

# 労働と余暇の適応メカニズムの分析

大阪体育大学 池 田 勝

## 1. はじめに — 先行研究

レクリエーションが個人に果たすひとつの役割として、その心理的、社会的適応への効果ということが特に強調されるのは、高度に産業化された社会における余暇時間の増大、生活様式の急激な変化ということがあげられよう。個人の満足、健康、創造性、環境への適応ということが、「労働」の場よりも、「余暇」の場にむしろより強く求められているが故に、レジャーとかレクリエーションが今日、ひとつの社会問題として、より大きな関心をもたれ、その解決策が求められているのである。

余暇あるいはレクリエーションのもつ適応機構 ( adjustment mechanism ) については、この分野での代表的なテキストの中でも強調されてきた ( Anderson, 1961; De Grazia, 1962; Dumazedier 1967; Kaplan, 1960; Meyer, Brightbill & Sessoms, 1970 ), 医学関係者、とくに精神分析学者たちによってしばしば注目され論ぜられてきた問題でもある ( Halm, 1966; Martin, 1958; Menninger, 1948 )。しかしながら、余暇と労働の適応メカニズムをめぐる問題が盛んに論議せられてきたにもかかわらず、それを裏づける客観的なデータ、あるいは研究結果というものはほとんど得ることができない。

たしかに、これまで労働と余暇の二分法的な見方による両者間の適応メカニズムについて多くの学説 ( theory ) が提唱されてきた。Ellis (1971) は従来の「古典的 classical」と称される遊戯学説あるいはレクリエーション学説、さらに最近の心理学、社会学理論に基づいた学説を15あげて要領よくまとめているが、Bishop (1970) はそ

の中でも、とくに次の5つが、労働と余暇の適応メカニズムを説明する有力な学説としている。すなわち、(1) 余剰エネルギー説 ( Surplus-Energy ) — 仕事が終わった後でも充分なエネルギーが存在するか、活動への欲求を誘導する不活発な状態におかれたとき余暇に何かを求めることによって、そのエネルギーを発散させる。(2) リラクゼーション説 ( Relaxation ) — ひじょうに多忙で緊迫し、疲労した状態のときに、余暇にそれを解消し、もとの状態をとりもどそうとする。(3) カタルシス説 ( Catharsis ) — 仕事の場でフラストレーションもしくは情緒的喚起 ( 怒り、失敗、挫折など ) を経験したとき、余暇に「カタルシス的」な活動によってその欲求不満を昇華する。(4) 代償説 ( Compensation ) — 仕事の場において満たされない欲求を余暇の場に求めようとする。(5) 汎化説 ( Task-Generalization ) — 余暇に仕事と同じ形態の活動を求めようとするもので、仕事に対する積極的な強化と考えられる。これは社会学者 Hagedom & Labovitz (1968) によって提唱されたもので、新しいがゆえにひとつの学説としての地位をまだ確立していないが、現代社会における労働と余暇の適応メカニズムを説明するひとつの重要な提唱であると言えよう ( 註1 )。

これらの学説の妥当性について、直接的ではないがいわゆる経験科学的手法でもって検証しようとした試みが二、三みられる。たとえば、Gerstl (1961) は社会的地位 ( Social status ) がほぼ等しい3つの職業人 ( 歯科医、広告宣伝マン、大学教授 ) の余暇行動を比較し、職業環境 ( Occupational milieu ) が余暇のパターンを特色づけるもっとも強い要因であることを明らかにしている。すなわち、大学教授は余暇に読書やサークル活動など仕事に関連した活動に多くの時間

を費しており、これに対して広告宣伝マンはゴルフ、水泳などの身体的活動に、歯科医は友人とカード・ゲームなどをして楽しむ機会が他の職業人に比べてより多いことを示している。このことは、それぞれ汎化説、リラクセーション説、さらには代償説を裏づけていると言えよう。

Gerstl の研究と同様の手法を用いて、イギリスの社会学者 Parker (1965) は銀行員、青少年団体職員、児童養護員のステータスのほぼ等しい 3 つの職業人の余暇行動を分析した。その結果、銀行員は全く形態の異なる余暇活動を求めるのに対して、青少年団体職員と児童養護員は仕事では得られない満足感を余暇に求める傾向がみられた。この結果より、Parker は(1)延長 (extension) (2)反対 (Opposition) (3)補完 (complementarity) の労働と余暇の適応メカニズムに関係する 3 つの仮説モデルを提示しているがこれは、汎化、リラクセーション (あるいは余剰エネルギー)、代償の各学説と対応していると言えよう。

Bishop と Ikeda (1970) はさらに Gerstl や Parker が試みたようなステータス要因を限定することなく、より多様な職業集団を抽出し (18 職種)、32 の余暇活動を多変量判別関数法を用いて分析することによって 3 つの有意なパターンを得ている。これらは(1)社会的地位または職業威信度 (Occupational prestige) (2)職業のもつ性的役割 (role of masculinith-femininity) (3)仕事における対人関係度もしくはエネルギー消費とそれぞれ高い相関がみられ、この結果より、「職業による余暇行動のちがいは個人の職業的地位のみならず、職業的役割にもよる」という結論を導き出している。

以上 3 つの研究は、余暇行動の研究がこれまでステータス要因との関係によってのみ考察されてきた点にさらにまた別な角度からアプローチし、労働と余暇の適応メカニズムの分析に新たな方向を与えたといえよう。

## II. 問題の所在

しかしながら、これらの研究が残しているもうひとつの重要でしかも興味のある問題、すなわち、職業間での余暇と労働の適応メカニズムにちがいがあると同様に、個々の職業内での適応メカニズムに有意な変化 (variety) というものがみられないのか、そして、それが導き出されるならば、何がそうさせるのかという問題がある。別な角度から言えば、同じ職業人の心理的社会的適応度のちがいが余暇行動のパターンに変化を与え、さらに、それが職業間にちがいがみられるのではないだろうかという観点である。このことを明らかにするために、ここでは 8 つの異なる職業を選び、心理的社会的適応度の高いグループと低いグループに分けることによって両者の余暇行動のパターンを比較分析した。したがって本研究の目的は、適応度のすでに異なる職業人においてもまた余暇行動のパターンにちがいがみられるのか、そして、このことは同一職業内の人々においてもみられるのかを明らかにしようとしたものである。

## III. 方法

米国イリノイ州ディケーター市の住民から 8 職種に限定して層化抽出した 261 人に対して「余暇行動調査票 (LBQ)」ならびに「カリフォルニア心理検査票 (CPI)」を配布し、面接調査を実施した。LBQ は 40 の余暇活動に対する日常での参加頻度をそれぞれ 6 段階尺度によってたずねたものである。これら 40 の活動は、さらに次の 10 の余暇行動特性によって、高、中、低の 3 つの尺度によってそれぞれ得点化された。(1)エネルギー使用度、(2)対人接触度、(3)男性的活動度、(4)家庭的活動度、(5)知的要求度、(6)社会的評価度、(7)実施難易度、(8)興奮刺激度、(9)移動度、(10)技術要求度、

これらの余暇行動特性に対する活動の得点化は、たとえば、「テレビを視る」はエネルギー消費度、実施難易度、移動度などは低いが (L)、家庭的活

動度は高い(H), 知的要求度は中(M)と判定され, 「ゴルフ」はエネルギー消費度, 社会的評価度などはH, 家庭の活動度はL, 知的要求度, 興奮刺激度はMと判定される。こうした判定はレクリエーション研究専攻の3人の研究者によってなされたがCronbachの $\alpha$ 係数(信頼係数)は平均0.72であり, 得点化に対する3人の一致度は十分に高いものとみなされる。

心理的社会的適応度のグルーピングについても, CPI得点によって高(H), 中(M), 低(L)の3つに各職業別に分類したが, ここではとくに適応度の高いグループと低いグループの比較に重点を置いたため, 中間得点グループは分析の対象から除外した。したがって, 実際の対象数は135人である。

各職業間における適応度のHグループとLグループの余暇行動のちがいを比較するためにT-テストをもちいて分析した。

#### <結果および考察>

T-テストにより, それぞれの余暇行動特性の平均値に有意な差が認められたものだけ次表に示した。その結果, 教師をのぞくいずれの職業にお

いても適応度のちがいによる余暇行動パターンのちがいがみられた。しかも, これらの有意差は職業によって, それぞれ固有の特色を示していることである。たとえば, 機械工と弁護士は同様に知的要求度および社会的評価度に関してHグループとLグループに有意差がみられるが, その意味するところは正反対である。すなわち, 心理的社会的適応度の高い機械工はこれらの余暇活動を強く志向しているのに対して, 同じく適応度が高くて弁護士の方はこれらの活動を回避しようとする傾向がみられる。このことは, 前者においては労働に対する余暇の代償的なメカニズムが, 後者においては「リラクゼーション」もしくは「余剰エネルギー」の機能が作用しているものと考えられる。というのは, 弁護士においてはその職業柄, 仕事において知性を発揮したり認められることであり, したがって, 余暇においては彼らの仕事とは異なった, そして仕事と余暇の適応を維持するために積極的活発な活動(水泳, ゴルフ, ダンスなど)を求める。これに対して, 機械工は仕事において知的なことに対する要求度は低く, またその職業に対する社会的評価も弁護士のようにそれほど高くない。したがって, 心理的社会的適応度

職業間の適応度のちがいによるTテストの結果

適 応 度	教 師		歯科医		社会福祉員		秘 書		機 械 工		看護婦		弁護士		トラック運転士	
	H	L	H	L	H	L	H	L	H	L	H	L	H	L	H	L
(1)エネルギー消費度			--	++					-	+	--	++	+	-		
(2)対人接触度					--	++			--	++			+	-		
(3)男性的活動度					--	++			--	++						
(4)家庭の活動度							++	--								
(5)知的要求度									+	-			-	+	+	-
(6)社会的評価度									+	-			-	+		
(7)実施難易度																
(8)興奮刺激度					-	+			-	+						
(9)移動度					-	+										
(10)技術要求度					+	+			-	+						

++と--は $P < 0.1$ で, +-は $P < 0.5$ でそれぞれ有意であることを示す。

正符号(++と+)は活動への参加傾向を, 負符号(--と-)は回避傾向を表わす。

の高い機械工は日常生活におけるバランスの維持あるいは不適応を回避するために余暇の場において知性を用いたり、ステータスを求めようとする作用が働いているものと推察されるのである。

さらにまた結果から注目されることは、表に示されているように、各職業いずれも心理的社会的適応度の高いグループが余暇行動のパターンを求めることによって、あるいはあるパターンを回避することによって余暇と労働のバランスを維持しようとする傾向がみられる点である。たとえば、上述した適応度の高い機械工は知的な、また社会的評価の高い余暇活動を求めると同時に、エネルギー使用度、対人接触度、実施難易度の強い余暇活動を避ける傾向がみられる。このことはまた、こうした活動の特性が彼らの仕事の場において発見されるがゆえに、これらの特性を有する活動を余暇に避けて別な活動を求めるということを示しているといえよう。

適応度の高い社会福祉員は対人接触度ならびに男性的活動度の強い余暇活動を避け、この結果はイギリスの青少年団体職員の余暇行動を分析したParkerの結果と一致している。しかしながら、本研究の結果においては、心理的社会的適応度を考慮した場合に、なお同一職業内に有意な差がみられたということが強調されなければならない。適応度の高い歯科医ならびに看護婦は余暇にエネルギー消費度の強い活動を避ける傾向を示しているが、これは彼らの仕事の内容が一日中休みなく立ったまゝで働くがゆえに余暇にリラックスした活動を求めるといえることが考えられる。このことはGerstlが調査した歯科医の余暇行動とも一致している。

また、適応度の高い秘書は友人を訪問したり、雑談などをして家庭的活動に従事する傾向がみられるが、このことは秘書の仕事がひょとんにフォーマルな職場環境の中でおこなわれるがゆえに、仕事後はインフォーマルな、あるいはくつろいだ(at-home)な活動を求め、生活のバランス維持に努めていることが推察される。

トラック運転手で適応度の高い者は余暇に知的な活動を求める傾向を示しているが、これは機械工の場合と同じく、彼らの仕事の内容に対する余暇の代償メカニズムの作用と考えられる。

#### IV. 結 論

この研究においては、同じ職業の中でも心理的社会的適応度の異なる場合にはそれらのグループの間には余暇行動の特性に有意な差がみられ、しかも職業によってそのパターンにちがいがみられるという仮説を検証したが、この仮説は一般に肯定された。しかしながら、本研究の今後の課題として次の2点を考慮する必要がある。第1に、心理的社会的適応度の測定に対してここでは妥当性の高いと考えられるCPIを採用したが、「適応」という概念は一面的なものでなく、きわめて多面的、包括的なものであるがゆえに、それ自体の明確なる概念規定がなされなければならない。第2に、余暇行動のパターン化に関して、ここでは、10の各特性項目についての尺度構成は著者を含めて3人の研究者の主観的判定によってなされたが、社会的文化的背景の相違による判定の分散をいかに小さくするかという問題である。これを解決するひとつの方法として、他の客観的な尺度を用いて分類することも考えられる。たとえば、エネルギー消費度は活動のエネルギー代謝率(RMR)で、社会的評価度は職業威信度(Occupational prestige)の構成と同じ手法を用いて余暇威信度(Leisure Prestige)を作ることによって分類することが可能であろう。余暇行動の特性に対するこのような尺度化はわれわれが見落すことができない課題であろう。

(註1) 労働と余暇との適応メカニズムを説明しようとするこの種の研究(レクリエーション理論の妥当性に関する研究)は、池田自身もすでに行なっている。

すなわち、「余暇行動質門調査票」を用い、本文で解説している5つの「レクリエーション学説」に対応すると考えられる、仮定的な10の状況もしくは場面を設定して、その状況の後に選択すると思われる余暇活動との関係を明らかにしようとした。

仮定的な状況は、いずれも対象者が日常の仕事の場面で経験すると考えられるもので、たとえば「金曜日の夕方、今週を振り返ってみると息をつく間もないほど忙がしかった……」(リラクセーション状況)とか「仕事のことで話をしたとき、同僚はあたかも自分を無視したようなイヤな態度をとった」(カタルシス状況)といった質問形式である。余暇活動については、「テレビをみる」「パーティに行く」などの具体的な15の活動をあらかじめ列挙し、それらの活動に対するそれぞれの場面での参加への欲求の度合を5段階尺度でたずねた。

下の表はその結果にもとずいて、仕事における仮定的状況と余暇活動への志向との関係を示したもので、参加欲求度の「高い」「低い」は5段階尺度による各活動の平均値が3.5以上もしくは2.5以下の基準で区分し、この基準値に該当する活動だけを値の高い(あるいは低い)順に列挙した。

表からもわかるように、余暇活動への志向は仕事におけるそれぞれの仮定的状況に応じて変化し、特徴ある対応を示している。すなわち、これまでのレクリエーション学説から仮説的に推定されてきた活動形態がこの結果からうかがわれる。たとえば、「リラクセーション状況」においてはあまり活動的でない家庭的なものに対する参加への強く、また「余剰エネルギー状況」においてはスポーツなどの活発な活動への志向が強くみられる。「カタルシス状況」においては、参加欲求度の「高い」活動が少なく「低い」活動が多く、この状況に於ける余暇への回避傾向が推察される。「代償状況」に関しても同様の傾向がみられる。「汎化状況」においては、「友人と雑談」「読書」など仕事に関連した活動を選択しており、この説と一致している。

	仮 定 的 状 況				
	代 償	カタルシス	リラクセーション	余剰エネルギー	汎 化
参加欲求度  高 い	友人と雑談 趣味活動 釣・狩猟	ゴロ寝・散歩 釣・狩猟	ゴロ寝・散歩 友人と雑談 パーティ テレビ ジョッキング 庭いじりなど 家で晩酌	釣・狩猟 友人と雑談 スポーツ(一人で) スポーツ(他人と) パーティ ジョッキング コンタクト・スポーツ ドライブ	友人と雑談 パーティ 仕事関連活動 釣・狩猟 読書
低 い	テレビ 庭いじりなど 仕事関連活動 パーティ 読書 ジョッキング	パーティ テレビ 趣味活動 スポーツ(他人と) スポーツ(一人で) 庭いじりなど 友人と雑談	仕事関連活動 コンタクト・スポーツ スポーツ(他人と) 趣味活動 ドライブ	ゴロ寝・散歩 仕事関連活動 読書 テレビ	テレビ ゴロ寝・散歩

<文献>

- Anderson, N. 「Work and leisure」 London: Routledge and Kegan Paul, 1961.
- Bishop, D. W., Ikeda, M. 「Status and role factors in the leisure behavior of different occupations」 *Sociology and Social Research*, 1970, 54, 190-208.
- Bishop, D. W., & Witt, P. A. 「Sources of behavioral variances during leisure time」 *Journal of Personality and Social Psychology*, 1970, 16, 352-360.
- De Grazia, S. 「Of time, work and leisure」 New York: Twentieth Century Fund, 1962.
- Dumazedier, J. 「Toward a society of leisure」 Free Press, 1967. (中島巖 訳、「余暇文明へ向かって」東京創元社、1972).
- Ellis, M. J. 「Play and its theories re-examined」 *Park and Recreation*, 1971, August, 51-55.
- Gerstl, J. E. 「Leisure, taste and occupational milieu」 *Social Problems*, 1961, 9, 56-68.
- Hahn, P. 「Recreation: a medical viewpoint」 New York: Columbia University Press, 1965.
- Kaplan, M. 「Leisure in America: a social inquiry」 New York: John Wiley & Sons, 1960.
- Martin, A. R. 「Leisure time as a basic health resource」 Keynote address at Institute on Recreation in Rehabilitation, University of California, Los Angeles, 1958.
- Menninger, W. C. 「Recreation and mental health」 *Recreation*, 1948, 42, 340-348.
- Meyer, H. E. Brightbill, C. K., & Sessoms, D., 「Community recreation」 New Jersey: Prentice-Hall, 1970.
- Parker, S. R. 「Work and non-work in three occupations」 *Sociological Review*, 1965, 13, 65-75.