様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ２７ 年　 ６ 月 １５ 日現在

機関番号：１７７０１
研究種目：基盤研究(C)
研究期間：2012～2014
課題番号：２４５３０８７９

研究課題名（和文）更年期をめぐる語りとその支援

研究課題名（英文）Narratives surrounding climacterium and support provided to the narrators

研究代表者
中原　睦美（Mutsumi, NAKAHARA）

鹿児島大学・臨床心理学研究科・教授

研究者番号：８０３３６９９０

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　2,600,000円

研究成果の概要（和文）：本研究は、更年期通過群（含非経験群）・経験中群・未経験群を対象に更年期をめぐる語りの分析を通して更年期に特有の心理状況を明らかにし、女性の健やかな生涯発達への心理支援を模索することを目的に実施した。3群の対象者35名に対し、個別にインタビュー及び心理検査を実施し分析を行った。その結果、更年期症状の内容や辛さ、対処法などは先行研究と合致していた。新たに「他者からの理解や共感の必要性」及び「他者とのつながりの重要性」という知見が得られた。さらには、更年期症状は、自覚的であるほど「いつもの自分と違う」葛藤をもたらし、心理的負担感を高めることがわかった。これらをもとに99頁からなる報告書を作成した。

研究成果の概要（英文）：This study was conducted on 35 women, who were divided into 3 groups: those who (a) had passed their menopause, (b) were in the midst of experiencing menopause, and (c) had not yet experienced menopause. The aims were to identify mental conditions unique to menopause, through analysis of narratives concerning menopause, and to explore ways of providing psychological assistance to realize the development of a fulfilled and healthy life. I interviewed the 35 subjects individually, performed psychological tests, and analyzed the findings. The results “The need for understanding and sympathy from others” and “The importance of being connected to others” were newly revealed as important. It also became clear that the more aware a woman was of her menopausal symptoms, the more it brought about a mental conflict that made her feel “unlike her usual self,” and the greater the resultant sense of psychological burden. I have compiled these findings into a 99-page report.

研究分野：臨床心理学

キーワード：更年期　語り　心理支援　ロールシャッハ法　事例研究法

１．研究開始当初の背景

（1）更年期は生物学的な全ての女性が通過する閉経前後の 10 年ほどの期間を指す。閉経を意味する欧米の Menopause とは異なり，人生の転換点を意味する Climacteric を語源としている（岸本, 2006）。

（2）更年期に随伴する更年期障害は，エストロゲン低下を主因とする症候群で，更年期女性の 4 分の 1 に自覚・体験される症候群である。内分泌因子，社会・文化的因子，心理・パーソナリティ因子が要因とされ，武谷（1999）や麻生ら（2005）など心身医学的側面からの治療や研究が主流である。そこでは薬物療法や運動療法，生活療法に加え，カウンセリングも有用とされる。岸本（2006）は，更年期障害の歴史を西洋の文献（Lock,1993）から紹介し，医療領域でのカウンセリングの重要性をまとめている。心理的葛藤に関する研究は，後山（1999），辻（1999），Northrup,C(2001)，大濱（2005），大蔵ら（2019）などがあるが寡少である。

（3）語りの研究は、人生の歴史的事実を指すライフヒストリーと異なり，生きられた人生の経験的事実が重視され，固有の人生の物語として「ライフヒストリー研究」とする見方が一般的とされ（山口,2004），わが国では森岡（2008）をはじめ事例研究や理論的研究が精力的に進められている。

（4）ロールシャッハ法を用いて更年期について論じた研究は，高橋・北村（1981）の解剖反応との関連について述べたものがあるが少ない状況にある。

（5）更年期やそこで好発する更年期障害は，生涯発達の一つの姿である。エイジングの一つの姿であるが，アンチエイジングが盛んな現代では，当事者はより葛藤的な立場に置かれやすいことが推察される。とくに更年期は，期間が数年間と限定的であり，更年期症状を含めた体験についても個別性が高いため，当事者への支援が必要とされながらも，臨床心理学領域での研究は少なく，共有されづらいこともあり，当事者は一人で心身の辛さを抱えざるをえないことが推察される。

２．研究の目的

本研究は，更年期通過群（含非経験者）・経験中群・未経験群を対象に，更年期をめぐる語りの分析を通して更年期に特有の心理状況を明らかにし，女性の健やかな生涯発達への心理支援を模索することを目的としている。また，個別インタビューに加え，質問紙法やロールシャッハ法などのパーソナリティ検査を導入し，更年期体験とパーソナリティの関係についても検討を加える。

本研究において，加齢現象の代表でもある更年期をめぐる語りの分析を通して心理的葛藤を明らかにすることは，更年期を障害発達上の通過点として捉え直す一助となる。具体的には，更年期への誤解や抵抗，更年期前の予期不安の背景が解明され，更年期の心理的位置づけが再定義され，正しい情報提供や心理教育など女性の健康に寄与していくことが期待される。

３．研究の方法

研究全体の方法を以下に記す。

対象：更年期通過群・経験中群・未経験群 35 名　いずれも女性

期間：2012.7.7～2014.11.16

内容：半構造化面接及び心理検査

半構造化面接：更年期をめぐる症状や情緒体験を中心に聴取した。

心理検査：クッパーマン更年期障害指標，NEO-ffi 性格検査, ロールシャッハ法（名古屋大学式技法），樹木画

場所：大学演習室及び対象者が居住する地域の施設等

分析：半構造化面接による語りの分析及びロールシャッハ法における更年期体験の語りの表れ方や特徴を見いだす。

４．研究成果

（1）更年期通過群のインタビューを中心とした更年期体験の語り.

更年期時期は，思春期に引き続く「二回目の衣替え」の時期であると位置づけ，更年期経験者及び非経験者 11 名を対象に，更年期をめぐる語りの分析を行った。その結果，①この群では，友人や知人がモデルとなり，自らの更年期や症状についての予測や覚悟につながっていた。これは対人交流が盛んな世代であることの影響が想定された。②「これから迎える人への助言」で語られた内容は，先行研究と一致しており，追認された。他方，「情報収集」「受診や治療」の観点は少なく，「更年期は仕方のないもの」という諦念感とともに，辛い思いを軽々に表出しない世代という特徴が示唆された。③後の世代に貢献しようとする意識の高さが見られた。山口（2013）がいうように，過去体験の語りには時の力が必要であり「時が薬となり長い人生の出来事の一つ，乗り越えてきたという文脈で語り直される可能性がある」と重なる。世代間伝達のポジティブな側面ともいえる。④軽症の人も数名いたが，友人知人を通した疑似体験をし，理解を深めようとしていた。

（2）更年期体験の受容とロールシャッハ・プロトコルの表れ.

更年期通過群のなかで，更年期の語り及びロールシャッハ法に特徴的かつ対照的なパフォーマンスが見られた二事例を検討した。

対象：本研究協力者 35 名のうち更年期を通過した 2 名。

事例 A:60 代前半，クッパーマン更年期障害指標重度　事例 B :50 代後半，クッパーマン更年期障害指標軽度

①語りからみたロールシャッハ法体験

事例 A は，インタビュー及びロールシャッハ法もいずれもあふれるような語りが展開さ

れた。事例 A にとっては人生を物語るツールとなっており,複雑で時に理不尽な体験のなかで「前向きに」「必死に」生きてきた人生が語り直され,自己確認作業（中原、2003）につながっていた。「専門家に聞いてもらおうと思い出してきた」動機づけがロールシャッハ法での語り方に影響していたと考えられた。これは Schachtel,E,G(1966)がテスト状況の影響を言及していることと重なる。また,「聴いてほしい」「受け止めてほしい」欲求を表現できる場となり，テスト状況が語りの場となり，それを受容された体験が人生の語り直しにつながっていた。テスターは＜こうやって一生懸命生きてきたのだな＞＜この人にとって更年期は大変な時期だったのだ。よくぞ生き残ってこられたなあ＞と感じた。事例 B は, 語りもテスト状況も淡々とし, 生き抜く手段として否認や抑圧が用いられ, 辛さや怒りは強く内包されていることが窺われた。この抑圧的な姿勢は，10 数年にわたる介護生活を支えており，他方で全脱毛という身体症状や友人たちが事例 B の辛さを肩代わりする心理的状況にあることが推察された。それがロールシャッハ法体験によって抑圧が少し緩み,不安や身体的関心反応,限界吟味で実親との葛藤を語るなどの表現につながり，更年期や介護体験の大変さに触れる語りに発展していた。ロールシャッハ法という退行を引き起こす構造（馬場，2003）が, 本当は理解されたい思いやしかし簡単に理解されたくない思いを緩和したものと考えられた。テスターは，抑圧することで自分を保ってきたことや本当は語りたい思いを感じた。反面，語られないことも語りの姿であり,そのような対象において, 心理査定が補完的役割をすることを実感した。

②2 事例ともに社会適応はなされていた。面接の印象とロールシャッハ・プロトコルが一致していたことも，臨床群との相違として挙げられる。さらに，量的指標のバランスがよく，基本的な常識性を有しており，社会適応の保たれ方と連動していたと考えられた。

③今回の 2 つの事例からは更年期体験とロールシャッハ法上の反応特徴を直截的に関連付けることは困難であった。今後，さらに事例を増やすなどして検討していきたい。他方, 2 つの事例を通して，ロールシャッハ法においても「私に固有の語り」が展開していることが確認された。山口(2013)は語りの研究において,「外傷的な出来事も時が薬となり, 長い人生の出来事の一つ，乗り越えてきたという文脈で語り直される可能性がある」と述べている。事例 A はロールシャッハ法が語り直しの場となっており, 事例 B はロールシャッハ法体験が語り直しを多少なりとも促進する役割を担ったと推察された。

心理査定の中立性を保ちながらも，その人の人生の語りが展開されるという視点をもって心理検査に臨む姿勢が，対象者に意味のあるロールシャッハ体験や心理支援に役立つのではないかと考えられた。

（3）更年期中にある人の語りを中心に.

更年期時期（以下，更年期中）にある人への面接をもとに語りの分析を行い，心理的葛藤などの特徴を明らかにするとともに，研究 2, 3 の更年期通過群で得られた語りの結果との比較検討を行った。

対象：更年期中の女性 16 名年齢；43 歳～56 歳，更年期障害分類：重度 10 名，中等度 1 名，軽度 5 名

①更年期中群の語りの概要

更年期と更年期障害の異同：「同じ」と回答した人は 5 名でありうち 3 名は軽度更年期症状の人であった。他方，正解である「違う」と回答した人は 11 名であり, 更年期中群は, 更年期と更年期障害との相違を理解している人が更年期通過群に比べて多いことがわかった。また，婦人科等の医療機関を受診した人は 11 名と大半を占め，この点も更年期通過群とは大きく異なっていた。更年期についてのイメージは,「心身の症状」を挙げた人が 12 名であり, 他には「負のイメージ」「怖い」「年寄りになる」「閉経」が各 1 名であり, 更年期通過群で見られた「多くの人が通る道」は 1 名に留まっていた。

更年期及び更年期障害の受容性：「これがそうなのかと納得した」「仕方ない」といった運命受容的な人が 7 名,「不調を更年期の所為にできる」「もっと大変で，なったら笑い飛ばそうと思っていた」が各 1 名であった。他方,「特にない」が 5 名であったが,「汗が恥ずかしい」「なければいいなあ」「女が終わった」「こんなに早くくるなんて」「嫌だなあ」「シニア層の入り口」など加齢への否定的な言辞や性的アイデンティティへの抵抗などが 5 名から得られた。この結果も抑圧しがちであった更年期通過群とは大きく異なる。

更年期障害への対処法：漢方療法，運動，性ホルモン補充治療(HRT)，食事療法，趣味，その他であり，軽度の 2 人が「とくに対処はしていない」であった。また,「情報を得るのが大切」が 9 名であり，この点も，更年期通過群と異なっていた。「対人交流の大切さ」を挙げた人は 7 名であり，これは，更年期通過群と重なる。他方,「夫の理解」（2 名）については，更年期通過群では挙げられなかった回答である。

更年期障害で嫌な体験をしたこと：「仕方ない」（4 名），症状の辛さ（9 名），無理解（4 名）は更年期通過群と重なるが,「自責感」「更年期ということばが嫌」「夫との関係が」などはこの群のみで語られた。

自分にとっての更年期の意味：「誰でも来る」「人生の分岐点，転換点，しようが無い」「乗り越えられる」などは更年期通過群と同じものもあったが,「若くない自覚」「女性特有」「難しい時期と重なる」などが新たに得られ, 加齢を意識化していることが素直に語られ答があったことは（いずれも軽度），更年期

通過群とは異なっていた。
これから更年期を迎える人へのメッセージ：更年期通過群同様に「身体に関心を持つことが大切（5 名)」「情報を集める（4 名)」「更年期であることを認める（4 名)」「受診する（5 名)」「友人等に話す」など，具体的な助言が語られた。
②更年期の知識と症状に向き合う姿勢
　更年期中群では，身内や知人の観察や情報交換とともに，症状やその改善に向け，積極的に情報収集しようとする姿勢が見られた。婦人科をはじめとする医療機関にかかる人が多く認められた。他方，更年期通過群では，身内や知人を観察して情報を得ていたが，情報共有することは少なく，医療機関にかかることが寡少であった。これらの相違は，更年期中群は，社会情勢の変化としてマスメディアによって若いときから月経や生理用品などの情報が得られやすい時代であることが考えられる。また，更年期中群は月経をはじめメディアなどで女性の身体について知る機会が増え，それを表現することへのためらいが緩和されている世代と言える。二つの群の相違は，更年期の通過の有無の事実に加え，コホート差の影響も大きいと考えられた。
③更年期をめぐる語り
　更年期中群では，更年期症状を持つ人は，自らの症状について抵抗なく，症状への思いが率直に語られた。心身の症状や辛さについて「まさに渦中にある」大変さが具体的に語られ，辛い体験を語るのに隠す理由がないどころか「専門家に聞いて欲しい」という欲求の高さが窺われた。聴き手に対して更年期の過ごし方や更年期障害への対応のあり方などの情報を熱心に尋ね，自らの症状の辛さを相談する姿勢が多く見られた。さらに，「女と見られなくなる」「いやだな」といった性的アイデンティティをめぐる否定的な感情も率直に語られた。この群では，既婚・出産経験者は全体的に諦念的な言辞も含め，受容的な語りが大半であった。また，更年期症状が軽度の人であっても症状のある人を理解しようとする姿勢が語られた。
　他方，更年期通過群では，更年期障害が重度の人であっても否定的な感情が語られることは少なかったが，それでも更年期体験の語りを通して「自らの人生の語り直し」が展開された。そこでは自らの更年期体験に距離が生じ，評価が加わるなどして，再度，更年期体験を意味づけする流れがあった。更年期をめぐる語りのあり方でも，コホート差の影響が見られた。しかしここでは，むしろ，「体験渦中にある」ことが語りへの抵抗を緩和していることも推察された。大変ななかにあるからこそ，共感してくれる理解者を求めているといえるのではないかと考えられた。
④ 更年期経験の人生における位置づけ
　更年期経験が自らの人生にどのように位置づけられるのかについて，更年期中群では「誰でも来る」「人生の分岐点・転換期・老いの自覚・難しい時期と重なる」など，一般的な更年期の概念と重なる見解が語られた。そして，更年期症状や更年期自体を何が何でも回避したいというより，症状の辛さを訴えながらも，受け止めて前向きに生きようとする姿勢が語られた。これは，更年期通過群でみられた「人生の通過点」など肯定的な意味づけがなされた事とも重なり，更年期中群・更年期通過群いずれも，更年期体験は，「通る道（運命受容的)」と位置づけられていることが明らかになった。このことは，アンチエイジングが流布する現代社会の状況とは相反する印象がある。しかしながら，アンチエイジングを望みながらも，ヒトとして運命を受容していこうという姿勢は，両価的でありつつ自然な心持ちあるとも考えられた。アンチエイジング願望の質的な検討を加えていくことの必要性が示唆された。また，次の世代へのメッセージとして更年期中群・更年期通過群いずれもが，自らの体験に基づいた実感を伴った具体的な語りが展開されたが，次世代への伝達意識の高さや人が生きていく上での生殖性という普遍的な心性や発達課題の存在が改めて確認された。
⑤語りの様相
　対象者の多くは，語りを通して，更年期体験を客観視し，自己体験として引き受け，「人生の通過点」と再定義し，自己・他者理解の促進や新たな発見から次世代へのメッセージにつながる流れが見られた。また，語りの「場」「聴き手とそのあり方」という関係性の重要性が示唆された。簡素な語りの場合，更年期体験が軽度である人だけでなく，介護など家庭の問題で踏ん張っている時期と重なる人も複数見られ，その防衛を護る聴き方の必要性が考察された。今回は「研究協力者」というバイアスはあるが，更年期症状対処への必死さに加え，これまで生きてきた,たくましさに裏打ちされた健康さが認められた。
⑥更年期をめぐる語りとその支援（図 1）
　更年期をめぐる語りにおいては，更年期体験のなかでも更年期症状の有無が着目されやすい。しかしながら，更年期症状の有無や症状の重症度に関わらず，語りにはその人に固有の人生が語られた。また，一人で勝手に話しているのでなく，理解しようとする聴き手の存在があるなかで，更年期体験の語り直しがなされ，それが人生の語り直しや半生の振り返りにつながっていた。さらには，これから更年期を迎えるであろう次世代への自己体験に基づいた励ましとも言えるメッセージが自然に生まれていた。これらのなかで聴き手は傾聴に加え，情報提供も適宜行ったが，この語るー聴く関係のなかで語り手である対象者は自己理解を深め，それが他者理解へとつながったと考えられた。他方，簡素な語りが展開された事例もあった。更年期症状が軽かったという事例，知人があまりに重たい更年期症状であり自分の辛い体験を抑圧してしまった事例，あまりにも重たい日常生

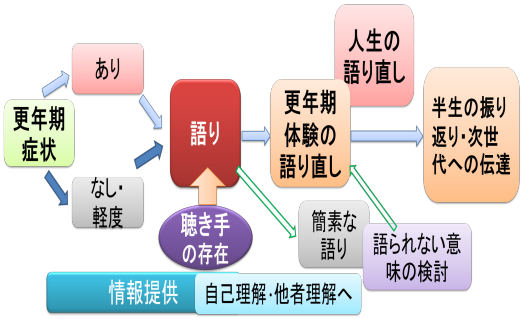

図１　更年期をめぐる語りとその支援

活の大変さを抱えており，不用意に語ることで，その護りが壊れることを恐れ，抑圧による簡素な語りになった事例まで，さまざまであった。これらのことからは，「語られない語り」「簡素な語り」にも意味があるものとして位置づける聴き手の姿勢がこれらの群には，重要であると考えられた。

（4）ロールシャッハ法に出現した身体的関心反応の意味

本研究協力者 35 名に実施したロールシャッハ法において，31 名に身体的関心反応が出現した。更年期の経験によって 3 群に分類し身体的関心反応出現傾向の意味を検討した。

①今回の対象群で産出された身体的関心反応は，合理化や知性化を用いたものが多く，テスターに了解可能な説明が多かった。主な特徴としては，1)身体的関心反応は，F 反応で修飾を伴わない傾向が多く見られた。2) C 反応と同程度に，Y 反応を伴う傾向が見られた。対象者の個人的経験との関連の高さが推察された。3)「膣」「肛門」「便」などの反応なども，「内臓の説明」として出現し，「病気の脳」反応でも介護体験などが容易に推察されるものであった，などが挙げられる。まさに「身体的関心（経験値）の高さ」という意味合いの反応として産出されていた。4）今回，「更年期をめぐるインタビュー後」というテスト状況に影響を受けた可能性が想定された。そうであっても，更年期通過群，更年期中群，更年期未経験群で，3 群それぞれにその影響のあり方が異なっていたことは，身体的関心反応を検討する上で重要であると考える。

②更年期中群は，更年期や更年期障害の体験渦中にあり，更年期通過群に比較して，否定的感情を語ることに抵抗が少ない世代といえる。それが葛藤の意識化につながり，インタビューのなかで言語化され，ロールシャッハ法においては，F 反応や Y 反応を伴う形で，不安がより知性化･客観化されたものとなって産出されたと考えられる。他方，更年期通過群は，更年期インタビューにおいては，更年期体験の否定的感情を抑圧した語りが目立ち，聴き手は抑圧や語る事への抵抗を感じたが，投映法であるロールシャッハ法においてこそ，不安や葛藤が身体的関心反応として表現されたと考えられた。未経験群は，更年期インタビューが刺激となって，身体への意識化が喚起され，刺激されたことが身体的関心反応に置き換わって表現されたと推察された。つまり，意識的語りでの更年期体験と，前意識的なものをはかるロールシャッハ法で，「更年期」という刺激に対して，表れ方が異なるとするならば非常に興味深い。否定的体験に開かれている（自己受容的）であるほど，図版刺激（外界刺激）をうまく受け止めて加工できるといえるのだろうか。

これらの検討のためにも反応の質や流れ，context の把握が重要と考える。さらに，「ことばにすること」や「語ること」とは，体験が自分のものに内在化される過程であるという意義がもたらされ，心理療法の意義が改めて確認された。また，意識化されない・抑圧された不安や葛藤が表現されやすいという面からは，投映法が有する意義が再確認された。

③本研究での身体的関心反応の経緯と 3 つの群の相違を図 2 に示す。研究協力としての更年期インタビュー後という身体的関心が高まったテスト状況の影響(Schachtel, E.G. 1966, 辻 1997)のもと，図版刺激（ブロット，色彩，濃淡･･･）を受け，そこから喚起された不安がそれぞれの対応に影響していたと考えられる。更年期通過群では，加齢による身体性や生殖機能への喪失への関心(De Vos)に加え，「出産妊娠反応」という過去回帰願望や世代をつなぐ願望が投映されたと推察された。更年期中群では，加齢による身体性や生殖機能への喪失への関心(De Vos)が投映され，更年期未経験群では，図版から喚起された不安が，身体的関心として表現され，3 群とも刺激による不安の置き換えとして身体的関心反応が産出された。そこでは美化，体験の合理化，知性化，隔離という防衛機制が伴われ，群による反応様式に違いが見られたといえる。

これらのことからは，ロールシャッハ法における反応産出にも「語り」の側面が見られるといえるのではないだろうか。

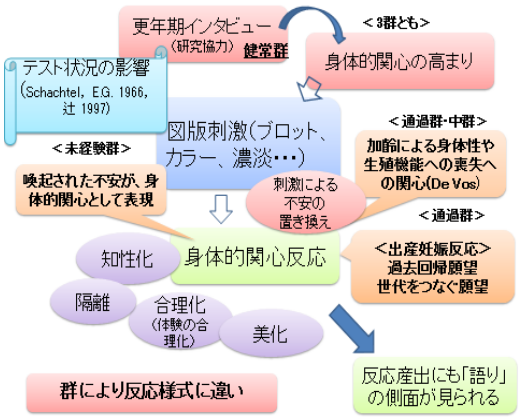

図２　3 群の身体的関心反応産出の経緯

（5）考察
①概観：今回，更年期通過群，更年期中群の語りから得られた更年期症状の内容や辛さ，対処法などは先行研究と合致していた。本研究ならではという知見としては，「他者からの理解･共感の必要性」であり「他者とのつながりの重要性」であった。また，「一人で抱えこまないことが大切」という声もあった。これらは，実体験がある人からの語りのみならず一人で抱えて乗り越えた人からも出ていた語りである。更年期や更年期障害が理解や共感が得られにくいのは，更年期障害の症状の一つ一つが頭痛や肩こりなど日常的に見られる不調や不定愁訴に近く，「そのうち治る」と位置づけられるためではないかと推察される。しかし，易疲労性や集中力の低下，心理的不安定さやいらいらなどは，当事者を最も苦しめる精神症状であり，自覚の高い人にとっては「いつもの自分と違う」葛藤を抱えざるを得ない状況である。それゆえに周囲の理解が求められる。だがしかし，実際としては理解してもらえない，という悪循環に陥りやすい現状が推察される。正しい情報共有や心理教育の必要性が示唆された。
②「自覚する」の個人差：個人差要因として，更年期がもつ期間限定性や，更年期障害の症状の個別性や他の疾患との鑑別の難しさなどが挙げられる。さらに，更年期の世代は，年代的に子どもの進学，就職，結婚，出産，親の介護の問題，夫の昇進，定年の問題，夫婦の身体疾患の問題など物理的にも心理的にも多忙な時期であり，多少の不調は「私さえ我慢すれば」という認識に留まりやすいのではないだろうか。今回のインタビューでも，「家族には相談しづらい」「家族は気づかない」「家族は言ってもわかるはずがない」といった声が少なくなかった。これは伝統的な母親役割を担う文化がもたらす影響もあるだろうし，症状一つ一つが身近な不調と似ているために当事者や周囲から「そのうちに治ると認識されやすいことも考えられる。
③同性からの理解：今回は更年期障害非経験者や症状が軽度な人も，他者の更年期症状の辛さへの理解や共感を寄せる見解が高かった。2010 年のアンケートでは，同性の非経験者のなかから，更年期症状について「怠け」「甘え」という厳しい声も得られた。この相違は，本研究の対象者が「自分の体験がお役に立つのであれば協力します」という献身的な姿勢や共感性が元々高かったことが一つの要因として考えられる。同性から理解されないことは当事者にとってはさらなる苦痛を生み出す。更年期のみならず月経困難症や月経前緊張症もなどの女性特有のからだの問題は類似の課題を抱えている。これらのことからは，個々人の共感性や辛さへの想像力を育むことが求められる。それが困難な場合，知識レベルであっても理解してもらうための情報提供という方略が必要なのではないだろか。
④正しい知識：情報提供の機会を増やすことは重要であり，更年期にある女性の心身の不調は治療対象であるという正しい知識が必要である。その上で，医学的治療や代替治療など多様な対処法があるなかで，どの治療法を選択するかについて当事者が選択できる機会や選択できる力が必要となる。近年のマスメディアの更年期障害に関する情報発信に対して，概ね肯定的な意見が語られたが，なかには，「みんながあんなになると思われるのも嫌だ」という声もあり，情報提供のあり方にはもう一工夫必要であることが示唆された。さらに，閉経後は女性特有の発見されづらい心疾患や血圧上昇については，一般的には余り知られていない。更年期をめぐるこころの面，からだの面に関する正しい情報提供や心理教育の必要性が確認された。
　本研究では，必然と言える更年期を抱える女性の語りを通して，女性のたくましさやしなやかさとともに，正しい情報の提供や情報発信，心理教育の必要性が改めて示唆された。

５．主な発表論文等
〔雑誌論文〕（計　０　件）

〔学会発表〕（計４件）
①中原睦美　更年期をめぐる語りとその支援(1)-更年期経験者のインタビューを中心に.日本心理臨床学会第32回秋期大会2013.8.27（於.横浜パシフィコ）
②中原睦美　更年期をめぐる語りとその支援(2)-更年期体験の受容とロールシャッハ・プロトコルの表れ.日本ロールシャッハ学会第 17 回大会 2013.11.3（於.花園大学）
③中原睦美　更年期をめぐる語りとその支援(3)-更年期中にある人の語りを中心に. 日本心理臨床学会第 33 回秋期大会 2014.8.25（於.横浜パシフィコ）
④中原睦美　更年期をめぐる語りとその支援(4)-ロールシャッハ法に出現した身体的関心反応の意味.日本ロールシャッハ学会第 18 回大会 2014.11.30（於.佛教大学）

〔図書〕（計　２　件）
① 中原睦美　科研報告書：更年期をめぐる語りとその支援　　2015　全 99 頁
② 中原睦美　科研報告書：更年期をめぐる語りとその支援　　2015　全 37 頁

６．研究組織
(1)研究代表者
中原　睦美　　(NAKAHARA,mutsumi)
鹿児島大学大学院臨床心理学研究科・教授
研究者番号：８０３３６９９０