

ライフレビュー面接5回法に見られた高齢者の死生観

林 智 一

Abstract

Butler, R.N. studied a life review therapeutic method. It involves recalling past events, which become activated when people are facing death. Butler stated that an adaptive life review can reconstruct their past experiences, give significant meanings to their lives, reduce anxiety, and prepare them for death. Contents expressed during the life review process appear to reflect the seniors' views on life and death.

In this study, the researchers interviewed two mentally healthy female participants in their 80s without signs of dementia. The participants were interviewed five times using the life review method. Their views on life and death were analyzed as case studies. The results rendered five main themes as follows: 1) a significance of dreams about death, 2) ambivalence about longevity, 3) their memorial services and their identity after death, 4) a model of aging and death, and 5) the importance of spirituality.

Key Words: a view of life and death, aged, life review

I 問題と目的

Butler (1963) は、それまでともすれば老いの繰り返し言ととらえられたり、認知症に関連づけて考えられたりしがちであった、高齢者やターミナル期の患者に生じる回想や人生の回顧を自然な現象であると考え、そこにセラピューティックな意義を見いだして、「ライフレビュー (life review)」と名付けた。そして、「死を目前にすることで活性化した回顧過程であるライフレビューは、潜在的に人格の再構成へと進んでいく。したがってライフレビューは回想と同義ではないが、回想を包含するものである。それは記憶の自発的再来、あるいは記憶の目的ある探索のいずれか一方ではなく、両者がともに生じるものである」と定義した (Butler, 1963)。

「過去の経験の再構成がより妥当な状況把握をもたらし、人生に新たな有意義な意味を付与するかもしれない。また、それは不安を軽減し、人に死への準備をさせるだろう」と言われているように (Butler, 1963)、ライフレビューは究極的には Erikson (1963/1977) の個体発達分化の図式 (漸成説) における高齢期の心理社会的危機である「自我の統合 対 絶望」の解決をもたらし、自身のライフサイクルの受容や自らの死の受容をもたらすものである。

なお、自我の統合とは、「自分の唯一の人生周期を、そうあらねばならなかったものとして、またどうしても取替いを許されないものとして受け入れること」であり、「このような最終的結合において、死はその痛みを失う」と言

われている (Erikson, 1963/1977)。一方、このような「自我の統合が欠如し、失われると、死の恐怖が頭を擡げる」のであり、それは「今や人生をもう一度やり直そうとするにはそれは短すぎ」、「その焦りが絶望となって表現される」からであるという (Erikson, 1963/1977)。

さらに、Haight & Haight (2007) は、ライフレビューが「回顧する人の抑うつ感を減じ、生活満足度を高め、家族や古い友人など他者との絆を結び直し、自己を受容し、人と心をかよわせ合ったり、カタルシスが得られたり、人間関係を促進したり、心の平穏が得られたりする」などの、多様な効果を有していると述べている。

ライフレビューは、「外来患者の個人心理療法からシニア・センターでのカウンセリング、ナーシングホームにおける傾聴まで、多様な状況設定で用いられることが可能である」と言われている (Butler, 1974)。したがって、その対象も多岐にわたると考えられる。心理的に健康な高齢者の自我の統合の強化など、生涯発達の支援も標的のひとつとなろう。

たとえば、週1回50分、計5回という回数を定めた「ライフレビュー面接5回法」を在宅高齢者3例に試みた林 (2013) は、「心理的に健康な高齢者であっても、それぞれに人生上の未解決の葛藤や心理社会的危機に関連するテーマを面接の中で語っていた」と言い、「面接経過を通じて葛藤の解決や自我の統合性の感覚の強化など、一定の効果」が見られたと述べている。さらに、林 (2013) においては、家族や知人の死、自身の死など、死に関する話題が多数、報告されていた。高齢者にとって、死というテーマはそれだけ身近なものであると考えられる。

55~100歳の中老年男女99名に死に関する面接調査を行った荒井 (1994) は、死の恐怖を訴えた人は中年期に多く、65歳以上の高齢者の中で死の恐怖を訴えたのは68名中、5名にすぎなかったことから、「健康な高齢者は死を恐れないと結論してもよいのではないかと述べている。したがって、多くの心身ともに健康な高齢者の場合、自我の統合が得られ、自らの死も受

容されていることが推察される。

ただし、近年、病院死・施設死が増加し、死が日常から隔離され、隠蔽されて、私たちは情報でしか死に触れることがなくなってきている。このような状況を Gorer (1965/1994) は、「死のボルノグラフィ」と呼んだ。さらに、個人の死生観は多様であり、死の受容の様態も多様であると考えられる。とりわけ近年、長寿化や社会変動にともなう価値観の変動は、高齢者の死生観の変更を迫り、その確立を困難にできたとも言われる (小池, 1993)。

また、河合 (1992) は、日本人の死生観のありようがあまりにも無意識的、半無意識的である点に問題があり、「その点をできる限り明確に意識化してゆくと共に、『いかに死ぬか』だけではなく、『いかに生きるか』ということにおいても、どちらに対しても答え得るようなものとするべきである」と述べている。

以上から、高齢者が自らの生と死に向き合う契機を提供し、死生観の確立をはかるような援助が求められる現状である。ライフレビューは、そのような援助となりうる潜在的可能性を有していると考えられる。

そこで本研究では、ライフレビュー面接5回法の中で死に関する話題が顕著に語られた2事例を紹介し、心理的に健康な日本の高齢者の死生観の主要なモチーフを明らかにすることを目的とした。そして、ライフレビュー面接5回法による高齢者の死生観の醸成に向けた援助の可能性についても検討した。

II 方法

1. 研究協力者

在宅で暮らし、介護老人保健施設デイケアを利用する女性高齢者2名。明らかな認知症がなく、疎通性が良好であり、ある程度の言語化能力を有する、心理的に健康であると考えられる65歳以上の利用者を施設より推薦してもらった。筆者から研究趣旨を書面と口頭で説明し、研究協力を承諾を得たうえで面接を行った。

2. 面接場所

上記の介護老人保健施設の面接室を利用し、対面法で面接を行った。

3. ライフレビュー面接5回法

各研究協力者につき週1回50分、計5回のライフレビュー面接を実施した。ここでいうライフレビュー面接とは、力動的個人心理療法にライフレビューの観点を導入したものである。1回目にはインタビューシートをもとに生育史や家族歴について面接者から尋ねたが、以降は、<思い出のお話を聞かせてください>と伝えて面接を開始した。そして、自発的回顧が表れた際に、面接者が積極的関心を示して回顧を促進するという方法をとった。

また、ライフレビューであるからと言って過去の話題にのみこだわるのではなく、研究協力者から現在の問題や将来に対する不安、希望など多様な話題が語られた際には、それも傾聴している。印象的な夢を見た際には、報告してもらうように依頼した。

5回という回数は、カウンセリングのトレーニング方法のひとつである「試行カウンセリング」(鏞, 1977)のアイデアをもとにしている。試行カウンセリングとは、「カウンセリングの本番をカウンセラーとしてやる前に、カウンセリングの本番と同じ事態で、回数を限定して、試みにカウンセラーとして活動してみるということ」であり(鏞, 1977)、具体的には現在、精神的な問題で悩んでいない、健康な人を対象として5回ないし10回のカウンセリングを行う方法を言う。

したがって、5回という回数は、カウンセリングのプロセスが展開し始める最低限の回数であると同時に、心理的に健康な研究協力者から深刻な問題や病理的問題を引き出してしまう危険性の少ないものであり、本研究のような探索的面接には適切な回数であると考えられる。

Ⅲ. 事例の提示

研究協力者の発言を「」、面接者である筆者の発言を<>で示した。なお、プライバシーに

配慮し、細部については改変を行った。

1. 事例A

(1) 家族歴・生育史

80歳代前半の女性、Aさん。公務員の父と助産師の母のもと、3人同胞の第2子として生まれた。女学校卒業後、20歳代前半に夫と恋愛結婚した。結婚時、夫は公職追放のため仕事に就けず、兄の農業の手伝いをしていた。その後、公職追放を解かれてようやく就職できた。夫が仕事に就くまではAさんも働いていたが、夫の就職後もその仕事は続けながら3人の子どもをもうけた。数年前に夫が死去し、現在は息子と2人暮らしである。

(2) 面接経過

#1 結婚の経緯が最初に語られた。当時は恋愛結婚が珍しく、近所の評判になったそうである。だが、夫は戦後、公職追放となり仕事に就けず、兄の農業を手伝って暮らしていた。新婚生活も兄の家の一間を間借りして始まったと語る。生活が苦しく、Aさんも工事現場や調理の仕事をして現金収入を得ていた。その後、夫は公職追放を解かれ、ようやく自宅を建てて独立したと言う。また、息子は離婚して、Aさん宅に1人で戻ってきたそうである。その数年後に夫が死去してからは、息子と2人暮らしである。

#2 母は助産師のため留守がちで、Aさんのもっぱら子煩悩な父や近所のおじさん、おばさんからかわいがられたと言う。先日、そのおじさん、おばさんたちの名前を思い出してノートに書き出してみたそうである。息子の離婚については、息子の嫁が厳格な夫のことを毛嫌いしていたため、同居するのが嫌だったのではないかと考えていた。また、Aさんにはたくさんの趣味があることや、弟が「姉さん孝行だ」と言っただけは、お小遣いをくれたり旅行に連れて行ってくれたりして、やさしくしてくれるという話題がうれしそうに語られた。

3 畑に野菜を植えたという話題から、「畑は難しいですよ、先生(筆者のこと)」と語る。昔の農業は機械化されておらず、柱に子どもを紐でくくっておいて農作業をしたりしたと言う。筆者から夢について尋ねると、「1ヶ月くらい前に、亡くなった仲の良い友だちの夢を立て続けに見た」そうである。目が覚めて、「1人で寂しいだろうが、私を連れに来ないでね」と思った、と言って笑う。「もういつ逝っても良いとは思いますが、逝くまでが(気になる)。どんな病気になるか、とか。友達と集まるとそんな話ばかり」だそうである。

4 前回の夢の話題から、「病気もなく、今、ポツと死ねば楽かな、と思う」と言う。「ただ、夫を見送れたことは良かった。男の人を残すのは心配だから。年取ると知人とも疎遠となり、1人残ると寂しいだろうし。あまり年取ると私も看病できないし」と語る。老人会でも、85歳くらいになると耳が遠くて話が出来ず、おもしろくないので参加しなくなるので、「長生きはしたいけれど、そんなになると難しい…」と言う。「自分が亡くなったら家族葬にして。要らないお金はかけなさんなよ」と息子には言っているそうである。筆者から「死に対して、心構えのようなものが出来てきているのですね」と伝えると、子どもたちが困らないように、自分の衣類の処分なども進めていると言う。それは、亡き夫の衣類を処分するとき、思い出があつてなかなか捨てられなかったからだそうである。「こんなことを考えるなんて思ったこともなかった。3、4年前は考えなかった」と語るAさんであった。

5 「最近、頭が悪くなって物忘れをする」と言う。「認知症にならないか、寿命はいくつまでかな」と、友だちと話すそうである。「この年になると、あと何年生きるか考えるようになる」と語る。実家の母親は、老後のためにおむつに出来るような着物を押し入れにしまって準備していたと言う。また、約20年前に納骨堂を買い、仏壇も夫が亡くなった時に購入し

たので「そちらは安心」だと笑うAさんであった。そして、子どもの頃、実家近くの海岸で泳いだことが良い思い出であり、また近所のプールで約10年前まで泳いでいたと言う。そのため、「お棺には水着と水泳帽、水中眼鏡を入れてもらい、少しでいいから遺灰を故郷の海に流して、と息子に言っている」そうである。筆者から計5回に渡る面接に対する感想を問うと、「昔のことを思い出して楽しかったです。誰にでも話せることではないので。ここで話せて良かったです」と面接を締めくくられた。

(3) 面接の心理学的理解

Aさんの面接では、家族歴や生育史を問う中で比較的、早くから自発的回顧が見られた。当時は珍しかった恋愛結婚であることや新婚当初の生活苦、幼い頃の幸福な思い出などである。

3では、「亡くなった友だちの夢」が語られ、以後、自身の死がたびたび話題となる。また、亡くなった友だちに対しては「まだ連れに来ないで」と思いながらも、「今ポツと死ねば楽かな」と思うなど、死に対してアンビバレントな思いを抱いているようであった。死はタブー視されやすい話題であると思われるが、現在の友人たちとも死について語り合い、5回の面接の中でも話題となるくらい、Aさんにとっては身近で重要なテーマのようであった。なお、「亡くなった友だちの夢」は回顧的な内容であり、無意識水準でもライフレビューの活性化していることがうかがわれた。

同時に、衣類の処分を進めていることや家族葬にしてほしいという希望、お棺に入れてもらう物、遺灰を故郷の海に流して欲しいという希望など、具体的な死への準備についての話題も見られた。そのような点から、Aさんは現実的な死の準備を進めつつ、並行して心理的にも死の受容を進める途上にあると考えられよう。

亡き夫との結婚生活については、苦勞も多く、夫も気むずかしい面を持った人物であったようだが、Aさんには不満な様子は見られなかった。夫に対して、また結婚生活に対しては、おおむね否定的側面と肯定的側面が統合さ

れていたようである。

事例B

(1) 家族歴・生育史

80歳後半の女性、Bさん。農業を営む両親のもと、6人同胞の第4子として生まれた。Bさんの幼少時に父が病死し、母が1人で農業を続けた。医療系の学校を卒業後、医療関係の資格を3つも取得して病院に勤務した。20歳代前半に公務員の夫と見合い結婚して退職し、2人の子どもをもうけた。40歳代に医療職として再就職して定年まで勤務した。約10年前に夫が死去してからは、娘夫婦と同居している。

(2) 面接経過

#1 父親はBさんが幼少時に亡くなり、母親は子どもを育てるために1人で農業を続けたそうである。Bさんが医療職の資格を3つも取ったということに筆者が感心すると、「努力はするほう」だと語る。「今の生活はしあわせなほう。不平を言えばきりがないが、こらえないといけないかな」と言う。〈どんな不平がありますか?〉と問うと、自室のポータブルトイレの処理を娘に頼みたいが、遠慮を感じるということであった。

#2 結婚退職したが、40歳代に医療職として再就職し、定年まで勤務したと語る。〈家事と仕事の両立はどうでしたか?〉と尋ねると、「夫が家事は大目に見てくれた」とBさんは笑っていた。当時は洗濯機もなく、食料品店も近所に1軒しかなかったりして、不便だったと言う。「昔の人は体を惜しまず働いた。風呂は薪で沸かし、遠方でも歩いて行った」と、当時の思い出を語った。

#3 2人の子どもの子育てには苦労はなかったと言う。病気もせず、勉強もよくしてくれたそうである。また、Bさんの仕事について尋ねると、「平々凡々な生活。でも、やりがいはあった。みなさんが挨拶してくれ、敬語で話してくれた」と言う。さらに、「神無月、出雲に

神様が集まって、Bは年だから、この世から旅立たせた方が良く、と相談している夢」を見たそうである。目が覚めて、「90歳近くにもなれば、無理ないなあ、と思った」と言って笑うBさんであった。

#4 健康のために食べ物のことが気になるが、内心は家族に対して長生きしては悪いという気持ちがあるそうである。一方、少し体調が悪いとすぐ医師に薬を出して欲しいと言うので、医師からは、死にたいというのは嘘だろうと、笑われると言う。介護老人保健施設での友だちとは楽しく過ごし、「納骨堂と一緒に入って、次の世も一緒にいようね」と話しているそうである。また現在、娘は、職を持つ嫁に代わって孫(Bさんにとってはひ孫)の世話にかかりきりになっているが、それに対してBさんは、「家族で干渉しあう家庭は長続きしない」と考え、家族の間でも「心の屏風を立てていた方が良く」と批判的であった。

#5 「神無月の夢」を見てから、朝起きたとき、「今日も目が覚めて生きているわ」と思うそうである。また、昔は「お座敷犬」を家族のようにかわいがっていたが、5、6年前に亡くなったと言う。「またイヌを飼いたいと思うのだが、娘は、お母さんが先に亡くなったらイヌがかわいそうだと言って、飼わせてくれない」と言う。最後に、〈ここでも心の屏風がありましたか?〉と、前回、Bさんの使ったことばをもとに尋ねると、「そんなことはない。話しやすかったです」と言って面接を締めくくられた。

(3) 面接の心理学的理解

#1、#2では、家族歴や生育史に関する面接者からの質問に答える中で、徐々に自発的回顧も生じ始めた様子であった。そして、#3で報告された「神無月の夢」以降、回顧と並行して死に関する話題が繰り返し表れるようになった。長生きしたい気持ちと、長生きしては周囲の人に悪いという気持ちが交互に語られ、死に対して葛藤的な感情を有しているようであっ

た。死はタブー視されやすい話題であろうが、Bさんにとっては夢にまで表れる重要なテーマとなっていたのである。

この「神無月の夢」は、出雲に集まった神々が「Bは年だから、この世から旅立たせた方が良い」と相談しているという内容である。この夢は、人の寿命というものが人知を超えた、神の領分であるとBさんが感じていることを示す夢のように筆者には感じられた。また、Bさん自身、自分の死が近いことを無意識水準で感じており、この夢を契機としてより明確に死を意識化したものと推察される。

しかし、#5では、神無月の夢を見てから、朝起きたとき、「今日も目が覚めて生きているわ」と思うのだと語られた。すなわち、死の存在を意識すればこそ、今、生きていることの喜びや不思議をより一層、実感するようになっているのである。

これは、死に対する否定的側面と肯定的側面が統合された姿ともとらえられよう。死に対する葛藤は葛藤として抱えながらも、生を楽しもうという姿勢がBさんには感じられた。

たとえば#4での「次の世も一緒にいようね」と語り合うという介護老人保健施設での友人関係の話題には、来世、すなわち死を意識しながら現在の良好な関係を楽しんでいる姿が垣間見られ、また#5での、再びイヌを飼いたいという話題には、将来への希望を見ることが出来る。死を意識したからといって、決して死の観念にとらわれて死を恐れるばかりではなく、現在を楽しみ未来に希望を抱くBさんの態度は、自我の統合を獲得して心理的に健康な高齢者の、死に向き合う姿勢の一典型であるように思われた。

なお、Bさんは、同居している家族との間にも「心の屏風」を立てて、干渉しすぎないことが一家の平穏につながるという独自の考え方を有しており、おそらく面接の中でも筆者との間に距離を保っておきたかったものと推察される。しかし、面接の最後に語られた、ここには「心の屏風」がなかったというBさんのことばからは、話しすぎてしまったという不満より

も、むしろ話したいことをしっかり話せたという、満足感のほうが大きかったこともうかがわれた。

IV. 総合考察

1. 面接に見られた死生観に関する主要なモチーフ

ここでは、2事例に見られた死生観に関する主要なモチーフをとりあげて考察する。

(1) 死に関する夢

事例A、Bともに3回目に死に関する夢が報告された。Aさんの「亡くなった友だちの夢」では、「私を連れに来ないでね」という、まだまだ生きたいという願いが語られた。Bさんの「神無月の夢」では、「90歳近くにもなれば、無理ないなあ」という、死を覚悟するような気持ちが語られた。これらのことから、ライフレビューの進展にともない、夢という無意識過程においても死のテーマが活性化していることがうかがわれた。

林(1999)は、悪性腫瘍の60歳の不安・心気神経症女性との面接過程にライフレビューが生起し、死に関する夢を契機に「自らの死への不安を意識化し、徐々に死という観念になじみ、死に直面していく過程」を紹介している。このような臨床群に限らず、心理的に健康な高齢者にとっても、死に関する夢は、死の意識化や受容に影響していたようである。

死の話題はデリケートに扱う必要があると思われるが、面接経過の中で死に関する夢が表れた際に、その感想や連想を問うというかたちで話題にしていくと、研究協力者のペースで無理なく語られ、死に対する態度や死の受容の度合いを明らかにできるように思われた。

(2) 長寿に対するアンビバレンツ

上述の夢に対する感想や連想だけみると、Aさんは生に未練があり、Bさんは死を受容しているように見える。だが、Aさんは夢が報告された次のセッションである#4では、「今、ポッと死ねば楽かな」、「長生きはしたいけれ

ど、そんなになると難しい…」と、長寿よりも死を願うような発言が見られている。一方、Bさんは、夢が報告された次のセッションである#4で、家族に対して長生きしては悪いという気持ちがありながら、「すぐ医師に薬を出して欲しいというので、医師からは、死にたいというのは嘘だろう」と言って笑われると述べていた。すなわち、両者とも、健康に長生きすることを望む気持ちと、家族に迷惑をかけずに亡くなりたいという気持ちという、相反する思いを有して葛藤していることがうかがわれるのである。

ポックリ寺に参詣した高齢者に対して個別の面接調査を行った井上(1980)は、高齢者がポックリ逝きたいと願う深層には、家族など周囲の人への気遣いととも、身辺の自立が奪われ、排泄に関してまで他者の介護が必要となるような寝たきりの状態になりたくない、そのように個人の尊厳が侵されるような状態になってまで生きながらえたくないという思いが潜むことを指摘している。つまりポックリ願望とは、「寝たきりにならずに、健康で幸福な生を願う長寿願望の裏返し表現とも言える」のである(井上, 1980)。本研究で見られた長寿に対するアンビバレンツも、ポックリ願望同様の、健康で幸福な生を願う長寿願望の表れとも理解できよう。

(3) 葬儀と死後のアイデンティティ

Aさんは、#4で、不要なお金をかけないように「家族葬」を希望し、#5では「お棺には水着と水泳帽、水中眼鏡を入れてもらい、少しでもいいから遺灰を故郷の海に流して」という願いを語った。そこには、息子など遺される家族への経済的な配慮とともに、亡くなったら趣味として楽しんでいた水泳の道具を持って懐かしい故郷の海に還りたい、という思いをAさんが抱いていることが感じられた。これは、自分自身をどのような人生を送った人間ととらえるかという、アイデンティティ(Erikson, 1963/1977)のテーマとも関連していよう。

20歳から79歳の男女300名に対して調査研究

を行った石坂(2009)は、アイデンティティの達成度が高いほど、死を苦難からの解放と捉えず、死後も存在し続けると信じることで死を受容し、死という問題に向き合いながら、生きることの大切さ、人間関係の重要さ、自己の成長という死の意義を考えることにつながる傾向があることを明らかにした。したがって、アイデンティティの達成度が高いと思われるAさんも、死を良好に受容し、生きることの大切さを実感しているものと推察された。

さらにErikson et al. (1986/1990)は、高齢者のアイデンティティについて、「自分の死後にどんなふうに思い出してもらおうか」という「外側から見える像」が特に重要であると述べている。Aさんが息子に語った葬儀にまつわる希望も、このような「永続性のあるアイデンティティ、すなわち死後にも生き続ける像」(Erikson et al., 1986/1990)を形作るために必要であったと考えられる。

(4) 老いと死のモデル

Aさんの母親は、老後のためにおむつに出来るような着物を取って置いたという。ポックリ願望(井上, 1980)について触れた際、紹介したように、寝たきりとなって排泄の自立が損なわれ、他者の介助を受けることは、自立性の感覚が揺るがされる、受け入れがたい状況である。そこまで考慮して老い支度を整えるには、相当の覚悟が必要であろう。

このような見事な母親の姿は、Aさんにとっての老いや死のモデルとなり、その死生観が継承されていたようである。両親や祖父母、知人などの年長のモデルがあることは、老いや死という未体験のことがらに対処し、受容していく際に促進的に働くだろう。

また、亡き夫の衣類を処分するとき、思い出があってもなかなか捨てられなかったという体験から、Aさんは子どもたちが困らないように自分の衣類の処分も進めていた。これも、夫の死から学んだ教訓を活かした、老いと死への支度のひとつと言えよう。

衣・食・住から高齢者の心理について論じ

た黒川 (2013) は、衣服の持つ意味のひとつに、「大切な亡き人との思い出を反芻し、今の自分を確認する衣服」をあげている。そして、「服を捨てるとき、繋がりや思い出の一部が内在化されて、幾分放出される」という (黒川, 2013)。Aさんにとっても、亡き夫の衣服の処分には同様の意味があったものと思われる。亡き夫の衣服を処分する中で、喪失した対象への愛着から離脱するための現実検討の過程である「喪の仕事」(Freud, 1917/1970) が進展したものと推察される。

(5) スピリチュアリティ

Aさんが遺灰を故郷の海に流して欲しいと希望したり、納骨堂や仏壇を購入したりして、「そちらは安心」だと語る背後には、死後の問題、すなわちスピリチュアルなテーマが感じられる。死後、自らの魂が故郷の海に還ったり、納骨堂や仏壇に祀られたりすることで安心を得るという、典型的な日本の死後のイメージである。

Bさんの「神無月の夢」は神道的であり、友だちと「納骨堂と一緒に入って、次の世も一緒にいようね」と話しているというエピソードは、浄土あるいは輪廻という仏教的な思想が感じられるものである。そこには、現世での友だちとの良好な関係は、死によっても分かたれることがない、永続性を持った堅い絆であるという信念もうかがわれた。

両者に見られた死後についての宗教的・伝統的なヴィジョンは、死の不安を軽減し、死の受容を促進するものであったと思われる。高齢者の信仰は基本的信頼の問題であり、人生のすべての心理社会的危機の再統合と関係すると言われており (Erikson et al., 1986/1990)、このようなスピリチュアルな話題に傾聴することも、高齢者との面接においては不可欠である。

また、末期がん患者にライフレビュー面接を行い、スピリチュアリティに関して考察した安東 (2004) によれば、ライフレビュー面接が患者のスピリチュアリティを高め、「心の拠り所」の認識ができることで認知変化が起り、

QOLが高まったという。事例A、Bのライフレビュー面接でも同様の効果があったのかもしれない。今後は心理的に健康な高齢者のライフレビューとスピリチュアリティの関連も重要なテーマとなろう。

2. ライフレビュー面接5回法の有用性と限界について

2事例の経過をみると、5回という制限の中でそれぞれにライフレビュー面接を活用している姿がうかがわれた。そのことは、「昔のことを思い出して楽しかったです。誰にでも話せることではないので」、「(ここには心の屏風はなく) 話しやすかったです」といった、研究協力者の面接に対する感想によく表れている。家族や知人にもなかなか話す機会のない思い出を回顧し、傾聴してもらうという体験は、日常生活の中では得難いものようである。そして、ライフレビュー面接5回法は、自身がいかに生きてきたか、そしてこれからどのように生き、死んでいくのか、ということを考える契機となっていたようである。

「問題と目的」で述べたように、日本の高齢者にとっては、そのような機会が不可欠であると思われる。その点で、本研究の中で生育史とともに死を意識化し、死に対する葛藤も含めて、率直に語る機会を得たことは、研究協力者にとって死の受容を促進し、死生観を醸成するための一助となったものと思われる。

ただ、本研究のように自発的回顧を尊重した非構造的面接で、しかも回数が限られていると、死生観だけに焦点化することは出来ず、おのずと限界があることも事実であろう。事例の内容によっては、さらに面接回数を増やすなどの工夫が必要かもしれない。さらに、本研究では心理的に健康な研究協力者であったが、死への恐れが強い高齢者の場合、5回という短い面接では、防衛を破綻させるだけで終わってしまう危険性もある。

一方、Knight (1996/2002) は、面接者側の逆転移として、死や老いに不安を覚え、そのような話題を回避してしまう危険性のあることを指

摘している。高齢者と接する心理臨床家においては、このような逆転移に関する分析も不可欠であろう。そもそも心理臨床家が自身の死生観と向き合う姿勢を有していなければ、他者の死生観を尊重しながら面接で死を話題にすることは困難である。このような面接者側の要因も、残された研究課題である。

今回は女性高齢者の事例のみであったが、今後は男性の事例や異なる年代の事例、面接回数の問題など、さらなる事例の集積から検討が求められるところである。

文献

- 安藤満代(2004). 末期がん患者に対するライフレビュー・インタビューの試み. *カウンセリング研究*, 37, 221-231.
- 荒井保夫(1994). 老年期と死. 荒井保夫・星 香(編) 老年心理学. 放送大学教育振興会, pp.174-196.
- Butler, R. N. (1963). The life review: An interpretation of reminiscence in the aged. *Psychiatry*, 26, 65-75.
- Butler, R. N. (1974). Successful aging and the role of the life review. *Journal of the American Geriatrics society*, 22, 529-535.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*, 2nd Ed. New York: W. W. Norton. 仁科弥生(訳)(1977). 幼児期と社会 I. みすず書房.
- Erikson, E. H., Erikson, J. M., & Kivnick, H. J. (1986). *Vital Involvement in Old Age*. New York: W. W. Norton.
- 朝長正徳・朝長梨枝子(訳)(1990). 老年期－生き生きしたかかわりあい－. みすず書房.
- Freud, S. (1917). Trauer und Melancholie. *Internationale Zeitschrift für Ärztliche Psychoanalyse*, 4(6), 288-301. 井村恒郎(訳)(1970). 悲哀とメランコリー. 井村恒郎・小此木啓吾・懸田克躬・高橋義孝・土居健郎(編) フロイト著作集 6. 人文書院, pp.288-301.
- Gorer, G. (1965). *Death Grief and Mourning in Contemporary*. London: Cresset Press. 宇都宮輝夫(訳)(1994). 死と悲しみの社会学. ヨルダン社.
- Haight, B. K. & Haight, B. S. (2007). *The Handbook of Structured Life Review*. Baltimore: Health Professions Press.
- 林 智一(1999). 人生の統合期の心理療法におけるライフレビュー. *心理臨床学研究*, 17, 390-400.
- 林 智一(2013). 高齢者の昔話りの心理臨床的意義に関する研究―「こころの生涯学習」を支援するライフレビュー面接―. 研究論文集―教育系・文系の九州地区国立大学間連携論文集, 6(2), 1-16. <[https://nuk.repo.nii.ac.jp/?action=pages_view_main & active_action=repository_view_main_item_detail & item_id = 173 & item_no = 1 & page_id = 13 & block_id = 17](https://nuk.repo.nii.ac.jp/?action=pages_view_main&active_action=repository_view_main_item_detail&item_id=173&item_no=1&page_id=13&block_id=17)> (2019年1月25日取得)
- 井上勝也(1980). 老人の死生観―“ポックリ願望”の心理的背景―. 井上勝也・長嶋紀一(編) 老年心理学. 朝倉書店, pp.188-202.
- 石坂昌子(2009). 死の意味づけと自我同一性の関連. *健康支援*, 11(2), 17-26.
- 河合隼雄(1992). 死生観. 対話する生と死. 潮出版社, pp.300-306.
- Knight, B. G. (1996). *Psychotherapy with Older Adults* 2nd Ed. Thousand Oaks: Sage. 長田久雄(監訳)(2002). 高齢者のための心理療法入門. 中央法規.
- 小池保子(1993). 現代老人の生死観の多様性. 川上武・小池保子・上林茂暢・庄司道子・梅谷 薫 日本人の生死観―医師のみた生と死―. 勁草書房, pp.33-64.
- 黒川由紀子(2013). 高齢者と心理臨床―衣・食・住をめぐって―. 誠信書房.
- 鐘幹八郎(1977). 試行カウンセリング. 誠信書房.
- <付記> この研究は、平成29年度～平成33年度科研費基盤研究(C)17K04424『高齢者のライフレビューが生起するとき一奏功機序の解明と技法論の構築に向けて―』(研究代表者：林智一)の助成によるものです。また、研究にご協力いただきました医療法人大分厚生会 介護老人保健施設ケアポート川崎のみなさまに感謝いたします。