

高齢者の慢性的なストレスに対するコーピングの検討

○村山陽(東京都健康長寿医療センター研究所)・山口淳(東京都健康長寿医療センター研究所)・
山崎幸子(文京学院大学)・藤原佳典(東京都健康長寿医療センター研究所)

キーワード: 高齢者, ストレスコーピング, 慢性的なストレス

目的

高齢期には疾患や社会的役割の喪失のように慢性的なストレスの影響を受けやすいことが指摘されている。そのため、高齢者の慢性的なストレスに対する有効なコーピングを把握することは、今後の高齢者のうつ病や自殺予防施策を考える上で重要である。これまで、高齢者のコーピングに関する先行知見では、高齢者は若者に比べて対処方略を用いない傾向があるものの、ある問題に際した場合に問題焦点型の対処方略(Sutton et al, 1996)や情動焦点型の対処方略(Johnson & Barer, 1993)を用いることが認められている。しかしながら、従来の高齢者を対象にしたストレス研究では、ストレスが慢性的なものであるか否かは考慮されず、効果的なコーピングについてもほとんど検証されていない。そこで本研究では、高齢者の慢性的なストレスに対するコーピング尺度を作成し、これらが慢性的なストレスとどの程度関連するのかを探索的に明らかにすることを目的とした。

方法

予備調査 慢性的なストレスに関する項目およびコーピング尺度項目を収集するために、65-79歳の男女モニタ16740人を対象に自由記述式回答を含むWeb調査を行った(2015年12月-2016年1月)。本研究ではHammenら(2009)をもとに、6ヵ月以上継続しているストレスを慢性的なストレスと定義した。その上で、6ヵ月以上続くストレスを体験していると回答した3708人のストレスに関する自由記述、また6ヵ月以上続くストレスに何らかの対処をしていると回答した2930人のコーピング内容に関する自由記述について、心理学を専攻する研究者3人で内容の類似性および相違性からカテゴリー化を行った(評定者間一致率:それぞれ96.7%, 96.3%)。次いで、東京都A区、B区在住65歳以上高齢者21人(男性12人、女性9人、平均年齢73.6±4.9歳)を対象に、慢性的なストレスとコーピングに関して面接調査を行った(2016年7-8月)。これらの知見をもとに、慢性的なストレスに関する29項目および高齢者用慢性ストレスコーピング尺度30項目を作成した。

本調査 埼玉県A市在住の70代の中から二段無作為抽出法により抽出した500人を対象に質問紙調査(郵送配布訪問回収調査法による)を実施した。回収率および有効回答率は304票(60.8%)であった。調査票は郵送により配布され、その後記入された調査票を調査員が訪問回収を行った。調査は、2016年11月から12月に実施された。**調査内容**: 予備調査で作成したコーピング尺度項目(5件法)、慢性的なストレスに関する項目(4件法)に加えて、ストレス反応の測定にはS-WHO-5-J(以下、WHO-5)を用いた。その他に、基本属性(性別、年齢)、高齢者のIADLを評価するために老研式活動能力指標

(以下、老研式)を用いた。本調査は、所属機関の倫理委員会の承認を得て実施しており、開示すべきCOI状態はない。

結果

高齢者の慢性的なストレスの検討 慢性的なストレス一項目群について因子分析を行ったところ、3つの因子(身体的ストレス因子、経済的ストレス因子、対人ストレス因子)に分かれた($\alpha=0.59-0.81$)。各項目得点の合計を下位尺度得点として使用した。

高齢者用慢性ストレスコーピング尺度の検討 コーピング尺度項目について、因子負荷量が0.40未満の項目、複数の因子に高い因子負荷量を示している項目を除外し因子分析を繰り返す、最終的に固有値の推移と因子の解釈の可能性から4因子解を採用した($\alpha=0.80-0.87$)。第1因子は、「自分の内面を見つめ直すこと」等の認知的な対処方略に関する項目の負荷量が高いため「認知的対処」とした。第2因子は、「仕方がないと諦めること」等のストレスを避ける方略を示す項目の負荷量が高いため「回避・あきらめ」とした。第3因子は、「この問題は、自分に与えられた試練だと思えるようにすること」等の積極的に対処する方略の項目の負荷量が高いため「積極的問題解決」とした。第4因子は、「誰かに愚痴を聞いてもらうこと」等の他者に支援を求める方略に関する項目の負荷量が高いため「サポート希求」とした。各項目得点の合計を下位尺度得点として使用した。 t 検定により性差を検討したところ、認知的対処、回避・あきらめ、サポート希求について、男性より女性の方が高いことが示された(それぞれ、 $p<.01$)。

高齢者の慢性的なストレス、コーピング、ストレス反応との関連 慢性的なストレスとコーピング、ストレス反応との関連について、年齢と老研式を統制した偏相関係数を算出した。その結果、認知的対処と身体的ストレス・経済的ストレス($r=.14-.16$)、回避・あきらめと全てのストレス($r=.16-.27$)、積極的対処と全てのストレス($r=.15-.23$)、サポート希求と身体的ストレス・経済的ストレス($r=.14-.27$)に有意な正の相関が示された。他方で、WHO-5は、回避・あきらめと有意な負の相関が示された($r=-.13$)。

考察

高齢者は、慢性的なストレスのタイプに応じてコーピングを選択的に使用しているが、それがストレス反応の緩和につながっていない可能性が示唆された。この結果について、高齢期の慢性的なストレスに対するコーピングは、何らかの要因を介して間接的に精神的健康への緩和に寄与している可能性も考えられる。今後、別の年齢層との比較調査により詳細にコーピングのプロセスを検証することが求められる。

(MURAYAMA Yoh, YAMAGUCHI Jun, YAMAZAKI Sachiko, FUJIWARA Yoshinori)