

高齢者における記憶の自己効力感

筑波大学大学院(博)心理学研究科 河野 理恵

筑波大学心理学系 太田 信夫

Memory self-efficacy in older adults

Rie Kawano and Nobuo Ohta (*Institute of Psychology, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

The purpose of this study was to examine the relation between memory self-efficacy, the frequency of memory failures, and cognition for memory changes with aging. To this end, a memory self-efficacy scale was constructed, and its validity and reliability were tested in a pilot study in which 145 undergraduate students completed the scale together with a self-esteem scale and a short inventory of minor lapses. Based on the results of this study, a memory self-efficacy scale for older adults was created. In the main study, these three scales were given to 171 older adults. The result indicated that there was a strong negative correlation between memory self-efficacy and the frequency of memory failures, and a strong negative correlation between memory self-efficacy and cognition for memory changes.

Key words: memory self-efficacy, frequency of memory failures, cognition for memory change

問 題

人はある事態に対処する際に、一定の結果に導く行動を自らがどの程度うまく行えるか、という自己評価を行うことができる。このような、特定の事態に対して「このくらいはできる」と知覚された、可能性の認知のことを自己効力感(self-efficacy)という(Bandura, 1977)。坂野・東條(1986)は、個人がどの程度、この自己効力感を有するかで個人の行動変容を予測し、不適応な情動反応や行動を変化させることができると指摘している。

これまで自己効力感とは、数多くの臨床的治療やプログラムに応用されてきた。例えば、へび恐怖症(Bandura, Adams & Beyer, 1977)、視線恐怖症(前田・坂野・東條, 1987)などであり、自己効力感の上昇に伴い、へび(あるいは視線)に接近するという遂行レベルも上昇することが例証されている。また、恐怖症の治療以外の領域においては、Di Clemente(1981)が禁煙行動における自己効力感を検

討し、喫煙の誘惑に対する自己効力感が高い人ほど、禁煙を維持できることを明らかにしている。さらに、Manning & Wright(1983)は、妊婦の出産の痛みコントロールについて検討し、痛みのコントロールに対する自己効力感が、その後の実際の行動を的確に予測することを実証している。

このように、さまざまな特定領域における自己効力感が検討されているが、その領域が記憶であった場合には、記憶の自己効力感を測定することとなる。記憶の自己効力感のような自己の記憶能力の認知は、メタ記憶(Flavell, 1971)を構成する概念の一部とされ、検討が行われてきた。メタ記憶とは、自己の記憶についての評価と知識、および記憶方略や記憶状況のモニタリング、記憶遂行のコントロールを包括した概念である。

従来のメタ記憶研究では、主に記憶の発達を明らかにする、または学校での成績と自己の記憶の認知との関係を検討することが研究目的であった。そのため調査対象者は、幼児や小学生から大学生までの

比較的低・若年層であり、そのような対象者のメタ記憶を測定するための質問紙が作成され、研究が行われてきた。豊田(1993)は小学生において、子供の記憶活動における発達の変化を検討した。その結果、5年生では記憶に対する自信と単語自由再生との成績、6年生では記憶に対する自信と順唱との成績に関連があり、記憶に対して自信がある者ほど、記憶成績もよいことが報告された。また、楠見(1983)は大学生を対象にメタ記憶と記憶成績との関係を検討したが、両者間に明確な対応関係は見いだせなかった。

一方、これまでのところ、成人、とりわけ高齢者の記憶の自己効力感を検討している研究はほとんど見られない。近年、社会の高齢化に伴い、生涯学習が叫ばれて久しい。高齢者の記憶のメカニズムや学習を考えていく上で、高齢者がどのような記憶の自己効力感を保持し、それが他の要因とどのように関係しているのかを明らかにすることは重要であると考える。

そこで、本研究では、成人や高齢者に使用可能である、記憶の自己効力感尺度を作成することを予備調査1、2で試みる。その後、本調査において、高齢者を対象として、それら予備調査に基づき作成した記憶の自己効力感尺度と、記憶の自己効力感と関係すると考えられる要因との検討を行う。なお本論文では、関連要因として、記憶の失敗経験と記憶変化の認知を取りあげ、両者が記憶の自己効力感とどのような関係にあるのかを明らかにする。

予備調査1

目 的

前述したように、従来のメタ記憶研究は、主に低・若年層の記憶の発達や学習の観点から行われていた。そのため、楠見(1983)やDixon, Hulstsch & Hertzog(1988)によって作成されたメタ記憶質問紙のうち、記憶の自己効力感と関係すると考えられるものは「先週の授業がどこまで進んだかを覚えている」「公式や英語の文法をいつまでも覚えていられる」のような、授業場面を想定した項目やテストに関する項目などである。しかしながら、授業やテストなどとほとんど関係しない高齢者に対して、そのような質問項目を用いて記憶の自己効力感を測定することは不適切であると考えられる。また、「家に帰ってからその日の出来事を思い出せる」のように、日常生活場面が想定されている質問項目もいくつか存在しているが、その数は少ない。

そこで、予備調査1では授業やテスト場面以外に

において、記憶の自己効力感を測定できる質問項目を収集・案出し、成人や高齢者を対象とした記憶の自己効力感質問紙を作成することを目的とする。

ところで、一般的な考え方からは、記憶の自己効力感が高いほど、記憶テストにおける成績はよいという結果が得られると推測するであろう。これは、小学生における豊田(1993)の結果や大学生における河野(1999)の結果と一致する概念である。しかしながら、高齢者では、記憶テスト前という状況において、自己の記憶に自信があると評価した者ほど、記憶成績が低いという結果が明らかにされている(河野, 1999)。また、学歴の高い高齢者ほど、もの忘れを顕著に感じているという結果も見受けられる(河野, 1997)。これらのことをふまえると、高齢者を対象として、記憶の自己効力感を調査した場合に、尺度の妥当性が通常の推測とは異なる可能性が考えられる。そのため、予備調査1では大学生を対象として調査を行う。なぜなら、大学生では一般理念で考えられている関係が予測されるからである。しかしながら、本調査の目的は高齢者における記憶の自己効力感を検討することである。よって、質問項目の選択では、高齢者にも使用できる項目ということをもっと重視し、記憶の自己効力感尺度を作成することを試みる。

方 法

1 調査対象者

国立T大学の大学生145名(男性61名, 女性84名)。平均年齢は20.2歳であった。

2 実施時期

1999年1月下旬から2月上旬。

3 質問紙

質問紙は、年齢、性別などを尋ねるフェースシートと次の3つの尺度から構成した。

1) 記憶の自己効力感尺度

授業やテスト場面以外において、記憶の自己効力感を測定していると考えられる項目を、Dixon, Hulstsch & Hertzog(1988)によるthe Metamemory in Adulthood Questionnaire、楠見(1983)による日常生活における自己の記憶能力に関する質問紙から収集した。また、それだけでは項目数が非常に少なかったため、Herrmann & Neisser(1988)によるShort Inventory of Memory Experiencesなどを参考に、質問項目を独自に作成し、計25項目から尺度を構成した。項目を選出する際、高齢者にも項目が理解、回答可能となることを考慮した。この尺度の得点が高いほど、記憶の自己効力感が高いことを意味する。回答は「かなりそう思う、かなりある」から「そう

思わない、ない」までの5件法で測定された。

2) 自尊感情尺度

心理学において、自尊感情は「自分が価値のある、優れた人間であるという感情」としてとらえられており、様々な自信の集合体と言えるものである。成田・下仲・中里・河合・佐藤・長田(1995)の研究では、特性的自己効力感尺度と自尊感情尺度の関係が検討され、大学生においては両者間に.54の有意な相関が見られている。彼らの使用した自己効力感の尺度は特定の課題や状況ではなく、一般的な自己効力感を測定する尺度であった。坂野・東條(1986)によれば、特定の課題における自己効力感と一般的自己効力感には関係性が認められるとされる。そこで、本調査においても自尊感情と記憶の自己効力感との関係を検討した場合に、両者間には正の相関が見られると予測される。本研究における自尊感情尺度には遠藤・安藤・冷川・井上(1974)によって作成されたSelf-esteem測定尺度25項目を使用した。この尺度の得点が高いほど、自尊感情が高いことを意味する。回答は「かなりそう思う、かなりある」から「そう思わない、ない」までの5件法で測定された。

3) 記憶の失敗経験尺度

Reason(1993)によって作成されたShort Inventory of Minor Lapses 14項目を、母国語が英語である者とともに日本語に訳したものを使用した。この尺度の得点が高いほど、記憶における失敗経験が多いことを意味する。一般的に、記憶の失敗経験が多いほど、記憶の自己効力感は低くなることが予測できる。すなわち、記憶の自己効力感尺度と記憶の失敗経験尺度間には負の相関が見られるであろう。回答は「かなりある」から「ない」までの5件法で測定された。

4 手続き

質問紙は心理学の授業中における一斉調査と、個別配布という二通りの形式で実施された。

結果と考察

各回答は、記憶の自己効力感尺度においては、「かなりそう思う、かなりある」を5点、「そう思わない、ない」を1点、自尊感情尺度においては、「かなりそう思う、かなりある」を5点、「そう思わない、ない」を1点、記憶の失敗経験尺度においては、「かなりある」を5点、「ない」を1点として得点化した。

1 信頼性の検討

1) 記憶の自己効力感尺度

記憶の自己効力感尺度は、独自に作成した尺度であるため、主成分分析によって次元性の確認を行った。その結果、第1主成分(寄与率26.5%)に負荷量の絶対値が高い(.40以上)項目は18項目であった。そこで、これら負荷量の高い18項目のみを用いて、再び主成分分析を行ったところ、寄与率は36.2%に上昇し、第1主成分に対する15項目の負荷量の絶対値が.40以上となった。そのため、15項目をこの尺度の項目として使用することとした。また、信頼性を検討するために α 係数を算出したところ $\alpha = .89$ であった。このことから、十分な信頼性があったと判断し、15項目を単純合計して合成得点を算出し、この尺度の得点とした。

2) 自尊感情尺度、および記憶の失敗経験尺度

自尊感情尺度、および記憶の失敗経験尺度は既存尺度であったが、確認のために記憶の自己効力感尺度と同様の分析を行った。その結果、自尊感情尺度では25項目中20項目、記憶の失敗経験尺度では14項目中12項目を本予備調査における各尺度項目に使用し、尺度得点を算出した。また、各尺度において α 係数を算出したところ、自尊感情尺度 $\alpha = .85$ 、記憶の失敗経験尺度 $\alpha = .86$ であった。

2 妥当性の検討

記憶の自己効力感尺度の妥当性を検討するために、他の2尺度との相関係数を算出した。結果をTable 1に示す。

1) 記憶の自己効力感尺度と自尊感情尺度との関係

記憶の自己効力感尺度と自尊感情尺度との相関係数を算出したところ、両者間に.36($p < .01$)の正の相関が見られた。この結果は、成田他(1995)の結果と一致しており、予測通りであった。このことは、自分に自信がある者は、記憶という特定領域においても高い自己効力感を示すということを示唆している。

2) 記憶の自己効力感尺度と記憶の失敗経験との関係

記憶の自己効力感尺度と記憶の失敗経験尺度との相関係数を算出したところ、両者間に-.45($p < .01$)の負の相関が見られた。この結果は、記憶の自己効

Table 1 大学生における記憶の自己効力感尺度と関連尺度との相関係数

	記憶の 自己効力感	記憶の失敗経験
記憶の失敗経験	-.45**	
自尊感情	.36**	-.31**

** $p < .01$

力感が高いほど、自己の記憶において失敗経験が少ないことを意味しており、一般概念と一致しているものであった。大学生では、記憶の失敗経験がそのまま記憶の自己効力感へと反映されていると考えられる。

以上の結果から、本予備調査1で作成した記憶の自己効力感尺度の信頼性と妥当性は、概ね認められたと考えられる。

予備調査2

目 的

予備調査1において、独自に作成した記憶の自己効力感尺度の妥当性と信頼性は確認された。しかしながら、実際に高齢者が質問項目の理解ができ、回答ができるのかどうかの疑問が残る。そこで、予備調査2では、記憶の自己効力感尺度は、高齢者に理解でき、回答可能かどうかの確認を行うことを目的とする。

方 法

1 調査対象者

つくば市の一般家庭に在住する高齢者の女性5名。平均年齢は69.3歳(SD=3.1)であった。

2 実施時期

1999年3月下旬。

3 質問紙

質問紙は、年齢、性別を記入するフェースシートと予備調査1で作成された、記憶の自己効力感尺度15項目から構成した。

4 手続き

調査対象者に、記憶の自己効力感尺度に含まれる項目を一つずつ読み上げ、その項目内容が理解できるか、自分なら答えられるかを尋ねた。回答は口頭で行わせ、その結果を調査者が記述した。

結果と考察

すべての調査対象者が、記憶の自己効力感尺度に含まれる項目を理解でき、回答が可能であったとした。しかしながら、いくつかの項目において質問があった。加えて、日常生活では質問項目にあるような行動はあまり行わない、などの指摘があり、該当項目を若干修正、または削除することが必要であると考えられた。この点を考慮すれば、この記憶の自己効力感尺度を高齢者に適用することは可能であると示唆された。

本 調 査

目 的

高齢者において、記憶の自己効力感と記憶の失敗経験、ならびに記憶変化の認知との関係を検討することを目的とする。

方 法

1 調査対象者

松山市の一般家庭に在住する65～94歳の高齢者171名(男性101名、女性70名：平均年齢75.3歳、SD=6.0)。

2 実施時期

1999年3月下旬から4月下旬。

3 質問紙

質問紙は、フェースシートと次の3つの尺度から構成した。フェースシートでは、年齢、性別などを尋ねた。

1) 記憶の自己効力感尺度

予備調査1で作成した記憶に対する自己効力感尺度を使用した。しかし、予備調査2の結果に基づき、若干の修正、削除を行ったため、本研究では14項目を使用した。この尺度の得点が高いほど、記憶の自己効力感が高いことを意味する。回答は「そう思う、かなりある」から「そう思わない、ない」までの4件法で測定された。

2) 記憶の失敗経験尺度

予備調査1と同じく Reason(1993)によって作成された Short Inventory of Minor Lapses 14項目を母国語が英語である者とともに日本語に訳したものを使用した。この尺度の得点が高いほど、記憶における失敗経験が多いことを意味する。一般的には、大学生を対象にした予備調査1の結果と同様に、記憶の失敗経験が多いほど、記憶の自己効力感は低くなることが予測される。すなわち、記憶の自己効力感尺度と記憶の失敗経験尺度には負の相関が見られるであろう。回答は「かなりある」から「ない」までの4件法で測定された。

3) 記憶変化の認知尺度

まず最初に Dixon, Hulstsch & Hertzog(1988)によって作成された the Metamemory in Adulthood Questionnaire の下位尺度である、記憶の変化に関する尺度(Change Scale)を英語が母国語である者とともに翻訳した。この尺度には本来18項目が含まれる。ここで、高齢者へ質問紙を行う際には、疲労や注意集中の観点から、できるだけ少ない項目で、尺度を構成することが望ましいことを考慮すると、既存の18項目では項目数が多いと思われた。そのた

め、本調査では、上記尺度の中で同じことを逆転項目として質問している項目を削除した、10項目を用いた。この尺度の得点が高いほど、加齢に伴い、記憶の変化を認知していることを意味する。一般的には、記憶変化(記憶の衰退)を顕著に感じるほど、記憶の自己効力感は低くなることが予測される。すなわち、両者間には負の相関が見られるのではないだろうか。回答は「そう思う」から「そう思わない」までの4件法で測定された。

4 手続き

電話で調査内容を説明した上で、調査を行うことを承諾した高齢者に質問紙を郵送し、回答後に質問紙を返送させた。その際、家族、老人会における友人などにも質問紙を実施してもらえらる可能性がある者に対しては、5〜40部の質問紙を同封した。

結果と考察

質問紙回収率は、81.4%であった。記憶の自己効力感尺度、記憶変化の認知尺度においては、回答を「そう思う、かなりある」を4点、「そう思わない、ない」を1点として得点化した。また、記憶の失敗経験尺度においては、「かなりある」を4点、「ない」を1点として得点化した。

1 信頼性の検討

1) 記憶の自己効力感尺度

記憶の自己効力感尺度に対して、主成分分析を行った。その結果、「記憶テストを行った場合、自分の結果を公表してもいいと思いますか」「最近、もの忘れをするようになったと思いますか」「読み終えた本の内容はしっかり覚えている方だと思いますか」の負荷量が、それぞれ、.44、-.37、.26であ

り、負荷量の絶対値が.50以下であった。また、項目—得点相関においても、それぞれ、 $r=.37$ 、 $r=-.32$ 、 $r=.21$ と中程度であった。そのため、本研究ではこれら3項目を除いた、11項目で高齢者の記憶の自己効力感尺度を構成することとした。尺度の信頼性を検討するために、 α 係数を算出したところ、 $\alpha=.91$ であり、十分な信頼性を保つことが示された。Table 2にこの尺度の主成分分析と項目分析の結果を示した。

2) 記憶の失敗経験尺度

記憶の失敗経験尺度に対して、主成分分析を行った。その結果、すべての項目に関して、負荷量が.50以上であったため、14項目すべてをこの尺度に含めることにした。尺度の信頼性を検討するために、 α 係数を算出したところ、 $\alpha=.92$ であり、十分な信頼性を保つことが示された。

3) 記憶変化の認知尺度

記憶変化の認知尺度に対して、主成分分析を行った。その結果、「若い頃は、他人と比べて記憶力が優れていたと思いますか」「若い頃は、一度覚えたことは、なかなか忘れなかったと思いますか」の負荷量が、それぞれ、.21、.26と低かった。また、項目—得点相関においても、それぞれ、 $r=.14$ 、 $r=.18$ と低くなっていた。そのため、本研究ではこれら2項目を除いた、8項目で記憶変化の認知尺度を構成することとした。尺度の信頼性を検討するために、 α 係数を算出したところ、 $\alpha=.85$ であり、十分な信頼性を保つことが示された。

2 記憶の自己効力感尺度と記憶の失敗経験尺度および記憶変化の認知尺度との関係

記憶の自己効力感尺度と記憶の失敗経験尺度、お

Table 2 記憶の自己効力感尺度の項目分析と主成分分析結果

項 目	第1主成分 負荷量	項目—得点 相関
人と比べて、物覚えはいい方だと思いますか	.83	.77
ものを集中して覚えることは簡単なことだと思いますか	.80	.74
記憶テストを行った場合、良い成績が出せると思いますか	.78	.72
クイズや神経衰弱は得意な方だと思いますか	.77	.70
他の人と比較して、自分の記憶力に自信がありますか	.74	.67
その気になれば、たいいていのことを記憶できると思いますか	.73	.65
本や映画、テレビのタレントなどをすぐに覚えてしまう方だと思いますか	.71	.63
人の名前を覚えることが得意であると思いますか	.69	.61
記憶テストを行うことに抵抗がありますか	-.59	.52
なにかを記憶することは苦手だと思いますか	-.59	.49
料理や木工作業などを行うときに、物事を行う順番を覚えることが得意だと思いますか	.56	.49

Table 3 高齢者における記憶の自己効力感尺度と関連尺度との相関係数

	記憶の 自己効力感	記憶の失敗経験
記憶の失敗経験	-.70**	
記憶変化の認知	-.70**	.74**

**p<.01

および記憶変化の認知尺度との関係を検討するために、それぞれにおいて相関係数を求めた。その結果を Table 3 に示した。

記憶の自己効力感尺度と記憶の失敗経験尺度では、 $r = -.70$ ($p < .01$) の負の相関が見られた。これは、記憶における失敗経験が少ないほど、記憶の自己効力感は高くなるということを示唆している。高齢者においても、予備調査1での大学生と同様の結果であった。このことから、両者間の関係は、どの年代においても変わらないものであると考えられる。

また、記憶の自己効力感と記憶変化の認知尺度では、 $r = -.70$ ($p < .01$) の負の相関が見られた。これは、記憶の自己効力感が高いほど、自己の記憶の変化をあまり認識していないということを意味し、予測と一致した。この結果を反対の方向から見ると、自己の記憶の衰退を敏感に感じている高齢者ほど、記憶の自己効力感が低くなっていると言いうことができる。加齢に伴って、自己の記憶が衰退しているということを顕著に意識しすぎる高齢者は、記憶の自己効力感を必要以上に低下させてしまう可能性があると考えられた。

まとめと今後の課題

予備調査1において記憶の自己効力感尺度を作成し、予備調査2においてその尺度を高齢者に使用できることを明らかにした。その後、本調査において、これら予備調査1, 2に基づいた記憶の自己効力感尺度を用いて、高齢者における記憶の自己効力感と記憶の失敗経験、および記憶変化の認知との関係を検討した。その結果、記憶の自己効力感とその他2尺度には高い負の相関が見られた。

今回の研究では、高齢者の記憶の自己効力感と、それに関係する主観的評価との関係を取りあげたと言える。今後の研究においては、高齢者の記憶の自己効力感と実際の記憶成績がどのような関係にあるのかを検討することが課題である。

参考文献

- Bandura, A. 1977 Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, **84**, 191-215.
- Bandura, A., Adams, N.E. & Beyer, J. 1977 Cognitive processes mediating behavior change. *Journal of Personality and Social Psychology*, **35**, 125-139.
- DiClement, C.C. 1981 Self-efficacy and smoking cessation maintenance: A preliminary report. *Cognitive Therapy and Research*, **5**, 175-187.
- Dixon, R.A., Hultsch, D.F. & Hertzog, C. 1988 The metamemory in adulthood (MIA) questionnaire. *Psychopharmacology Bulletin*, **24**, 671-688.
- 遠藤辰雄・安藤延男・冷川昭子・井上祥治 1974 Self-esteem の研究 *教育心理学研究*, **18**, 53-65.
- Flavell, J.H. 1971 First discussant's comments: What is memory development the development of? *Human Development*, **14**, 272-278.
- Herrmann, D.J. & Neisser, U. 1978 An inventory of everyday memory experiences. In M.M. Gruneberg, P.E. Morris & R.N. Sykes (Eds.), *Practical aspects of memory*. London: Academic Press. Pp.35-51.
- 河野理恵 1997 高齢者のメタ記憶—読書行動との関連から— *日本教育心理学会第39回総会発表論文集*, 423.
- 河野理恵 1999 高齢者のメタ記憶—特性の解明, および記憶成績との関係— *教育心理学研究*, **47**, 421-431.
- 補見 孝 1983 日常生活における記憶現象の構造—質問紙法と実験法の統合的アプローチ— *日本教育心理学会第25回総会発表論文集*, 634-635.
- 前田基成・坂野雄二・東條光彦 1987 系統的脱感作法による視線恐怖反応の消去に及ぼす SELF-EFFICACY の役割 *行動療法研究*, **12**, 68-80.
- Manning, M.M. & Wright, T.L. 1983 Self-efficacy expectancies, outcome expectancies, and the persistence of pain control in childbirth. *Journal of Personality and Social Psychology*, **45**, 421-431.
- 成田健一・下仲順子・中里克治・河合千恵子・佐藤眞一・長田由紀子 1995 特性的自己効力感尺度の検討—生涯発達の利用の可能性を探る— *教育心理学研究*, **43**, 306-314.
- 豊田弘司 1993 子どもの記憶活動における発達の

変化 奈良教育大学紀要, **42**, 153-165.

Reason, J. 1993 Self-report questionnaires in cognitive psychology: Have they delivered the goods? In A. Baddeley & L. Weiskrantz (Eds.) Attention: Selection, awareness, and control: Tribute to Donald Broadbent. Oxford: Clarendon

Press. Pp.406-423.

坂野雄二・東條光彦 1986 一般性セルフエフィカシー尺度作成の試み 行動療法研究, **12**, 73-82.

—1999. 9. 30 受稿—