九州大学学術情報リポジトリ
Kyushu University Institutional Repository

# 高齢者の回想（法）に関する展望

吉岡, 久美子
九州大学大学院人間環境学研究科（博士課程）

https://doi.org/10.15017/829

出版情報：九州大学心理学研究. 1, pp.39-49, 2000-03-10. 九州大学大学院人間環境学研究院
バージョン：
権利関係：

KYUSHU UNIVERSITY

九州大学心理学研究，2000，第1巻，39-49
Psyc. Res. Kyushu Univ. 2000, Vol. 1, 39-49

# 高齢者の回想（法）に関する展望

吉　岡　久美子

## THE PURPOSE OF THE REMINISCENCE THERAPY FOR ELDERLY PEOPLE

KUMIKO YOSHIOKA

The purpose of this thesis is to investigate reminiscence therapy for elderly people. The elderly people have several obstacles, including physical, psychological and environmental factors. The number of psycyological studies of elderly has increased in Japan and other countries every year for the last several years. The thesis will discuss some of the reminiscence therapies in view of implications. The previous research of this fields, controlled the treatment outcome studies, methodologically rigorous, clinically supported factors, case studeis and the term reminiscence will need to be clarfied, in order to identify and develop effective therapeutic techniques.

keywords: elderly; literature review; reminiscence therapy

本論文では高齢者に対する回想（法）に関する研究を展望している。高齢者はさまざまな側面で多くの課題を抱えている。近年高齢者に関する心理学的援助や研究は年々増加している。そうした中で，高齢者援助に適用されやすいとされる回想（法）をとりあげ，回想（法）の現状と課題について検討した。これからは効果研究，研究デザインの洗練，援助者要因の検討，事例研究の必要性や回想という用語の定義付けの明確化などが必要であることが示唆された。

## Ⅰ．はじめに

わが国では急速な高齢化が進み，そのための対応を迫られている。こうした対応については単独の研究分野では十分な対応ができないといわれている。医学や生物学からの取り組みや社会・経済的側面からの取り組み，あるいは介護や看護など学際的アプローチが求められている分野であるといえる。そうした中で，心理学への期待も大きい。

高齢期は人の生涯における重要な発達段階の時期である。Erikson(1982)はこの時期を自我の統合対絶望と名づけた。この時期をどのように個々人が生きるのかは大きな課題である。そしてこうした課題に取り組む人々への援助に心理学が貢献できる役割は大きいと思われる。

こうした高齢者研究の現状として，下仲(1998)は，老年心理学研究の歴史と研究動向の中で，老年研究として老人イメージの変遷と老年心理学の歴史の２つの展望を行っている。前者については，ヨーロッパ，アメリカ，日本における老人イメージについて古代から近世にわたって展望している。それによると，老人イメージの多くは否定的なものもしくは良いか悪いかの両極端に位置し，中立的な意味はもたなかったとしている。後者については，欧米と日本における老年心理学の歴史を研究方法の変化や生涯発達的見解から紹介し，新しい研究テー

マ（記憶，日常知能等）について示唆している。その中で欧米における最近の動向として老年期とagingの関係について，agingを単なる現象としてみることから一歩進み，様々な心理変数との相互作用から老いを考える研究に興味が移ってきているとしている。一方日本においては，この分野はまだ未開拓な分野であるため，今後その動向が期待されるとしている。

また太田ら（1998）は高齢者に対する心理学的援助研究の全体的な動向を明らかにしている。そこでは，これまでの心理学的援助の研究の推移を調べるために，APA（American Psychological Association）による“PsycLIT”を用いて1974～1995年までに出版された雑誌論文の検索を行い，1980年代以降より高齢者を対象とする心理学関連の研究が増加していることを明らかにしている。

その中で心理学的援助の方法で比較的定着している方法をあげている。それによると，回想法，家族療法，行動療法，認知行動療法，ソーシャルサポート，高齢者および介護者のストレス，力動論的アプローチ，リアリティーオリエンテーションなどの方法をあげている。またこれ以外には，集団療法，セルフヘルプグループ，対人関係療法，ペット療法，ペインマネージメント，高齢者に対する若年層の態度への介入などがあげられている。

また研究の対象から高齢期の重要な心理的問題が何であるかを推測することができるとし，検索した文献から，何を対象としているのかをみている。それによると，健常な高齢者を対象とした研究のほかに，アルツハイマー病やその他の痴呆疾患，大うつ病，死別を含む感情障害，アルコール依存や喫煙，慢性疾患や老人病などの身体疾患，高齢者の家族や在宅介護者，孤立した高齢者などがとりあげられている。

更に，わが国の高齢者心理学関連の研究の現状を把握するために，1980年以降を対象に，学術雑誌，各学会における大会発表論文集を資料として，高齢者を対象とする研究報告を調査している。それによると，報告数は年を追うごとに増加傾向にあるとされている。研究報告の多かった雑誌は，日本心理学会大会発表論文集，日本教育心理学会総会発表論文集，老年社会科学などであるとされている。しかしながら，発表数は増加しているものの，学術雑誌に掲載されている論文は少数であり，依然としてわが国の老年心理学の研究は質量ともに黎明の段階であると結論づけられている。

そこで本稿では，こうした高齢者援助に関する研究の一つとして回想（法）に焦点をあてる。回想法は高齢者援助の一つとして，注目を集めている技法である。最近では医療現場や福祉施設などで，心理職以外にも多職種によって用いられている援助技法の一つでもある。また下仲（1998）は先の研究の中で，老人の回想，回顧についてこれまでは過去に対する執着や現実逃避などの病理現象としてみられていたのが，現在ではライフレビューとして老年期に通常おこる人生の統合過程の一つであると考えられるようになり，このプロセスが老人が人生経験や歴史を想起するという意味で，セラピーや高齢者教育プログラムの基礎として役立つと結論づけられるとしている。このように回想（法）というものは，高齢者援助や高齢者理解の基本的枠組みを与えてくれるものであると思われる。

そこで本稿ではこのアプローチの研究動向と今後の課題について明らかにする。

## Ⅱ．回想法に関する研究

回想法をこのように援助技術の技法の一つとして位置付けるのに大きな影響を与えたのは，アメリカの精神科医Butler（1963）である。Butlerは高齢者の回想を，死に近づくという認識によって生じる正常な人生回顧の過程の一部として位置付けている。そうした回顧の中で，これまでの人生の出来事を振りかえり，当時未解決であったことをも再起し，それらが再評価され統合され，再統合がうまくいくと，高齢者の人生に新たな意味付けがなされるとしている。こうした人生回顧については積極的に行うことが望ましいという考えがその後普及し，回想に関する研究や実践が数多く行われるようになってきている。

高齢者の回想法の研究はおおむね，２つに分けられるとされる（太田ら 1998）。一つは回想法の実践の介入研究である。回想法は，病院や施設あるいは地域で生活する者など幅広い人に対して行われる。方法も個人を対象にして行う個人回想療法と，集団で行う集団療法と広い。いま一つは回想に関する基礎研究である。これは回想そのものに焦点をあてた研究である。すなわち回想という精神機能そのものの過程や特質あるいは回想と心理的適応との関連などについての研究である。そこで，まず前者の回想法について展望し，続けて後者の回想について展望する。

ところで一般にいわれている回想法には２つの方法がある。一つはlife review therapyであり，いま一つは reminiscence therapy である。両者は理論的背景や方法が違う（Haight & Burnside, 1993）。life review therapyは，トレーニングを受けたセラピストが１対１でクライエントに対して行う治療的なアプローチである。回想の仕方は過去の出来事に対して記憶の想起を行い，自我の統合を目的として行うものである。例えば，高齢者のライフヒストリーを系統的に聞く（幼児期から思春期，青年期など）ことを通して，それらの出来事を整理し，その意味付けを探すことを通して，人格の統合を目指していこうとするもので，より狭義の概念である。

一方の reminiscence therapy は，life review therapyに比べて，より一般的な記憶の想起であるとされる。回想もコミュニケーションの増加を図ることや娯楽的な要素が強いとされる。例えば痴呆高齢者の残存機能の賦活や情動の安定あるいは活動面へのアプローチを含む。従ってこちらはlife review therapyに比べて，より広義の概念である。しかしながら両者とも，高齢者の話しに耳を傾け，高齢者にとって「よい聴き役」として話しに沿うという点では共通しているといえよう。また回想法の目的を如何に設定するのかによって，よりどちらに近い回想法となるのか自ずと決まってくるといえよう。本論文ではこれら２つを含む回想法研究についてレビューを行う。

## １．回想法研究の流れ

黒川（1995）は，欧米におけるこれまでの回想法研究の歴史について概観している。その中で，1960～1970年代を初期の研究，1970～1980年代を中期の研究，1980 ～ 1990 年代を最近の研究と期分けしている。

それによると，初期の研究段階では，Butlerの提唱以来，高齢者の過去の思い出に働きかけることの有効性を論じた研究がいくつか発表され，それらは回想の行為や頻度が高齢者の自己評価や人生満足度と何らかの関連があることを示している。またこの時期は１対１の個人回想法が主流であったとされる。

中期の段階になると様々な職種によって回想法が用いられ，臨床実践が普及し，それぞれの現場からの報告が相次いだとされる。この時期は初期の１対１による回想法に加えて，施設を中心にグループアプローチが多く施行され，リアリティオリエンテーション（以下RO）法，心理劇，フォーカシングなど他の技法との比較検討や統合を試みた研究や末期患者に対するターミナルケアや悲嘆教育として回想法を導入する報告もされたとある。更に，通常の構造化された面接や心理テストが困難な高齢者に対して，回想法を用いることで正確なアセスメントが可能になるとの研究もみられている。しかしながら，この時期の回想法に関しては，臨床実感においては多くの報告がなされているものの，効果測定においては客観的指標に問題のあるものが多く，研究方法や実証性の点から後に批判されることが多いとされる。

そうした流れを踏まえ，最近の研究は回想法の有効性を検討する目的で研究が行われつつあるとされる。例えば，対照群を設けたり，回想法を行う際の条件統制をはかるなどの研究デザインの洗練がみられている。しかしながら研究結果についてみてみると，それらは一貫性を認めるには及ばないとされる。

また対象者を高齢者に限定することなく，若い世代も含めた大きなサンプルで，回想の心理的メカニズムについて検討しようとする研究も現れているとされる。

## 2．対象別による回想法研究

### 1）健康な高齢者を対象とした研究

地域で生活する高齢者を対象とした研究がいくつかあげられる。Sharman（1987）は地域の高齢者104人を対象に，回想法グループ，回想法にフォーカシングを導入したグループと対照群を設け，比較検討している。用いられた尺度はLife Satisfaction Index Form Z(1969)とMonge Self Concept Measure(1975)である。その結果人生満足度，自己概念，回想法の頻度は有意差がみられなかった。また回想の中身としては，回想群はより包括的な回想を行い，対照群はより選択的な回想を行ったとされる。また回想法群はグループ後に改善が見られたが，対照群も改善が見られたため，群間差がみられなかった。こうした結果については，検査のための対照群の場面設定に問題があり，対照群が対象群として機能しなかったことが推測されている。Haight（1988）は地域で生活する高齢者60人を対象としている。この60人は給食サービスを利用する高齢者の中から抽出されている。方法として回想法群，友愛訪問群，対照群を設けて比較している。用いられた尺度はLife Satisfaction Index Form Z(1969)，Affect Balance Scale(1969)，Zung Depression Scale(1965)OARS-Rである。その結果，回想法群において，人生満足度と心理的健康における有意差がみられた。しかし抑うつ尺度とADLにおいては有意差がみられなかった。

施設で生活する高齢者を対象としている研究としては以下の研究があげられる。Rattenbury & Stones(1989)は施設に入所する高齢者24人を対象に，回想法群，最近の話題群，対照群を設けて比較している。用いられた尺度はMUNSH(1980)，MUNAI(1986a)，Stockton Geriatric Rating Scale(1966)，Memorial University Mood Scale(1986)である。その結果心理的健康については，回想法群の改善がみられた。しかし情動的側面，機能的側面，行動的側面については有意差がみられなかったとしている。Fielden(1990)は施設に入所する高齢者31人を対象に回想法群，「here and now」群，対照群を設け，比較している。本研究の目的は，施設で生活する高齢者の精神的健康とコミュニケーションを促進するための，回想法の有効性について調べることである。用いられた尺度はGHQ-28Q，Philadelphia Geriatric Center Morale Scale Revised Sociometric ratings of relationships，参加者の行動観察である。その結果回想法群はGHQ-28Qが有意に改善し，社会性が高まったとされる。日本では野村（1992）が特別養護老人ホーム入居者を対象に回想法グループを行い，そこからグループの展開過程と治療効果を検討している。効果はオブザーバー及び対象者居住フロアの職員による観察，対人相互関係図，回想類型の変化，発言回数の推移などの記録の分析による。それによると，グループは参加者にとって支持的対人交流のできる社交の場となったこと，また展開過程と結果から回想及び再評価回想の質的効果がみられたとしている。

### 2）痴呆の高齢者を対象とした研究

施設で生活する痴呆の高齢者を対象とした研究については，いくつかあげられる。Baines et al.(1987)はイギリスの老人ホームに入所する痴呆の高齢者15人を対象とし，RO後に回想法を施行する群（グループA），回想法施行後にROを施行する群（グループB），対照群（グループC）を設け，その効果を比較している。用いられた尺度はCognitive Assessment Scale of CAPE(1979)，Life Satisfaction Indices(1981)，CAPE Behavioural Rating Scale(1979)，Problem Behaviour Rating Scale(1981)，Holden 5 point Communication Scale(1982)である。その結果，RO施行後に回想法を施行した群に，行動改善を認めている。1ヶ月後のフォローアップ時に，コントロール群では，行動面，コミュニケーション面において得点が低下したが，RO後に回想法を施行した群では得点が維持された。本研究の特徴は，こうした回想法の効果を高齢者の変化においているだけではなく，援助者への効果をみている点である。実験群のプロセスにおいては援助者が対象者のライフヒストリーを知る大きな助けとなり，援助者の仕事に対する満足度を高めたことがあげられる。またその後生活場面で非実験群の高齢者へ肯定的影響を与えたことなどもあげ

られる。即ち，高齢者本人，グループ，グループを取り囲む環境そして援助者という人的環境に，回想法という介入が影響を与えたことが示唆されている。またGoldwasser et al.(1987)は痴呆の高齢者27人について，言語的コミュニケーションが可能な者で，極度に破壊的行動がなくグループに参加できる者を対象とし，回想法群，支持的精神療法群，対照群を設け比較している。用いられた尺度はMini-Mental State Examination,Beck Depression Inventory(1961), Katz Index of Activities of Daily Living(1968)である。その結果認知的側面，行動的側面に有意な差はみられなかった。回想法群では，情動的側面で改善を認めた。しかしフォローアップ時には効果が消えた。従って，痴呆の高齢者に対する回想法は，継続的に施行される必要があることが示唆されたとしている。更に本研究では各検査の評価の問題を提示していることもあげられる。

日本では病院に入院する痴呆の高齢者や施設で生活する痴呆の高齢者を対象とした研究が行われている。黒川（1994）は老人病院入院中の痴呆の高齢者８人を対象に，回想法グループを施行し，グループ前後の変化をみている。評価にはMOSES, HDS-R, 相互関係評価表，参加者の観察評価シートを用いている。その結果，セッション中の参加者の観察評価スケールの結果は，回を追うにしたがって上昇し，回想法グループが痴呆の高齢者のQOLの向上にとって，意味のある方法であることが示唆された。その中で尺度の値の変化はメンバーによって個人差が大きいため，個別的な事例検討の重要性が示唆されている。野村（1995）は同時期に老健施設入所利用の痴呆性老人とデイケア利用の痴呆性老人を対象として２つの回想法グループを実施し，両者の比較検討を行っている。これは場所をかえ，対照群をおくことによって回想法の効果を明確化しようとするものである。３グループとも，HDS-R, MMS, MOSES, CDR得点に統計的検定による有意差はみられなかった。しかし各グループにおいて各得点の上昇傾向は認められている。特に軽度から中等度の対象者において，疾患の相違にかかわらず上昇傾向が高かったとされる。今後は，対象者の個別性，グループの目的，場や時間の構造，プログラム等のグループの諸要素を明確にした意図的な回想法グループの蓄積も必要とされると結論づけられている。黒川（1997）は痴呆性疾患の回想法を行い，事例からその有効性と限界を明らかにしている。その中で，回想法によって痴呆疾患そのものを治すことはできない，そこには痴呆の治癒が目的なのではなく，「QOL（生活の質）の向上」への援助が望まれることを指摘している。また痴呆性疾患に対しては，専門家が単独でできることには限界があり，本人，家族を中心とするチームアプローチの姿勢が望まれると述べている。

### ３）その他

回想法はこうした高齢者のみならず，末期患者，精神疾患を有する人，手術前の患者なども対象として行われ，その効果が検討されている。

精神疾患を有する患者を対象として研究には以下の研究があげられる。Lesser et al.(1981)は精神疾患を有する州立精神病院に入院する患者６名を対象に回想法を施行している。方法として週２回（１回45分）の回想法グループを施行し，言語グループと比較している。尺度は使用していない。その結果テーマに沿った積極的な参加が促進され，従来のグループでは目的を理解することが難しかった参加者も回想法グループではグループの目的を理解し，全員が楽しくグループに参加できたとしている。Vineyet et al.(1989)は精神的に問題を有する在宅の高齢者40名を対象に回想法を施行している。これらの高齢者は地域の開業医や保健婦からの紹介である。方法として，治療的な回想法をサイコロジストが平均10回の面接を施行する形式をとっている。尺度は使用していない。結果として，面接が進むにしたがって過去の喪失体験などの否定的な回想が統合されていき，肯定的な回想へと変化していったとされる。本研究は実験的研究ではなく，事例を集積し，そこで得られた知見をもとに理論的検討を行った研究であるという点で意義深い。

末期患者を対象にした研究や手術前の患者を対象とした研究としては次のような研究がある。Pickerel(1989)は末期患者を対象としてターミナルケアとして回想法を施行している。尺度は使用していない。方法として構造化面接，家族回想法，コラージュ，絵画，ダンス，作文，詩作などの芸術療法的な回想法が施行されている。その結果，回想法は末期の患者およびその家族が人生の価値を再発見し，達成感や満足感を獲得する上で有効な方法であると指摘されている。本研究は他の年齢層に対する回想法の有効性を論じた研究として意義深い。Rybarczyk & Auerbach(1990)は24時間以内に手術を控えた104人の男子を対象に回想法を施行している。方法として一般的回想群，チャレンジ回想群(人生で頑張った記憶を強化する)，対照群として現在の話題群を設け，比較している。面接は訓練を受けた若手の専門家と高齢者のボランティアによってなされた。用いられた尺度はState Trait Anxiety Inventory(1970), Coping Self Efficacy Inventory(1990)， Self Efficacy Scale(1984)である。その結果，3つの群において2つの回想群(一般的回想群，チャレンジ回想群)が，対照群に対して有意に不安が軽減していた。チャレンジ回想群では，高齢面接者群が若手面接者群より有意に不安が軽減していた。本研究は精神症状に対する介入としての研究が少ないことから，予防的治療法として回想法を導入した点で意義深い。

このように，高齢者以外にも回想法を施行した研究はみられる。しかしながらそれらの多くは臨床実践に基づく報告が多く，尺度を使用しての研究は少ない。精神的心理的問題についても，同じ疾患や症状あるいは状態に対する統制された研究方法ではないため，これらを単純に比較検討することはできない。しかしながら回想法が様々な対象者に対してもなされうる可能性を有する方法であることが示されていると思われる。今後回想法をめぐってこれらの分野の詳細な検討が待たれる。

4）まとめ

このように回想法は，高齢者を中心として人生の中で経験した出来事を想起・回想しながら人生の再評価や統合を目指す技法である。これまでの研究結果からも，回想法が高齢者援助に有力な技法となる可能性が示されていると思われる。

しかしながら，研究のデザインや効果測定のための尺度の開発あるいは結果の解釈の点などについては更なる検討が必要であるとされてきている。あるいはこれまでの回想法研究では，援助者（治療者）が回想法に与える要因については，考慮されていなかったように思われる。例えば援助者の性差，年齢，経験年数などといった客観的指標が要因として考慮されていなかった。援助過程の中でどういう人によって，どのような介入が行われたのか，ということが回想法に与える影響についても検討すべき課題が残されていると思われる。

こうした援助者のあり方については，臨床場面でも十分な配慮が望まれると思われる。例えば痴呆の高齢者の場合，回想法が施行されたことにより，回想が妄想を引き起こすことはないのか，日常生活場面での混乱はないかといった点への配慮が求められると思われる。あるいは回想法中に否定的な回想がでてきた場合に，どのような対応が望ましいのかといった点についても配慮が求められる。こうした意味で，特に細やかな配慮を要する対象者と集団で行う場合は，援助者の側に障害についての医学的知識や対象者に対する観察力などもより必要となると思われる。安心した空間の中で安全に回想法が行われ，その中で対象者個々の回想のプロセスが展開されることが望ましいと思われる。

## Ⅲ．高齢者の回想に関する研究

このように，回想法については高齢者援助を中心としてその有効性が示されつつあるように思われる。しかしながら回想法の効果や評価については一貫した結果がでているとは言いがたい。そこで回想というものに焦点をあてた研究すなわち，回想という精神機能のメカニズムや特質あるいは回想と心理的適応との関連など回想についての基礎的研究がなされてきた。

こうした研究には例えば対象者の年齢や知的能力や人格傾向と回想との関連をみるものや成績の高い高齢者の回想を検討しようとするものなどがあげられる。

Beaton(1988)は高齢者の自我の発達段階と回想のスタイルの関係を明らかにしようとした。その結果彼の仮説は支持されなかったが，回想を肯定的回想と否定的回想の２つの種類に分け，回想のスタイルと自我の発達の段階の関連をみると，肯定的回想をする人は否定的回想をする人より自我の発達段階が高いことが示されたとしている。ここでいわれている肯定，否定というのは評価の基軸がもともと含まれているため，評価的かどうかをのみみるのでなく，どのように評価的なのかどうかを強調している点に留意する必要がある。また本研究では，対象者にデータ収集の目的で単発の回想を行っている。従って治療的なlife reviewではなかったが，研究に携わった職員らが話しを傾聴するというプロセスを通じて，高齢者への理解を深めたという副次的な効果も指摘している。

Merriam(1989)は地域で生活する健常な高齢者25人を対象に，constant comparative method（定性分析）を用いて逐語記録から回想の内容を分析している。これは回想法の効果について一致した結論の原因の一部が回想の定義の不明確さや測度の不適切さによるものだとして行われた研究である。その結果，回想は以下４つの要素から成り立っているという仮説をたてた。すなわち，①過去の体験の選択，②回想された出来事への没頭，③過去の出来事からの引き離し，④過去の体験を集約して終結することである。回想がこうしたいくつかの段階を踏むことを示し，単純回想という仮設的構造を提示した。本研究はButlerのlife reviewの概念に戻り，２つの問いを投げかけている。１つはlife reviewという行為が，誰もが行う一般的なプロセスであるのかということである。２つめは，Butlerがいうところの，life reviewは死の接近とともに自然に起こるという点である。本研究の結果は今後再検証が必要であるといえよう。

Kovach(1991)は，デイケアプログラムに登録した高齢者を対象に回想の内容を分析している。高齢者は高齢初期，高齢中期，高齢後期の３群に分けられている。それによると高齢初期では人生における後悔の念が頻出したとされ，高齢後期では自己に対する肯定的回想が多くみられたとしている。本研究において対象者が頻回に回想するのは何をしてきたかということ，人間関係に関するもの，対人交流やサポートネットワークに関するものが多かった点があげられている。一方財産に関するものはあまりなかったとされている。

Watt & Wrong(1991)は回想とsuccessful agingの関係を明らかにしようとした。そこで地域で生活する高齢者と施設入所の高齢者を対象に，その中からスクリーニングによりsuccessful agers 90人とunsuccessful agers 81人を抽出し回想の内容分析を行っている。successful agersとunsuccessful agersで回想の量には差が認められなかった。彼らは先行研究や自験例をもとに，回想の内容を６つのタイプに分類している。すなわち，①統合的，②道具的，③伝達的，④語り的，⑤回避的，⑥強迫的である。①とは，過去の否定的な体験や出来事に直面しても，そうした体験を自分なりの意味付けを賦与することを通じて自己受容や自我の統合へと向かう回想のタイプである。②とは過去において目標に向かった体験，目標を達成した体験，過去の困難な出来事を克服したり現在の課題解決のための手段を過去の体験から導き出すことに関する回想のタイプである。③とは個人的な伝統の継承の達成に言及する回想のタイプである。④とは過去の評価ではなく，事実の記述をもっぱら行う回想のタイプである。⑤とは過去を美化し，現在を回避する回想のタイプであり，⑥は過去の罪悪感，過去の失敗に固執する回想のタイプである。その結果，successful agersでは統合的回想と道具的回想が有意に多かった。このことから，succsessful agingと関連が深いのはlife reviewの過程全体ではなく，過去の体験の統合過程や成功体験の回想によって自己統制感が高まるのが理由であるとしている。

わが国では長田ら（1989）が老年期の過去回

想に関する研究を行っている。そこでは過去回想を「自然に思い出される昔のこと」と広くとらえ，思い出す時期や内容を調べることも目的としている。そして老年期に自然に起こる過去回想の量・質・機能の種類と特徴を示し，過去回想とモラール得点との関係について検討している。対象者は在宅老人124名，老人ホーム利用者22名，積極的に回想を行っていると思われる1カルチャーセンター受講者18名の計164名である。その結果，①過去回想の量や頻度については，加齢による変化は示されなかった。②回想内容には個人差があるものの，もっともよく思い出されることに5人に1人が戦争体験をあげ，日本の老人にとっては戦争体験が回想に大きな部分を占めていることが示された。③回想の機能としては，否定的な気分を和らげる，気分を楽しくさせるといった効果だけでなく，気分を落ち込ませるなど感情をネガティブに変化させる可能性があることも示された。④モラール得点の低い人は，過去の否定的な側面についてよく考える傾向が見られたが，回想の量そのものとモラール得点との間には関係がみられなかった。最後に回想というものは，自分を支える励みにもなるし，自分の人生は意味のないものだったという絶望感を起こさせるきっかけにもなるとし，回想を利用していかに自己統合をしていくかが，老年期の大きな課題であると結論づけている。

**まとめ**

こうした回想そのものについての研究は，セラピーとしての回想法の作用に理論的意味付けを与えてくれる。また回想法の効果というものを数量的側面から把握するだけでなく，質的な側面から評価する際の示唆を与えてくれる。回想の分類や回想の過程あるいは自我機能との関連など今後，回想法との関連をめぐってこうした基礎的研究の積み上げもより重要となっていくと思われる。

## Ⅳ．問題と今後の課題

本稿は，高齢者援助の中でも臨床場面で高齢者になじみやすい方法の一つとされる回想(法)に焦点をあてて展望した。

回想法研究は，初期の記述を主にした研究から尺度を用いた効果研究へと移行し，現在は両者を統合した研究へと向かっていると思われる。そうした動向の中で，回想法研究には今後に向けての課題がいくつか挙げられる。以下回想法実践にかかわる回想法実践研究と回想法の機能や回想そのものに関する基礎的的研究のそれぞれの問題と今後の課題について考察していく。

### 1．回想法実践研究をめぐって

#### 1）対象者別の効果のもつ意味について

回想法の対象者は，健康な高齢者のみならず，痴呆の高齢者や更には末期患者，精神疾患を有する人，手術前の患者にも適応されるなど幅広い人を対象としてきている。こうした幅広い対象者に施行する回想法の効果を概括すると，回想による介入を行った結果，健康な高齢者を対象とした場合，心理的健康に効果があることが認められたとする報告が多い。一方，痴呆疾患をもつ高齢者を対象とした場合は，回想法だけでなく，他のアプローチと併用したり，継続的に施行することが必要だとする結果がでている。こうした結果の相違は，対象者によって何を効果とするのかという効果の意味が異なることを示していると思われる。そうした意味で，高齢者の場合は効果や評価を何に置くのかということが特に重要になると思われる。痴呆の高齢者の場合，回想法によって痴呆という症状がよくなることはない。しかし，回想法という介入によって問題行動が軽減したり，あるいはそうした明確な変化は生じなくても，QOLの向上が認められる場合もある。あるいは回想法場面を見ることによって，援助者や家族といった周囲の人の高齢者理解が深まることも考えられる。例えば，対応の難しさを言われることの多い高齢者だが，人々が高齢者の「話し」に耳を傾けることによって，「話し」の奥にある意味や「話し」を通して高齢者の存在に目が向けられ，そこから高齢者理解に新たな側面が添えられることがあげられる。回想法の効果研究においては，こうした多様な視点からの研究が，今

後必要となっていくと思われる。

**2）個人回想法なのかグループ回想法なのか**

これまでの効果は，個人回想とグループ回想が明確に区別して論じられるというより，それらが混合した状態で回想法の効果として論じられる場合が多かった。しかしながら両者にはそれぞれの特質があると思われる。個人回想であれば，援助者との関係性が回想法に最も大きく反映すると思われる。グループ回想の場合は，援助者の要因もさることながら，グループ全体の影響を大きく受ける。例えばグループ回想の場合はグループメンバーの構成やグループの展開といったものがあげられる。従って，個人回想なのかグループ回想なのか，またグループ回想であれば，どのようなグループ回想における効果なのかといった点についても丁寧にみていく必要があると思われる。

**3）研究デザインについて**

臨床場面では，全てが統制されたデザインで施行されることは望めない。しかしながら物理的に統制できるものについては，できる限り統制されたデザインで効果研究の結果が比較され，考察されることが望ましいと思われる。例えば回想法の頻度，メンバーの人数，セッション数などがあげられる。全てが統制されることは難しいが，統制できるものについてはできるだけ統制したもので，回想法の効果が比較されることが必要であると思われる。

**4）題材をめぐって**

回想法で何をとりあげるのかについて，これまではあまり論じられてこなかったように思われる。回想法の基本的な流れについてはほぼ同じ経路を辿るように思われるが，回想法で何を題材として用いるのかについては施行者に任せられてきたと思われる。いうまでもなく，各回想法にはそれぞれの目的があると思われる。その目的を達成するにはどのような題材（刺激）が使われ，それによってどのような反応が生じたのかについて明確にしておく必要があると思われる。例えば，回想法では戦争の話題が比較的よく用いられるが，高齢者にとってこの出来事がどのように捉えられ，位置付けられているのかは各人各様である。ある人にとっては美談でも，ある人にとっては心の奥底にしまっておきたい出来事かもしれない。全てを思い出させ，話させることが即援助になるとは考えにくい。そうした意味で回想への刺激である題材の選択には熟考が必要とされると思われる。いうまでもなく，こちらとしてどれだけ準備していても，それがうまくいく時ばかりとは限らない。しかし回想法の安全面の確保という点からも，準備段階においては少なくとも題材の吟味は必要であると思われる。

**5）援助者の要因について**

回想法の場合，回想に大きな影響を及ぼすのは援助者の要因ではないかと思われる。援助者がどのような人で，どのような働きかけを行い，それによってグループがどのようなグループプロセスを辿っていき，どのような効果が生じたのかといった援助者の要因については，これまでの効果研究でも明らかにされてこなかったように思われる。回想法が適用しやすい援助方法であればあるほど，援助者の要因についてはより検討される必要があると思われる。例えば，援助者の言葉かけや態度がどのようなものであったのか，あるいは否定的な言動が出てきたときにどのように対応したのかといったことである。そうした意味では，援助者の回想法観それに基づく回想法の目的といったものも，回想法グループそのものの効果と深く関与するものと思われる。

## 2．回想の基礎的研究をめぐって

**1）回想の定義の明確化**

回想そのものの研究としての，基礎的研究からは回想にはいくつかの機能があり，肯定的回想や統合的回想，道具的回想と心理的適応との間に関連があることなどが指摘されている。しかしながら回想の定義が各研究者間で異なることから，結果に一貫性を欠くことが問題点としてあげられてきた。従って今後は回想という用語の定義が明確化され，共通の定義に基づいた研究結果の解釈が求められると思われる。

### 3．回想（法）研究全体をめぐって ── 事例研究の必要性 ──

回想（法）は初期の記述報告から客観的指標による効果評価を経て現在は新たなる局面を迎えていると思われる。今後は客観的指標を大事にしながらも，質的側面から事例研究が重要になっていくと思われる。回想法における事例研究の意義については以下の点があげられる。

まず，高齢者一人一人がもつ内的世界の理解を深めることができることがあげられる。傍からみると理解が難しいとされる場合もある高齢者の話しであるが，関わり手が時間をかけ丁寧に話しを聞いていくことで，少しづつ高齢者が築き上げてきた世界に触れていくことができる。そして，個々の高齢者が大切にしている世界に少しづつ触れさせてもらいながら，その世界を支えていくことができるようになっていくと思われる。加齢に伴い，個人差が大きくなっていくといわれるが，高齢者個々人の内的世界への理解を深めることは，そこに広がる個々の高齢者像が明らかになるだけでなく，個別事例に内在化される高齢者共通のあり様も明らかになっていくと思われる。

次に，高齢者との関わりの中で生じる援助者自身の感情に着目することで，援助者自身の自己理解を深めることがあげられる。援助者の多くは高齢者より年少である。そうした年齢差を超えて高齢者との間で信頼関係を築き援助していくには，援助者自身の自己理解が必要であると思われる。

最後にグループ全体にとっての意義として，メンバー相互の話しの内容や展開から，メンバー間の力動や関係性を把握することができることがあげられる。1セッションのみの事例研究もさることながら，継続的に介入を行い，事例を縦断的にみていくことは，プロセスの中で変化する部分、変化しない部分が明らかにされたり，話をすることの意味を改めて考えさせられることと思われる。

このように，数量的指標と質的な面双方から詳細にみていくことは，高齢者援助そのもののあり方を問うていくことにもつながると思われる。

## V．おわりに

回想法は高齢者援助になじみやすい方法であるとされる。しかしながら回想法の効果を何に置くのかといった点や方法論の課題など今後解決すべき課題は多い。高齢者への援助はまだ探索の段階にあり，回想法もその一つといえよう。今後はそうした課題の解決が望まれるが，そこには何よりも高齢者自身にとって益のある回想法のあり方が問われていくと思われる。

### 謝 辞

本稿作成にあたり，ご指導いただきました野島一彦教授，北山修教授に深謝いたします。

### 引 用 文 献

Baines, S., Saxby, P. & Ehlert, K. (1987) Reality orientation and reminiscence thrapy:A controlled cross-over study of elderly confused people, *British Journal of Psychiatry,* 151,221-231.

Beaton SR. (1991) Styles of reminiscence and ego development of older women residing in longterm care setting, *International Journal of Aging and Human Development.*, 32(1),53-63.

Butler, R.N. (1963) The life review:An interpretation of reminiscence in the aged, *Psychiatry*, 26, 65-75.

Feilden,M.A. (1990) Reminiscence as a therapeutic intervention with sheltered housing residents, *British Journal of Social Work*, 20,21-44.

Goldwasser,A.N., Auerbach,S.M.& Harkins, S.W. (1987) Cognitive, affective and behavioral effect of reminiscence group therapy on demented elderly, *International Journal of Aging and Human Development*, 25,209-222.

Erikson, E.H. (1982) *The life cycle completed:A review*. New York: WW Norton（村瀬孝雄・

近藤邦夫訳1989 ライフサイクル，その完結 みすず書房）

Haight, B.K. (1988) The thrapeutic role of a structured life review process in homebound elderly subjects, *Journal of Gerontology*, **43**,40-44.

Kovach,C. (1991) Content analysis of reminscences of elderly women, *Research in Nursing and Health*, **14**,287-295.

黒川由紀子（1994）痴呆老人に対する回想法グループ 老年精神医学雑誌，**5(1)**,73－81.

黒川由紀子・斎藤正彦・松田修（1995）老年期における精神療法の効果評価 ── 回想法をめぐって ── 老年精神神医学雑誌，**6(3)**，315-329.

黒川由紀子（1997）痴呆疾患の回想法 ── 初期痴呆症患者の事例 ── 精神療法，**23(6)**,26-35.

Lesser J, Lazarus LW, Frankel R, Havasy S. (1981) Reminiscence group therapy with psychotic geriatric patients, *The Gerontologist*, **21(3)**, 291-296.

Merriam,S.B. (1989) The structurre of simple reminiscence, *The Gerontologist*, **29**,761-767.

野村豊子（1992）回想法グループの実際と展開 ── 特別養護老人ホーム居住老人を対象として ── 社会老年学，**35**,32-46.

野村豊子(1995)回想法 老年精神医学雑誌，**6(12)**,1476-1484.

太田ゆず・中村奈々子・古谷智美・池内まり・時田久子・上里一郎（1998）高齢者に対する心理学的援助カウンセリング研究，**31(2)**，202-223.

長田由紀子・長田久雄・井上勝也（1989）老年期の過去回想に関する研究 1 ── 回想の量・質・機能の種類と特徴 ── 老年社会科学，**11**,183-201.

Pickrel J . (1989) Tell me your story; Using life review in counseling the terminally ill, *Death Studies*, **13**,127-135.

Rattenbury, C. & Stones,M.J. (1989) A controlled evalution of reminiscence and current topics discussion groups in a nursing home context, *The Gerontologist*, **29**,768-771.

Rybarczyk, B.D. & Auerbach, S.M. (1990) Reminiscence interviews as stress management intervention for older patients undergoing surgery, *Gerontologist*, **30**,522-528.

Sharman,E. (1987) Reminiscence groups for community elderly, *The Gerontologist*, **27**,569-572.

下仲順子（1998）老年心理学研究の歴史と研究動向 教育心理学年報，**37**,129-142.

Viney LL, Benjamin YN, Preston C. (1989) Mourning and reminiscence ; Parallel psychotherapeutic processor for elderly people , *International Journal of Aging and Human Development*, **28(4)**,239-249.

Watt, L & Wong, P. (1991) A taxononmy of riminiscence and therapeutic implications, *Journal of Mental Health Counseling*, **12**, 270-278.