

山梨医大紀要 第15巻 (1998)

Aging の社会心理学的考察

渋谷昌三

本論文では aging に関する展望を試みた。aging についての社会心理学的な問題点を次の観点から考察した。(1) 老人イメージの歴史的な変遷と aging への適応 (2) 高齢者の孤独感と幸福感 (3) 結婚生活の変化の問題 (4) aging と性格特性との関係。本論文でとりあげた aging に関する論文から aging についての問題提起をすることができた。

I aging の発達過程

(1) 老人イメージの変遷

「老」は象形文字で、甲骨文(中国最古の文字で、亀の甲羅や獣骨に刻まれた文字)は、腰を曲げて杖をつく老人の形にかたどっている(『漢語林』大修館)。ただし、高齢化社会を迎えた昨今では、老人と称される高齢者が、背筋を伸ばして、ダンスやゲートボールなどに興じるなど、「老」のイメージに合わない人が多い。

Schonfield(1982)は老人イメージの調査を行っている。その主な結果は次のようなものである。なお、カッコ内の数字は「その通り」と答えた回答者の割合である。

①人は年をとると、信心深くなりやすい(77%)。②ほとんどの老人は孤独で寂しい(66%)。③老人は頑固になりがちである(65%)。④ふつう老年期はのどかな時期である(52%)。⑤老人はほとんど性に興味を示さない傾向がある(47%)。⑥老人が新たに技能を獲得するのは非常に困難である(46%)。

さらに、これらの質問にたいして、「50%の例外が認められる」と回答した人の割合が調べられている。年齢別に見ると、回答者の年齢が25歳以下では26%の例外が認められると回答している。同様に、25～44歳では39%、45～64歳では38%、75歳以上では58%などとなっている。

つまり、若い世代ほど例外を認める割合が低くなることから、若い世代ほど高齢者に対しての社会通念や先入観にしばられている人が多いといえる。換言すると、若い世代ほど老人イメージが固定しており、そのことが高齢者との人間関係に好ましくない影響を及ぼしていると考えられる。日本の場合も、これと類似の結果になると予測される。

橋寛勝(1971)は日本における老人観の歴史的変遷について、次のような分析を試みている。

『日本書紀』には、翁や姫の文字が記されており、老人は、呪的、精霊的な特

性を持つとみなされ、日常社会では長寿者として尊敬の対象にされていた。この表象が「能」に転化されている。

聖徳太子は、6世紀頃、儒教と仏教を融合した優老や救済思想を作った。四天王寺の敬田院、施薬院、療病院、悲田院はその実践であり、我が国最初の慈善事業とされている。

奈良・平安時代は華やかな公家文化であったが、貴族社会では中国からもたらされた敬老の儀礼が行われていた。しかし、日常社会では、『古今和歌集』や『枕草子』にとりあげられている老人観からすると、老人や老化に対しては悲観的であり、否定的な見方がなされている。

鎌倉・室町時代になると、地方豪族や武士団の抗争が激しくなるという不安な社会情勢を迎える。『徒然草』の著者である吉田兼好は、道教的な老荘思想と仏教の道德性の影響を受けて、「命長ければ恥多し」と、老醜の不快感から老人や長寿を否定している。しかし、老いることの諦観にもふれており、老人に対して同情的で、好意的な見方もなされている。

徳川時代になると、儒教が興隆し、敬老主義が広く浸透することになった。医学の勃興により、貝原益軒の『養生訓』に見られるように、養生道が盛んになり、長寿への関心が高まった。

明治・大正時代は徳川時代とほぼ同様な老人観が見られる。

第二次世界大戦後は、家父長制度の廃止などの変革の影響を受けて伝統的な敬老思想は消えていった。昭和25年には、兵庫県が9月15日を「としよりの日」に制定して敬老精神の普及に努めた。昭和38年には老人福祉法が制定され、「としよりの日」が「老人の日」に改称された。昭和41年には、国民の祝日として「敬老の日」が定められた。また、昭和48年には国鉄が中央線の車中に「シルバー・シート」を設けた。

ところで、松下正明（1987）は「老」に関わる言葉には中立的な意味をもつものが少なく、ほめ言葉か、貶し言葉に分けられるとしている。たとえば、元老、老境、老師、老中、老熟、老将、老生、老大家、老練、老舗、そして、老朽、老化、老残、老醜、老衰、老廢、老齡などがある。つまり、老人イメージは肯定・否定という両極の見方に分かれるというわけである。

南アフリカのマンデラ大統領は1998年に80歳の誕生日を迎えるにあたり、「多くの方が私をたたえるのは、私が徳を積んだからではなく、年齢を重ねることができから」と語っている。人種隔離政策に抵抗して27年間も投獄された経験を持つマンデラ氏は、「皆さんにも80歳まで生きることをお勧めします。そうすれば自分を見下してきた人でさえ、尊敬してくれるからです」と長寿の効用を説いている。

とくに、文字を持たない文化や組織化されていない社会では、長い人生の中で得た貴重な経験を持つ老人が必要であった。生活するための知恵や集団を維持

し、まとめる力、そして諸々の儀式や慣例の情報などを持った長老が尊敬されたのである。マンデラ氏の敬老説には、こうした意味が含まれていると思われる。ここでは、老人イメージに対する肯定的な意味が見られる。

一方、深沢七郎著『樗山節考』やポーボワール著『古い』で扱われている棄老や殺老伝説の風習がある。飢饉が起こったり、食料が乏しくなったりしたときには、集団を存続させるために老人が犠牲になったのである。ここには、老人イメージに対する否定的な意味が見られる。

なお、下仲順子（1997）は老年心理学研究の歴史と研究動向について、欧米と日本それぞれの展望を行っており、筆者は多くの示唆を得た。

（2）successful aging

successful aging という言葉がある。直訳すると成功した老化となるが、一般に、幸福な老いと訳される。老いという言葉には暗い響きがあるので、aging は加齢と訳されることが多い。successful aging は、成功した加齢と言い換えることができる。

心身の変化や新しい社会環境に適応して、豊かな老年期を過ごすことができたとき、加齢に成功したといえる。従来の研究では、加齢に成功するための3つの方策が提案されている。

第1は、Cumming と Henry（1961）の活動理論である。成人期（18～65歳）では、職業などを通して、社会的役割を担い、交友関係が成り立ち、自分の能力を発揮する機会に恵まれている。老年期に入り、第一線を退いた後でも、さまざまな活動を行うことで、失われた成人期での職業活動の埋め合わせをする。新たな友人を獲得したり、社会的な役割を担ったりして、引退前の活動水準を取り戻すことで、老年期の生活に適応するというものである。

第2は、Neugarten たち（1968）の離脱理論である。老年期に入り、第一線から引退すると、社会的活動が低下し、交友関係が減少する。これは世代交代の上で、避けられない過程であると考えられる。自分の人生を職業生活や人間関係だけに結びつけないで、老年期は個人的な目標を達成するために費やす時間と位置づける。この理論では、社会への参加度が低くても幸福感は高いことになる。

第3の理論として、Kuypers と Bengston（1973）は、高齢化が進む過程を社会的衰弱理論によって説明している。この理論では、貧困な自己イメージ、他者や社会からの否定的なフィードバック、外界に対処する技能の欠如などの心理機能により、高齢化は進むと考えられている。こうした社会的衰弱化への流れを逆転することで、高齢化の進行をくい止めることができる。

たとえば、新聞や雑誌を読んだり、テレビのニュースやドキュメント番組を視聴したりして、社会の新しい動きを理解する。その上で、今日的な話題について

若い人たちと意見の交換をする。あるいは、社会的活動に積極的に参加する。このような社会との直接的な関わり合いの中で、「自分が社会の一員として、周りの人たちに受け入れられている」との実感を持ったとき、社会的衰弱化に急ブレーキがかかるといえる。

いずれの方略が加齢に成功しやすいのかは、個々人の価値観やライフスタイルによって違うと考えられる。輕輕には結論がでない複雑な問題を含んでいる。

(3) 老性の自覚と適応

老年期研究の草分けである橋寛勝(1958)は、日本の80歳以上の人に「何歳くらいで、お年寄りになった、とお気づきになりましたか」との質問をしている。それによると、50歳代が約5%、60歳代が約20%、70歳代が約50%、80歳以上が約25%だった。

この調査では、個人差が大きいことがわかるが、約半数の人が70歳代のときに「年寄りになった」と考えたわけである。しかし、約40年前に行われた調査であることを踏まえると、平均寿命が80歳前後という昨今では、この年齢はさらに高くなっていると思われる。

荒井保男(1994)は40~80歳を対象に、「老い(老性)を自覚する契機」についての調査を行っている。老性自覚の契機は次のように分類されている。

① 身体的兆候からの契機

a) 局所兆候: 歩行の不自由、視覚の衰え、聴覚鈍麻、腰部弱体化、歯牙の脱落、頭髪剥脱、頭髪白髪、性欲減退、記憶力減退。b) 疲労しやすくなった、疲労の回復が遅い、身体の活動の不自由さ、気力の減退、身体の弱体化。

② 精神的・社会的体験からの契機

職業からの引退、家庭の主宰的地位からの引退、配偶者または同胞との死別、愛児や愛孫との死別、友人との死別、子女の成長と孫の出生、祝典における表彰、「おじいちゃん」「おばあちゃん」と呼ばれること。

調査の結果、老性自覚の契機は身体的兆候からの契機による割合が高く、70%以上の人が「視覚の衰え、疲労しやすくなった、疲労の回復が遅い」をあげている。その他、約30%の人が「歯牙の脱落、性欲の減退」をあげている。なお、精神的・社会的体験からの契機の割合は、「子どもの成長」が約20%、「おじいさん・おばあさんと呼ばれた」が約10%で、それ以外はほとんどなかった。

また、この調査の分析によると、50歳以下ではほとんどの人が身体的変化により老性を自覚するが、50歳以上になると身体的兆候のほかに精神的体験を老性を自覚する契機としてあげる人が増えてくるものの、その割合はきわめて低い。いずれにしても、多くの人には身体的を通して老性を自覚することがわかる。

山添正(1984)は山梨県内の20歳代から50歳代を対象に、「老後の生

活」の調査を行っている。老後の生活で思い浮かべることは、「子どもの独立と結婚」が28%、「定年退職後」が16%、「健康の衰え」が10%である。老後の生活で思い浮かべることは、退職や子どもの独立といった、経済的基盤の喪失と社会的役割の終了を意味すると分析されている。

また、「老後の生活は何歳から始まるか」については、60歳が30%、65歳が29%、70歳が22%で、老後は60、70歳あたりから始まると考えている人が多いことが分かった。

青年期、成人期に続く老年期での発達課題として、Havighurst（1953）は次の事柄をあげている。①体力や健康の低下に適応する。②引退や収入の減少に適応する。③配偶者の死に適応する。④同世代の人たちとの交友関係を確立する。⑤社会的な責務を果たす。⑥満足のいく生活環境を確立する。

心身の変化への自覚と受容、新たな交友関係の形成と展開、そして、地域の社会活動などへの積極的な参加と貢献などを通して、新たな成長（獲得）がなされることになる。「転ばぬ先の杖」である。まだまだ余裕のある成人期に、やがて課せられるこれらの発達課題を解決する方策を早めに立てておく必要がある。

Levinson（1978）は、40人の中年男性の個人史を分析した結果、成人期の発達的变化の基本は個人の「生活構造」の変化であることを見いだした。生活構造とは、ある時期における、その人の生活の基本的パターンあるいは設計を意味する。生活構造は、成人期に順序正しい段階を経て発達して行くが、安定期と過渡期が交互に現れる。

彼は、40～45歳を「人生半ばの過渡期」と呼び、体力の衰えの認識、人生の目標や夢、対人関係の見直しと再評価が求められるとしている。そして、55～60歳の「中年の最盛期」に続く、60～65歳は「老年への過渡期」と名づけている。この時期に中年期の生活構造が崩れ、老年期に向けての生活設計が行われるとしている。

例えば次のような事例がある。川原慶紀さんは1998年に57歳182日で、世界最高峰のチョモランマに登頂した。世界記録は60歳であるが、これは日本人としての最高齢記録である。「じかに空気を吸って8,848メートルを体験するのが夢だった」ので、頂上で、酸素マスクをはずして、その空気を楽しんだそうである。

44歳で国外遠征隊に加わりヒマラヤのとりこになった彼は、チョモランマ遠征を機に、選択定年で会社を辞め、秋の小屋じまいまで北アルプスの三俣山荘で働くことにした。川原さんは、人生半ばの過渡期で山の魅力を知り、老年への過渡期で退職し、三俣山荘で働いている。こうして、新たな人生の目標や夢を手に入れた。

Baltes（1987）は、人の心身の諸機能は成長した後に老化するのではなく、成長（獲得）と老化（喪失）は出生と同時に進行していると述べている。加齢に

つれて、相対的に、獲得よりも喪失の割合が多くなっていくのだが、老年期は老化だけの過程ではなく、この時期でもさらに新たな獲得がなされているというわけである。生涯、つねに発達途上にあるとの視点からすると、先に紹介した川原氏のケースのように、「まだまだ、これから」と考える人ほど、獲得の割合が高い老年期を過ごしていることになる。

61歳で生まれた年と同じ干支の年が再びめぐってくる本卦がえりや還暦を迎える。これは老年への過渡期でもある。還暦の祝いで、赤い頭巾をかぶり、赤いちゃんちゃんこを着る習慣があるが、赤は、おめでたい紅白の赤であると同時に、重罪を犯した受刑者の獄衣の色でもあった。還暦を迎えるのは、赤い衣をまとして、来し方を深く反省し、行く末を呻吟する時期ともいえる。

ところで、Atchley（1977）は、多くの人は退職前後に7つの段階を経験すると分析している。

第1は、退職から遠い段階で、「仕事に就いている間は死なないだろう」とか、「退職してから仕事の成果に満足するだろう」といった漠然とした信念をもっている。この段階では、退職に向けての準備がなされず、退職という事件が起こることをしばしば否定する。

第2は、退職に近い段階で、退職前プログラムに参加して、退職金や年金、心身の健康を考える。退職前プログラムに参加した人は、退職時の収入が多く、退職後たくさんの社会活動に参加する傾向があるという。

第3は、退職直後の蜜月段階で、「時間がなくてできなかったことができるようになる」という陶醉を感じる。退職前、仕事中心でなくレジャー活動をした人のほうが退職への適応がよい。

第4は、覚醒段階で、落胆や抑うつを感じるものの、空想していた退職後の日々が現実味をおびてくる。

第5は、再順応段階で、退職生活の満足を導くライフスタイルを模索し、評価し、決定する。

第6は、安定段階で、自分が選んだ退職生活を実行する。

第7は、終局段階で、経済的および対人的な自立と満足を得る。

各段階の時期や期間は人によって違うであろうが、定年退職のとき、日本人も同様な7段階を体験する人が多いと考えられる。また、退職と同時に老年期を迎えることを考慮すると、退職をいかに受け止めるかが老年期の適応に多大な影響を及ぼす可能性がある。

最近、「ことぶき大学」（高齢者向けの講座）や教養講座、放送大学などでは、定年退職した「学生」が熱心にメモを取る姿がしばしば見られる。老年期を迎えた人たちの積極的な適応活動が諸処で見られるようになったが、実際には、退職後や老年期の過ごし方に不適応をきたしている人も多い。

II 高齢者の孤独

(1) 孤独感と幸福感

「雨の降る夜の独り寝は、いづれ雨とも涙とも」(「隆達小唄」近世歌謡の一つ)などという古い言い回しがある。老年期は孤独感を味わう時期で、青年期は社会性を満喫する時期との通説があるが、必ずしもそうではないらしい。

配偶者との死別の影響に関する研究では、寂別 desolation と孤立 isolation を区別し、自分の過去経験と比較することの重要性を指摘している。Gubrium (1974) は次のように述べている。

高齢者に孤独感 loneliness をもたらしめるのは、ある絶対的な孤立 isolation ではなく、以前と比べて社会参加の程度が低下し、社会的に孤立化することである。社会参加におけるこの変化、あるいは食い違いが寂別 desolation と結びつくのである。

たとえば、別居中の高齢者・離婚した高齢者・配偶者と死別した高齢者より、ずっと未婚の高齢者の方に孤独感が少ない (Shanas ら, 1968)。また、離婚した高齢者・配偶者と死別した高齢者は、未婚の高齢者・配偶者のいる高齢者より、現在の人生を45歳のときより悪い状態にあると評価する傾向が見られる (Gubrium, 1974)。

このように、過去と現在の体験の比較をすることによって老年期の社会的不満が生じるというわけである。換言すると、孤独感とは社会的関係の中で生じてくる場合があるといえる。

「孤独感をもつことがある」と答えた人の割合は、Parlee (1979) の研究によると、18歳未満で79%、45歳から54歳で53%、55歳以上では37%だった。年齢が高まるにつれて、社会的な関係について高望みをしなくなるので、孤独感をもつ人が減ってくると考えられている。

さらに高齢者の場合はどうだろうか。Dean (1962) の研究によると、孤独感をもつ人の割合は、50歳から79歳までは30%前後で、ほぼ横ばいであるが、80歳以上の高齢者になると53%に急増している。80歳以上になると、体の衰えから行動が限定されたり、経済的な制約が生じたりするので、孤独感をもつ人が増えてくると考えられている。

「五十にして天命を知る」(『論語』) という言葉があるが、我が国でも、この年齢を境にして孤独感を持つ人が一過的に減少する可能性がある。また、この年代での公私にわたる社会的な多忙さが、孤独感をもつ人の数を減らしていると推測される。

社会的かかわりと孤独感との関係を指摘する研究がある。Lowenthal と Haven (1968) によると、親族より親友との交際が高齢者に心理的な幸福感をもたらすことや、配偶者を失っても親友がいる高齢者は、配偶者がいても親友

がない高齢者より生きがい感が高いことなどがわかっている。孤独感を減らし、幸福感を増やすには親友との対人関係が重要な要因になっている。

さらに、高齢者を対象にした研究によると、「自分が受けた親切と同じ程度の援助を知人に与えている」という実感を持っている人は幸福感が最も強いことがわかっている (Blehar, 1979)。「援助を与えすぎている」とか、逆に、「自分が援助を受けすぎている」という人は孤独を感じており、満足感も低かった。

三世同居をしているお年寄りが、共稼ぎの若夫婦のために、炊事、洗濯、掃除、そして孫の世話まで一手に引き受けている。自分は自由に外出することができない。これは「援助を与えすぎている」例である。逆に、若夫婦が何でもしてくれるので、自分の自由にすることができる。ところが、若夫婦のためにしてあげることが何もない。あるいは、何か手出しをすると迷惑がられる。これは「援助を受けすぎている」例になる。

自分のできる範囲内で家族の手助けをすることができたとき、お年寄りは幸福感が得られる。また、助けたり、助けられたりする関係があるとき、夫婦は円満であり、楽しい友だち関係は長続きするというわけである。

その他、病弱な高齢者や身体に障害を持つ高齢者は孤独感を持ちやすい (Tunstall, 1967)、また、自分の住宅に満足している高齢者は孤独感を持つことが少なく (Woodward et al., 1974)、交通機関を利用して自由に外出できる高齢者の方が幸福感が高い (Larson, 1978) ことなどが知られている。

孤独感と幸福感は社会的なかわり、対人関係、そして、健康や住宅、交通機関といった居住条件にも左右されることがわかる。

(2) 孤独な人と孤独でない人

「つれづれわぶる人は、いかなる心ならん。まぎるるかたなく、ただひとりあるのみこそよけれ」(『徒然草』

第七五段) と、吉田兼好は、孤独こそこの上ない境地であると記している。しかし、実際には、孤独に耐えかねる人も多い。

de Jong-Gierveld (1982) は、オランダの都市や田舎に住む老若男女を調査して、4つの孤独タイプを抽出している。

第1は、孤独でないタイプ。全サンプルの59%の人が該当する。たくさんの友人がいて、社会的な活動に積極的に参加している。

第2は、人間関係に不満な孤独タイプ。全サンプルの14%にあたる。親しい仲間がおらず、孤独感を他人のせいにしてしがちである。離婚した男女が多い。52歳の女性は「自分の孤独感は誰にとっても私が大切ではないことにある」と述べている。

第3は、周期的、一時的な孤独タイプ。全サンプルの15%にあたる。親密な

人間関係があり、社会的活動にも参加している。結婚したことのない男女が多い。孤独感は一時的なものだと考える。45歳の独身女性は「私には教師の仕事があるので、孤独を感じても一時的なものです」と答えている。

第4は、望みを失った孤独タイプ。全サンプルの12%にあたる。不満を示さないがあきらめている。大多数が配偶者を失った男女で、たいてい55歳以上で、多くが失業者である。果てしがない孤独感をもっている。

孤独の受け取り方は文化によっても違うと考えられるが、我が国でも、これと似たタイプが見られるだろう。

ところで、「大勢の人の中で感じる孤独は、一人寂しい場所にいるときに感じる孤独よりもっと耐え難い」（郁達夫『沈淪』より）。Riesman（1961）は、大勢人の中にいるとき、私たちは匿名性、孤独、疎外感にさいなまれていると警鐘を鳴らしている。

孤独を感じている人は、次のような人づきあいをしていることがわかっている（Leary&Miller, 1986）。

第1に、孤独な人は「自分は他の人から好かれない」と信じている。また、「自分は好感が持てない人々に囲まれている」と考える。

第2に、孤独な人は、自分の好きなことを一方的に話し、相手に質問することが少ない。また、勝手に話題を変えたり、相手の問いかけに応えるまでの時間が長かったりする。孤独な人のおしゃべりは、どちらかというとき自己中心的で、相手の話に耳を貸そうとしないので、孤独なおしゃべりになってしまう。

第3に、孤独な人は、家族や友人と話すときでも、その内容は表面的で、親密さに欠けることが多い。また、家族や友人より、見知らぬ人や知人と過ごす時間が長い。つまり、表面的な人間関係を好むのである。

妻や子ども、孫たちに囲まれているのに、そして大勢の友人がいるのに、「孤独である」という人は、自分も周囲の人にも好きになれないし、親しい人と対話するのが苦手だといえる。大勢の人の中での孤独は、家族や友人から理解されにくいものである。

（3）孤独の男女差

Reis（1986）たちの研究によると、女性は恋人がいてもいなくても孤独にならないが、恋人がいない男性は恋人がいる男性より孤独になりやすいことがわかった。一般に、男女ともに、女性と交際する時間や機会が多い人ほど孤独にならないようである。というのは、女性と交際すると、自己開示が多くなり、親密で、快適な人間関係が生まれやすいからである。

配偶者がいることで利益を多く得るのは女性より男性であり、配偶者がいないことで負担が高まるのも女性より男性である（Eisenson, 1980）。また、男性では妻と死別した者は妻のいる者より孤独感が高いが、女性では夫と死別

した者と夫のいる者との間で孤独感に有意差は見られない (Perlman, et al., 1978)。

配偶者のいる高齢者は単身高齢者より孤独感を訴えることが少ないが、この影響は女性より男性の方が強い (Bikson & Goodchilds, 1978)。また、単身男性は最も孤独で、妻のいる男性は最も孤独でなく、夫のいる女性と単身女性はこの中間に位置する。

「亭主は達者で留守が良い」と揶揄されるが、妻にとっては、女友達がいれば夫はとくに必要ではないことになる。逆に、夫は妻がいないと孤独感にさいなまれることになる。昨今、退職時に妻から離婚を要求される夫や濡れ落ち葉になって妻の行動を干渉する夫が社会的話題になっている。夫婦関係のあり方を再考する時代になったといえる

Ⅲ 夫婦関係

(1) 空の巣のとき

燕が巣を作るとその家は繁盛する。こんな俗説がある。燕の巣作りはエネルギーで、あっという間に形のいい巣ができあがる。ひなはにぎやかに親鳥を呼び、親鳥はわき目もふらずに餌を運ぶ。これは繁盛のイメージ。ところが、ある日、燕の巣は空になり、冬が訪れる。

子どもが就職したり、結婚したりして、親元から巣立った時期に、親のなかには、孤独と寂しさ、空しさ、挫折感や役割の喪失感、そして絶望感を抱く人がいる。これが空の巣症候群である。とくに、子育てや孫の世話を没入してきた女性に多い。

湯沢雍彦 (1990) の調査によると、結婚生活の幸福得点が低くなる第1ピークは、結婚後3～5年であるが、その後、妻は6～8年後 (子育てに忙殺される時期) で最低になる。幸福得点が回復した後、再度低くなる第2ピークは、夫婦共に結婚後24～26年である。この時期になると、子どもが独立して家を離れた後にみられる「空の巣症候群」(空虚感、無力感、不安感の増大など) がはじまる。

ちなみに、結婚後から幸福点は低下と上昇を繰り返すが、結婚当初の幸福点をわずかに越えるのは、夫が9～11年後と18～20年後、妻が21～23年後 (子どもが就職して安心する時期) である。結婚生活の幸福感は、夫婦関係の変化や子どもの成長などの影響を受けて、つねに流動的であることがわかる。

紙婚式 (1年目)、木婚式 (5年目)、銀婚式 (25年目)、金婚式 (50年目) など、5年ごとに、宝石にちなんだ結婚記念式がもうけられている。細かく記念式が用意されているのは、それだけ結婚生活が壊れやすいからである。夫婦が結婚を続けた報酬価として結婚記念式が設けられているのであろう。

ところで、イギリスで行われた調査 (Argyle&Henderson, 1992) によると、夫婦関係の満足度は、第一子の誕生を契機に、低下が始まり、子どもが青年期に至ったとき最低になる。この時期は、夫婦にとって子どもが関心の中心になり、夫は仕事に関心を向け、妻は子どもから満足を得ようとするからである。

そして、子どもが独立した後 (空の巣の時期) になると、夫婦関係の満足度が再び高まる。夫婦が一緒にいる時間が長くなり、幸福感が強まり、子どもの社会的な活躍や孫の成長に共通の関心を持つようになるからである。なお、こうした夫婦以外は、この時期までに離婚するケースが多いと分析されている。

空の巣の時期を迎えると、夫婦だけで食事をしたり、テレビを見たりする機会が多くなり、気まずさや緊張感を味わうようになる。夫婦が、お互いの心の隔たりに気づき、それを修復しようと努力することで、空の巣の時期を乗り越えた、本物の夫婦が誕生するというわけである。

欧米で行われた調査 (Lynch, 1980) では、配偶者の存在が死亡率に影響することがわかった。たとえば、47歳のデータでは、死別男性 (妻を失った夫) の死亡率は既婚者の約1.8倍で、死別女性では約1.4倍である。69歳では、死別した男女ともに、死亡率が1.2倍前後となる。また、離婚や別居した場合、47歳では、女性の死亡率が既婚者の約3倍、男性は約2倍で、これはかなり深刻な事態である。69歳では、男性の死亡率が約1.3倍で、女性は既婚者より死亡率がわずかに低くなる。

空の巣の時期である50歳前後での死別や離婚は、長生きの急ブレーキになることがわかる。かつては「天命を知る」年代であったが、昨今では、夫婦愛と健康をチェックする折り返し点といえる。

(2) 男女差

かつて「濡れ落ち葉」とか、「粗大ゴミ」という言葉がはやった。いずれも、年配の夫の言動をやゆしたものである。老年期を迎えた男性心理と女性心理について考察してみたい。

先に述べたように、配偶者がいることで、男性は女性より多くの利益を得ている (Eisenon, 1980) ことや、配偶者がいないと、男性は女性より多くのストレスを背負うことになり、妻と死別した男性は妻が健在である男性より孤独感が強いが、女性の場合にはこうした違いがみられない (Perlman et al., 1978) ことなどがわかっている。

これらの研究結果から、夫にとっての妻の存在感が、妻が考えるよりはるかに大きいので、夫が濡れ落ち葉になって妻につきまとうことがわかる。また、「亭主達者で留守がいい」というが、妻にとって夫は利益をもたらす存在とはいえないので、「いてもいなくてもいい」ことになる。

Knupfer たち (1966) は「男性は新たな人間関係を築いて、それを維持

する能力に乏しい。そこで、夫は自分の気持ちを代弁し、人間関係を円滑にしてくれる専門家としての妻を必要としている」と分析している。これも、夫が濡れ落ち葉になって、妻の後ろをついて歩く理由である。

夫の定年後、家を新築したある夫婦は、地下に立派な防音室を作り、高価なカラオケセットを設えた。定年を迎えた夫が、新しい近隣関係を築き、旧来の友人関係を続けるために生まれた構想である。もしかしたら、夫を濡れ落ち葉にしないための妻の配慮なのであろう。

男性は職場での人間関係が中心であることが指摘されている。こうした特性を配慮して、特に男性は、現在の交友関係が定年後も続く可能性や現時点での妻への依存度を再考して、より適切な対人関係を構築しなくてはならないといえる。

ところで、1998年8月に厚生省が公表した日本人の平均寿命は、女性が83.82歳、男性が77.19歳である。男女間の寿命差が6.63歳で、男女差は年々広がる傾向にある。同年の敬老の日に、総務庁が高齢者に関する調査結果を発表したが、65歳以上の高齢者人口は1973万人で、総人口の15.6%にあたる。女性の高齢者人口は男性の1.4倍で、75歳以上では1.8倍、85歳以上では2.4倍と、高齢になるほど女性の比率が高まる。

こうしたデータからも、女性が長生きであることがわかる。ところで、Jourard（岡堂哲雄、1968）、男性の寿命が女性より短い理由を2つあげている。

第1に、男性は、妻や子どもが「無用者である」自分に向けて差し出した「死への招待状」を受け取り、死を受け入れてしまう。

第2に、仕事人間だった男性は自己中心的で、女性に比べて、人間関係に無関心であり、人の世話をする気持ちが少ない。

10数年前に東京都が行った調査では、「夫婦であっても、結局、他人だと思えますか」という問いにたいして、「そう思わない」との回答は、60歳以上で、男性の約70%、女性の48%だった。

この夫婦間のギャップと Jourard の考察を配慮すると次のようなシナリオが描ける。夫を他人だと考えている妻は、よりよい夫婦関係を築こうと努力しているのだが、夫は無関心で、非協力的である。夫に愛想尽かしをした妻は、夫宛に「死への招待状（離婚の要求や無用者の烙印を押す）」を投函することになる。

やや古い我が国の資料だが、60歳前後の離婚男性の死亡率は既婚者の約2倍である。こうしたことから、妻のために労を惜しまない夫が長生きするといえる。とくに男性は、「夫婦は一心同体」という考えを捨て、文字通り、「夫婦は他人の集まり」「夫婦は合わせ物離れ物」であることをふまえ、「夫婦は屁をも嗅ぎ合う」ような、新しい夫婦関係を構築する努力をすべきであらう。

（3）健康な家族生活

ヘラワタシと呼ばれる習慣がある。ヘラとは、ご飯をお茶碗に盛るときに使うシャモジのことである。ヘラは主婦権の象徴であり、「ヘラを渡す」のは、この権限を譲渡することを意味するという。

志賀令明たちは、福島県の農村で、ヘラワタシと心身症の関連性を調査している。調査対象の地域では、ヘラを握る者が、実質的に、家族の経済的な運営権を持つ中心人物になっている。姑は60歳頃になると嫁にヘラを譲り、子守や留守番などの軽作業をする周辺的な立場に退く。そして、それまで周辺的な立場にいた嫁が、姑に代わって主婦権を持つことになるという。

ヘラワタシの習慣が維持されている三世代家族では、家族間の葛藤、とくに嫁姑問題が心身症の発症原因になっているケースが多いそうだ。つまり、ヘラを握っていない者、すなわち主婦権を持たない嫁や姑が心身症になりやすいことが報告されている。

イギリスの Sheldon は、子どもが別居している老いた親と親しさを保ち、しかも簡単に援助できる物理的な距離の目安として、「スープの冷めない距離」を提案した。

かつて、東京都老人総合研究所（1988）では、日本流に、みそ汁の冷めない距離を実際に調べている。できたてのみそ汁（90℃）をステンレス製のなべに入れて野外を持ち歩くと、飲み頃の温度（65～70℃）になるのが約30分後であった。ただし、この結果は気温に左右されると考えられる。

女性の足（分速71.8m）でみそ汁が飲み頃になる時間（30分）を歩くと、その距離は約2100mになる。これが、みそ汁の冷めない距離とされた。ちなみに、Sheldon は約5分以内（先の計算では約350m相当）をスープが冷めない距離と考えていたようだ。

先の研究によると、スープの冷めない距離は、約60%以上の親が「近所に住むこと」と考えており、高齢者になるほど「同じ敷地内に住んだり、同じ家に住んだりすること」と考える傾向がみられた。

実際に冷めない距離と精神的な距離を比較するのは無意味かもしれないが、子ども夫婦は「みそ汁の冷めない距離（約2キロ）に住んでいれば親子の関係が維持できる」と考え、老いた親は「数分以内に住んで欲しい」と考えるギャップがみられる。「同じ釜の飯を食う」の原点に戻って親子関係のあり方を検討すべきである。

ところで、ある企業が数年前、主婦を対象にした調査を行っている。「夫は人生をともに支え合うパートナー」と考える主婦は、40歳代までは横ばいの状態で40%弱だが、50歳代以上になると40数%に上昇する。

「最も愛している人は夫」と答えた主婦は20歳代が約20%で、その後は年齢が上がるにつれて減り続け、50歳代以上では約3%に激減する。主婦の親族との絆の強さは、40歳代までは子ども、自分の母親、夫の順だが、50歳代以

上になると孫が第2位に参入し、夫は第四位に後退する。つまり、妻にとって「夫は必要なパートナーだが、最愛の人ではない」といえる。

Blood (1967) は、伴侶性とは、夫婦がともに外出し、共通の友人と交わり、その日の出来事を話し合うこととしている。この概念からすると、日本の夫婦には伴侶性が存在しないと指摘している。たとえば、総理府の日米比較の資料(1982)によると、夫婦の共同行動が起こる割合は、買い物に出かけるのが日本では44%、アメリカでは51%で最も共通性が高い。同様に、レストランで食事をするのは日本17%アメリカ48%、映画や観劇に行くのは日本7%アメリカ40%、旅行をするのは日本5%アメリカ33%などである。

「夫婦は人生の伴侶として苦楽を共にする」とは結婚披露宴での常套句であるが、わが国では夫婦の情緒的な絆が強調され、とくにアメリカに比較すると、共に行動するという側面が軽視されている。これが妻と夫との絆が第4位になる一因であろう。

(4) 性的交わり

心理学者の波多野完治は、90歳のとき『吾れ老ゆ故に吾れ在り』という本を出している。高齢者の性の問題を正面からとりあげたことが、8万部を超すベストセラーにつながったという。その当時の読者の関心の高さがうかがえる。

66歳のときに心筋梗塞で入院した後、性機能が衰えた。しかし、かえって性欲は燃え上がるようになり、若い頃より性について深く考えるようになったそうである。「実際の性行動、その皮膚感覚の奥にこそ、より深く絢爛たる性の世界が広がっている」「性はセックスだけではなく、人と人との触れ合いのすべて。高齢化が進む中で、コミュニケーションとしての性の役割は今以上に重要になってくる」と述べている。

性研究者の Masters と Johnson は「効果的なセックス(これは身体的接触の nonverbal communication に相当する)は情報伝達の極限である」と述べている(Knapp, 1972)。「年齢に縛られない、自由で楽しい人間関係」が波多野さんの老後の夢だと述べている。老いらくの恋というとマイナス・イメージもあるが、文豪ゲーテは73歳のときに19歳のウルリーケ・フォン・レベツォーに恋をしている。

ところで、Caudill と Plath (1966) は東京と京都に住む日本人家族の調査をしている。その当時の調査によると、多くの日本人は、誕生から思春期まで親と共寝し、その後は兄弟姉妹と共寝する。結婚してからの数年間は配偶者と共寝し、その後は自分の子どもと共寝する。そして、中年になると再び配偶者との共寝が始まる。近年では、子ども部屋のある家庭が多いので、共寝の期間が少なくなったと思われる。先の共寝のサイクルはかなり以前の結果であるが、畳で就寝する典型例である。

先の Caudill たちは、家族との共寝の習慣が日本的な特色を生むと指摘している。第1に、家族内の世代や性の違いがあいまいになる。第2に、相互依存的な関係が促され、家族的な結合が強まる。第3に、夫婦が親密になりにくい。さらに、独り寝になりやすい年代と自殺が多い年代とが一致すると分析している。つまり、思春期から結婚までの間と老年期（配偶者を失うことがある）以後は自殺者が多くなる。一人で寝ると肌の触れあいが少なくなり、孤独と疎外感が強まるとされている。

夫婦だけの共寝が再開する年代の課題は、家族との共寝によって低下した夫婦間の親密さを回復し、より深めることである。近年では、若い夫婦の間に「別床」が増えているという。生活形態の変化や就労の利便性が別床スタイルをもたらしているようであるが、夫婦間の心理的な距離に障害が生じる恐れもある。

1998年の大きな話題の一つは、米国ファイザー社が開発した「バイアグラ」（性的不能治療薬）が爆発的に売れたことである。効き目は抜群で、当社によると男性やその妻などから、同社に感謝の手紙が何百通も寄せられているという。

ところが実際には、性的不全の症状がないのに、性機能の昂進のために、この薬を服用する男性が急増した。副作用による死亡例も公表されているが、この薬に対する心理的な依存症状が生じるかもしれないと危惧されている。なかには、この薬を飲めば冷め切った夫婦間（男女間）の愛情がよみがえると誤解している男性もいるとの報告もある。

Pfeiffer たち（1974）は、46歳から71歳のアメリカ人男女を対象に性行動の調査を行っている。それによると、性にかなり強い関心を持つ人の割合は、たとえば、56～60歳では、男性69%、女性44%である。66～71歳では、男性58%、女性24%である。最も好きな余暇の過ごし方をあげてもらうと、男性は性的行動と求愛行動をあげる人がきわめて多く、一方、女性は読書が第1位で、性行動と求愛行動は裁縫と並んで第2位になるとの調査もある。

こうした男女差が生じる理由は定かではないが、男性の方が性行動を通して愛情を確認しようとする性向が強いと考えられている。先のバイアグラが強精剤や媚薬がわりに利用されているのは、性に関する男女の意識の違いが生んだ社会現象である。

IV 性格特性

（1）性格イメージ

Newman（1977）は、アメリカの大都市フィラデルフィアか、その近郊の田舎町にある食料品店の入り口近くに実験者が立ち、店に入ろうとする客が3mの所に来たら、実験者はその客の目を見るというフィールド実験を行っている。

そうしたところ、視線を合わせた通行人の割合は、大都市で約20%だったが、田舎町では約80%になった。田舎町では、目を合わせるだけでなく、26%（大都市では3%）の人が「何か、ご用ですか」と声をかけてきた。さらに、推定年齢15歳以下と51歳以上の通行人はよく視線を合わせることがわかった。

視線を合わせるのはコミュニケーションのサインであるから、これらの年齢の人たちは他人に親切であるといえる。「子どもとお年寄り、好奇心が旺盛で、暇だから」と皮肉を言う人もいるが、とくに、さまざまな人生経験をつんだお年よりは他人に優しくなれるのであろう。

頑固親父、地震雷火事親父、偏屈親父、夜叉婆、百生り婆（親父）等と言う。高齢者に対しては、頑固、保守的、自己中心的、固執的といったイメージがある。

柴田博たち（1985）の分析によると、高齢者に特有とされるこうした性格は、高齢者に共通に見られる特徴という根拠もなく、また、若年者には見られない特徴という根拠もないとしている。若年者でも頑固で保守的な者もいるし、高齢者でも柔軟で進歩的な者もいることからすると、こうした高齢者性格のイメージは先入観や偏見に根ざしたものだといえる。

ところで、Reichard たち（1962）によると、55歳から84歳までの男性には、次の5タイプの性格がみられという。第1は、円熟型。過去の自分を後悔しないで、それを受け入れている。未来に明るい展望を持っている。第2は、安楽椅子型。受け身で、消極的な態度で、現実を受け入れている。引退したのだから、安楽に暮らしたいと考える。第3は、装甲型。老化への不安が強く、それを防衛するために、若いときと同じように活動し続けたいと考える。第4は、憤慨型。自分の過去や老化を受け入れることができない。そのため、周囲の人を非難したり、攻撃したりする行動が多くなる。第5は、自責型。自分の人生は失敗だったと考える。自分を責めたり、悔やんだりする。

第1、第2タイプの人には現実を受容している。第3タイプの人には若いときの活動水準を維持しようとする。これらの人は自分の年齢に適応している。一方、第4、第5タイプの人には現状を受容することができないので、不適応をひきおこしていると解釈されている。加齢とともに、人生観や価値観が変化するものだが、そうした変化が高齢者の性格形成に影響しているといえそうだ。

Berscheid たち（1969）は、中年女性に、現在の生活についての満足度を尋ねた。そして、その女性が大学生のときに撮影した写真を借りて、その女性の身体的な魅力度を評価した。そうしたところ、「学生時代は大変魅力的だった」と評価された女性は、50歳前後の現在、幸福感が低く、生活への適応が悪いことがわかった。

若いときから、周囲の注目を集めるために身体的な魅力に磨きをかけてきた女性は、老化現象に太刀打ちできなくなったとき、自信喪失を味わう。これが不適応の一因らしい。「平凡な女性は、人生の秋を迎える段階になって、あらため

て正当な高い評価を受けることになる」と解釈している。

(2) 生きがい

井上勝也(1988)は、生きがいの語源を万葉集や竹取物語にルーツを求め、「かい(=甲斐)」は価値があり意味のあるものをさす言葉であることから、生きがいとは、人に生きる価値や意味を与えるものと述べている。

生きがいに近い言葉として、志気 morale がある。Lawton(1978)は22項目からなる morale 尺度を考案している。たとえば次のようなものである。ただし、③⑧は「はい」のとき、その他の項目は「いいえ」のときにモラルが高いことになる。

①人生は年をとるにつれて悪くなってゆく。②自分が年をとって、前よりも役に立たなくなったと思う。③若いときと同じように幸福だと思う。④心配だったり、気になったりして、眠れないことがある。⑤前よりも腹をたてる回数が多くなった。⑥ものごとをいつも深刻に考える。⑦寂しいと感ずることがある。⑧家族や親戚、友人とのゆききに満足している。⑨生きることは大変きびしいと思う。

①～③は自分の aging(加齢, 老化)のとらえ方について、④～⑥は心理的な安定感について、⑦～⑨は孤独感や不満についての項目である。morale 得点が高い人は老年期を前向きに過ごしていることになる。

Langer(1983)は、老人ホームに入所している65歳から90歳までのお年寄りを無作為に2グループに分け、次のような研究を行った。

第1グループには、「何か不満なことがあったら、それを变えるのはあなたの責任です」と言っ、お年寄りに責任感を与え、「自分の環境がコントロールできる」という信念が持てるように指導した。たとえば、日常生活の過ごし方について、お年寄り自身が、いくつかの選択肢の中から自由に選ぶことができた。それぞれのお年寄りは植物の世話などの責任を担った。

第2グループには、「何か不満なことがあったら、看護婦に知らせてください」と言っ、生活の責任を他人まかせにするように指導した。自分の環境を自分ではコントロールできないことを知らしめた。

3週間経ったところで、お年寄りたちの意見を聞いたところ、第1グループの人たちは、最も幸福な生活を送っており、積極的に行動していることがわかった。1年半後の調査でも同じ結果が出た。さらに、第1グループのお年寄りたちは、健康で、老衰の進行が少なく、死亡率は第2グループの約半分だった。第2グループのお年寄りは、抑うつ的な気分で、無気力だった。

Rodin(1982)は老人ホームの居住者を対象にして、日常生活を依存的な状況ではなく、できるだけ自分でコントロールできるような状況にしたところ、幸福の充足感が高まり、鋭敏になり、記憶力が高まり、活動への参加が積極的になり、健康が促進され、退所率が改善された。

お年寄りが「自分の生活を自分でコントロールしている」との実感が持てると、生活態度が積極的になることがわかる。「何もしなくてよい」という思いやりとやさしさは、悪意にとると、「早く死んでほしい」とのメッセージになりかねない。

V まとめ

aging の問題を従来の心理学研究を展望する形でまとめしてみた。不備な点が多々あるが、老年期の特徴を粗削りながら分類整理することができた。ただし、本論文では、当初予定していた知的変化に関する考察を掲載頁数の関係で行うことができなかった。

今後の課題として、(1) 日本での研究論文の増加や、(2) 比較文化的な老年期研究の展開などが必要であろう。

aging に関する諸問題は一般化すると誤解や不適切さを生む危険性があるので、個人差を十分に配慮した上で議論しなくてはならないだろう。本論文は aging の問題提起の機会を供するものと考えている。

付記) 本論文は産経新聞の連載記事(1997年1月から1998年8月分、現在連載中)の一部を再構成し、加筆したものである。