

2016年度 ライフコース分科会活動報告

日本発達心理学会第28回大会にて次のラウンドテーブルを開催した

自己調節方略のライフコース（4）

将来の研究の展望

企 画	日本発達心理学会ライフコース分科会	
企画・司会・指定討論	岡林 秀樹	(明星大学)
話題提供者	竹村 明子	(仁愛大学)
話題提供者	松岡 弥玲	(愛知学院大学)
話題提供者	中川 威	(チューリッヒ大学・日本学術振興 会)
話題提供者	権藤 恭之	(大阪大学)
話題提供者	増井 幸恵	(東京都健康長寿医療センター)

[企画主旨]

成人期における適応に重要な影響を及ぼす自己調節方略は、選択・最適化・補償(SOC)モデル(Baltes, et al., 1999), 同化・調節の二重過程モデル(Brandtstädter & Renner, 1990), 一次的・二次的コントロールの最適化(OPS)モデル(Heckhausen, et al., 1998)という様々な形で検討されてきている。本ラウンドテーブルでは、我が国における実証研究の知見を踏まえ、今後の研究の方向性を探っていききたい。

「状況に自己を合わせる調節方略と辛い経験を乗り越えた後の成長感との関係」(竹村明子)

自己調節には、状況を変え問題を解決する方略と、状況に合わせて自己を変える方略がある。自分では変えることのできない出来事に対しては、状況に合わせて自己を調節する方略が用いられ、翻ってその体験が個人の発達を促すと期待されている。しかし、自己調節と発達の関係は複雑である。辛い出来事に合わせ自己の価値観や行動を変えていく事で、今ある状況と折り合いをつけ、個人の適応を促進する効果がある一方で、極端に状況に自己を合わせすぎると、自己を見失い無力感に陥る危険性も孕む。そこで、自己調節と発達のメカニズムを明らかにするために、発達の側面として、辛い出来事を体験した後の**成長感(心的外傷後成長)**に焦点を当て、20代の男女72名を対象に、インターネットを通して質問紙調査を実施し、自己調節と**心的外傷後成長**の関係について検討した。その結果、辛い出来事後、辛い経験を受け入れ意味を見出す、多様な対処方法を用いる、などの自己調節を報告する者ほど、辛い出来事を乗り越えた経験に自己の**成長**を感じていることが見出された。

「健康低下が高齢者の自立性に及ぼす影響に対する適応方略の緩衝効果」(中川威・権藤恭之・増井幸恵)

本研究では、**補償を伴う選択的最適化**という**適応方略**に着目し、高齢者がどのような方略を用い、健康の低下が日常生活動作に及ぼす影響を緩衝させているかを検討した。前期高齢者1000名(70±1歳)、後期高齢者973名(80±1歳)、超高齢者272名(90±1歳)を対象にした横断調査のデータを用いた。健康の指標として、

握力、歩行、バランスの各標準得点の平均値を用い、日常生活動作の指標として、老研式活動能力指標（13項目2件法）を用いた。信頼性係数が低かった目標の選択を除いた適応方略の合計得点を用いて分析したところ、高齢者は、年齢が高いほど、**適応方略**を用いて、健康の低下が日常生活動作に及ぼす悪影響を和らげる傾向があることが認められた。下位尺度ごと（喪失に伴う目標の切り替え、目標達成のための資源の最適化、喪失の補償）の分析の結果、**目標の切り替えと補償**の緩衝効果が確認され、高齢者は、加齢に伴い健康が低下しても、**目標の切り替えと補償**という適応方略を効果的に用いて、自立した生活を維持しようとしていることが示された。

「主観的資源の獲得・維持・喪失と自己調節方略との関連：青年期から高齢期の横断研究」（松岡弥玲）

生涯発達過程の中では**主観的資源の獲得と喪失**がダイナミックに変化し、年齢とともに**獲得と喪失**のバランスは悪くなる(Heckhausen et al, 1989)。このような変化の中ではできる限り**獲得**を最大に、**喪失**を最小に、そして今の状態を**維持**しようとするのが well-being を保つために重要な自己調整である。Staudinger et al. (1995) は生涯にわたる適応課題として、**獲得（成長）・維持・喪失**の調整を挙げ、年齢とともに後者2つが重要になることを述べた。**獲得**は今よりも高いレベルを目指すもの、**維持**は現在のレベルを保とうとするものであり、**喪失**の調整は、もはや以前のレベルが維持できないような状況で、低い機能の水準へと行動を適正化させるものである。本研究の目的は、Brandtstädter & Renner (1990)が示した自己調節方略（松岡, 2006）と**主観的資源の獲得・維持・喪失**との関連について検討することである。青年期から高齢期までを対象とした調査を基に、身体、社会、パーソナリティの各側面における資源と自己調節方略との関連について年齢差を中心に検討した結果を報告する。