

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 5 月 14 日現在

機関番号：15301

研究種目：挑戦的萌芽研究

研究期間：2011～2013

課題番号：23653148

研究課題名(和文) 人付き合いを好まない高齢者のQOLを向上させるための相互連携・階層モデル

研究課題名(英文) QOL in Friendless Elderly People

研究代表者

長谷川 芳典 (HASEGAWA, Yoshinori)

岡山大学・社会文化科学研究科・教授

研究者番号：80183086

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,000,000円、(間接経費) 600,000円

研究成果の概要(和文)：人付き合いをあまり好まない高齢者のQOLを向上・維持させるための条件を、複合・階層モデルに基づいて分析・整理し、個人本位の高齢者福祉を実現することを最終目的とした。関東地方から九州に至る様々なタイプの高齢者施設利用者(グループホーム、老健、認知症専門病棟などの入居者、デイサービス利用者)および在宅高齢者を対象に、主として半構造化面接による聞き取り調査を行い、質的心理学の手法と行動分析学の視点に基づき、全人的視点から個人本位で分析した。「おひとりさま」高齢者のQOLを老いていく中での社会的な離脱をソフトランディングさせていくためのプロセスに位置づけて考察した。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this research is to investigate and organize the QOL of elderly people who do not like social interactions, on the basis of the complex, hierarchical model with behavioral contingencies theory, using the semistructured interview for various types of elderly person facilities users (e.g., group home residents, a day service user). The "Soft-landing" processes of the withdrawal of social life were considered.

研究分野：総合領域

科研費の分科・細目：健康・スポーツ科学・応用健康科学

キーワード：QOL 高齢者 おひとりさま 生きがい 能動性 行動随伴性 選択

1. 研究開始当初の背景

従来、高齢者福祉や生きがいに関する研究では、ソーシャルスキルの研究に見られるように、周囲との良好な人間関係、交流、集団への適応が必要であるということが暗黙の前提とされてきた。もちろん、「無縁社会」と称されるように、お年寄りが孤立無援の状況で独り暮らしを続けることは危険であり、地域における適度の交流が必要であることは言うまでもない。しかし、その一方、高齢者福祉施設においては、人的資源の制約及びセラピー効率性、安全性などの諸事情から、現実に実施されるプログラムの殆どは集団単位となっている。利用者が意に反して、集団イベント(ゲーム、合唱、慰問ボランティアの受け入れ)に参加させられることは少なくない。いっぽう、そのようなイベントの参加を好まないお年寄りは、「遠慮している」、「恥ずかしがっている」などに見なされ、時には、鬱状態にあるとか、「あの人は人間嫌いの変人だ」との扱いを受ける。多くの人の中でワイワイ楽しむことが生きがいとなるお年寄りであればそれでも構わないが、残り少ない人生をもっと静かに過ごしたい、自分だけのオンリーワンの世界を構築したいと思っている人も少数ながら存在している。そういう人たちにとっては、集団行事は煩わしいものであり、「残り少ない人生なのに、自分の時間を奪われている」と感じていることであろう。

このような背景から、人付き合いを好まないお年寄りは、どうしても、孤立してしまい、QOLの向上を目指すことができない傾向にある。そのようなお年寄りに対しては、これまで、とにかく、集団活動への参加を促すことが絶対善であるような暗黙の前提があり、静かに隠遁的生活を楽しむ機会は奪われる傾向にあった。本研究では、これまでの発想を根本的に転換し、「人付き合いを好まない」ことをポジティブにとらえ、人付き合いを最小限度にする中で高齢者のQOLを高めるためにはどのような環境づくりが必要であるのかを検討した。

2. 研究の目的

人付き合いをあまり好まない高齢者のQOLを向上・維持させるための条件を、複合・階層モデルに基づいて分析・整理し、個人本位の高齢者福祉を実現することを最終目的とする。これまでの研究では、若者と同様、高齢者であっても、集団に馴染み他者との交流を行うことが望ましいという暗黙の仮定があった。しかし、若者であれば一般社会に適応するためにソーシャルスキルを身につけることは本人自身のメリットにもなるが、高齢者の場合は、本人が望むのであればむしろ、社会から一定の距離を置き、隠遁生活にふけることのほうが生きがいになる場合もある。その際、どのようなファクターが、隠遁的QOLの向上・維持にプラスにな

るのかを、心理学的視点から体系的に明らかにしていくことが本研究の達成目標である。

高齢者の生きがいについては、人文系、社会系、医療系などさまざまな領域で研究が進められているが、本研究は心理学、とりわけ、目的論的行動主義の視点を重視する。その基本は、遂行されている諸行動(現在)、過去に遂行されていたが健康などの理由になり遂行できなくなった行動(過去)、これから先に遂行可能な諸行動(未来)を包括し、個々の行動間の相互強化、手段目的型の入れ子構造に図式化し、他者との付き合いを最小限とする条件のもとで、それらの相互強化の関係がスパイラル型に自走できているかどうかを確認するという方法で、他領域にないアプローチを可能にする。

なお高齢者の場合、加齢とともに体力、健康面などで衰えの出ることが不可避であるが、本研究では、個人本位で全人的な視点からさまざまな年齢の高齢者層を対象とした調査を行い、サクセスフル・エイジングの諸理論(離脱理論、活動理論、継続性理論など)や死生観と照合しながら分析を進める。本研究の斬新な点は、一部のお年寄りに見られる「人付き合いを好まない」傾向を肯定的に受けとめ、オンリーワンの世界を構築、維持していくための環境整備を旨としているところにある。

3. 研究の方法

まず、研究の開始にあたって、複合・階層モデルの理論構成を行った。このモデルは基本的には行動分析学の原理に基づくものであるが、日々の行動を全人的にとらえ、単線的・断片的な行動随伴性の寄せ集めではなく、入れ子型、スパイラル型の随伴性の複合体として構成するものである。このモデルの基本は、長谷川(2011)「徹底的行動主義の再構成～行動随伴性概念の拡張とその限界を探る～」において発表された。

・「スパイラル型随伴性」概念の追加：従来のオペラント随伴性は、オペラント行動の直前と直後の環境変化に基づいて記述・分類されてきた。これに対して、新たに「スパイラル型随伴性」という概念を提唱する。これは、オペラント行動が一定時間継続している状況では、個々の反応と直後の結果は1対1に対応していない場合の随伴性概念である。

・随伴性の入れ子構造の成り立ち：例えば、「外出する」という行動の大枠の中には、「スーパーに買い物に行く」、「近く公園で休息する」、「日帰りでお花見に行く」というように種々の行動が入れ子に入る。その行動の中にもさらに細かい、部品の行動が含まれていく。高齢者の生きがいの基本となる日々の行動をこうした入れ子型でとらえる。

次に、本研究でご協力をいただく調査協力者を確定した。2011、2012年度では、高齢者施設利用者(入居者、デイサービス利用者)

2013 年度はこれに加えて在宅高齢者も対象に加えた。できる限り様々な環境条件を反映させるため、関東、関西、中四国地方の複数の高齢者施設スタッフに調査協力を依頼した。具体的には、

- ・関東地方のグループホーム、老人保健施設
- ・近畿地方のデイサービス 4 箇所と特別養護老人ホーム、在宅高齢者
- ・中国地方のグループホーム
- ・四国地方の認知症専門病棟
- ・九州地方のグループホーム

であった。その上で、事前の情報により、集団との関わりをあまり好まないとされている方に本人および施設スタッフの了承のもとに半構造化面接を依頼した。併せて、集団で実施されるイベントへの参加と、個人が自由に行う行動の種類、従事時間、人間関係上の悩み事などを個人情報保護を前提とした上で記録した。収集した記録は、質的心理学の方法に基づいて分析し、また観察データについては行動レベルでカテゴライズし、一致と差違の併用法により生起条件を特定しながら、複合・階層構造をもった行動随伴性のモデルとして図式化した。

4. 研究成果

本研究は、個人本位の質的調査を中心としている。その主要な成果は、日本質的心理学会および岡山大学文学部紀要において公開され、さらに、体系化をめざしている。

- ・福島和俊・長谷川芳典(2011). 人付き合いを好まない高齢者の QOL 理論化(1) 人付き合いを好まない高齢者は改善すべき存在か? . 日本質的心理学会第 8 回大会、2011 年 11 月 26 日、安田女子大学.
- ・福島和俊・長谷川芳典(2012). 人付き合いを好まない高齢者の QOL 理論化(2)人付き合いを好まない高齢者は人付き合いが出来ないだけの人なのか? 日本質的心理学会第 9 回大会、2012 年 9 月 1 日、東京都市大学
- ・長谷川芳典(2012). 高齢者の QOL の評価・向上のための行動分析学的アプローチ. 岡山大学文学部紀要, 57, 11-26.
- ・長谷川芳典・福島和俊(2012). 「おひとりさま」高齢者の QOL. 岡山大学文学部紀要, 58, 1-16.

なお 2012 年度までの調査において、「能動的な選択」が、人付き合いを好まない高齢者の QOL 向上に大きく反映する可能性のあることが判明し、最終年度においては、新たに「選択」という観点を導入した調査を行った。それらの視点は、以下の論文で展望され、さらに、2014 年度の学会発表、総括論文としてのまとめをめざしているところである。

- ・長谷川芳典・藤田益伸(2013). 高齢者における「選択のパラドックス」の実情. 岡山大学文学部紀要, 60, 13-28.
- ・藤田益伸・長谷川芳典(2014). 施設入居者と在宅高齢者における人付き合いと余暇

活動の選択 施設入居者と在宅高齢者の比較を通じて. 日本心理学会第 78 回大会発表予定. 2014 年 9 月, 同志社大学

まず、2012 年度までの研究に基づいて、QOL の基盤となる行動随伴性に関して以下のような階層型モデルを構成するに至った。

- ・短期的視点：直接効果的随伴性が関与する QOL、日常行動の意義づけ
 - ・中期的視点：数ヶ月から数年単位で持続する諸活動に関与する複合的・多項随伴性と QOL、累積的結果の効用、入れ子構造をなす諸行動の手段目的関係
- というように時間的スパンでとらえていく必要がある。どのくらいの長さの期間が重視されるのかは、当事者の健康状態によっても変わってくる。例えば、認知症の症状が重度化した場合は、短期的視点、すなわち直接効果的随伴性を主体とした行動&強化の機会を確保していくことが重要となる。

- ・日常行動の意義づけ
- 行動分析学の創始者 Skinner は、幸福が見いだせるかどうかを決めるのは行動の種類ではなく、行動がどういう形で強化されているのか、というプロセスにあると指摘した。この考え方を受け入れるのであれば、今までと違った何か特別な行動をしなければ幸福になれないという主張は成り立たない。日常生活の雑事であっても、それに関与する行動随伴性を変更すれば QOL 向上に十分つながるはずである。高齢者の場合、周囲のサポートがあれば、それらの行動は、「しなくてもよいが、すれば好子出現」という好子出現による強化の随伴性に置き換えることが可能であろう。例えば、炊事は義務ではないが、気の向いた時に得意料理のみに腕をふるってもらうというように随伴性を変えれば、阻止の随伴性のしがらみから逃れることができる。掃除の場合も、まずは「しなくてもよいが、気の向いた時に、綺麗にしたいところだけを掃除してもらおう」というように随伴性を変えれば、掃除の結果は「綺麗になった」という好子出現によって強化されるはずである。日常の雑用はしばしば嫌悪的に受け取られがちである。しかし、ひとたび病気や事故に遭ったり、先の大震災のように津波で一瞬のうちに生活機会が奪われた場合には、QOL の根幹として「当たり前の日常生活」がいかに大切であるのか(=好子であるのか)が改めて見直される。

- ・中期的視点における行動随伴性操作

- (1) 累積的結果の効用
 - (2) 入れ子構造をなす諸行動の手段目的関係
- 高齢者の場合は健常であったとしても何十年も先に目標を置くほどの時間的余裕は無いかもしれない。また、認知症が進めば、むしろ、「いまを大切に生きる」ことのほうが有意義であるかもしれない。しかし末期がんの患者さんであっても、何も目標を持たずに日々病苦に耐えるよりは、小さな目標のも

とに何かを成し遂げることのほうが、「結果としてもたらされたがゆえに行動する」ことを持続できるかもしれない。それぞれの人の実情に合わせて、可能な範囲で目標をたて、それを持続的に進んでいくための入れ子構造型の随伴性を設計することが求められる。

次に、2012年度までに行った高齢者施設内における面接調査の結果を要約する。以下のデータは主として KJ 法に基づいて文章化された。

・人付き合いを避ける傾向にある人を対象としたが、協力者の多くが自身の人付き合いを普通だと感じていたりコミュニケーションや施設内でのレクリエーションなどへの参加を是と捉えたりするようなことを考えていた。こうした発話には、望ましい回答をしたに過ぎないようなものもあるように思われた。

・施設スタッフの評価通り、「一人のほうがよい」「一人のほうが落ち着く」という回答が多く見られた。ただし、他者とのかわりを避けた結果としての「一人」ではなく、「もともと一人が好き」ということであった。男性では、まだ仕事をしていたときにも「一人でコツコツすることが好きだった」という発言が多かったが、仕事上の付き合いを否定的に捉える解答はなかった。

・集団との付き合いを否定的に捉えた発話としては、相手との意見が一致しない場合や話が全く通じないことなどが挙げられていた。こうした場合の人付き合いには苦痛を感じていたようで、「体調を崩した」という旨の発話も見られた。そうした極端な場合に遭遇しなければ、形だけの社交で済むであろうことから「人付き合いも特に苦手ではない」ということにつながると思われる。

・また、人付き合いを極端に避けているような事例もあり、「嫌いな人とは話さない」とまで言う方もおられた。しかし、その一方で気の許せる相手や旧友との会話を楽しみにしているとのことだったので、人付き合いの可否をわける基準のひとつが「話が通じる/通じない」、あるいは「気が合う/合わない」に置いていることが窺われた。

・「一人のほうが好き」としての理由として挙がっていたのが、「自分のペースでできる」ことであった。ただし、同語的な表現であることから、因果関係として分離することはできないものであろう。この「自分のペースでできる」ということが、本調査における協力者たちの人付き合い観の根幹を成しているように思われた。それは他のカテゴリーの説明概念になりうるものであり、施設内でのゆるい人付き合いも「自分のペース」を乱されないからこそ成り立っているものであり、話や意見が通じない者はこの「自分のペース」を乱す存在となる。また、今の「不自由な生活」も、外出や小遣いの制限があるが、個室

などで一人になることで「自分のペース」が保てるので問題はないようであった。

・スタッフから「人付き合いを好まない」と見なされている施設入居高齢者においてもそれなりの QOL を維持している。

2013年度では、QOL 向上において、能動的選択機会が重要であることに注目した。但し、この部分については 2014 年度の日本心理学会で発表予定、および今後総括論文で公刊予定の内容を含む。調査協力者は特別養護老人ホーム、ケアハウス及び在宅の高齢者 14 人であった。

(1) 対象者の人付き合いに対する嗜好

施設、在宅高齢者ともに人付き合いは気を遣うもの、煩わしいものと捉えており、付き合いがなくても寂しいとは思わない、家族や特定の友人数名との付き合いができれば十分だと語られた。家族には家族の生活があり、迷惑をかけたくないと望む者が多く、家に一人でいて心配かけないように施設入居を選んだ者もいた。ただし、親密な友人は遠方で既に死去していない、家族とも疎遠な関係のため会うことができず、身近に語り合ったり親身に話を聞いてくれたりする存在がいないことを述べる者もいた。

(2) 日常生活における選択機会

居住形態に関わらず、定時に起床就寝して日中はテレビを見て過ごすという生活スケジュールを送る者が多かった。特段何かしたいという希望がみられないこと、転倒等で家族に迷惑をかけないように行動を控える傾向があったものの、現在の生活に満足を感じると述べていた。ただし、在宅高齢者は思うように生活ができる、好きなように生活できると捉えている反面、施設高齢者は、一日が長い、何もしないで過ごしていると捉えていた。

社会活動、余暇について在宅高齢者は暮会所・カラオケ・近所のコンビニへ通うといった外出を伴う活動がみられた。これらは長年継続した活動であり、習慣化されているものだった。常時寝たきりの在宅高齢者は、特に外出や余暇活動をしていないにも関わらず、「こっちから頼みます言うたら、いつでも行けるんやけどな」といった発言がされた。

施設入居者は施設の提供する余暇活動に参加するほか、1 人または少人数で塗り絵や編み物をしたり、お盆拭きや洗濯物を干す手伝いをする者がいた。施設内で、1 人で、実施可能な、時間つぶしの活動と捉えられていた。家事、将棋、盆栽等の入居前に行っていた趣味を継続している者は少数で、身体的には実施可能な余暇活動であっても「今は元気がないです」とできないと捉えていたり、「夢中になってせんならんこともないわ」と無理する必要を感じていなかった。

サクセスフル・エイジングにおける適応の

議論の中で、高齢期における適応過程や適応課題を説明する基本理論としては、活動理論 (Activity Theory)、離脱理論 (Disengagement Theory)、継続性理論 (Continuity Theory) 補償を伴う選択的最適化 (Selective Optimization with Compensation)、社会情動的選択性理論 (Socioemotional Selectivity Theory) などが知られている (小田, 2004; 権藤, 2008; 中川, 2010)。但し、それらの理論の中には、社会的適応という面から幸福感をとらえたものもあり、「おひとりさま」高齢者の QOL を検討する際には注意が必要である。例えば、中川 (2010) によれば、離脱理論では、「高齢者は死に備えて社会活動から離れ、社会的環境を縮小することで、主観的幸福感を維持する」と仮定されている。いっぽう、離脱理論との比較検討のために総称される活動理論では、「社会活動が主観的幸福感を増加させる」と仮定される (中川, 2010)。これらは、社会的活動への参加という対立軸で比較されており、この限りにおいては、独居高齢者や施設内で人付き合いを好まない高齢者は当初から離脱理論ということになってしまう。しかし、例えば、人付き合いを避けながら山村で自給自足の孤高のライフスタイルを維持し続けようとする高齢者が居たとすれば、受け身的な集団生活をしている高齢者よりもむしろ活動理論的であるとも言える。引きこもり型の読書家も同様であり、人付き合いを避ける熱心な読書家は、書籍の登場人物や作家とは交流を続けており、必ずしも離脱理論であるとは限らない。

「おひとりさま」における「離脱」は、社会活動からの離脱ではなく、個人としての目標やレベル、時間についてのソフトランディングのプロセスとしてとらえることができる。例えば、60歳代まで北アルプスの山登りを楽しんで来た人が、70歳代になってから近所の里山に登るようになり、80歳代では自宅で若い頃に登った山の写真を眺める、というように、体力の低下に合わせて行動の難易度を引き下げていくというのがこれにあたる。目標を変えたり、目標の追求にこだわらなくなる方略をとるという点で、「補償を伴う選択的最適化 (Selective Optimization with Compensation)」とも言える。また行動分析学の言葉で言えば、当事者が、老化に伴って自身の行動が無理なく強化される機会を変更・選択するプロセスであるとも言える。

老いていく中での社会的な離脱をソフトランディングさせていくためには、それぞれの節目 (引退、撤退、退会、転進、施設入居、入院、手術...) においてどういう決断をするのかという選択の問題と、その選択によって実現した行動機会において、当該の行動をどのようにして継続 (行動分析的に言えば「維持・強化」) させていくのかという問題を分けて考えていく必要がある。こういうソフトランディングは、時々段差のある下り坂

を一步一步、転ばないように下りていくことに喩えられるだろう。

「おひとりさまの最期の迎え方」は死生観に関わるものであり、心理学だけで独立して論じられる問題とは言いがたい。哲学、倫理学、宗教学などの知見を取り入れつつ、それぞれの高齢者個々人の独自性と個性を尊重しながら、理想をめざしていくほかはない。そういう意味では、心理学という学問領域の枠内にとどまることなく、関連領域の研究、各種統計資料、さらには、現場の実践活動の報告会、当事者や関係者のインターネット上での私的なブログや「つぶやき」などもナマの資料として重視し、実践に役立つ行動プランを構築していくことが大切であると考え

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

〔雑誌論文〕(計 4 件)

長谷川芳典 (2011). 徹底的行動主義の再構成～行動随伴性概念の拡張とその限界を探る～. 岡山大学文学部紀要, 55, 1-15.

長谷川芳典 (2012). 高齢者の QOL の評価・向上のための行動分析学的アプローチ. 岡山大学文学部紀要, 57, 11-26.

長谷川芳典・福島和俊 (2012). 「おひとりさま」高齢者の QOL. 岡山大学文学部紀要, 58, 1-16.

長谷川芳典・藤田益伸 (2013). 高齢者における「選択のパラドックス」の実情. 岡山大学文学部紀要, 60, 13-28.

〔学会発表〕(計 3 件)

福島和俊・長谷川芳典 (2011). 人付き合いを好まない高齢者の QOL 理論化(1) 人付き合いを好まない高齢者は改善すべき存在か? . 日本質的心理学会第 8 回大会、2011 年 11 月 26 日、安田女子大学.

福島和俊・長谷川芳典 (2012). 人付き合いを好まない高齢者の QOL 理論化(2)人付き合いを好まない高齢者は人付き合いが出来ないだけの人なのか? 日本質的心理学会第 9 回大会、2012 年 9 月 1 日、東京都市大学

藤田益伸・長谷川芳典 (2014). 施設入居者と在宅高齢者における人付き合いと余暇活動の選択 施設入居者と在宅高齢者の比較を通じて. 日本心理学会第 78 回大会発表予定. 2014 年 9 月、同志社大学

〔図書〕(計 0 件)

〔産業財産権〕

出願状況 (計 0 件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号：
出願年月日：
国内外の別：

取得状況（計 0 件）

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年月日：
国内外の別：

〔その他〕
ホームページ等

6. 研究組織

(1) 研究代表者

長谷川芳典 (HASEGAWA, Yoshinori)
岡山大学・社会文化科学研究科・教授
研究者番号：80183086

(2) 研究分担者

()

研究者番号：

(3) 連携研究者

()

研究者番号：