

高齢者の楽しさを引き出すセラピューティックレクリエーション援助のモデル研究

- フロー理論を基礎にした自己決定理論の応用 -

社会福祉法人小羊会 マーレー寛子 (005638)

キーワード: セラピューティックレクリエーション、フロー理論、自己決定理論

1. 研究目的

現在、日本の高齢者福祉サービスの中において、少しずつではあるが、レクリエーション援助が浸透してきている。様々な取り組みがなされてはいるものの、それらの質は、援助者の資質に因るところが多いと考えられる。その一つの理由として日本における高齢者福祉サービスの中にレクリエーション援助のための確固たるサービスモデルや理論の構築の弱さがあるのではないかと考えられる。セラピューティックレクリエーション分野で幸せや生きがい、楽しさと密接に関わる現象学として、近年アメリカを中心としてフロー体験に高い関心が向けられている。フロー研究はもともと内発的動機づけの現象を理解しようとして始まったものである (Csikszentmihalyi, 1975)。内発的動機づけの研究は、Deci (1971) によって始められ、その後 Deci & Ryan (1985, 2002) らによって自己決定理論として発展してきた。フロー理論と自己決定理論をリンクさせた研究は、Fortier & Kowal (2007) や Pelletier 他 (1995)、Pelletier & Sarrazin (2007)、Waterman 他 (2003) などに見られる。また、内発的動機づけとフローとの関係をレジャー分野で扱った研究も見られる (Csikszentmihalyi & Nakamura, 1989; Graf, Csikszentmihalyi, & McManama-Gianinno, 1983)。その他に高齢者のレジャー活動における内発的動機づけとフローとの関係を調査した研究も見ることができる (Mannell, Zuzanek, & Larson, 1988)。

このように海外においてフローと内発的動機づけの研究が蓄積されているにもかかわらず、それらが日本の福祉分野の中で実践的取り組みとして応用されている状況ではない。高齢者福祉ニーズの拡大は今後さらに進み、多様な利用者ニーズに対応していく必要がある。レクリエーション援助の中において、単にリハビリテーションの方法としてのゲームだけではなく、高齢期の生活を豊かにしていくために理論に基づいたセラピューティックレクリエーション援助を活用していく必要がある。本研究では、フロー理論を基礎にした自己決定理論に依拠し、高齢者が「楽しさ」を経験するための援助モデル構築への考察を試みる。

2. 研究の視点および方法

Csikszentmihalyi のフロー研究は、楽しさと楽しさの経験の心理学的解明をその基本的機能としている。その理論においては、フロー経験すなわち楽しさの経験を生み出す要素として、内発的動機づけ、支配感、コンピテンス (有能さ) などが挙げられる。また、Deci と Ryan らの初期の研究では、外発的動機づけによって内発的動機づけが低下するという見解が示されていた。しかし彼らは、近年「有機的統合理論」として自己決定理論をさらに展開し外発的動機づけの考え方を見直した。自律性の高い動機づけを示す「同一化的調整」については、外発的動機づけであっても正の影響を示すと考えられている (Ryan & Deci, 2002)。文献研究を通し、フロー理論と自己決定理論との関係を精査し、高齢者のレクリエーション援助の中における動機づけを検証する。そしてそれらの考え方を基に高齢者のレクリエーションにおける援助モデルの構築を図る。

3 . 倫理的配慮

本研究では、「日本社会福祉学会 研究倫理指針」に基づき適切な配慮のもとに研究を行う。

4 . 研究結果

Fortier と Kowal(2007)らは自己決定理論における自律性、有能さ、関係性の認知とフロー経験との関係を検証した。その結果、自律性、有能さ、関係性の認知は、フローと正の相関関係を持っていることがわかった(p.116)。彼らの研究では、フローを動機づけの結果として概念化することができ、フロー経験によって自律的動機づけが高められることが明確になった。活動に参加するための人の初期動機がいかなるものであっても、フローを経験することによって、自律的に活動を選択することにつながるのである (p. 117)。Mannell ら (1988)が ESM を用いて行った研究は、「自由に選択した内発的に動機付けられた活動は、より高いフローをもたらすのではないか」という仮説に基づいて行われた。ところが高齢者は、外発的に動機付けられた活動によって、最も高いレベルで内発的報酬がもたらされるフローを経験したと報告している。これらの研究結果に基づき、Deci ら(2002)の有機的統合理論における外発的動機づけのそれぞれの段階の理解に、フロー理論を結び付けることによって、動機づけの低い高齢者でもレクリエーション活動に参加して、楽しさを経験することができるためのモデルが考えられる。

引用・参考文献

- Csikszentmihalyi,M.(1975).Beyond boredom and anxiety. San Francisco: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi,M. & Nakamura, J.(1989). The dynamics of intrinsic motivation. In R. Ames & C. Ames (Eds.), Handbook of motivation theory and research, vol.3, New york : Academic Press, pp. 45-71.
- Deci,E.L. (1971). Effects of externally mediated rewards on intrinsic motivation. Journal of Personality and Social Psychology, 18, 105-115.
- Deci,E.L. & Ryan, R.M.(1985). Intrinsic Motivation and Self-determination in human behavior. New York: Plenum.
- Deci,E.L. & Ryan, R.M. (Eds.),(2002). Handbook of self-determination research. The University of Rochester Press.
- Fortier, M. & Kowal, J. (2007). The Flow State and Physical Activity Behavior Change as Motivational Outcomes: A Self-Determination Theory Perspective. In Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sports, Hagger, M.S. & Chatzisarantis, N.L.D.(Eds.), Human Kinetics, IL.
- Graef, R., Csikszentmihalyi,M. & Gianinno,S.M.(1983). Measuring Intrinsic Motivation in Everyday Life. Leisure Studies, 2, 155-168.
- Mannell,R.C., Zuzanek,J. & Larson, R.(1988). Leisure states and “Flow” experiences: Testing perceived freedom and intrinsic motivation hypotheses. Journal of Leisure Research, 20(4), 289-304.
- Pelletier,L.G., Fortier,M.S., Vallerand,R.J., Tuson,K.,Briere,N.M. & Blais, N.M.(1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). Journal of Sport and Exercise Psychology, 17,35-53.
- Pelletier, L.G. & Sarrazin, P.(2007). Measurement Issues in Self-Determination Theory and Sport. In Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sports, Hagger, M.S. & Chatzisarantis, N.L.D.(Eds.), Human Kinetics, IL.
- Waterman, A.S., Schwartz, S.J., Goldbacher, E.,Green,H., Miller,C., & Philip, S.(2003). Predicting the Subjective Experience of Intrinsic Motivation : The Roles of Self-Determination, The Balance of Challenges and Skills and Self-Realization Values. Personalith and Social Psychology Bulletin, 29, 1447-1458.