

介護がもたらす意識変容について

—経験への意味の付与に着目した自己成長感—

有川 まどか・原口 芳博

Consciousness change by the care

—A feeling of self-growth grow by attach a meaning to experience—

Madoka Arikawa・Yoshihiro Haraguchi

I 問題と目的

近年の日本では、高齢者福祉のニュースを目にしないう日はない。平成25年10月1日の時点で、我が国の総人口に占める65歳以上高齢者人口は、25.1%と過去最高となった。その高齢者たちは、病や老いなどにより、自立した生活を送っている人ばかりではないことは容易に想像できる。平成22(2010)年の内閣府の調査によると、そんな高齢者の介護を主に担っている人の割合は、同居家族が64.1%と最も多く、また、同居にて介護を行っている人の60.8%が日常生活での悩みやストレスを感じていると報告している。

ストレスというマイナスのイメージがあるが、ストレスとなった大きな出来事が、経験者にとって、ポジティブな影響をもたらしたという報告は少ないながらもある。Park et al. (1996)はこの現象を“ストレスに起因する成長(stress-related growth)”とよんでいる。宅(2004, 2005)はこのParkら(1996)の定義をもとに、あるストレス体験によって引き起こされ、ポジティブに変容したと感じる主観的な自己成長感について研究を行い「ストレスフルな出来事にまつわる一連の体験や、その主体としての自分自身に、特別な意味を付与することが、自己成長感を生み出すがゆえに、部分的な自我の強化につながり、次なるストレス体験への予防因として機能する道筋があるのではないかと考えた。その後、ストレスに対する意味の付与について「ポジティブな側面への焦点づけ」「出来事を経験した自己に対する評価」「出来事のもつメッセージ性のキャッチ」の3因子を抽出した。大塚(2008)は、この研究を発展させ、喪失体験にも、同じように意味を付与する3つのカテゴリーがあると導き出し、その意味を付与することによって自己成長感が促されると報告している。また、宅(2004, 2005)も大塚(2008)も、どのようなストレスを経験したかというストレス体験領域によって、これら3カテゴリーからストレスに起因する自己成長感への影響、及びそれらの量は差があることも報告した。

では、大きなストレスともなりうる介護においては、このようなストレスに起因する成長は見られないのであろうか。松村(2002)、伊藤(1999)、北山(1996)、中村・永井・松原(2011)らは、質的な研究において、介護によって成長が見出されると述べているものの、介護経験にどのような意味を付与することによって自己成長感が促されるのかについての報告はまだ見られない。

また、宅(2005)は、自己成長感を考える際の、ストレス体験からの時間経過についても言及しており、経過期間が及ぼす直接的な影響を加味することなく体験への意味の付与が自己成長感に影響するとしている。これに対し、前述した大塚(2008)はその研究で、「ストレス体験を喪失体験に限定し、更に回答者を学生以外に限定した場合には、経過期間からの影響も自己成長感に関連している可能性が示唆された」と報告している。このことから考えると、ストレス体験からの時間経過と自己成長感とは、関連のある領域と、そうでない領域に分けられるようである。介護経験からの時間経過については、北山(1996)が論じており、「介護途上にある家族の場合は、目前の介護方法に最大の関心を寄せているので、介護方法や技術上の学びとして強化されやすいのではないかと考えられる。すなわち、介護自体は人間理解を深めることに繋がっているが、そのようには意識化されにくい状況であると推察できる。介護者は、介護を振り返り、実施してきたことの意味を深く考えることによって意識化する。」と報告している。このことから、現在、介護中の人と、介護終了後の人では、意味づけの仕方にも差異がうまれるのではないかと推測される。よって本研究では、現在、介護中の人(以下、現在介護者)と介護終了後の人(以下、過去介護者)の意味づけと自己成長感について考察する。また、宅(2005)大塚(2008)の研究では成長感を4項目の1因子で測定しており、その自己成長感において、精緻することが難しい状況であった。そこで、今研究では、自己成長感にもいくつかの因子があるのではないかと仮説にもとづき、新た

に尺度を追加することによって、自己成長感を精緻することも目的におく。

II 方法

i 調査対象

現在介護者と過去介護者に質問紙調査を依頼した。今回は、介護をある一定以上の負担感のある行為と設定するため、厚生労働省が「日常生活上の基本的動作についても、自分で行うことが困難であり、何らかの介護を要する状態」と考えている要介護1以上の人に対する援助行為を在宅にて行うことを介護と定義した。協力機関は以下の通りである。A町の社会福祉協議会、B県患者家族会、C町ケアプランセンター、特別養護老人ホームD、介護士E、知人Fである。未記入のものなどを除き、現在介護者46名、過去介護者38名の計84名に協力を得た。

ii 調査期間

2013年9月1日～2013年11月22日に実施した。

iii 調査形式

個別記入方式の質問紙調査にて実施した。

iv 質問紙構成

①フェイスシート

介護開始契機や終了契機、介護者の年齢、性別、職業、被介護者の年齢、介護者との関係性、要介護度、家族の介護への貢献についてなど、介護状況に関する質問に記入を求めた。

②介護経験に対する意味の付与に関する質問（以下、意味の付与尺度）

宅（2005）のストレスに対する意味の付与に関する13項目に4件法で記入を求めた。

③介護経験に起因する自己成長感を精緻する質問（以下、自己成長感精緻尺度）

信野（2008）の自己成長感尺度19項目に7件法で記入を求めた。

v 分析方法

分析1 意味の付与尺度および自己成長感精緻尺度の因子分析を行う。

分析2 意味の付与尺度と自己成長感精緻尺度の各因子の相関係数を算出する。

分析3 対象を現在介護者と過去介護者に分け、意味の付与尺度と自己成長感精緻尺度の各因子にt検定を行う。

分析4 対象を介護終了理由別に分け、意味の付与尺度と自己成長感精緻尺度の各因子に分散分析を行う。

分析5 対象を現在介護者、過去介護者に分け、意味の付与尺度と自己成長感精緻尺度に重回帰分析を行う。

III 結果

i フェイスシートについて

過去介護者の介護を終えた契機は、68%が死別、29%が施設入所、3%がその他であった。

ii 各分析の結果

分析1の結果 各尺度の因子分析

●意味の付与尺度について

全13項目について、天井・フロア効果を検討すると、「このことは、それもそれでいい機会だったなと考えた」「このことに何かいい面もあったかもしれないと思った」「この経験から何か得るものがあった」「このときのことは、自分のなかで、よく頑張った方だと思う」「これは自分にとって大切な経験になった」の5項目において天井効果が確認された。しかし、本研究では、先行研究との比較も加え、現在介護者と過去介護者の意味の付与の仕方について、違いを検討することを目的としているため、天井効果では項目を削除しないこととする。その後、この13項目に主因子法・プロマックス回転を行うと、3因子が抽出された。詳細は、下の表1に示す。

表1：意味の付与尺度因子分析（プロマックス回転）

	因子1	因子2	因子3
こういう経験をした自分のこと自分でもすごいと思っている	.964	-.224	.227
こういう経験をした自分をほめてあげたいと思った	.851	-.012	.049
このときのことは自分のなかでよく頑張った方だと思う	.723	.117	-.142
この経験が自信になっていると思う	.627	.464	-.155
これは自分にとって大切な経験になった	-.031	.840	.077
このことに何かいい面もあったかもしれないと思った	-.134	.779	.157
この経験から何か得るものもあった	.018	.661	.197
この経験のおかげと思うようなことがあった	.234	.623	-.122
このことには何か意味があったのではないかと考えた	.116	.558	.196
このことはそれもそれでいい機会だったなと考えた	.032	.369	.218
このことは自分らしさについて考えてみなさいというメッセージだと思った	-.043	.044	.892
このことには何か自分へのメッセージがあった	.036	.093	.719
このことは人生や生き方について考えてみなさいというメッセージだと思った	.033	.138	.669
因子間相関 因子2	.636		
因子3	.492	.661	

本研究では、因子1を「肯定的自己評価」、因子2を「ポジティブ面への焦点づけ」、因子3を「メッセージの享受」と呼ぶ。この3因子のα係数は順に.905、.883、.867と高い値を示しており、各因子の信頼性が高いことが理解できる。また、項目が削除された場合のCronbachのα係数も検討したが、削除すべき項目は見られなかった。

本研究では、4件法の回答にそのまま1～4点を割り当て、それぞれの因子毎に合計得点を算出し、更に項目数で除したものを尺度得点とする。よって、得点が高いほど、介護経験に対して意味の付与を行っていることを示す。

●自己成長感精緻尺度について

全19項目について、天井・フロア効果を検討したが、天井・フロア効果は見られなかった。次に、この19項目に主因子法・プロマックス回転を行うと、3因子が抽出

された。詳細は、下の表2に示す。

本研究では因子1を「人との関わり感」、因子2を「生活安心感」、因子3を「アクシデントへの耐性」と呼ぶこととする。α係数は順に.937、.930、.878と高い値を示しており、各因子の信頼性が高いことが理解できる。また、項目が削除された場合のCronbachのα係数も検討したが、削除すべき項目は見られなかった。

本研究では、7件法の回答にそのまま1～7点を割り当て、それぞれの因子毎に合計得点を算出し、更に項目数で除したものを尺度得点とした。得点が高いほど、介護経験での自己成長感が高いことを示す。

分析2の結果 各尺度因子の相関係数

各尺度因子の関連を見るために相関係数を算出した。すると、全ての因子間でp<.001の正の相関が見られた。詳細は下の表3に示す。

表2：自己成長感精緻尺度因子分析（プロマックス回転）

	因子1	因子2	因子3
人を思いやること	.963	-.007	-.059
人を助けるために手を差し伸べること	.902	-.017	.027
人と誠実にやりとりすること	.754	-.152	.295
人を受け容れること	.708	.106	.049
自分自身に対する信頼感	.670	.261	-.006
人が私に向かって話をしているときにはしっかり聞くこと	.643	.256	-.240
周囲の人と密接なつながりを持っているという感覚	.581	.061	.120
人の感情や信念を尊重すること	.491	.135	.190
人生を真剣に受け止めること	-.032	.858	.009
何事も自分自身で決められる能力	.020	.744	.055
自分の行動の結果について考えること	-.046	.699	.254
落ち着いて生活に取り組むこと	.061	.685	.243
自分を心配してくれるたくさんの人がいるという認識	.291	.651	-.184
自分にとって特に大事な人との関係の大切さ	.467	.503	-.079
居場所があるという感覚	.360	.396	.099
悪いことが起こっても気が動転しないこと	-.170	.102	.995
些細なことで心が乱されないこと	.459	-.212	.545
自分にとってよくわからないことにぶつかってもあわてないこと	.071	.337	.501
新しい情報や考えを抵抗なく受け入れること	.305	.291	.315
因子間相関 因子2	.740		
因子3	.639	.669	

表3：各尺度因子の相関係数

	平均(SD)	相関係数					
		I	II	III	IV	V	VI
I 肯定的自己評価	2.804 (.884)						
II ポジティブ面への焦点づけ	3.119 (.688)	.653 ***					
III メッセージの享受	2.920 (.818)	.507 ***	.703 ***				
IV 人との関わり感	5.887 (1.002)	.622 ***	.585 ***	.448 ***			
V 生活安心感	5.059 (.920)	.571 ***	.560 ***	.438 ***	.828 ***		
VI アクシデントへの耐性	4.906 (.918)	.482 ***	.479 ***	.378 ***	.761 ***	.787 ***	

注)***p<.001,**p<.01,*p<.05

分析3の結果 現在介護者と過去介護者の各因子 t 検定

各尺度因子において、現在介護者と過去介護者の間に相違があるのかを検討するため、t 検定を用いて平均値の比較を行った。詳細は、下の表4に示す。

この分析では、意味の付与尺度の「Ⅲメッセージの享受」においてのみ、 $t(78.872) = 2.101, p < .05$ で現在介護者と過去介護者の平均値に差が見られ、過去介護者の平均値が有意に高い ($p < .05$) と言える。

分析4の結果 介護終了理由別の各因子分散分析

各尺度因子において、介護終了理由別に相違があるのかを検討するため、分散分析を用いて平均値の比較を行った。比較したのは、介護終了理由が死別であった群、施設入所であった群、そして介護継続中の群の3群である。また、その他の終了理由は1名のみであったため比較対象から外した。詳細は、下の表5に示す。

この分析では、意味の付与尺度の「Ⅱポジティブ面への焦点づけ」において、 $F(2, 80) = 6.230, p < .01$ であり、死別と介護継続中の平均値に差が見られ、死別の平均値が有意に高い ($p < .05$) と言える。さらに、死別と施設入所の平均値にも差が見られ、死別の平均値が有

意に高い ($p < .01$)。また、「メッセージの享受」において、 $F(2, 80) = 3.381, p < .05$ であり、死別と介護継続中の平均値に差が見られ、死別の平均値が有意に高い ($p < .05$) ことが理解できる。

分析5の結果 意味の付与因子と自己成長感精緻因子の重回帰分析

まずは、現在介護者の重回帰分析である。「人との関わり感」については、 $F(3, 42) = 11.970, p < .001, R^2 = .422$ であり、回帰式が有意であった。パス係数を見てみると「肯定的自己評価」が .507で有意傾向であった。「生活安心感」については、 $F(3, 42) = 8.120, p < .001, R^2 = .322$ であり、回帰式が有意であった。パス係数を見てみると「ポジティブ面への焦点づけ」が .483で有意傾向であった。「アクシデントへの耐性」については、 $F(3, 42) = 6.650, p < .01, R^2 = .274$ であり、回帰式が有意であった。パス係数を見てみると、どの独立変数からも有意な結果は得られなかった。これらを有意なパスのみを表示し、図1として下に示す。

続いて、過去介護者の重回帰分析である。「人との関わり感」については、 $F(3, 34) = 8.080, p < .001, R^2 =$

表4：現在と過去介護者による各尺度因子平均値 (SD) の差

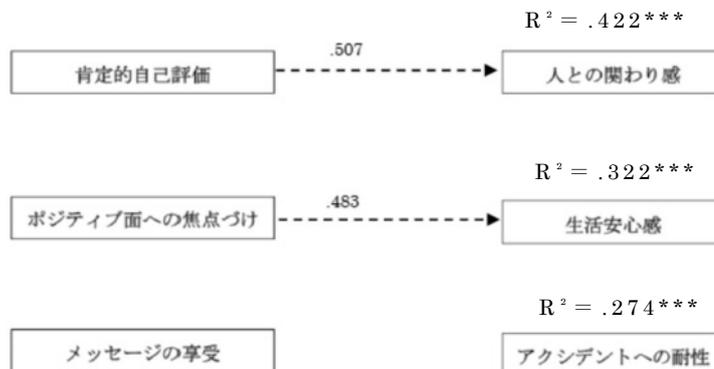
	現在介護者	過去介護者	t値
I 肯定的自己評価	2.859 (.923)	2.737 (.843)	.625
II ポジティブ面への焦点づけ	3.024 (.770)	3.234 (.562)	1.443
IIIメッセージの享受	2.758 (.927)	3.115 (.621)	2.101*
IV人との関わり感	5.837 (1.102)	5.947 (.877)	.130
V生活安心感	5.089 (.995)	5.06 (.833)	.007
VIアクシデントへの耐性	4.916 (1.006)	4.893 (.811)	.116

注)***p<.001,**p<.01,*p<.05

表5：介護終了契機による各尺度因子平均値 (SD) の差

	1介護継続中 (N=46)	2施設入所 (N=11)	3死別 (N=26)	多重比較 TukeyのHSD
I 肯定的自己評価	2.859 (.923)	2.636 (.883)	2.779 (.856)	
II ポジティブ面への焦点づけ	3.024 (.770)	2.714 (.560)	3.463 (.408)	1<3*,2<3**
IIIメッセージの享受	2.758 (.927)	2.791 (.544)	3.256 (.620)	1<3*
IV人との関わり感	5.837 (1.102)	5.805 (.935)	5.995 (.878)	
V生活安心感	5.089 (.995)	4.805 (.836)	5.143 (.834)	
VIアクシデントへの耐性	4.916 (1.006)	4.841 (.769)	4.882 (.840)	

注)***p<.001,**p<.01,*p<.05



注)***p<.001,**p<.01,*p<.05

図1：現在介護者の意味の付与因子から自己成長感精緻因子への回帰

.365であり、回帰式が有意であった。パス係数を見てみると「肯定的自己評価」からの.462のみが有意である。「生活安心感」については、 $F(3, 34) = 11.108, p < .001, R^2 = .450$ であり、回帰式が有意であった。パス係数を見てみると「肯定的自己評価」からの.520のみが有意である。「アクシデントへの耐性」については、 $F(3, 34) = 3.737, p < .05, R^2 = .182$ であり、回帰式が有意であった。パス係数を見てみると、「肯定的自己評価」からの.032のみが有意である。これらを有意なパスのみを表示し、図2として下に示す。

IV 考察

i 各分析の考察

分析1の考察 各尺度の因子分析

まずは、意味の付与尺度についてである。今回の調査では「このことには何か意味があったのではないかと考えた」という1項目において、先行研究と因子が異なるが、他の項目のまともは、先行研究とほぼ等しい。本研究では便宜上、先行研究とは別名を用いたが、意味の付与については、先行研究で用いられている「ポジティブな側面への焦点づけ」「出来事を経験した自己に対する評価」「出来事のもつメッセージ性のキャッチ」という3つの要素があることが、本研究でも裏付けされたと言える。

次に、自己成長感精緻尺度についてである。この尺度は、信野(2008)の先行研究で抽出された「自己安定感」「他者への誠実な態度」「他者つながり感」「他者尊重」の4因子とその因子構造が大きく異なっていた。信野(2008)は大学生に過去2年間で最も強いストレスイベントとして「一人暮らし、アルバイト、部活・サークル活動、ボランティア、実習、就職活動、勉強、ゼミ、卒論、留学、友人関係、家族関係、失恋、病気・けが、災害・事故、その他」の16項目中1つを調査対象者に選ばせ、そのイベントの前後での変化を尋ねている。これ

らのストレスイベントとして提示されたものは大学生世代、学生生活ならではのものが多く、ほとんどのものが利己的な内容である。それに対し、本研究では、ストレス体験を「介護」と指定して調査を行った。この「介護」という経験は、信野(2008)があげたストレスイベントに対して、利他的な経験であると言えるであろう。このようにストレスイベントの内容が大きく異なったことを考えると、本研究でこの尺度から抽出された3因子は、ストレスイベントが「介護」であったからこそ、その経験が自らの行為でありながらも相手に主においたものであったからこそ、導き出されたものと言えるであろう。

分析2の考察 各尺度因子の相関係数

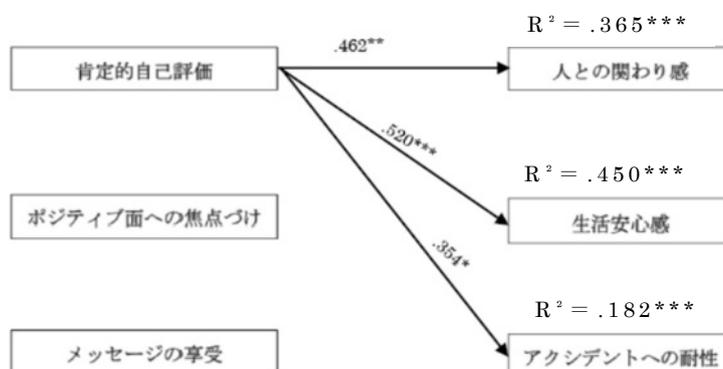
意味の付与尺度3因子と自己成長感精緻尺度3因子の相関が極めて高いことから、介護経験というストレスイベントでも経験に意味の付与を行うことで、自己成長感が高まるといえる。

分析3・4の考察 現在介護者と過去介護者の各因子

t検定・介護終了理由別の各因子分散分析

現在介護者と過去介護者に分け2尺度6因子それぞれにt検定をかけると、意味の付与尺度の「メッセージの享受」のみ、 $p < .05$ で過去介護者の方が現在介護者よりも、有意に得点が高い。このことから、「メッセージの享受」は現在介護者よりも過去介護者の方が大きく感じていることがわかる。これは、「メッセージの享受」という因子に、起こった出来事を俯瞰してとらえているようなイメージがあるため、距離を置いて介護経験をとらえることができる過去介護者において得点が高かったのではないかと考えられる。しかし、一方で現在介護者が、介護というストレスイベントの最中では、その生活を遂行していくことに精一杯でその経験を改めて考えることに難しさがあるとも理解できる。

加えて、この因子項目は自分がどう思ったかということよりも、「その出来事を通して誰かがメッセージを発信してきた」というような、他者の存在を感じさせる印象があり、宗教的、スピリチュアル的な大きな存在に



注) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

図2：過去介護者の意味の付与因子から自己成長感精緻因子への回帰

よって示されたメッセージであるとも感じられる。過去介護者には死別によって介護を終えられた方が多く、その死別経験での宗教的儀式やイメージがこの因子に影響を与えたのではないだろうか。そこで、過去介護者の介護が終了した理由別分散分析を見ると「ポジティブ面への焦点づけ」と「メッセージの享受」において、有意差が見られ、どちらの因子においても死別によって介護を終えた人の得点が最も高くなっている。このことから、被介護者の死が介護経験を俯瞰できるようになったり、経験に意味を付与できるようになったりすることに何らかの関係があることがわかる。その死に対して行われる式事がある種の意味づけを行う際の大きなキープポイントになる可能性も考えられる。

分析5の考察 意味の付与因子と自己成長感精緻因子の重回帰分析

意味の付与を測定する3因子と本研究で抽出された自己成長感を精緻する3因子に重回帰分析を行った。分析は、現在介護者、過去介護者に分けて実施した。その結果、どの対象においても「メッセージの享受」からの回帰は見られなかった。因子の詳細を見てみると、「メッセージの享受」を構成する項目は前述したように俯瞰したものであったのに対し、自己成長感精緻尺度で抽出した3因子は、人への対応の仕方やアクシデントへの対処の仕方など現実的なものを問うている。このことから、たとえ何かのメッセージを享受したとしても具体的な対処方法や生活の仕方にまでは影響を与えなかったことも考えられる。では、ここからは、対象別に考察を行う。

まず、現在介護者についてである。ここでは、 $p < .1$ の有意傾向しか見出されなかった。これは、現在介護中、つまりストレスイベントの最中にある人は、介護経験に意味づけを行い、自己成長感を感じていても、その意味づけと自己成長感を結び付けて考えるにはまだ至っていないといえる。この要因の一つとして、前述したように、介護中は経験に距離をおいて振り返ることができないことが考えられる。

次に、過去介護者についてである。ここでは、「肯定的自己評価」のみが自己成長感精緻尺度の3因子「人との関わり感」「生活安心感」「アクシデントへの耐性」を喚起するという結果が出ている。このことから、介護経験を終えてから、改めてその経験を振り返る時、また、その経験が何かの成長をもたらしたと考える時、自分が能動的に出来事に関わったという意識が大切になるのではないかと考えられる。宅(2005)は、コントロール困難な「事故」や「近親者の死」などのストレスイベントでは、受動的な経験となりやすいため、自らを貢献させるににくい、そのため、自己への評価が関与する余地がなく、己の力で克服したという実感がもてずに、自己成長感が低いと報告している。このことから、自らが動き、その自分を評価することが自己成長感にとって、いかに大きなことがうかがえる。自ら考え、行動したという肯

定的な自己評価は、現実的な自己成長を顧みるとき、自分が自分の力によって成長するという確かな感覚を抱かせるのではないだろうか」と今回の結果から考えられた。

ii 総合考察

今回の研究では、介護経験というストレスイベントも、その経験に介護者が意味づけを行うことによって、自己成長感が喚起されることを確認できた。また、調査対象者は現在介護者と、過去介護者に分け分析を行ったが、調査を行う中で、過去介護者と一まとまりにしていた対象も、施設入所により介護が終了したのか、死別により介護が終了したのかによって介護経験への意味の付与に差があることが明らかとなった。

意味の付与と自己成長感については経験中であろうと経験後であろうと、介護経験によって自己成長感が高まることに違いはないが、経験に対してどのように意味を付与し、自己成長が喚起されるかには差があることが理解できた。介護経験と自己成長感を意味の付与から考える時にポイントとなるのは、現在介護者はまだ、意味の付与から自己成長感への結びつきが弱いということである。これは、今まで述べてきたとおり、現在介護者は、まだストレスイベントの最中であり、その経験を振り返る機会が少ないことが要因として考えられる。また、加えて、ストレスイベントに自分自身が能動的に関わり、その自分を評価することが自己成長感に大きな影響を及ぼすことも明らかとなった。このことから、介護というストレスイベントからの自己成長感には、その経験を振り返ることと能動的に関わった自分を評価することが要因として大きいことが示された。

iii 今後の課題

今回は、介護経験と自己成長感についての探索的研究であり、経験への意味の付与に着目して研究を行った。そのため、本研究では取り扱えなかった点がいくつかある。

まず、研究の中では、調査対象者から「自分の老後や病後、人生観を考えさせられる経験だった」という声が多く聞かれたが、実生活における人間関係、気持ちの持ち方などの変化に焦点をおいていたため、介護経験特有と思われる人生観や死、病などについて取り扱うことができなかった。加えて、調査対象者からは「介護で成長したというよりも、元々、項目にあるようなことは気を付けるようにしている」という意見もいくつかあり、ストレスイベントでの成長が見られるとはいえ、そこに介護者の元来のパーソナリティの問題があることは否めない。

次に、本研究では、葛藤が大きいと予想される介護経験をテーマとして問うたため、倫理的配慮を行い、気がすすまなければ答えなくてもよいという姿勢をとった。よって、本研究の協力者は、介護経験と自己成長感に葛藤が大きくはない人であったことも予測され、このことは、一考すべき点であると言えよう。

以上を課題として踏まえ、今後の研究の糧としたい。

V 謝辞

本研究にあたり、ご協力いただいた機関の皆様には深く感謝いたします。また、指導教員の原口芳博教授をはじめ、ご助言くださった多くの先生方、そして何より、快く協力してくださった介護経験者の皆様に心より感謝し、お礼申し上げます。

※なお、本稿は2013年度修士論文を加筆・修正したものである。

VI 引用・参考文献

- Granger (1983) : 機能的自立度評価表 (FIM)
- 柏木恵子・若松素子 (1994) : 「親となる」ことによる人格発達—生涯発達の視点から親を研究する試み—, 発達心理学研究 5 (1), 72-83
- 伊藤明子 (1999) : 老年への過渡期にある成人の発達について—小説「黄落」の主人公と筆者が体験した老親との生活(老親介護)を中心に—, 奈良県立医科大学看護短期大学部紀要 3, 30-39
- 香取早苗 (1998) : 臨床 E-5 いじめの影響—マイナスとプラスの両側面から—, 日本教育心理学会総会発表論文集 (40), 392
- 北山三津子 (1996) : 高齢者を介護する家族の学びの特質に関する研究, 千葉看護学会誌 2 (1), 37-43
- 松村ちづか (2002) : ある在宅痴呆性老人家族介護者の自己強化のプロセスと他者との関わりの意味—Hさんの介護体験の半ライフヒストリー的分析—, 順天堂医療短期大学紀要 13, 31-40
- ミルトン・メイヤロフ (1987) : ケアの本質—生きることの意味, ゆみる出版
- 内閣府 (2010) : 高齢社会白書
- 内閣府 (2011) : 高齢社会白書
- 内閣府 (2012) : 高齢社会白書
- 内閣府 (2014) : 高齢社会白書
- 中村もとゑ・永井真由美・松原みゆき (2011) : 認知症高齢者を在宅で介護する向老期・老年期にある男性介護者のより

- よく生きる力とそれを育む要因, 日本老年看護学会誌 16 (1), 104-110
- 大塚小百合 (2008) : 喪失体験に対する意味の付与と自己成長感に関する研究—体験の領域による生じ方の差異に注目して—, 九州大学心理学研究 9, 119-131
- 岡本祐子 (1997) : 中年からのアイデンティティ発達の心理学—成人期・老年期の心の発達と共に生きることの意味, ナカニシヤ出版
- 岡本祐子 (1997) : ケアすることによるアイデンティティ発達に関する研究 1—高齢者介護による成長・発達感とその関連要因の分析—, 広島大学教育学部紀要第二部 (46), 111-117
- 岡本祐子 (2001) : 育児による親の発達とそれを支える家族要因に関する研究
- 櫻井成美 (1998) : 在宅要介護老人の介護者の介護経験—負担感, 肯定感とその関連要因の検討—, 学校教育学研究論集 1, 21-30
- 信野良太 (2008) : 自己成長感尺度作成の試み, 北星学園大学大学院社会福祉学研究科北星学園大学大学院論集 11, 125-136
- 総務省統計局・政策統括官 (統計基準担当)・統計研修所 : I 高齢者人口の現状と将来
- 鈴木和子 (1997) : 介護における家族機能の成り立ちに関する研究—日米における調査結果の比較から—, 千葉看護学会誌 3 (1), 15-23
- 宅香菜子 (2004) : 高校生における「ストレス体験と自己成長感をつなぐ循環モデル」の構築—自我の発達プロセスのさらなる理解にむけて—, 心理臨床学研究 22 (2), 181-186
- 宅香菜子 (2005) : ストレスに起因する自己成長感が生じるメカニズムの検討—ストレスに対する意味の付与に着目して—, 心理臨床学研究 23 (2), 161-172
- 玉田美香・前田仁美・秋田佐紀子・深田美香 (2006) : 高齢者介護による介護者の成長・発達感獲得の実態と関連要因の分析, 日本看護学会論文集 老年看護 37, 215-217
- 渡邊照美 (2004) 死別経験者の死別に対する認知と関連要因の検討—ケア提供に着目して—, 広島大学大学院教育学研究科紀要第二部 文化教育開発関連領域 53, 411-420
- 渡邊照美・岡本祐子 (2005) : 死別経験による人格的発達とケア体験との関連, 発達心理学研究 16 (3), 247-256