

老年的超越

The overview of studies of gerotranscendence

増井 幸恵

Key words 老年的超越, 超高齢者, 心理発達, 精神的健康

(日老医誌 2016 ; 53 : 210-214)

老年的超越とは

老年的超越 (gerotranscendence) とは, 高齢期に高まるとされる, 「物質主義的で合理的な世界観から, 宇宙的, 超越的, 非合理的な世界観への変化」を指す¹⁾²⁾. この概念の提唱者であるスウェーデンの社会学者 Tornstam は離脱理論, 精神分析理論, 禅の知見など取り入れこの理論を構築した.

①老年的超越の内容

Tornstam は老年的超越の内容について, 宇宙的意識, 自己意識, 社会との関係という3つの領域に分けて, その下にいくつかの要素をあげている.

宇宙意識の領域では, 自己の存在や命が過去から未来の大きな流れの一部であることを認識し, 過去や未来の世代とのつながりを強く感じるようになる, としている. また, 時間や空間に対する合理的な考え方が変化し, 最終的には宇宙 (cosmos) という大いなる存在に繋がっているという認識を持つこと. 死と生の区別をする認識も弱くなり, 死の恐怖も消えて行くこと, などを指摘している.

自己意識の領域では, 西洋的な自我の概念が変化していくことが述べられている. 自分の欲求を成し遂げて行くという自己中心的傾向が弱まること. それに伴い, 自分へのこだわり, これまで培ってきた自分の人格や身体的な健康に対するこだわりが低下し, 他者を重んじる利他性が高まる, とされている.

社会との関係の変化では, 過去に持っていた社会的な役割や地位に対するこだわりがなくなること. 対人

関係についても広い関係が急激に狭くなっても, その中で深い関係を結ぶようになること, そして, 経済面, 道徳面での社会一般的な価値感を重視しなくなること, などの特徴があるとされている.

②日本の超高齢者における老年的超越の特徴

都市部の虚弱超高齢者を対象とした研究³⁾では Tornstam と同じインタビューガイドを用いインタビューを行い, その発言内容と Tornstam の老年的超越の内容との一致を検討した. その結果, おおむね Tornstam の老年的超越の内容は確認できたが, ①宇宙的意識の領域では, 時間・空間に関する非合理的な感覚は直接的には表現されず先祖や未来の子孫とのつながりを強く感じるようになるという形で現れること, ②自己意識の領域では, 自己中心性の低下は利他性の増大のみならず, あるがままを受け入れる, 自然の流れに任せるという特徴が現れること, ③社会との関係の領域では, 他者への依存を肯定するという非活動理論的な志向性が示されること, などの日本の超高齢者独自の特徴がみられた.

つまり, 日本人超高齢者における老年的超越のあり方は, Tornstam の指摘と概ね同じではあるが, 宇宙的意識については時間・空間の超越という表現型はあまり現れないことや, 自己意識の領域や他者との関係の領域に関する内容が多いという特徴を示していた.

③超高齢期の幸福感と老年的超越: エリクソンの第9段階との関連

老年的超越の概念が注目されるのは単に後期高齢

期、超高齢期であっても伸びていく心理特性という面だけではない。超高齢期に急増する身体機能の低下から生じる精神的健康や心理的 well-being の低下とも大きく関わっている。

一般に、身体機能の低下は心理的な側面の悪化をもたらす。前期・後期高齢期では身体機能や高次生活機能が低下した場合、主観的幸福感などの心理的 well-being も低下する⁴⁾。しかしながら、超高齢者においては前期・後期高齢者と比較して、身体機能の低下が心理的 well-being の低下に及ぼす影響力は小さい⁴⁾。

この超高齢期における機能の低下と心理的 well-being との関係が若い高齢者と異なることについて、Erikson らは 8 段階の心理社会的発達段階理論を延長し、第 9 段階の心理的危機とそれに伴う心理的発達とも言うべき予測を論じている⁵⁾。Erikson は、超高齢期の身体機能の低下や社会的ネットワークの縮小が大きな心理的危機をもたらすこと、その危機を乗り越えて心理的適応に至るためには、新たな心理的発達が必要と述べている。そして、この第 9 段階の心理的発達の内容として老年的超越の可能性を指摘しており、超高齢期の危機を乗り越えるため、もしくは乗り越えた高齢者の状態像としての老年的超越を位置付けている。

老年的超越の測定

① Tornstam の測定尺度とその翻訳版尺度

Tornstam は 2 つの老年的超越尺度を開発した。この、Gerotranscendence Scale Type1 (GST1)⁶⁾と Gerotranscendence Scale Type2 (GST2)⁷⁾は各国語に翻訳をして利用されている。GST1 は各質問文の状態を、現在の状態と以前 (50 歳の時) の状態とを比較して、回顧的に評定するものであり、宇宙的超越と自我超越の 2 因子から構成されている。一方、GST2 は現在の状況について直接評定を求めている。因子分析の結果、GST2 は宇宙的 (Cosmic) 次元、一貫性 (Coherence) 次元、孤立 (Solitude) 次元という 3 因子構想を持つことが示されている。

この GST1 および GST2 は、オランダ語、英語、中国標準語、日本語への翻訳が行われ、各地域の高齢

者への適用可能性が検討されている。GST1 のオランダでの適用を検討した研究⁸⁾ではオリジナル版と同様の宇宙的超越と自我超越という 2 つの因子を抽出した。GST2 については、Hoshino らは日本の高齢者大学の受講者を対象として日本語翻訳尺度を検討した⁹⁾。その結果、探索的因子分析により、オリジナル版 GST2 と同様の 3 因子構造を抽出することができた。

現在のところ、宇宙的次元 (宇宙的超越) の因子および尺度が各国での適用可能性が確認されている唯一のものである。しかしながら日本における質的な研究³⁾¹⁰⁾¹¹⁾では、自己中心性の低下や他者との関係性の認識など自己意識の次元や社会との関係の領域の内容が豊富に報告されることを報告している。少なくとも日本人高齢者の老年的超越を検討する際には、Tornstam の GST 尺度だけでは十分な検討を行うことができない可能性がある。

② 日本版老年的超越質問紙 (Japanese Gerotranscendence Scale : JGS) について

そこで、筆者ら³⁾は日本人高齢者における老年的超越的な行動や考え方を抽出し、新たな老年的超越尺度を作成することとした。まず、80 歳以上の超高齢者対し、Tornstam が用いたものと同じガイドにより老年的超越に関するインタビューを行い、13 のカテゴリとその内容を含む 41 の予備項目を作成し、65 歳以上の高齢者 500 名に予備項目を実施した。探索的因子分析の結果を行い、最終的に 8 因子 29 項目の日本版老年的超越質問紙 (Japanese Gerotranscendence Scale : JGS) 尺度を構成した。

表 1 に抽出された 8 つの因子の内容と Tornstam の老年的超越の内容との対応を示す。このうち、因子 1 「ありがたさ」・「おかげの認識」から因子 7 「利他性」については、Tornstam のオリジナル要素と類似した内容が抽出されているが、第 8 因子の「無為自然」—考えない、無理しない、というあるがままの状態を受け入れる傾向—については、オリジナルの老年的超越理論にはない要素であった。

その後、内的一貫性を高めるため項目を修正した改訂版尺度 (Japanese Gerotranscendence Scale-Revised : JGS-R) を作成した¹²⁾。JGS-R は 8 因子 27 項目から構

表1 日本版老年的超越質問紙および改訂版 (JGS・JGS-R) の下位因子と Tornstam の老年的超越の内容との対応

| 因子名 | 内容 | Tornstam (2005) の内容 |
|-------------------|---|----------------------------------|
| 「ありがたさ」・「おかげ」の認識 | 他者により支えられていることを認識し、他者への感謝の念が強まる。 | 前の世代とのつながりの認識の変化 (宇宙) |
| 内向性 | ひとりであることのよい面を認識する。孤独感を感じにくい、肯定的態度でいられる。 | 社会的関係の意味と重要性の変化 (社会) |
| 二元論からの脱却 | 善悪、生死、現在過去という対立的な概念の境界があいまいになる。 | 経験に基づいた知恵の獲得 (社会) |
| 宗教的もしくはスピリチュアルな態度 | 神仏の存在や死後の世界など宗教的またはスピリチュアルな内容を認識する。 | 生と死の認識の変化・神秘性に関する感受性の向上 (宇宙) |
| 社会的自己からの脱却 | 見栄や自己主張、自己のこだわりなど社会に向けての自己主張が低下する。 | 社会的役割についての認識の変化・自己中心性の減少 (社会・自己) |
| 基本的で生得的な肯定感 | 肯定的な自己評価やポジティブな感情を持つ。生得的な欲求を肯定する。 | 自我統合の発達 (自己) |
| 利他性 | 自分中心から他者を大切にするようになる。 | 自己に対するこだわりの低下 (自己) |
| 無為自然 | 「考えない」、「無理しない」といったあるがままの状態を受け入れるようになる。 | 本研究でのオリジナルな内容 |

増井, 中川, 権藤ら (2013) を改変

成されている。信頼性は各下位因子を構成する項目数が少ないため再検査法も用いて検討した。1カ月間隔で2回の調査を行ったところ、各下位因子の再検査信頼性係数は0.55から0.85と比較的高いことが示された。また、交差妥当性については70~80歳前後の地域高齢者1,973名のデータにおいてもJGSと同様の8因子構造が確認されている。

老年的超越に関する実証的研究

① 老年的超越の関連要因の研究

老年的超越を増進させる要因は何か。Tornstamは第一に老年的超越が「自然な加齢」によって発達すると理論化しており、高齢期に老年的超越が増進することを予測している²⁾。Tornstamは、その他の関連要因として、人生における危機の経験、疾病の罹患、職業や収入といった社会的要因、および活動の多さについても関連することを示している²⁾。ここでは報告が比較的多い、年齢と人生における危機についてまとめる。

a. 年齢

年齢に関しては老年的超越を検討した多くの研究で検討されているが、その結果は意外にも一貫していない。横断研究においては、20歳代から85歳までのスウェーデン人を対象とし横断研究²⁾では、年齢は宇宙

的次元、一貫性次元、孤立次元のいずれも正の相関を示していた。一方、にオランダの中高齢者の横断研究¹³⁾では、宇宙的次元は性別、教育歴などを統制すると年齢との正の関連は見られなくなった。日本の高齢者を対象とした研究³⁾¹²⁾ではJGSおよびJGS-Rを用いており、8つの下位因子のうち内向性、宗教的・もしくはスピリチュアルな意識を除く、多くの下位因子と年齢との間に正の有意な相関もしくは関連が報告されている。

縦断研究においては、Readらはオランダ人中高齢者(平均年齢70.7歳)を対象として、宇宙的超越に関する2回のパネル調査(調査間隔3年)を実施した¹⁴⁾。その結果、他の要因を調整しても、年齢は初回調査の宇宙的超越の高さに関連した。しかし、初回調査と2回目調査における宇宙的超越の得点変化には負の関連を示し、より高齢の群では1回目よりも2回目調査の宇宙的超越が低くなることが示された。このことは、これまで示されてきた年齢との正の相関が発達的な差ではなく、コホート差である可能性を示唆している。ただし、この現象は一種の「平均回帰」の現象とも考えられる。老年的超越の発達が顕著になる後期高齢期まで測定回数を重ねて発達の変化を検討する必要があるだろう。

b. 人生の危機の経験

Eriksonの心理社会発達理論においては、人生の危

機の経験がその後の心理的発達を促すとしている。この図式は老年的超越が高まると彼らが指摘した第9段階仮説においても同様である。Tornstam からも人生の危機が増進させることを論じている。彼らは、自分自身の病気、身近な他者の病気、死別、離別などの人生の危機を経験した数が老年的超越の高さとの関連を横断的に検討した。その結果、年齢を統制しても、宇宙的超越および孤立の下位尺度の得点は危機を多く経験している群の方が高いことが示された²⁾。

先ほどの Read らの研究においても2回のパネル調査の間に経験した、人生の危機と類似のネガティブなライフイベント(病気、死別、経済的問題、諍いなど)が多い群では、宇宙的超越が上昇していることを縦断的に示している¹⁴⁾。また、ネガティブライフイベントを経験していない群では宇宙的超越が低下することを見出しており、いずれも高齢期に生じる自然な経験が心理発達と関連すると言う Erikson や Tornstam の仮説と合致するものとなっている。

②老年的超越の心理的 well-being との関連の検討

老年的超越と人生満足感などの心理的 well-being との関連はいくつかの研究で示されている。Tornstam は一貫性の次元が現在の人生に対する満足度と関連することを示している²⁾。また、日本高齢者を対象とした研究においても、一貫性次元と人生満足感の間($r=.40$)⁹⁾、および宇宙的次元と主観的幸福感との間($r=.26$)¹⁵⁾に有意な関連が見られた。老年的超越の一貫性次元は自分に関する過去の出来事をポジティブにとらえなおすという自我統合の内容であり、人生満足感も高いことが考えられた。また、人生の意味(Life of meaning)の感覚は年齢や性別、身体的問題やソーシャルサポートについて統制しても、老年的超越の宇宙的次元と正の関連が示されている¹³⁾。

一方、老年的超越と心理的 well-being の関係は身体的な問題がある場合により強調されることを示す研究もある。増井らは、超高齢期の心理的 well-being の維持における老年的超越の役割を検討するために、生活機能が低下した超高齢者の心理的 well-being と老年的超越との関係を検討した³⁾。85歳以上の超高齢者155名(平均年齢88.4歳)に対して、生活機能お

よび心理的 well-being の3つの指標、健康度自己評価、うつ状態、主観的幸福感を用いて、クラスター分析により参加者の分類を行った。その結果、3つのクラスターが抽出され、生活機能も心理的 well-being も高い群(56%)、生活機能が低く心理的 well-being も低い群(低機能低 WB 群:21%)、そして、生活機能が低く心理的 well-being が高い群(低機能高 WB 群:23%)の3群に分類されることが分かった。

そこで、低機能低 WB 群と低機能高 WB 群について、両群で有意差があった年齢、同居形態、ADL、外出頻度を共変量としてJGSの下位尺度得点の比較を行った。その結果、低機能高 WB 群は「内向性」、「社会的自己からの脱却」、「無為自然」の得点が低機能低 WB 群よりも有意に高いことが示された。これらの結果は、Erikson らが論じたように、超高齢期の身体機能の低下の際の心理的 well-being を維持には老年的超越が高いことが必要であることを示すものであった。

老年的超越理論の応用

近年では、老年的超越理論を応用し、介護職員の教育や、高齢者への支援活動に取り入れる試みが増えてきている。老年的超越理論を学ぶことで、一般の介護職員が持っている活動理論的な理想像から脱却し、自立度が低下し表面的には活動が減った高齢者に対して、ポジティブな視点を持つことができるようになることとされている。スウェーデンでは老年的超越理論を介護従事者に教育することにより、要介護状態の超高齢者への見方、接し方が改善したという報告がある¹⁶⁾。

同様に、Lin ら(2016)らは、長期介護施設で働く介護職員に対して、老年的超越理論をベースにした教育プログラムを施設職員41人に対して2日間の教育プログラムを行った。その前後および3カ月後に、加齢による老年的超越的行動に対する認識や、老いに対する態度、など測定した。その結果、講習直後の参加者の老年的超越に関する認知および行動の意図は有意に向上した。しかし3カ月後のフォローアップでは初回時と差はなかった。著者らは、この結果について、老年的超越に関する教育は継続的に行っていく必要が

あると論じている¹⁷⁾。

一方、施設在住の高齢者に対しても、老年的超越理論をわかりやすく教えたり、老年的超越理論に基づくうつ気分の解消や人生を肯定的にとらえる方法について、グループセッションを行い、その効果を検証している¹⁸⁾。週1回、60分間のセッションを、8週間行ったところ、介入群は統制群よりもベースライン時よりも介入後の方が、老年的超越的な見方、うつ気分の低下、および生活満足度の上昇が有意にみられた。

今後は、このような応用が、日本の介護場面や虚弱な高齢者においても適用できるかについて検討していく必要があるだろう。今後の超高齢化社会にむけ、老年的超越の視点から、今後の高齢者の心理的発達と精神的健康の維持に資する取り組みを考えていくことが重要である。

著者のCOI (Conflict of Interest) 開示：本論文発表内容に関連して特に申告なし

文献

- 1) Tornstam L: Gero-transcendence; A meta-theoretical reformulation of the disengagement theory. *Aging: Clinical and Experimental Research* 1989; 1 (1): 55-63.
- 2) Tornstam L: Gerotranscendence: A Developmental Theory of Positive Aging. Springer Publishing, New York, 2005.
- 3) 増井幸恵, 権藤恭之, 河合千恵子, 呉田陽一, 高山 緑, 中川 威ほか：心理的 well-being が高い虚弱超高齢者における老年的超越の特徴—新しく開発した日本版老年的超越質問紙を用いて—。老年社会科学 2010; 32 (1): 33-47.
- 4) 権藤恭之, 古名丈人, 小林江里香ほか：超高齢期における身体的機能の低下と心理的適応 板橋区超高齢者訪問実態調査の結果から。老年社会科学 2005; 27(3): 327-338.
- 5) Erikson EH, Erikson JM: The Life Cycle Completed Expanded edition, WW Norton & Company, New York, 1997.
- 6) Tornstam L: Gerotranscendence—A Theoretical and Empirical Exploration, In: *Aging and the Religious Dimension*, Thomas LE, Eisenhandler SA (eds), Westport Greenwood Publishing Group, 1994.
- 7) Tornstam L: Gerotranscendence: The contemplative dimension of aging. *Journal of Aging Studies* 1997; 11: 143-154.
- 8) Braam AW, Deeg DJ, van Tilburg TG, Beekman AT, van Tilburg W: Gerotranscendence as a life cycle perspective: an initial empirical approach among the elderly in The Netherlands. *Tijdschr Gerontol Geriatr* 1998; 29 (1): 24-32.
- 9) Hoshino K, Zarit SH, Nakayama M: Development of the gerotranscendence scale type 2: Japanese version. *International Journal of Aging and Human Development* 2012; 75 (3): 217-237.
- 10) 富澤公子：奄美群島超高齢者の日常からみる「老年的超越」形成意識—超高齢者のサクセスフル・エイジングの付加要因—。老年社会科学 2009; 30(4): 477-488.
- 11) 中川 威, 増井幸恵, 呉田陽一, 高山 緑, 高橋龍太郎, 権藤恭之：超高齢者の語りにみる生 (life) の意味。老年社会科学 2011; 32 (4): 422-433.
- 12) 増井幸恵, 中川 威, 権藤恭之, 小川まどか, 石岡良子, 立平起子ほか：日本版老年的超越質問紙改訂版の妥当性および信頼性の検討。老年社会科学 2013; 35 (1): 49-59.
- 13) Braam AW, Bramsen I, van Tilburg TG, van der Ploeg HM, Deeg DJ: Cosmic transcendence and framework of meaning in life: patterns among older adults in the Netherlands. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 2006; 61B (3): 121-128.
- 14) Read S, Braam AW, Lyyra TM, Deeg DJ: Do negative life events promote gerotranscendence in the second half of life? *Aging and Mental Health* 2013.
- 15) 石原房子, 長田久雄：Tornstam の老年的超越尺度の構造の検討。応用老年学 2011; 5 (1): 20-27.
- 16) Wadensten B, Carlsson M: Adoption of an innovation based on the theory of gerotranscendence by staff in a Nursing home—Part III. *International Journal of Older People Nursing* 2007; 2 (4): 302-314.
- 17) Lin YC, Wang CJ, Wang JJ: Effects of a gerotranscendence educational program on gerotranscendence recognition, attitude towards aging and behavioral intention towards the elderly in long-term care facilities: A quasi-experimental study. *Nurse Education Today* 2016; 236: 324-329.
- 18) Wang JJ, Lin YH, Hsieh LY: Effects of gerotranscendence support group on gerotranscendence perspective, depression, and life satisfaction of institutionalized elders. *Aging and Mental Health* 2011; 15 (5): 580-586.