

ポスター報告 25

山本 麻子 ソフィア訪問看護ステーション東が丘

#報告題目 制約が生む新しい価値観～マイナスがプラスに転じる瞬間～

#報告キーワード 質的研究 身体障害 老化

#報告要旨

【はじめに】訪問リハビリテーション実践の中で、対象者から「年をとるって嫌ね」「病気になるってどんどんダメになっていくばかりだね」といった声を聞くことがある。そんな時「そんなことないですよ」とその場を取り繕うことしかできないが、本当に加齢や病気はマイナスばかりなのだろうか。本研究では手記やエッセイ等から加齢や病気、障害がプラスに転じる例やマイナスとは異なる捉え方をした例を抜き出し質的に分析することで、制約がもたらす肯定的な可能性を知ることを目的とした。

【方法】闘病記やエッセイ、小説、インタビューの中から加齢や病気、障害等のマイナス要因がプラスに転じた例、マイナスではない捉え方の例を抜き出してラベル化した後に KJ 法を用いて質的分析を行った。対象者には研究の目的、プライバシー保護のための措置を説明し同意を得た。

【結果】作成した 80 枚のラベルを用いて発散的思考を促す探検ネットを作成し、データが十分に出そろっていることを確認した。次に多段ピックアップを実施し真に重要なデータ 40 枚を採用し、この 40 枚を元ラベルとして狭義の KJ 法を実施した。グループ編成を行い各段階で表札を付け 3 段階目の統合で 6 グループとなったため終了した。6 グループの最終表札は<制約がバネ><とらわれからの解放><うつろう優劣><病のエネルギー変換><弱さによる救済><生き直しのチャンス>となった。6 グループ間の構造について検討し図解化、文章化を行った。文章化は以下のとおりである。

特に問題なく毎日が過ぎていく時、人は何も考えない。ただ漫然と過ごし、気付くと日々は過ぎ去っている。突然病を患うといった困難に直面した時、人は初めて立ち止まざるを得なくなり、これからどうしたら良いのかと考える。これまで当たり前でできていたことができなくなったことに気付き、失望や怒り、焦りや不安に押しつぶされそうになる。しかし<制約がバネ>となり、今できることを深めていく中で新しい自分の能力を発見することが

ある。そして、これまでただ一方からの視点で世界を見ていたことに気付く。囚われていた基準から自由になる<とらわれからの解放>により新しい価値観に目覚め、視点の変化から<うつろう優劣>を経験する。何かを失った経験を持つ自分にしかできないことがあることに気付くと<病のエネルギー変換>が起こり、弱さや不足から生じたものが多くの人を救うという<弱さによる救済>も発生する。気付けば今自分が立っている世界は以前とは全く異なっていた。不自由はなくても何も考えずに生きていたあの時には見えないものを見ている。困難が<生き直しのチャンス>をくれたのだ。

【考察】「身体が病んで動けなくなるとはじめて自分を殻に閉じ込めて深く考えることができた」（山口ミルコ）という言葉に見られるように、加齢や病気は人に身体的・心理的变化を与え、自分について、あるいは人生について考えざるを得ない状況に追い込むものであると言える。それまでの世界観が崩壊する喪失体験であり、その経験をどのように意味づけるかによって、その後に構築される新しい世界観が左右される。今回の結果では「老いると時間も体力も気力も減るが、本当に大切なこと、必要なことを選んでするようになる」（渡辺和子）の言葉のように老いや病の経験を新たな価値観に開く肯定的な意味づけがされていた。<とらわれからの解放><うつろう優劣><弱さによる救済><病のエネルギー変換>はまさに喪失体験を肯定的にとらえる価値観の転換作業によって出現していた。Harveyは喪失後にその体験を他者に告白することが重要であり、語ることで意味の探求が進められ適応していくとしている。また糸川はほとんどの病気（困難・挫折）にはOSの変換のようなイニシエーションとしての側面があるとし、“腑に落ちる物語”が回復をもたらすとしている。支援者等周囲の人が対象者の体験を聞き出し、肯定的な意味づけを促進するような関わりすることで新たな世界観の再構築を手助けできる可能性が考えられる。支援者自身にも必ず加齢は訪れ、いつ病気になるかもわからない。対象者がどのように新しい価値観を構築するのかに注目し、対象者をまさにOSの変換可能性をもつ存在として捉えることは支援者にとっても価値観の転換であり、支援者の持つ視点として重要であると思われる。

【参考・引用文献】

山口ミルコ：似合わない服。ミシマ社，2017

渡辺和子：置かれた場所で咲きなさい。幻冬舎，2012

Harvey,J.H.（安藤清志・訳）：悲しみに言葉を一喪失とトラウマの心理学。誠信書房，2002

糸川昌成：心の病とは何か一腑に落ちる物語が回復をもたらす。みんなねっと（3），2019