

加齢ストレスへの対処が主観的幸福感に与える影響

～高齢者への質的インタビュー調査からみえるもの～

○中嶋 励子 (東京女子大学現代教養学部)

キーワード：加齢ストレスに対する対処行動, ウェルビーイング, クラスタ分析

目的

本研究は、主観的 well-being が高齢者において維持される要因としてストレス・コーピングを取りあげ、その関連を実証的に明らかにすることを目的とした研究の一部である。すでに行ったインタビュー調査の分析では、加齢により健康に関するストレスは増大し、家族/友人/専門家等からの「情報収集」、運動/趣味/食事会への参加といった「気晴らし」、良いこともあるといった「肯定的解釈」等の適応方略がとられていることを示した(中嶋, 2017)。インタビュー調査に続いて、40代～80代の男女464人を対象とした郵送による質問紙調査を行い、主観的 well-being の尺度として用いた LISK 尺度(古谷野, 1993) 得点は、対象者の年齢が高いほど高いこと、加齢ストレスに対して「肯定的解釈」、「回避志向」、「気晴らし」、「計画立案」というストレス対処行動をとる頻度が高いほど高いことが明らかとなっている。本研究では、主観的 well-being に正の影響を与えるこれらのストレス対処行動の関連をインタビュー調査に立ち戻って分析することを目的としている。

方法

60代から80代の東京都内居住の男女18名(平均70.6歳)を対象とし、1名あたり約60分間のインタビューを行った(2016年12月～2017年2月)。インタビュー調査の実施に先立ち、「東京女子大学人を対象とする研究に関する倫理審査委員会」に審査を申請し、承認を受けた(承認番号A2016-07)。

結果

インタビュー内容をテキスト起こした後、ストレスと適応方略を抽出し、既存の尺度等を参考に作成したコーディング・ガイドを用いて、研究補助者との一致度を高めながらコーディングを行った。コーディング後、ストレス対処行動のカテゴリーについてクラスタ分析(ward法、ユークリッド距離、クラスタ数4を指定)より得られた4クラスターの特徴を表1に示す。

表1 加齢に対するストレス・コーピングによる分類

	加齢ストレスに対する対処行動カテゴリー							
	情報	計画	カタルシ	肯・解	放棄	責転	回避	気晴
CL1	M	M	M	H	M	M	M	M
CL2	H	M	M	M	M	H	M	L
CL3	M	M	M	M	M	M	M	H
CL4	M	M	M	M	M	M	M	M

H: 頻度高、M: 頻度中程度、L: 頻度低

クラスタ分析より得られた CL1 及び CL3 が、本研究の分析の対象となる「肯定的解釈」、「回避志向」、「気晴らし」、「計画立案」をとる頻度が中程度～高い層であることが確認された。続いて、クラスターごとに、健康、人間関係の各ストレスに対してとる主な対処行動の頻度の割合を下図1及び

図2に示す。CL1 はいずれのストレスに対して「情報収集」のみならず「肯定的解釈」、「回避」、「気晴らし」といった複数の対処行動をとる割合が他の CL より高い。一方、CL3 では、健康に対しては「気晴らし」の対処をとる一方、人間関係に対しては「回避」をとるというように、ストレスにより主にとる対処行動が異なっている。また、CL2 及び CL4 では、健康に対しては「情報収集」のみに集中しており、他の対処行動がみられないという特徴がみられる。

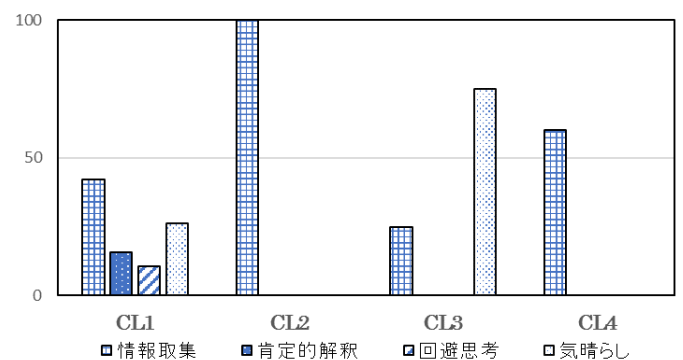


図1 「健康」ストレスに対する主な対処行動の頻度

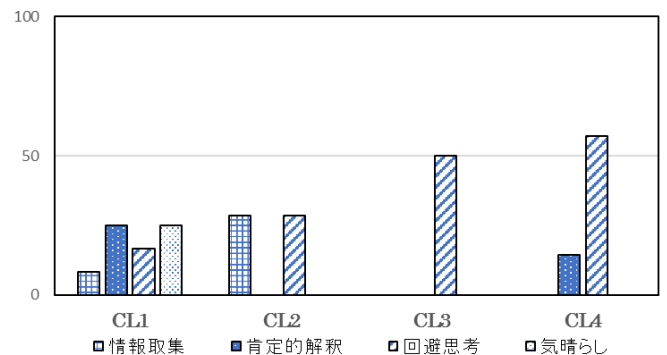


図2 「人間関係」ストレスに対する主な対処行動の頻度

考察

主観的 well-being に正の影響を与える複数の対処行動は、それらを複数用いることが主観的 well-being を高めることにつながることが示唆される。今後は、量的調査の結果分析を重ね、示唆された結果及び属性等との関連を検証していく。

<引用文献>

中嶋励子 (2017) 「高齢者のストレス・コーピング行動と主観的 WB」日本健康心理学会第30回記念大会発表論集 PB162

・利益相反開示：本発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。

本研究は、科学研究費基盤(C)に採択された研究(課題番号16K04269、研究代表者)の一部である。

(NAKAJIMA Reiko)