



博士（人間科学）学位論文 概要書

在宅介護者におけるソーシャルサポートが  
健康感に及ぼす効果

The Effects of Social Support On  
Well-being of Caregivers

2003年1月

早稲田大学大学院 人間科学研究科

石川 利江

Ishikawa, Rie

高齢者を在宅で介護することは、在宅介護者の生活のさまざまな側面に影響を与える。高齢者の介護は、短期間に終わることはほとんどなく、在宅介護者にとっては日常的で慢性的ストレス状態を経験する。

これまでの在宅介護者の健康感に関する研究において、ソーシャルサポートは、ストレス緩衝効果があるとされ、注目されてきた。しかしながら、近年になって、欧米の高齢者や在宅介護者のソーシャルサポート研究において、私的な社会的結びつきであるソーシャルサポートは、肯定的な効果を生じると同様に、不満感や負担感といった否定的な効果を生じることが明らかになってきた。そこで、本研究では、これまで日本の在宅介護者のソーシャルサポート研究では、ほとんど研究されてこなかった、ソーシャルサポートの否定的側面を含めた、在宅介護者の健康感に対してサポートが影響するメカニズムについての検討を行う。今後の在宅介護者の具体的支援策につながるような知見を得ることを目的とした。

本研究では、8つの調査研究の分析検討と1つの介入事例研究が行われた。

それらの研究によって次のようなことが明らかになった。1つは、在宅介護者のバーンアウトおよび主観的健康感は、一般的にみると、それほど悪い状況ではない。特に、男性介護者の健康状態は良好であった。しかし、痴呆のある要介護高齢者の介護を嫁が担っている場合には、嫁介護者のバーンアウトを防ぐための十分な配慮が必要とされることが明らかになった。

第2は、在宅介護者のソーシャルサポートは、要介護高齢者の心身の状態や介護状況、そして在宅介護者の性や年齢によっても、ほとんど影響を受けないものであることが明らかになった。対人スキルなどの、他の要因を考慮する必要性が示唆された。

第3は、在宅介護者のソーシャルサポートの肯定的側面と否定的側面は、異なる機能をもっていることがわかった。在宅介護者の情緒的サポートは、健康感に対する直接的効果とともに、介護効力感および気分転換対処を介して健康感を高める効果を示した。実際のサポートも介護効力感を通じて主観的健康感に影響するこ

とが明らかになった。また、非効果的サポートは、経験することは少ないが、その影響は大きく、直接的な介護バーンアウトの促進とともに、ソートストップングおよび介護効力感を介して、介護バーンアウトを高めてしまうことが明らかになった。他者からの否定的な働きかけは、在宅介護者に先々のことを心配させ、介護を続けていけないという気持ちを高めてしまうといえるだろう。また、これまで在宅介護者における効力感に関する検討は、ほとんど行われてこなかったが、在宅介護者の効力感を修正することが、在宅介護者のバーンアウトを低下させ、在宅介護者の健康感を高める効果を持つ可能性を示している。

在宅介護者健康感モデルの中で、在宅介護者の対処法についても検討された。その結果、気分転換対処、ソートストップング対処の重要性が指摘され、認知的対処、問題解決的対処は、ほとんど影響しないことが明らかにされた。この気分転換対処は、欧米の研究では逃避的対処として、むしろストレスを強めるとされてきたものである。しかし、日本の在宅介護者の場合、慢性的ストレスの介護場面への対処法として、気分転換対処は適応的な対処であるといえる。このように慢性的ストレスである介護問題への対処法は、短期的ストレスとは異なる対処法が有効である可能性がある。

本研究では、横断的な調査研究結果の確認と、新たなサポートシステムの構築にむけたコンピュータネットワークによる在宅介護者のサポートシステムづくりが行われた。このコンピュータネットワークへの参加により、在宅介護者の主観的健康感が高まった。ネットワークに接続することは、気分転換対処となることが確かめられた。コンピュータネットワークによる介入は、一種のグループ介入であり、今後の在宅介護者支援の1つの方向性を示しているといえるだろう。

このように在宅介護者のソーシャルサポートは、直接的な効果は、それほど大きいものではなかった。しかし、気分転換対処を積極的に行うためのリソースとして機能することにより、介護者の健康感を高めることができることが明らかされた。本研究における結果は、今後の在宅介護者の健康維持・回復に向けた具体的

支援策として、在宅介護者の気分転換対処をはかるプログラムの重要性を示している。