



Title	高齢者が人生を物語ることによる心理社会的支援 : ライフレビューとライフストーリーワークのこれまでとこれから
Author(s)	西川, 真理子
Citation	生老病死の行動科学. 2026, 30, p. 15-23
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/103992
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

高齢者が人生を物語ることによる心理社会的支援 —ライフレビューとライフストーリーワークのこれまでとこれから—

Psychosocial Support Through Older Individuals Narrating Their Life Stories: Life Review and Life Story Work—Past and Future

(大阪大学大学院人間科学研究科博士前期課程) 西川 真理子¹

(University of Osaka, Graduate School of Human Sciences) Mariko Nishikawa

Abstract

This paper examines life review and life story work within the biographical approach, as forms of psychosocial support for older adults that have previously been practiced and researched separately. In elderly care, combining psychological support through life review with life story care as a form of social support is expected to enhance individuals' quality of life. After clarifying the historical backgrounds, purposes, participants/settings, methods/outputs, and effects/clinical significance/application to care of the approaches, the paper concludes by discussing the benefits and challenges of integrating them.

Key words: older individuals, psychosocial support, life story, life review, life story work

はじめに

高齢者は、年齢を重ねるにつれて、身体的、精神的、社会的側面にわたる喪失体験への適応、自己のアイデンティティ・自尊感情の維持、病気や死への不安、孤独・社会的孤立、介護・支援をめぐる心理的抵抗などの心理社会的課題に向き合わなければならない。対処がうまくいかなかった場合には、抑うつ状態に陥ったり、ひどい場合には自殺に至ったりする場合もある。

このような高齢者に対し、個人の内面という心理的側面と、人間関係という社会的な側面の両方に働きかける心理社会的介入のなかに、高齢者個人のライフストーリー（人生の物語）に焦点を当て、高齢者個人の QOL（Quality of Life：生活の質）や心理的ウェルビーイングを高める支援方法がある。高齢者が自分のライフストーリーを語ったり記録したりすることを通じて、自身の過去を

振り返り、整理し、意味づけを行うもので、回想法・ライフレビュー、ライフストーリーワーク、自分史作成、オーラルヒストリー、ナラティブ・アプローチなどの方法がある。

「ライフレビュー」は、人生の受容・統合と死の受容を促すことを目的とし、「ライフストーリーワーク」は、高齢者のアイデンティティを保持し、高齢者本人と周囲との相互理解とコミュニケーションを促進し、関係を強化し、ケアの質の向上につなげることを目的とするもので、共に高齢者介護の臨床の場で実践されながらも別々のものとして実践・研究、発展してきた。心理的支援の側面が大きいライフレビューと、社会的支援の側面が大きいライフストーリーワークを組み合わせることで、高齢者に対してより包括的な支援が可能になり、高齢者個人の QOL や心理的ウェルビーイングを多面的に高めることが期待できる。

ライフレビューとライフストーリーワークを統合したアプローチを提案することは、心理社会的支援の研究において、ライフレビュー、ライフストーリーワークそれぞれのこれまでの実践・研

¹ Correspondence concerning this article should be sent to; Mariko Nishikawa, Graduate School of Human Sciences, University of Osaka, Osaka, 565-0871, (u928468k@ecs.osaka-u.ac.jp)

究成果を統合し、発展させることにつながり、また、臨床の場においては、これまで以上に高齢者と高齢者を支援する人たちへの心理社会的効果を向上させることにもつながる。

本稿では、高齢者の心理社会的支援としてこれまで別々の方法として研究されてきた「ライフレビュー」と「ライフストーリーワーク」を取り上げ、それぞれについて、歴史的背景、目的、対象者・実施場所、実践方法・成果物、効果・臨床的意義・ケアへの応用について整理し、最後に、これら二つの介入の統合的アプローチの可能性と課題について論じる。

ライフレビュー

歴史背景

回想とは、過去の経験を想起したり、過去について思いをめぐらせたりすることと一般に考えられているが、従来、高齢者の回想は、死が近づいた高齢者の、過去に対する執着や老化のサインとして、否定的な心理的プロセスとみなされてきた。

エイジズムという概念を提示し、アメリカ社会における高齢者への負のイメージを指摘したアメリカの精神科医ロバート・バトラーは、人は高齢になり、死が近づくにつれ、過去を回想する頻度が高まるが、これは自然に生じる普遍的な精神的なプロセスだとし、ライフレビュー (life review) と名づけた。バトラーは、死が近づくことで促されるライフレビューで蘇った経験や未解決の葛藤は、検証され、再統合される可能性があるとし、こうした過去の経験の再編成によって、より妥当な全体像が提供され、人生に新たな重要な意味が与られ、死に対する準備がなされ、死への恐怖が和らぐ可能性があるとする (Butler, 1963)。

Levis & Butler (1974) では、ライフレビュー療法を概念化したうえで、個人的および集団的心理療法への応用を具体的に提案し、回想法およびライフレビューが、高齢者を支援する、心理、福祉、看護・医療などのさまざまな分野で研究、臨床・実践されることを促すこととなった。

Butler (1963) では、回想 (reminiscence) とライフレビュー (life review) は同義ではなく、回想はライフレビューに含まれるものとされ、少なくとも 1980 年代後半までの回想法研究や臨床・実践においては、回想とライフレビューは特に区別されずに用いられていた (野村, 1998, 2023) が、

その後、回想法およびライフレビューの方法による区別が試みられるようになった。

Haight & Burnside (1993) では、両者の相違について、ライフレビューでは過去の人生の受容や統合が目的とされるのに対して、回想法ではこうしたプロセスは必ずしも必要ではなく、多くは楽しみの提供や心理的ウェルビーイングの改善を目的にしているところに違いがあったとした。

野村 (1998) は、一般的な回想法とライフレビューの違いに加え、個人回想法とグループ回想法の違い、一般的な高齢者と認知症などの特殊性のある高齢者を対象に行った場合の違いの 3 つの次元から回想法を分類している。

Webster et al. (2010) は、シンプル・レミニッセンス、ライフレビュー、ライフレビューセラピーの 3 つに分類し、ライフレビューとライフレビューセラピーの違いは、ライフレビューが「自己受容」を目標とするのに対して、ライフレビューセラピーは「自己変化」が目標であるところにあるとする。また、ライフレビューセラピーは心理療法の場で適用され、重度のうつ病や不安を抱えている人々が対象だとする。

日本において回想法の多くは、シンプルレミニッセンスという形式で行われ、一般回想法、または、単に回想法と呼ばれており、グループで行われることが多い (志村, 2022)。それに対し、ライフレビューの実践・研究は多くない。

目的

本稿で対象とするライフレビューは、自分の人生全体を振り返るなかで人生全体に意味を見出すことによって、「自己の受容や統合」、「死の受容・準備」、「精神的苦痛の軽減」、「人生満足感や幸福感の向上」などを目的とするものである。

対象者・実施場所

認知症高齢者を対象としたシンプルレミニッセンス／一般回想法に比べてライフレビューの実践・研究は少なく、ライフレビューが対象とするのは、認知症の高齢者に加え、抑うつ症状のある高齢者、閉じこもりや社会的孤立状態の高齢者、がんの末期患者など死に直面している高齢者などがほとんどで、一般的な高齢者への実践・研究は多くない。

日本ではさらにその傾向が強く、シンプルレミニッセンス／一般回想法が地域で一般の高齢者にも実施されているのに対し、ライフレビューは、

病院や高齢者施設で実施されることがほとんどであり、一般の高齢者を対象とする実践や研究は少ない。

実践方法・成果物

ライフレビューのプロセスは高度に構造化され、体系的であり、代表的なものとしては、アメリカの看護学者のバーバラ・ハイトの「構造的ライフレビュー (structured life review)」とアメリカの発達心理学・老年学者のジェームズ・ビレンの「ガイド付き自伝法 (Guided Autobiography : GAB)」がある。

ハイトは、1980年代後半に、バトラーが提唱した「ライフレビュー」の概念をエリクソンの心理社会的発達段階 (特に統合) に基づいて構造化した「構造的ライフレビュー」を提唱した (Haight, 1988)。構造的ライフレビューには、「構造」「期間」「個別化」「評価」という4つの特徴がある。ライフレビュー過程はすべての人生の発達段階を振り返るよう構造化されており、時系列に進められる。ライフレビューは、1回1時間、6回から8回の訪問が基本となっており、一対一で実施される。聴き手は語り手に人生の経験に対する評価を促し、人生の受容・統合に導くことが重要視される。

ビレンが1970年代に開発したGABは、人生のテーマに沿って、グループで自分史を語り合うプログラムである。参加者はあらかじめ与えられたテーマに沿って一回にA4用紙2枚程度の文章を書いてきて、順番に自分の書いた文章を声に出して読み、共有する、というワークショップ週に1回、約10回行う。GABの代表的なテーマには、「人生の転機」「家族の歴史」「キャリア・仕事・役割」「健康と身体」などがある。グループで実施されるライフレビューである。

ハイトの構造的ライフレビューもビレンのGABも、方法が本の形でわかりやすくまとめられており (Haight, B.K. & Haight, B.S., 2007; Birren, 2001)、ハイトの本は日本語訳も出ている (Haight, B.K. & Haight, B.S., 2007)。ビレンのGABは、ビレンセンターのサイトでオンライン学ぶこともできる (<https://thebirrencenter.org/>)。

これら2つがライフレビューの代表的なもので、ハイトの構造的ライフレビューが認知症や抑うつ症状のある高齢者や虚弱高齢者に実施されることが多いのに対して、ビレンのGABは高齢者全般に実施されている。

これら以外に、緩和ケアにおけるがん患者に対するライフレビューは、相手が終末期がん患者だということで、4回程度と少ない回数で実施されていることが多い (Kleijn, 2018; Ando & Morita, 2010)。Kleijn (2018) では、小児期、青年期、成人期、全生涯において、肯定的な特定の出来事について詳しく語ることでうつ症状を改善する効果があるという MeST (Memory Specificity Training) をライフレビュー療法に加えた介入を4回実施し、自我統合 (ego-integrity) に効果をあげている。

ライフレビューは心理療法的側面が強いため、心理学者、臨床心理士、医師、看護師などの専門職によって実施されることがほとんどである。

ライフレビュー実施後、ライフレビューの結果まとめ、ライフレビューブックを作成することもある (志村他, 2005; Haight et.al., 2006; 河合他, 2013) が稀で、ライフレビューのみ実施されることがほとんどである。

効果と臨床的意義・ケアへの応用

ライフレビューを含む回想法全体の効果については、高齢者個人の心理的效果として、過去からの問題の解決と再統合・アイデンティティ形成・死への不安の軽減・自尊感情の向上、社会的効果として、対人関係促進・生活の活性化・世代間交流・新しい環境への適応の促進などがあり、認知症高齢者への効果については、情動機能の回復・意欲向上・発語回数の増加・非言語的表現の増加・集中力向上・BPSDの軽減・社会的交流の促進・他者への関心の増大・対人関係の形成などがあるとされている (野村, 2023)。また、ライフレビューの効果は高齢者本人だけでなく、介護する家族・職員にも認められており、職員への効果としては、高齢者への敬意の深まり・社会性の再発見・接し方への具体的示唆の獲得・仕事への意欲向上・個別の高齢者に即したケアプラン作成支援・コミュニケーションの進展、家族への効果としては、対人関係能力などの再発見・対応への示唆の獲得・家族の歴史の再確認・コミュニケーションの進展などが挙げられる (野村, 2023)。1990年代以降、根拠に基づく医療 (EBM : Evidence-Based Medicine Working Group) という考え方が一般化するにつれて、回想法の有効性を実証的に検討する必要性が高まった。しかしながら、回想法の有効性が証明されないような結果が出る研究も少なくない。これまでに海外で報告さ

れた回想法およびライフレビューの効果に関する、最近のシステマティック・レビューを見ると、Tam et al. (2021) は、認知症でない高齢者に対する心理的ウェルビーイングへの効果についてメタ分析を行ったものだが、最終的に 31 件の研究が選択され、回想法による介入が高齢者の抑うつ症状の減少と生活満足度の向上に有効である可能性を示唆する結果が得られた。Zhong et al. (2023) は、QOL と生活満足度に対する効果についてメタ分析を行い、最終的に 32 件の研究が採択され、QOL、生活満足度ともに有意な効果があることを示す結果が得られた。一方で、Lan et al. (2017) は、11 件の論文をメタ分析をした結果、生活満足度への効果が支持されない結果が出た。

ライフレビューの目的である「人生の受容・統合」を測る尺度は、生活満足度が使われることが多いが、現状では、回想法の抑うつ症状への効果は認められているのに対して、生活満足度への効果は確定的ではないとされている。ライフレビューを含む回想法の効果が全体的に確定的ではないのは、レビューの対象となる研究の適格性基準を満たす介入研究の数が限られているうえ、実施方法が多様である（異質性が高い）ということが比較や効果の評価を難しくしてことが原因だと考えられる（野村, 2021）が、人生満足度の場合は、さらに、人生満足度を測る評価尺度の多様性も関係している可能性もある（野村, 2018）。

しかしながら、回想法、ライフレビューにさまざまな効果があることは事実であり、回想法やライフレビューを実施することにより、高齢者のみならず、家族や職員などケアする側の心理的ウェルビーイングを高めることで、高齢者の QOL や心理的ウェルビーイングを高めることが期待できる。

ライフストーリーワーク

歴史背景

ライフストーリーワーク（Life Story Work）とは、保健・福祉分野において、人びとに自分の人生経験について話す機会を与える伝記的アプローチ（biographical approach）であり、児童福祉や認知症ケアにおいて活用されてきた（McKeown et al., 2006）。

ライフストーリーワークは、家庭を離れて暮らす子どもの措置にかかわるソーシャルワークの伝統的な実践の中から生まれたものである。1950

年代には、里親委託や養子縁組の準備として、ソーシャルワーカーが子どもの歴史の記録を記した「ライフブック」という冊子を手渡すという試みがすでに欧米でなされていたようで、1970 年代以降になると、ライフブックは、歴史を記すだけではなく、子どもたちの混乱を解消し、子ども自身が自分を語る手段として活用されるようになり、次第に「ライフストーリーブック」（Life Story Book）と呼ばれるようになっていった（山本他, 2015）。児童福祉分野で使われていたライフストーリーワークが、1990 年代以降認知症ケア分野で注目されるようになったのは、1980 年代末にイギリスの臨床心理学者のトム・キットウッドが提唱した、認知症をもつ人を一人の『人』として尊重し、その人の立場に立つて行う認知症ケアの考え方の一つである「パーソン・センタード・ケア」が大きなきっかけだった。キットウッドは、認知症を単なる脳の病理として捉えるのではなく、その人の人格やアイデンティティがケア環境や周囲の人々との相互作用によって脅かされる状態ととらえ、その人の人格やアイデンティティを維持するためには、過去の伝記（Biography）を知ることが不可欠とした（Kitwood, 1997）。この考え方が認知症ケアにおけるライフストーリーワークの理論的基盤となり、「個人の人生・価値を知ることが良いケアにつながる」という理解が広まり、イギリスでは 2000 年代からライフストーリーワークが公共政策に導入されるようになり、2010 年以降、ジェーン・マッキューン（Jane McKeown）などによって認知症ケアにおけるライフストーリーワークの有効性が実証され始め（McKeown et al., 2010）、2016 年には NIHR（National Institute for Health Research）によって大規模実施・評価研究プロジェクトが実施、実践ガイドラインが提示され、2020 年代以降、国民保健サービス（National Health Service ; NHS）などを中心にライフストーリーブックを作成する取り組みが全国展開されつつあり、イギリスでは、現場で標準的な介入として定着しつつある。

現在、ライフストーリーワークの認知症ケアへの利用は、イギリスがリードし、ヨーロッパを中心にオーストラリア、北米など海外で広く実践されている。

日本では、2000 年代以降に児童福祉分野でライフストーリーワークの概念が導入され、実践されるようになってきているが、イギリスと異なり、ライフストーリーワークの普及をサポートする法

的・制度的基盤が不足し、ライフストーリーワークを実施する専門職の育成システムが十分に確立されていないこともあってか、認知症ケア分野におけるライフストーリーワークに関する研究はほとんど見られない。

認知症ケア分野では、記憶障害や認知症の患者とのコミュニケーション支援ツールとして、アメリカの言語病理学者であるミシェル・ブルジョア (Bourgeois, 1990) が考案した「メモリーブック」の流れを汲んだ実践・研究がライフストーリーワークよりも多くみられる (山本・亀井, 2013; 後藤他, 2014; 松井他, 2017, 飯干他, 2018; 畠山他, 2019; 飯干, 2021)。ただし、ライフストーリーワークが「高齢者のアイデンティティの再確認・維持」が目的であるのに対し、「メモリーブック」は、「コミュニケーション・認知機能の維持」が目的であり、目的が異なるため、ライフストーリーワークが人生全体を扱うのに対して、メモリーブックは特定の思い出だけを扱うところも大きく異なっている。

いずれにしても、日本では、回想法やライフレビューに比べて、高齢者を対象としたライフストーリーワークの実践・研究はまだあまり進んでいない。

目的

ライフストーリーワークの本来の目的は、社会的養護のもとで育つ子どもたちが、過去のトラウマを乗り越え、自己を肯定し、未来を切り開くための「アイデンティティの形成」にあったが、この目的は、認知症を患い、自己の記憶やライフストーリーが失われる高齢者の「アイデンティティの再確認」というニーズと重なるところがあったため、認知症ケアの分野にもとりいれられるようになったといえ、ライフストーリーワークの大きな目的は、高齢者本人の「アイデンティティの保持・回復」である。介護職、看護職、リハビリ職などのケア提供者にとっては、高齢者の過去や人生を理解することで「パーソン・センタード・ケアの実現」をし、ケアの質を向上させることや、ライフストーリーワークやライフストーリーブックを通じての、「高齢者とケア提供者、家族との相互理解・コミュニケーションの促進」と「関係性の強化」も目的である。

ライフレビューが高齢者本人の、心理的、内面的な支援が中心であるのに対し、ライフストーリーワークは、高齢者とケア提供者、家族との関係

づくりや高齢者のケア環境への適応の支援といった、社会的な支援の側面も大きい。

対象者・実施場所

ライフストーリーワークの対象者は、ほとんどが認知症高齢者であり、ライフストーリーブックの使用も病院や高齢者施設がほとんどで、家庭での使用は少ない (Subramaniam et al., 2023)。

実践方法・成果物

ライフストーリーワークの実践方法は柔軟で多様であり、単一の定義や共通のアプローチは存在しない。この多様性は、ライフストーリーワークが個別対応である必要性からくるものだと見える (Elfrink et al., 2018)。アプローチのしかたで、時系列型、物語型、ケア中心型、これらを組み合わせたハイブリッド型に分ける考え方もある (Gridley et al., 2016)。

実施者は、訓練を受けた専門職 (ソーシャルワーカー、看護師、心理学者、学生アシスタントなど) や近い家族が務めることができる。実施期間は、3 回から 16 回まで、1 回あたりの所要時間も 15 分から 120 分までとさまざまである (Elfrink et al., 2018)。

ライフストーリーワークはケアの場で高齢者本人とケア提供者、家族が継続的に使用するものであるため、成果物 (記録) が必ずあり、ライフストーリーブックが代表的なものであるが、他にも、コラージュ、メモリーボックス、デジタルビデオなどがある。

効果と臨床的意義・ケアへの応用

Elfrink et al. (2018) では、質的調査においては、ライフストーリーブックが記憶や肯定的感情を引き起こし、認知症患者との関係性を改善する価値があることが明らかになり、量的調査においては、認知症患者の自伝的記憶、気分、抑うつ、QOL、および認知症患者と非専門的介護者の間の関係・コミュニケーションの質において有意な改善が認められた。さらに、通常のケアと比較して、非専門的介護者の負担軽減効果、専門的介護者の態度・知識の向上効果も確認された。

Subramaniam et al. (2023) では、ライフストーリーは、認知症患者の自伝的記憶・気分・認知機能・コミュニケーション能力の改善 QOL の向上、自我統合・アイデンティティ・ウェルビーイング・誇り・自尊心の増加に効果があり、これらは最終的に認知症患者の行動改善につながると述

べている。また、認知症患者の関係者に対する効果については、ほとんどのレビューが、ライフストーリーブックがコミュニケーション支援において重要な役割を果たすと報告しているとし、コミュニケーションの向上は、認知症患者と家族、ケア提供者との関係を維持・構築する上で有意義に役立ち、この関係は、認知症患者とケア提供者や家族の間に効果的な関わりを生み出し、最終的には認知症患者に対するより良いパーソン・センタード・ケアを促進するとし、さらに、ケア提供者や家族は、ライフストーリーブックによって認知症患者への理解を深め、より多くの知識を得て、攻撃的な行動を克服するための戦略をより効果的に変更することを可能にすると報告している。

Möllergren et al. (2024) は、ライフストーリーワークは、(1) 認知症の症状が現れる前の高齢者と(2) 認知症を患う現在の高齢者についてのライフストーリーのテンプレートが必要で、そのことにより、前者からは、①認知症高齢者が回想の効果が得られる、②介護スタッフの認知症高齢者に対する焦点が「患者から人へ」と移行する、③トラウマと不安を抱える認知症高齢者自身がアイデンティティの感覚を強化する効果と介護スタッフが対応しやすくなる、という効果があり、後者からは、④高齢者個々人の好みや習慣に合わせたケアができる、という恩恵が得られるとしている。

ライフストーリーブックを代表とするライフストーリーワークの成果物は、単なる過去の記録ではなく、継続的な交流とコミュニケーションのための動的なツールとして機能する。ライフレビューが実施期間限りの介入になるのに対して、ライフストーリーワークは、ライフストーリーブックの存在によって、一回限りの介入ではなく、日常的なケアに組み込まれ、定期的に更新される、継続的なものだといえる。

ライフレビューとライフストーリーワークの統合のメリットと課題

統合のメリット

上述したライフレビューとライフストーリーブックの相違点を整理した (Table 1)。

ライフレビューは心理療法的側面に基づき、個人の人生の受容・統合と死の受容を促すことを目的とし、ライフストーリーワークはアイデンティティの保持に加え、本人と周囲の相互理解とコミ

ュニケーションを促進し、関係を強化し、最終的にはケアの質の向上につなげるという目的がある。

人生全体を振り返るという点で、両者ともに同じような心理的效果が期待されるが、標準化したプロトコルが不足しているライフストーリーワークよりもプロトコルが標準化されているライフレビューのほうが心理的效果は大きいといえる。

介入が一時的であるライフレビューに対し、介入が継続的で、成果物のライフストーリーブックがあるライフストーリーワークは、高齢者の心理的效果を持続させることが期待でき、高齢者に関わるケア提供者や家族全体に「ケアの質の向上」、「ケアの負担感の軽減」や高齢者との「相互理解・コミュニケーションの促進」、「関係の強化」が期待できる。充実した心理的、社会的支援を提供することで、高齢者の QOL や心理的ウェルビーイングが高められることが期待できる。

また、ライフストーリーブックは、家族の貴重な記録にもなるだろう。

現状では、ライフレビューは、認知症や抑うつ症状のある高齢者や緩和ケアにおける高齢者が対象であり、ライフストーリーワークは認知症高齢者が対象であるが、ケアを受ける前、あるいは、受けるようになった段階でライフレビューやライフストーリーワークを実施することで、高齢者が認知症や抑うつ症状になることを予防したり、高齢者の参加がしやすかったり、ケアを受ける状況になった際に予想される、高齢者の QOL や心理的ウェルビーイングの低下を抑えたりすることが期待できる。

課題

ライフレビューが標準的なプロトコルが充実しているのに対して、ライフストーリーワークには、その個別的な対応が求められるという性質上からも標準化されたプロトコルが不足しているが、ライフレビューとライフストーリーワークを統合する場合、ライフレビュー単体で実施するよりはかなり単純化された、標準化されたプロトコルが必要となる。

これまででは、対象が認知症や抑うつ症状がある場合や、緩和ケアの場において実施されることが多かったため、セラピストや臨床心理士、看護師などの専門職によってライフレビューが実施されていたが、この統合的アプローチの場合は、家

Table 1
ライフレビューとライフストーリーワーク

	ライフレビュー	ライフストーリーワーク
目的	高齢者の人生の受容・統合、死の受容	高齢者のアイデンティティの保持・高齢者と周囲との相互理解・コミュニケーションの促進・関係の強化、ケアの質の向上
対象者・実施場所	対象者： 認知症や抑うつ症状のある高齢者 閉じこもりや社会的孤立状態の高齢者 がんの末期患者 実施場所： 病院、高齢者施設	対象者： 認知症高齢者 実施場所： 病院、高齢者施設
介入方法・成果物	方法：Haight の構造的ライフレビューに準じる 実施者：訓練を受けた専門職 成果物：（基本的に）なし	方法：多種多様 実施者：訓練を受けた専門職、家族、親族 成果物：ライフストーリーブックなど
介入	一時的	継続的
効果・臨床的意義・ケアへの応用	効果：回想の心理的・認知的・社会的効果 高齢者本人 アイデンティティ形成・自尊心向上 抑うつ症状の軽減 人生の受容と統合・死の受容 情動機能の回復・BPSDの軽減 社会的交流・コミュニケーションの促進 ケア提供者・家族 高齢者への敬意・接し方の示唆 ・ケアの質向上・ケアの負担感の軽減 ・高齢者の死に対する心理的負担の軽減 高齢者とケア提供者・家族 コミュニケーションの促進・相互理解・関係の強化 ケア提供者・家族に関する効果は実施した介護者のみ	効果：回想の心理的・認知的・社会的効果 高齢者本人 アイデンティティ形成・自尊心向上 抑うつ症状の軽減 情動機能の回復・BPSDの軽減 社会的交流・コミュニケーションの促進 ケア提供者・家族 高齢者への敬意・接し方の示唆 ・ケアの質向上・ケアの負担感の軽減 ・高齢者の死に対する心理的負担の軽減 高齢者とケア提供者・家族 コミュニケーションの促進・相互理解・関係の強化 高齢者本人への効果の継続 ケア提供者・家族に対する効果の拡張 家族の記録

族や介護士などの非専門職が実施することを想定しているため、非専門職が行うことを前提としたガイドブック作成や訓練の実施が必要となる。

また、過去を回想する場合、辛い記憶を思い出し、危機を呼び起こす可能性もあり、それに実施者が対応できるように十分な訓練とスーパービジョン、専門的な支援体制も必要である。

高齢者、特に脆弱な高齢者に対して、プライバシー、同意、および機密情報の取り扱いに関する

強固な倫理的枠組みも必要となってくる。

実施者の技量や倫理上の問題は、ライフレビュー、ライフストーリーワーク単体でも生じるもので、個人のライフストーリーを扱う支援には必ず生じるものがある。「高齢者が自身の人生を物語ること」を通じての心理社会的支援の可能性を広げ、高齢者のQOLや心理的ウェルビーイングを高められるよう、高齢者を支援する誰もが実施できるような、ライフレビューとライフストーリーブック

クの統合的アプローチの開発が望まれる。

引用文献

- Ando, M. & Morita, T. (2010). Efficacy of the structured life review and the short-term life review on the spiritual well-being of terminally ill cancer patients. *Health*, 2(4), 342-346.
- Birren, J.E. & Cochran, K.N. (2001). *Telling the Stories of Life through GUIDED AUTOBIOGRAPHY GROUPS*. Johns Hopkins University Press.
- Bourgeois, M.S. (1990). Enhancing conversation skills in patients with Alzheimer's disease using a prosthetic memory aid. *Journal of applied behavior analysis*, 23(1), 29-42.
- Butler, R.N. (1963). The Life Review: An Interpretation of Reminiscence in the Aged. *Psychiatry*, 26(1), 65-76.
- Elfrink, T.R., Zuidema, S.U., Kuns, M., & Westerhof, G.J. (2018). Life story books for people with dementia: a systematic review. *International Psychogeriatrics*, 30(12), 1797-1811.
- 後藤 麻耶・齋藤 まなこ・飯干 紀代子・大森 史隆・吉畑 博代. (2014) 中等度アルツハイマー型認知症例に対するメモリーブックを活用した認知コミュニケーション訓練 言語聴覚研究, 11(1), 21-28
- Gridley, K., Brooks, J., Birks, Y., Baxter, K., Cusworth, L., Allger, V. & Parker, G. (2016). Life Story Work in Dementia Care. <https://www.york.ac.uk/inst/spru/research/pdf/LifeStorySum.pdf>
- Haight, B.K. (1988). The therapeutic role of a structured life review process in homebound elderly subjects. *Journal of Gerontology*, 43(2), 40-44.
- Haight, B.K. & Burnside, I. (1993). Reminiscence and Life Review: Explaining the Differences. *Archives of Psychiatric Nursing*, 7(2), 91-98.
- Haight, B.K., Gibson, F., & Michel, Y. (2006). The Northern Ireland life review/life storybook project for people with dementia. *Alzheimer's & Dementia*, 2(1), 56-58.
- Haight, B.K. & Haight, B.S. (2007). *The Handbook of Structures Life Review*. Health Professions Press (バーバラ・K・ハイト・バレット・S・ハイト 野村 豊子 (監訳) (2016). ライフレビュー入門—治療的な聴き手となるために— ミネルヴァ書房)
- 畠山 治子・安島 明子・三上 かおり・平山 恵麻・石原 健司・旭 俊臣. (2019). メモリーブックの作成と活用 認知症ケア事例ジャーナル, 12(1), 20-24
- 飯干 紀代子 (2021). メモリーブックの活用法—効果ある認知症の人とのコミュニケーション— 三輪書店
- 飯干 紀代子・藤本 憲正・阿部 弘明・澤真 澄・古畑 博代・種村 純 (2018). アルツハイマー型認知症患者に対するメモリーブックを用いたグループ介入の効果: 無作為化比較試験に向けた試み 高次脳機能研究, 38(2), 247-254.
- 河合 千恵子・新名 正弥・高橋 龍太郎 (2013). 虚弱な高齢者を対象とした心理的 QOL 向上のためのライフレビューとライフストーリーブック作成プログラムの効果 老年社会科学, 35(1), 39-48.
- Kitwood, T. (1997) *Demetia Reconsidered: The Person Comes First*. Open University Press
- Kleijn, G., Lissenberg-Witte, B.I., Bohlmeijer, E.T., Steunenberg, B., Knipscheer-Kuijpers, K., Willemsen, V., Becker, A., Smit, E.F., Eeltink, C. M., Bruynzeel, A.M.E., van der Vorst, M., de Bree, R., Leemans, C.R., van den Brekel, M.W. M., Cuijpers, P., & Verdonck-deLeeuw, I.M. (2018). The efficacy of Life Review Therapy combined with Memory Specificity Training (LRT-MST) targeting cancer patients in palliative care: A randomized controlled trial. *PloS One*, 13(5), 1-13.
- Lan, X., Xiao, H., & Chen, Y. (2017). Effects of life review interventions on psychosocial outcomes among older adults: A systematic review and meta-analysis. *Geriatrics Gerontology International*, 17(10), 1344-1357.
- Lewis, M.I. & Butle, R.N. (1974). Life-review therapy. Putting memories to work in individual and group psychotherapy. *Geriatrics*, 29(11), 165-173.
- 松井 久美・上田 桃子・高本 奈瑠美・田村 幸恵・川島 和代 (2017). 認知症高齢者にメモリーブックを活用したケアの効果 石川看護雑誌, 14, 103-110.
- McKeown, J., Clarke, A. & Repper, J. (2006). Life story work in health and social care: systematic literature review. *Journal of Advanced Nursing*, 55(2), 237-247.
- Mckeown, J., Clarke, A., Ingleton, C., Ryan, T., & Repper, J. (2010). The use of life story work with people with dementia to enhance person-centered care. *International Journal of Older People Nursing*, 5(2), 148-158.
- 野村 信威 (2018). 在宅高齢者におけるグループ

- 回想法の認知症予防効果 高齢者のケアと行動科学, 23, 11-21.
- 野村 信威(2021). 高齢者における回想法のエビデンスとその限界 心理学評論, 64(1), 136-154.
- 野村 豊子(1998). 回想法とライフレビュー—その理論と方法— 中央法規出版
- 野村 豊子(2023). 総説 回想法とライフレビュー 時・人・地域をつなぎ、今に生かす— 中央法規出版
- 志村 ゆず(2022). レミニッセンス・セラピー—回想法による高齢者支援— 青灯社
- 志村 ゆず (編) 伊波 和恵・萩原 裕子・下山 久之・下垣光(2005). ライフレビューブック—高齢者の語りの本づくり 弘文堂
- Subramaniam,P., Thillainathan,P., Mat Ghani,N.A, & Sharma,S(2023). Life Story Book to enhance communication in persons with dementia: A systematic review of reviews. *PLoS One, 18(10)*, 1-15.
- Subramaniam,P., Woods,B. & Whitaker,C.(2013). Life review and life story books for people with mild to moderate dementia: a randomized controlled trial. *Aging & Mental Health, 18(3)*, 363-375.
- Tam,W., Poon,S.N., Mahendran,R., Kua,E.H., & Wu, X.V.(2021). The effectiveness of reminiscence-based intervention on improving psychological well-being in cognitively intact older adults: A systematic review and meta-analysis. *International Journal Nursing Studies, 114*, 1-12.
- Tompson, R.(2011). Using life story work to enhance care. *Nursing Older People, 23(8)*, 16-21.
- 山本 智佳央・檜原 真也・徳永 祥子・平田 修三 (2015). ライフストーリーワーク入門—社会的養護への導入・展開がわかる実践ガイド 明石書店
- 山本 由子・亀井 智子(2013). 認知症高齢者のライフレビューに基づくメモリーブック作成とその利用による行動変化の検討 聖路加看護学会誌, 16(3), 1-9.
- Webster,J.D., Bohlmeijer,E.T., & Westehof,G.J. (2010). Mapping the Future of Reminiscence: A Conceptual Guide for Research and Practice. *Research on Aging, 32(4)*, 527-564.
- Zhong,Q., Chen,C., & Chen,S.(2023). Effectiveness on Quality of Life and Life Satisfaction for Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis of Life Review and Reminiscence Therapy across Settings.