

— 論文 —

女性の中年期危機の特徴について

— ストレッサーおよびソーシャルサポートとの関連 —

瀬戸山聡子 島谷まき子

The Features on the Midlife Crisis of Women

— Relation between stressor and social support on the midlife crisis of women —

Akiko Setoyama Makiko Shimatani

The features on the midlife crisis of women and the relationships between the midlife crisis of women and special stressors related to women in this period, as well as the availability of social support were investigated. A questionnaire survey was conducted with 215 middle-aged women (aged 40-59). The results indicated the following. (1) A middle-aged women caught the midlife crisis and the stressors low overall, and it was felt that comparatively a lot of social supports had been received. (2) In the midlife crisis of women, there were no significant differences related to age, but there were significant differences related to the lifestyle. (3) Diverse effects of stressors and social support on the midlife crisis of women were illustrated by using a cause and effect model of stressors and social support on this crisis. The results emphasized the particular importance of marital relationships.

問題と目的

中年期とは「一般には40～60歳頃を指すが、厳密に定義するのは困難である（佐藤・飯田ら，1986）」とされ、また青年期や老年期に比べ、中年期の心理はあまり研究されてきていない（関塚・酒井ら，2002）。かつて、中年期を含む成人期は「安定期かつ発達停止期」と考えられていた。しかし、成人期以降の人生が大幅に延びた現代では、中年期の発達課題が注目され、今日では「中年期に人生の危機がある（中年期危機）」という認識が一般的となった（國吉，1997）。長尾（1990）は中年期危機を、「40～50歳代にかけて身体や社会的役割等の外的変化と

ともに、体力や諸能力の限界の認識と永遠の自己拡散欲求との心理的葛藤が生じ、生き方の後悔や反省の執着、一時的に時間的展望が希薄になる状態」と定義している。

中年期の発達危機の研究は、「当初その多くが男性が対象であり、女性については、ほとんどが閉経や『空の巣症候群』に関連したものであった」（佐藤・飯田ら，1986）。しかしそのような中、岡本（1985，1986，1991）は、中年期女性の「アイデンティティの揺らぎと再体制化」について、文章完成法（SCT）や半構造化面接法などの質的手法を用いて一連の実証研究を発表し、女性の中年期危機研究の大きな潮流となっ

た。他方、現代は「ストレス社会」と言われるほど、多くの人々が日常の生活場面でストレスを感じている。田中(2000, 2006)は、中年期女性のストレスについて注目して生活ストレス尺度を作成し、ストレス反応とソーシャルサポートとの関連を検討した。その結果、中年期女性には、家事と職業の負担の重さ(過重労働)と、夫の性格・行動や夫婦関係(夫婦の問題)が強いストレスになっており、また、夫のサポートを期待し、それが妻のストレス反応の低減に有効であることが示された。前原・大城(1997)は、子どもをもつ有職・無職の中年期女性のストレスの特徴とソーシャルサポートの重要性について考察し、また清水(2004)は、中年期女性の子の巣立ちに伴う母親のアイデンティティ拡散危機の際に、相談相手の存在が重要であると指摘している。また、「女性は男性に比べて、他者との関わりの立場で役割を担うことが多く、より人間関係を重視する」(田中, 2006)という指摘もある。

したがって、周囲からのサポートをどの程度得られるかは、女性の中年期危機のありようや精神的健康の維持にとって、非常に重要である。しかし、女性の中年期危機に着目し、ストレスやソーシャルサポートとの関連を量的に検討した実証的研究は、筆者が知る限りではみられなかった。そこで本研究では、女性の中年期危機の特徴を把握した上で、中年期特有のストレスやソーシャルサポートとの関連を検討することを目的とする。とりわけ、三者間の因果関係に注目して探索的に検討する。

中年期危機については長尾(1990)の定義を採用し、それに則り中年期の年齢も40~59歳とする。ストレスについては、ライフイベント(人生上の出来事)からのアプローチと日常的混乱(生活ストレス)からのアプローチ(田中, 2006)のうち、日常的混乱(生活スト

レス)を対象とする。ソーシャルサポートについては、知覚するソーシャルサポート(橋本, 2005)を扱う。

一方、ストレスに対してソーシャルサポートの多くは直接的に効果をもち、一部はストレス反応に対しても間接的に効果をもつとされる(嶋, 1992; 福岡・橋本, 1997)。これに沿って目的を検討するにあたり、従属変数に女性の中年期危機を仮定し、以下の仮説を検証する。仮説: 女性の中年期危機に対して、ストレスとソーシャルサポートは直接効果、もしくは間接効果をもつ。具体的には以下の通り。仮説1: ストレスが高いほど中年期危機も高まる。仮説2: ソーシャルサポートはストレスを低減させる。仮説3: ソーシャルサポートは間接的に中年期危機を低減させる。

方法

1. 調査対象

主に東京都・神奈川県・埼玉県を中心とする、首都圏在住の40~59歳の女性。対象者は、215名。平均年齢47.51歳($SD = 2.00$)。年齢別内訳は、40~44歳が76名、45~49歳が59名、50~54歳が54名、55~59歳が26名。

2. 調査実施時期および手続き

2006年6月~8月に質問紙調査を実施した。質問紙の配布は、知人への直接配布・友人を介した間接配布・都内私立女子大学生の母親への間接配布・郵送・Eメールにより、回収は、手渡し・返信用封筒による郵送・Eメール・上記大学内に設置した回収ボックスにて、実施した。

3. 質問紙の構成

1) フェイスシート

年齢・性別・主な活動(会社員・パート/アルバイト・自営業・専業主婦(主夫)など)・婚姻状況・子の有無・同居者の人数・同居者の続柄(パートナー(夫・恋人)・子・父・母・

義父・義母など)について回答を求めた。

2) 中年期危機状態の測定

長尾(1990)の「中年期の危機状態尺度」を用いた。本尺度は、男性/女性用に分かれており、本研究では、このうち女性用尺度を形式・評定法も含めそのまま使用した。「身体が老化していく不安」、「死の不安」、「今までの生き方の後悔」、「自立することの不安」、「過去の執着と分離不安」、「時間不信」、「新しい生き方への模索」の7因子、31項目からなり、本人が中年期危機を自覚する程度を4件法(全くない:1点、あまりない:2点、少しある:3点、よくある:4点)で回答を求めた。

3) ストレッサーの測定

田中(2000)の「中年期女性生活ストレス尺度」を用いた。本尺度は、中年期女性(子どもの教育がほぼ終了し、老年期にはまだ間のある40歳代後半から50歳代にかけての家族をもつ女性)が、日常生活で体験するストレスを測定するものである。本研究では、この尺度を形式・評定法も含めそのまま使用した。「子どもの教育問題」、「夫婦の問題」、「親戚・近所の問題」、「経済的問題」、「老親の問題」、「職場・仕事の問題」、「過重労働・自分の問題」、「物理的環境の問題」、「子どもとのコミュニケーションの問題」の9因子、60項目からなり、本人がストレスを感じる程度を5件法(全く感じない・当てはまらない:1点、少しつらい:2点、割とつらい:3点、かなりつらい:4点、非常につらい:5点)で回答を求めた。

4) ソーシャルサポートの測定

堤ら(2000)の「Jichi Medical school ソーシャルサポートスケール(JMS-SSS)」を用いた。本尺度は、本人の主観的な利用可能性として、配偶者・配偶者以外の家族・友人から得られる「知覚するソーシャルサポート」を測定するものである。本研究では、この尺度を形式・

評定法も含めそのまま使用した。サポート源を「パートナー(夫・恋人)」「パートナー以外の家族(以下、家族と記す)」「友人」の3カテゴリとし、パートナーがいる場合はパートナーからのサポート8項目、パートナー以外の家族がいる場合は家族からのサポート10項目、全員に対して友人からのサポート10項目(各サポート源の項目は、「情動的サポート」「手段的サポート」「情緒的サポート」からなる)に、本人が知覚する程度を4件法(全くそうは思わない:1点、あまりそうは思わない:2点、まあそう思う:3点、非常にそう思う:4点)で回答を求めた。なお、家族については同居か否かは問わないこととした。

結果と考察

1. 対象者の属性

質問紙の配布数は292、回収数は231(回収率79.1%)であった。そのうち、フェイスシートに記入漏れがなく、各尺度に対して概ね9割以上回答されているものを有効回答とし、その後の分析対象とした。その結果、有効回答数は215(有効回答率73.6%)となった。

対象者の属性(年齢、主な活動、就業状況、婚姻状況、子の有無、居住状況)はTable1の通りである。

2. 女性の中年期危機について

1) 中年期の危機状態尺度の因子分析

本研究では、長尾(1990)のオリジナル尺度の調査データ収集時(1986年10月~1989年4月)から約20年近く経ち、女性のライフスタイルがかなり変化したことを鑑み、中年期の危機状態尺度(女性用)に対し因子分析(主因子法、プロマックス回転)を行ったところ、オリジナル尺度とは異なる5因子22項目が抽出された(Table2)。

第I因子は、「同年代の人と比べて体力の衰

Table1 対象者の属性

属性	人数
○年齢 (平均年齢47.51歳, $SD=2.00$)	
40～44歳	76
45～49歳	59
50歳～54歳	54
55歳～59歳	26
○主な活動と就業状況	
フルタイム	91
会社員	63
自営業	10
その他	18
パートタイム	69
パート/アルバイト	69
無職	55
専業主婦 (主夫)	44
学生	10
何らかの目的で勉強中	1
特に何もしていない	0
○婚姻状況	
未婚	41
既婚	174
○子の有無	
子ども有り	165
子どもなし	50
○居住状況	
独居	17
二人暮らし	38
三人以上で同居	160

えを感じる」「何でもものごとを始めるのがおっくうだ」など、身体的・精神的な活力の低下の自覚を表す7項目から構成されていることから、「体力と気力の衰え感」と命名した。第II因子は、「今までの人生が私の理想通りではなかったので、もうひと花さかせたい」「私の今までの生き方は本当の自分の生き方ではないので、これから本当の自分の生き方を見つきたい」など、過去の人生への後悔と将来の新しい自分を探索する感情を表す5項目から構成されていることから、「過去の後悔と将来の模索」と命名した。第III因子は、「私は、自分の死やパートナーの死に不安を感じる」「私が死んだら、家族や親戚がどのようにふるまうかを想像する」など、自分や身近な人の死への不安を表す5項目から構成されていることから、「死の不安」と命名した。第IV因子は、「子どもが結婚したり就職しても、子どもは私を気持ちの上で見離

さないだろう」「子どものことが片づいたら、私の本当の生き方を見つけるだろう」など、家族へ執着する隠された感情を表す3項目から構成されていることから、「家族への執着」と命名した。第V因子は、「過去のことは気にとめず、今のことを考えている」「昔のことを考えてももう過ぎたことだから、将来のことだけを考えている」(共に逆転項目)の、過去へ執着する感情を表す2項目で構成されていることから、「過去への執着」と命名した。

2) 中年期の危機状態尺度の尺度得点

またCronbachの α 係数は、全て.635以上となり、尺度内の内的整合性が示された。従って、全22項目の総得点の平均値を女性の中年期危機状態総得点とし、各因子の項目得点の平均値を下位尺度得点とした (Table3)。

尺度得点は、全体的に尺度上の「あまりない：2点」に近似した値を示しており、今回の対象者は全体的に、現在中年期危機を強く感じてはいない。この理由としては、対象者の年齢の若さが考えられる。今回の対象者215名の平均年齢は47.51歳 ($SD=2.00$) であった。40歳代ではまだ中年という自覚が少なく、よって中年期危機の自覚も少ないのかもしれない。なお、その中で「I. 体力と気力の衰え感」尺度得点のみ2.56 ($SD=.55$) で尺度上の「少しある：3点」に近い結果となったことから、「体力と気力の衰え感」は、相対的に早い時期から実感されやすい中年期危機であると推察される。

一方、長尾 (1990) のオリジナル尺度の場合、

Table3 女性の中年期危機状態尺度得点

	平均値 (SD)
中年期危機状態総得点	2.31(.38)
I. 体力と気力の衰え感	2.56(.55)
II. 過去の後悔と将来の模索	2.20(.59)
III. 死の不安	2.26(.55)
IV. 家族への執着	2.21(.76)
V. 過去への執着	1.96(.67)

Table2 中年期の危機状態尺度（女性用）の因子分析結果（主因子法、プロマックス回転）

	第I因子	第II因子	第III因子	第IV因子	第V因子	共通性
第I因子：体力と気力の衰え感 ($\alpha=.767$)						
28 同年代の人と比べて体力の衰えを感じる	.69	.03	-.06	-.03	-.04	.46
4 家事（仕事）をすると疲れきってしまう	.68	.09	-.11	-.03	.03	.46
1 ちょっと家事（仕事）をただけでも疲れを感じる	.63	.11	-.12	-.01	.05	.42
9 もう若い頃のような体力がないような感じがする	.62	-.05	.18	-.01	.06	.49
27 何でもものごとを始めるのがおっくうだ	.48	-.06	.13	.03	-.13	.29
18 年齢的にもう間に合わないことが多いと感じる	.44	.00	.22	.02	-.04	.32
15 異性意識が低下している感じがする	.36	-.25	.08	.18	.05	.22
第II因子：過去の後悔と将来の模索 ($\alpha=.708$)						
3 今までの人生が私の理想通りではなかったので、もうひと花さかせたい	.01	.71	.07	-.11	.10	.49
22 私の今までの生き方は本当の自分の生き方ではないので、これから本当の自分の生き方を見つけたい	.12	.67	-.04	.13	.03	.56
26 自分の能力を十分に発揮していないと思うので、これからは仕事や趣味で能力を発揮したい	-.10	.64	.11	.02	.16	.40
13 今までの生活や人生に満足しているので、これからもこの道を歩くだろう (R)	-.09	-.45	.25	.14	.30	.41
19 今、私が突然死んだらやり残したことが多くて強く悔いが残る	-.03	.42	.23	.20	-.05	.36
第III因子：死の不安 ($\alpha=.692$)						
10 私は、自分の死やパートナー（夫・恋人）の死に不安を感じる	-.04	.00	.65	.12	.01	.48
7 私の親が亡くなることを考えると耐え切れない気持ちになる	-.07	.26	.63	-.16	.01	.42
5 私が死んだら、家族や親戚がどのようにふるまうかを想像する	.00	.16	.60	-.13	-.03	.37
12 パートナー（夫・恋人）に先立たれることを思うと辛い気持ちになる	.03	-.14	.47	.17	.00	.31
29 この先、自分はどのようにして死ぬのだろうかということ想像する	.22	-.08	.47	-.21	-.02	.27
第IV因子：家族への執着 ($\alpha=.653$)						
21 子どもが結婚したり就職しても、子どもは私を気持ちの上で見離さないだろう	-.04	-.09	-.10	.78	.05	.54
8 子どものことが片づいたら、私の本当の生き方を見つけよう	.05	.22	-.07	.63	-.02	.50
17 パートナー（夫・恋人）との生活ばかりに追われては私の本当の幸せは見つからないので、これからは仕事や趣味を見つけたい	.09	.33	.07	.36	-.08	.38
第V因子：過去への執着 ($\alpha=.639$)						
20 過去のことは気にとめず、今のことを考えている (R)	.08	.09	-.09	-.04	.96	.89
30 昔のことを考えてももう過ぎたことだから、将来のことだけを考えている (R)	-.09	.13	.05	.06	.50	.25

(R) は逆転項目

因子間相関				
	I	II	III	IV
II	.38			
III	.38	.19		
IV	.31	.20	.37	
V	.03	-.18	.15	.02

中年期危機状態総得点は2.10 ($SD=.41$)であった（対象者：40～59歳の女性56名、平均年齢：47.93歳）。今回の結果は、この結果とほぼ一致した。

3) 各属性による中年期危機状態の比較

対象者を各属性により群分けし、中年期危機状態総得点および各下位尺度得点を従属変数と

した、被験者間要因の分散分析を実施した (Table4)。

①年代による比較

中年期危機状態総得点および各下位尺度得点ともに、年代による有意差は認められなかった。つまり、ライフスタイルの多様化の影響により、年代によって女性の中年期危機が規定されるわ

Table4 各属性による中年期危機状態尺度得点の分散分析結果

属性	群	総得点 (SD)	I (SD)	II (SD)	III (SD)	IV (SD)	V (SD)
年代	①40代前半 (N=76)	2.27(.40)	2.49(.56)	2.22(.60)	2.26(.68)	2.04(.83)	1.94(.76)
	②40代後半 (N=59)	2.33(.39)	2.54(.52)	2.28(.60)	2.23(.54)	2.33(.73)	1.96(.60)
	③50代前半 (N=54)	2.35(.35)	2.62(.54)	2.13(.55)	2.32(.54)	2.31(.68)	2.06(.63)
	④50代後半 (N=26)	2.29(.37)	2.67(.61)	2.08(.63)	2.18(.56)	2.24(.68)	1.81(.60)
	F値 多重比較	.56	.99	1.09	.38	2.06	.84
就業状況	①フルタイム (N=91)	2.55(.53)	2.59(.53)	2.18(.60)	2.16(.59)	1.96(.77)	1.93(.69)
	②パートタイム (N=69)	2.33(.36)	2.50(.48)	2.19(.57)	2.31(.58)	2.39(.65)	2.06(.67)
	③無職 (N=55)	2.37(.46)	2.58(.65)	2.24(.61)	2.26(.59)	2.41(.75)	1.96(.67)
	F値 多重比較	1.70	.59	.14	2.21	9.55***	1.28
						③>①,②>①	
婚姻状況	①未婚 (N=41)	2.17(.36)	2.47(.56)	2.29(.58)	2.12(.73)	1.54(.68)	1.89(.70)
	②既婚 (N=174)	2.34(.38)	2.58(.54)	2.18(.59)	2.29(.55)	2.37(.69)	1.97(.66)
	F値 結果	6.77*	1.41	1.28	2.93	48.30***	.52
		②>①			②>①		
子の有無	①子有り (N=165)	2.36(.37)	2.59(.54)	2.20(.56)	2.27(.57)	2.47(.62)	1.97(.66)
	②子無し (N=50)	2.14(.37)	2.44(.58)	2.19(.68)	2.22(.67)	1.35(.48)	1.92(.70)
	F値 結果	14.03***	3.20	.02	.28	141.78***	.21
		①>②			①>②		
居住状況	①独居 (N=17)	2.10(.31)	2.34(.51)	2.25(.63)	2.27(.72)	1.27(.34)	1.71(.44)
	②二人暮らし (N=38)	2.26(.40)	2.61(.58)	2.16(.62)	2.28(.59)	1.82(.80)	1.86(.63)
	③三人以上で同居 (N=160)	2.34(.38)	2.57(.54)	2.20(.58)	2.25(.58)	2.41(.66)	2.01(.69)
	F値 多重比較	3.58*	1.60	.13	.05	29.99***	2.15
			③>①			③>②>①	

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

けでないことが推察される。

②ライフスタイルの差異による比較

就業状況による比較では、中年期危機状態総得点では有意差はみられなかったが、「IV. 家族への執着」尺度得点では、パートタイムや無職の方がフルタイムで働いている人よりも有意に高くなった。婚姻状況による比較では、中年期危機状態総得点と「IV. 家族への執着」尺度得点で、いずれも既婚の方が未婚者よりも有意に高くなった。子の有無による比較では、中年期危機状態総得点と「IV. 家族への執着」尺度得点で、いずれも子どもをもつ人の方がいない人よりも有意に高くなった。居住状況による比較では、中年期危機状態総得点で、三人以上で同居している人の方が独居の人よりも有意に高く、「IV. 家族への執着」尺度得点で、三人以上で同居、二人暮らし、独居、の順に有意に高くなった。

つまり、仕事を生活の中心としていない人、

結婚により新たな自分の家族をもつ人、子どもがいる人、多くの人と共に暮らしている人の方が家族に対する思い入れが強く、結果として家族への執着も高くなることが推察される。しかし各平均値そのものは、全て問題視されるような高いものではなかった。

3. 中年期女性の生活ストレスについて

1) 中年期女性生活ストレス尺度の因子分析

本研究では、対象者が田中(2000)のオリジナル尺度の対象者(子どもの教育がほぼ終了し、老年期にはまだ間のある40歳代後半から50歳代にかけての家族をもつ女性)と異なっていることを鑑み、中年期女性生活ストレス尺度に対し因子分析(主因子法、バリマックス回転)を行ったところ、オリジナル尺度とは異なる5因子37項目が抽出された(Table5)。

第I因子は、「パートナーと意見が合わない」「パートナーが私の立場に理解がない、思いやりにない」など、パートナーに対する不満の感

Table5 中年期女性生活ストレス尺度の因子分析結果 (主因子法、バリマックス回転)

	第I因子	第II因子	第III因子	第IV因子	第V因子	共通性
第I因子：パートナーの問題 ($\alpha=.896$)						
3 パートナー (夫・恋人) と意見が合わない	.83	.08	.08	.12	.12	.74
10 パートナー (夫・恋人) が私の立場に理解がない、思いや りがない	.81	.13	.12	.13	.09	.71
16 パートナー (夫・恋人) にいやな性格や言動がある	.79	.08	.12	.15	.06	.67
11 パートナー (夫・恋人) との会話がな、少ない	.79	.05	.11	.14	.06	.66
24 パートナー (夫・恋人) が子育てや家事に協力的でない	.71	.15	.07	.19	.08	.58
48 子どもが独立した後の夫婦関係がどうなるか心配	.57	.14	.15	.02	.07	.38
49 家が古くなっている	.44	.12	.27	.12	-.02	.29
第II因子：子どもの問題 ($\alpha=.869$)						
50 子どもに学習意欲や向上心がない	.04	.83	.03	.11	.07	.70
35 子どもの成績が悪い	.16	.77	.08	.06	.09	.63
8 子どもの生活態度が気まま、だらしない	.07	.71	.05	.07	.04	.52
42 子どもの受験、進学のことを気になる	.13	.67	-.06	.00	.09	.48
53 子どもと意見が合わない、対立が大きい	-.12	.67	.24	-.02	.05	.52
33 子育ての (金銭的) 負担が重い	.26	.65	-.05	.07	.11	.51
2 子どもに教育費がかかる	.22	.61	-.11	.04	.04	.44
34 子どもの病気や健康状態が心配	.22	.51	.15	.04	.08	.34
6 子どもが乱暴な行動をする	-.14	.45	.03	.03	.20	.27
第III因子：対人関係の問題 ($\alpha=.796$)						
59 近所の人との折り合いが悪い	.14	-.01	.68	-.02	.03	.49
56 町内や隣組の行事がわずらわしい	.26	-.08	.64	.03	.07	.49
51 友達との関係がうまくいっていない	-.05	.13	.61	.23	.07	.45
37 勤務先の人間関係がうまくいかない	-.03	-.04	.57	.32	.15	.45
17 近所の人とのつきあいがむづかしい	.12	.09	.54	.16	.14	.36
41 仲の良い友達がいない、少ない	.15	.16	.52	.27	-.03	.39
55 地域の風習が封建的である	.20	-.07	.47	.03	.11	.28
28 勤務先の経営者や上司の取扱いがひどい	.04	.11	.43	.15	.18	.25
第IV因子：過重労働と自分の問題 ($\alpha=.816$)						
4 仕事 (職業) と家庭の両立が難しい	.17	.07	.09	.68	.10	.52
22 仕事 (職業) が忙しすぎる	-.14	-.19	.12	.63	.06	.48
20 自分の自由な時間がない	.00	.17	.07	.61	.08	.41
1 家事の負担が重い	.26	.25	-.02	.57	.13	.46
46 自分の気力や体力に衰えを感じる	.27	-.04	.22	.56	.15	.46
40 自分の老後の経済状態や生活が心配	.25	.08	.26	.52	.06	.41
47 自分の健康状態や病気に不安を感じる	.23	.01	.17	.50	.22	.38
27 収入が少ない	.11	.06	.23	.40	.03	.23
第V因子：親と親戚の問題 ($\alpha=.789$)						
30 親の性格や言動に困っている	.04	.12	.15	.11	.80	.70
29 親に気を使わなければならない	.10	.08	.13	.08	.74	.58
45 親との折り合いが悪い	.12	.14	.02	.12	.65	.47
21 親戚の言動や性格に困っている	.03	.18	.23	.16	.50	.36
36 親の今後の生活や健康状態が気になる	.16	.16	.19	.27	.41	.33
因子寄与	4.40	4.34	3.15	3.12	2.36	
因子寄与率	11.90	11.74	8.51	8.42	6.38	
累積寄与率	11.90	23.64	32.15	40.57	46.95	

情を表す7項目から構成されていることから、「パートナーの問題」と命名した。第II因子は、「子どもの学習意欲や向上心がない」「子どもと意見が合わない、対立が大きい」など、子どもに関する感情を表す9項目から構成されていることから、「子どもの問題」と命名した。第III

因子は、「近所の人との折り合いが悪い」「友達との関係がうまくいっていない」「勤務先の人間関係がうまくいかない」など、パートナーや家族以外の他者との問題を表す8項目から構成されていることから、「対人関係の問題」と命名した。第IV因子は、「仕事と家庭の両立が難

しい」「自分の健康状態や病気に不安を感じる」など、仕事と家事の負担の重さと自分自身への不安を表す8項目から構成されていることから、「過重労働と自分の問題」と命名した。第V因子は、「親に気を使わなければならない」「親戚の言動や性格に困っている」など、親と親戚に対する感情を表す5項目から構成されていることから、「親と親戚の問題」と命名した。

2) 中年期女性生活ストレス尺度の尺度得点

またCronbachの α 係数は、全て.785以上となり、尺度内の内的整合性が示された。従って、全37項目の総得点の平均値を中年期女性生活ストレス総得点とし、各因子の項目得点の平均値を下位尺度得点とした (Table6)。

尺度得点は、全体的に尺度上の「全く感じない・当てはまらない：1点」と「少しつらい：2点」の間の値を示しており、今回の対象者は全体的に、生活ストレスを強く感じてはいない。今回は、40歳代前半の対象者が最も多かったこと、独身者や子どものいない人も含まれていたことから、これらの対象者は、自らが該当しない項目は「1. 全く感じない・当てはまらない」とするため、結果として全体的に低得点となったと考えられる。ただし、その中で「IV. 過重労働と自分の問題」尺度得点だけは2.08 ($SD=2.00$) で尺度上の「少しつらい：2点」より高い結果となったことから、「過重労働と自分の問題」は、相対的に早い時期から辛さを実感させやすいストレスであると考えられ

る。

4. ソーシャルサポートについて

1) ソーシャルサポート尺度の尺度得点

サポート源 (パートナー・家族・友人) ごとに項目得点の平均値を、パートナーからのソーシャルサポート得点、家族からのソーシャルサポート得点、友人からのソーシャルサポート得点とした。さらに、全てのソーシャルサポート項目得点の平均値を、各対象者が利用可能と知覚するソーシャルサポート総量としてソーシャルサポート個人得点とした (Table7)。各サポート得点は、尺度上の「まあそう思う：3点」に近似した値を示しており、今回の対象者はソーシャルサポートを比較的多めに受け取っていると感じているようである。

2) サポート源の組み合わせによる群分け

次に、ソーシャルサポートのサポート源の組み合わせ (以下、SS組み合わせと記す) による群分けを行った。本研究で用いた「Jichi Medical school ソーシャルサポートスケール (JMS-SSS)」(堤ら, 2000) では、友人からのソーシャルサポートは全員が利用可能であると想定されるため、組み合わせは「パートナー・家族・友人」、「パートナー・友人」、「家族・友人」、「友人のみ」の4種類となる。

群分けの結果、パートナー・家族・友人からの3つのサポート源をもつ対象者は146名 (平均年齢47.95歳、 $SD=5.08$ 、67.9%) となり、「SS組み合わせ1群」とした。パートナー・友

Table6 中年期女性生活ストレス尺度得点

	平均値 (SD)
中年期女性生活ストレス総得点	1.69(.45)
I. パートナーの問題	1.69(.45)
II. 子どもの問題	1.58(.66)
III. 対人関係の問題	1.32(.45)
IV. 過重労働と自分の問題	2.08(.73)
V. 親と親戚の問題	1.85(.45)

Table7 各ソーシャルサポート得点と平均年齢

	平均得点 (SD)	平均年齢 (SD)
パートナーからの ソーシャルサポート (N=183)	3.03(.66)	47.81(5.33)
家族からの ソーシャルサポート (N=176)	3.06(.57)	47.55(5.23)
友人からの ソーシャルサポート (N=215)	2.71(.51)	47.51(2.00)
ソーシャルサポート 個人得点 (N=215)	2.92(.42)	47.51(2.01)

人からの2つのサポート源をもつ対象者は37名(平均年齢47.30歳、 $SD = 6.28$ 、17.2%)となり、「SS組み合わせ2群」とした。家族・友人からの2つのサポート源をもつ対象者は30名(平均年齢45.63歳、 $SD = 5.63$ 、14.0%)となり、「SS組み合わせ3群」とした。

そして、友人からのみの1つのサポート源をもつ対象者は2名(平均年齢47.50歳、 $SD = 3.54$ 、0.9%)となり、「SS組み合わせ4群」としたが、「SS組み合わせ4群」については以降の分析から除外した。

5. サポート源の組み合わせによる中年期危機状態総得点・ストレス総得点・ソーシャルサポート個人得点の比較

SS組み合わせを要因とし、中年期危機状態総得点・ストレス総得点・ソーシャルサポート個人得点を従属変数とした、被験者間要因の分散分析を実施した。その結果、中年期危機状態総得点・ストレス総得点・ソーシャルサポート個人得点のいずれも、サポート源の組み合わせによる有意差は認められなかった。

すなわち、女性の中年期危機・ストレス・ソーシャルサポートの総量は、サポート源の数や組み合わせにより規定されるわけではないことが示唆される。

6. 3尺度間の関係の検討

3尺度間の関係を明らかにするために、女性の中年期危機状態尺度の総得点と各下位尺度得点、中年期女性生活ストレス尺度の各下位尺度得点、ソーシャルサポート尺度のサポート源の組み合わせによる各サポート得点間のPearsonの積率相関係数を算出した。なお、紙面の都合により、相関分析結果の表示は省略する。

SS組み合わせ1群(パートナー・家族・友人)の場合は、全体的に、中年期危機状態尺度とストレス尺度との間に低めから中程度の正の相関がみられ、パートナーからのソーシャルサ

ポート得点と中年期危機状態尺度ならびにストレス尺度との間に中程度の負の相関がみられた。

SS組み合わせ2群(パートナー・友人)の場合は、中年期危機状態尺度の一部とストレス尺度の一部との間に中程度の正の相関が、中年期危機状態尺度の一部とパートナーおよび友人からのソーシャルサポート得点との間に中程度の負の相関が、ストレス尺度の「I. パートナーの問題」とパートナーからのソーシャルサポート得点との間に中程度の負の相関がみられた。

SS組み合わせ3群(家族・友人)の場合は、中年期危機状態尺度の一部とストレス尺度の一部との間に中程度から高い正の相関がみられ、ソーシャルサポートと中年期危機状態ならびにストレス尺度との間には相関がみられなかった。

ソーシャルサポート個人得点の場合は、全体的に、中年期危機状態尺度とストレス尺度との間に低めから中程度の正の相関がみられ、ソーシャルサポート個人得点と中年期危機状態ならびにストレス尺度との間には低めの負の相関がみられ、SS組み合わせ1群の結果と類似したものとなった。本研究の対象者のうち、SS組み合わせ1群に該当する人は147名で、全体(215名)の約68%を占める。そのため、各対象者が利用可能と知覚するソーシャルサポート総量であるソーシャルサポート個人得点を用いた分析結果は、SS組み合わせ1群を用いた分析結果と類似するのであろう。

7. 中年期危機とストレスおよびソーシャルサポートのパス解析

本研究の仮説を検証するために、パス解析を実施した。解析に用いた変数は3水準で、第1水準の変数はソーシャルサポート(各サポート得点)、第2水準の変数はストレス(各下

位尺度得点)、第3水準の変数は中年期危機状態総得点および各下位尺度得点である。解析は、強制投入法の階層的重回帰分析により、第3水準の6変数を基準変数にして第1第2水準の変数を説明変数とする解析と、第2水準の5変数を基準変数にして第1水準の変数を説明変数とする解析を、それぞれサポート源の組み合わせごとの3パターンと、ソーシャルサポート個人得点の、計4パターン行った。その結果、全ての重回帰分析において多重共変性は認められなかった。以下に、パス・ダイアグラムにて結果を図示し、考察する。矢印は有意なパスを示し、数値は R^2 が重決定係数、記号のないものが標準偏回帰係数(β)を示す。

全対象者215名中146名が該当した、パートナー・家族・友人からの3つのサポート源をもつ「SS組み合わせ1群(平均年齢47.95歳、 $SD=5.08$ 、67.9%)」の解析結果を、Figure 1に示す。まず、「I. パートナーの問題」のストレッサーからは、中年期危機状態総得点への中程度の正のパスが($\beta=.469$, $p<.001$)、「I. 体力と気力

の衰え感」と「II. 過去の後悔と将来の模索」の中年期危機への弱めの正のパスが($\beta=.284$, $p<.05$)、($\beta=.262$, $p<.05$)、「IV. 家族への執着」の中年期危機には強い($\beta=.609$, $p<.001$)正のパスが認められ(仮説1)、かつ、パートナーからのソーシャルサポート得点からは「I. パートナーの問題」のストレッサーへの強い負のパスが($\beta=-.670$, $p<.001$)認められた(仮説2)。つまり、結果としてパートナーからのソーシャルサポート得点が、中年期危機状態総得点、「I. 体力と気力の衰え感」、「II. 過去の後悔と将来の模索」、「IV. 家族への執着」に対して負の間接効果をもつ(仮説3)ことが示されたので、これらのパス・ダイアグラムでは仮説が全て支持された。

さらに、「IV. 過重労働と自分の問題」のストレッサーからは、中年期危機状態総得点への弱い($\beta=.194$, $p<.05$)、「I. 体力と気力の衰え感」へは中程度の($\beta=.390$, $p<.001$)正のパスが認められ(仮説1)、かつ、パートナーからのソーシャルサポート得点からは「IV. 過重

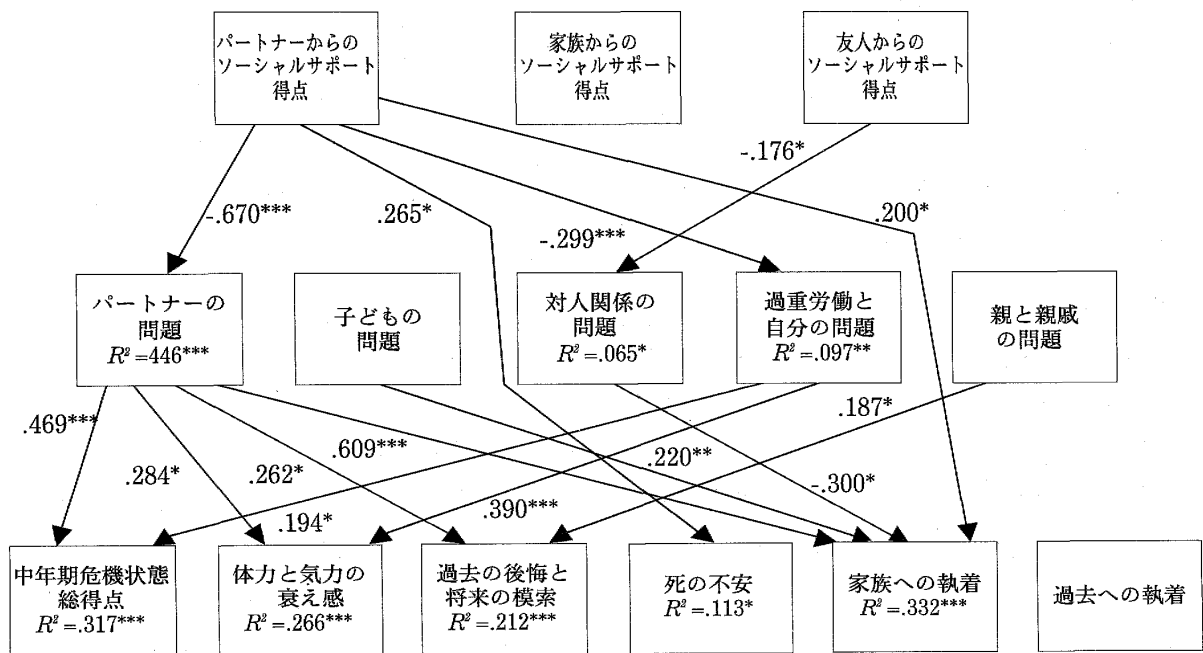


Figure 1 女性の中年期危機に及ぼすストレッサーとソーシャルサポートのパス・ダイアグラム (SS組み合わせ1群 N=146)

労働と自分の問題」のストレッサーへの弱い ($\beta = -.299, p < .001$) 負のパスが認められた (仮説 2)。つまり、結果としてパートナーからのソーシャルサポート得点が、中年期危機状態総得点と「II. 過去の後悔と将来の模索」に対して負の間接効果をもつ (仮説 3) ことが示されたので、これらのパス・ダイアグラムでも仮説が全て支持された。

次に、友人からのソーシャルサポート得点から「III. 対人関係の問題」のストレッサーへの弱い ($\beta = -.176, p < .05$) 負のパスが認められ (仮説 2)、「III. 対人関係の問題」のストレッサーから「IV. 家族への執着」の中年期危機へ弱めな ($\beta = -.300, p < .05$) 負のパスが認められた。つまり、結果として友人からのソーシャルサポート得点が、「IV. 家族への執着」の中年期危機に対して正の間接効果をもつことになり、このパス・ダイアグラムでは仮説 2 のみが支持された。

そして、「II. 子どもの問題」のストレッサーから中年期危機の「IV. 家族への執着」へ、「V. 親と親戚の問題」のストレッサーから中年期危機の「II. 過去の後悔と将来の模索」へ、それぞれ弱い ($\beta = .220, p < .01$)、($\beta = .187, p < .05$) 正のパスが認められ (仮説 1)、かつ、ソーシャルサポートからは何もパスがみられないことが明らかになり、これらのパス・ダイアグラムでは仮説 1 のみが支持された。

さらに、パートナーからのソーシャルサポート得点から、中年期危機の「III. 死の不安」と「IV. 家族への執着」に対し、それぞれ弱い正のパスが認められたことにより ($\beta = .265, p < .05$)、($\beta = .200, p < .05$)、パートナーからのソーシャルサポート得点は、中年期危機の「III. 死の不安」と「IV. 家族への執着」に対し正の直接効果をもつことが示された。

これらの結果を整理すると、パートナー・家族・友人からの 3 つのサポート源をもつ群では、

「パートナーの問題」と「過重労働と自分の問題」のストレッサーが、多くの中年期危機を強めるが、パートナーからのソーシャルサポートにより、それらのストレッサーが低減されることが示唆された。併せて、パートナーからのソーシャルサポートは、中年期危機のうち「死の不安」と「家族への執着」を直接強めること、さらに友人からのソーシャルサポートが、間接的に「家族への執着」の中年期危機を強めることも示された。つまり、全ての生活ストレッサーが中年期危機を強めるわけではなく、同様に、全てのソーシャルサポートが中年期危機を低減させるわけではないということが示唆された。

全対象者 215 名中 37 名が該当した、パートナー・友人からの 2 つのサポート源をもつ「SS 組み合わせ 2 群 (平均年齢 47.30 歳、 $SD = 6.28, 17.2\%$)」の解析結果を Figure 2 に示す。まず、「IV. 過重労働と自分の問題」のストレッサーからのみ「II. 過去の後悔と将来の模索」の中年期危機への中程度の ($\beta = .392, p < .05$) 正のパスが認められた (仮説 1)。しかし、それ以外のストレッサーからは、中年期危機状態総得点および各下位尺度得点に対して、何も有意なパスはみられなかった。また、パートナーからのソーシャルサポート得点から、「I. パートナーの問題」のストレッサーへの強い ($\beta = -.707, p < .001$) 正のパスが認められた (仮説 2)。しかし、「I. パートナーの問題」のストレッサーからは、中年期危機状態総得点および各下位尺度得点に対しては、何も有意なパスはみられなかった。さらに、友人からのソーシャルサポート得点からは、ストレッサーと中年期危機状態総得点および各下位尺度得点への有意なパスは何もみられなかった。従って、「SS 組み合わせ 2 群」では、仮説の全てを支持したパス・ダイアグラムがないことが示された。

全対象者 215 名中 30 名が該当した、家族・友

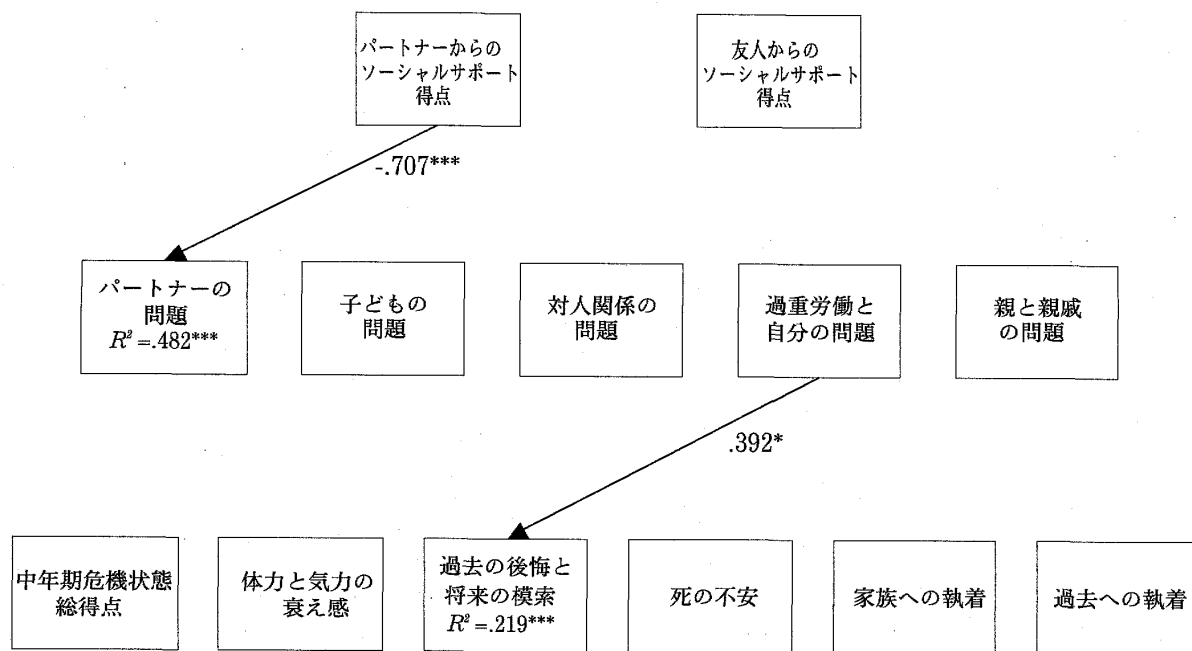


Figure 2 女性の中年期危機に及ぼすストレスとソーシャルサポートのパス・ダイアグラム (SS組み合わせ2群 N=37)

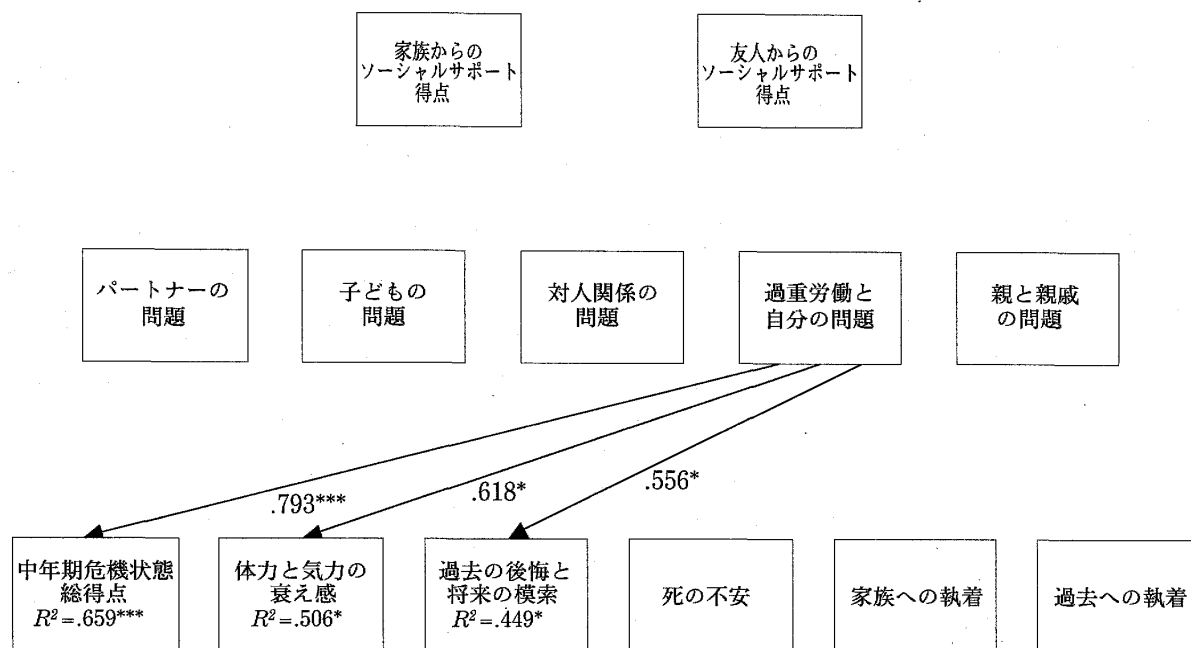


Figure 3 女性の中年期危機に及ぼすストレスとソーシャルサポートのパス・ダイアグラム (SS組み合わせ3群 N=30)

人からの2つのサポート源をもつ「SS組み合わせ3群(平均年齢45.63歳、SD=5.63、14.0%)」の解析結果をFigure 3に示す。「IV. 過重労働と自分の問題」のストレスから、中年期危機状態総得点、「I. 体力と気力の衰え感」の中年期危機への強い ($\beta = .793, p < .001$)、($\beta =$

$.618, p < .05$)、「II. 過去の後悔と将来の模索」の中年期危機への中程度の ($\beta = .556, p < .05$) 正のパスが認められた(仮説1)。しかしそれ以外のストレスからは、中年期危機状態総得点および各下位尺度得点に対して、有意なパスは全くみられなかった。また、家族からのソー

シャルサポート得点からと友人からのソーシャルサポート得点からはいずれも、ストレッサーにも中年期危機状態総得点および各下位尺度得点にも有意なパスは全く認められなかった。従って、「SS組み合わせ3群」でも、仮説の全てを支持したパス・ダイアグラムがないことが示された。

なお、ソーシャルサポート個人得点を第1水準の変数とした解析結果 (Figure 4) は、「SS組み合わせ1群」の解析結果と類似したものとなった。したがって、ここでは考察のみを示す。

ソーシャルサポートの総量で検討した場合でも、「パートナーの問題」と「過重労働と自分の問題」のストレッサーから、多くの中年期危機に対して正のパスが認められ、ソーシャルサポートの量が多ければ多いほど、それらのストレッサーが低減されること、かつ、ソーシャルサポートの量が多いほど、間接的に「家族への執着」の中年期危機を強めることが示された。つまりこの結果からも、全ての生活ストレッサーが中年期危機を強めるわけではなく、同様に、

ソーシャルサポートの量が多ければ、全ての中年期危機が低減されるわけではないことが示唆された。

まとめ

本研究の結果から、中年期女性は、全体的に中年期危機とストレッサーを低く捉え、比較的多くのソーシャルサポートを受けていると感じていると言える。これは、中年期女性の内的安定と適応を示すものであると考えられる。

一方、詳細に検討していくと、以下のような特徴が示された。

まず、中年期危機状態得点の、年代による有意差は認められなかった。すなわち、ライフスタイルの多様化により、中年期危機の状態は年齢に規定されるわけではないことが推察された。

有意差が認められたのは、ライフスタイルの差異 (就業状況、婚姻状況、子の有無、および居住状況) による比較であり、いずれも中年期危機の総得点および「IV. 家族への執着」での差であった。中年期危機のうち、家族に対する

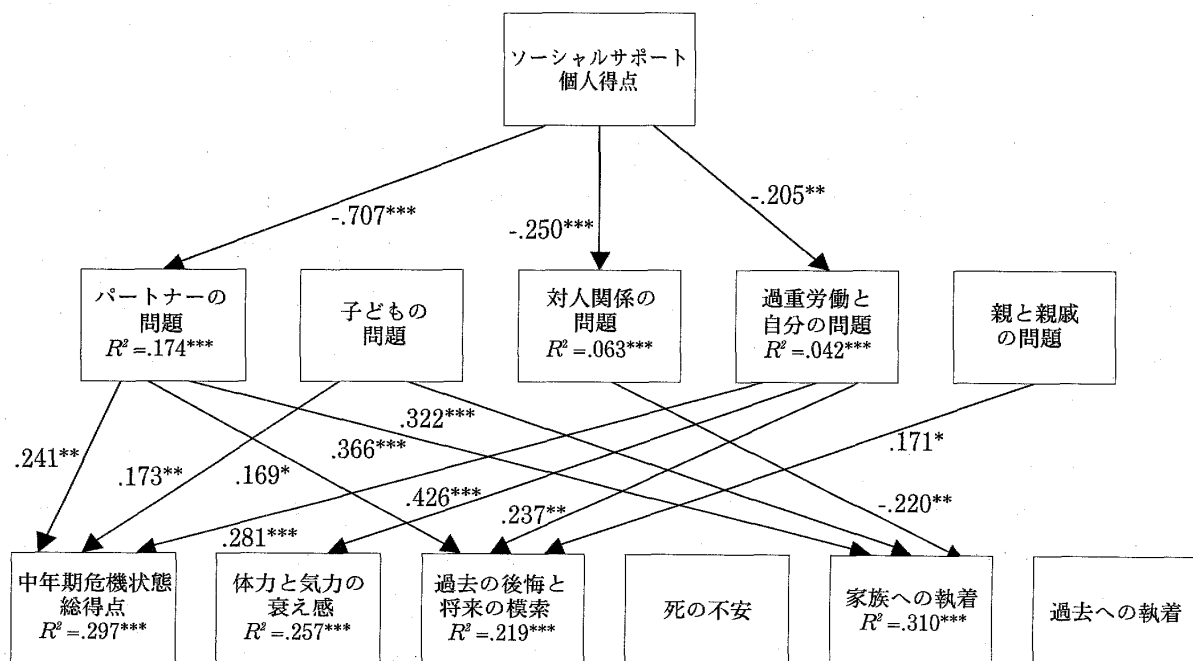


Figure 4 女性の中年期危機に及ぼすストレッサーとソーシャルサポートのパス・ダイアグラム (ソーシャルサポート個人得点 N=215)

関心と思入れは、ライフスタイルによって規定されることが示唆された。

また、サポート源の組み合わせによる、女性の中年期危機状態総得点の比較では、いずれも有意差は認められなかった。つまり、ソーシャルサポート源の組み合わせや数により、中年期危機が規定されるわけではないことが推察された。

中年期危機とストレスおよびソーシャルサポートの因果モデルの検討では、全ての生活ストレスが中年期危機を強めるわけではなく、同様に、全てのソーシャルサポートが中年期危機を低減させるわけではないということが示唆された。ただし、明らかに多くのパスが認められたのは、パートナーからのソーシャルサポートとパートナーのストレスであり、多くの女性の中年期危機は、夫婦関係の良し悪しに強く規定されることが推察される結果となった。

前原・大城(1997)と田中(2006)は、中年期女性のストレス反応に対するストレスとソーシャルサポートの関連について、夫や子どもからの知覚されたサポートが、ストレスを低減し、ストレス反応に対しても緩衝効果をもつことを指摘している。本研究の結果は、パートナーからのサポートについてはこれと一致したが、パートナー以外の家族からのサポートについては、一致しなかった。

このように、これらのパス解析全体を通して整理すると、女性の中年期危機に対するストレスとソーシャルサポートの効果の多様性が浮き彫りとなり、家族形態が色濃く反映されることと、とりわけ夫婦関係の重要性が示唆されたと言えよう。

なお、中年期危機の「死の不安」は、3つのサポート源をもつ群でのパートナーからのソーシャルサポートから以外、全く有意なパスはみ

られず、また「過去への執着」は、ストレスおよびソーシャルサポートからは何も規定されないことが示された。これらの中年期危機は、生活ストレスではなく、例えば身近な人やモノの死や子どもの独立など、何らかのライフイベントにより規定されるものなのかもしれない。

さらに、家族からのソーシャルサポートは、サポート源の組み合わせのどの群においても、ストレスにも中年期危機にも全く規定されていないことが示唆された。このことから、家族からのソーシャルサポートについては、みな比較的多くもらっていると知覚してはいるが、実際のストレスや中年期危機の要因とはならないと考えられる。

今後の課題

最後に、本研究の課題を4点挙げる。

第一は、対象者の年齢分布である。今回の対象者の平均年齢は47.51歳 ($SD = 2.00$) で、40歳代前半の人数が最も多く、50歳代後半の人数が最も少なかったため、分析結果にも影響を与えている可能性が否めない。

第二に、今回はソーシャルサポートについて、サポート源の組み合わせとソーシャルサポートの総量の観点からのみ検討し、ソーシャルサポートの内容(情緒的・情動的・道具的サポート)については全く触れなかったため、各サポート源がもつサポートの詳細な内容については考察することができなかった。家族からのソーシャルサポートがストレスにも中年期危機にも関連しなかった理由は、この角度から詳細に分析することにより明らかになるかもしれない。

第三に、今回はストレスを生活ストレスのみとしたが、ライフイベントによるストレスも考慮に入れる必要があると考えられる。中年期が様々なライフイベントに遭遇する

年代であることを踏まえ、今後、ライフイベントを中年期危機の要因と仮定する立場での尺度の作成も必要であると考え。

第四に、今回は既存の尺度を用いて量的な実証研究を試みたが、今後は、面接調査などによる質的手法により、質問紙調査では捉えきれない女性の中年期危機の実態に迫り、危機の具体的内容や自覚するに至ったきっかけなどを丁寧に掘り起こしていくことから、より本質的な部分を詳細に検討していくことが望まれよう。

謝辞

本論文の作成にあたり、調査にご協力くださいました皆様に深く感謝いたします。

引用文献

- 福岡欣治・橋本宰 (1997). 大学生と成人における家族と友人の知覚されたソーシャル・サポートとそのストレス緩和効果 心理学研究, 68 (5), 403-409
- 橋本剛 (2005). ソーシャルサポート ストレスと対人関係 ナカニシヤ出版, pp.1-27
- 國吉知子 (1997). 中年期女性の身体イメージと自己評価の関連性—身体変化受容の内的過程について 京都大学教育学部紀要, 43, 171-182
- 前原武子・大城麻理 (1997). 中年期有職女性と無職女性のストレスとソーシャルサポート 琉球大学教育学部紀要, 第一部・第二部 (通号50), 297-306
- 長尾博 (1990). アルコール依存症者と健常者との中年期の危機状態の比較 精神医学, 32 (12), 1325-1331
- 岡本祐子 (1985). 中年期の自我同一性に関する研究 教育心理学研究, 33 (4), 23-34
- 岡本祐子 (1986). 成人期における自我同一性ステータスの発達経路の分析 教育心理学研究, 34 (4), 64-70
- 岡本祐子 (1991). 成人女性の自我同一性発達に関する研究 広島中央女子短期大学紀要, 28, 7-26
- 佐藤哲哉・茂野良一・滝沢謙二・飯田眞 (1986). 中年期の発達課題と精神障害—ライフサイクル論の観点から—第1, 2, 3回 精神医学, 28, 732-742, 980-991, 1208-1217
- 関塚真美・坂井明美・島田啓子・田淵紀子・亀田幸枝・笹川寿之・小池浩司・保田ひとみ (2002). 中年期女性の心理特性 金沢大学つるま保健学会誌, 26 (1) (通号28), 99-102
- 嶋信宏 (1992). 大学生におけるソーシャルサポートの日常生活ストレスに関する効果 社会心理学研究, 7 (1), 45-53
- 清水紀子 (2004). 中年期の女性における子の巣立ちとアイデンティティ 発達心理学研究, 15 (1), 52-64
- 田中祐子 (2000). 中年期女性生活ストレス尺度 パブリックヘルスリサーチセンター ストレススケールガイドブック 実務教育出版, pp.354-358
- 田中祐子 (2006). 中年期女性のストレスとソーシャル・サポート 関係学研究, 32 (1), 77-86
- 堤明純・萱場一則・石川鎮清・苅尾七臣・松尾仁司・詫磨衆三 (2000). Jichi Medical school ソーシャルサポートスケール (JMS-SSS) パブリックヘルスリサーチセンター ストレススケールガイドブック 実務教育出版, pp.399-403

(せとやま あきこ 生活機構学専攻1年)

(しまたに まきこ 心理学専攻 教授)

受理年月日 平成19年9月22日

審査終了日 平成19年12月3日