

援農が中高年層に与える心理的な影響

主任研究員 尾中謙治

農家の労働力不足への対応策のひとつとして援農(農作業の手伝い)の取組みがある。受入農家は労働力の獲得という効果が明確であり、援農参加者にも様々な効果があると考えられるが、ここでは援農に参加した中高年男性への心理的な影響を紹介する。

1 対象者と調査の概要

調査対象者は、援農ボランティア(無償)の話を聞いたA社の1社員が同僚に声がけして集まったA社の部課長クラスの男性4人(40代1人、50代3人)である。受入農家は福岡県内の果樹栽培などを営んでいる農業法人、日時は2023年2月23日(祝日)9時~17時、天候はくもりのち晴れ、気温8~13℃、内容は耕作放棄地の整備、獣害対策の網の設置、イチゴの収穫体験などであった。

調査は援農当日の援農開始前と後に日本語版POMS®2の「成人用 短縮版」(注1)を2人、心理チェックリスト(注2)を2人に実施した。

2 POMS®2の結果

援農後は2人とも「総合的気分状態」(ネガティブな感情全般)、「怒り」「混乱」「緊張(不安)」が減少しており、「活気」「友好」というポジティブ気分は上昇している(第1・2図)。

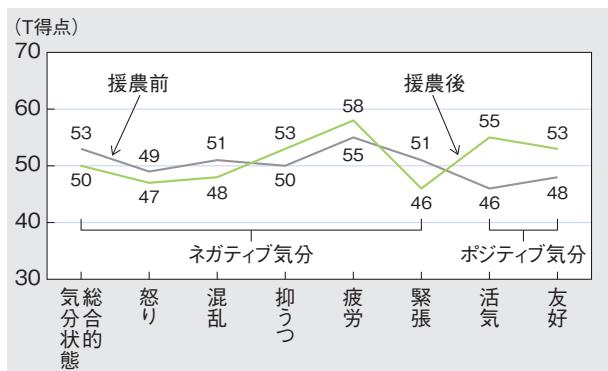
A氏の「抑うつ」と「疲労」の得点は増加しているが、「疲労」については普段と異なる農作業を行ったことによって疲れが出たことが原因と考えられる。「抑うつ」は測定にあたって「自分では何もできない」「価値がない」という設問が含まれており、援農によって「自分ひとりでは農業ができない」というようなことに気づいたことが原因と推察される。

3 心理チェックリストの結果

援農後の自己価値感尺度はC氏が上昇、D氏には変化がなかった(第3・4図)。

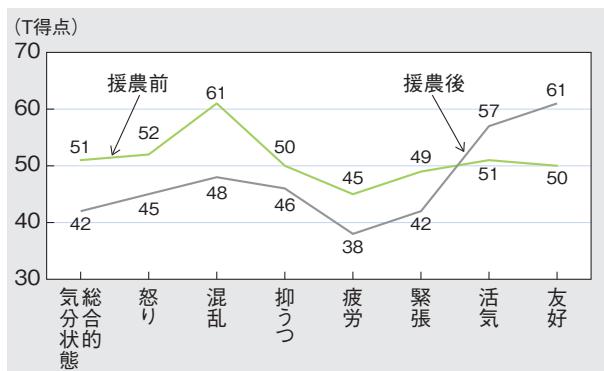
自己抑制型行動特性尺度は2人とも上昇しており、これは自己表出度(自分の本音・思っていることを伝えること)が下がったことを意味する。自己表出度が下がることは、基本的に望

第1図 援農前後のA氏のPOMS®2

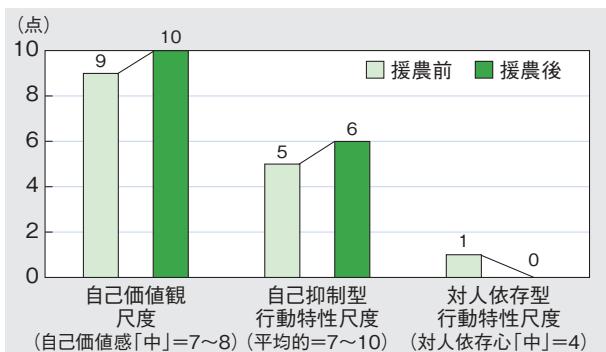


※T得点の50点は世代と性別を加味した平均値を意味する。

第2図 援農前後のB氏のPOMS®2



第3図 搾農前後のC氏の心理チェックリスト



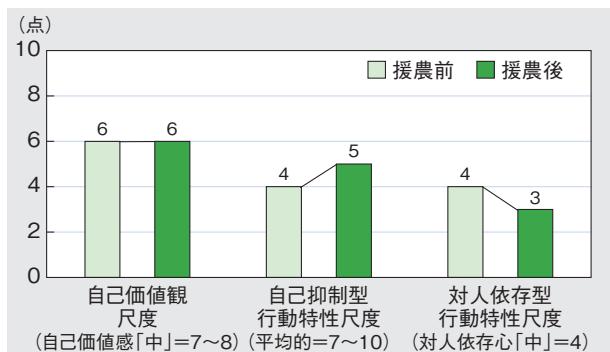
ましいことではないが、自己表出度が高い場合（自己抑制型行動特性尺度が0～6点）、自己主張だけをして周囲との適応度が低いケースがある。今回の2人がそれに該当するかは不明であるが、周りに合わせる傾向が高まったとすれば、参加者にプラスの影響を与えたといえる。自己表出度が高い人が援農を通じて下がるのは、受入農家の指導のもと慣れていない作業を複数人で協働して行うため、自分の主義主張を伝えたり、「辛い」「疲れた」という弱音を吐いたりすることが難しくなるためと考えられる。

援農後の対人依存型行動特性尺度は2人も低下している。0～3点は精神的自立度が高く、相手に過度な期待をせず、自己決定心が強い状態をあらわしている。参加者は部課長クラスであり、日常業務において自己決定・自己責任の意識が高いことから、援農前から点数は低い状態であったが、援農を通じてより点数が低下している。これは受入農家からの指導を受けた後は、不慣れな一定の作業について自分の判断で実施する必要があったことが影響していると推察される。

(注1)日本語版POMS[®]2の概要や尺度については尾中(2022)を参照。

(注2)宗像ほか(2007)の心理チェックリストのうち「自己価値感尺度」「自己抑制型行動特性尺度」「対人依存型行動特性尺度」を使用。

第4図 搾農前後のD氏の心理チェックリスト



4 中高年層の会社員に与える影響

今回の調査はサンプル数が少なく、援農の内容にも影響を受けるものの、援農に関心のある人が援農に参加した場合、ネガティブ気分を改善し、ポジティブ気分を上昇することが改めて確認できた。また、自己価値感を高める可能性があり、周囲と良好な関係を作るための自己抑制が適正に働き、対人依存を下げることがわかった。

プレッシャーや孤独感を感じることの多い中高年の管理職にとって、援農はストレス発散、自己肯定感や自己決定心の向上、仲間と仕事をすることの大切さ・楽しさの再発見などにつながる。それによって仕事に対する意識や行動がプラスに変化することが期待される。また、援農は周囲との協働が必要なため、管理職のパワーハラスメントの予防としても効果があるのではないかと考える。

援農が農家のためだけでなく、参加した人のセルフケアや組織の活性化などにつながる取組みとして一層活用されていくことを期待したい。

＜参考文献＞

- ・尾中謙治(2022)「援農が心理面に及ぼす影響と受入農家の留意点-西鉄グループ社員のアンケート結果に基づいて-」『農林金融』11月号
- ・宗像恒次ほか(2007)『SAT法を学ぶ』(宗像恒次監修)金子書房

(おなか けんじ)