

## 余暇生活診断法の開発に関する研究(2)

### — 診断法モデルの構造と機能 —

今 井 毅

(日本体育大学)

余暇生活診断 余暇生活設計 アクション・リサーチ

#### 〈 研究の動機 〉

第1報では、既存の余暇生活関連診断法の内容分析を行い、診断法の現状と課題を検討した。結果として、余暇生活診断法を理論的に分析した研究や体系化した文献は、極めて少ないことがわかった。

同時に、余暇生活診断法のあり方や指針となる理論の必要性を感じた。診断のあり方を示唆する理論がなければ、診断法は何も問われないうまま野放しに開発され、ひとり歩きをはじめからである。当診断法モデルも、その例外ではない。

そこで、当診断法モデルの実践を理論化することによって、今後の余暇生活診断法の学問的体系化の火付け役を果せると考えた次第である。無論、当診断法モデルの理論的裏づけをしておく必要があったことは、いうまでもない。

#### 〈 研究の目的 〉

そこで当研究第2報の目標は、これまで試行錯誤に開発をすすめてきた診断法モデル「余暇生活診断」(別紙資料:学会発表当日に配布)の構造と機能について分析と考察を加え、余暇生活診断法についての理論的展開を試みることである。

結果として、当診断法モデル「余暇生活診断」の改善すべき点が明確になることがもともと期待される。それは、筆者が実践家だからである。

#### 〈 研究の材料 〉

学会発表当日に、余暇生活設計プログラムの2つの会合分の資料を配布する。1つは、オリエンテーション用の「余暇生活設計のすすめ」である。2つは、診断法モデルの「余暇生活診断」である。

診断法モデルの「余暇生活診断」が、当研究の材料である。無論、当小論の最後に列挙してある文献も重要な研究の材料である。

診断法モデル「余暇生活診断」は、1980年頃から着手して、試行錯誤しながら開発してきたものである。最初は、いろいろの診断法の模倣から出発した。例えば、ヴァリュエ・クラリフィケーションなどの手法がよく使われた(1:73R)。

現在の形に落ち着いてきたのは、この1~2年である。特

に、中高齢者雇用福祉協会や東京都の生涯生活設計指導員(PREPコンダクター)養成セミナーおよび日本レクリエーション協会の指導者研究協議会の参加者などの意見によって、改善されてきた面が大きい(2:29R)。

まだまだ完成したものとはいえないが、骨格が定着してきたように思われるので、当診断法モデルの構造と機能を理論化するよい機会と判断した。

なお、当診断法モデルは、余暇生活設計プログラム(11会合)の一部である。当診断法モデルの進め方についての詳細は、「余暇生活診断」(別紙当日配布資料)を参照されたい。

試みに、当診断法モデル「余暇生活診断」を何らかのかたちで体験した人は、過去2年間に、生涯生活設計推進員(PREPコンダクター)約500名、レクリエーション指導者約200名、中高齢労働者約340名、子そだて終了期の主婦約30名、勤労青少年約30名、学生約600名で、計約1700名に達している。

#### 〈 研究の手順と方法 〉

上記の材料に、次の4つの視点から、分析と考察を加えて、理論的展開を試みることにした。

1. 余暇生活診断の特殊性
2. 余暇生活のしくみとしくみ方
3. 余暇生活診断の構造
4. 余暇生活診断の機能

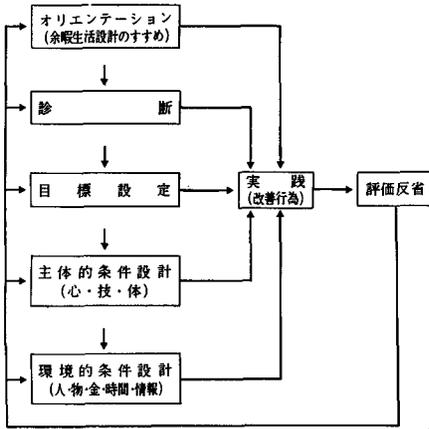
#### 〈 研究の結果と考察 〉

##### 1. 余暇生活診断の特殊性

第1報で明らかのように、すでに、わが国には7種類の余暇生活診断法の実例がある。しかし、余暇生活診断とは何かという概念枠組は見あたらない。つまり、余暇生活診断が、医学的診断や療法的診断や教育的診断と異なる点は明らかとなっていないのである。ここでは余暇生活診断が他の診断と異なる点を指摘しておきたい。

第1の相違点は、生活は自からの判断と努力で改善していくべきものだという考え方にある。従って、図1「余暇生活設計プロセス」のように、診断の段階の前に、オリエンテーション「余暇生活設計のすすめ」を設定している。オリエンテーションでは、余暇生活の重要性、定義、しく

図1 余暇生活設計プロセス



み、しくみ方等を認識できるようにプログラム化されている。正しい余暇生活の認識によって、自分の余暇生活の独自性や問題を認識できるようにしようというのが、「余暇生活診断」である。

第2の相違点は、診断をしようとする問題の種類の違いである。余暇生活診断で確認をしようとしている問題は、余暇生活のし方、つまり余暇生活要求の実現のし方の問題である。いわゆる疾病、障害や問題行動あるいは学力不足ではない。

第3の相違点は、診断の結果から期待される行為の違いである。余暇生活診断の結果から期待される行為は、余暇生活の改善行為である。いわゆる治療行為や療法的行為や技能訓練の行為ではない。

以上のような特殊性があることを前提に、余暇生活診断とは何かを定義すると、次のようになる。

余暇生活診断とは、余暇生活のし方や状態を把握し、独自性を確認する過程である。

## 2. 余暇生活のしくみとしくみ方

ところで、これまで、余暇生活とは何かを問わずにすすめてきた。当小論は、余暇生活とは何か、を論ずることが主な目的ではないからである。しかし、余暇生活の構造やしくみ方を明確にしないで、余暇生活診断の特殊性は生まれてこない。

別紙当日配布資料「余暇生活設計のすすめ」の中で示しているように、診断に先立つオリエンテーションの中では、余暇生活を次のように定義している。

余暇生活とは、自由時間に主体的に選択した活動によって構成される一生活領域であり、それらの選択した活動に

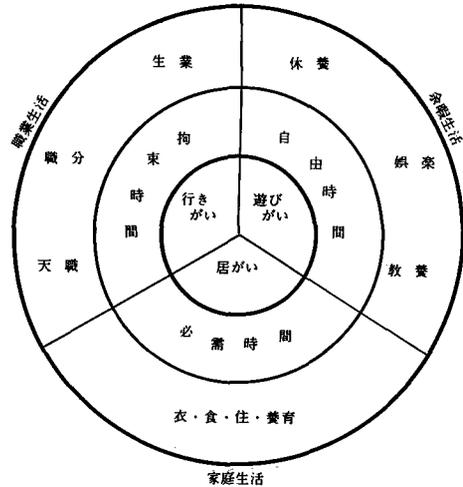
よって生活要求を実現していく過程である。

この定義は、生活の一領域としての、生活過程としての、余暇生活を強調してとらえているところに特徴がある。生活科学を提唱している吉野正治による生活のとらえかたに則している(3:6R)。以下、この定義にそって、余暇生活のしくみとしくみ方について述べておきたい。

図2「一生活領域としての余暇生活」のように、生活は、家庭生活(必需生活)、職業・学業生活(拘束生活)、余暇生活(自由生活)、地域生活の4領域で構成されている。地域生活は、家庭生活と職業・学業生活と余暇生活を営む場であり、全生活領域にまたがっている。つまり、定義の1節「余暇生活とは、……一生活領域であり」は、このことを意味している。

そして、図2で示しているように、それぞれの生活領域は、独自の活動や時間で構成されている。余暇生活の活動の層には休養・娯楽・教養という特性、時間の層には自由時間、生きがいの層には遊びがいという特性がある。詳細な論稿は、別にゆずるとして、定義の第1節「自由時間に主体的に選択した活動(余暇活動)によって構成される一生活領域であり」は、このことをさしている。

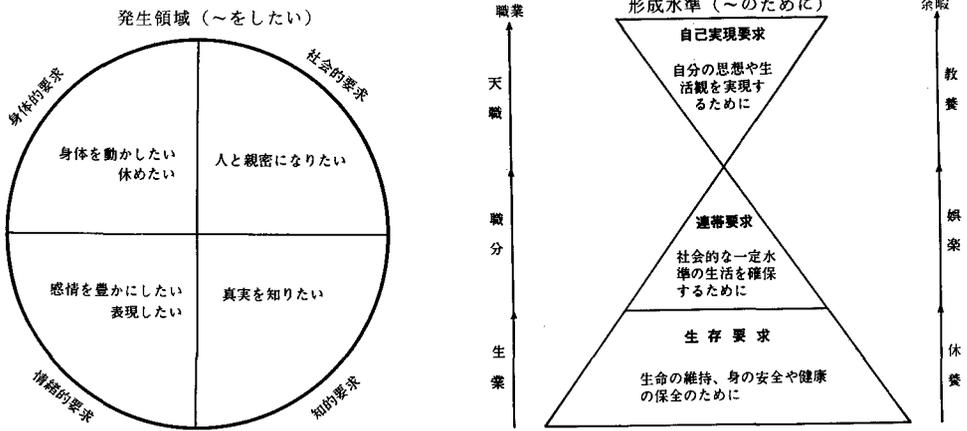
図2 一生活領域としての余暇生活



定義の第2節「それらの選択した活動(余暇活動)によって生活要求を実現していく過程である」は、診断法にかかわる最も大切な部分である。図3「余暇生活要求」、図4「余暇生活のしくみ」、図5「余暇生活のしくみ方」、図6「余暇生活のしくみ方の7段階」によって説明しておこう。

図3は、余暇生活特有の要求を意味していない。「何のために、何をしたい」というどの生活領域にも共通な生活要求を意味している。余暇活動でこの生活要求を実現していく過

図3 余暇生活要求



程を余暇生活と呼んでいるわけである。なお、生活要求は、心理的なレベルの欲求を超えた用語として、使用している(1;27P)。

「何をしたいか」は、生活要求の発生領域にかかわることである。余暇活動の領域に身体的活動、知的活動、情緒的、社会的活動があることがよく知られているが、これは生活要求に身体的、知的、情緒的、社会的要求という発生領域があることを示唆するものである(3;36P)。余暇活動によって、これらの生活要求を充足・実現しながら、生活の質の向上と全人的成長が促進されているのである(3;12P)。

「何のためにしたいか」は、発生した生活要求がどこまで発展していくかという形成水準にかかわることである。マズローの欲求の5段階説がよく知られているが、ここでは、生活要求の形成水準を、生存要求(生命や健康の保全のために)、連帯要求(人なみに生きるために)、自己実現要求(自分らしく生きるために)の3段階で構成している(3;32P)。無論、形成水準が発展するほど、生活の質が高くなり、人格も高揚する。

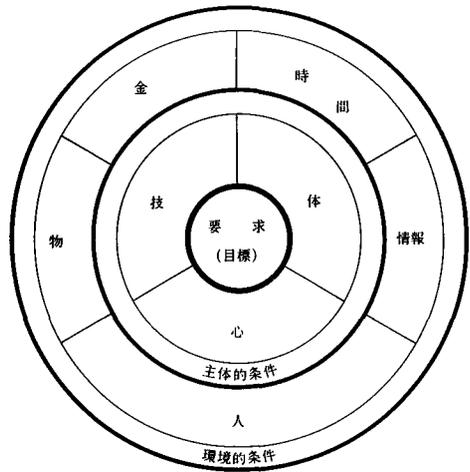
後述する余暇生活要求実現状況診断では、上記の生活要求の発生領域と形成水準から、各自の余暇活動を分析することになる。その分析の際に必要な資料は、いうまでもなく、各自の心理的狀態ではなく、各自の余暇活動のレポートである。

「何のために、何をしたい」という余暇生活要求が明確になっても、いろいろの余暇生活条件が整備されていないと、実際には何も実現しない。そこで、生活要求と生活条件の関係を図式化したものが図4「余暇生活のしくみ」である。余暇生活要求が明確になれば、まず余暇活動を行うための心がまえ・技能・体力といった主体的条件を整備しておかなければならない。そして、余暇活動を行うための

人(仲間・組織)、物(用品・空間)、金(資金・経費)、時間、情報といった環境的条件を整備しておかなければならない。

後述する生活条件整備状況の診断では、図4の主体的条件と環境的条件の整備状況を、各余暇活動ごとに分析することになる。

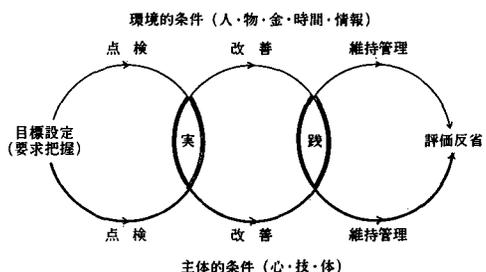
図4 余暇生活のしくみ



余暇生活のしくみがわかれば、次は、どのように余暇生活をしくめばよいかということになる。図5「余暇生活のしくみかた」は、それを図式化したものである。主体的条件も環境的条件も、点検・改善・維持管理というプロセスで整備され活用されることになる。このプロセスと結果を味わい反省することが余暇生活そのものといえる。実は、余暇生活設計プログラム11会合の全体的構造は、このプロ

セスからつくられたものである。

図5 余暇生活のしくみ方



さて、余暇生活のしくみ方の順を追っていくと、余暇生活のしくみに段階があることに気がつくであろう。図6「余暇生活のしくみ方の7段階」は、その段階を動機づけの難易度によってA～Gの7段階に図式化したものである。後述する診断では、この段階を使って、自分の余暇生活の到達段階を分析し判定することになっている。

起点のD(0)段階は、余暇生活要求が混沌としているので、目標設定の必要な段階である。何か余暇活動をしたと思っているのだが、何をしてもよいかわからない。あるいは、本当はしたくないのだが心ならずもある活動を行っている状況をさしている。

プラスの方向は、余暇生活目標が明確となり、主体的条件の整備を必要とする場合はC(+1)段階である。主体的条件は活用できるが、環境的条件の整備が必要な場合は、B(+2)段階である。環境的条件も整備できて、好きな余暇活動を好きなようにできるとA(+3)段階となる。

マイナスの方向は、余暇生活目標の喪失と職業生活に対する3つの態度の組み合わせによって3段階にわけている。余暇生活目標が喪失していて、職業生活に対する態度が積極的な場合はE(-1)段階である。いわゆるワークホリックの状態をさしている。

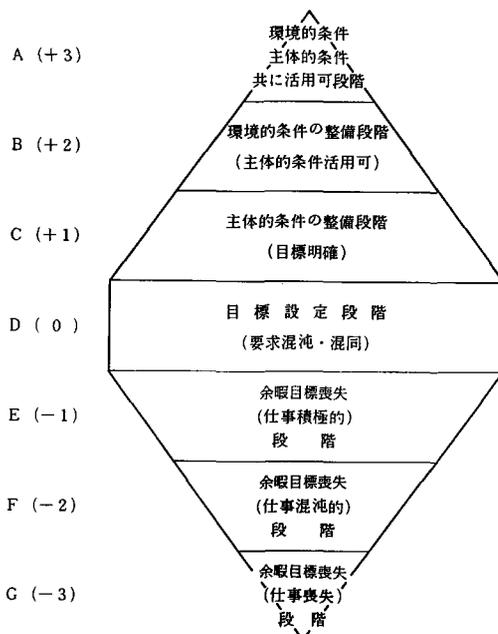
F(-2)段階は、余暇生活目標が喪失していて、職業生活(家事、学業)が混沌としている場合である。窓際族、燃えつき症候群、台所症候群、登校拒否などの状態が該当する。

G(-3)段階は、余暇生活目標が喪失していて、職業生活も喪失している場合である。粗大ゴミ扱われている老人がその典型例であろう。

### 3. 余暇生活診断の構造

余暇生活の診断は、どのような過程によって構成されているかが、次に問われよう。余暇生活診断の過程は、医学的診断や療法的診断や教育的診断の過程と、基本的には同

図6 余暇生活のしくみ方の7段階



じである。つまり、下記のように診断資料の収集と分析と統合という過程によって構成されている(4:170P.)。

#### 収集過程:

問題の確認は、資料の収集からはじまる。当診断法モデルでは、現在および過去の余暇活動のレポートリーを、診断資料として収集している。そしてそのレポートリーの中から、次のライフ・ステージにも継続して行いたい余暇活動10種類を選び、診断の資料にしている。具体的には、ワークシート「私の余暇活動のレポートリー」(別紙当日配布資料)に記入し、リスト・アップできるようになっている。

なぜ、余暇活動のレポートリーを収集するのか問われるであろう。いうまでもなく、余暇活動は生活要求を翻訳した形態であり、生活要求を実現するための道具である。従って、診断の際には生活要求実現状況を確認する手段として、目標設定の際には生活要求を目標におきかえる形態として活用できるからである。

医学的、治療的あるいは教育的診断であれば、発育歴、家族構成、生活環境などの資料を必要とするであろう(5:28P.)。しかし、当診断法モデルのように、余暇生活のし方の問題を確認する場合は、そのような資料は、かえって分析を複雑にするだけであろう。なぜなら、当診断モデルは、病気の原因や問題行動の原因を確認しようとする治療

的アプローチではないからである。余暇活動のレポートリーにそって、この活動は、何才頃、どんな家族構成のとき、どんな生活状態のときはじめたか、をメモしておく程度のほうが実際に役立つ。それも、余暇活動のレポートリーが架空ではなく事実であることの証明書として役立つ程度である。

#### 分析過程：

分析は問題の所在を確認するために行う。当診断法モデルでは、余暇生活要求実現の状況と余暇生活条件整備の状況と余暇生活段階到達の状況の分析を行って、問題の所在をつきとめようとしている。

余暇生活要求実現状況の分析では、余暇活動のレポートリーが、どの生活要求領域から発生し、どの程度の生活要求水準にまで発展しているかを、確認することになっている。この分析では、まず、余暇活動のレポートリーによって、自分は何をしようとしていたのか、何のためにしていたのかを確認できる。また、余暇活動の選択の重みや意味を追体験できる。さらに、問題の所在を確認しておくことによって、診断のあとに行われる目標設定に役立つことができる。

余暇生活条件整備状況の分析では、余暇活動のレポートリーを行う際に、主体的条件（心：技：体）と環境的条件（人、物、金、時間、情報）は、どの程度整備あるいは活用されているかを確認することになっている。なぜかといえば、整備あるいは活用されていない条件が判明すれば、その条件の整備のし方や活用のし方を改善すればよいことに気づけるからである。

余暇生活段階到達状況の分析では、余暇生活のしくみ方を、論理的に7段階にわけて、余暇活動の各レポートリーが、どの段階に達しているかを確認することになっている。その段階の区分のしかたは、前述の通りである。

現在のところ、この診断法モデルの所要時間は3時間である。時間をとれない場合でも、余暇生活要求実現状況の分析だけは行うようにしている。その理由は、生活要求実現状況の分析は診断後の目標設定に直接影響を与えるが、生活条件整備状況の分析は目標設定後の条件設計にかかわりが強いからである。

#### 統合過程：

データの分析結果にもとづいて、評価と決断を下し、まとめをすることが統合過程である。当診断法モデルでは、下記で述べる4つの診断機能にもとづいて、まとめをすることになっている。その詳細は、別紙当日発表資料のマニュアルとシートを参照されたい。

#### 4. 余暇生活診断の機能

梶田敏一は、診断（形成的評価）の機能には、問題確認機能だけでなく処方機能、強化機能、調整機能の4種類があることを指摘している（6；33 P.）。ここでは、当診断法モデルが、この指摘をどう生かしているかを述べておきたい。

##### 問題確認機能：

問題確認機能は困難点を確認することである。この問題確認機能がなければ、困難点の原因をさぐったり、病名や障害名を判定することはできない。この機能が、一般的には診断とよばれている。当診断法モデルでは、3つの分析視点から、自分の余暇生活のし方の困難点、弱点、短所を見てとることになっている。そして、それをまとめの中に記入することになっている。

##### 処方機能：

処方機能は、問題点や困難点に対して、解決や努力の焦点づけができ、処方をつたえられることである。当診断法モデルでは、余暇生活上の困難点、弱点、短所を記入した後で、それらを克服するための改善をつたえて記入することになっている。

##### 強化機能：

強化機能は、長所や誇れる部分を確認することによって、やる気や自信をつけることである。当診断法モデルでは、余暇生活上の長所を記入することになっている。

##### 調整機能：

調整機能は、全体の中のどの位置にあるかを確認することによって、今後どの位い取組みをすればよいか調整することである。当診断法モデルでは、余暇生活のし方を7段階にわけて、自分がどの段階にあるかを確認できるようになっている。

#### 〈今後の研究課題〉

充分とはいえないが、当診断法モデル「余暇生活診断」の構造と機能についての理論的枠組みができた。実践を理論化することの意義を、ひしひしと感じる作業であった。

これまでの実践の中で、当診断法モデルの主な欠点として、次のようなことが指摘されている。

1. 難しい用語を使用しているのだからわかりにくい。
2. 時間がかかりすぎる。
3. 主観的評価によって自己診断しているので、診断の客観性や信頼性が疑わしい。

今後は、これらの欠点を改善するために、余暇生活診断の方法について検討を加えて、当診断法モデルの開発を続けたい。そして、最終的には、妥当性、信頼性、客観性、適切性を検証したい。

〈 文 献 〉

1. Chester F. McDowell Leisure Counseling : Selected Lifestyle Processes University of Oregon, 1976
2. 坂野公信「余暇生活診断の方法：問題発見の手助けとしての診断を」『レクリエーション』1985年3月号 29 pp.
3. 吉野正治『生活様式の理論：新しい生活科学の思想と方法』光生館、1980年
4. G・オモロウ（今井毅訳）『セラピューティック・レクリエーション入門』不味堂 1981年
5. 保崎秀夫、牧田清志『精神神経科必携』 鳳鳴堂書店 1977年
6. 梶田叙一『新しい教育評価の考え方』 第一法規 1981年
7. 阿部正和編『診断のための検査の組み合わせ』 金原出版 1980年
8. 坂本一郎、佐藤正、品川不二郎編『講座教育診断法：個性の診断』 牧書店 1957年
9. 石川恭三『あなたにもできる内科診断法』 講談社 1982年
10. 青木淳一『自然の診断役 土ダニ』 日本放送協会 1983年