

人生の転機の内容と生じた感情に関する研究

——青年期から老年期までの横断研究から——

松 岡 弥 玲*

本研究では、人生の転機における年齢差について検討した。調査参加者は19-102歳の584名（男性236名、女性348名）であった。調査参加者は人生の転機の内容について、そしてその転機が起きた時に生じた感情（ポジティブ、どちらでもない、ネガティブ）について答えた。以上の結果の中から特徴的だったものをいかに述べる。（1）人生の転機の内容は年齢と性によって異なっていた。若い時期（19-22, 23-34）の転機には学業、友人関係に関するものが中年期（34-45, 54-64）や老年期（65-102）に比べて有意に多かった。成人期中期ではより恋愛に関するものが若い成人期、老年期よりも多かった。老年期は、病気・事故に関するものが若い成人期、中年期よりも多かった。家族関係と仕事では性差が際立っており特に55-64歳、65-102歳では、女性は家族関係の転機を挙げることが多く、男性は仕事関係の転機を挙げるが多かった。（2）転機の内容の違いによって、生じる感情は異なっていた。恋愛関係や仕事はポジティブな感情を生じることが多く、対照的に病気・事故、家族関係はネガティブな感情が生じる割合が多かった。

キーワード：人生の転機、年齢差、生涯発達心理学、横断的研究

I. 問 題

ある出来事がきっかけでそれまでの人生とはものの見方が転換することがある。このような出来事は一般的に「人生の転機」と呼ばれている。

人生の転機 (turning points) の定義について、エルダー & ジール (2009 本田・岡林訳 2013) は「トラジェクトリの方向性や傾きを実質的に変化させる特定のイベントや節目のことである。個人史においては、転機は、決定的な瞬間とか、重大な分岐となった経験と記述されることが多い。(p.221)」と述べている。また、杉浦 (2004) は「転機とは自分自身や自分の考え方が大きく変わることになったきっかけもしくは一連の出来事」としている。これらを踏まえ、本研究では、人生の転機とは、「個人にとって非常に重要な特定のライフイベントであり、かつ、回顧的に振り返った時に、そのライフイベントの前後でそれまでの人生とは異なる質的な変化が生じたもの」とする。

このような人生の転機は、生涯発達を規定する重要なものである。Baltes (1980) は、生涯発達を規定するものとして、生物学的要因と環境的要因、およびそれらの相互作用を想定し、これらの影響の仕方には以下の3つがあるとした (Baltes et al., 1980)。第一は、標準年齢的影響 (normative age-graded) であり、これはどのくらいの年齢になったら歩けるのか、何歳になったら学校に入るのか、といった生物学的にも社会的にも生活年齢と強い関係があり、人一般に標準的に当てはまるものである。第二は、標準歴史的影響 (normative history-graded) であり、戦争や不況などある時代に特有でかつコホート (世代) によって受ける影響が異なるものである。そして第三は、非標準的影響 (non-normative) であり、転職や離婚、病気やけがなど個人特有の重要なライフイベントによるものである。人生の転機はこの生涯発達を規定する第三の要因にあたる。

人生の転機は、これまで危機、ライフイベントを扱う研究の中でとりあげられてきた。危機はEriksonに

* 愛知学院大学心身科学部心理学科

(連絡先) 〒470-0195 愛知県日進市岩崎町阿良池12 E-mail: milei-ma@dpc.agu.ac.jp

代表される発達理論の中で人格発達において重要な影響を与えるものとして捉えられている。退行的要素や病理的方向への動きも含むものであり、これまでの自分はもはや維持できない、今までの自分では生きていけないという感覚を生じるものであり（岡本, 2012）、発達段階に応じて危機が存在し、それに取り組むことが人格発達につながると考えられている。

そして、ライフイベントは、文字通り人生におけるイベントであり、ささいな日常的な経験を含んだものである。これまでのライフイベント研究では、その多くが傷つき体験（小田部・加藤・丸野, 2009）やネガティブイベント経験に関する研究（松下, 2005, 2008）や、レジリエンスに関する研究も（平野, 2012）など、ネガティブな体験からの克服を扱うものが多いという批判がなされている（高比良, 1998）。

これらの危機やライフイベントを扱った研究では、必ずしも個人の人生を劇的に変えるほど特別で重要なものだけを含んでいるわけではなく、人生において何度も存在するもの、または日常的に経験するものも含まれている。しかしながら、個人にとって、人生を大きく変えるような転機とは、何ども日常的に経験するものではなく、特定の数少ないもっとも重要な経験を指すのではないかと考えられる。ゆえに、本研究ではその重要な出来事に特に焦点づけるため、「人生の転機」として扱う。

廣川（2010）は具体的な転機の例として次のようなものを挙げている。①家庭生活での変化（結婚、離婚、出産、子どもの自立、家族の病気、家の新築）、②個人的変化（自分の病気、大きな成功や失敗、入学や卒業）、③仕事や経済上の変化（解雇、退職、転職、組織内での配置転換、収入の増加と減少、ローン、昇進への絶望）、④内的変化（精神的悟り、心理学的洞察、自己イメージや価値観の変化、新たな夢の発見や古い夢の破棄など）。

では、人生の転機となる出来事には、年齢や性によって特徴的な傾向がみられるのだろうか。転機について検討した研究には、大学生を対象にした杉浦（2001）やスポーツ選手の転機の語りを検討した杉浦（2004）、

一人の高齢者の人生転機の語りの構造を分析した野村（2005）、保育者の転機の語りを取り上げた香曾我部（2013）がみられるが、転機の内容が年齢や性によって異なるのかについては検討されていない。

以上のことから、本研究では、青年期から老年期までを対象に、人生の転機を取り上げ、その内容について年齢や性差から検討することを目的とする。また、転機となった出来事はポジティブなものなのか、ネガティブなものなのかについても検討するために、転機となった出来事が起きたときにどのような感情が生じたのか（ネガティブ、ポジティブ）についても合わせて検討する。

II. 方 法

1. 調査対象者

19歳から102歳までの男女584名（男性236名、女性348名、平均年齢38.18歳、 SD 19.84）。年齢別の内訳の詳細を表1に示す。19歳から22歳までの調査対象者は愛知県内の大学生である。23歳以上の調査対象者は、筆者の担当している授業の受講生を通じて配布した両親、兄弟姉妹もしくは祖父母、岐阜県の高齢者を中心としたボランティアサークルの参加者、筆者が知人を介して配布した方である。

2. 調査内容

1) フェイスシート 年齢、性別、婚姻状態（既婚・未婚）、家族形態、学歴、仕事（常勤、非常勤、無職）、健康状態（4件法）などを尋ねた。

2) 人生の転機について 人生の転機について、「あなたの人生を振り返り、人生の転機となった最も大きな出来事を思い浮かべてください」として、想起させ、その出来事について以下の点から尋ねた。

(1) 転機となった出来事が生じた時期 「その出来事はあなたが何歳のころに起こりましたか」という指示のもと、転機がいつごろ起きたのかについて尋ねた。

表1 調査対象者の内訳

	19-22歳	23-34歳	35-44歳	45-54歳	55-64歳	65-102歳	合計
男	104	21	13	29	21	48	236
女	153	33	29	68	23	42	348
合計	257	54	42	97	44	90	584

- (2) 転機となった出来事の内容 転機がどのような内容であったのかについて、松下 (2008) を参考に、以下の中から選択するよう求めた (a. 学業, b. 友人関係, c. 恋愛関係, d. 病気や事故, e. 家族に関するもの, f. 仕事, g. その他)。
- (3) 転機となった出来事の内容 (自由記述) 転機の具体的な内容を詳しく書くように求めた。その際には、内容は差支えない範囲でよいこと、書きたくなければ空欄でも構わないことを注意書きした。
- (4) 転機が生じた時の感情 転機となった出来事が生じたときにどのような感情を抱いたのかについて、「1. とても悲しかった (辛かった・悪かった)」、「2. 悲しかった」、「3. どちらでもない」、「4. うれしかった」、「5. とても嬉しかった (楽しかった・良かった)」の5件法で尋ねた。これを転機が生じた時の感情得点とした。高ければ高いほど転機が生じた時にポジティブな感情を生じていることを示す。

III. 結 果

1. 人生の転機が生じた時期

人生の転機が生じた時期 (年齢) について、年齢群(6)×性別(2)の二要因分散分析を行った (表2)。その結果、年齢、性の主効果がともに有意であった (年齢群 $F(5, 547) = 91.20, p < .001$, 性 $F(1, 547) = 5.62, p < .05$)。多重比較を行った結果、年齢が上がるほど転機の年齢は高くなる傾向にあり (19-22 < 23-34・35-44・45-54 < 55-64, 65-102, 23-34 < 45-54), 男性よりも女性の方が人生の転機が生じた年齢が高かった。23-34歳, 35-44歳, 45-54歳, では平均値が20代であり, 55-64歳, 65-102歳群においても平均値は30代であった。しかし、同じ年齢群の中でみると最小値と最大値の間には少なくとも16年以上の差がみられ, 65-102歳群では, 61年もの差があった。このことから転機となった出来事が生じた年齢には個人差が大きいといえる。

表2 転機が生じた年齢について (年齢群×性別)

		102性別	平均值	標準偏差	最小値	最大値	中央値
1	19-22 歳	男性	16.15	2.48	7	21	16
		女性	16.28	2.67	5	21	17
		合計	16.23	2.59	5	21	17
2	23-34 歳	男性	20.38	5.46	11	30	19
		女性	21.23	5.11	13	31	20
		合計	20.88	5.22	11	31	20
3	35-44 歳	男性	22.62	5.59	13	30	22
		女性	25.90	6.82	12	37	29
		合計	24.88	6.58	12	37	25
4	45-54 歳	男性	29.52	10.51	10	50	27
		女性	27.64	9.53	12	50	25
		合計	28.18	9.80	10	50	25
5	55-64 歳	男性	32.50	14.97	2	58	34
		女性	40.64	12.50	18	58	43.5
		合計	36.76	14.17	2	58	36
6	65-102 歳	男性	36.22	17.53	10	71	35
		女性	39.65	18.41	12	72	30
		合計	37.77	17.90	10	72	32.5
合計		男性	23.96	12.94	2	71	18
		女性	24.04	12.23	5	72	19
		合計	24.00	12.51	2	72	19
男性<女性							
多重比較結果	19-22<23-34・35-44・45-54<55-64, 65-102						
	23-34<45-54						

2. 転機となった出来事の内容

転機となった出来事の内容（学業、友人関係、恋愛関係、病気・事故、家族関係、仕事の7カテゴリー、その他は分析の際に除いた）について、男女別々に、年齢群と内容のクロス表を産出した。男性が表3-1、女性が表3-2である。尤度比 χ^2 検定を行ったところ、男女ともに有意であり、年齢によって転機の内容にばらつきがあることがわかった（男性、尤度比 $\chi^2(25)=132.6, p<.001$ ；女性、尤度比 $\chi^2(25)=186.6, p<.001$ ）。続いて χ^2 検定における残差分析（Haberman, 1973）を行ったところ、以下のような結果がみられた。

男性、女性ごとに年齢差についてみると、男性では、学業、友人関係が19-22歳群、23-34歳群の若い年齢で有意に期待度数よりも高く、45-54歳以降の年齢では有意に低かった。恋愛関係は35-44歳群では有意に高く、65-102歳群では有意に低かった。病気・事故

は、65-102歳群で有意に高く、45-54歳群で低かった。家族関係は45-54歳群で高く、若い年齢の19-22歳群、23-34歳群で低かった。仕事は、65-102歳群で有意に高く、19-22歳群では有意に低かった。

女性では、学業、友人関係に関するものが19-22歳において有意に高く、35-44歳群以降では低かった。恋愛関係は45-54歳群で有意に高く、19-22歳群で有意に低かった。病気・事故は、65-102歳群で有意に高かった。家族関係は、35-44歳群以降の年齢では全て有意に高く、19-22歳群で有意に低かった。仕事は、23-34歳群、65-102歳で有意に高く、19-22歳群で有意に低かった。

次に、同一年齢群内において、転機の内容に性差がみられるのかについて検討するために、尤度比 χ^2 検定を行ったところ、55-64歳、65-102歳群のみ、有意であった（55-64歳群、尤度比 $\chi^2(5)=13.2, p<.001$ ；

表3-1 転機となった出来事の内容のカテゴリーと年齢に関するクロス表 残差分析結果 男性

		19-22	23-34	35-44	45-54	55-64	65-	合計
学業	度数	51	7	1	4	2	3	68
	期待度数	30.3	6.4	3.5	8	6.1	13.7	
	%	53.70%	35.00%	9.10%	16.00%	10.50%	7.00%	
	調整済み残差	6.1**	0.3	-1.7	-1.8*	-2.1*	-3.9**	
友人関係	度数	17	5	0	0	0	0	22
	期待度数	9.8	2.1	1.1	2.6	2	4.4	
	%	17.90%	25.00%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	
	調整済み残差	3.3**	2.3*	-1.2	-1.8*	-1.6*	-2.5**	
恋愛関係	度数	9	4	3	4	2	1	23
	期待度数	10.3	2.2	1.2	2.7	2.1	4.6	
	%	9.50%	20.00%	27.30%	16.00%	10.50%	2.30%	
	調整済み残差	-0.6	1.4	1.8	0.9	0	-2.0*	
病気・事故	度数	6	1	2	0	3	9	21
	期待度数	9.4	2	1.1	2.5	1.9	4.2	
	%	6.30%	5.00%	18.20%	0.00%	15.80%	20.90%	
	調整済み残差	-1.6	-0.8	1	-1.8	0.9	2.7**	
家族関係	度数	9	0	3	11	6	12	41
	期待度数	18.3	3.8	2.1	4.8	3.7	8.3	
	%	9.50%	0.00%	27.30%	44.00%	31.60%	27.90%	
	調整済み残差	-3.2**	-2.3*	0.7	3.3	1.4	1.6	
仕事	度数	3	3	2	6	6	18	38
	期待度数	16.9	3.6	2	4.5	3.4	7.7	
	%	3.20%	15.00%	18.20%	24.00%	31.60%	41.90%	
	調整済み残差	-5.0**	-0.3	0	0.9	1.6	4.6**	
合計		95	20	11	25	19	43	213

尤度比 $\chi^2(25)=132.6 (p<.001)$ * $p<.05$, ** $p<.01$ 期待度数よりも有意に高かったものに網掛けを、有意に低かったものを太線で囲い、斜体にした。

表 3-2 転機となった出来事の内容のカテゴリーと年齢に関するクロス表 残差分析結果 女性

		19-22	23-34	35-44	45-54	55-64	65-	合計
学業	度数	51	8	1	5	1	0	66
	期待度数	28.2	6.2	5.3	13.4	4.4	8.6	
	%	39.80%	28.60%	4.20%	8.20%	5.00%	0.00%	
	調整済み残差	6.4**	0.9	-2.2*	-2.9**	-1.9*	-3.6**	
友人関係	度数	44	3	1	1	0	1	50
	期待度数	21.3	4.7	4	10.2	3.3	6.5	
	%	34.40%	10.70%	4.20%	1.60%	0.00%	2.60%	
	調整済み残差	7.1**	-0.9	-1.7*	-3.5**	-2.1*	-2.5*	
恋愛関係	度数	15	6	3	17	2	6	49
	期待度数	20.9	4.6	3.9	10	3.3	6.4	
	%	11.70%	21.40%	12.50%	27.90%	10.00%	15.40%	
	調整済み残差	-1.9*	0.8	-0.5	2.7**	-0.8	-0.2	
病気・事故	度数	6	1	1	4	0	6	18
	期待度数	7.7	1.7	1.4	3.7	1.2	2.3	
	%	4.70%	3.60%	4.20%	6.60%	0.00%	15.40%	
	調整済み残差	-0.8	-0.6	-0.4	0.2	-1.2	2.6**	
家族関係	度数	10	5	14	27	16	20	92
	期待度数	39.3	8.6	7.4	18.7	6.1	12	
	%	7.80%	17.90%	58.30%	44.30%	80.00%	51.30%	
	調整済み残差	-7.4**	-1.5	3.1**	2.6**	5.0**	3.0**	
仕事	度数	2	5	4	7	1	6	25
	期待度数	10.7	2.3	2	5.1	1.7	3.3	
	%	1.60%	17.90%	16.70%	11.50%	5.00%	15.40%	
	調整済み残差	-3.7**	1.9*	1.5	1	-0.6	1.7*	
合計		128	28	24	61	20	39	300

尤度比 $\chi^2(25)=186.6$ ($p<.001$) * $p<.05$, ** $p<.01$ 期待度数よりも有意に高かったものに網掛けを、有意に低かったものを太線で囲い、斜体にした。

65-102歳群、尤度比 $\chi^2(5)=18.2$, $p<.001$).

続いて残差分析を行った結果、55-64歳の男女では、病気・事故、家族関係、仕事において有意な差がみられた。病気・事故は男性の方が女性よりも高く、家族関係は、女性の方が男性の方が高かった。そして、仕事は男性の方が女性よりも高かった。65-102歳では、学業、恋愛関係、家族関係、仕事において有意な差がみられた。学業は男性の方が女性よりも高く、恋愛関係は男性よりも女性の方が高かった。そして家族関係は男性よりも女性の方が高く、仕事は男性の方が女性よりも高かった。

以上の結果の中から特徴的だったものを抜き出すと、若い時期の転機には学業、友人関係に関するものが多いこと、35-44歳群、45-54歳群では恋愛関係に関するものが多いこと、病気・事故は65歳以上の老年期に多いこと、家族関係と仕事では性差が際立って

り、特に55-64歳、65-102歳では、家族関係の転機は女性が多く、仕事は男性が多いことが挙げられる。

3. 転機の内容と転機が生じた時の感情得点との関連

1) 転機の内容別にみた転機が生じた時の感情得点の平均値の差

次に、転機の内容と転機が生じた時の感情得点との関連を検討するために、年齢群(6)×内容(6)の二要因分散分析を行った(表4、図1)。その結果、年齢の主効果は有意ではなく、転機の内容の主効果のみが有意もしくは有意傾向であった(年齢 $F(5, 455)=1.28$, $n.s.$, 転機の内容 $F(5, 455)=8.84$, $p<.001$)。つまり、転機の内容によって、生じる感情のポジティブさが異なることが示された。続いて多重比較を行った結果、病気・事故<学業・友人関係・家族関係<仕事・恋愛関係であった(なお、男女別にも分析を行ったが

表4 転機が生じた時の感情得点と転機の内容との関連（高いほどポジティブな感情を表す）

転機内容	19-22 歳群		23-34 歳群		35-44 歳群	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
学業	2.79	1.52	3.00	1.23	3.00	0.00
友人関係	3.07	1.86	3.00	1.93	2.00	—
恋愛関係	3.50	1.87	3.80	1.69	3.83	1.60
病気・事故	1.36	0.67	2.50	2.12	2.00	1.00
家族関係	1.84	1.43	1.40	0.89	2.83	1.74
仕事	5.00	0.00	4.13	0.64	3.00	1.23
合計	2.84	1.73	3.17	1.55	2.94	1.54
転機内容	45-54 歳群		55-64 歳群		65-102 歳群	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
学業	4.00	1.32	2.00	1.00	3.67	1.53
友人関係	5.00	—	—	—	2.00	—
恋愛関係	4.38	0.97	3.00	2.00	2.71	1.80
病気・事故	1.50	1.00	2.67	1.53	1.64	0.84
家族関係	2.79	1.97	2.85	1.66	2.07	1.51
仕事	4.00	0.95	3.00	1.41	3.42	1.43
合計	3.49	1.69	2.82	1.56	2.47	1.54
分散分析結果	年齢の主効果 $F(5, 455)=1.28$, $n.s.$ 内容の主効果 $F(5, 455)=8.84$, $p<.001$					
多重比較結果	病気・事故<学業・友人関係・家族関係<仕事・恋愛関係					

注 該当者が一名しかいなかった場合の標準偏差と該当者が0名だった場合の平均値、標準偏差については「—」と表記。

ほぼ同様の結果が得られた。そのため以下には、結果の煩雑さを避けるために男女込の分析のみ記載する）。

以上の結果からは、病気・事故に関連する転機が生じた時にはネガティブな感情が起きており、仕事、恋愛関係に関連する転機が生じた時にはポジティブな感情が起きていることが示された。

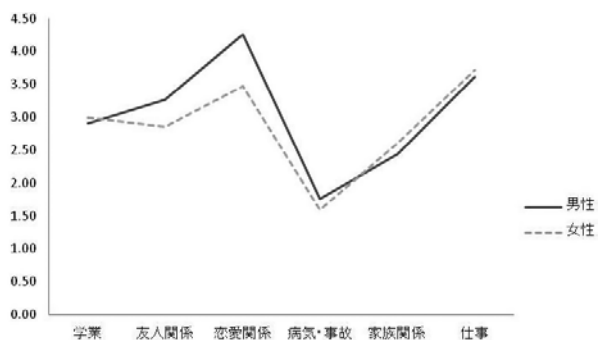


図1 転機の内容ごとにみた転機が生じた時の感情得点

2) 転機の内容と転機が生じたときの感情の3パターン（ネガティブ、ポジティブ、どちらでもない）との関連

さらに詳細に考察するために、転機が生じた時の感情が、ポジティブであったもの（すなわち、転機が生じた時の感情として「うれしかった」もしくは「とてもうれしかった」が選択されたもの）と、ネガティブであったもの（すなわち、転機が生じた時の感情として「悲しかった」もしくは「とても悲しかった」が選択されたもの）と「どちらでもない」もの、の3パターンに分け、それぞれ転機の内容ごとに度数を算出した（表5）。

そして転機の内容によって「ネガティブ」な感情が生じたもの、「ポジティブ」な感情が生じたもの、「どちらでもない」とされたものの数に差があるのかについて検定するために χ^2 検定を行った。その結果、転機の内容によって生じた感情には差があることが示された（ $\chi^2(10)=72.76$, $p<.001$ ）。引き続き残差分析を行った結果、内容によって以下のような差がみられた。学業に関する転機では、生じた感情の3パターンの中に有意に高いものも低いものもなかった。友人関係に関する転機では、「どちらでもない」感情が生じた転機が有意に少なく、ポジティブかネガティブのどちらかに偏っていた。

恋愛関係に関する転機では「ネガティブ」感情が生じた転機が有意に少なく、「ポジティブ」感情が生じた転機が有意に多かった。病気・事故に関する転機では「ネガティブ」感情が生じた転機が有意に多く、「ポジティブ」感情が生じた転機が少なかった。

家族関係に関する転機では「ネガティブ」感情が生じた転機が有意に多く、「ポジティブ」感情が生じた転機が有意に少なかった。仕事に関する転機では、「ネガティブ」感情が生じた転機が有意に少なく、「どちらでもない」が有意に多く、「ポジティブ」感情が生じた転機が有意に多かった。

IV. 考 察

本研究では、青年期から老年期までを対象に、人生の転機について、その内容と転機が起きたときに生じた感情について（ネガティブ、ポジティブ）、どのような年齢や性差がみられるのかについて検討してきた。

以上の結果の中から特徴的だったものを抜き出すと、若い時期の転機には学業、友人関係に関するものが有意に多いこと、35-44歳群の男性、45-54歳群の女

表5 転機の内容別にみた転機が生じた時の感情の3パターン（ネガティブ、どちらでもない、ポジティブ）の度数と残差分析結果

		ネガティブ（悲しかった・とても悲しかった）	どちらでもない	ポジティブ（嬉しかった・とても嬉しかった）	合計
学業	度数	55	23	56	134
	期待度数	58.5	17.5	58	
	%	41.00%	17.20%	41.80%	
	調整済み残差	-0.71	1.64	-0.4	
友人関係	度数	37	2	34	73
	期待度数	31.9	9.5	31.6	
	%	50.70%	2.70%	46.60%	
	調整済み残差	1.31	-2.83**	0.61	
恋愛関係	度数	17	8	48	73
	期待度数	31.9	9.5	31.6	
	%	23.30%	11.00%	65.80%	
	調整済み残差	-3.79**	-0.58	4.19**	
病気・事故	度数	30	7	2	39
	期待度数	17	5.1	16.9	
	%	76.90%	17.90%	5.10%	
	調整済み残差	4.36***	0.94	-5.0**	
家族関係	度数	74	14	45	133
	期待度数	58.1	17.4	57.6	
	%	55.60%	10.50%	33.80%	
	調整済み残差	3.24***	-1.01	-2.55**	
仕事	度数	11	13	37	61
	期待度数	26.6	8	26.4	
	%	18.00%	21.30%	60.70%	
	調整済み残差	-4.3**	2.04*	2.92**	
合計		224	67	222	513
		43.70%	13.10%	43.30%	

$\chi^2(10)=72.76$, * $p<.05$, ** $p<.01$

注 期待度数よりも有意に高かったものに網掛けを、有意に低かったものを太線で囲い、斜体にした。

性では恋愛関係に関するものが多いこと、病気・事故は65歳以上の老年期に多いこと、家族関係と仕事では性差が際立っており特に55-64歳、65-102歳では、女性は家族関係の転機を多く挙げ、男性は仕事の転機を多くあげることなどが挙げられる。

さらに転機の内容と転機が生じた時の感情に関する分析では、友人関係に関する転機は、ポジティブなものかネガティブなものかに極端に分かれる傾向があること、病気・事故、家族関係はネガティブな感情が生じる割合が多いこと、対照的に恋愛関係や仕事はポジティブな感情を生じることが多いことなどが示された。以下に転機の内容として具体的にあげられた自由記述(表6)を参照しながら考察していく。

若い時期の転機として学業、友人関係が多いことは、それまでの生活がほぼ学校生活であることが反映していると考えられる。自由記述(表6)の詳細をみると、学業については、ポジティブなものとしては進学できたこと、一人暮らしを始めたことなど、大学生生活の充実した様子を挙げるが多く、ネガティブなものでは受験の失敗、希望する学部に入らなかったことなどが挙げられていた。本研究の調査参加者のうち19-22歳群は大学生であり、高校生から大学生への移行期では大学受験を挟む。一人暮らしなどの生活の変化はそれまでの家族と同居した生活とは大きく異なり、自立への一歩を踏み出すきっかけとなるものであるため、ポジティブな感情を生じる転機として捉えられたのだと思われる。一方、ネガティブな感情が生じた転機としては、受験の失敗が多く挙げられていた。高校生活において大学受験の準備にかかる比重は非常に大きい。そのため、大学受験に失敗することによって、非常に大きなショックを受けることは想像に難くない。

また、友人関係については、ポジティブな感情を生じたものもネガティブな感情を生じたものも同程度であり、「どちらでもない」とされたものが有意に少なかったことから、友人関係に関する転機は、両極端のものが存在することが示された。自由記述を見ると、ポジティブな感情を生じた転機は、大切な仲間ができた、親友ができたなど、素晴らしい友人と出会えたことが多く挙げられており、ネガティブな感情を生じた転機はいじめや裏切られた経験などが挙げられていた。青年期における友人関係が発達的に重要であることはこれまでも多くの研究から示されてきているように(例えば落合・佐藤, 1996)、大学生になると友人関係はそれまでよりも、自分を出して積極的に相互理解しようとするような、お互いの個性を尊重した

内面の深い部分で関わるような付き合いに発達していく。しかし重要であるがゆえに友人関係がうまくいかない場合には大きなストレスとなり、特にいじめられた経験は深い傷を残すものとなる(本間, 2008)。今回、人生の転機という重要な出来事としていじめが挙げられていたことから、いじめ被害にあった経験が長期的にネガティブな影響を与えるものであることがうかがえる。

また、恋愛については、35-44歳の男性、45-54歳の女性において期待度数よりも有意に多かった。そして自由記述を見ると、ポジティブな感情を生じたものは、恋人との出会い、告白されたこと、結婚相手との出会いなどが挙げられていた。ネガティブな感情が生じているものとしては失恋や浮気、恋人とのケンカや失恋なども挙げられていたが、少数であった。そのため恋愛に関する出来事を転機に挙げた人は、ポジティブな感情が生じた出来事として捉えることが多いことが示された。Heller, Watson & Llies (2004)は先行研究のメタ分析から、結婚生活への満足度と人生満足度が深く関わっており、その相関係数の値は、健康へ満足感や仕事への満足感よりも高かったことを示している。つまり結婚生活に満足していることは人生を左右する大きな要因となっているため、結婚した相手と出会った恋愛の経験がポジティブな感情を伴う人生の転機として挙げられたのだと考えられる。

病気・事故に関わる転機の内容には本人の病気・事故もしくは肉親の病気・事故が挙げられており、ほとんどの人がネガティブな感情が生じた出来事として捉えていた。そして65歳以上の群が有意に多かった。これは老年期には身体的機能の衰退が避けられないため、病気にかかることによって生じる心理的影響が大きいことや、病気によって入院や施設の入所などの生活上の大きな変化が生じることから、人生の転機となりやすいのではないかと考えられる。

家族については、ポジティブな感情を生じたものは結婚、出産、孫の誕生という内容が多く、ネガティブな感情を生じたものは肉親の死や、病気などが多く挙げられていたが、全体的にはネガティブな感情を生じたものが多かった。家族の存在はいうまでもなく重要であるため、家族を失うという出来事による精神面でのショックは非常に大きい。また、家族を失うことは精神面以外の現実的な生活面における変化を生じるため、人生の転機として、特にネガティブな感情を生じたものが多かったのだと考えられる。

仕事については、将来の仕事を決めることや、希望

人生の転機の内容と生じた感情に関する研究

表6 転機となった出来事の具体的内容

年齢	生じた感情	カテゴリー	転機の具体的内容
19-22歳	ポジティブ	学業	大学受験で、毎日勉強したこと、行きたい大学に合格したこと、留学をしたこと、初めて一人暮らしをしたこと、先生との出会い、中学時代に努力が報われたこと、
		友人	友達が増えて、部活など色々なことを始めた、初めて親友ができた、大切な仲間との出会い、
		恋愛	恋人との出会い、好きな人ができたこと、告白された、恋人に大切にされた、
		家族	一人暮らしを始め、家族の大切さを知った、結婚、妊娠、
23-34歳	ポジティブ	仕事	将来の仕事(夢)を決めた、バイトを始めたことで、社会的な自分への変化
		学業	大学受験の失敗、第一志望に落ちたこと、大学に入り、自分の進路について悩むことが多くなった、大学で地元を離れたこと、
		友人	学校内でのいじめられた経験、友人に裏切られ、信じられなくなった、不登校になったこと、
		恋愛	失恋、浮気された、
35-44歳	ネガティブ	病気・事故	自分の病気、肉親の病気、交通事故、スピード違反で捕まった、
		家族	肉親の死、親の別居、非行に走り親に迷惑をかけたこと、家族とのけんか、
		学業	仕事をやめて資格取得にむけて学業に専念する、大学へ入学できたこと、留学、
		友人	いろんな友人と遊んだこと、素晴らしい友人との出会い、
45-54歳	ポジティブ	恋愛	結婚したい人と出会った、
		家族	結婚して実家を出たこと(家事など、全て自分で行い生活するようになった)、
		仕事	小さい頃から夢だった仕事に就いた、転職、就職の進路変更、今の仕事に就けたこと、
		学業	資格取得のために勉強しているが、落ち続けていること、大学に落ちて進路も変更したこと、留年、
55-64歳	ネガティブ	友人	いじめられたこと、友人の死、
		恋愛	お別れしたこと、浮気、
		病気・事故	学校の部活で大怪我をし、自分ではどうしようもないことが多々あると学んだ、病気になったこと、交通事故にあったこと、
		家族	肉親の死、父親からの暴力、肉親の自殺未遂、
65-102歳	ポジティブ	学業	進学したこと、
		恋愛	この恋愛で結婚することになった、
		家族	子どもを授かった事、
		仕事	積極的に意欲的(能動的に)仕事へ取り組みようになった、
65-102歳	ネガティブ	学業	高校を中退したこと、
		友人	仲の良い友人がいじめられたこと、
		病気・事故	会社からの帰宅時、出会い頭で物損事故を起こした、
		家族	夫婦間に大きな溝ができたこと、子どもに障害があることがわかったこと、
65-102歳	ポジティブ	仕事	就職をして前職に対する未練が増した、担当部署を変えられたこと、
		学業	社会人経験後に学校へ進学したこと、やりたいことがあり、悩んだが自分の好きなことを学ぶための専門学校へ行くことができた、素晴らしい先生との出会いがあった、
		友人	すばらしい友人に恵まれたこと、
		恋愛	結婚相手と出会えたこと、妻と付き合い始めたこと、
65-102歳	ネガティブ	家族	結婚して子供が産まれた事、
		仕事	この歳から勉強をしはじめて介護の仕事をするようになった、転職、今の仕事につけたこと、
		学業	一年間浪人したこと、希望する学部に進学できなかったこと、
		友人	「がん」という病気を診断された、交通事故にあったこと、
65-102歳	ポジティブ	恋愛	肉親の病気、自分の病気、交通事故にあったこと、
		家族	両親の離婚、自分の離婚、肉親の病死、姑との関係、子どもの非行、
		仕事	転職、
		恋愛	妻との出会い、結婚、
65-102歳	ネガティブ	家族	娘の結婚したこと、孫ができ、おばあちゃんになったこと、
		仕事	海外への転勤=生活・仕事、海外(知らない世界)で生活する事、人間関係が嫌になって仕事をやめ、転職を決意したこと、
		学業	高校受験失敗、
		恋愛	彼だった人と大喧嘩したこと、
65-102歳	ポジティブ	病気・事故	家が火事にあった事、骨折による健康問題が発生、
		家族	離婚、母親の介護、肉親の死、夫の退職、身内の自殺、家が売られたこと、
		仕事	仕事に失敗した、仕事がついて、つらかった、
		学業	浪人時代、大学入学、
65-102歳	ネガティブ	恋愛	結婚をし子供も2人誕生して幸せな家庭が出来たこと、
		家族	結婚し、出産し、孫も出来て幸せであること、
		仕事	仕事の集大成的役割を果たす事ができた、家業を継がなかったこと、サラリーマンをやめて自営したこと、両親の元を離れて就職した、子育て支援センターで働きだした、
		学業	家の貧しさから進学を断念せざるをえなかったこと、
65-102歳	ポジティブ	友人	仲間われ
		恋愛	縁談を断ったことで周囲に迷惑をかけたこと、失恋、
		病気・事故	がん手術、主人が病気で入院、災害で死にかけたこと、地震で兄や妹を亡くしたこと、
		家族	肉親の死、離婚、夫の浮気、
65-102歳	ネガティブ	仕事	転職、出向、離職、配置換えで自分のしたいことができなくなったこと、

とした職につけたこと、意欲的に仕事に取り組めたことや転職などが挙げられており、ネガティブな感情を生じたものとしては転職や出向、離職などが挙げられていたが、恋愛関係と同様にネガティブなものが比較的小数であった。特に55-64歳群、65-102歳群では性差が顕著であり男性は仕事に関するものを、女性は家族に関するものをより多く転職として挙げていた。この結果はかねてより指摘されてきた、男性は職業役割をより重視し、女性は家庭役割を重視しているという結果と一致する（例えば柏木, 2003）。45-54歳以前の年代ではこのような性差がみられなかったことから、特に54歳以上の年代において性別役割分業がそれ以前よりも明確であったことが示唆される。

以上、本研究の結果からは人生の転機の内容について青年期から老年期までを対象に検討した。人生の転機は個人にとっての特定の出来事であり、個人的なものであるが、本研究から明確な年齢差、性差が表れたことは非常に興味深い。今後の研究では、さらに人生の転機をどのように意味づけし、受け止めたのかという点についても検討していく必要がある。

引用文献

- Baltes, P. B., Reese, H. W., & Lipsitt, L. P. (1980). *Life-span developmental psychology*, 31, 65-110.
- Elder, G.H. & Giele, J. Z. (2009). *The Craft of Life Course Research*. New York: The Guilford Press.
- エルダー, G.H. & ジール J.Z. 本田時雄・岡林秀樹 (監訳) (2013). ライフコース研究の技法—多様でダイナミックな人生を捉えるために— 明石書店
- Haberman, S. J. (1973). The analysis of residuals in cross-classified tables *Biometrics*, 29, 205-220.
- Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination. *Psychological Bulletin*, 130, 574-600.
- 廣川進 (2010). キャリアの転機の実相と支援 岡本祐子編著 精神発達臨床心理学ハンドブック第4章第3節 ナカニシヤ出版 pp.137-146
- 平野真理 (2012). 二次元レジリエンス要因の安定性およびライフイベントとの関係 パーソナリティ研究, 21, 94-97.
- 本間友巳 (2008). いじめ臨床—歪んだ関係にどう立ち向かうか— ナカニシヤ出版
- 柏木恵子 (2005). 家族心理学 東京大学出版会
- 香曾我部琢 (2013). 保育者の転機の語りにおける自己形成プロセス—展望の形成とその共有化に着目して— 保育学研究, 51, 117-130.
- 松下智子 (2005). ネガティブな経験の意味づけ方と開示抵抗感に関する研究 心理学研究, 76, 480-485.
- 松下智子 (2008). ネガティブな経験の意味づけ方の変化過程 九州大学心理学研究, 9, 101-110.
- 内閣府 (2012). 男女共同参画社会に関する世論調査 内閣府 http://www8.cao.go.jp/survey/h24/h24-danjo/index.html?utm_medium=referral&utm_source=pulsenews (2013年12月25日参照)
- 小田部貴子・加藤和生・丸野俊一 (2009). 「傷つき体験」の内実とその心理的影響の解明 青年心理学研究, 21, 17-29.
- 落合良行・佐藤有耕 (1996). 青年期における友達との付き合い方の発達的变化 教育心理学研究, 44, 55-65.
- 岡本祐子 (編著) (2010). 成人発達臨床心理学ハンドブック—個と関係性からライフサイクルを見る— ナカニシヤ出版
- 杉浦健 (2001). 生涯発達における転機の語りの役割について 近畿大学教育論叢, 12, 1-29.
- 杉浦健 (2004). 人生の転機を通じたスポーツ選手の心理的成長プロセスについてのナラティブ研究 スポーツ心理学研究, 31, 23-34.
- 高比良美詠子 (1998). 対人・達成領域別ライフイベント尺度 (大学生用) の作成と妥当性の検討 社会心理学研究, 14, 12-24.

(最終版平成26年1月8日受理)

Age Differences in the Turning Point of Life

Mirei MATSUOKA

Abstract

The present study investigated age differences of the turning points in life. A total of 584 participants aged 19-102 (236 men, 348 women) took part in the survey. The participants were asked the content of their turning points in life. And they were also asked what emotion arose when it happened (positive or neutral or negative emotion). The important findings were as follows. (1) The contents of the turning points were different depending on age and sex. Young adults (aged 19-22 and 23-34) reported more frequently the experiences about friend and study than middle aged adults (35-44, 45-54) and older adults (65-102), middle aged adults reported more frequently about love than younger adults and older adults, and older adults reported more frequently disease than young and middle aged adults. The men reported more frequently about work than women, whereas women reported more frequently about family than men. (2) The arising emotion was different according to the contents of the turning points. Whereas the turning points about love and work often caused positive emotions, the turning points about family and disease often caused negative emotions.

Keywords: turning points, age differences, life-span developmental psychology, cross-sectional study