

音楽を手がかりとした回想と高齢者の精神的健康に関する研究

小林 麻美

広島大学大学院生物圏科学研究科

The study on the relationships of reminiscences used music as a cue to mental health for elderly people.

Asami KOBAYASHI

*Graduate School of Biosphere Sciences, Hiroshima University,
Higashi-Hir shi a - a a*

要 旨

第 1 章 音楽を用いた回想法における問題点と本研究の目的

近年、高齢者を対象とした施設や医療機関では、高齢者の精神的な健康の維持・向上をめざして、様々な心理療法が行われるようになってきている。中でも、音楽療法は特に普及している方法の一つである。

高齢者に対する音楽を用いた回想法をすすめるために有効であるといわれているものの、音楽と回想及び高齢者の精神的健康との関係についてのメカニズムは明らかにされていない。呈示された音楽や回想内容によっては、高齢者に定になる場合もあることから、音楽と回想される量や内容との関係や音楽による回想が精神的健康に与える影響について明らかにすることが大きな課題といえる。

回想法は、目的や手法などの違いから一般的回想法とライフレビューの二つに大きく分けられるといわれている。そのうち、ライフレビューは人生の統合を目的とした方法であり、発達段階に沿った構造的なものである。そのため重要であり (Haight & Burnside, 1993)、それによって高齢者の精神的健康が向上する考えられる。つまり、高齢者の精神的健康を向上させるためには、回想法において、回想を単に促すだけではなく、自伝的な内容を促す必要がある。

昔慣れ親しんだものに対する好意的な態度・感情である (Holbrook, 1991) を感じているときには、自伝的な記憶を思い出したり (Batcho, 1998)、想起した内容にポジティブな評価がなされたり (多田, 1998) するといわれている。

そこで、本研究では、音楽を用いたライフレビューをすすめることについて、そのメカニズムを明らかにすることを目的とする。

!"#\$%&

!"#\$%&'()*

的な効果と長期的な効果の関連を明らかにすることであった。

手続きは第4章と同様であった。測定指標は、セッションごとの主観的な気分の変化と、全セッション平均のうつ・鬱症状・社会活動障害であった。

精神的健康の長期的側面を示す因子として、現在に「満足感」と「人との関係性」の3因子が抽出されたため、各因子の変化の違いによって回想内容の評価や気分の比較を検討した。

結果として、過去よりもポジティブな内容を多く回想していたことや、過去も現在もポジティブである内容が少なかったこと、

また、人生に対する満足感が改善した者は悪化した者に比べて、過去よりもポジティブに再評価さ

!"#\$%&

!

した者は悪化した者に比べて、過去も現在もニュートラルな内容を回想したときに、爽快感や快活感などの

本章の結果から、ライフレビューによる精神的健康の変化と回想内容の評価との間には関連があることや、音

が明らか

!"

!"#\$%

!"#\$%&' (

!"#\$%&' (

想の特

☞

☞

の の 、 、 、 想の

!"#\$%&' (