

構造的ライフレビューが高齢者に与える影響の検討

13010PCM 西川 雪乃

1. 問題と目的

日本は高齢社会である。高齢者は身体的老化に伴い、有病率が高くなり、心身の健康の保持の個人差が大きくなる。

エリクソン(1959, 1982)は、人の生涯を8つの発達段階に区分し、それらの各段階における自我発達課題とその危機について述べている。自我は生涯を通じて成長し、老年期の発達課題と危機は「統合性」と「絶望」である。最後まで自分のライフ・サイクルを人生の究極として受け入れられない人は、別の人生を始めようしたり、人生を完全な形で終結させるために別の道を試そうとしたりするが、時間的にも不可能であるため、ますます不完全感が強まって深い絶望に陥る。この段階での重要な出会いは「自分の人生の聞き手との出会い」であり、この段階での重大イベントは「人生を顧みる」ことである。したがって、老年期には「自分の人生の聞き手との出会い」や「人生を顧みる」ことが必要となり、何らかの支援が必要ではないかと考えた。

Butler(1963)は回想法を提唱し、それまで否定的に捉えられがちであった高齢者の回想は、人生の最終課題である死に直面した時に無意識に起きる、誰にでも見られる行為として位置づけた。Butlerによると、ライフレビューは、自然に生じ普遍的にみられる精神のプロセスであるととらえている。過去の経験を進歩的に振り返り、未解決の葛藤を再起させることで、過去の経験や葛藤が吟味され、再統合に至るとしている。

Haight, Coleman&Lord(1995)は構造的ライフレビュー面接を開発した。これによって、高齢者が自身の経験を再構成し、過去を意味あるものとしてそれまで気づかずにいた意義を見出すと仮定し、さらにライフレビューは1対1の

関係の中で起きると主張し、心の深層を語り、時にいたたまれない過去を表現するには唯1人の聞き手が必要だとしている。Haight et al.は、デイケアの利用者にこのライフレビュー面接を実施し、非介入群や日常会話などを行った群と比較して、実施した群では面接の前後に人生満足度および心理的幸福感が有意に改善されたと報告している。このことから、構造的ライフレビューは高齢者にとって何らかの手助けになり得ることがわかる。しかし、その一方、今まで肯定的であった人生が他者に語り直すことで否定的に変わることはないのだろうか。本研究では高齢者を対象に構造的ライフレビューを行い、そのことが高齢者にどのような影響を及ぼすのかを検討する。また、構造的ライフレビューの影響を事例から検討する。

2. 方法

対象者は、ケアハウスAに入居中の65歳以上の調査に協力していただいた6名であった。対象者の概要をTable1に示す。

Table1 対象者の概要

対象者	年齢	性別	セッション回数
Aさん	77	女性	6回
Bさん	86	女性	6回
Cさん	86	女性	6回
Dさん	75	女性	3回
Eさん	84	女性	2回
Fさん	77	女性	0回

構造的ライフレビューは週に1回全6回行った。FさんはケアハウスAの職員からの指示で実施が困難であるため調査対象から外した。D、Eさんは6回実施することができなかった。

尺度による調査を行い、構造的ライフレビューによる影響がないか調べた。使用した尺度はPGCモラルスケール、エリクソンの発達課題

達成尺度、日常生活満足度評価表の3つであった。また、時間経過による変化ではないことを示すために構造的ライフレビュー実施6週間前に1回目を、実施直前に2回目を、実施後に3回目の調査を行った。

3. 結果と考察

全ての尺度において、時期よっての変化はみられなかった。PGC モラルスケールでは、平均得点をみると1回目から3回目調査までに減少傾向であることがわかった。エリクソンの発達課題達成尺度(統合度)では、平均得点をみると1回目から3回目調査までに上昇傾向であることがわかった。日常生活満足度評価表尺度では、平均得点をみると1回目から3回目調査までに上昇傾向であることがわかった。

A, B, Cさんは構造的ライフレビューを6週間続けることができた。調査項目の結果からもA, B, Cさんは高得点、ないし平均点を獲得している一方、D, E, Fさんは低得点である。A, B, Cさんは、元々自分自身の力でライフレビューを自然と行っており、老年期の発達課題である「統合性」を無事に獲得し、元々構造的ライフレビューを受け入れられる力があつたと推察される。よって、構造的ライフレビューがA, B, Cさんに大きく変化をもたらしたとは考えにくいことがいえる。しかし、Butlerは更に過去の経験を再評価することによって、その人の人生に新しい意味づけを与える可能性があるとした。今回の研究でA, B, Cさんは「自分の人生の聞き手との出会い」や「人生を顧みる」機会を得ることができ、人生の振り返りの手伝いのできたのではないかと考える。また、Butlerはライフレビューを通して再構造化が成功するにはパーソナリティの特徴であり、それはflexibility, resilience, self-awarenessであると述べている。この特徴の有無が構造的ライフレビューにおいても、対象者にとって「統合性」を得られるかどうかの重要な要因であるといえ、構造的ライフレビュー実施の際にはこれらを見極めることが必要であると考えられる。

他方、構造的ライフレビューの中で対象者が妄想を語り出し、筆者は動揺した。稲谷(2003)

は精神疾患のクライアントに対しておこなう場合、安易に同情したり、話を変えたりすることは好ましいものではないと、述べている。実施者は十分に様々な事態に対処できる技術や心構えを身に付けている必要があると考える。筆者はDさんに対して実施者側の態度が十分に機能していなかったように振り返る。その一方で、長田・長田(1994)や、野村(2002)の研究では、ライフレビューを行うことで本来の目的である統合が失敗する可能性や、心理的負担となってライフレビューが負の方向へ働くということが判明している。これらの先行研究からも、黒田(1998)が述べていたように構造的ライフレビューは高齢者にとってよい効果ばかりが期待できるものではないのではないだろうかと推察される。Butlerもその否定的な側面にも言及しており、特に過去における失敗や落胆の出来事の想起に付随して高齢者が強い不安や憂鬱状態を引き起こす危険性があることを指摘している。よって、ライフレビューは方法がまだ整っておらず、これから構造的にしっかりとしたものを作成し、高齢者への心理的支援の1つとして確立していく必要がある。

全ての事例を通して筆者が強く感じたのは、1対1という決まった相手、週に1回という構造の中で行われる構造的ライフレビューは心理面接の構造とよく似ているということである。よって、ライフレビューを行う際は心理面接と同様、実施者は構造的ライフレビューに熟達していること、または経験が豊富な心理治療者等から十分なスーパービジョンを受ける必要があると考える。

構造的ライフレビューを用いた研究はまだまだ少ない。今後は構造的ライフレビューの施行についてより多くの対象者のケースを基に、様々な視点や尺度から構造的ライフレビューの有用性について検討していく必要がある。また、今回の研究ではケアハウスAという集団生活がある程度自立して行える高齢者を対象とした。在宅の場合、何らかの疾患を有している場合等、様々な条件によって結果が変化することも今後の課題として検討したい。