高齢者の自伝的記憶に関する研究
－居住形態別にみた自伝的記憶が心理的適応に及ぼす影響の検討－

日本社会事業大学大学院社会福祉学研究科
博士後期課程　長谷部　雅　美

１．目的

多くの人々にとって、「幸福に老いる」ことは、高齢期における願いの一つであろう。高齢者福祉研究の領域においても、「サクセスフル・エイジング」の実現は、究極の目標となっている。しかしながら、現実では、身近な他者の喪失体験や自分自身の健康状態の悪化などを背景に、孤独感や不安、ストレスなどの心理的問題が、サクセスフル・エイジングを阻害していることが指摘されている。このことは､心理的に適応していることが､サクセスフル・エイジングの必要条件となり得ることを逆説的に示していると言える。そこで、心理的適応を促進する要因を検討することは、サクセスフル・エイジングの実現に向けて、非常に重要であると考える。

一方、近年の高齢者の生活実態に注目すると、少子高齢化社会の進行に伴って、居住形態に変化が表れている。直近の過去３回の国勢調査の結果によると、調査を重ねるごとに、拡大家族の減少と同時に、一人暮らし及び核家族世帯が増加していることが指摘されている。当然のことながら、居住形態は日常生活の基盤となるものである。しかしながら、高齢期における居住形態は、自分のコントロールが及ばない要因によって、決定されることも多いと考えられる。例えば、配偶者との死別を契機として一人暮らしになる場合である。居住形態を自由に選択できる場合と、そうでない場合とでは、高齢者に与える心理的影響が異なることは容易に想像できる。すなわち、高齢者の心理的適応について考察する際に、居住形態は重要な要因と考えられる。

ところで、現在の個人の意識や態度が、過去の様々な出来事の記憶及び、それに対する認識から形成されることは､経験的に広く実感されている。この点については、自伝的記憶というキーワードを手がかりに検討が深められてきた。自伝的記憶は、一般的に、「これまでの生活で自分が経験した出来事に関する記憶の総体」と言われており、自己と深い関わりのある記憶として位置づけられている。さらに自伝的記憶には、個人の内面（心理的側面）に働きかける機能のあることが、様々な先行研究によって指摘されている。しかしながら、これまでのところ、自伝的記憶が高齢者の心理的適応に及ぼす影響については、ほとんど検討されていない。

以上のことから、本研究では、１）居住形態が自伝的記憶に及ぼす影響を明らかにすること､２）自伝的記憶が心理的適応に及ぼす影響を明らかにすること、の以上２点を目的とした。

２．方法

本研究では、独自に社会調査を実施し、計量的データを収集した。対象者は、東京都Ａ市の老人クラブ会員で、65歳以上の地域高齢者340名とした。調査方法は、質問紙法自記式による、集合配布・留置・郵送回収の方法を用いた。有効回収率は77.4％ (263票)で、分析には、主要項目に欠測のない248票を用いた。

測定項目は、以下の枠組みをもとに設定した。第１に、居住形態は、「同居家族の有無」によって構成した。すなわち、調査時点で、１人以上の家族と同居している場合には「同居家族あり」とし､誰とも同居していない場合には「一人暮らし」とした。第２に、自伝的記憶は、過去に体験した出来事の質に着目し、「達成体験に関する自伝的記憶」と「諦め体験に関する自伝的記憶」から構成した。測定は、そのような体験がどの程度あるかについて、「たくさんある～まったくない」までの６件法を用いた。分析では、プラスからマイナス方向の選択肢順に、５～０点に得点化した。第３に、心理的適応は、「主観的幸福感」と「はりあい感」から構成した。主観的幸福感を測る指標には「生活満足度尺度Ｋ」(古谷野,1989)を用い、

はりあい感は「ここ半年間の日々の生活に、はりあいがあると感じるかどうか」を「よくある～まったくない」までの６件法により測定した。分析には、一元配置分散分析と重回帰分析を用いた。

３．結果と考察

１）居住形態が自伝的記憶に及ぼす影響

居住形態が自伝的記憶に及ぼす影響については、「一人暮らし」と「同居家族あり」という居住形態別に、「達成体験」と「諦め体験」に関する自伝的記憶の量に差がみられるのかを検討した。分析の結果を、表１にまとめて示した。一元配置分散分析の結果、どちらの自伝的記憶の量にも、居住形態による差異は認められなかった。すなわち、居住形態は自伝的記憶に対して、統計学的に有意な影響を及ぼしていなかった。

２）居住形態別にみた自伝的記憶が心理的適応に及ぼす影響

まず、「達成体験に関する自伝的記憶」が、心理的適応（主観的幸福感・はりあい感）に及ぼす影響を検討した結果を、表２にまとめて示した。重回帰分析の結果、「同居家族あり」の高齢者において、「達成体験に関する自伝的記憶」は、主観的幸福感（.233）とはりあい感（.395）に対して、統計学的に有意なプラスの影響を及ぼした。言い換えると、「達成体験に関する自伝的記憶」の量が多くなるほど、主観的幸福感とはりあい感が高

表１　居住形態別にみた「達成体験」と「諦め体験」に関する自伝的記憶の量[1)]

（一元配置分散分析の結果の要約）

独立変数	従属変数	
	達成体験の記憶	諦め体験の記憶
一人暮らし（n=53）	3.60 n.s.	2.76 n.s.
同居家族あり（n=184）	3.72	2.94

注)[1)]：表中には，従属変数ごとの平均得点を示した。
従属変数は，０～５点の間に得点化されている。

表２　「達成体験に関する自伝的記憶」が心理的適応に及ぼす影響[1) 2)]

（重回帰分析の結果の要約）

独立変数	従属変数への影響（β）			
	主観的幸福感		はりあい感	
	一人暮らし	同居家族あり	一人暮らし	同居家族あり
性別	.161	.000	.211	.082
年齢	−.140	−.115	−.355 *	.043
健康状態	.484 **	.377 ***	.357 *	.173 *
経済状態	.120	.195	.264 △	−.268 **
学歴	−.158	−.148	−.063	.128 △
達成体験の記憶	.212	.233 **	.018	.395 ***

注)[1)]：表中には，従属変数ごとの標準偏回帰係数(β係数)を示した。
注)[2)]：観測有意水準は，以下の略記号により示した。
△;p<10　*;p<.05　**;p<.01　***;p<.001

まるというものであった。すなわち、「達成体験に関する自伝的記憶」は、家族と同居する高齢者の心理的適応を促進する要因となる可能性が示唆された。

一方、「一人暮らし」の高齢者においては、心理的適応を促進する影響を及ぼしていなかった。

次に、「諦め体験に関する自伝的記憶」が、心理的適応（主観的幸福感・はりあい感）に及ぼす影響を検討した結果を、表３にまとめて示した。重回帰分析の結果、「一人暮らし」の高齢者において、主観的幸福感（-.228）とはりあい感（-.253）に対して、統計学的に有意なマイナスの影響を及ぼした。言い換えると、「諦め体験に関する自伝的記憶」の量が多くなるほど、主観的幸福感とはりあい感が低下するというものであった。すなわち、「諦め体験に関する自伝的記憶」は、一人暮らし高齢者の心理的適応を阻害する要因となる可能性が示唆された。

一方、「同居家族あり」の高齢者においては、主観的幸福感（-.146）に対してのみ、統計学的に有意な傾向であるが、マイナスの影響を及ぼしていた。

以上の結果から、居住形態の違いによって、自伝的記憶の量に違いは認められないが、心理的適応に関連する要因（自伝的記憶の質）は異なることが示唆された。

まず、一人暮らし高齢者の場合には、これまでの「断念しこと」や「諦めたこと」に関する記憶が、心理的適応を妨げる可能性が示唆された。この結果の背景の一つには、一人暮らしに至る経緯があると考えられる。本研究における調査の結果、７割を超える対象者が、「同居していた家族が亡くなった」ことを契機として一人暮らしに至っていた。すなわち、対象者本人の意思で一人暮らしを選択したわけではない可能性が高い。そのような状況下では、日々の生活が何らか制限されることもあるであろう。一人暮らし高齢者の場合、日々の生活における“困難さ”が心理的適応を低下させる影響を及ぼしているのかもしれない。さらに、何かを「やり遂げたこと」や「成し遂げたこと」に関する記憶が、心理的適応につながらないという結果は、注目すべき点である。これは、達成体験に関する記憶そのものでは、心理面においてプラスの効果を発揮しないということを意味している。すなわち、達成体験に関する記憶が高齢者の内面において、自身のプラス評価につながらない限り、心理的適応を高めるには至らないということである。他方この結果は、一人暮らし高齢者の

表３　「諦め体験に関する自伝的記憶」が心理的適応に及ぼす影響[1) 2)]

（重回帰分析の結果の要約）

独立変数	従属変数への影響（β）			
	主観的幸福感		はりあい感	
	一人暮らし	同居家族あり	一人暮らし	同居家族あり
性別	.238 △	-.030	.194	.095
年齢	-.184	-.181 *	-.386 **	-.039
健康状態	.528 ***	.415 ***	.362 *	.204 *
経済状態	.258 △	.208 **	.255 △	-.189 *
学歴	-.200	-.128 △	-.088	.150 △
諦め体験の記憶	-.228 △	-.146 △	-.253 *	-.036

注)[1)]：表中には，従属変数ごとの標準偏回帰係数(β係数)を示した。
注)[2)]：観測有意水準は，以下の略記号により示した。
△;p<10　*;p<.05　**;p<.01　***;p<.001

複雑さを表しているとも考えられる。言い換えると、一見、心理的適応を高めるように思える達成体験の記憶は、一人暮らし高齢者を取り巻く様々な要素によって、そのプラスの効果が打ち消されたり弱められたりしている可能性があるということである。一人暮らし高齢者において、達成体験に関する記憶が心理的適応に影響を及ぼしていないという結果を解釈するには、更なる検討が必要であろう。

一方、同居家族のいる高齢者の場合には、何かを「やり遂げたこと」や「成し遂げたこと」に関する記憶が、心理的適応を促す可能性が示唆された。これは、当然の結果と言えるかもしれない。誰しも何かをやり遂げたり成し遂げたりすることは、自分へのプラスの評価につながることは容易に想像できる。また、全体として諦め体験に関する記憶が、心理的適応を低下させる影響を及ぼしていなかったという結果については、その他の様々な要因が、諦め体験に関する記憶のマイナス効果を弱めている可能性が示唆された。

４．今後の課題

本研究では、個別的もしくは具体的な自伝的記憶について検討するには至っていない。つまり、それぞれの自伝的記憶がもつ“深さ”についての検討が不十分であると言える。自伝的記憶を量で捉える意義もあるが、ある高齢者にとって生涯に渡って重要な意味をもつ自伝的記憶も無視することはできない。よって、自伝的記憶をより詳細に質的に検討することが求められる。

本研究は、「2007年ユニベール財団研究助成②高齢者の心・健康・生活」の助成を受けて実施された研究結果の一部です。