

高齢者の回想： 主観的幸福感・時間的展望との関連

山 口 智 子¹⁾

問 題

1. Butlerの見解とその後の研究

Erikson, E. H. (1950) が、老年期において自我の統合を達成することは、人生を振り返り、自分のライフサイクルと生き様を受容することであり、統合性の発達には人生の肯定的回想に依存すると述べたが、ライフ・レビュー（人生回顧：life review）という概念を述べ、高齢者の回想やライフ・レビュー研究の先駆けとなったのはButler (1963) である。

Butler は、「死を前にすることによって活性化した回顧過程であるライフ・レビューは、自然で普遍的な過程であり、過去の経験を積極的に知覚し、未解決の葛藤を再考し、潜在的に人格の再構成へと進んでいく」と述べ、回想の肯定的な意義を指摘した。

Butler がライフ・レビューの重要性を示唆して以来、多くの研究が行われたが、研究は大きくは2つの流れになっている。1つは回想の肯定的意義に注目し、回想の内容や機能を研究するもので、もう1つは介入法としてのライフ・レビュー法や回想法の効果や技法の研究である。ここでは、主に、回想研究について概観する。

(1) 回想の種類 McMahon, & Rhudick (1967) は、高齢者の面接から①過去を美化する回想、②死期を意識することで自然に起こる回想：Butler (1963) のライフ・レビュー、③高齢者が自分の経験を聞き手に伝える情報伝達を目的とした回想、④うつ的な回想の4つに分類した。Coleman (1974) は、面接の自発的会話を、①単に過去について語った回想、②人生の正当化や再統合の意味をもつ回想、③情報伝達や教育的機能をもつ回想に分類した。LoGerfo (1980) は種々の研究のレビューを行い、①情報伝達的回想、②評価的回想、③強迫的回想に分類し、さらに、過去美化を情報伝達的回想の防衛としてとらえ、うつや強迫的回想は情報伝達的回想や評価的回想がうまく機能しない結果と考えている。Merriam (1980) は、他の側面に注目し、回想を個人

内での回想と対人場面で行われる対人交流的回想に区別している。これらの研究をまとめると、回想には個人内での回想と、対人関係の中で行われる対人交流的回想があり、さらに、回想は、①過去を美化したり、自尊心を高めるような回想、②自分の成熟における意味を見つけるための評価的な回想、③聞き手に何かの情報を与えるための情報伝達的な回想、④うつ的、強迫的回想など、幾つかの種類の回想があると考えられる。

(2) 回想の機能 回想の機能としては、認知や人格の及ぼす機能が検討されている。回想の人格に及ぼす機能について、Romaniuk & Romaniuk (1981) は、13項目からなる尺度を作成し、因子分析の結果、①自己尊重やイメージの活性、②問題解決、③自己理解を指摘し、Pincus (1970) は、個人内回想の機能として、自己同一性の強化、悲嘆の解消、ライフ・レビューの材料、特別のストレス経験の対処をあげている。Wong, & Watt (1991) は、①統合的、②道具的、③伝達的、④逃避的、⑤強迫的、⑥物語的の6つの機能をあげ、Webster (1993) は、質問紙調査から、①退屈しのぎ、②死への準備、③同一性と問題解決、④会話、⑤親密性の維持、⑥悲惨さの再生、⑦教育・情報の7つの機能を示唆している。これらの研究では、Butler (1963) の示唆したライフ・レビューは、自己理解 (Romaniuk ら, 1981)、自己同一性の強化 (Pincus, 1970)、統合的 (Wong ら, 1991)、同一性と問題解決 (Webster, 1993) として指摘されているが、それは、回想の機能の一部であり、回想には、他に、問題解決の機能や情報伝達機能や喪失や不適応に対処する機能があると考えられる。回想の機能は複雑であり、回想と適応や自我の統合との関連を検討するためには、回想の機能を明確にすることが必要であろう。

(3) 回想と適応の関係 Havighurst, & Glasser (1972) は質問紙調査を行い、異なった社会的状況にいる被調査者群を比較した結果、回想の頻度が高く、回想の感情も肯定的であるものは個人的・社会的に適応的であると結論づけている。Coleman (1974) は、過去の満足度が低く、評価的回想傾向が高い人は過去の葛藤を

1) 名古屋大学大学院教育学研究科博士課程（後期課程）

解決し、自己を再統合し、結果として、現在に適応するようになる」と指摘している。これに対して、Lieberman & Falk (1971) は、回想は社会的文脈に大きく影響されるが、回想に適応的機能があるかは疑わしいと結論づけている。Havighurst ら、Coleman の研究では回想と適応の関連が見出だされ、Lieberman らの研究では関連が見出だされていないが、この結果の違いについては、研究方法や対象者が異なっていることや、それぞれの研究者が調べようとした回想の概念が一致しないことが指摘されている (Merriam, 1980 など)。近年の回想の機能を分類した研究では、評価的回想や道具的回想が自我の統合や加齢への適応に関連している (Wong ら, 1991 ; Taft & Nehrke, 1990)。

2. 研究の問題点とその対処

以上の研究のレビューから、次の3つの問題点があげられる。

(1) 回想やライフ・レビューの概念規定 回想やライフ・レビューと適応について、多くの研究があるが、一貫した結果が得られていない。その原因については回想の概念の不明瞭さが指摘がされている (Merriam, 1980 ; Molinari, & Reichlin, 1985)。Butler (1963) もライフ・レビューと回想は同じではないと述べているが、明確な定義はしていない。臨床研究ではライフ・レビューは現在の適応に関連するという結果が多く示されており、Haight (1988) は回想とライフ・レビューを区別できないことで、ライフ・レビューの有効性を低くしていると述べている。まず、回想とライフ・レビューの相違を明らかにすることが必要であろう。

この問題を考えるために、Erikson (1950) や Butler (1963) が述べた肯定的回想に注目したい。この肯定的回想という場合、2つの意味が考えられる。1つは「人生にとって意味があると肯定的に評価された回想」であり、もう1つは「肯定的な感情を伴った回想」である。回想には、過去の出来事の認知と感情と評価が含まれているが、肯定的回想という場合、感情と意味づけ (評価) が区別されず、両者が曖昧なまま、混同されている。これが回想とライフ・レビュー研究の結果の一貫性のなさにつながっていると考えられる。Beadleson, & Lala (1988) は、「ライフ・レビューの過程で肯定的または否定的な過去の経験が再検討され、時として意味づけについての理解を逆転したり、広げることがある」と述べ、Haight (1988) は、「自我の統合には否定的な記憶が肯定的な記憶と同様に重要である」と述べている。これは否定的な記憶がどのように評価、意味づけされるかが自我の統合に関係していることを示唆している。こ

こでは、感情と意味づけ (評価) を区別し、回想とライフ・レビューの概念を定義することが重要である。そこで、回想を「感情を伴った記憶」、ライフ・レビューを「感情を伴った記憶 (回想) を再構成し、意味づける過程: interpretation of reminiscence」と定義し、ライフ・レビューについては、回想の評価、再構成に重点をおくことが適切であろう。

(2) 研究の基礎となるデータが不足していること Merriam (1980, 1993) は、統計的データの不足やライフ・レビューの文化差を指摘している。わが国では、臨床的研究として、野村 (1992) や、黒川 (1995) の回想法グループの報告があり、回想の発達的研究として、長田・長田 (1994) の報告があるが、研究数は欧米に比べ少ない。わが国と欧米では、宗教や死生観が異なっており、それは、人生を振り返ったり、回想することにも影響していると考えられる。そこで、まず、回想研究やライフ・レビュー研究の基礎となる実態把握が必要であろう。

(3) 歴史的・文化的文脈を考慮に入れていないこと 人はいろいろな経験を積み重ね成長していくが、その過程は他者や歴史的・文化的文脈との相互作用の過程である。回想やライフ・レビューは過去の経験を思い出したり、再構成することであり、出来事を経験するときだけでなく、評価する過程にも歴史的・社会的な影響があると考えられる。しかし、従来の回想やライフ・レビュー研究では、この文脈について、注意を払っていない。歴史的・文化的文脈を含めて、回想についての検討することで、新たな理解が得られるのではないかと考えられる。高齢者がどのような歴史的出来事を回想したり、意味づけるかを検討することが、今後の研究では必要である。

目 的

以上に述べたように、高齢者の回想やライフ・レビュー研究には幾つかの問題点がある。今回の研究では、まず、回想に焦点を当てて、高齢者の回想の実態を把握することを目的としたい。

ところで、回想やライフ・レビューは、Erikson (1950) が述べるように、過去・現在・未来という時間的連続性を自覚させることと関連があるのだろうか。従来の研究では、現在の適応や自我の統合性との関連について研究が行われてきたが、回想やライフ・レビューが過去・現在・未来の連続性を自覚させることであるならば、時間的展望が、回想やライフ・レビューと関連していると考えられる。しかし、時間的連続性の観点から回想やライフ・レビューと時間的展望を結びつけた研究は少ない。そこで、本研究では、回想と、現在の適応や時

間的展望の関係を検討することも目的の1つとする。なお、本研究では、現在の適応の指標としては、主観的幸福感を用いることとする。主観的幸福感とは「高齢者の精神の安定や自己の現状に対する満足感、あるいは自己の老化を受け入れる積極的な姿勢などの状態」であり、わが国でも適応可能性が確認されているPGCモラル・スケール（Lawton, 1975）を用いる。また、時間的展望については、近年、青年期を中心に研究がすすめられているが、ここでは、過去・現在・未来を1つの尺度として構成している時間的体験展望尺度（白井, 1994）を用いるものとする。

そこで、本研究の目的は、以下のようにまとめられる。

(1) 高齢者の回想について、その実態を把握する。そのため、①回想頻度、②回想内容、③回想内容を経験した時期、④回想したときの感情および⑤回想の目的について把握する。

(2) 高齢者の回想と現在の主観的幸福感および時間的展望との関係を検討する。

方 法

調査対象：市内の教育センター、福祉センターを利用している60歳以上の高齢者104名に対し、質問紙調査を行った。調査は調査者が質問を読み上げ、各自に調査用紙に記入してもらう方法を取り、集団および個別で行った。104名のうち回答の不十分なものを除き、100名（男性33名、女性67名）を分析の対象とした。平均年齢は71.5歳（標準偏差6.6、年齢範囲60歳～89歳）であった。

調査時期：平成7年7月～9月

調査内容：

(1) 回想についての調査項目

①回想頻度 Taftら（1990）の項目を参考に、個人内（intrapersonal）回想と対人交流的（interpersonal）回想の頻度について、以下の2項目（4件法）の質問を行った。質問項目は「1.あなたは一人でいるとき、どのくらい過去の出来事を思い出しますか、2.あなたはだれ

かと一緒のとき、どのくらい過去の出来事について話しますか」である。

②回想内容 対象者の回想内容を具体的に把握するため、自由記述の形式にした。「今まであった出来事や経験したことで、日ごろ、心にうかぶことはどんなことですか」という教示を行った。11の記入欄を設けたが、いくつ書くかは自由であると教示した。

③回想したときの感情 ②で記入したそれぞれの内容について、回想したときの感情を、1.快い（肯定的）、2.不快（否定的）、3.快・不快の両方（両義的）、4.どちらでもない（中立的）の4件法で判断を求めた。

④回想内容を経験した時期 ②で記入した内容のそれぞれについて、経験した時期を記入するよう教示した。

⑤回想の目的 Romaniukら（1981）の作成した13項目のReminiscence Scaleのうち、9項目（5件法）を用いた。その質問項目は「1.楽しい思い出が時間がたつのを忘れさせるから、2.将来のことを考えるため、3.過去のいやな出来事を考えなおすため、4.自分の過去や自分自身をよく理解するため、5.他の人に自分の経験を教えるため、6.喪失感（何かをなくした感じ）をやわらげるため、7.楽しいから、8.人生の意味を考えるため、9.今かかえている悩みを解決するため」である。

(2) 主観的幸福感と時間的展望についての調査項目

①PGCモラル・スケール Lawton（1975）のPGCモラル・スケールの17項目（2件法）を行った。得点の合計は0点～17点である。得点が高い方が主観的幸福感が高い。

②時間的体験展望尺度 白井（1994）の作成した時間的体験展望尺度18項目（3件法）を用いた。得点が高いほうが、時間的展望は肯定的である。

分析：SASパッケージを用いて分析を行った。

結 果

(1) 回想について

①回想頻度 個人内回想の頻度および対人交流的回想の

Table 1 回想の頻度別人数

	対 人 交 流 的 回 想				計
	よくする	ときどき	あまりしない	全くしない	
個人的回想					
よくする	5 (5.1)	2 (2.0)	2 (2.0)	0 (0.0)	9 (9.1)
ときどき	4 (4.0)	43 (43.4)	19 (19.2)	0 (0.0)	66 (66.7)
あまりしない	0 (0.0)	9 (9.1)	13 (13.1)	0 (0.0)	22 (22.2)
全くしない	1 (1.0)	0 (0.0)	1 (1.1)	0 (0.0)	2 (2.0)
計	10 (10.1)	54 (54.5)	35 (35.3)	0 (0.0)	99 (100.)

() は%

頻度を Table 1 に示す。回想頻度を従属変数として、年齢（-64歳・65-70歳・71-75歳・76歳-）および性（男・女）を独立変数として 4×2 の分散分析を行ったが、主効果および交互作用は有意ではなかった。

②回想内容 書かれた回想の数は平均2.4個であった。回想の数が0であったものは14名（14%）であった。なお、回想の内容、感情、時期については第1番目に書かれた回想について分析した。第一番目の回想の内容と感情を Table 2 に示す。内容では「家庭生活（子育て、家族旅行など）」「戦争」が多く、ついで「家族の死」「故郷・幼少の頃」が多い。「その他」は趣味、旅行や株の失敗などが含まれる。「家庭生活」は男性に比べ女性の方が多く、「戦争」については男性、女性ともに多い。

③回想内容を体験した時期 ②の回想内容を体験した時期について、男女別に Figure 1 に示す。男女とも10代、20代が各20人（24.7%）と多いことがわかる。10代に経験した出来事の内容は「故郷・幼少の頃」6名、「戦争」6名、「学校」3名、「死」3名、「その他」1名であり、

20代に経験した出来事の内容は「戦争」10名のほか、「結婚」「家庭」「誕生」「仕事」などが各1～2名である。

④回想したときの感情 回想の内容とともに Table 2 に示した。第一番目に書かれた出来事を回想したときの感情は、肯定的（34.2%）、否定的（34.2%）、両義的（19.0%）、中立的（12.7%）であった。内容別では「故郷」「学校」「結婚」「誕生」「仕事」では肯定的感情が多く、否定的感情はなかった。「家族の死」「戦争」では否定的感情が多かったが、肯定的、両義的感情とするものもあった。

⑤回想の目的 回想の目的の平均と標準偏差および分散分析の結果を Table 3 に示す。「時間を忘れさせる」、「楽しい」という楽しみ志向と「自分を理解する」「人生の意味を考える」というライフ・レビュー志向の得点が高い。回想の目的の各項目を従属変数として、年齢（-64歳・65-70歳・71-75歳・76歳-）および性（男・女）を独立変数として 4×2 の分散分析を行った結果、「自分を理解する」、「経験を教える」の項目で性差があり、

Table 2 第1番目に書かれた回想内容と回想したときの感情

（ ）は%

感情	回想の内容（上段：男女別人数 男/女，中段：人数，下段：%）									
	故郷	学校	結婚	誕生	家庭	死	病気	仕事	戦争	その他
肯定的	1/5	2/0	1/1	0/1	1/5	0/1	1/0	2/2	0/0	2/2
	6	2	2	1	6	1	1	4	0	4
	7.6	2.5	2.5	1.3	7.6	1.3	1.3	5.1	0.0	5.1
否定的	0/0	0/0	0/0	0/0	1/4	2/4	1/1	0/0	3/9	1/2
	0	0	0	0	5	6	2	0	11	3
	0.0	0.0	0.0	0.0	6.3	7.6	2.5	0.0	13.9	3.8
両義的	2/0	0/1	0/0	0/0	1/2	0/1	0/1	0/0	4/2	1/0
	2	1	0	0	3	1	1	0	6	1
	2.5	1.3	0.0	0.0	3.8	1.3	1.3	0.0	7.6	1.3
中立的	0/0	0/0	0/0	0/0	1/3	2/0	0/0	1/0	0/0	2/0
	1	0	0	0	4	2	0	1	0	2
	1.3	0.0	0.0	0.0	5.1	2.5	0.0	1.3	0.0	2.5
計	3/6	2/1	1/1	0/1	4/14	4/6	2/2	3/2	6/11	6/4
	9	3	2	1	18	10	4	3	17	10
	11.4	3.8	2.5	1.3	22.8	12.7	5.1	6.3	21.5	12.7

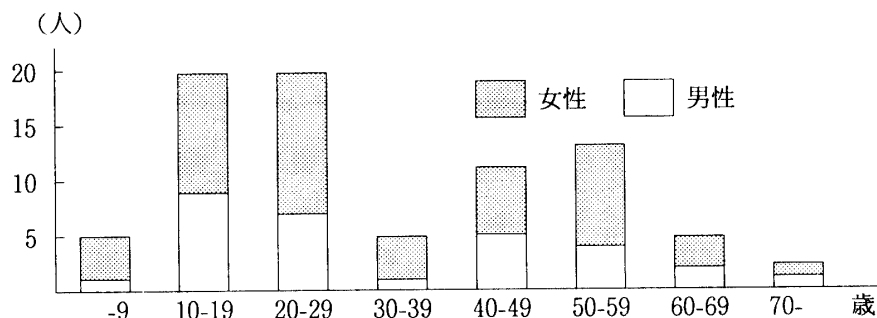


Figure 1 第1番目に書かれた回想内容を体験した時期

Table 3 回想目的の平均と標準偏差および分散分析

N = 76-100

回想の目的の項目	Mean	SD	分散分析 (F値)		
			年齢	性	年齢×性
時間を忘れさせる	2.46	1.45	0.36	3.56	1.51
将来を考える	1.71	1.49	0.25	3.34	0.27
過去を考えなおす	1.74	1.45	0.87	0.00	1.47
自分を理解する	2.38	1.45	0.49	4.41 ^{*2)}	1.49
経験を教える	1.94	1.58	0.16	6.97 ^{*2)}	2.24
喪失感を和らげる	1.52	1.37	0.73	2.38	0.24
楽しいから	2.50	1.53	0.30	1.34	0.03
人生の意味を考える	2.57	1.44	0.24	1.94	2.91 [*]
悩みを解決する	1.31	1.35	0.20	0.32	0.66

* : $p < .05$ ²⁾ : 男性 > 女性

Table 4 「戦争」を回想したときの感情と調査対象者の年齢

感情	性別	年齢					計
		60-65	66-70	71-75	76-80	81-	
肯定的	男	—	1	1	—	—	2
	女	—	—	—	—	—	0
否定的	男	—	2	2	0	1	5
	女	4	6	4	1	—	15
両義的	男	2	—	3	1	1	7
	女	1	2	1	1	—	5
中立的	男	—	—	—	—	—	0
	女	—	2	—	—	—	2
小計	男	2	3	6	1	2	14
	女	5	10	5	2	0	22
計		7	13	11	3	2	36
対象者数		14	39	24	19	10	100

両項目とも男性の方が得点が高い。また「人生の意味を考える」では、年齢・性の交互作用が認められた。

⑥歴史的出来事の回想 歴史的出来事としては「戦争」の回想を分析した (Table 4)。第1番目の回想だけでなく、2番目以降に記入された「戦争」の回想も分析の対象としたところ、100名の調査対象者のうち、36名が「戦争」に関する回想を記入した。「戦争」を回想した調査対象者の年齢は60歳から75歳までが多く、この年齢の調査対象者の1/3以上の者が戦争体験を記入している。これに対して76歳以上の調査対象者ではその割合が少ない。回想したときの感情については否定的、両義的な感情が多いが、男性では肯定的とする者が2名あった。

(2) 主観的幸福感・時間的展望について

①主観的幸福感 PGCモラル・スケールの17項目については相関の低い2項目を除外し、15項目の合計点を主観的幸福感の得点とした ($\alpha = .84$)。15項目の合計点の平均は10.5点、SDは3.6であった。主観的幸福感を従

属変数とし、年齢 (-65歳・66-70歳・71-75歳・76歳-) および性 (男・女) を独立変数として 4×2 の分散分析を行ったが、年齢および性の主効果、交互作用は有意ではなかった。

②時間的展望 時間的体験展望尺度について因子分析を行った結果、3つの因子を抽出した (Table 5)。固有値は第1因子から、4.16, 2.29, 1.70であった。項目の内容から第1因子を「将来への希望と目標指向性」($\alpha = .84$)、第2因子を「現在の充実感」($\alpha = .68$)、第3因子を「過去の受容と時間的連続性への態度」($\alpha = .43$)とした。「将来への希望と目標指向性」、「現在の充実感」、「過去の受容と時間的連続性への態度」を従属変数とし、年齢および性を独立変数として 4×2 の分散分析を行ったところ、「将来への希望と目標指向性」で年齢の主効果が認められた ($F(3, 1) = 3.29, p < .05$)。65歳以下、66-70歳、71-75歳、76歳以上の順で「将来への希望と目標指向性」の得点が高く、65歳以下の群と76歳以上の群で5%の水準で有意差が認められた。「現在の充実

Table 5 時間的体験展望尺度の因子分析結果（主因子法バリマックス回転）

N = 100

項	目	因子 I	因子 II	因子 III	共通性 h^2
(将来への希望と目標指向性)					
14	私にはこれから先の計画がだいたいある	.800	-.094	.033	.650
2	私にはこれから先の目標がある	.765	.104	-.114	.609
17	これから先のことを考えて今から準備していることがある	.695	-.165	.081	.517
12	私のこれからは希望がもてる	.668	.167	-.026	.475
6*	私のこれから先は漠然としていてつかみどころがない	.614	.211	.140	.441
8*	毎日が同じ事のくりかえしで退屈だ	.604	.287	.082	.454
15*	私には未来がないような気がする	.589	.273	.229	.474
13*	毎日がなんとなく過ぎていく	.512	.026	.217	.310
10	私のこれから先には希望がもてる	.486	-.172	.353	.390
(現在の充実感)					
18	今の生活に満足している	.204	.772	-.170	.666
5*	今の自分は本当の自分ではないと思う	-.029	.705	.269	.570
1	毎日の生活が充実している	.334	.647	-.144	.550
3*	私は過去のできごとにこだわっている	-.063	.598	.268	.434
(過去の受容と時間的連続性への態度)					
4*	これから先のことはあまり考えたくない	.218	-.240	.655	.534
11*	過去のことはあまり思い出したくない	.234	.164	.597	.439
7*	私の過去はつらいことばかりだった	.109	.044	.473	.237
16	私は自分の過去をありのまま受け入れることができる	-.093	.143	.463	.245
9	自分のこれからは自分できりひらく自信がある	.373	.044	.108	.153
二 乗 和		4.16	2.29	1.70	8.15
寄 与 率		.23	.13	.09	.45

*：逆転項目を示す。

感」，「過去の受容と時間的連続性への態度」では年齢および性の主効果，交互作用は有意ではなかった。主観的幸福感と時間的体験展望尺度の3因子の関連については，ピアソンの相関係数を求めたが，.285から.658とそれぞれ相関が高かった ($p < .05$)。

(3) 回想と主観的幸福感，時間的展望の関係

①回想の頻度と主観的幸福感および時間的展望 Table 6に回想の頻度と主観的幸福感および時間的展望の相関を示す。「個人内の回想の頻度」は「主観的幸福感」「現在の充実感」と負の相関が認められた。

②回想したときの感情と主観的幸福感，時間的展望 調

査対象者をどのような感情が優位であるかによって4群に分類した。分類の方法は，回想の記入がない者を回想なし群とし，残りの対象者については記入された回想の感情のすべてについて，肯定的感情，否定的感情が占める比率を計算し，肯定的感情の比率が50%を越える者を肯定優位群，否定的感情得点の比率が50%を越える者を否定優位群，肯定的，否定的，両義的，中立的感情が混合している者を混合群とした。この4群を独立変数に，主観的幸福感，時間的展望の尺度得点を従属変数として1元配置の分散分析を行った (Table 7)。その結果，「主観的幸福感」および「現在の充実感」で回想の感情の群で主効果が認められた。Tukey法で比較したとこ

Table 6 回想の頻度と主観的幸福感，時間的展望の相関

	N	主観的 幸福感	時 間 的 展 望		
			将来の希望 目標指向性	現在の 充実感	過去受容と 時間連続性
個人内回想	100	-.023*	-.062	-.211*	.011
対人交流的回想	99	-.007	.124	-.131	.025

*： $p < .05$

Table 7 回想の感情（4群）の分散分析

N	主観的 幸福感	時 間 的 展 望		
		将来の希望 目標指向性	現在の 充実感	過去受容と 時間連続性
群 (df=3)	2.74*	0.28	2.61*	1.34

* : $p < .05$

Table 8 回想の目的と主観的幸福感、時間的展望の相関

	N	主観的 幸福感	時 間 的 展 望		
			将来の希望 目標指向性	現在の 充実感	過去受容と 時間連続性 への態度
時間を忘れさせる	99	.052	.200	.002	.138
将来を考える	84	.082	.288**	-.020	.023
過去を考えなおす	76	-.057	.280*	-.242*	.053
自分を理解する	85	-.031	.063	-.145	.168
経験を教える	85	.017	.081	-.118	-.016
喪失感を和らげる	79	-.324**	-.136	-.490**	.021
楽しいから	82	.123	.051	.090	.186
人生の意味を考える	82	.083	.295**	-.083	.122
悩みを解決する	80	-.143	.233*	-.250*	-.051

* : $p < .05$, ** : $p < .01$

ろ、「主観的幸福感」は混合群、肯定優位群、回想なし群、否定優位群の順で得点が高く、混合群と否定優位群に5%の水準で有意差が認められた。「現在の充実感」は混合群、回想なし群、肯定優位群、否定優位群の順で得点が高く、混合群と否定優位群に5%の水準で有意差が認められた。

③回想の目的と主観的幸福感および時間的展望 回想の目的と主観的幸福感および時間的展望の相関を Table 8 に示す。「主観的幸福感」は「喪失感を和らげる」という項目と負の相関がある。「将来への希望と目標指向性」は「将来を考える」「過去を考えなおす」「人生の意味を考える」「悩みを解決する」という項目と正の相関が認められた。「現在の充実感」は「過去を考えなおす」「喪失感を和らげる」「悩みを解決する」という項目と負の相関が認められた。なお、「過去の受容と時間的連続性への態度」は、回想の目的との相関は認められなかった。

考 察

1. 回想について

本研究の第一の目的は、わが国における高齢者の回想の実態を明らかにすることであった。まず、回想の頻度は、個人内においては99名中75名（75.8%）、対人交流場面では99名中64名（64.5%）が頻繁に回想をしており、

わが国においても、回想は、高齢者の日常的な行動であるといえる。これは、Havighurstら（1972）などの欧米の結果とほぼ一致する。個人内回想の方が対人交流的回想より多かったが、これは、他者との交流で、過去を話題にしない高齢者も、個人的には自己を内省したり、思い出にふけるという形で回想をすることがあることを示している。一般に、「高齢者はよく昔話をする」と言われているが、本研究の対象者では対人交流的回想は個人内回想よりも頻度は少なく、年齢差や性差は認められなかった。これについては、他の年齢層との比較を含め、今後の検討が必要であろう。

また、回想の内容としては、家庭生活と戦争が多く、男性は学校や仕事が多く、女性は家庭生活が多かった。この年代の高齢者では、男性は社会、女性は家庭といった役割の分担があり、回想の内容もその経験に規定されていると考えられる。調査した回想の内容は、過去の多くの出来事の記憶の中で選択された出来事があげられた訳であるが、その選択は、対象者にとって、転機として大きな意味を持つような非日常的な出来事が選択されるのか、日常的な出来事が選択されるのかなどは、今回の調査からは把握することはできていない。回想の機能や適応との関連を考えるためにも、どのような出来事が選択されるのかは、今後の研究の重要な問題であると考えられる。

戦争については100名中36名が回想すると報告しており、この年代の高齢者にとって、戦争が歴史的出来事として重要な影響を与えている。戦争をあげた対象者に男女差はなかったが、当時、25歳以下であった対象者が、それ以上の年齢の者より、戦争を回想する比率が高く、年齢差があった。Baltes (1987) は発達に影響を与える基本的決定因のなかで、標準歴史的影響（歴史的時間および世代に関連する歴史的な文脈に結び付いている生物学および環境的な影響）を最も受けやすいのは青年期であるとしているが、回想においても、青年期に経験した歴史的出来事が回想されやすいという結果になった。これは、青年期に経験する歴史的出来事は、進路の選択など、その人の人生に大きな影響を与える可能性が高いことが関連していると考えられる。

回想したときの感情は、家庭生活では肯定的、否定的、両義的感情があげられた。学校や結婚、子・孫の誕生には肯定的な感情が多く、家族の死や戦争は否定的な感情が多かった。しかし、戦争は、6名が両義的であると答え、家族の死を「母を十分看病することができた」と肯定的に評価する対象者があった。このことから、ライフイベントの内容が回想したときの感情を規定するが、それだけでなく、否定的な感情を起しやすいライフイベントが、肯定的な意味づけをされることがあり、回想の感情と評価は異なることがあると考えられる。これは、回想の感情と評価・意味づけを区別するという、本研究の視点を支持する結果と考えられる。回想には、ただ漠然と出来事が思い出される回想もあれば、感情が鮮明な回想、転機として重要な出来事であったと評価・意味づけがはっきりした回想もあるであろう。回想が個人の中で意味づけられているのか、あまり意味づけをされていないのか、意味づけられている場合どのような意味づけがなされているのか、意味づけと感情はどのように関連するのかといった問題が、今後の課題であろう。

回想の目的では、「時間を忘れさせる」、「楽しい」、「自分を理解する」、「人生の意味を考える」の項目の得点が高かった。高齢者は、気分が落ち込んだり退屈なときの気分転換のためや、自分自身の人生を意味づけるために回想することが多いと考えられる。高齢者は、回想をいろいろな状況で使い分けていることが予想される。

2. 主観的幸福感・時間的展望について

時間的展望について、白井(1994)は、青年期を対象に、未来：「将来への希望」・「目標指向性」、現在：「現在の充実感」、過去：「過去の受容」から構成している。本研究で、高齢者に対して行った結果を因子分析すると、第1因子は、「将来への希望と目標指向性」が抽出され、

第2因子は、白井の「現在の充実感」とほぼ同じ項目で構成された。第3因子は、白井の「過去の受容」の質問項目だけでなく、「過去のことはあまり思い出したくない」や「これから先のことはあまり考えたくない」という項目も含まれており、過去・現在・未来という時間的連続性を考える態度であると考えられた。

分散分析の結果では、「将来への希望と目標指向性」のみ年齢の主効果が認められ、年齢の高い方が得点が低くなった。これは、未来に対しては加齢とともに肯定的展望が持ちにくくなることを示すと考えられる。下仲(1988)は、高齢者では未来の自己では肯定視が縮小し、過去の自己および世界を肯定受容すると指摘しているが、その結果と一致する。

今回の調査の目標指向性や希望の程度を把握する内容項目は、未来の展望の尺度として、尺度の一貫性も高く、この尺度によって、回想との関連の検討が可能となった。しかし、今後の研究を進めるにあたり、高齢者の未来とは何を指すのかを、もう一度考えてみたい。今回の調査に際して、調査対象者の「体の自由が利かなくなるまでは…」 「ばけるまでは、今のままで…」 「平均年齢までは生きる」という発言は、高齢者の未来展望の特徴を表していると考えられる。これらの言葉から考えると、心身の自立性や死が、高齢者の未来展望の核となると考えられる。また、河合(1991)は、日本人の心性として「この世」と「あの世」の垣根の低さを指摘しているが、死後のイメージも、未来展望に含まれるものであるかもしれない。高齢者と青年を対象とした場合では、時間的展望自体が異なっていると考えられる。特に、高齢者にとって、過去・現在・未来は明確に区分できるのか、未来という場合、心身の自立性や死や死後を、未来の展望の中でどのように取り扱うのかといった問題がある。高齢者の時間展望についての研究が、さらに必要であるし、生涯発達を研究する場合の尺度構成には十分な検討が必要である。

時間的体験展望尺度の下位尺度間の関係については、「将来への希望と目標指向性」は「現在の充実感」および「過去の受容と時間的連続性への態度」と相関係数が.239, .329と高く ($p < .05$)、 「現在の充実感」と「過去の受容と時間的連続性への態度」の相関係数は.139と低かった。これは、現在の充実感は過去を受容するかどうかよりも、現在の対人関係や参加している活動の有無など他の要因の影響が大きいが、将来を肯定的にとらえられるかどうかについては、現在の充実感だけでなく、過去の受容や、過去・現在・未来の連続性を自覚しているかどうかとも関連していることを示している。

「主観的幸福感」は「現在の充実感」との相関が高い

だけでなく、時間的展望の3つの下位尺度のすべてと相関が高い。このことから、「主観的幸福感」は現在の心理的安定や満足感だけでなく老いへの態度も含めた項目から作成されており、現在の充実感よりも、包括的な現在の心理状態を表す尺度であると考えられた。

3. 回想と主観的幸福感、時間的展望の関係

まず、主観的幸福感および時間的展望の現在と回想の関連について検討する。「主観的幸福感」や「現在の充実感」は個人内回想の頻度、回想したときの感情、「喪失感を和らげる」という回想の目的と負の相関があり、「現在の充実感」は、さらに、「過去を考え直す」や「悩みを解決する」という目的と負の相関があった。これらのことから、回想と適応の関連を考えると、現在の生活に満足しているものは、過去の出来事を思い出すといった内的な活動をするのは少なく、反対に、幸福感が低いものは、個人での回想傾向が強くなると考えられる。これは、長田ら(1994)の回想傾向が現在の低い満足度に関連していたという結果と一致している。高齢者は不適応に陥ると、過去の類似した経験を思い出して、それを何とか解決しようと試みたり、過去の楽しい思い出にひたすることで、自尊心を保とうとすると考えられる。その意味では、回想は問題解決や防衛として用いられている。また、喪失感を和らげるための回想と適応は関連しており、これは、喪失感が回想を活性化させる(小此木, 1979)だけでなく、喪失体験に対処できず喪失体験の回想にとらわれてしまうと、主観的幸福感が低くなるという、双方向的な関係があるのではないかと考えられる。今回の調査対象者は、地域で生活している健康な高齢者であり、地域活動や趣味の活動などに積極的であった。このような高齢者にとっては、友人関係や種々の活動への参加状況など、回想以外の要因が、現在の適応には大きく影響していると考えられる。

時間的展望のうち、「過去の受容と時間的連続性への態度」は、回想との関連が認められなかった。過去の受容に関しては、過去の受容の程度を測る尺度の一貫性が乏しく、本研究で、回想との関連を検討することは困難であり、今後の研究の課題である。

時間的展望のうち、「将来への希望や目標指向性」は、回想の頻度や感情との関連は認められず、「将来を考える」「悩みを解決する」という問題解決の目的と「過去を考えなおす」「人生の意味を考える」というライフ・レビューの目的で正の相関があった。Butler(1963)は、ライフ・レビューが、人が残された時間で何をすべきかを決定する機会を与え、死の準備となると示唆している。本研究も、問題解決的な回想やライフ・レビュー

が、将来の展望を肯定的にするために、重要な機能があることを示唆する結果となった。しかし、過去の出来事を回想し、それを評価、再構成することが、将来の展望を肯定的にすることにどのように関連しているのかは、本研究からは明らかにすることはできない。この点については、面接調査などの方法により、回想の評価や再構成の過程を、詳しく検討することが必要であろう。

ま と め

本研究の目的は、高齢者の回想の実態を把握し、回想と主観的幸福感・時間的展望の関連を検討することであった。調査の結果は以下のようにまとめられる。

- (1) 回想の頻度は約70%の高齢者がときどき、または、よく回想すると答え、回想は、わが国の高齢者にとって日常的な行為である。
- (2) 回想の内容は、男性では仕事、女性では家庭的内容が多く、約1/3の対象者が戦争を回想した。回想の内容も社会的文脈の影響を受けているといえる。
- (3) 回想の目的では、楽しみの目的や人生の意味を考える(ライフ・レビュー)目的が多かった。
- (4) 回想の頻度、感情、喪失感を和らげるという目的が、主観的幸福感と関連しており、現在の不適応が回想を活性化させ、特に喪失感を和らげるために回想が利用されると考えられる。
- (5) 問題解決やライフ・レビューのための回想が、未来展望を肯定的にすることと関連していた。ライフ・レビューのための回想は、現在の適応と関連するよりも、未来を肯定的にすることと関連するものである。

引 用 文 献

- Baltes, P. B. 1987 Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23, (5), 611-626.
- Beadleson, B. M., & Lala, L. L. 1988 Reminiscing : Nursing actions for the acutely ill geriatric patient. *Issues in Mental Health Nursing*, 9, 83-94.
- Butler, R. N. 1963 The life review : An interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry*, 26, 65-75.
- Coleman, P. G. 1974 Measuring reminiscence characteristics from conversation as adaptive features of old age. *International Journal of*

- Aging and Human Development*, 5, 281-294.
- Erikson, E. H. 1950 *Childhood and society*. New York: W. W. Norton, & Company.
- Haigh, B. K. 1988 The therapeutic role of a structured life review process in homebound elderly subjects. *Journal of Gerontology*, 43, 40-44.
- Havighurst, R. J., & Glasser, R. 1972 An exploratory study of reminiscence. *Journal of Gerontology*, 27, 245-253.
- 河合隼雄 1991 日本人の死生観. 多田富雄 (編), 生と死の様式：臨死時代を迎える日本人の死生観, 248-261.
- 黒川由紀子 1995 痴呆老人に対する心理的アプローチ, 心理臨床学研究, 13-2, 169-179.
- Lawton, M. 1975 The Philadelphia geriatric center morale scale: A revision. *Journal of Gerontology*, 30, 86-89.
- Lieberman, M. A., & Falk, J. M. 1971 The remembered past as a source of data for research on the life cycle. *Human Development*, 14, 132-141.
- LoGerfo, M. 1980 Three ways of reminiscence in theory and practice. *International Journal of Aging and Human Development*, 12, 34-48.
- McMahon, A. W., & Rhudick, P. J. 1967 Reminiscing in the aged: An adaptational response. In Levin, S., & Kahana, R. J. (Eds.), *Psychodynamic studies on aging: Creativity, reminiscing and dying* (pp. 64-78). New York: International University Press.
- Merriam, S. 1980 The concept and function of reminiscence: A review of research. *The Gerontologist*, 20, 604-609.
- Merriam, S. 1993 Butler's life review: How universal is it? *International Journal of Aging and Human Development*, 37(3), 163-175.
- Molinari, V., & Reichlin, R. 1984-1985 Life review reminiscence in the elderly: a review of the literature. *International Journal of Aging and Human Development*, 20, 81-92.
- 長田由紀子・長田久雄 1994 高齢者の回想と適応に関する研究. 発達心理学研究, 5(1), 1-10.
- 野村豊子 1992 回想法グループの実際と展開. 社会老年学, 35, 32-46.
- 小此木啓吾 1979 対象喪失：悲しむということ. 東京：中央公論社.
- Pincus, A. 1970 Reminiscence in aging and its implications for social work practice. *Social Work*, 15, 47-53.
- Romaniuk, M., & Romaniuk, J. G. 1981 Looking back: An analysis of reminiscence functions and triggers. *Experimental Aging Research*, 7(4), 477-489.
- 下仲順子 1988 老人と人格. 東京：川島書店.
- 白井利明 1994 時間的展望体験尺度の作成に関する研究. 心理学研究, 65, 54-60.
- Taft, L. B., & Nehrke, M. F. 1990. Reminiscence, life review, and ego identity in nursing home residents. *International Journal of Aging and Human Development*, 30, 189-196.
- Webster, J. D. 1993. Construction and validation of the reminiscence functions scale. *International Journal of Aging and Human Development*, 48, 256-262.
- Wong, P. T. P., & Watt, L. M. 1991. What types of reminiscence are associated with successful aging? *Psychology and Aging*, 6, 272-279.

(1996年□月□日 受稿)

ABSTRACT

Reminiscence in Elderly People: An Examination of Their
Subjective Well-being and Time Perspectives.

Satoko YAMAGUCHI

The purpose of this study was to explore the reminiscence (frequency, quality, and functions) and to examine the relationship among reminiscence and subjective well-being and time perspectives. Questionnaires were administered to 104 subjects (33 males and 71 females). The mean age was 71.5 years old. The main results were as follows: (1) About 70% of the elderly people responding to this questionnaire occasionally recalled the past. (2) The contents of their past memories were influenced by elderly people's experiences. Men often recalled work-related experiences, while women recalled those relating to family. One third of the subjects recalled World War II. (3) Whereas the frequency of memories were negatively correlated with subjective well-being, those who recalled both positive and negative contents were the highest in their subjective well-being. (4) The elderly people had various purposes for recalling the past. There were a) to enjoy themselves, b) to consider the meaning of their lives (life review), c) to cope with loss, d) to solve problems. Coping with loss was related to subjective well-being, while problem-solving and life review were related to future perspective.

Key word : reminiscence, elderly, subjective well-being, time perspectives