様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　５ 年　６ 月　２ 日現在

機関番号：１５２０１
研究種目：若手研究
研究期間：2018～2022
課題番号：１８Ｋ１３３４６

研究課題名（和文）高齢期の孤高状態と社会的孤立の違いの検証

研究課題名（英文）Solitude and social isolation among older adults

研究代表者
豊島　彩（Toyoshima, Aya）

島根大学・学術研究院人間科学系・講師

研究者番号：１０７７９５６５

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　3,200,000円

研究成果の概要（和文）：本研究は，一人で過ごす時間が多く社会的交流が少ない状態であるが，個人の主観的幸福感の状態が良好であることを孤高状態とし，健康リスクのある孤立状態との違いを明らかにすることを目的とした。高齢者を対象としたアンケート調査とインタビュー調査の結果から，孤高状態を予測する尺度を開発し，孤立のリスクとの関連を検討した。その結果，対人関係のトラブルを避けるために一人でいたい，他者との交流の煩わしいから一人が好きといった，社会的交流に忌避的であることは孤立のリスクと関連するが，創作活動や趣味活動に没頭するなど，生産活動の一環として一人の時間を過ごしていることは，社会的孤立に繋がらないことが示された。

研究成果の学術的意義や社会的意義
孤高状態は理論的に指摘された概念に留まり，主観的幸福感を維持促進する効果は量的研究により明らかにされていなかった。本研究では，新たな指標を開発することで，一人で過ごすことのポジティブな側面を明らかにした点に学術的意義がある。
社会的意義として，従来，社交性やソーシャルスキルが低いとされていた一人で過ごすことを好む者の価値観を認め，孤独と上手く付き合っている高齢者の理解に貢献する。パンデミック後，社会的活動や個人のプライバシーに対する価値観が変化している状況において，孤独と上手く付き合う方法を考えるきっかけとなることが期待される。

研究成果の概要（英文）：This study aimed to examine the difference between social isolation and "aloofness", which is a state of being left alone with positive feelings and maintaining subjective well-being. Through a survey and interview targeting older adults, we developed a scale to predict aloofness and examined its association with the risk of isolation. The findings showed that avoiding interpersonal conflict, preferring loneliness because of the burden of social interaction, and having an aversion to social engagement was linked to the risk of isolation. However, it was also demonstrated that spending time alone as part of creative and hobby activities, as a component of productive engagement, did not lead to social isolation.

研究分野：高齢者心理学

キーワード：孤独感　高齢者　孤独　社会的孤立　主観的幸福感　孤高状態　精神的健康　独自志向性

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９（共通）

１．研究開始当初の背景

高齢期において一人で過ごす時間のポジティブな側面が見直され，一人で過ごす時間が，高齢期の主観的幸福感の維持向上に関わる可能性が指摘される（e.g., Pauly et al., 2017)。本研究では，社会的活動は少ないが，個人の心理的状態が良好であることを孤高状態と仮定する。一方，孤高状態は，社会的交流が不足しているが，本人が現状の生活に満足しているため，社会的孤立のリスクが高い危険性がある。したがって，孤高状態の潜在的リスクを把握するため，まずはその実態を把握し社会的孤立との違いを明らかにする必要がある。

２．研究の目的

本研究は，一人で過ごす時間が増加し社会的交流が少ない状態であるが，個人の主観的幸福感の状態が良好であることを孤高状態とし，社会的孤立との違いを明らかにすることを目的とした。そのため，量的調査と質的調査を実施し，孤高状態を見分ける指標を開発する。第一に，指標を開発するため地域住民を対象とした郵送調査を実施した。第二に，孤高状態と評価される高齢者を対象としたインタビューデータの二次分析を実施し，その経緯や特徴を調べた。第三に，得られた知見をもとに，修正版 Preference for solitude 尺度を開発し，大規模調査を実施し，尺度の妥当性と孤高状態と社会的孤立状態の違いを検証した。

３．研究の方法

(1) 地域住民を対象とした質問紙調査

65 歳から 80 歳の地域住民 300 名を対象として質問紙調査を実施した。多段抽出法により大阪府 A 市に居住する者を対象者として選定し，住民基本台帳から該当地区に居住する対象者に郵送にて調査依頼を行った。同意の得られた者 77 名に日誌調査を実施した。対象者は，孤独感，主観的幸福感（ポジティブ感情・ネガティブ感情・人生満足度），孤独に対する志向性を測定する尺度に回答し，1 週間の生活状況を回答用紙に記入した。

(2) 施設入居者を対処としたインタビューデータの分析

孤高状態に至るまでのプロセスを検討するため，盲養護老人福祉施設の入居者を対象としたインタビュー調査の再分析を行った。調査データのうち，事前調査や施設職員の意見を元に，心理的に適応しているとされる入居者のインタビューデータを分析した。インタビューでは，入居後から施設生活に適応するまでの過程を尋ねた。本調査では，ナラティヴアプローチにより，施設入居後に施設内での社会関係を通して，人生観や死生観がどのように語られるかを既述した。

(3) 修正版 Preference for solitude 尺度による大規模調査

質問紙調査とインタビュー調査の分析から得られた知見をもとに，独自の追加項目を作成した修正版 Preference for solitude 尺度を用いて，質問紙調査を実施した。調査は，幅広い属性を持つ対象者から回答を得るために，WEB 調査と郵送調査を併用して行った。それぞれ調査会社に委託して同様の質問紙調査を実施した。WEB 調査の対象者が 210 名，郵送調査の対象者が 276 名，計 476 名を分析対象者とした。質問紙では，修正版 Preference for solitude 尺度の他に，社会的孤立のリスクを判断するソーシャルサポート，孤独感，主観的幸福感を測定する項目について尋ねた。

４．研究成果

(1) 質問紙調査による成果

地域住民を対象とした郵送調査で得られたデータを解析した結果，既存の尺度では一人で過ごす活動とポジティブ感情との関連を示すことが難しいことがわかった。よって，得られた自由記述の内容から，孤独を好む志向性と主観的幸福感が高い傾向のある者の特徴を把握し，既存の尺度には含まれていない側面として，創作活動や趣味活動に没頭するなど，一人で過ごす時間に生産性を求めることが挙げられた。得られた成果は国際学会（The 32nd International congress of psychology）にて報告し，国内外の研究者と意見交換を行った。

(2) インタビューデータの分析による成果

インタビューデータの分析の結果，他者との社会的交流を維持しつつ，個人のプライベートな時間を重視し自立心を維持することが特徴として挙げられた。身体機能や社会的活動に制限がある状況であっても，生活の変化に適応し孤独感やネガティブ感情が高まらない者の特徴として，ある程度の社会的活動を維持しながら，プライバシーを保つために一人で過ごす時間も重視することが考えられた。得られた成果を論文としてまとめ国際誌（Japanese Psychological Research）にて発表した。この知見は，視覚障害のある高齢者を対象とした，質的研究による貴重な研究として，国内外の研究者から評価をされた。

(3) 大規模調査による成果

修正版 Preference for solitude 尺度の因子構造を検討した結果，とにかく一人になりたいと感じるといった「孤独を必要とする」，一人の時間を楽しみ，静かな場所で休息をとるのを好むといった「孤独を楽しむ」，そして，作業に集中するため一人になりたいと感じる「孤独の生産性を評価する」の 3 つの因子に分けられた。

3 つの因子と主観的幸福感との関連を検討した結果，「孤独を楽しむ」 傾向が高い者は，ネガティブ感情が低いことがわかった。また，効果としては弱いが，「孤独の生産性を評価する」傾向が高い者は，ポジティブ感情と人生満足度が高いことが分かった。 一方で，孤独感との関連性に注目した結果， 3 つの因子すべてが孤独感の高さと関連していた。孤独感を介した効果を分析した結果，孤独を好む志向性が主観的幸福感に与える効果は部分的であることがわかった（図 1）。この結果を論文としてまとめ国際誌（Innovation in Aging）にて発表した。

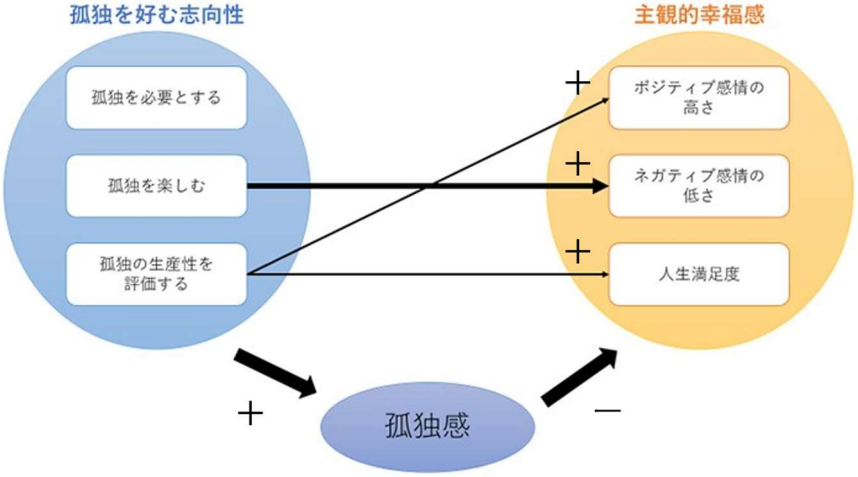

図 1.孤独を好む志向性と主観的幸福感との関連
出典：一人の時間を楽しむ高齢者は幸福感が高いのか—孤独を好む志向性と主観的幸福感の関連—京都大学(https://www.kyoto-u.ac.jp/ja/research-news/2022-02-21)

孤高状態を予測するとされる修正版 Preference for solitude 尺度と社会的孤立と関連する指標であるソーシャルサポートとの関連を分析した。その結果，「孤独を必要とする」傾向と「孤独を楽しむ」傾向はソーシャルサポートの低さと関連することが分かった。「孤独の生産性を評価する」傾向はソーシャルサポートとの関連は確認されなかった。よって，3 つのうち 2 つの因子は孤独感や社会的孤立のリスクが高いことと関連し，一人の時間を生産的に過ごしている場合はその影響は弱いことが考えられた（図 2）。得られた成果は日本発達心理学会第 34 回大会にて報告した。研究者との議論の結果，社会的孤立と関連の見られた因子の特徴として，対人関係のトラブルを避けるために一人の時間を必要とする，他者との交流の煩わしいから一人で過ごすことを好むといった，社会的交流に忌避的であることが背景にあることが考えられた。

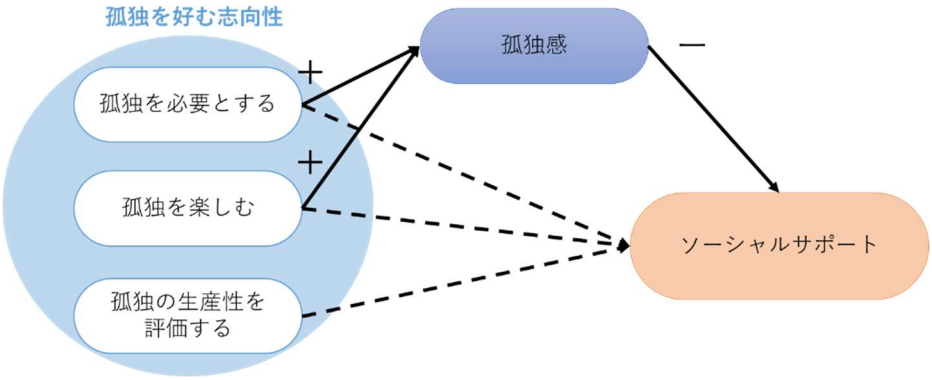

図 2.孤独を好む志向性とソーシャルサポートとの関連
注：破線は影響が確認できなかったパスを示す

以上の結果から，孤高状態の特徴として，創作活動や趣味活動に没頭するなど，生産活動の一環として一人の時間を過ごしていることが挙げられ，社会的孤立に繋がらない孤独の側面であると考えられる。本研究のインパクトとして，従来は社交性やソーシャルスキルが低いとされていた孤独を好む者の価値観を認め，孤独と上手く付き合っている高齢者の理解に貢献する。パンデミック後，社会的活動や個人のプライバシーに対する価値観が変化している状況において，孤独と上手く付き合う方法を考えるきっかけとなることが期待される。今後の展望として，一人で過ごす時間を好む高齢者のライフスタイルや行動傾向が，心身の健康状態にどのように影響するのかを調べる必要がある。

＜引用文献＞Pauly, T. et al., (2017). How we experience being alone: Age differences in affective and biological correlates of momentary solitude. Gerontology, 63(1), 55–66.

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計5件（うち査読付論文　4件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　3件）

１．著者名 Toyoshima Aya、Nakahara Jun	４．巻 12
２．論文標題 The Effects of Familial Social Support Relationships on Identity Meaning in Older Adults: A Longitudinal Investigation	５．発行年 2021年
３．雑誌名 Frontiers in Psychology	６．最初と最後の頁 1-8
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.3389/fpsyg.2021.650051	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 Toyoshima Aya、Kusumi Takashi	４．巻 6
２．論文標題 Examining the Relationship Between Preference for Solitude and Subjective Well-Being Among Japanese Older Adults	５．発行年 2021年
３．雑誌名 Innovation in Aging	６．最初と最後の頁 1-10
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1093/geroni/igab054	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 豊島彩	４．巻 42(3)
２．論文標題 高齢期における孤独への志向性と主観的ウェルビーイングとの関連	５．発行年 2020年
３．雑誌名 老年社会科学	６．最初と最後の頁 236-243
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

１．著者名 Toyoshima Aya	４．巻 63(4)
２．論文標題 Nursing Home Adaptation in Visually Impaired Older Adults Using a Narrative Approach	５．発行年 2021年
３．雑誌名 Japanese Psychological Research	６．最初と最後の頁 355-365
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1111/jpr.12334	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 Toyoshima Aya、Sato Shinichi	４．巻 26
２．論文標題 Examination of the Effect of Preference for Solitude on Subjective Well-Being and Developmental Change	５．発行年 2019年
３．雑誌名 Journal of Adult Development	６．最初と最後の頁 139-148
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1007/s10804-018-9307-z	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

〔学会発表〕　計8件（うち招待講演　0件／うち国際学会　2件）

１．発表者名 豊島　彩
２．発表標題 高齢期における独自志向性と生活スタイルの関連―孤独感との違いに着目して―
３．学会等名 日本発達心理学会第31回大会
４．発表年 2019年～2020年

１．発表者名 豊島　彩
２．発表標題 高齢期における孤独の創造性と主観的幸福感の関連
３．学会等名 日本老年社会科学会第62回大会
４．発表年 2020年～2021年

１．発表者名 Aya Toyoshima
２．発表標題 Items on the preference for solitude scale which relate to positive and negative affect among older adults
３．学会等名 The 32nd International Congress of Psychology
４．発表年 2020年～2021年

１．発表者名 Aya Toyoshima & Shinichi Sato
２．発表標題 The age group differences of interdependent happiness and subjective well-being in Japan.
３．学会等名 U.S. - Hong Kong 2018 Conference（国際学会）
４．発表年 2018年

１．発表者名 豊島彩・佐藤眞一
２．発表標題 孤立予備軍の心理特性を予測する尺度の検討及び居住形態・婚姻関係との関連―日本語版Preference for Solitude Scaleの検討 ―
３．学会等名 老年社会科学会大会第60回大会
４．発表年 2018年

１．発表者名 蔡 羽淳・内芝綾女・武部桜子・豊島彩
２．発表標題 感謝表出が負債感や主観的幸福感に与える影響
３．学会等名 日本心理学会第82回大会
４．発表年 2018年

１．発表者名 豊島　彩
２．発表標題 高齢期における孤独を好む志向性とソーシャルサポートの関連
３．学会等名 日本発達心理学会大会第34回大会
４．発表年 2023年

１．発表者名 Aya Toyoshima
２．発表標題 Examining the causal relationship between loneliness and preference for solitude among Japanese older adults
３．学会等名 IAGG Asia/Oceania Regional Congress 2023（国際学会）
４．発表年 2023年

〔図書〕　計1件

１．著者名 豊島彩	４．発行年 2022年
２．出版社 一般社団法人長寿社会開発センター	５．総ページ数 15
３．書名 生きがい研究　第28号	

〔産業財産権〕

〔その他〕

－

６．研究組織

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考

７．科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕　計0件

８．本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関