

高齢者の回想とライフ・レビュー — 主観的幸福感・時間的展望との関係から —

山口 智子

I 問題

Butler (1963) は、「ライフ・レビューは、死を前にして活性化する回顧過程であり、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ゆく自然で普遍的な過程である」と述べ、高齢者の回顧について積極的な意義を指摘している。その後、回想の種類や機能、ライフ・レビューの臨床的効果について多くの研究が行われているが、一貫した結果は得られていない。これは、研究対象とした回想に、白昼夢のような逃避的な回想と人生の意味を再考するといった統合的回想が混同されていたり、ライフ・レビューや回想の概念そのものが不明確なためである。そこで、本研究では、「回想とは感情を伴った記憶であり、ライフ・レビューとは感情を伴った記憶（回想）を再構成し、意味づける過程である」と定義する。そして、回想を「心に浮かぶ出来事」、ライフ・レビューを「今の視点から見て大事な出来事」として高齢者に提示し、高齢者の回想やライフ・レビューの実態を把握することが必要である。

また、従来の研究では、歴史的・文化的文脈を考慮に入れた研究が少ない。『生涯発達』の視点を取り入れ、他者との交流（重要な他者）、社会規範や価値感（内在化された価値感）、歴史的出来事等が人生の意味づけにどのような影響を与えているのかを検討することが、ライフ・レビュー過程を理解するために有益である。

さらに、Erikson, E. H. (1950) が「人生を振り返ることは過去・現在・未来という時間的連続性を自覚させることである」と述べていることから、個人の回想やライフ・レビューには時間的展望が関連していると予想される。そこで、回想や、ライフ・レビューと主観的幸福感だけでなく、時間的展望との関連を検討することが必要である。

II 研究1

1. 目的

高齢者の回想（頻度、内容、経験した時期、回想したときの感情、回想の目的）を把握し、高齢者の回想と現在の主観的幸福感や時間的展望との関係を検討する。

2. 方法

調査対象：市内の公的施設を利用している60歳以上の高

齢者104名。うち、100名を分析の対象とした（男性33名、女性67名）。平均年齢は71.5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：Taft (1990) を参考に質問紙を作成し、①回想頻度、②回想内容、③②を経験した時期、④回想したときの感情、⑤回想の目的を把握した。(2)主観的幸福感・時間的展望：主観的幸福感は、PGC モラル・スケール (Lawton, 1975) を、時間的展望は、白井 (1994) の時間的体験展望尺度を「将来」という語句を「これから先」に変更して実施した。

3. 結果および考察

回想の頻度では、約70%の高齢者が、ときどき回想すると答え、回想は、高齢者にとって日常的な行為である。その内容は、男性では社会的な内容、女性では家庭的内容が多い。回想される出来事を経験した時期としては、10代から20代が多く、これは、従来の研究と一致している。回想と主観的幸福感の関連では、回想の頻度、否定的な感情、「喪失感を和らげる」という目的と主観的幸福感に負の相関が認められた。時間的展望では、因子分析の結果、未来、現在、過去の展望を示す3つの因子が抽出された。未来の展望は、「人生の意味を考える」というライフ・レビュー的回想と正の相関があり、ライフ・レビューの目的で回想することは未来の展望を肯定的にすると考えられる。

III 研究2

1. 目的

面接によるライフ・レビューを行い、高齢者のライフ・レビューの特徴を把握し、ライフ・レビューの類型と、主観的幸福感や時間的展望の関連を検討する。さらに、意味づけ関連するもの（重要な他者、社会的・文化的価値観、自己の特徴や、過去に経験した他者の死や歴史的出来事）について検討する。

2. 方法

面接対象：研究1の調査対象者で面接に協力を得られた高齢者23名（男性10名、女性13名、平均年齢は76.6歳）。

面接方法：第1回の個別面接ではライフ・レビューを行った。ライフ・レビューの方法としては、半構造化面接より自由度の高いライフ・ヒストリー法を用いた。調査者

は、面接対象者が話す過去の出来事を、1つの出来事を1枚の用紙に書き取り、用紙を面接対象者に見えるように机の上に並べ、面接対象者の自発的な語りが終わったところで、補足の質問を行った。さらに、第2回の面接では調査者が第1回の面接からまとめたライフ・ストーリーの内容を確認した。

分析：(1)個人面接分析表、ライフ・ストーリーの作成、(2)評定の基準の作成、(3)評定、(4)ライフ・レビューの類型化の手順で行った。

3. 結果および考察

(1) ライフ・レビューの類型：面接内容を評定基準に従って評定し、現在の心理状態「安定-不安定」と意味づけ様式「評価優位-情報伝達優位」から、ライフ・レビューを4つの類型に分類した。さらに、内容が物語のように1つのストーリーを持ちドラマ化しているものを1つの類型としてまとめ、ライフ・レビューを以下の5つの類型に分類した。『積極肯定型』は現在の心理状態は安定し、過去の挫折・葛藤を「生活の糧になった」と肯定的に評価し、過去を現在の自分に関連づける群である。『経歴紹介型』は現在の心理状態は安定し、過去の挫折を「諦めた」と語り、過去と現在の自分を関連づけることは少ない群である。時系列にそって、学校や仕事などが経歴紹介的に語られる。『評価流動型』は、現在の心理状態は過去の葛藤が未解決であり、面接で、その評価や意味づけが活発に行われる群である。『関係重視・防衛型』は、現在の心理状態は過去の葛藤が未解決であるが、自分に関連づけた評価や意味づけは少なく、他者の行動を解釈したり、社会状況の説明や信念の表明が多い群である。『物語完成型』は、過去の出来事を評価し直すよりも、過去の出来事はドラマのようにテーマをもって語られる群であり、他の型に比べ平均年齢が高い。

(2) ライフ・レビューと主観的幸福感・時間的展望の関係：『積極肯定型』が最も、主観的幸福感が高く、時間的展望も肯定的であった。他の型については主観的幸福感・時間的展望の下位尺度で一貫した傾向は認められなかったが、類型の比較から、過去を過去・現在・未来と

いう時間的連続性の中で意味づけるかどうか未来の展望に影響すると考えられる。『経歴紹介型』の主観的幸福感が高いことなどから、過去を評価し意味づけるかどうかということは、主観的幸福感とは直接的には関係せず、他の要因の影響も大きいと考えられる。

(3) 意味づけに関連するもの：過去の出来事を意味づけるとき、重要な他者、社会的・文化的価値観、自己の特徴が評価に影響する。また、他者の死の再考が自分の死に対する態度、死生観に影響し死の不安を和らげる。10代から20代に経験する歴史的出来事は自己のイメージを明確化させるだけでなく、世代意識になりやすく、それが規準として過去の評価に影響すると考えられる。

IV 総合考察

1. ライフ・レビューについて

類型の比較から、高齢者には、過去の出来事を評価しなおす評価優位タイプと、過去の出来事を現在や未来と関連づけることが少ないタイプがあると考えられる。また、過去の葛藤の再燃など現在の心理状態が不安定になると、ライフ・レビューが活性化し、その意味づけは、多くの場合、適応的な方向に変容すると考えられる。さらに、ライフ・レビューは過去の出来事が単に思い出されるだけでなく、社会・文化的価値観、自己のイメージなどと関連づけて行われる意味づけの過程であることが示唆された。

2. 加齢による変化

加齢により、未来展望は肯定的ではなくなるが、歴史への関心を強めたり、子や孫への継承を語る者がある。これは自己を自分の人生周期をこえる連続性の中に位置づける点で、高齢者のもっている時間軸の変化と考えられる。また、すでに亡くなった肉親や配偶者に日常的に話しかける者が多くなるという変化や、さらに、『物語完成型』のように、自分の人生を物語のように語るといった変化が認められる。これらの変化は、死への不安を和らげ、自己を明確化するという意味においては適応的であり、Baltes (1987) の「補償的努力」と考えることができる。