

高齢期の幸福感と中年期の生活文脈の関連についての検討

石川 久美子

WHO(世界保健機関)が2018年に発表した統計によると、世界の男女の平均寿命の第一位は日本である。日本は世界でもトップの長寿国となり、「人生100年時代」というフレーズが私たちの日常生活に定着しつつある。これまで私たちが経験したことのない超高齢社会を生きていくためには、国や社会の対策や学術的な支援だけでなく、個人でも長期化する高齢期をいかに豊かに幸せに過ごすかという課題に向き合うことが強く求められている。この課題に取り組むためには、学術分野においてこれまで議論が十分になされていなかった高齢期をよりよく生きるためには何をすべきかを、個人差も踏まえたアプローチで具体的に検討する必要がある。そこで本研究は、高齢期の前段階である中年期に注目して高齢期の幸福感と中年期の生活文脈の関連について、介在する条件や背景から明らかにすることを目的とする。幸福感と中年期の双方向から先行研究を検証した結果、中年期の心理社会的な側面からの視点で、高齢期の幸福感との関連要因、背景、介在条件の検討についての研究は僅かであり、十分な論議が展開されていないということが示された。この結果からも、本研究の目的は意味のあるものと考えられた。

この研究のためには、現象や事象を内側から理解すること、具体的な内容と個人の生活文脈を明らかにすることが重要と考え、面接調査による質的研究法を採用した。中年期の社会、環境面を勘案すると職業は社会的責任と役割の意味から心理側面を捉える上で不可欠な要素あり、調査協力者は、職業経験を有していること、中年期の次世代となる前期の高齢世代(65~70代)が適切であると判断した。女性の有職率が低かった世代の社会背景を考慮し、サンプリングは職業経験のある男性で年齢65~70代を対象とした。また、先行研究の少ない領域であることから、まず、幸福感の高い高齢者を対象として典型的事例である集団の共通点、相違点から高齢期の幸福感と中年期の生活文脈の関連について検証を試みることを目指した。

方法は、事前に心理的 well-being と生活満足度の2つの測定尺度を用いた質問紙で幸福感の高さを確認した上で半構造化面接を実施した。録音した面接データをもとに逐語録を作成しグラウンデッド・セオリー・アプローチ(GTA)により分析を行った。

調査協力者は男性14名で平均年齢、70.86(SD4.26)歳であり、年齢の範囲は66歳から79歳であった。事前の質問紙調査の結果から、調査協力者の幸福感が高いことが確認できた。面接データの分析の結果、3個のコアカテゴリー、19個のカテゴリー、4個のサブカテゴリーを抽出した。コアカテゴリーの【幸福感をもてる現在】は高齢期、【役割に追われ懸命に取り組む】は中年期、【現在につながる核】は人生全般に関わりを示す概念となった。人生全般に関わりをもつ【現在につながる核】は、高齢期の【幸福感をもてる現在】と中年期の【役割に追われ懸命に取り組む】の基盤となっており、【役割に追われ懸命に取り組む】と【幸福感をもてる現在】はそれぞれを生成しているカテゴリー同志の結びつきが見られ、【役割に追われ懸命に取り組む】は、現在の幸福感を支えている背景、要因となっていた。

高齢期の幸福感と中年期の生活文脈の関連を介在する条件や背景から検討することを目的に行った本研究の結果を総合すると以下の3点となる。①高齢期の幸福感は、「これまでの自己」が達成してきたことへの肯定感と「これまでの自己」を見つめつつ社会や環境に適応していく中で自己効力感を持ちながら「現在の自己を生きる」という2つの要素考えられた。②中年期の【役割に追われ懸命に取り組む】は、高齢期の幸福感の中核となる「これまでの自己」に影響をしている。中年期に獲得した達成感がもたらす

満足感・充実感やその獲得のために積み重ねてきた努力から派生する安定した生活、解放感やネットワークは、高齢期の幸福感のベースとなっていた。そして、この中年期の生活文脈には、物事への「誠実性」と自己への「信頼感」が介在していることが推察された。③会社・家庭での多重役割は相互に関連し、中年期の生活文脈にポジティブな影響を与えることが予測された。

高齢期の幸福感は、中年期の生活文脈の様々な次元の要因が有機的に影響し獲得され则认为。本研究の結果として、高齢期の幸福感の獲得には中年期の誠実性と自己への信頼感が介在する条件となることが示唆された。この結果を踏まえて、高齢期の幸福感のパラダイムモデルは、中年期に「誠実性」と自己への「信頼感」が両輪となり役割・課題への取り組みとして遂行される。そして、高齢期には中年期の達成感がこれまでの自己の存在を認める満足感、充実感、肯定感となり幸福感につながると考えられた。

本研究は、これまで十分に認知されていなかった高齢期の幸福感の背景や介在する条件を、中年期の生活文脈から明らかにしたこと、心理的側面での高齢期の幸福感へアプローチしたことに意義があると考ええる。

本研究の限界と課題として、サンプリングが高学歴、職業経験、管理職経験をもつ男性であったため、社会的にも恵まれている人たちから得た制約をもった研究知見である。加えて、彼らが過ごした中年期の時代と現代では、社会構造、家族システムに大きな違いを持っている。このことを加味しつつ、結果をこれからの研究に反映させていく必要がある。今後は、対象者を同性代の女性や教育歴、職業経験など異なる人たちへと広げて、本研究の知見の妥当性や特に影響が強いと考えられる時代背景との関連について検証していくことを試みるものである。(臨床死生学・老年行動学)