

ロゴセラピー的視点による生きがい感充足要因の検討

中井 徹

はじめに

1. ロゴセラピー

ロゴセラピー (Logotherapy) とは、「夜と霧」の著者として有名な、オーストリアの精神科医フランクル (Frankl, V.E. 1905-1907) によって創始された心理療法である。ロゴセラピーでは、人間の基本的動機づけを「意味への意志」とし、人間を意味を求める存在と捉える。そしてFranklは安定した生活の中でそれでも感じる、むなしさ、漠然とした不安感、空虚感を「実存的空虚感」として指摘した。ロゴセラピーの目標としてFrankl (1975) は、「人間が自分の自由について自覚すること」「人間が自分の責任に基づいて意味や価値の世界に対して自己決定していくこと」を挙げている。人間には、環境、育ち等の様々な制限がある中でも、態度をとる自由があることを意識し、それを活かして、責任ある意味ある行動を選択していくこと、これが出来るようにロゴセラピーは援助するのである。

他の心理療法と比較し、ロゴセラピーは意味を中心に扱うため、勝田 (2008) は意味中心療法と呼んでいる。また意味を見出している際の充実感について、「生きがい」の著者である神谷美恵子 (1966) は日本語の生きがいを感じている状態の「生きがい感」に近いと述べている。

ロゴセラピーの日本の現状として、2000年に日本人で初めてロゴセラピストの資格を取得した勝田 (2008) は「日本でも彼の生き方や思想に共鳴する人は少なくないが、それに比べて彼の創始した心理療法はまだそれほど普及していない」と述べ、その原因としてFrankl自身がロゴセラピーの具体的な適用について体系的な方法論を残していないことを挙げている。そのため日本でロゴセラピーの考えを実践する研究は少なく、カウンセリング場面での具体的なロゴセラピー的な援助についてははっきりとしていない。

2. ロゴセラピーをもとにした尺度

(1) PILテスト

日本におけるロゴセラピーに関する研究は、ロゴセラピーをもとにした尺度を用いた数量的研究が主流である。その代表的な尺度には、アメリカのクランバウ (Crumbaugh, 1964 1968) が考案し、日本ではPIL研究会によって標準化されたPILテスト (Purpose in Life test) (佐藤 (監), 2008) がある。これは、20項目の質問について7段階評定で回答するPart-A, 13の刺激文から思いついた文章を続ける文章完成法のPart-B, 「生きてゆくことにどんな目的や目標や希望を持っていますか」ということに関する自由記述のPart-Cからなり、Part-BCについては日本版の特徴として数量化をする手法が開発されている。PILテストはPart-ABCを通して、人生の意味・目的を見出している程度、意味が満たされていない実存的空虚の程度を測定してい

るとされる。

Part-BCについては、下位項目が設定されているが、Part-Aについては一次元である。Part-Aの20項目について、現在のPILテストマニュアル改訂版（佐藤（監）2008）では、主成分分析を行い、4つの成分が得られたが、第一主成分の相対寄与率が64.3%であることから、「ほぼ一次元であると考え差し支えない」としている。各項目の成分負荷量では、A14「生き方の選択の自由」、A15「死に対する準備」、A16「自殺」が第一成分には入らず、これらの項目については、「他の項目と若干異なる可能性がある」としている。しかし、これらの項目についてもG - P分析の結果で弁別性があり、さらに内容としても重要な項目であるので、すべてを残すこととしている。

しかし、これまでのPIL研究会の発表論文に加え、他の研究者においてもこれまでPart - Aの項目の因子構造について様々な結果が報告されている。

Part-Aの20項目について因子分析している研究、他の尺度との比較として主成分分析を行っている研究には以下のものがある。年齢群、得点群別に因子分析（主因子法）を行い、その結果を比較してPart-Aの主要な因子構造について考察しているSato & Tanaka（1974）の研究、適応感と生きがい感・自己感の関連についてPart-Aを因子分析して用いている芳野（1984）の研究、人生の目的の所有と喪失と、特性不安STAIとの関連についてPart-Aを因子分析して用いた上野（1990）の研究、Reker（1979）のPart-Aと、Crumbaughが作成したSONG（The Seeking of Noetic Goals）の因子構造を検討した研究、これまで個別的に用いられてきた生きがいとその類似概念の諸尺度（「PIL」、「生きがいスケール」、「生きがい認知尺度」、「SWLS」、「ポジティブネガティブ感情尺度」、「ハピネス尺度」、「心理的ウェルビーイング尺度」、「人生に対する満足度尺度」、「幸せについて」、「生きがいについて」それぞれ単一7件法、「QOL-20」の9尺度、計177項目）が、どのような共通性と独自性を持つかについて主成分分析（プロマックス回転）によって明らかにした熊野（2006）の研究がある。これらの研究からPart-Aの各質問項目についてまとめたものが右頁の表1である。

現在一因子として解釈され用いられていることの多いPart-Aについて、因子としての安定性はやや低いものの、それでも「人生の意味目的」に関するものや、「充実感」に関するものについて、芳野（1984）と熊野（2006）の各項目についての認識には近いものがある。よって因子分析をし、因子によって解釈することは、PIL - Aのそれぞれの項目の持つ意味や特徴をはっきりさせることにつながり、被検者を多面的に理解することにつながると思われる。

全体で20項目というPart-A尺度については、因子分析の結果の不安定さから標準化の段階では一因子にしたものと考えられるが、それでも他の尺度との比較の中でPart-A尺度の各質問項目が持つ意味を考えた場合、各（質問）項目にはそれぞれ測定している面に違いがあると言うことはできるだろう。

表1 PILテストPart-Aの因子分析に関する文献レビューの質問項目ごとのまとめ

PIL-A	佐藤 (1975)	芳野 (1984)	上野 (1979)	Reker (1979) (PIL と SONG の因子分析)	熊野 (2006) (主成分分析)
1 私は普段 (退屈しきっている～非常に元一杯ではきっている)	exciting & meaningful life	生氣	人生充実感	Purpose in life	生活の充実感
2 私にとっていきることは (いつも面白くてワクワクする～全くつまらない)	exciting & meaningful life	生氣	人生充実感	Purpose in life	生活の充実感
3 生きていくうえで私には (なんの目標も計画もない～非常にはっきりした目標や計画がある)	exciting & meaningful life	意味目的意識	人生存在意義	Goal Achievement	目標・夢
4 私という人間は (目的のない全く無意味な存在だ～目的をもった非常に意味のある存在だ)	exciting & meaningful life	意味目的意識	人生存在意義	Purpose in life-Goal Achievement /Contentedness with life	人生の意味
5 毎日が (いつも新鮮で変化に富んでいる～全く変わりばえがしない)	exciting & meaningful life	生氣		Purpose in life	生活の充実感
6 もし出来ることなら (生まれてこないほうがよかった～この生き方を何度でも繰り返したい)	exciting & meaningful life /liking this life	存在価値	人生再現願望型	Purpose in life/Contentedness with life	人生の意味
7 定年退職後、私は (前からやりたと思っていたことをしたい～毎日をただなんとなく過ごすだろ)	Freedom to make one's choice			Futuristic Aspirations /Self-fulfilment	生活の充実感
8 私は人生の目標の実現に向かって (全く何もやっていない～着々と進んできている)	exciting & meaningful life	意味目的意識		Purpose in life /Goal Achievement/Self-fulfilment	目標・夢
9 私の人生には (虚しさや絶望しかない～ワクワクするようなことが一杯ある)	exciting & meaningful life	生氣	人生充実感 & 人生再現願望型	Purpose in life	人生の意味
10 もし今日死ぬとしたら、私の人生は (非常に価値ある人生だったと思う～全く価値のないものだったと思う)	exciting & meaningful life	存在価値	人生存在意義	Purpose in life/Contentedness with life/ Existential Vacuum	人生肯定
11 私の人生について考えると (しばしば自分がなぜ生きているのかわからなくなる～今ここに生きている理由がいつもはっきりしている)	exciting & meaningful life	存在価値	人生存在意義/人生目的達成感	Contentedness with life/ Existential Vacuum	人生の意味
12 私の生き方から言えば、世の中は (どう生きたらいいのか全くわからない～非常にしくりくる)	exciting & meaningful life	存在価値	人生目的達成感	Contentedness with life/ Existential Vacuum/Life View	人生の意味
13 私は (無責任な人間である～責任感のある人間である)	exciting & meaningful life		人生自己制御能力感	Self-fulfilment	存在価値
14 どんな生き方を選ぶかということについて (遺伝や環境の影響にもかかわらず全く自由な選択が出来る～全く選択の自由がないと思う)	Freedom to make one's choice	意志決定	人生自己制御能力感	Contentedness with life/Internal-External Locus of Control/Life View	自己決定力
15 死に対して私は (十分に心の準備が出来ており、こわくはない～心の準備がなく、おそろしい)	liking this life/freedom to make one's choice		人生目的達成感	Life View	人生の意味
16 私は自殺を (逃げ道として本気で考えたことがある～本気で考えたことはない)	liking this life		人生再現願望感	Contentedness with life	人生の意味
17 私には人生の意義、目的、使命を見出す能力が (十分にある～ほとんどないと思う)	exciting & meaningful life	意味目的意識	人生存在意義	Goal Seeking/Contentedness with life	生活の充実感
18 私の人生は (自分の力で十分やっつけている～全く私の力の及ばない外部の力で動かされている)	Freedom to make one's choice	意志決定	人生自己制御能力感	Internal-External Locus of Control	人生の意味
19 毎日の生活 (仕事や勉強など)に私は (大きな喜びを見出し、また満足している～非常に苦痛を感じ、また退屈している)	exciting & meaningful life	意志決定	人生充実感	Purpose in life/ Futuristic Aspirations	生活の充実感
20 私は人生に (何の使命も目的も見出せない～はっきりとした使命と目的を見出している)	exciting & meaningful life	意味目的意識	人生存在意義	Purpose in life /Goal Achievement/Contentedness with life	目標・夢

(2) ログテスト

PILテストの他に同じようにロゴセラピーをもとにした尺度として、Franklのもとで、初めてロゴセラピーに関する博士論文を書いたFranklの直弟子であるルーカス (Lukas, 1964) によって作成された、ログテストがある。LukasはPILについて、意味という表現を使いながら、そ

れが実際には成功のことを意味しており、成功と意味充足を混同していると述べている。ロゴテストの目的としてLukasは2つの必要性をあげている。正常な範囲にある精神的な困難を早期に発見すること、また個々人の意味がどのような次元に向かっているのかを調べることである。

ロゴテストは三部から構成されており、第一部は「その人の精神的な自己理解がどの程度豊かであるかを調べるもの」、続く第二部は「現在抱えている実存的な欲求不満の影響を測定するもの」、第三部は「その人の人生の目的・成功・態度に関する自己評価を答えてもらうもの」である。ロゴテストはFranklの直弟子であるLukasが作成したものであり、ロゴセラピーを実践するうえで重要なものと考えられるが、日本においてロゴテストを用いた研究は高橋(2004,2005)に見られるのみであり、まだ日本においては広まっていないのが現状である。

(3) EAL

近年、日本の研究者が作成した尺度として、高井(1999)が作成したEAL(Existential Attitude toward Life inventory)がある。その開発の出発点として、高井(1994)は「PILの態度スケールの内容の偏り」を挙げており、目的や意味を見出している人間はどのような姿勢や意識で日常生活を送り、一体どの位ロゴセラピーの人間観に基づいた生き方や、実存的視点による精神的健康に通じる生き方をしているのか、などを探ることを目的としている。またEALはPILが開発の際に、健常者と精神疾患患者とを区別することを意識していた(Crumbaugh, 1964)のと対照的に、一般の人々を対象にすることを想定している。EALは「決断性・責任性・独自性」「自己の存在価値」「自己課題性」「意味志向性」の4つの因子からなる全35項目である。

(4) 数量的研究の課題

(1)~(3)の尺度はそれぞれロゴセラピー的視点に基づくものであるが、まだそれらの関係についてはあまり研究されていない。またこれらの尺度をどのようにロゴセラピーへとつなげていくのか、ということもこれまで述べられてこなかった。

よってこれら尺度の項目間関係について調べることは、ロゴセラピー的にクライアントや人間を広く理解する上で有意義なことである。そしてロゴセラピーの人間観に基づく生き方、精神的な自己理解の豊かさ、生きがい感との項目間関係を調べることによって、セラピーにおいてどの点を扱うのかについての知見を得ることができるのではないかと考えられる。

3. 本研究の目的

本研究の目的は、生きがい感を感じることができず、落ち込む人に対して、カウンセリング場面でどのような援助が有効であるか、ロゴセラピー的な視点から検討することである。具体的には以下の3つから成り立つ。生きがい感とそれに影響を与える要因に関する調査、生きがいに関するインタビューとPILテスト、EALの結果に関する事例研究、カウンセリング場面での具体的なロゴセラピー的な援助法の検討、では数量的視点から、生きがい感充足要因を検討し、では個別事例的な解釈を行い、カウンセリング場面における有効な話題展開の足がかりを得た上で、において実践での可能性を検討するという流れとなる。

．調査

1．目的

調査の目的として、1つ目は改めてPILテストの因子構造を再検討すること、2つ目はPILの項目ごとの関係や、PILと他の尺度の関係を、多変量解析によって明らかにすることである。

2．方法

(1) PILテスト

PILテスト日本版(佐藤ら, 1998)をPartA(20項目), PartB(文章完成法13問), PartC(自由記述)全ての部分を実施した。授業場面においてPILのPart-Aに回答し, Part-BCは持ち帰って記入した後, 提出を求めた。Part-Aの回答者は252名(男性86名, 女性164名), そのうちPart-BCも含めすべてに回答した有効回答者数は227名であった。

(2) ログテスト

Lukas(1964)が作成したものを日本語に翻訳した(勝田, 2004)ものを一部変更して使用した。変更点は, 部と部をPILテストに合わせて7件法に変更し, 部の測定の方法をPILテストと同じ向き(得点が高いほど精神的な健康が高い)に変更したこと, 部の自由記述は割愛したことである。大学講義場面における集合法で実施した。その際の実効回答者数は207名であり, (1)のPILと共通する被検者は164名だった。

(3) EAL

高井(1999)を7件法に変更したものを使用した。12月にPILテストPart-Aと同時に実施し, 記入漏れがあるものを除いた有効回答者数は54名(男性13, 女性41)だった。PILテストPart-BCにも回答した被検者は33名である。

3．結果

(1) PILテスト

因子分析

PILテストPart-A, 20項目について因子分析(最尤法, プロマックス回転)を行った。因子解釈の判断から, 最終的にA7, A10の2項目を除外した18項目で, 5因子が得られた。因子構造の適合度に関するカイ二乗検定の結果は有意ではなく, 構造については妥当性が認められた。

これらの因子について, 「人生の意味・目的」因子, 「生氣」因子, 「自己効力感」因子, 「意味充足感」因子, 「自殺否定」因子とそれぞれ命名した。これに基づき各項目の素点を合計して, それを標準化した得点を下位尺度得点とした。信頼性係数は, 人生の意味目的で.791, 生氣.808, 自己効力感.647, 意味充足感.856, 自殺否定.437である。

続いて, PILテストPart-Aの18項目が5因子構造となることを確かめるために, A15の逆転項目の処理を行い, AMOSを用いた確認的因子分析を行った。全ての因子間に共分散を仮定したモデルで分析を行ったところ, $GFI=.864$, $AGFI=.814$, $CFI=.901$, $RMSEA=.076$, $AIC=371.222$ だった。「生氣」と「自殺否定」の因子間の相関は低く, 有意ではなかった。そこで, これらの因子の相関を0としたモデルで再度分析を行ったところ, $GFI=.865$, $AGFI=.816$, $CFI=.900$, $RMSEA=.076$, $AIC=371.957$ となったが, 適合度に大きな変化は見られなかったため, 今回は最初のモデルを採用した。最終的なモデルを以下に示す。

これに基づき各項目の素点を合計して, それを標準化した得点を下位尺度得点とした。

表2 PILテストPart-Aの確認的因子分析の結果(標準化推定値)

	人生の意味・目的	生き	意味充足感	意味充足感	自殺否定
3 生きていくうえで私には(なんの目標も計画もない～はっきりした目標・計画がある)	.74				
20 私は人生に(何の使命も目的も見出せない～はっきりとした使命と目的を見出している)	.84				
8 私は人生の目標の実現に向かって(何もやっていない～着々と進んできている)	.73				
17 私には人生の意義、目的、使命を見出す能力が(十分にある～ほとんどないと思う)	.62				
13 私は(無責任な人間である～責任感のある人間である)	.47				
1 私は普段(退屈～元気一杯)		.76			
5 毎日が(いつも新鮮で変化に富む～全く変わりばえがしない)		.90			
12 私の生き方から言えば、世の中は(どう生きたらいいのかわからない～非常にしっくりくる)			.57		
18 私の人生は(自分の力で十分やっていける～全く私の力の及ばない外部の力で動かされている)			.38		
11 私の人生について考えると(なぜ生きているのかわからなくなる～今ここに生きている理由がはっきりしている)			.78		
14 どんな生き方を選ぶかということについて(全く自由な選択が出来る～全く選択の自由がないと思う)			.35		
9 私の人生には(虚しさや絶望しかない～わくわくするようなことが一杯ある)				.83	
6 もし出来ることなら(生まれてこないほうがよかった～この生き方を何度でも繰り返したい)				.71	
2 私にとって生きることは(面白くてわくわく～全くつまらない)				.76	
4 私という人間は(目的のない無意味な存在～非常に意味のある存在)				.71	
19 毎日の生活に私は(大きな喜びを見出し、満足している～非常に苦痛を感じまた退屈している)				.68	
16 私は自殺を(逃げ道として本気で考えたことがある～本気で考えたことはない)					.80
15 死に対して私は(心の準備が出来ていて、こわくはない～心の準備がなく、おそろしい)(逆転項目)					.38
因子間相関					
1	—	.472	.761	.771	.270
2		—	.560	.704	.154
3			—	.823	.457
4				—	.546
5					—

分散分析

Part-A(以下A)の総得点をPILテストハンドブック改訂版の判定基準をもとに、高・中・低の判定を行ったところ、高群(103~140点)が62人でおおよそ上位25%、低群(20~84点)は80人で下位31.7%であった。高中低の「得点群」と、それぞれ5つの「因子」の尺度得点を要因とする2要因の分散分析を行なった。その結果「得点群」において有意な主効果が見られた($F(2,240)=354.402, p<.001$)が、「因子」には有意な主効果は見られなかった。また交互作用が有意であり($F(8,960)=7.024, p<.001$)、さらに単純主効果の検定を行い、有意だった項目について多重比較(Ryan法)を行ったところ、5つの因子すべてで低群、中群、高群へと得点が上昇し、全ての組み合わせで有意差が見られた。また低群において、「人生の意味・目的」、「意味充足感」、「自己効力感」因子と「自殺否定」の間に有意差が見られた。また高群におい

では「自己効力感」、「意味充足感」、「生氣」、「人生の意味・目的」の4因子と「自殺否定」の間に有意差が見られた(図1)

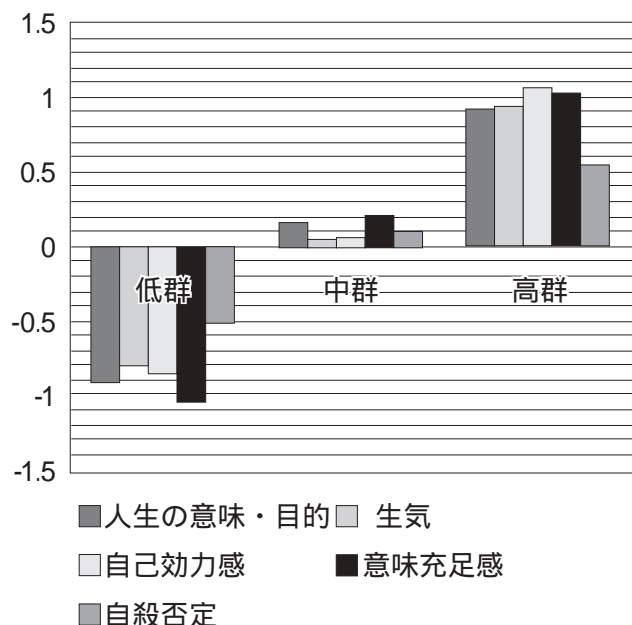


図1 Part-Aの得点群(高中低)別, 下位尺度得点

さらに、有意差は見られていないが、今回の結果において得点群別にみられる特徴としては、低群では、「意味充足感」が最も低く、次に、「人生の意味・目的」、「自己効力感」、「生氣」の順番で上がっており、中群、高群よりも下位尺度の得点にばらつきがあることが見てとれる。低群においては「意味充足感」に比べて「生氣」の得点が高いが、中群、高群では逆に「意味充足感」の方が高い得点だった。群内の因子の得点については、人数を増やすことで有意差が見られるかもしれない。「自殺否定」に関しては群による得点の開きが他の尺度よりも狭い。

(2) PILテストPart-BC

Part-BC (以下BC) の分析は、マニュアルの判定基準をもとに大学院生6人で行った。総得点の平均値は47.5 (SD=8.77) であった。これは、標準化大学生群の平均値44.4 (SD=8.08) と比較するとやや高い値である。Crombachの係数は=.801だった。

Part-Aとの相関

Aの各因子、A合計点と、BCの4つの局面得点、下位項目得点の相関を調べたところ、BCの総得点はA下位尺度とそれぞれ.3~.5程度の相関が見られたが、その中では「人生の意味・目的」、「意味充足感」と中程度の相関が見られた。Aの「人生の意味・目的」は、態度価値局面とは低い相関だが、BC総得点や他の局面得点とは.4~.5ほどの相関が見られた。「生氣」については他の局面と比べて「実存的空虚」の相関がやや高く、中程度の相関が見られている。自己効力感「実存的空虚」と「人生に対する態度」と中程度の相関が見られた。「意味充足感」は「態度価値」を除く3局面について、中程度の相関が見られている。「自殺否定」は、「態度価値」とは全く相関が見られなかった。

「意味・目的意識」の局面で見た場合、Aの下位尺度では「人生の意味・目的」そして「意

味充足感」との相関が他の尺度比べて高く、.4程の相関が見られている。この結果からは因子分析の尺度の解釈について「意味・目的」という点で妥当性があったと言える。「自殺否定」は全てにおいて、.3ほどの相関であった。

表3 BCの局面得点とAの下位尺度得点の相関

	人生に対する態度	意味・目的意識	実存的空虚	態度価値	BC 総得点
人生の意味・目的	.515**	.444**	.512**	.172*	.511**
生氣	.355**	.280**	.449**	.248**	.403**
自己効力感	.384**	.273**	.419**	.152*	.378**
意味充足感	.522**	.407**	.560**	.257**	.539**
自殺否定	.347**	.339**	.340**	.000	.318**
A 総得点	.541**	.431**	.577**	.279**	.567**

*5%水準で有意 **1%水準で有意

表4 BCの項目得点と、Aの下位尺度得点の相関

	過去受容度	現在受容度	未来受容度	主体性	明確度	統合度	達成感	死生感	病氣苦惱観	自殺観
人生の意味・目的	.409**	.346**	.408**	.442**	.277**	.443**	.359**	-.002	.082	.223**
生氣	.222**	.291**	.207**	.374**	.193**	.260**	.225**	.083	.134*	.218**
自己効力感	.310**	.248**	.264**	.370**	.144*	.266**	.257**	-.108	-.024	.376**
意味充足感	.327**	.407**	.397**	.500**	.232**	.408**	.347**	-.043	.135**	.363**
自殺否定	.216**	.302**	.233**	.335**	.210**	.353**	.261**	-.264**	-.095	.346**
A 総得点	.385**	.388**	.401**	.507**	.269**	.429**	.347**	.002	-.115	.396**

*5%水準で有意 **1%水準で有意

重回帰分析

BCの記述からは、人生に対する態度、人生の意味目的意識、実存的空虚といったものを測定しているとされるが、これら文章完成法から推測されている潜在的な態度・姿勢が、PIL-Aの自らの意識性に基づく自己評価にどのように影響しているかを検討するために、PIL-BCを独立変数、Aの下位尺度を従属変数とした重回帰分析（ステップワイズ法）を行った。

その結果「実存的空虚」がほとんどの項目について有意な説明変数となっていた。しかし、BCの「実存空虚」は本来1つの項目で一局面として解釈されているため、総合的な解釈が含まれている。そのため、実存的空虚を除いた下位項目を説明変数とした重回帰分析を行った。Aの「人生の意味・目的」については、「統合度」が唯一の有効な説明変数であった。PIL-A「生氣」については、「現在受容度」「死生観」が有効な説明変数であり、それぞれ正の影響である。Aの「自己効力感」については、「主体性」が唯一有効な説明変数となっている。Aの「意味充足感」では、「未来受容度」と「主体性」が有効な説明変数であった。Aの「自殺否定」では「統合度」「自殺観」が有効な説明変数であり、「統合度」については正の影響、「自殺観」からは負の影響が見られた。

表5 PILテストPart-AとPart-BCの重回帰分析の結果（ステップワイズ法，尚，実存的空虚局面は除いて実施）

	過去 受容度	現在 受容度	未来 受容度	主体性	明確度	統合度	達成感	死生観	病 気 苦 悩 観	自殺観	R ²
意味 目的						.671					.451
生 気		.520						.433			.409
自己 効力				.496							.246
意味 充足			.468	.371							.545
自殺 否定						.657				-.408	.657

（3）ロゴテスト

ロゴテストについては、それぞれ質問項目が少ないため個別の因子分析は行わないこととした。ロゴテスト第一部の質問項目間の相関係数は表6の通りである。質問1「問題がなく、経済的なバックがあり、快適で平和な人生が...」の質問は、ほかの質問項目との間に有意な相関はみられず、質問3と正の、質問9との間に負の弱い相関がみられた。質問3「家庭に守られ、家族の輪の中にいる時に幸せを感じます。...」は、質問1との間のみ有意な相関が見られた。質問1と3を除き、第一部の総得点との相関は中程度である。また第一部の信頼性係数は.549であり、質問1を除いた際の値は.611であった。質問1と3の正の相関については、まだ20歳前後の学生のため、家族に経済的に依存しているという状況を反映しているものかもしれない。「問題がなく、経済的なバックがある快適で平和な生活」ということは、他の意味のあるとされる領域とは関係が低い結果だったが、問題がなく現状に満足しているために、他の領域に向かっていかないということが考えられる。

表6 ロゴテスト第一部項目間の相関（**1%水準で有意 *5%水準で有意）

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 問題がなく、経済的なバックがあり、快適で平和な人生が私の一番望みとするところです。									
2 私は自分がどうありたいか、何に成功したいかということに自分なりのイメージを抱いています。そしてこのイメージを実現させようとしています。	-.090								
3 家庭に守られ、家族の輪の中にいるときに幸せを感じます。子ども達にもこのような基盤を作れるように手助けをしたいと思っています。	.197**	-.004							
4 職業、勉強して将来就こうとしている職業に深い満足を感じます。	-.095	.280**	.106						
5 責任や義務を感じている何人かの人がいる。それらの人に対する勧めを果たすことが喜び。	-.024	.244**	-.068	.145*					
6 関心を抱いている・学びたいと思う専門領域がある。	-.065	.425**	.024	.373**	.294**				
7 何かを体験することに喜びを感じます。	-.012	.209**	.099	.130	.143*	.370**			
8 宗教的あるいは政治的な課題を信じています。	-.041	.148*	.003	.109	.198**	.192**	.226**		
9 経済的な困窮、心配事、病気等で負担がかかっています。	-.211**	.172*	-.083	.192**	.225**	.166*	.101**	.217**	
第一部合計	.147*	.561**	.296**	.539**	.510**	.657**	.527**	.509**	.449**

ロゴテスト第二部の項目相関は以下の通りである。相関は質問4と5を除いたほぼすべての組み合わせの間で、弱いものから中程度の有意な相関がみられた。質問4は他の項目との間ではほとんど有意な相関は見られなかった。深く考えたり悩むことを避けることが実存的な空虚

につながる場合と、むしろ深く考えることでさらに悩み実存的な空虚を感じるという場合が考えられ、どちらとも関係が薄いのではないかと考えられる。質問5は、ロゴセラピーの中心的な考えである態度価値につながる項目であるが、「プラスになることを引き出す」という価値の面が測定されるため、質問1「全て無駄」質問7「生きてきた甲斐がなかった」という質問とのあいだで有意な負の相関がみられている。尺度としてみた場合、Cronbachの信頼性係数()は.642であり、質問4を削除すると.691となった。

表7 ログテスト第二部項目間の相関と第一部との相関 (**1%水準で有意 *5%水準で有意)

	1	2	3	4	5	6	7
(1) これまで行ってきたことは全て無駄に思われる。							
(2) もう一度子どもになってはじめてやり直すことが出来ればと思う。	.345**						
(3) 自分の人生が実際よりも内容豊かであるように見せようとしている。	.249**	.244**					
(4) 自分の行ったことを深く考えたり不快な思いをして悩むのを避けようとする。	-.002	-.100	.205**				
(5) 計画が失敗したり不運に見舞われたときでも、そこからプラスになることを引き出せるという望みを抱く。	-.185**	-.211**	-.089	.129			
(6) 自分がよいと思うことでも、反対する気持ちがわいたり、自分に出来そうなことでも不安な気持ちに駆られる。	.461**	.282**	.242**	.115	-.018		
(7) 死に直面したときに、生きてきた甲斐がなかったと思うのではないかと考えることがある。	.426**	.413**	.244**	.012	-.301**	.348**	
第二部合計	.633**	.665**	.640**	.334**	-.478**	.406**	.510**

ログテスト第三部についてのマニュアル通りに、最も幸せなケースとして(A)を選んだ場合を0点,(B)を2点,(C)を1点と配点し、最も不幸なケースとして(A)を選んだ場合を2点,(B)を0点,(C)を1点と配点した。得点は0~4点の範囲を取る。

その合計点の違いによるログテスト第一部、第二部の得点の違いをみるために一要因の分散分析を行った。しかし、第一部の合計点($F(3,201)=2.065, n.s.$), 第二部の合計点($F(3,201)=.688, n.s.$)についてそれぞれ、有意差は見られなかった。特徴として4点の人は、ログテスト第一部で意味を感じる領域が広く、第二部では実存的空虚感が低い様子が見られた。4点の人数が少なかったため、今後さらに人数を増やし検討することが必要であるが、これはログテストの予想する配点とは逆の向きであり、第3部の文章の設定については、妥当性が得られない結果であった。

また、選択するパターンの6類型(A-B,AC,B-A,B-C,C-A,C-Bの組み合わせ)を要因とした分散分析を行ったが、第一部、第二部ともに有意差は見られなかった。ログテストとPILの関係については、ログテスト自体の尺度の妥当性や信頼性について問題があったこと、また紙面の都合からも、今回は省略する。

(4) EAL

EALについては、項目数の35に対して人数が54名と少なかったため、因子分析を行わずに、高井(1999)の通りに、「決断性・責任性・独自性」因子、「自己の存在価値」因子、「自己課

題性」因子、「意味志向性」因子について、該当項目の得点を足して尺度得点とした。なお、それぞれ因子について信頼性係数を算出したところ、「決断性・責任性・独自性」で.851、「自己の存在価値」は.848、「自己課題性」は.869、第4因子では「意味志向性」.862、であり、下位尺度の内的整合性は認められる。

EALの4因子を説明変数、PILテストPart-Aの下位尺度、Part-BCの下位局面、下位項目を従属変数としたステップワイズ法による重回帰分析を行った。

表8 Part-AとEALの重回帰分析の結果

	決断・責任・独自	存在価値	自己課題性	意味志向性	R ²
PILA 人生の意味・目的			.800		.641
PILA 生氣			.616		.380
PILA 自己効力感		.347		.354	.412
PILA 意味充足感		.426	.447		.652
PILA 自殺否定			.574		.329

表9 Part-BCとEALの重回帰分析

	決断・責任・独自	存在価値	自己課題性	意味志向性	R ²
人生に対する態度			.671		.450
過去受容度			.378		.143
現在受容度			.579		.355
未来受容度			.606		.367
主体性		.557			.310
人生の意味目的意識			.396		.396
明確度			.383		.147
統合度			.640		.410
達成感			.457		.209
実存的空虚			.425		.450
態度価値					
死生観					
苦悩・病氣観					
自殺観		.386			.149

Part-A下位尺度については、「自己効力感」では、「存在価値」、「意味志向性」が有効な説明変数となっている。「意味充足感」では、「存在価値」と「自己課題性」が有効な説明変数だった。「自己効力感」を除くすべての下位尺度にEALの「自己課題性」が有効な説明変数となっており、「人生の意味・目的」、「生氣」「自殺否定」については、単一の有効な説明変数である。

Part-BCについても、EALの「自己課題性」が、重回帰分析の結果有意差がみられたものにおいて、BCの「主体性」、「自殺観」を除くすべての項目で単一の有効な説明変数となっている。「主体性」、「自殺観」では、存在価値がそれぞれ有効な説明変数となっている。

4. 考察

PILテストPart-Aの探索的因子分析を今回行い、5つの因子を抽出し、それぞれ、「人生の意

味・目的」「生氣」「自己効力感」「意味充足感」「自殺否定」と命名し、さらに確認的因子分析にて5因子モデルを確認した。

この結果について、これまで行われた因子分析の結果と比較すると、佐藤(1986)が指摘したように、意味目的の側面と感情の側面に分かれている。さらに今回の結果は、感情的側面について、芳野(1984)や上野(1990)が「生氣」や「充実感」と呼び、熊野が「生活の充実感」、
「人生の意味」としていた項目について、より直接的な感情表現の「退屈」や「元気一杯」といった表現や、「いつも新鮮で変化に富む、代り映えのしない」という、生きがいや意味感というよりは、それがあってもなくても生じうる生活の中のポジティブな感情や、活動性の高い状態を表す言葉としての「生氣」と、意味を見出したことによる満足感の項目が多く含まれる「意味充足感」とに、分けて因子を解釈した。そしてこの「意味充足感」がFranklの「意味感」であり、神谷が述べる「生きがい感」と重なる部分ではないかと考えられる。

「自殺否定」と解釈した因子の信頼性係数の低さ(.420)については、自殺と死の項目について従来言われていたように、15「死を怖くない」と考えるのは、「現在が充実しているから」、という場合と、「自殺に惹かれ、死は怖くない」というCrumbaughが想定したものと異なる場合の二つが考えられ、翻訳当初からの指摘に関して、依然として一貫した結論が得られないということと関係しているだろう。その解決法としては、BCの自殺の項目からの解釈で補うことが必要だろう。全体的な解釈としては、因子分析の因子負荷の正負から尺度得点として解釈することとした。

今回の調査結果の分析から考えられる、Part-Aの因子得点をのばすために有効な援助について考察すると、「人生の意味・目的」には、BCの「統合度」得点が増えるような援助が有効だと考えられる。BCの統合度とはPILテストハンドブックのBC評定基準によると「人生の意味・目的意識がどの程度統合されているか」ということで「統合度とはその人自身が考え意識している人生の範囲の中で、人生の意味・目的意識と日常生活がどの程度まとめあげられ、一貫させられているか」ということである。具体的には、BCの記述の中にある大きな目標と手近な目標が統合されているかどうかという点から判断される。人生の大きな目標が書いてあったとしても、それが抽象的で手近な目標がなかったり、本人の意味付けがなかったりする場合、評価は低くなる。統合度以外にBCでは「明確度」という人生の意味目的について明確に意識しているかどうかをみる評価項目があるが、こちらは有効な説明変数とはなっておらず、はっきりとした明確さよりも、日々の生活や将来との統合がより重要なのだと考えられる。よって、Aの「人生の意味・目的」が低い人については、はっきりした意味や目標を一緒に考えるという援助よりも、大きな目標と小さな目標を分けて考えたり、日々の生活で取り組むことができる点についての話し合いをしたりする援助が有効となることが考えられる。

生活の中の活動性の高さであるAの「生氣」については、BCの「現在受容度」と「死生観」、EALの「自己課題性」が有効な説明変数となっていた。つまり現在を肯定的に意味付け受容することによって、また自ら課題を見つけようという取り組みがあるほど、「生氣」得点が高まる結果が出ている。よってAの「生氣」の低い人にはBCの「現在受容度」が高まるような、現在の状況についての話し合いといった援助が有効なのではないかと推論される。

Aの「自己効力感」については、BCの「主体性」、EALの「自己課題性」「自己の存在価値」が有効な説明変数となっており、これらが高まることによって「自己効力感」が高まるという結果が出ている。「主体性」は「自分の人生をどれくらい自分のものと感じているか」、ということ、人生に対して否定的で主体的関わりが弱ければ低い評価となり、人生に対して前向き、主体的関わりが強い記述があるほど高くなる。よってAの「自己効力感」と同じ側面を測定し

ていると思われるが、両者の相関は.37（表4）程度で高くはない。Aの「自己効力感」は環境に対して自己決定する自由性と、統制感を反映した因子だと思われるが、その自由や統制感を感じる前の段階として、まず自分の生活に関する主体性が必要なのではないかと考えられる。自己効力感が低い人には、自分がどうなりたいのか、どうしたいのかという主体性をはっきりさせるような話し合いや、自分の役割や価値を話す話し合いが有効なのではないかと考えられる。

「意味充足感」については、これが高まることが最終的な大きな目標であるが、BCの「主体性」とBCの「未来受容度」、EALの「自己課題性」、「存在価値」が有効な説明変数であった。つまり、これらが高くなるほど、Aの「意味充足感」は上がるということである。これらに対する援助には、理想の自分について、将来について、自分がなすべきことは何か、自分が価値を感じるのはどんな時かといった、話し合いが有効なのではないかと考えられる。

以上をまとめた表が以下の表10である。

表10 PILテストPart-Aの因子を援助する上で有効な説明変数と、考えられる援助法

Part-A		Part-BC	EAL	低い際に考えられる援助法
人生の意味・目的	←	統合度	自己課題性	
生きていく上での目標や、人生の意義・目的、または使命を意識している程度。		人生の意味や目的意識が、その人の生活や価値観にどの程度までめあげられ、一貫しているか。 →大きな目標とのつながり、目標への取り組みの有無	自分のなすべき課題を自ら設定し、それに組み組もうとする姿勢。自分の能力や可能性を生かそうとする姿勢。	・今の自分の生活の中で何ができるか、大きな目標、手近な目標に分けて一緒に考える。
生氣	←	現在受容度	自己課題性	
生活の中の活動性の高さ（元氣一杯）、新鮮さ等の、生活に関するポジティブな感情。		現在の生活を肯定的に意味付け、受け入れているか。	自分のなすべき課題を自ら設定し、それに組み組もうとする姿勢。自分の能力や可能性を生かそうとする姿勢。	・現在の生活の話し合いの中で、ポジティブに意味づけられる面がないか考える。今自分になすべきことは何か考える。
自己効力感	←	主体性	意味志向性、自己の存在価値	
人生を、自分の決断で選択していけるという意識や、今後の人生を「やっていける」という見通し感。		自分の人生をどれくらい自分のものと感じているか、人生をこのように生きていきたい（生きてきた）という意識を持っているかどうか。	<意味志向性>社会や他の人のために役立つことをしたい、という意識。困難の中でもそのことに意味を見出そうとする姿勢。 <自己の存在価値>周囲の人たちの中で自分の役割を果たし、役に立っているという意識。自分がそのものために生きていると感じられる対象（もの、人）の有無。	・自分の人生をこのように生きていきたいという姿勢について、どのようなことを考えているか話し合う。 ・自分が周囲の人たちの中でどのような役割や意味を担っているか考えてもらう。 ・その中で、何か意味があることや役立つことがしたい、役立つことができるという思いもてるように話し合う。
意味充足感	←	未来受容度、主体性	自己課題性	
自分の人生の肯定感や、生活の中の喜びや、充実感の意識。生きがい感を感じている程度。		<未来受容度>自分の未来について、意味あるものにしてしようという意識や、肯定的にとらえ、受け入れている姿勢。	自分のなすべき課題を自ら設定し、それに組み組もうとする姿勢。自分の能力や可能性を生かそうとする姿勢。	・理想の自分、なりたい将来の自分について話し合う。 ・今の自分の可能性や能力に合った課題は何かを話し合い、為すべきことを考える。
自殺否定	←	統合度、自殺観（-）	自己課題性	
自殺を考えることがなく、死に対しては恐ろしさを感じる。		<自殺観>自殺を考えた経験、その本気さ、その価値観の意識。	自分のなすべき課題を自ら設定し、それに組み組もうとする姿勢。自分の能力や可能性を生かそうとする姿勢。	・人生の意味目的として今の自分の生活の中で何が考えられ、それについて自分のすべきことにはどのようなものがあるか考える。

またPILとEALの知見を生かすために、プロフィール表（図2参照）を作成した。これにより、従来よりも、感情、充実感、目標の有無、人生の姿勢、価値観、といった面から幅広く理解ができるのではないかとと思われる。次章ではこのプロフィール表をもとにして、個別的に一

一人の生きがいの状態，自由や責任の意識，それに影響を与えている要因や具体的内容について研究していく。

・事例的研究

1．目的

前章では，主に数量的な視点，一般的な大学生という視点から「生きがい感」に関する要因を検討したが，本章では数量的研究の結果作成したプロフィールを個別的に用いて妥当性を検討し，「生きがい感」に関する要因や，その「生きがい」の内容を明らかにし，その関係を個別事例的に検討するためにインタビュー調査を行った。具体的には，後のロールプレイにおける生きがい感充足に関するロゴセラピー的な援助法への足掛かりとするために，現在の生活の中の充実感，生きがいの内容とその満足感，持つようになった過去の要因，さらにロゴセラピー的な視点から，「自由性」，「責任性」をどのように感じているのかを調査した。

2．方法

PILテスト，さらに筆者が独自に追加した自由性に関する質問の「人生で妨げになっているものは」及び責任を意識した項目の「今すべきことは」の文章完成法2問，そしてEALの質問紙調査に回答した学生54名に対し，調査回答時にインタビュー調査の協力を任意でお願いし，協力してもよい場合，学籍番号とメールアドレスの記入を求めた。後日筆者からメールにて連絡し，日程の調整を行った後，最終的に承諾をいただけた8名の学生をインタビュー対象者とした。その内訳は，男子2名，女子6名。2年生4名，3年生1名，4年生3名である。PIL-Aの得点群では高群2名，中群3名，低群3名である。調査時期は，質問紙回答の2週間後である。所要時間は30～50分ほどであった。

3．手続き

対象者には，入室後今回のインタビュー調査の目的を説明し，さらに，インタビューの内容を記録するために録音すること，そのデータの取扱いや個人情報の保護について説明し，改めて協力を確認して承諾を得た。その後録音を開始し，インタビューを開始した。

インタビューは質問の内容についてまとめたインタビューシートに基づく半構造化面接である。シートの質問について基本的に，順番に質問していったが，話の流れによって内容や順番を変更しながら行った。質問項目は「PILテストを書いたあとの感想」「現在の生きがい，および満足度」，「現在の生活で取り組んでいるもの」，「自由の意識（自分のしたいようになっていくか）」，「自分の生活の自由を制限しているもの」，「自分の姿勢の変化のきっかけ」，「今しかできないこと」，「今すべきこと」，「責任を感じる対象」である。

4．結果（事例検討）

PILテストPart-Aの得点群から低群の一名の事例を検討する。

低群：ケース1

大学4年生の男性。PILテストの判定基準に基づく判定では，Part-Aは「低」であり（T得点は41），Part-BCは「高」であり（T得点は60），Part-AとPart-BCの得点にギャップがあるのが特徴である。Part-BCの4つの局面のT得点は，人生に対する態度は56，意味目的意識の局面は

53, 実存的空虚の局面は56, 態度価値の局面は54である。EALは全ての項目で平均(0)以上の得点を取っている。結果は以下のプロフィールのとおりである。

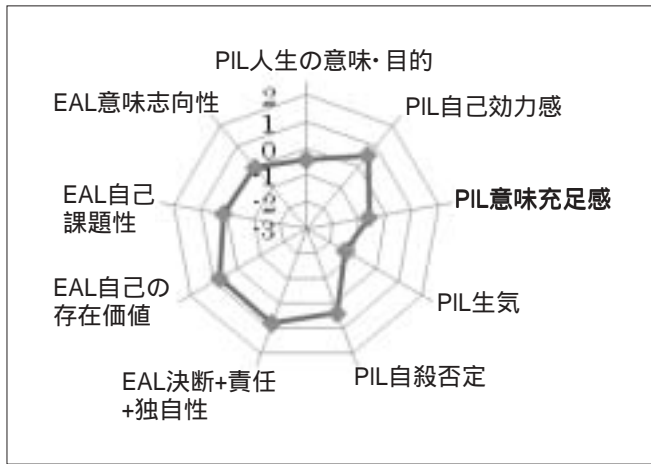


図2 PILテストPart-A, EALの標準化得点プロフィール (ケース1)

表11 PILテストPart-BC記述 (ケース1)

Part-B	1 何よりも私がしたいのは	今やっていることを全てやり遂げて、家でゆっくり眠りたい。
	2 私の人生は	失敗を繰り返しながら色々なことに気づき成長していくこと。
	3 私ができたらと思うことは	自分がルールとなること。
	4 私が今までに成しとげてきたことは	今の自分を構成しつつ、逆に他の自分の可能性を奪った。
	5 私の最高の望みは	何もしないで生きられること。
	6 私にとって最も絶望的に感ずることは	どんなに努力しても、何も成し遂げられず、かつ何も見出せない。
	7 私の人生の本当の目的は	最後に満足できること。
	8 私が退屈になるのは	何もすることがなく、一日中ベッドの上にいる日曜日
	9 死は	逃げ道
	10 私が今、成しとげつつあるのは	大学生生活のとりあえずの締め
	11 病気や苦しみは	苦しいけれど、大切なことは教えてくれるもの
	12 私にとって生活のすべては	良く食べ、よく働き、よく遊び、よく寝ること
	13 自殺を考えることは	逃げることだけど、そこから這い上がれば、強くなれる
追加項目	私が今すべきことは	休まず、頑張って我慢すること
追加項目	私の人生の中で、妨げになっているものは	眠ること
Part-C		具体的な目標はまだないけれども、とにかく今は自分を磨いて、将来的に、人に必要とされる、他に代わりのいない人になりたい。と言っても、特別にすごい人になりたいわけでもないで、平凡な中にも独自性を求めている程度です。と言っても、今、特に何もしていません。

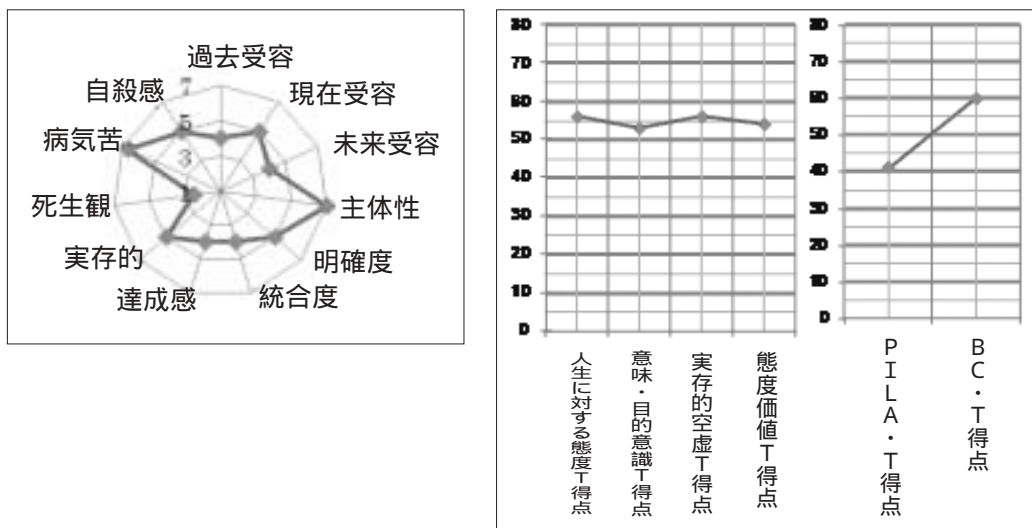


図3 PILテストPart-BCの得点プロフィールとPILテストT得点（ケース1）

プロフィールの特徴をあげると、Part - AとBCの得点にギャップがあること、「自殺否定」と「自己効力感」に対して「生氣」、「意味充足感」が低いことである。

行われたインタビューをまとめると、人生や日々の生活について「自分次第」だと感じており、主体的に関わっていこうという意識や成長しようとする意識が強く、現在は卒業論文を「今しかできないこと」として、意義を感じながら取り組んでいる。しかし研究が上手くいかどうかという不安があり、また卒業論文をせずに遊びたいという思いや、忙しさの中で疲れている面も感じられ、Part-BCの未来受容に関する記述には、具体的な内容よりも、早く解放されたいといった願望も感じられる。そういった要因が重なって現在において「生氣」や「意味充足感」はあまり感じられていないようである。

インタビューの感想として、「つかれていた面もあったので、話してみても良かったなあ。しばらくぶりにこんなに話した」と述べており、すっきりとした印象を感じさせる話しぶりだった。「生氣」「意味充足感」の低いプロフィールだったが、現在の重要な取り組みであり、一方で疲れさせているものでもある卒業論文について、その意味の話し合いをする中で「現在受容度」の面の話を聞いたこと、また、卒論に取り組む上での「主体性」を確認する話し合いができたことが有効だったのではないかと考えられる。ケース1のようなクライアントとのカウンセリングではそのような「現在受容度」「主体性」の確認が重要なテーマとなることが考えられる。

・ロールプレイ（模擬カウンセリング）

1. 目的

これまでの研究のまとめとして、ロゴセラピー文献のレビュー、数量的研究から得られた知見をカウンセリング場面で実践し、具体的に生きがい感、意味充足感を高める援助をする方法についての実践的な知見を得ることである。

2. 方法

クライアントは臨床心理学の実習においてロールプレイの経験がある臨床心理学を専攻する大学院3名(男性)であり、カウンセラーは筆者が行った。事前にロールプレイにおけるクライアント像について、以下の文章で設定をし、被検者には詳細な設定は自由に考えてよいと教示した。

・大学3年生

「就職活動のやる気がでない」

大学には、他の教科に比べて英語の成績がよかったため文系の外国語専攻に入った。しかし、入学後は周囲の人とくらべて特別出来る訳ではなく、自分に対して自信はない。大学生活をなんとなくすごし、3年生になり就職活動の時期が来たが、自分には取り柄がなく、やりたい仕事が見つからず、エントリー等はしていない。不況のニュースを見て、どうせ不況だし、安定できる職場なんてない。採用されても、解雇されている人もおり、自分もそうなる気がする。それならば頑張っても無駄なんじゃないか、と思う。これまでの人生を振り返っても、誇れるものはなく、全般的に自分の人生に意味や価値を感じられていない。

1回30分程のカウンセリングのロールプレイを行い、その直後、川崎(2005)の作成したカウンセリングのアセスメントシートに「生きていく上での意味」に関する質問項目を加えたものに記入をお願いした。その後、別室にてロールプレイの様子を撮影した映像をみながら振り返りを行い、実際に話された内容について、カウンセリング中にどのようなことを感じていたか内省報告をとり、終了となる。全ての所要時間は約2時間だった。

カウンセラー役(筆者)としてロールプレイの進行は、それぞれの回で、カウンセリング場面で焦点を当てるポイントについて事前にまとめたものを手元に置き、クライアントの話の流れに合わせて進めていった。

1回目(1人目)のポイントは、ロールプレイの中でロゴセラピーの概念をクライアント役に説明し、<意味への意志を呼び起こすこと><人生には意味があることの気づきを促すこと>であり、2回目(2人目)のポイントは、<私が今この時に何が出来るか、何をやることに意味があるか、といった質問を用いて「自己課題性」や「主体性」について具体的な話し合いをすること>だった。3回目(3人目)のロールプレイでは、カウンセラーは、表10にまとめた重回帰分析の結果と、考えられる援助法の全体を意識し、どの点にアプローチするかは話の流れの中で見つけていくことを意識して行った。

内省報告は主に「カウンセリングの焦点」と上記のポイントの中で実際にロールプレイで用いられたものについて、どのように受け止め、どのようなことを考えたかについてを中心に聞き取りを行い、さらに感じたことについて自由に話してもらった。

3. 結果

(1) 1回目

1回目では、ロゴセラピーの理論について説明をし、人生の意味や自分の意味を肯定してもらうことを意図した関わりが中心となったが、今回のロールプレイではカウンセラーを身近に感じなかったことや、カウンセリングの場において宗教の話をされたような印象を持ち、しっくりこなかったということであった。クライアントはカウンセリングについて、「励まされている」や「身近である」とは思われなかったと評価し、説明された内容は「入らなかった」

「響かなかった」と内省報告している。

(2) 2回目

2回目では「何ができるか」という点に焦点をメインに充てていたが、その質問には「思いつかなかった。『できること』があったとして、何が変わるのかわからない。」「それ以前のやらなきゃいけないというイメージがない状態ではっきりしなかった」と報告している。カウンセラーに関する評定については、「やりとりがスムーズ」ではなく、「理解してくれている」とは感じられず、カウンセリングの有効性についてもあまり感じられなかったようである。

(3) 3回目

カウンセリングの評定では、過去2回のロールプレイの評定と比較して「どちらかといえばそう思う」の評定4以上の項目が多くみられた。「(どちらかといえば)そう思わない」の項目は、話題に上らなかった「他者の理解」に関する項目、「自分の持っている力を発揮できるようになったと思う」、「生活の中の意味を見付けることができるようになった」の項目だった。

これらの評定をまとめると、カウンセリングを通して、生活の中の意味はまだ見つけられず、自分の力を発揮できるようにはなっていないが、カウンセラーとカウンセリングには良い印象を持ち、解決のために積極的に取り組みたい気分になり、今後続けてカウンセリングを行いたいとクライアント役としては感じられるロールプレイだったと言える。

以下、意識したポイントのあらわれた場面を一部引用する。ここまですっと、働いていく上での自己効力感の低さが語られ、そのことについての話が展開される場面である。(Cl: クライアントCo: カウンセラーと表記)

Co62: 社会の状況としても今厳しい状況で、そのなかでやっていけるかということ、悩みを感じてらっしゃるんでしょうかね。

Cl62: そうですね。内定をもらっていても内定取り消しとか、せっかく就職していてもリストラ。結局は、やめられますよね。それなら、努力しただけ無駄かなあと。

Co63: やめさせられてしまうかもしれないということを見ると、

Cl63: うんうん。結局は一緒じゃない。やってもやらなくても、って思ったりして。思いますよね。なら、いっそのことやらないのも手かなあと。

Co64: うーん、なるほど。やらないのも手。やらない場合はどういう展開になっていくと思いますか、就職活動。

Cl64: うーん。就職できないですよね。就職できないから…。うーん、ちょっとわ

からないですね。

Co65: うーん。…… やらないってことは就職をしないということで、その先はちょっとわからないという。……(沈黙)…
…。就職活動に関しては、やるか、やらないかで言われると、どういう感じですか。今の選択肢として最初、ちょっと前に、やらない選択肢もありかなってことをおっしゃってましたけれども、実際に…。

Cl65: ……。まあやるか、やらないかで言われたら、やった方がいいと思う。

Co66: うん、やった方がいいと。

Cl66: やった方がいいと思うし、やりたいとも思うんですけど、

Co67: うんうん

Cl67: その、どうしてもその、一步踏み出せない。踏み出せないのはどうしても、エントリーシートに、そのセールスポイントが思いつかない。ですね。

Co68：うんうん	Co70：ですよね。けど、書く上では、と
CI68：うん、なんか、そうですねー。どうしよう。	か、エントリーシートを書く上では、自分の長所とかを考えるとやっぱり難しいという。
Co69：なるほど。…うん。確認したいのはやっぱり、やった方が良いとは思われない、できることならやりたいということ	CI70：うん、うん。そうですね。…。あと、そうですね。志望動機もあるんですよ。(以下略)
CI69：うん、うん。	

これまで、自分に自信がなく社会でやっていける気がしないので就職するだけ無駄、しないのも手かもしれないと語るクライアントに対し、就職活動をしないという選択肢を選んだ場合の展開を考えてもらったところ、その先は出てこなかった。そこで、就職活動をするか、しないかということを探ったところ、「やった方がいいと思うし、やりたいとも思う」と答え、これまで周囲の評価や周囲との比較が基準となり主体性が低かったクライアントが初めて、自分の意志を述べた場面である。その後は、実際に就職活動をする上での悩みが語られるが、この主体性を引き出すことが出来たのは、カウンセリングの中の成果と考えられる。クライアント自身もロールプレイの中で、「自分が今やりたいのは就職をしたいんだというのは、分かりました」(CI90)と語っている。

4. 考察

計3回のロールプレイを行い、クライアントに対してロゴセラピー的な支援を試みた。1回目では、ロゴセラピーの理論について説明をし、人生の意味や自分の意味を肯定してもらうことを意図した関わりが中心となったが、今回のロールプレイではカウンセラーを身近に感じなかったことや、カウンセリングの場において宗教の話のような印象を与え、しっくりこなかったということであった。初めて会うカウンセラーと出会ってすぐに、「人生の意味」やロゴセラピーの考えを話すことは、やや抵抗があり違和感があることではないかと考えられる。よってカウンセリングの序盤や、初期の段階ではロゴセラピーを前面には出さず、その視点を活かしたという関わりをすることが現実的な手法として有効なのではないかと考えられる。

ロゴセラピーの3つの柱の理論やフランクルの主張を前面に出さない形でロゴセラピー的な関わりをする上では、表10にまとめたようなPILテストの因子とEALの関係を意識して、直接、人生や生活の中の意味・目標を考え、充実感を高めようとするよりも、その下位項目である、「主体性」、「現在受容度」、「未来受容度」、「自己課題性」、「意味志向性」を扱い、取り組む姿勢を持たせることが手法として比較的扱いやすく、また有効であると考えられる。

その中でも、今回の「自分に自信がなくやる気がしない」というクライアント役の設定では、「主体性」に焦点を当てることが、他のPILやEALの項目を考える上での基礎となるため、重要となると考えられる。

セラピーのテーマとして、今回は扱わなかった「苦悩の意味」といったロゴセラピーのテーマが中心となる場合には、「主体性」ではなく、別の「過去受容度」や「自己課題性」項目を扱うことが有効となることも考えられる。そのような他のロゴセラピー的なテーマに関する援助法について検討することが今後の課題となる。

総合的考察

生きがい感に関する，ロゴセラピーの考えをもとに作られた尺度について，整理し，多面的に捉える視点（プロフィール）を見出した。調査研究から下位尺度間の影響についての知見を得たことで，PILテストのPart-Aが測定する意味感，自己効力感などを充足するような具体的な援助法についての知見が見出された。

今回の理論的，数量的，事例的研究から得られたロゴセラピー的援助法については，実証的な証拠に裏づけられた実践場面への検討がまだ不十分な日本において，今後ロゴセラピーの実践を学ぶ上での指針となる可能性があると考えられる。一方で，本研究の課題を上げると，PILテストの因子が今回の大学生の場合だけにあてはまり，他の対象者においてもそのままの因子になるかどうかという一般化可能性は，因子に含まれなかった項目もあるなど十分には検証されなかった。しかしながら因子による解釈の必要性やその有効性については提起できたと思われる。

人生の意味目的という年齢や対象によって様々な要因が考えられるこの概念について，誰にでも当てはまる形での潜在因子を想定することは難しいかもしれないが，基準となる年齢群や対象を設定し，その因子を他の群においてもあてはめることは，基準群との比較での解釈ができるため有効となるのではないかと考えられる。

ロゴテストに関しては，尺度項目の中には，Lukas（1964）の想定したものと異なる方向のものがいくつか見られた。これについては，日本語化した時の被験者の受け取り方の問題や文化や時代の要因が考えられるためにさらに今後検討する必要がある。

今回数量的研究の結果からまとめた，生きがい感充足の要因に関する枠組みは，ロゴセラピー的援助法の枠組みとしてだけでなく，ケース理解（アセスメント）にも有効となることと考えられる。カウンセリングには様々な理論があり，それぞれの理論は同じケースについてであっても，クライアントに対する焦点の当て方が異なる。その中で，ロゴセラピーの視点からケースを検討した研究はこれまで少なく，ロゴセラピーを学び始めた初学者には，力を入れるポイントや進め方などは，分かりづらい面であった。その中でロゴセラピー的なアセスメント法を用い，その項目間の関係性を扱った，本研究はケース理解の視点としての枠組みを提供するものになると考えられる。

一方で今回見出したロゴセラピー的援助は，従来のカウンセリングの基本的な関わり技法があった上で有効になる。また，ロゴセラピー的援助の基本は，何らかの技法を表面的に行えば良いのではなく，人生の意味や目的といったものに対するカウンセラー側の視点や態度が重要であることも忘れてはいけない点である。またこの実践研究は今後の実際の臨床の実践の中でさらに深めていくことが必要であり，その意味ではまだ始まったばかりだともいえる。さらに今後自ら励んでいきたい。

引用文献

- Crumbaugh, J. C. 1968 Cross Validation of Purpose-in- Life Test based on Frankl's concepts Journal of Individual Psychology, 24, 74-81.
- Crumbaugh, J. C. and Maholick, L. T. 1964 An Experimental Study on the existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noögenic neurosis. Journal of clinical Psychology, 20, 200-207.
- Frankl, V.E. 1975 Der Leidende Mensch, Verlag Hans Huber Bern (山田邦男監訳 2000 制約されざる人間 春秋社)

- 神谷美恵子 1966 生きがいについて みすず書房
- 勝田茅生 2008 ロゴセラピー入門シリーズ1 フランクルの生涯とロゴセラピー システムパブリカ
- 川崎由里子 2005 カウンセリング技法の効果研究 質問紙法と面接法を用いて 平成17年度 岩手大学人文社会科学部研究科修士論文
- 熊野道子 2006 生きがいとその類似概念の構造 健康心理学研究,19(1), 56-66.
- Lukas, E.S. 1964 Zur Validierung der Logotherapie (勝田茅生訳 2004 ロゴセラピーの有効性 V.E.フランクル 山田邦男監訳 意味による癒し ロゴセラピー入門 春秋社 Pp.175-231.)
- Reker, G. T. and Cousins, J. B. 1979 Factor structure, construct validity and reliability of the Seeking of Noetic Goals (SONG) and Purpose in Life (PIL) tests. Journal of clinical Psychology,35 (1), 85-91.
- 佐藤文子 1986 実存心理検査-PIL-の検討 態度スケールを中心に アルテス・リベラレス,39, 125-140.
- Sato,F. and Tanaka,H. 1974 An Experimental Study on the Existential Aspect of Life:Part 1 The cross-cultural approach to purpose in Life Tohoku Psychologia Folia , 33 , 20-46.
- 佐藤文子(監)田中弘子 斎藤俊一 山口浩 中谷敬明(編)2008 PILハンドブック改訂版 システムパブリカ
- 高橋真理 2004 PILテストとロゴテストによる医療関係者の生きがい感についての研究 - 2つのテストの比較検討を含めて 平成16年度岩手大学人文社会科学部人間科学課程行動科学コース 第2回特殊実験調査報告書
- 高橋真理 2005 大学生・社会人・高齢者の実存的側面に関する臨床心理学的研究 PILテストとロゴテストを用いて 平成十七年度岩手大学人文社会科学部 特別研究
- 高井範子 1994 実存分析的視点による現代人の生き方意識の検討 実存的生活意識インベントリーの作成と成人に対する調査の実施 人間性心理学研究, 12(1), 62-73.
- 高井範子 1999 実存分析的視点による生き方態度の発達の研究 - 実存的生き方態度インベントリー (EAL) による検討 - 大阪教育学年報, 4, 101-114.
- 上野弘司 1990 人生目的の所有・喪失と特性不安の関係 心の健康, 5(2), 108-112.
- 芳野晴男 1984 適応感と生きがい感・自己像との関連 日本心理学会第48回総会発表論文集 626.