

高齢者を対象とした回想法の実践的研究 — 回想法グループ2グループと個人回想法1事例を通して —

桑 島 愛

問題と目的 回想法とは、高齢者の過去を懐かしく思い出す傾向を心理療法として取り入れたものである。自らの人生を振り返り、語ることは、未解決の問題に再度取り組み、新しく意味を見出し、人生を再統合することにつながると考えられ、その過程は Erikson の自我の発達段階の第8段階目の統合対絶望の課題に取り組むことにもなる。回想法を通して、高齢者が自分の人生を唯一であると受け止めることができれば、老年期の発達課題である統合を促し、目前に迫った死に対する準備にもなると考えられている。実践的な回想法の効果評価研究は数多く行われ、その大半が回想法の効果を支持するものである。しかし、標準化されたスケールでその効果を示すことが難しく、完全に一致した結果は得られていない。

(Sherman. E., 1987, Haight. B. K, 1987, Goldwasser, A. N, 1987, Rattenbury. C., 1989, Fielden. M. A., 1990) Erikson の自己統合の概念をどのように実証的に操作化し、スケール上で表すのが回想法の理論研究の困難性とかかわっているとイえる(野村 1992)。今までの研究の多くは質問紙による効果評価が主であった。そのため尺度上では現れにくい微妙な変化を捉えきれず、研究結果が一致しないという結果に至ったと考えられる。また回想法は対象者の効果評価研究だけでは不十分な点が指摘され、リーダーの役割、アプローチの仕方に焦点を当てた研究が目されるようになってきている。Hawett. L. J (1991) らは被験者を3群に分け比較している。すなわち第1グループは過去の経験を掘り下げるグループ、第2グループは最近の日常生活の問題に対処するための回想を行うグループ、第3グループは回想を行わないグループである。その結果、必ずしも回想を深めることが治療的ではないことが明らかにされた。一方 Orten. J. D (1989) らは、回想法グループ経験に違いのあるリーダーを置いて、3つのグループを比較し、回想法においてリーダーの経験・技術がその効果に関連していることを示している。先行研究を概観すると、回想法のアプローチについて研究したものは少ない。特にリーダーの役割や技術に焦点を当てて、実践的に研究したものは日本では行われていない。回想法グループにおけるテーマの選択、リーダーの介入の仕方を再考し、より効果的なアプローチの仕方を模索する必要性が推測される。

本研究の目的は回想法グループ2グループの実践を通して、リーダーの技術やアプローチの仕方を検討すること、質問紙に比して多様な言語表現が許される SCT (Sentence Completion Test) による効果評価を試みることである。また個人回想法では、回想を通して痴呆性疾患を抱える高齢者の心的世界を捉えることを目的とした。

<研究1> 回想法グループ1 (自分の人生を再評価する目的の回想法グループ)

目的 人生を再評価する内容の回想法グループの展開過程をリーダーの技術、テーマ選択の観点から検討する。SCT による効果評価を試みる。

方法 K デイサービスセンターで2002年11月20日から1月22日までの間に毎週水曜日7セッションの回想法グループを行った。参加対象者は MMSE (Mini Mental State Examination) 得点20点以上の高齢者12名を対象者とし、回想法実施群6名(男性2名・女性4名)、対照群5名(男性2名・女性3名)に分けた。

記録・効果評価としてテープレコーダーによる録音、SCT (Sentence Completion Test) 12項目の前後評価、施設スタッフによる生活健康スケールの前後評価、グループ経過分析表、個人別継続記録 (RGI-2) を採用した。**結果と考察** メンバーの持つリーダーシップ的な力を期待し、グループを進めた結果7項目の問題点が挙げられた。特に問題を抱えるメンバーが居る場合には、リーダーが積極的にリーダーシップを取る必要性が示唆され、リーダーの具体的な介入方法、対処方法が検討された。

自分の人生を再評価する目的の回想法グループであったため、個人の感情面に焦点をあて、過去を再評価するテーマ選択がされた。その結果メンバーに抑うつ的な傾向が見られ、参加拒否が示された。リーダーがどこまでその情緒を扱っていくのかという限界を持ち、その上でテーマ選択、グループの構成を行うことが重要であると考えられた。

SCT による効果評価では統制群では過去と現在と未来への評価がネガティブなものに変化する傾向が見られたが、実施群ではポジティブに変化した。このことから回想法を行うことにより過去と現在の自己概念の関連性を高める (Lewis, C. N. 1971) が支持された。また実

施群で言語反応の量が増加し、詳細に語ろうという意欲、説明する能力が向上し、豊かな自己表現が可能になった。

話題を全て自己に関連付けて発言する自己中心的な特徴が認められ、協調性に乏しい性格特徴の方は回想法グループから効果を得にくいと考えられた。

＜研究2＞ 回想法グループ2（昔の出来事や体験を同年代の人と共有する事実的な回想を目的とするグループ）
目的 研究1の結果と考察を踏まえ、リーダーの役割・技術・テーマ選択・アプローチの仕方を修正してグループ2を実施する。その上でグループ1との比較を行う。回想法グループにおいてどのようなアプローチの仕方が最も効果的であるのかを示唆すること。

方法 Tデイサービスセンターで2003年6月7日から7月19日までの間に毎週土曜日6セッションの回想法グループを行った。参加対象者は土曜日の施設利用者14名、効果評価を実施したのはそのうちMMSE得点16点から30点の方5名（男性1名、女性4名）である。

記録・効果評価としてテープレコーダーによる録音、SCT（Sentence Completion Test）12項目の前後評価、グループ経過分析表、個人別継続記録（RGI-2）、施設スタッフによるアンケート調査を実施した。

結果と考察 グループ1ではリーダーの具体的介入方法が検討され、グループ2ではその介入方法、対処方法が実践された。その結果グループ2ではリーダーがグループを統制することによってグループ1で起こったような問題点は大部分改善された。しかしグループ発達、回想の深まり、SCTの変化に乏しい活動となった。メンバーのグループ展開への責任感が芽生えず、メンバー自身のリーダー的な力が発揮されにくかった。グループ1で考えられた介入方法がグループ2では型にはまった活動を与えることになった原因として、メンバーとリーダーの能力、グループ活動が行われる環境やグループの発達段階を統合させてリーダーシップを取る（Toseland, R., and Rivas, R. F. 1984・野村 1998）という視点が欠けていたことが挙げられる。

個人の感情面に焦点を当てず事実的な回想を促した結果、グループ内では抑うつ的な内容が語られないが、リーダーと1対1の関係を求め、そこで抑うつ的な回想が生じる傾向が1名に認められた。グループが統制されていることで、グループ内で語られることと、個人的な関係の中で語られることとの境界をより明らかにしたと考えられた。

SCTの結果は、過去と現在の自己概念の保持が認められた。またグループ1で認められたSCTの言語反応

量の増加や内容の豊かさは積極的にグループに参加された1名のみ認められた。グループ2ではリーダーがグループを統制し、深い回想を促さなかった。その結果グループを安定させることはできた。しかしグループ発達や変化に乏しく、活動そのものがレクリエーションの域を抜け出せなかったことが指摘される。

事実的な内容であっても回想を促すと過去のつらい経験に焦点が当たり、抑うつ的な気分が引き起こされるメンバーは、回想法グループから効果を得にくい人として挙げられた。

＜研究3＞ 個人回想法

目的 個人回想法の過程を通して、①回想による心的変化、語りを通しての痴呆性疾患を抱える高齢者の心的世界を捉え、回想の意味・効果を検討すること、②グループ回想法と比較して個人回想法独自の過程・効果を見出すこと

方法 N大学病院外来患者Kさん（MMSE得点14点）を対象に、2003年8月1日から11月19日までの間に5回のセッションを行う。記録はICレコーダーによる録音、効果評価として、MMSE、ADAS-Jcog、（Alzheimer's Disease Assessment Scale）の直後再生・遅延再生項目
結果と考察 Kovack（1995）は自伝的記憶がそのまま表出されるのではなく、回想へと再構成されることによって、個々の人間にとっての実存的な意味を見出すことを助ける役割を持つと考えている。回想によって語られることは過去の出来事でありながらも、現在のKさんの置かれている状況や気持ちを反映したものであり、Kさんを理解するうえで重要であると考えられた。また回が進むにしたがってイメージ的な発言（「大きな輪になる」「どんだん人の輪ができる」）が繰り返されるようになった。回想を行うことで、思い出や、気持ちがどんだん膨らみ、言葉にすることでそれらがまとまりを持つ。回想をともにする面接者との間での交流が生まれる。過去の自分と現在の自分がつながり、自己の連続性が生まれる。回想の中に登場する懐かしい人物たちとのつながりや交流ができる。これら異なる時間軸の一連のつながりをイメージ的な発言で表現されたと考えられた。痴呆性疾患のため前後の文脈のつながりや説明の加え方の問題を抱えつつも、感じたことを直感的な表現で面接者に伝えられ、豊かな感性が実感された。回想法を介して家族、介護するスタッフが個人の個性、人格への理解を深め、1人のかげがえのない人間として尊重するケアへとつなげていくことが今後の課題である。