、職場の中の女性の位置はまだまだ弱いと言える

以上、症例1~3と男性一般、女性一般のプロフィールからみたライフ・スタイルの面積は、Figure症例1~3に、Figure8,9,Figure事例1に示す通りである。

研究Ⅱ

2014年に正規採用されたD県の小学校・中学校・高等学校・特別支援学校の初任者と勤続10年以上の教員に対して質問紙調査を実施した。

調査は、教育委員会が開催した研修(初任者研修と10年勤続者研修)で行ったが、回答者数は262名(初任者202名、10年以上の勤続者、以下10年者と言う、60名)、回収率は65.83%(初任者61.21%、10年者88.24%)、記入漏れのあるデータを除外した有効回答者数は252名(初任者192名、10年者60名)であった。

1. 初任者と10年者のライフ・スタイル総面積結果の違いについて

ここでは、初任者群192名と10年者群60名のライフ・スタイルの総面積結果の比較を試みた。10年者の現状は、8.73(2.98)に対して、初任者の現状は9.16(3.64)であった。 $t(250)=.830, p>.05$ 両群間には有意な差異は認められなかった。

次に、希望も同様な結果を求めたところ、10年者の希望は11.76(4.44)に対して初任者は14.58(4.49)、 $t(250)=4.257, p<.001$ で両群間に有意な違いが認められた。すなわち、初任者のライフ・スタイルの希望は10年者よりも面積が大きく、広いことが明らかになった。10年者は、教員生活がある意味では安定していて現状との間でそれほど大きな差異が見られなかった。初任者はリアリティショックもあって結構希望が大きく、初任者の面積に反映されたものと思われる。

2. 初任者のライフ・スタイル現状の総面積にもとづく肯定的流出と主観的幸福感の問題

初任者において、192名の現状の総面積が高いものから低いものを並べ得点が高いもの25%、48名を高群、逆に低いもの25%、48名を低群として肯定的流出(すなわ

ち、仕事から生活へのプラス流出と生活から仕事へのプラスの流出の総得点)について、両群に違いがみられるかを2群間の平均値の有意差検定を試みた。

結果は、流出得点は総面積で広い高群は30.29(5.92)、低群は24.81(5.73)、 $t(94)=4.607, p<.001$ となり、面積が広い高群が低群より有意に高かった。すなわち、仕事、生活、社会の総面積が広い群が狭い群よりポジティブな流出がうまく運びワーク・ライフ・バランスが取れて望ましい結果が示された。

また、主観的幸福感では、幸福感の得点に違いがあるかの検定結果は、ライフ・スタイルの現状の総面積の高群は44.50(6.72)、低群は40.35(7.29)、 $t(94)=2.897, p<.05$ となり、面積の広い高群が低群より有意に高く、主観的幸福感が大であることが明らかになった。

3. 10年者のライフ・スタイルの現状の総面積に基づく肯定的流出と主観的幸福感の問題

初任者と同様、10年者のライフ・スタイル現状の総面積から得られた総得点の上位25%と下位25%、各群15名における高い群を高群とし、逆に低い群を低群とした2群間の有意差検定を試みた結果、仕事から生活へのプラス流出と生活から仕事へのプラスの流出の程度は高群は29.33(7.08)、低群は22.68(6.22)、 $t(28)=2.735, p<.05$ となり、高群が低群より有意に高かった。すなわち、面積が広い群が、狭い群より流出の程度が多く高いことが明らかになった。初任者と同様に主観的幸福感も検討したところ、10年者の主観的幸福感の高群は、42.87(6.90)、低群は40.67(8.57)で $t(28)=0.774, p>.05$ で有意な差は認められなかった。以上から、ライフ・スタイルの現状の総面積が大であればあるほど、流出効果が大であることが明らかになった。面積が大きいとバランスをもって仕事、仕事以外の生活をしていると思われる。

4. 肯定的流出、主観的幸福感の各尺度を軸にしたライフ・スタイルの現状の総面積の問題

全対象者の肯定的流出得点(252名の平均値は27.40、標準偏差6.36)の上位25%、下位25%をそれぞれ高群、低群として63名を抽出し、2及び3の分析とは逆の各群の現状の総面積を算出した。

現状の総面積は、高群は10.61(3.57)に対して、低群は8.16(3.79)で $t(124)=3.733, p<.001$ で両群間に有意な差異が認められた。すなわち、流出得点が高ければ、ライフ・スタイルの現状の総面積も大であることが明らかになった。

一方、希望については流出得点の高群は14.37(4.32)、低群は12.77(5.23)、 $t(124)=1.872, p<.10$ で高群が低群より面積が大きいことがわかった。これらから、現状の面積について、流出得点が大きければ面積も大である、また希望も10%水準で面積が大である傾向が認められた。

主観的幸福感得点(252名の平均値は42.35、標準偏

差6.63)が高い順から低い順に並び替え同様な抽出の仕方でも検討したところ、高群と低群との間に現状、希望の各総面積に両群間に差異があるかをみた。

主観的幸福感得点の高群は、現状の総面積が9.60(3.88)逆に低群は、7.80(3.04)で $t(124)=2.904, p<.01$ で主観的幸福感得点が大きければ面積も大である。一方、希望は幸福感得点の高群が、14.53(4.69)、低群は、13.44(5.02)で $t(124)=1.259, p>.05$ となり有意ではなかった。

まとめ

本稿は、筆者が自身の生涯テーマである職業行動の問題を1990年以降に論文としてまとめてきたデータを再分析し、これからの研究の方向性を示したものである。また、2014年に教員を対象とするフィールド調査で得たデータを新たに加え今回まとめたものである。

人の職業、仕事の問題は、人生の中の生活の一側面であり、労働に対する非労働の世界を含めたライフ・スタイルの問題について、これまでは3つの意識の平均値を主としてプロフィールからライフ・スタイルパターンを問題にしていた。今回3つの軸に囲まれた三角形の形状、面積を取り上げることにより全体としての人間の姿が浮かび上がってくると考えた。

この考え方は、大学院の産業心理学特論で働く人たちのライフ・スタイルを取り上げる中、議論から生まれてきたものである。以下、研究を通し次のことが明らかになった。

研究 I の結果:

1. プロフィールからみたライフ・スタイルパターンによる検討では、仕事充実型、余暇充実型、社会活動充実型、仕事回避型のそれぞれのライフ・スタイルの結果には特徴が見出された。なかでも社会活動充実型の場合は、仕事、生活、社会の現状と希望との間に乖離は小さく他のパターンよりバランスの取れたライフ・スタイルパターンが描かれていることが明らかになった。これに対して、仕事回避型、症例の3例は極めていびつなパターンであった。

2. 総面積での検討結果は、現状が社会活動充実型が一番大きく6.38、余暇活動充実型との間で2.94の差が認められた。

次に、仕事回避型、症例の3つは、現状はいずれも1.50以下、うち2例は1を割って取り組みが極めて弱かった。症例のうち最も広い現状の症例は1.33cm²、希望は、いずれも現状との間で得点差が大きいのも注目された。これに対して、仕事、余暇、社会の各活動充実型の希望は8.00~7.03cm²で結構、値が高く現状との間に仕事充実、社会活動充実とのズレは少なかった。

事例1は、休職をせずに低空飛行のケースであるが、現状は3.09で結構、値は高いが逆に希望が低かった。

以上から、ライフ・スタイルのプロフィールのギャップが

かなりみられるケースが問題を抱えていると思われるので更なるエビデンスの集積が求められる。

研究 II の結果:①初任者と10年者のライフ・スタイル総面積について、現状は両群に差異は認められなかった。希望は、初任者が10年者より面積が広く大きいことが明らかになった。これは、10年者は安定したライフ・スタイルをある面では築いていて、希望も現実吟味した中で出てきていると思われる。②次に、初任者の総面積が大きいものから小さいものへ並べ替え上位25%、下位25%、いずれも48名を抽出し肯定的流出得点と主観的幸福度得点について、2群間の違いをみたところ流出得点は、面積が広い、大きい群が小さい群より肯定的流出得点が高いことが分かった。また、主観的幸福感得点は逆に面積の広い群と狭い群には、違いがみられなかった。

今後、働く人たちのライフ・スタイルの問題を進めるには、その根底として働く人は、生活者としての人間であることを十分踏まえ、臨床面への適用も含め一層の研究が期待される。

文献

- 柏樹群・森下高治(1999). 労働、非労働を軸にした現代勤労者のライフ・スタイル分析 流通科学大学論集 流通・経営編 第11巻第2号 57-73.
- Hansen, S.L.(1997). Integrative life planning Jossey-Bass, Publishers, San Francisco, California.
- Hall, D.T., Associates. (Ed.) (1996). The career is dead- Long live the career. A relational approach to careers. Jossey-Bass, Publishers, San Francisco, California.
- 林 治子・唐沢真弓(2009). ワーク・ライフ・バランスに関する心理学的検討—肯定的/否定的スピルオーバーの概念を用いて— 東京女子大学紀要論集, 60(1), 169-191.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至(2003). 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 74, 276-281.
- 三隅二不二編著(1987). 働くことの意味 有斐閣
- 森下高治(1990). 勤労者のライフ・スタイルに関する研究 流通科学大学論集 流通・経営編 第2巻第2号 27-53.
- 森下高治他 NIP研究会編(1990). 新しい産業心理—21世紀のライフ・スタイルを求めて— 福村出版
- 森下高治他 NIP研究会編(1995). 現代ライフ・スタイル分析 信山社出版
- 森下高治他 NIP研究会編(2001). 仕事とライフ・スタイルの心理学 福村出版
- Nevill, D.D., & Super, D.E. (1986). The Values scale manual: Theory, application, and research. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- 西川一廉・北川陸彦・島田修・三戸秀樹・森下高治・田井中秀嗣・田尾雅夫(1995). 現代日本における勤労者のライフ・スタイルに関する研究—ライフ・スタイル診断尺度(簡易法)の開発— 第一回「健康文化」研究助成論文集 86-96. (財) 明治生命厚生事業団
- 島田修・森下高治・中尾忍編 CPI研究会(2006). 産業心理臨床入門 ナカニシヤ出版

Super,D.E.(1990). A life-span, life-space approach to career development. In:Brown,D., Brooks,L.& Associates, Career Choice and Development: Applying Contemporary Theories to Practice, 2nd ed. Jossey-Bass, Publishers, San Francisco, California.

渡辺三枝子編著(2003). キャリアの心理学—働く人の理解 <発達理論と支援への展望>— ナカニシヤ出版

国際シンポジウム 労働生活の価値意識と態度(1983). 大阪大学

「ワーク」と「ライフ」の相互利用作用に関する調査報告書

(2011). 内閣府
労働経済白書 平成26年版(2014). 厚生労働省

謝辞

本稿をまとめるにあたり、研究Ⅱでは須賀絵美氏から貴重なデータや資料の提供を受けた。また、分析にあたり中村弘貴氏には統計的処理で多大な援助を受けた。ここに両氏に感謝の意を表します。

添付資料

(簡易版ライフ・スタイル尺度) 仕事や生活についてお尋ねします。右端の欄内の当てはまる数字に○印をつけてください。なお、設問中の「社会活動」は、自治会活動、地域活動などの世話、少年野球指導や各種ボランティア活動などを意味します。

1 給料やポケットマネーを仕事に使うことが	多い 5-4-3-2-1 ない
2 定められた勤務時間の後でも、残業など、仕事をする事が	多い 5-4-3-2-1 ない
3 家族が病気で手がいるかもしれない時でも、出勤すること	多い 5-4-3-2-1 ない
4 勤務時間外や休日でも、仕事仲間や仕事関係の人とのつきあい(ゴルフ、麻雀、食事・酒、カラオケなど)が	多い 5-4-3-2-1 ない
5 定められた勤務時間の後は、余暇・自由時間、家族との時間を確保することが	多い 5-4-3-2-1 ない
6 日曜・休日などは、家族との団欒、趣味、スポーツなどに使うことが	多い 5-4-3-2-1 ない
7 給料やポケットマネーを趣味・スポーツや余暇活動のために使うことが	多い 5-4-3-2-1 ない
8 仕事と関係のない人達とサークルを作り、趣味・スポーツ楽しむことが	多い 5-4-3-2-1 ない
9 定められた勤務時間の後は、社会活動の時間を確保することが	多い 5-4-3-2-1 ない
10 日曜・休日は、社会活動に使うことが	多い 5-4-3-2-1 ない
11 社会活動の会合などに出席したり、世話をすることが	多い 5-4-3-2-1 ない
12 給料やポケットマネーを社会活動のために使うことが	多い 5-4-3-2-1 ない
13 給料が増えたら仕事関連に出来るだけまわしたいと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
14 他に予定があっても、求められれば、時間外労働や週休日出勤をしたいと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
15 家にも、仕事の段取りなど職場や仕事のことを考えるのは当然だと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
16 仕事に役立つならば、勤務時間外や週休日でも、仕事仲間や仕事関係の人とのつきあい(ゴルフ、麻雀、食事・酒、カラオケなど)をしたいと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
17 自分の趣味とかかわりのあるような仕事をしたいと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
18 職場を離れたら仕事のことは忘れ、スポーツや趣味などを楽しみたいと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
19 給料が増えたら趣味・スポーツを通じて得た友人とつきあいたいと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
20 勤務時間外や休日には、仕事を離れて、趣味や遊びあるいはスポーツを通じて得た友人とつきあいたいと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
21 社会活動と結びつくような仕事がしたいと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
22 社会活動に関係した本・雑誌・新聞記事を読んだり、そういったテレビをもっと見たいと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
23 勤務時間外や週休日は、社会活動の講習会や仲間との勉強会に参加したいと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
24 給料が増えたら社会活動多くまわしたいと	強く思う 5-4-3-2-1 思わない
25 今、最も増やしたいのは、1つに○印をつけて下さい。	
1. 家族と過ごす時間 2. 仕事や仕事に関する時間 3. 睡眠や休養のための時間 4. 地域社会活動やボランティア活動などの時間 5. 趣味・スポーツ、教養、レジャーの時間	
6. その他 (具体的には)

(肯定的流出尺度) ご自身の生活について、以下の内容を読んで最も当てはまる数字に○印をつけて下さい。

	全 く な い	あ ま り な い	ど ち ら だ も な い	た ま に あ る	い つ も あ る
1 プライベートな時間を過ごした後は、仕事をより楽しめる	1	2	3	4	5
2 就業後、気分よく家に帰ることができ、それは私生活にも良い影響を与えている	1	2	3	4	5
3 私生活を楽しく過ごした後は、その気分が仕事にも良い影響を与えている	1	2	3	4	5
4 <u>仕事を終えた後、私生活を楽しめる</u>	1	2	3	4	5
5 私生活でやるべきと思っていることができているので、仕事でもやるべきことをよりうまくこなせる	1	2	3	4	5
6 仕事で学んだことの結果として私生活がより充実する	1	2	3	4	5
7 プライベートな時間にリラックスしエネルギーを充てんしているため、仕事をより楽しむことができる	1	2	3	4	5
8 仕事でたくさんのエネルギーをもらい、私生活がより充実する	1	2	3	4	5

(主観的幸福感尺度) ご自身の生活について、以下の内容を読み最も当てはまる数字に○印をつけて下さい。

	非 常 に 当 て は ま る	あ る 程 度 当 て は ま る	あ ま り 当 て は ま ら な い	全 く 当 て は ま ら な い
1 自分の人生が面白いと思う	4	3	2	1
2 教員になる前と比較して、現在の生活は幸せである	4	3	2	1
3 教員になってからこれまでやってきたことを全体的に見て、幸せを感じている	4	3	2	1
4 物事が思ったように進まない場合でも、自分はその状況に適切に対処できると思う	4	3	2	1
5 危機的な状況(人生を狂わせるようなこと)に出会ったとき、自分が勇気をもってそれに立ち向かって解決していけるという自信がある	4	3	2	1
6 <u>今の調子でやっていけば、これから起こることにも対応できる自信がある</u>	4	3	2	1
7 期待通りの生活水準や社会的地位を手に入れたと思う	4	3	2	1
8 教員になってからこれまでうまくいっていると感じている	4	3	2	1
9 自分がやろうとしたことはやりとげている	4	3	2	1
10 <u>自分の人生は退屈だとか面白くないと感じている</u>	4	3	2	1
11 将来のことが心配である	4	3	2	1
12 自分の人生には意味がないと感じている	4	3	2	1
13 自分がまわりの環境と一体化していて、欠かせない一部であるという所属刊を感じる ことがある	4	3	2	1
14 非常に強い幸福感を感じる時間がある	4	3	2	1
15 自分が人類という大きな家族の一員だということに喜びを感じる ことがある	4	3	2	1