

## “最適な” レジャースタイルを特徴づける 中核要素としての志向性概念の検討

教養教育 佐橋由美

抄録：本研究の目的は、成人のレジャー啓発やレジャー支援の場面において用いることのできるような、実用性の高いレジャー生活診断ツールを開発することであった。個人のレジャー生活の量的・質的充実度を評価するために、レジャーに対する考え方や好み、行動傾向などから総合的に把握するレジャー志向性尺度を作成し、女子大学生（N=198）に予備的に実施して、志向性尺度の因子構造や信頼性等の検討を行った。さらに、志向性プロフィールにもとづきサンプルのセグメンテーションを行い、各グループのレジャー生活の諸側面を比較検討することによって、最適なレジャースタイルを示すグループのレジャーの実態を明らかにし、レジャー啓発や支援の場面での有益な示唆を得ようと試みた。32項目からなる志向性尺度を因子分析した結果、志向性の概念は（1）長期的展望・向上、（2）活動性、（3）対人関係志向、（4）主導性、（5）利他主義、（6）自然志向の6要素から構成されることが明らかになり、各下位尺度の内的な一貫性も高かった（ $\alpha = .868 \sim .719$ ）。続いて、この6因子の因子得点による階層クラスター分析を行い、全サンプルをレジャー志向性に関して様々な特徴を持ついくつかのグループに分類した上で、各グループ間でレジャー活動参加量、レジャー生活満足度、内発的動機づけの強さ等のレジャー生活の充実度を比較していった。抽出された5つのグループの比較結果の中で最も顕著なコントラストを示したのは「最適型」-「消極型」であり、「最適型」はレジャー局面のみならず日常生活全体においても最もアクティブで充実度が高い一方、「消極型」はレジャー活動参加頻度が最も低く、動機づけに欠け、退屈しやすく、レジャー生活の満足度も低く、生活全般の well-being も最も低くなっていた。一連の統計的分析は、レジャー志向性のコンセプトが個人のレジャー生活や延いては生活全般の充実の程度を予測するのに有効であることを示しており、これを定量化するレジャー志向性尺度は、レジャー啓発や支援等の実践場面において、効果的に個人のレジャー生活の現状を診断するツールとしての可能性をもっていることが明らかになった。

索引語：最適なレジャースタイルと well-being レジャー生活診断ツールの開発 レジャー志向性尺度の開発

### 問題と目的

団塊世代の大量退職の時期を迎えている今日、中高年層の第二の人生とりわけ、レジャーの面での充実に対する社会の関心は、より一層高まってきているように思われる。しかし、レジャー研究の成果は目下のところ、未だその社会的ニーズに十分応えうるところまで来ておらず、また、中高年齢期のサクセスフルエイジング、良好な適応とい

う観点から研究を進める健康心理学等の分野でも、レジャー生活の充実を主題として取り上げる研究はほとんど認められない。このような状況下、当研究者は成人、とりわけ中高年齢者のレジャー生活の状況把握とそれが well-being に及ぼす影響を、比較的中長期のタイムスパンで研究を進める必要性を実感し、これまで、個人のレジャー生活の実態ならびにレジャーに対する考え方を把握するための鍵となるような中核概念を探索し、定量化す

ることに取り組んでできた。

個人のレジャー生活の充実を支援していくための第一歩は、現時点での各個人のレジャー生活の実情、およびレジャーに対する態度や動機づけなどを総合的に診断・評価することであり、その後、その個人をより良い方向へと導くべく、情報や助言、具体的支援策の提供がなされるというのが、効果的なプロセスといえるのではないだろうか。この成人へのレジャー教育ともいえるべく啓発のプロセスは、非常に重要であるにもかかわらず、実践的な面での具体的方法論に関しては、第1ステップへの糸口すら見つけられない状況である。

そこで当研究者は、そのようなレジャーの充実による well-being の向上といった長期研究目標の下、成人のより良いレジャー生活に向けての診断、そして方向性の提示、助言などで利用しうる診断ツールを開発し、有用なツールを蓄積していくという意図をもって研究に着手した。

2006年には、「レジャー志向性尺度の開発に関する研究」(佐橋・多留, 2006)において、レジャー生活の診断・評価にあたり、志向性という概念に着目し、この志向性からどれだけレジャー生活全般に関する有益な情報を引き出せるかを、試験的にレジャー志向性尺度を作成、女子大学生に実施して検討した。そこでは、レジャーにおける志向性は、「長期的展望一向上」「活動性」「主導性」「自然志向」「対人関係志向」の5側面から把握することができ、これらの下位概念のうちとりわけ「主導性」や「長期的展望一向上」「活動性」の得点が、様々なレジャー領域への参加度から見たレジャースタイルや、内発的動機づけレベル、退屈感や阻害レベルの低さなどと密接な関係があることが明らかになり、志向性がレジャー参加の量・質両面での有益な情報をもたらすことが実証された。しかし、この研究における知見は、あくまで少人数の女子大学生に限られたものであり、次の段階では、より大規模なサンプルにおいて再度検討すべき必要があった。また、志向性の把握にあ

たっても、より有効な下位概念があるかもしれない、追加の調査と分析が必要と考えられた。

これまでレジャー研究の先進国である北米では、個人のレジャー生活の充実度を把握する作業(診断)に用いることができる様々なツールの開発が試みられてきた。例えば、最も包括的で大掛かりな診断ツールとしては、LDB (Leisure Diagnostic Battery) (Witt & Ellis, 1989, 1985, 1984; Ellis & Witt, 1994, 1984)といわれるものがある。また、レジャー活動の量的な活発さを測る指標・方法としては、レジャー行動目録-LBI (Leisure Behavior Inventories)-という形式が最も一般的である。さらに、動機づけ傾向 (Graef, Csikszentmihalyi, & Gianinno, 1983; Weissinger & Bandalos, 1995) や退屈状況に対する感応性と耐性 (Iso-Ahola & Weissinger, 1990; Weissinger, Caldwell, & Bandalos, 1992), 阻害要因に対する認知の特徴 (Crawford, Jackson, & Godbey, 1991; Jackson, 1993, 1988; Jackson, Crawford, & Godbey, 1992), ストレス対処スタイル (Iwasaki & Mannell, 2000) 等の態度・動機づけ・行動特性なども個人のレジャー生活の充実度を測る観点として検討されてきた。しかし、これら様々な尺度研究をレビューしてみても、簡便かつレジャーの充実度を有効に弁別しうるような効力のある観点・尺度をあげることは困難な状況である。

本報告を含む一連の研究の長期目標は、できるかぎり広範な年齢層、ライフスタイルをもつ人々のレジャー生活を俯瞰しうるような有効なレジャー生活診断ツールをとりわけ、志向性というコンセプトに焦点を当てて開発していくことであるが、ここでは先の予備的調査に新たな観点も含めて尺度を拡充し、同じく女子大学生というコンビニエンスサンプルではあるが、先の調査を上回る規模の対象者に対し尺度を実施して、尺度の構造、信頼性・妥当性などを検討し、診断ツール開発・蓄積に資する基礎資料を得ようとするものである。

## 方 法

**対象：**奈良県下の O 女子大学に通う 2～4 年生 (3 学科) の学生。

**調査手続き：**本調査 (『余暇生活に関する調査』) は、2007 年 7 月～2008 年 5 月にかけて、調査者が担当する余暇関連の授業において、学期始め、ないしは学期末の数回に分けて、授業時間内に実施した。

**有効回答：**志向性尺度を中心に、その他いくつかの尺度において回答に不備のあったものを除外した結果、分析に用いることができた有効票は 198 件であった。

### 質問紙の構成：

#### レジャー生活全般に関する質問

レジャーに関わる部分の質問内容はまず、研究の主眼である ① レジャーに対する考え方や好み、行動傾向等を把握するための 32 項目のレジャー志向性尺度、そして、② レジャースタイルを様々な活動領域における参加頻度から量的に明らかにするためのレジャー行動目録 (54 活動)、③ レジャー場面における各個人の内発的動機づけ傾向を「自己決定」「コンピテンス」「関与」「挑戦」の 4 側面から測定するためのレジャー内発的動機づけ尺度 (Weissinger & Bandalos, 1995)、④ 同じく個人差としてのレジャーにおける退屈感応性を見るための退屈感尺度 (Iso-Ahola & Weissinger, 1990)、⑤ レジャーにおける阻害要因の認知度を「動機づけ」「コミュニケーションスキル」「時間的」「経済的」等 8 領域にわたって測定する尺度 (LDB Users Manual (Witt & Ellis, 1989))、⑥ レジャー生活満足度尺度 (単一尺度) 等からなっていた。

**レジャー志向性尺度** 32 項目からなり、各設問ともレジャー場面における考え方、行動傾向を表す内容的に相反する 2 つの文章「A○○○○……」 「B○○○○……」が示されている。これらについて、自分の考えや行動に相当する程度を「A」

「どちらかといえば A」「どちらかといえば B」「B」のいずれかで回答する。

#### 生活全般にわたる well-being を測定する項目

レジャー生活の充実度が全般的 well-being の向上にどの程度貢献しているのか検討することを目的として、従属変数である well-being を把握するために、① 生きがい度テスト (Purpose in Life Test, Part-A)、② 充実感尺度 (大野, 1984)、③ 自尊感情尺度 (Rosenberg, 1965) を実施した。

**分析：**志向性尺度の反応結果に対し因子分析等を行って、尺度の構造を明らかにするとともに、志向性尺度の得点に基づいてクラスター分析を行うことによって、サンプル全体をレジャー志向性に関して何らかの特徴を示すいくつかのグループに分類することを試みる。このセグメンテーション作業により、どのような志向上の特徴をもったグループが存在するのかを探るとともに、各グループのレジャー参加度や質的な面での充実などの有益情報が引き出せるかどうか、検討を試みる。

## 結果と考察

### 1. レジャー志向性尺度の構造

レジャー志向性尺度の構造を確認するために、主因子法による因子分析を試みた。まず初回の因子抽出は固有値 1.0 以上という基準で実行し、その後、固有値の減衰状況、解釈のしやすさ、過去の分析結果を考慮して最適な因子数を決定することにした。初回の分析では 6 因子が抽出され、その後繰り返された分析においても、6 因子解が最も妥当な結果と思われた。なお、通常行われる複数因子に高く負荷する項目や、逆に、あらかじめ設定した因子負荷量の基準に満たない項目を削除して因子抽出を繰り返すことは、これまでの分析結果との統一性を保つ意味で、今回、あえて行わなかった。因子抽出の後、プロマックス回転を実行して得られた分析概要が表 1 である。

表 1 によると、第 1 因子には、短期的・今こ

表 1 レジャー志向性尺度の基本統計量および因子分析の結果

| No                                 | 質問内容 (一)                      |                                  | 平均   | SD   | 質問内容 (十) |        | 第 I 因子<br>長期<br>展望・向上 | 第 II 因子<br>活動性 | 第 III 因子<br>対人関係<br>志向 | 第 IV 因子<br>主導性 | 第 V 因子<br>利他主義 | 第 VI 因子<br>自然志向 | クロンバ<br>ク<br>$\alpha$ |
|------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|------|------|----------|--------|-----------------------|----------------|------------------------|----------------|----------------|-----------------|-----------------------|
|                                    | 質問内容 (一)                      | 質問内容 (十)                         |      |      |          |        |                       |                |                        |                |                |                 |                       |
| 6                                  | A 手軽に遊んでも楽しめる活動が好き            | B 積極的に深い活動が好き                    | 2.06 | 0.96 | 852      | -0.24  | 0.39                  | -0.27          | -0.51                  | -0.27          | -0.51          | -0.27           | 0.868                 |
| * 14                               | B 自分のやり方で楽しむのはいい              | A 資格取得や技能向上を意欲しながら趣味活動をする        | 2.25 | 1.02 | 641      | -0.41  | -0.04                 | 0.02           | 0.37                   | 0.02           | 0.37           | -0.40           |                       |
| 5                                  | A 暇な時は遊びたい                    | B 時間ができれば何かを学びたい                 | 1.82 | 1.00 | 635      | -0.121 | -0.03                 | -0.07          | -0.158                 | -0.07          | -0.158         | -0.117          |                       |
| * 21                               | B 面倒なことは避けて楽できる活動をする          | A 今知識や技能がなくて努力すればできるようになると思う     | 2.68 | 1.00 | 628      | -0.189 | 0.066                 | 0.125          | 0.191                  | 0.125          | 0.191          | -0.01           |                       |
| * 22                               | A 学ばなくてはならないような趣味活動はない        | B 新しく何かを学ぶことが好き                  | 2.66 | 0.99 | 628      | -0.189 | 0.066                 | 0.125          | 0.191                  | 0.125          | 0.191          | -0.01           |                       |
| * 30                               | B 趣味のだから楽しんでいるという思いは持たない      | A 趣味であるために頑張るためにはいかなる努力も惜しまない    | 2.59 | 1.04 | 561      | -0.180 | -0.020                | 0.094          | -0.161                 | 0.094          | -0.161         | 0.031           |                       |
| * 23                               | A 今楽しいことをするものが私のポリシーだ         | B 将来の自分にとって糧になる活動に興味として行う        | 2.40 | 0.92 | 558      | -0.084 | -0.059                | 0.153          | 0.204                  | 0.153          | 0.204          | 0.092           |                       |
| * 13                               | B 今を楽しみたい                     | A 将来の目標に向かって自分を向上させることをしたい       | 2.43 | 1.10 | 388      | -0.052 | -0.124                | 0.22           | 0.279                  | -0.052         | 0.22           | 0.32            |                       |
| * 25                               | B 休養する方がエネルギーの元になる            | A 体を動かす方がエネルギーに充電になる             | 2.21 | 1.09 | 284      | 0.754  | 0.087                 | -0.191         | -0.023                 | 0.087          | -0.191         | 0.029           | 0.860                 |
| * 1                                | B コロコロしている                    | A 体を動かしたい                        | 2.43 | 0.96 | 140      | 0.653  | -0.047                | 0.156          | -0.043                 | 0.156          | -0.043         | 0.188           |                       |
| * 17                               | B 休養・リラックスを優先させる              | A スポーツやフットボールなどをして体を動かす          | 2.10 | 1.07 | 413      | -0.124 | -0.071                | -0.124         | -0.108                 | -0.071         | -0.108         | 0.128           |                       |
| * 26                               | B 外に出なくても身近で楽しめることはたくさんある     | A 外出好きで面白いことを外に出て探している           | 2.60 | 0.95 | -243     | 0.614  | 0.056                 | 0.121          | 0.257                  | 0.056          | 0.121          | 0.257           |                       |
| 2                                  | A 家にいたい                       | B 出かけたい                          | 2.64 | 1.01 | -224     | 0.568  | 0.005                 | 0.136          | 0.047                  | 0.005          | 0.136          | 0.047           |                       |
| * 18                               | B 家で静寂やインターネットの騒音情報を見ているのが楽しい | A ドライブや旅行に積極的に出かける               | 2.65 | 0.99 | 011      | 0.450  | 0.222                 | 0.172          | 0.096                  | 0.222          | 0.172          | 0.096           |                       |
| 9                                  | A テレビを見たり音楽を聴いたり静かにすごす        | B 作業や手仕事をこまめに動く                  | 2.10 | 0.99 | 562      | 0.338  | 0.037                 | -0.025         | -0.138                 | 0.037          | -0.025         | 0.020           |                       |
| * 10                               | B 出かけるよりはテレビやビデオを見る           | A 映画やコンサートを見に行く                  | 2.70 | 1.07 | 069      | 0.319  | 0.028                 | 0.340          | -0.033                 | 0.028          | 0.340          | -0.033          |                       |
| * 12                               | B 一人で趣味に没頭                    | A 誰かと一緒に過ごす                      | 2.60 | 1.06 | -157     | -0.029 | 0.747                 | 0.169          | 0.080                  | 0.169          | 0.080          | 0.089           | 0.815                 |
| 20                                 | A 一人で音楽を聴いたり本を読んだりする          | B 友達や家族とおしゃべりする                  | 2.60 | 1.07 | 064      | -0.023 | 0.687                 | 0.129          | -0.078                 | 0.129          | -0.078         | 0.085           |                       |
| * 28                               | B 私の趣味活動は一人でできるものが多い          | A 私の趣味活動は人と一緒にするものが多い            | 2.42 | 1.06 | 045      | -0.161 | 0.675                 | -0.254         | 0.037                  | -0.254         | 0.037          | -0.190          |                       |
| 4                                  | A 一人で過ごしたい                    | B 友達と過ごしたい                       | 2.72 | 0.96 | -049     | 0.119  | 0.663                 | -0.001         | 0.069                  | -0.001         | 0.069          | -0.007          |                       |
| 31                                 | A 何を計画する際自分にはサポート役だ           | B 何を計画する際自分が中心となって進める方だ          | 2.47 | 0.94 | 088      | 0.005  | -0.022                | 0.775          | -0.078                 | 0.775          | -0.078         | -0.018          | 0.805                 |
| * 23                               | B 提案された計画に賛成するというのがいつも嫌いだ     | A 最初に何かの提案をするのは自分だ               | 2.53 | 1.04 | 083      | -0.015 | 0.023                 | 0.684          | 0.17                   | 0.684          | 0.17           | -0.181          |                       |
| * 15                               | B 人から誘われるのを待っている方が好きだ         | A 自分が中心となって計画を立てるのは楽しい           | 2.66 | 1.03 | 075      | -0.122 | 0.023                 | 0.680          | -0.087                 | 0.680          | -0.087         | 0.118           |                       |
| * 7                                | B あまり目立たず控え目                  | A 人が集まる場面で積極的に中心                 | 2.42 | 0.95 | -032     | 0.342  | 0.024                 | 0.365          | -0.060                 | 0.365          | -0.060         | -0.044          |                       |
| 16                                 | A ボランティア活動や地域活動などにはあまり関与しない   | B ボランティアやNPOの活動など、時間があつたらしてみたい   | 2.37 | 1.01 | -051     | 0.380  | -0.195                | -0.109         | 0.663                  | -0.109         | 0.663          | 0.024           | 0.752                 |
| 32                                 | A まずは、自分のことが優先されたいと思う         | B 積極的にボランティアや社会貢献活動に関わっていききたい    | 2.10 | 0.77 | 105      | 0.012  | -0.023                | 0.069          | 0.855                  | 0.069          | 0.855          | 0.123           |                       |
| * 24                               | B 自由時間は自分のために使いたい             | A 自由時間には、できるかぎり社会や人の役に立ちたい       | 1.89 | 0.79 | 083      | -0.093 | 0.249                 | -0.096         | 0.632                  | -0.096         | 0.632          | 0.088           |                       |
| * 8                                | B 自由時間は自分の楽しみや将来のために使いたい      | A 人の役に立つことは喜びなので自由時間にはそのような活動を行う | 1.76 | 0.79 | 120      | -0.080 | 0.076                 | -0.084         | 0.548                  | -0.084         | 0.548          | -0.080          |                       |
| * 3                                | B 旅行するならばあふれる雑多なところ           | A 旅行するならば自然豊かなところ                | 3.20 | 0.90 | -166     | 0.050  | -0.007                | -0.021         | 0.042                  | -0.021         | 0.042          | 0.753           | 0.719                 |
| * 11                               | B 人の中にいると落ち着く                 | A 自然の中に行くと落ち着く                   | 3.28 | 0.84 | -152     | 0.124  | -0.005                | -0.036         | 0.003                  | -0.036         | 0.003          | 0.697           |                       |
| * 27                               | B 繁華街など人の多いところに行きたい           | A 人のいない静かな場所に行きたい                | 2.88 | 0.95 | -128     | -0.214 | 0.049                 | -0.118         | 0.011                  | -0.118         | 0.011          | 0.606           |                       |
| 19                                 | A 環境問題や食の安全などには興味がない          | B 自然の中でのスローライフにあこがれる             | 2.81 | 0.92 | 080      | 0.165  | -0.072                | 0.035          | 0.121                  | -0.072         | 0.035          | 0.444           |                       |
| 因子相関行列                             |                               |                                  |      |      |          |        |                       |                |                        |                |                |                 |                       |
| 説明率 51.9%                          |                               |                                  |      |      |          |        |                       |                |                        |                |                |                 |                       |
| I II III IV V VI                   |                               |                                  |      |      |          |        |                       |                |                        |                |                |                 |                       |
| I — 0.363 -0.023 0.328 0.435 0.159 |                               |                                  |      |      |          |        |                       |                |                        |                |                |                 |                       |
| II — — 0.509 0.479 0.157 -0.003    |                               |                                  |      |      |          |        |                       |                |                        |                |                |                 |                       |
| III — — — 0.421 0.100 -0.054       |                               |                                  |      |      |          |        |                       |                |                        |                |                |                 |                       |
| IV — — — — 0.282 -0.174            |                               |                                  |      |      |          |        |                       |                |                        |                |                |                 |                       |
| V — — — — — 0.209                  |                               |                                  |      |      |          |        |                       |                |                        |                |                |                 |                       |
| VI — — — — — —                     |                               |                                  |      |      |          |        |                       |                |                        |                |                |                 |                       |

※得点化は、通常の場合 A→B の順に 1~4 点を配点。項目番号に \* が付されている場合は A→B の順に 4~1 点を与えた。

での(即時的・刹那的)楽しさを追求するよりは、長期的な視点を持ち、自身の将来に繋がるような行動を選択する傾向、知識やスキルを必要としない手軽な活動よりも、多少複雑で手応えがある挑戦的な活動を好む(いわゆる“向上心”が強い)傾向を捉える項目の負荷が高く、「長期的展望・向上」と名づけた。なお、項目 No. 9 の「A. テレビを見たり音楽を聴いたり静かに過ごす-B. 作業や手仕事をしてこまめに動く」は、第Ⅰ因子への負荷量が.562と第Ⅱ因子の.338よりも上回っており、正しくは第Ⅰ因子に属するものとして表記すべきところではあるが、先の研究結果(佐橋・多留, 2006)との整合性を優先して、第Ⅱ因子の欄に記録した。

第Ⅱ因子には、休養よりは体を活発に動かそうとする身体的活発さと、室内での二次的・仮想的な体験よりは、外出しての現場体験、本物体験を求める心理的な傾性としての活動性を表す項目が集まり、「活動性」とした。なお、項目 No. 10「A. 出かけるよりはテレビやビデオを見る-B. 映画やコンサートを見に行く」の因子負荷は、どの因子に対しても.350未満であり、なおかつ、第Ⅳ因子への負荷の方が若干高くなっているが、これについても、先行研究との整合性を優先した結果であることを示しておく。

第Ⅲ因子には、レジャー場面において他者との経験の共有を志向するのか、単独での行動を求めるのかを尋ねる項目が纏った。

第Ⅳ因子「主導性」の特徴は、レジャー場面において自ら率先して計画・企画を始動し、他者をもリードするようなリーダーシップ傾向を表す項目が集結したことである。

第Ⅴ因子にはレジャー享受面で、もっぱら自分の興味・欲求が優先されるのか、他者へも配慮し、互恵的な関係を志向しているのかを表す項目が集まり、「利他主義」と命名した。

第Ⅵ因子は、現実生活のストレスから離れ、静かで自然豊かな環境を求める傾向を表していた。

因子ごとの信頼性係数は、 $\alpha = .868 \sim .719$ であり、各因子の構成項目数が4~8であることを考えると、各下位尺度の内的一貫性は十分に高いと考えられる。

以上の結果は、佐橋・多留(2006)の研究結果と極めて類似しており(ただ、そこでは「利他主義」という要素は検討されていない)、レジャー志向性を構成する要素は比較的安定したものであると判断してよいものと思われる。

## 2. 志向性尺度を用いたレジャー生活診断の試み

ここでは、志向性尺度の得点に基づいてクラスター分析を実行、サンプル全体をレジャー志向性に関して何らかの特徴を示すいくつかのグループに分類することを試みる。さらに、そのセグメンテーショングループ間で、様々な活動への参加頻度、レジャーに対する内発的動機づけ、レジャー場面における阻害要因認知などのレジャー関連変数、さらには全般的な well-being レベルの比較を試みる。レジャー関連変数や well-being 変数に関して、グループ間で何らかの差異が一貫した特徴・パターンで示されるのであれば、志向性尺度が各個人のレジャー生活を診断するツールとして、ある程度有効であるということが示されるものとする。

図1は、表1の因子分析から導き出された因子得点を用いて階層クラスター分析(Ward法)を行った結果を示したものである。今回の分析では、全サンプルを5グループに分割して、各グループの志向性に関するプロフィールを作成した。各グループの志向性上の特徴を端的に言い表すラベルを探すとすると、clu1→「最適型」、clu2→「平準型」、clu3→「自己中心/現在志向型」、clu4→「消極型」、clu5→「自己啓発型」などを充てることが可能かもしれない。

命名の経過をプロフィールと対応させながら見ていくと、clu1「最適型」は、6因子中5因子で高い正の値を示しており、特に「活動性」「対人

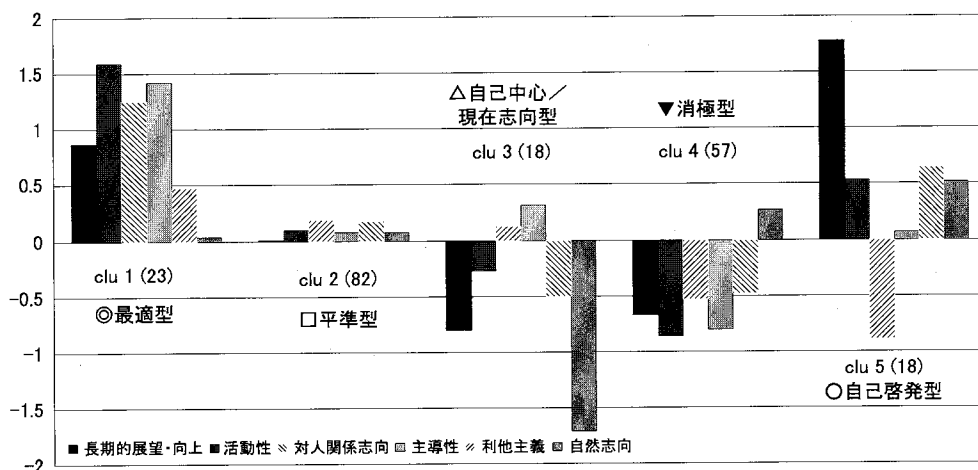


図1 各クラスターごとの志向性得点パターンの特徴（プロフィール）

関係志向」「主導性」の3因子の得点は最高値であった。このグループは、ほぼすべての観点について高得点を記録したことから、レジャーに対する考え方やレジャー場面における行動傾向が最もポジティブで望ましいグループと考えられ、この志向の型こそがアクティブで充実したレジャースタイルに反映されると予測して、“最適”と表現した。

clu1「最適型」がレジャー志向性のポジティブエンドだとすると、clu4は同じ理由によって真逆のネガティブエンドに位置づけられよう。理想型としての「最適型」に対して、最も未発達、未熟、望ましくないスタイルという意味を込めて「消極型」とした。

clu5「自己啓発型」は、所属人数が少ないものの、非常に明確な志向上の特徴をもったグループである。「長期的展望・向上」の得点が突出しており、今を楽しめさえすればよいといった享乐的なところがなく、自身の将来の糧となるような活動に挑戦し続けるといった向上心をもっている点が特徴である。また、何事も人と一緒にないと楽しめないと考える「対人関係志向」は弱く、一人単独の独立的な行動をとるところも非常に特徴的である。しかし、単独行動を好む一方で、「利他主義」の得点は最も高く、他者への配慮を忘れず、

他者の役に立つという互惠的な関係の重要性についても認識している。自ら自発的・積極的に行動する「主導性」という点では、弱い面が見られた。

clu5「自己啓発型」の志向性プロフィールを反転させた形状といってよいのがclu3「自己中心／現在志向型」である。「長期的展望・向上」得点が5グループ中最低で、遠い将来のことを考えるよりも今を楽しみたい、難しく努力を要することよりは気軽にリラックスして楽しめることをしたい“現在中心主義者”といってよいであろう。他方、「主導性」の得点が高く、自ら自発的・積極的に行動し、人をリードするリーダー的存在という一面もあるが、「利他主義」得点が低いことなど、多少、自己中心的なところは否めない。

clu2は図1に明らかなように、すべての因子得点が平均(=0)に近いということで、「平準型」と呼ぶことにした。

以上のグルーピング作業に続き、それぞれが固有のプロフィールをもつ5つのグループ間でレジャー活動参加の量的・質的側面の充実度に差が認められるかどうか、分散分析・多重比較等の分析により検討した。そして、レジャー生活の様々な側面に関する比較結果を総覧することによって、志向上の特性がレジャー生活の充実に影響するその影響のありように通底するパターンを探った。

図2は、様々なレジャー活動種目（領域）への参加頻度や、全活動種目への参加を平均化した全体的参加度などレジャー参加の量的側面について比較検討したものである。回答は、54種目の活動のそれぞれに対し「非常によくする(5)」「よくする(4)」「ときどきする(3)」「まれにする(2)」「しない(1)」の5段階で評定してもらう形式で、回答結果は13の活動領域（カテゴリー）に纏めて分析に用いた。全体の参加度や各活動領域における参加度を比較した結果を見ると、大方の活動領域において、一貫してclu1→clu5→clu2・clu3→clu4という順で参加度が高いことがわかった。

これに対して、「見物・観賞」や「パフォーマンス」「教養・学習」などの領域の参加頻度につ

いては、clu5「自己啓発型」の特徴が強く反映された結果であった。

図3は、レジャー生活に対する満足度やレジャー参加を妨げる様々な要因についての認知度等、レジャー参加の質的側面を表す諸要素に志向性がどのように影響しているかを示している。阻害要因の認知度については、「コミュニケーションスキルの問題」「友人関係の問題」「環境・機会に関する問題」等合計8領域の阻害について「非常にあてはまる(1)」～「まったくあてはまらない(5)」の5件法での回答を求めているが（各領域2項目）、2領域の阻害要因認知は図に示していない。

また、図4はレジャー場面における内発的動機づけや退屈感の強さ、全体的な参加阻害の程度を

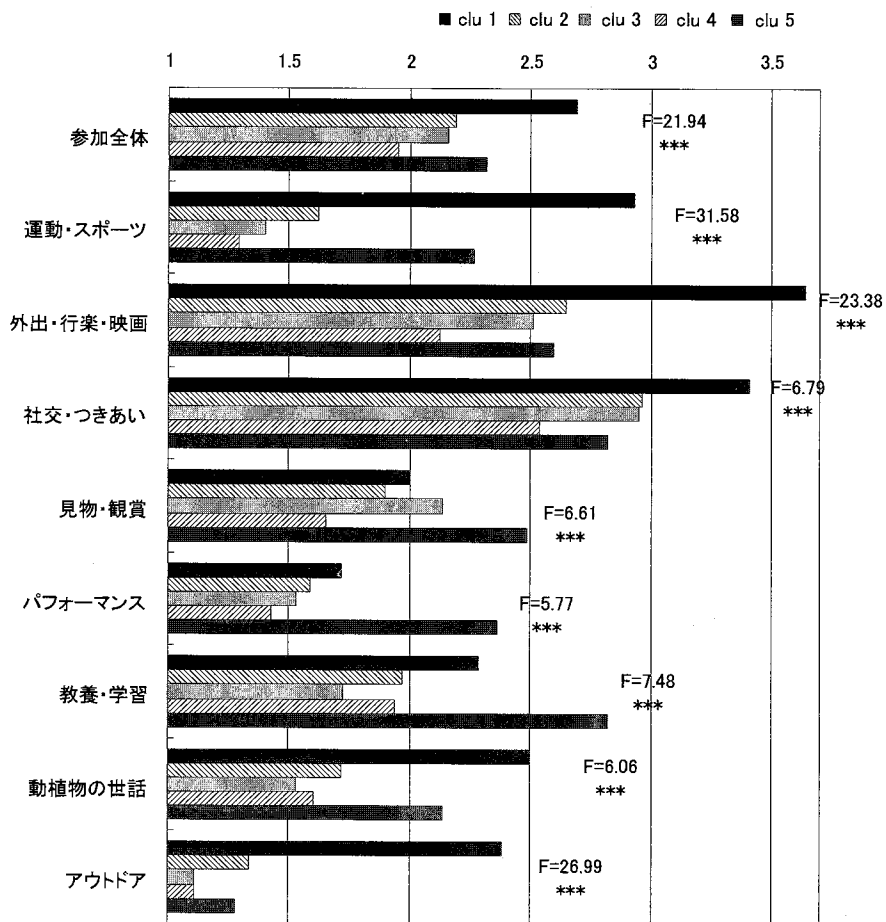


図2 レジャー参加の量的側面（頻度）に対する志向性の影響

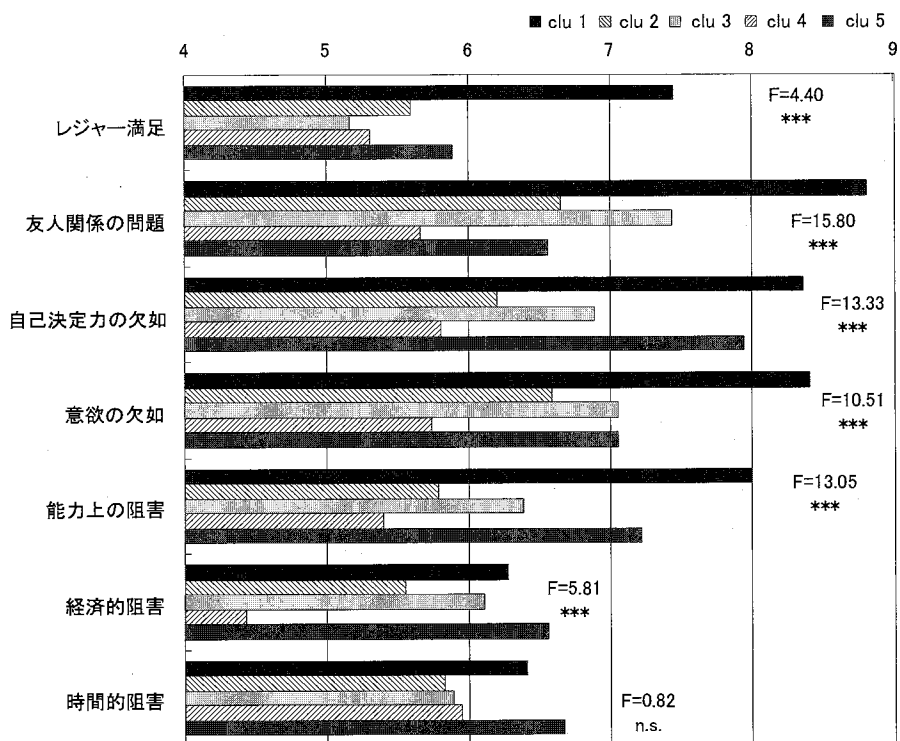


図3 レジャー参加の質的側面（満足度・障害認知）に対する志向性の影響

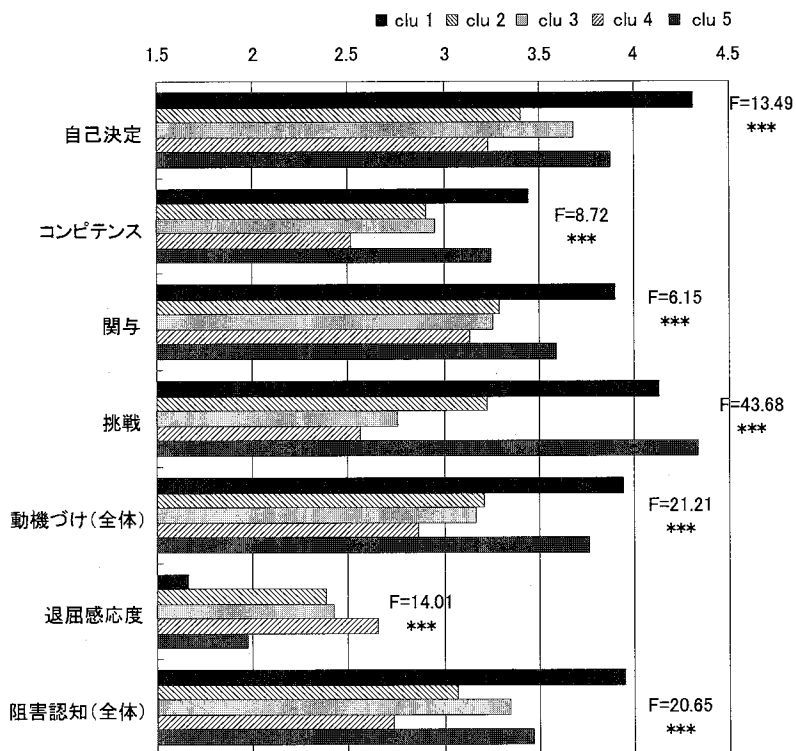


図4 レジャー参加の質的側面（内発的動機づけ等）に対する志向性の影響



比較したものである。レジャー内発的動機づけ (Intrinsic Leisure Motivation) 尺度は、「自己決定」「コンピテンス」「関与」「挑戦」の4つの下位尺度から構成される24項目の尺度である。また、退屈感 (Leisure Boredom) 尺度は、レジャー場面で各個人が感じる退屈感の強さを一次元で捉える尺度 (16項目) で、退屈感が強い場合は、点数が高くなるよう配点されている。

量的な側面 (図2) と同様に、質的な側面に関しても、clu1→clu5→clu2・clu3→clu4の順序関係はほぼ変わることがなかった。

このように、レジャー生活の量・質両面での充実度は志向性上の特徴と共変関係にある、つまり志向性に影響されることが明らかになった。しかも、その影響パターンには規則性があり、最適型 (clu1)→自己啓発型 (clu5)→平準型 (clu2)・自己中心／現在志向型 (clu3)→消極型 (clu4) という明確な順序性が量的・質的充実度を測る様々な指標において随所に確認された。

### 3. レジャー志向性とレジャー生活の充実、well-being 向上

前項では、レジャー志向性がレジャー生活の量的・質的充実度に強く影響を及ぼしていることを明らかにしたが、ここではレジャー生活の局面に限らず、広く日常生活全般に目を向けたとき、レジャー志向性が何らかの影響を及ぼしていないか検討してみることにした。図5には心理的 well-being レベルを測る指標として定評のある生きがい度 (Purpose in Life) テストや、生活充実感尺度、自尊感情尺度に関する分析結果を示した。レジャー関連要因についての比較分析で浮かび上がった規則性はここにおいても確認することができた。志向性がよりポジティブな方に変容していくことによって、レジャー生活もより充実した方向へ向かって行き、その結果として全般的な well-being レベルが上昇するのか、それとも、そのような因果波及的な関係ではなく、志向性と well-being

そのものがダイレクトに影響し合うものなのか明らかではないが、レジャーに対する考え方、好み、行動傾向などレジャー場面に限定して把握されたレジャー志向性が、広く日常生活全般に対する、あるいは日常生活の多様な行動場面において自身に対してもつ印象・評価にまで影響を及ぼしていることは非常に興味深い。

### 4. レジャー生活診断ツールとしての志向性尺度の有効性

表2は、志向性がレジャー生活、全般的な well-being に及ぼす影響を検討した結果の概略を図式的に表現したものである。多重比較の結果もできる限り反映させてある。また、表中の各タイプの配置順については、クラスター分析での抽出順ではなく、左列ほど多くの指標でネガティブ、不活発、消極的な状態を示しているグループを配置し、右に行くにしたがって、よりポジティブでアクティブ、積極的な状態を示すグループを昇順で配置している。一覧表に明らかなように、レジャー生活の充実という点では、量的にも質的にもほとんどの項目において、志向性の特徴が強く反映されるという結果であった。右端の「最適型」および「自己啓発型」と左端「消極型」の間にはどの観点においても一貫して、絶対的とも思えるレベル差が存在しており、「平準型」および「自己中心／現在志向型」と「自己啓発型」の間、そして「消極型」との間には、多くの場合で統計的有意差が認められている。生活全般の充実度を表す well-being 指標に関しても、この順序性は明瞭に見てとれた。

このようにレジャー志向性尺度は、各個人が現在、「消極型」をネガティブエンド、「最適型」を理想像ーポジティブエンドーとしたレジャーの充実・深化・発展のプロセスを表す仮想線上のどのあたりに位置しているのか (すなわち、どのクラスターに属しているか)、具体的イメージを伴って対象者に示すことができる有効な診断ツールだ

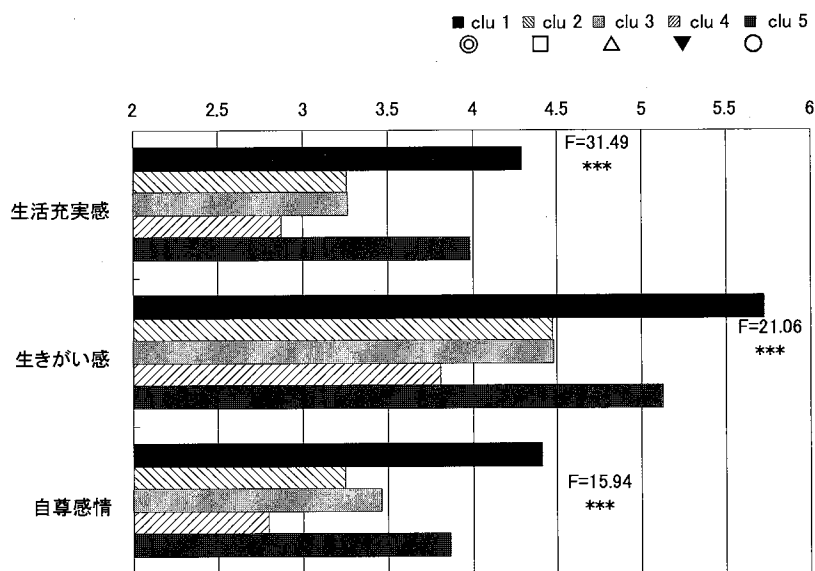


図 5 well-being に対する志向性の影響

表 2 レジャー関連変数および well-being のグループ間比較の概略

| 生活の局面          | 比較項目           | 消極型<br>clu 4 | 自己中心／<br>現在志向型<br>clu 3 | 平準型<br>clu 2 | 自己啓発型<br>clu 5 | 最適型<br>clu 1 |
|----------------|----------------|--------------|-------------------------|--------------|----------------|--------------|
| レジャー生活要因       | レジャースタイル(参加頻度) | ○            | ◎                       | ○            | ○              | ○            |
|                | マスメディア         | ▲            | ▲                       | △            | ○              | ◎            |
|                | 運動・スポーツ        | △            | ○                       | ○            | ○              | ◎            |
|                | 外出             | △            | ○                       | ○            | ○              | ◎            |
|                | 社交・つきあい        | ▲            | ○                       | △            | ◎              | △            |
|                | 見物・観賞・映画       | ▲            | △                       | △            | ◎              | ○            |
|                | 演奏・パフォーマンス     | ▲            | △                       | △            | ○              | △            |
|                | 創作             | ▲            | △                       | △            | ◎              | ○            |
|                | 教養・学習          | ▲            | △                       | △            | ○              | ◎            |
|                | 動植物の世話         | ◎            | ○                       | ◎            | ○              | ▲            |
|                | パソコン・ネット       | ▲            | ▲                       | △            | △              | ◎            |
|                | アウトドア          | ▲            | ▲                       | △            | △              | ○            |
|                | 社会的活動          | ▲            | △                       | △            | ○              | ◎            |
|                | 参加全体           | △            | △                       | ○            | ○              | ◎            |
| 質的側面           | レジャー生活満足度      | △            | △                       | ○            | ○              | ◎            |
|                | 内発的動機づけ        | ▲            | △                       | ▲            | ○              | ◎            |
|                | 自己決定           | ▲            | △                       | △            | ○              | ◎            |
|                | コンピテンス         | △            | △                       | △            | ○              | ◎            |
|                | 関与             | ▲            | ▲                       | △            | ◎              | ○            |
|                | 挑戦             | ▲            | △                       | △            | ○              | ◎            |
|                | 全体             | ▲            | △                       | △            | ○              | ◎            |
| 全般的 well-being | 退屈感(弱)         | ▲            | △                       | △            | ○              | ◎            |
|                | 阻害要因認知(少)      | ▲            | ○                       | △            | ○              | ◎            |
|                | 生活充実感          | ▲            | △                       | △            | ○              | ◎            |
| well-being     | 生きがい感          | ▲            | △                       | △            | ○              | ◎            |
|                | 自尊感情           | ▲            | △                       | △            | ○              | ◎            |

◎高レベル ○中レベル △低レベル ▲著しく低いレベル

と評価できよう。仮に、この仮想線の間あたりに位置する「自己中心／現在志向型」や「平準型」に分類された個人は、より高度な到達目標としての「自己啓発型」や「最適型」の存在が示されることとなろう。32項目と短く、基本的に二者択一形式（実際には4段階評定）であることから、ゲームの要素もあり、楽しみながらできるという特徴ももっているが、各個人のレジャー生活の到達レベルを比較的正確に予測・診断することもできる。また、今後の目標とすべき、より上位の発展・進化したレジャースタイルのイメージも範として示して見せることができ、レジャー啓発やレジャー支援の現場での利用価値は高いと思われる。

### まとめと今後の課題

本研究は、成人を対象とするレジャー啓発・支援プログラムの実践場面において用いることのできる、実用性の高いレジャー生活診断ツールの開発を試みるものであった。個人のレジャー生活の量的・質的充実度を評価するために、レジャーに対する考え方、好み、行動傾向など複合的な要素から構成される“志向性”の概念を設定し、佐橋・多留（2006）の試験的研究を踏まえつつ改良を加えた32項目のレジャー志向性尺度を作成し、女子大学生（ $N=198$ ）に実施した。本来、当研究者のターゲットとしている層は、比較的年齢の高い中高齢の成人であるが、今回の調査は、予備的な調査の位置づけであった。しかし、先の研究に比べれば、サンプルの規模は倍であった。

まず、志向性尺度の構造を明らかにするために、32項目からなる志向性尺度への反応を因子分析した結果、志向性の概念は（1）長期的展望・向上、（2）活動性、（3）対人関係志向、（4）主導性、（5）利他主義、（6）自然志向の6つの要素から構成されることが明らかになった。信頼性係数－クロンバックの $\alpha$ －を各下位尺度ごとに算出したところ、第I因子から第VI因子までそれぞれ、 $\alpha = .868$ ,

.860, .815, .805, .752, .719であり、各因子の構成項目数が4～8であることを考えると各下位尺度の内的一貫性は十分に高いと考えられた。

続いて、この6因子の因子得点を用いて階層クラスター分析を行い、レジャー志向性についての特徴の固有性を最大化するように全サンプルをグループ分けした上で、各グループ間でレジャー活動参加量、レジャー生活満足度、内発的動機づけの強さ、阻害要因の認知度などから捉えられるレジャー生活の充実度を比較していった。抽出された5つのグループには、志向性得点のプロフィール（図1）を見ながら、際立った特徴を代表するような名称を付与していった。抽出された順に、「消極型」（clu1）、「平準型」（clu2）、「自己中心／現在志向型」（clu3）、「自己啓発型」（clu4）、「最適型」（clu5）と名づけた。

量的・質的に様々な要素から把握されるレジャー生活の充実度や全般的 well-being のレベルを5グループ間で比較したところ、ほぼすべての観点について「最適型」（clu1）→「自己啓発型」（clu4）→「平準型」（clu2）→「自己中心／現在志向型」（clu3）→「消極型」（clu4）の順序性が保たれており、志向性が、レジャー生活や生活全般の充実度の水準を一貫して、ぶれることなく安定して弁別していることが明らかになった。この高い弁別力が、志向性尺度の有効性を裏づける一因と解釈された。

さらに、実践的・応用的観点からも志向性尺度の可能性が示された。志向性のどの要素の得点が高く、どの要素が低いといったプロフィールに注目することで、現在、ある個人がレジャーの発展プロセス上のどの段階に位置しているか（どのグループに分類されるか）を明示できる。最もネガティブな状態に止まっている「消極型」ならば、将来の方向性として、あるいは到達すべき目標として、残り4グループのイメージが提示できる。

このように、各個人に、発展プロセス上の位置を示すことができるという志向性尺度の特徴は、実践場面においての使用を強く後押しするものと

いえるであろう。

最後に、本研究の結果は、先の研究の知見とも一致するものであり、志向性尺度の安定性という点ではその長所を確認したといえるが、どちらの研究も調査サンプルの選定の時点で限界があり、研究結果の敷衍には慎重を要する。今後は、より年齢の高い中高年の成人女性にまで対象範囲を広げ調査を実施して、結果の再現性を確認していくことが目標となろう。

### 引用・参考文献

- Coleman, D. J., & Iso-Ahola, S. E. (1993). Leisure and health: The role of social support and self-determination. *Journal of Leisure Research*, 25, 111-128.
- Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G. C. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13, 309-320.
- Ellis, G. D., & Witt, P. A. (1994). Perceived freedom in leisure and satisfaction: Exploring the factor structure of the perceived freedom components of the leisure diagnostic battery. *Leisure Sciences*, 16, 259-270.
- Ellis, G. D., & Witt, P. A. (1984). The measurement of perceived freedom in leisure. *Journal of Leisure Research*, 16, 110-123.
- Graef, R., Csikszentmihalyi, M., & Gianinno, S. M. (1983). Measuring intrinsic motivation in everyday life. *Leisure Studies*, 2, 155-168.
- 堀洋道 (監) 山本真理子 (編) (2001). 心理測定尺度集 I - 人間の内面を探る < 自己・個人内過程 > サイエンス社, 29-31.
- 堀洋道・山本真理子・松井豊 (編) (1996). 心理尺度ファイル-人間と社会を測る- 垣内出版, 209-212.
- Iso-Ahola, S. E., & Weissinger, E. (1990). Perception of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the Leisure Boredom Scale. *Journal of Leisure Research*, 22, 1-17.
- Iwasaki, Y., & Mannell, R. C. (2000). Hierarchical dimensions of leisure stress coping. *Leisure Sciences*, 22, 163-181.
- Jackson, E. L. (1993). Recognizing patterns of leisure constraints. *Journal of Leisure Research*, 25, 129-149.
- Jackson, E. L. (1988). Leisure constraints: A survey of past research. *Leisure Sciences*, 10, 203-215.
- Jackson, E. L., Crawford, D. W., & Godbey, G. (1992). Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 15, 1-12.
- 西田裕紀子 (2000). 成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究 教育心理学研究, 48, 433-443.
- Sahashi, Y., & Sato, K. (2007). The development of the Leisure Orientation Scale. *Asia-Pacific Conference on Exercise and Sports Science 2007 Program and Abstracts*, 117-118.
- 佐橋由美・多留里香 (2006). レジャー志向性尺度の開発に関する研究 日本レジャー・レクリエーション学会第36回大会発表論文集, 106.
- 佐藤文子・田中弘子・斉藤俊一・山口浩・千葉征慶 (編) (1998). PIL テストハンドブック I ~ IV・別巻 システムパブリカ
- Weissinger, E., & Bandalos, D. L. (1995). Development, reliability and validity of a scale to measure intrinsic motivation in leisure. *Journal of Leisure Research*, 27, 379-400.
- Weissinger, E., Caldwell, L. L., & Bandalos, D. L. (1992). Relation between intrinsic motivation and boredom in free time. *Leisure Sciences*, 14, 317-325.
- Witt, P. A., & Ellis, G. D. (1989). *The leisure diagnostic battery: Users manual*. State College, PA: Venture Publishing Inc.
- Witt, P. A., & Ellis, G. D. (1985). Development of a short form to assess perceived freedom in leisure. *Journal of Leisure Research*, 17, 225-233.
- Witt, P. A., & Ellis, G. D. (1984). The leisure diagnostic battery: Measuring perceived freedom in leisure. *Society and Leisure*, 7, 109-124.

# Examining the Effectiveness of Leisure Orientation Construct as a Framework for Understanding the Factors that Shape People's Optimal Leisure Lifestyles

Osaka Shoin Women's University  
Yumi SAHASHI

## ABSTRACT

The purpose of this study was 1) to develop an instrument (here, Leisure Orientation Scale) to evaluate quantitatively and qualitatively the conditions of individuals' leisure lives among a wide range of adults, 2) to investigate the statistical effectiveness (reliability and validity) with a convenience sample of college students, and 3) to discuss the effectiveness of Leisure Orientation construct and the practical applications of the instrument within the context of leisure consultation and adult leisure education. Although it is highly desirable that this instrument should be applicable to wide-ranging adults from adolescents to the middle aged, this time, this leisure orientation scale was piloted on 198 students of a women's university in Nara pref. The 32-item Leisure Orientation Scale based on a 4-point response format was incorporated into a survey questionnaire consisting of other scales that assess, not only such leisure-specific variables as amount of leisure participation, strength of motivation, leisure satisfaction and perception of leisure constraints, but grasp overall well-being, such as life satisfaction or self-esteem, and was implemented to the university students. An exploratory factor analysis was performed in order to examine the factor structure of the scale. Six factors emerged as follows: (1) long-term perspective/personal growth, (2) vigorousness, (3) sociableness, (4) leadership, (5) altruism, and (6) nature-oriented. The internal consistency coefficients (Cronbach's alpha) for the subscales were acceptable as they ranged from .868 to .719. Factor scores were calculated for each of the six components. In the next stage of analysis, based upon the subscale-scores, all subjects were divided into several different groups reflecting their own characteristics or profile of leisure orientation using a procedure of hierarchical cluster analysis. Five types of groups were identified, and were compared to each other concerning levels of leisure participation, leisure satisfaction, intrinsic motivation, perception of constraints during leisure time, and even the level of overall well-being. The results indicate that "optimal" type showed the most desirable leisure lifestyle and the highest level of psychological well-being, whereas "passive" type indicated the most inactive participation in leisure, lack of motivation, lowest leisure satisfaction and the lowest level of well-being. A series of statistical analyses revealed that Leisure Orientation construct contributed to assess the extent of enrichment of individuals' leisure lives, and even estimate the level of their overall quality of life. The Leisure Orientation Scale seems to be an effective tool for assessing people's leisure life situations within the context of leisure consultation and adult leisure education.

**Keywords:** optimal leisure lifestyles and well-being, development of leisure diagnostic battery, development of Leisure Orientation Scale