

Title	死の不安と心理的支えに関する研究
Author(s)	橋本, めぐみ
Citation	臨床死生学年報. 6 p.39-p.45
Issue Date	2001
oaire:version	VoR
URL	<a href="https://doi.org/10.18910/12173">https://doi.org/10.18910/12173</a>
rights	
Note	

***Osaka University Knowledge Archive : OUKA***

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

Osaka University

# 死の不安と心理的支えに関する研究

橋本めぐみ

Key words : 死の不安, 心理的支え, 支えの認識

## はじめに

人は、生を受けたからにはいつかは死の瞬間を迎えなければならない。しかしわれわれはいつかは死ぬことを知っていながらも、人生を生きている。死への距離は違えども、死にゆく過程を生きている全ての人に対して、よりよく生きるために、またよりよく死ぬために何が必要なのだろうか。また周囲の人間ができることはないのだろうか。

Kastenbaum (2000) によると、「死の不安は自分の死すべき運命の気づきによって引き起こされるストレスである」という。従って、何を支えとして死の不安に対処しているかということ是一种のストレスに対する対処であると考えることができる。ストレスへの対処方法の一つとしてソーシャルサポートが知られているが、しかしわれわれは他者に支えられることのみでストレスに対処しているのではない。他者との関わりにより支えられている面はあるが、最終的には自分自身の力で自分を支えていることは明らかであろう。人間が他者とのかかわりなしには生きることのできない集団的存在でありながら、同時にそれぞれ固有の世界をもつ個的存在であるという人間の存在様式の二面性 (梶田、1998) ということと関係して、ソーシャルサポートという狭義の概念ではなくより包括的な概念として「支え」という概念に注目する。なお、支えという概念の中には物質的な支えも含まれると考えられるが、今回は特に心理的な支えについて考察していく。

心理的支えについて串崎 (1997) は「自分が、なにかによって、なんらかのかたちで支えられていると感じていること」と定義し、対人的支え、内面的支え、宗教性による支えなどに分類している。対人的支えとは、社会心理学でいうソーシャルサポートであり、他者との関係における支えである。内面的支えとは特にその人が持っている思考様式、信念、人生観などが相当する。これらは、われわれが現実的世界をしっかりと生きていくうえで必要な支えであろう。また、宗教性による支えとは、自他を超えるものとのつながりを感じることに由来する支えである (串崎、1998a)。

また対人的支えをソーシャルサポートを位置付け、内面的支えと宗教的支えをセルフサポートと命名している。ソーシャルサポートとセルフサポートの二つの概念については、ある人がストレスフルな状況におかれたときに、そのストレスを低減する対処行動として、他者の資源を利用する場合をソーシャルサポート、自己の資源を利用する場合をセルフサポートというふうに便宜的に分類している (串崎、1994)。また特にセルフサポートとはソーシャルサポートによってその人の内面に「支え」を築き、すなわちソーシャルサポートの内在化を行い、それによってその人自身が自ら解決できるように促進することと述べている (串崎、

1994)。

そこで、人が何を支えとしているかを探ることは、サポートを必要とする人々に適切なサポートを提供する上で重要な示唆を与えてくれると考えられる。特に、死に臨んでいる人々がよりよい死を迎えるためには、自分自身の内面からの支えと周囲からの支えを同時に考えていくことが、終末期医療の発展し続ける現在において必要とされることではないだろうか。

そこで本研究は死の不安が心理的支えに及ぼす影響を探ることとする。

## 目 的

まず心理的支えの構造について検討し、さらに死の不安の心理的支えに対する影響を検討することを目的とする。

## 方 法

### 1. 調査対象

調査対象者はS大学大学生99名および福祉系専門学校生136名の計235名(男93名、女142名)であった。平均年齢は21.5歳(範囲18-41歳、SD3.33)であった。

### 2. 調査方法

質問紙法により、2000年12月に実施された。

### 3. 測度

#### ①調査対象者の属性

被験者の属性として、年齢、性別、住居形態、兄弟の有無、大病・大事故の経験の有無、近親者の死の経験の有無、親友の死の経験の有無、自分自身の宗教上の信仰の有無、家族の宗教上の信仰の有無を尋ねた。

#### ②生と死に関する考え方

生と死に関する考え方を調べるため、「自分自身の生き方について確固とした信念があるか」、「死について考えたことがあるか」、「自分自身の死について考えたことがあるか」、「死後の世界を信じているか」という4項目を質問した。

#### ③死の不安の測定

死の不安を測定するため、Templer (1970) による Death Anxiety Scale (以下 DAS と表記する) を日本語に訳して用いた。反転項目6項目を含む15項目からなり、5件法で回答を求めた。そして「全くそう思わない」=1点、「あまりそう思わない」=2点、「どちらでもない」=3点、「少しそう思う」=4点、「非常にそう思う」=5点として得点化した。ただし、反転項目については「全くそう思わない」=5点～「非常にそう思う」=1点として換算した。

また死の不安についての得点を項目1から項目15までの得点を合計して「死の不安得点」とした。

#### ④心理的支えの測定

心理的支えを測定するため、串崎 (1998) による心理的支え尺度(大学生版)の46項目より、物質的な支えであると考えられる項目を除き、また兄弟からの支えとして父親、母親、

恋人・異性の友人から支えの項目である3項目、「私の～は、私が落ち込んでいる時に、慰めたり励ましたりしてくれる」、「私の～は、普段から私の気持ちや感情をよく理解してくれる」、「私の～は、良いところも悪いところも含めて、私のことを認めてくれる」と同じ項目を付け加えた41項目を用いた。DASと同様に5件法による回答を求めた。なお、得点化についてもDASと同様である。

## 結 果

分析については、全てSPSS10.0を用いた。

### 1. 心理的支えの因子分析

心理的支えについて、最尤法、プロマックス回転による因子分析を行ったところ、10因子が抽出された(固有値1以上、説明率56.36%)。

ただし、フェイスシートによって兄弟・姉妹がいないと解答した被験者のデータについては、兄弟からの支えの3項目の解答を除いて分析を行っている(Table1)。

項目の内容から、第1因子は「友人による支え」、第2因子はこれからの自分の可能性を信じることなど建設的な考え方による項目で構成されていたため、「将来の建設的思考による支え」と解釈した。また第3因子はこれまでの経験や人間関係による項目から構成されていたため「過去の経験・人間関係による支え」、第4因子は「父親による支え」、第5因子は「兄弟による支え」、第6因子は「その他の人からの支え」、第7因子は「過去の功績による支え」、第8因子は「母親による支え」、第9因子は現在の仕事や勉強、地位を失うことが生きる意欲を失わせるという項目から構成されていたため「現在の状況による支え」と解釈し、第10因子は「恋人・異性の友人による支え」と解釈された。

### 2. 死の不安に影響する要因

死の不安に影響する要因を探るため、住居形態、兄弟の有無を除くフェイスシートの項目を説明変数としてステップワイズ重回帰分析を行った。(Table2)

その結果、死の不安を喚起する要因として自分自身の死を考えたことがある、死後の世界を信じている、女性であるということが挙げられた。

死に対して不安であるから自分の死を考えるとというよりも、自分の死を考えるからこそ死に対しての不安が高いと考えられる。また、死後の世界を信じているから死に対しての不安が高いのか、死に対して不安であるから死後の世界を信じているかということは、今回の結果だけでは追及できない。最後に女性の方が死の不安を喚起しやすいという結果は、金児(1994)の結果と一致する。

### 3. 心理的支えと関連する要因

心理的支え尺度の因子分析によって得られた10因子と被験者の属性との相関分析を行った(Table3)。

その結果、「友人による支え」と「過去の功績による支え」については女性のほうがその支えを強く認識しており、「父親による支え」については男性のほうが強く認識していた。

Table 1 心理的支え尺度の因子分析結果

因子名・項目 (信頼性係数)	因子負荷量
第1因子 友人による支え ( $\alpha=.880$ )	
37 私の友人は、良い所も悪い所も含めて、私のことを認めてくれる	.959
34 私の友人は、私が落ち込んでいる時に、慰めたり励ましたりしてくれる	.812
11 私の友人は、普段から私の気持ちや感情をよく理解してくれる	.777
10 私には、共に働く(勉強する)仲間がおり、私はその人達によって支えられていると思う	.557
31 私には、信頼している人がおり、私はその人によって支えられていると思う	.410
第2因子 将来の建設的思考による支え ( $\alpha=.764$ )	
30 苦しい時でも、自分の可能性を信じて頑張ることができる	.939
26 自信をなくしている時でも、「頑張れば道は開ける」と思って、気を取りなおすことができる	.891
20 人生には苦しい時もあるが、基本的には自分の将来はチャンスと可能性に満ちていると思う	.543
24 イライラすることがあっても、趣味や娯楽に熱中すると、気晴らしになる	.404
第3因子 過去の経験・人間関係による支え ( $\alpha=.780$ )	
36 過去の経験は、自分の成長に役立っていると思う	.834
21 私は、これまでさまざまな人たちに支えられてきたからこそ、現在の自分があるのだと思う	.761
28 これまで色々苦しいことがあったが、自分の人生には必要なことだったと思う	.651
第4因子 父親による支え ( $\alpha=.868$ )	
6 私の父親は、普段から私の気持ちや感情をよく理解してくれる	1.025
1 私の父親は、私が落ち込んでいる時に、慰めたり励ましてくれたりしてくれる	.656
12 私の父親は、良い所も悪い所も含めて、私のことを認めてくれる	.601
第5因子 兄弟による支え ( $\alpha=.890$ )	
25 私の兄弟・姉妹は、普段から私の気持ちや感情をよく理解してくれる	.909
17 私の兄弟・姉妹は、私が落ち込んでいる時に、慰めたり励ましたりしてくれる	.816
9 私の兄弟・姉妹は良い所も悪い所も含めて、私のことを認めてくれる	.677
第6因子 その他の人からの支え ( $\alpha=.856$ )	
40 私には、親や兄弟(姉妹)・友人・恋人の他に、私が落ち込んでいる時に、慰めたり励ましたりしてくれる人がいる	.893
32 私には、親や兄弟(姉妹)・友人・恋人の他に、普段から私の気持ちや感情をよく理解してくれる人がいる	.867
19 私には、親や兄弟(姉妹)・友人・恋人の他に、良い所も悪い所も含めて、私のことを認めてくれる人がいる	.730
第7因子 過去の功績による支え ( $\alpha=.847$ )	
2 現在の自分の地位(立場)を考えると、「自分もよくやってきたな」と思う	1.021
7 自分の生きてきた人生をふりかえってみると、「これまでよくやってきた」と思う	.919
第8因子 母親による支え ( $\alpha=.897$ )	
15 私の母親は、私が落ち込んでいる時に、慰めたり励ましたりしてくれる	.848
33 私の母親は、良い所も悪い所も含めて、私のことを認めてくれる	.799
5 私の母親は、普段から私の気持ちや感情をよく理解してくれる	.797
第9因子 現在の状況による支え ( $\alpha=.741$ )	
4 もし現在の仕事(勉強)を失ったら、生きる意欲をなくしてしまうだろう	.795
13 もし現在の地位(立場)を失ったら、生きる意欲をなくしてしまうだろう	.774
第10因子 恋人・異性の友人による支え ( $\alpha=.881$ )	
14 私の恋人または異性の友人は、普段から私の気持ちや感情をよく理解してくれる	.766
3 私の恋人または異性の友人は、私が落ち込んでいる時に、慰めたり励ましてくれたりしてくれる	.724
29 私の恋人または異性の友人は、良い所も悪い所も含めて、私のことを認めてくれる	.601

因子抽出法：最尤法・回転法：プロマックス法

Table 2 死の不安を目的変数とした重回帰分析結果

Step	予測変数	R <sup>2</sup> 乗	累積R <sup>2</sup> 乗	$\beta$	F
1	自分自身の死を考えたことがある	.03	.03	.19	8.20
2	死後の世界を信じている	.03	.06	.18	8.63
3	性別 (1:男, 2:女)	.02	.08	.13	7.15

Table 3 心理的支えの各因子と被験者の属性との相関関係(有意差の見られたもののみ)

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
性別	.22**			-.18**			.21**			
親友の死の経験						.13*				
学校						.17**				
確固とした信念がある	.15*	.25**	.24**	.15*		.24**	.22**			.14*
自分自身の死を考える									.13*	

I:友人による支え II:将来の建設的思考による支え III:過去の経験による支え IV:父親による支え  
V:兄弟による支え VI:その他の人による支え VII:過去の功績による支え VIII:母親による支え  
IX:現在の状況による支え X:恋人・異性の友人による支え

性別 1:男, 2:女 学校 1:大学, 2:福祉専門学校 \*\*1%有意 \*5%有意

Table 4 死の不安と心理的支えの重回帰分析結果

Step	予測変数	R <sup>2</sup> 乗	累積R <sup>2</sup> 乗	$\beta$	F
1	現在の状況による支え	.04	.04	.21	10.21
2	恋人・異性の友人による支え	.02	.06	.14	7.59
3	将来の建設的思考による支え	.01	.07	-.15	6.74

「その他の人からの支え」を認識していることと親友の死の経験があるということに相関が見られた。これは亡くなった友人の家族などからのサポートが考えられる。また、「その他の人による支え」と福祉専門学校生であることと関連があった。これは、福祉専門学校の臨床実習など学校のカリキュラムの違いであるとも考えられるが、あくまでも推測である。

また、確固とした信念を持っていることは「兄弟による支え」、「母親による支え」、「現在の状況による支え」以外の全ての支えの因子と相関が見られた。つまり、確固とした信念を持っていることが、支えを認識する上で重要な要因であると考えられる。最後に、自分自身の死を考えたことがあるということと「現在の状況による支え」に相関が見られた。

#### 4. 死の不安が心理的支えに及ぼす影響

死の不安得点を被説明変数とし、心理的支え尺度の因子分析によって得られた10因子を説明変数としてステップワイズ重回帰分析を行った (Table 4)。

その結果、「現在の状況による支え」、「恋人・異性の友人による支え」に対しては正の影響を、「将来の建設的思考による支え」については負の影響が見られた。

## 考 察

### 死の不安が心理的支えに及ぼす影響

分析の結果、死の不安が心理的支えのうちの「現在の状況による支え」、「恋人・異性の友

人による支え」に対して正の影響を及ぼし、「将来の建設的思考による支え」に対して負の影響を及ぼしていることが明らかになった。

まず、現在の状況と恋人・異性の友人からの支えであるが、死への不安が現在の状況や恋人・異性の友人による支えに影響しているのではなく、現在の状況や恋人からの支えを失うことに対する不安が死への不安へとつながっているのではないかと考えられる。つまり今回測定した支え感は、その人が支えを「認識」しているかどうかを測定しているものであり、これら二つの支えを認識していることがその喪失への不安と関連したのではないだろうか。また逆に、その他の支えからの影響が見られなかったことを加味すると、現在の状況と恋人・異性の友人からの支えを何よりも失うのが恐いと感じているとも考えることができるだろう。

また死への不安が将来の建設的思考による支えへ負の影響を及ぼしていたことについては、死への不安が高まれば「人生には苦しい時もあるが基本的には自分の将来はチャンスと可能性に満ちている」と思うこととは矛盾する。自分自身の死が避けられないものであると感じ死に対しての不安を感じることに、自分の将来が可能性とチャンスに満ちていることとは結びつきにくいと考えられる。また、推測の域を出ないことではあるがパーソナリティとの関連も考えられる。

しかし、死に対する不安は決して否定的な側面だけを持っているわけではない。死への恐怖は完全に取り除くことは不可能であるし、望ましいことでもない (A.デーケン、1986)。しかも、恐怖や不安は単なる否定的な感情としてとらえることが多いが、死への恐怖が積極的な役割を果たすような局面も存在する (A.デーケン、1986) と述べている。つまり、自殺祈念などの感情に対して、それを引き起こさないような役割をもっているということである。そのように考えると、現在の状況や恋人・異性の友人からの支えを感じられていることが、またその存在自体が死に対する生に青年期の人々を結び付けているのかも知れない。

## 結 論

本研究では、死への不安が心理的支えに及ぼす影響を見ていくことが目的であったが、測定された支え感とは認識された支えであり、提供されたサポートと認識されたサポートとは直接につながっているわけではない。またさまざまな心理的支えと死への不安の間に直接の関連は見られないものもあったが、支えと死への不安の間に死生観、価値観などの介在する媒介要因を配置することによって、関連が見られるとも考えられるため、今後このような研究が求められる。

## 引用文献

- A.デーケン 1986 死を考える メヂカルフレンド社  
梶田叡一 1998 自己意識の心理学 東京出版会  
金子暁嗣 1994 大学生とその両親の死の不安と死観. 大阪市立大学文学部紀要, 46(10)  
串崎真志 1994 ソーシャルサポートとセルフサポート—ソーシャルサポート研究の概観.  
大阪大学教育心理学年報, 3  
串崎真志 1995 支えに関する一考察—ソーシャルサポート・セルフヘルプグループ・内観療法. 大阪大学教育心理学年報, 4, 101-112

- 串崎真志 1997 こころの支えとはなにか—心理的支え試論—. 大阪大学教育学年報, 2, 197-207
- 串崎真志 1998a 心理的支えに関する研究—ソーシャル・サポート志向性, 孤独感, 個人志向性・社会志向性との関連—. 大阪大学教育学年報, 3, 43-52
- 串崎真志 1998b 心理的支え尺度の作成—大学生版の検討—. 心理臨床学研究, 16 (2)189-192
- Robert Kastenbaum. 2000 Death Anxiety George Fink (Ed.), *Encyclopedia of Stress* Volume1. 645-651
- Spilka, B., Stout, L., Minton, B., & Sizemore, D. 1977 Death and Personal Faith: A Psychometric Investigation. *Journal of the Scientific Study of Religion* 169-178
- 丹下智香子 1995 死生観の展開. 名古屋大学教育心理学紀要, 42, 149-156
- Templer, D.I 1970 The Construction and Validation of a Death Anxiety Scale. *Journal of General Psychology* 165-177