

「高齢期に意味ある存在を生きる」 Living a Meaningful Existence in Old Age

Jeanne Jackson¹⁾, 小田原悦子²⁾

1) University College Cork, Ireland

2) 聖隷クリストファー大学

はじめに

この研究プロジェクトの目的は、「ヘルスケア代弁者」という障害のある高齢者グループが地域でうまく生活するために工夫した適応戦略を発見することである。作業療法士が適応のために使う道具や家屋改修の技術ではなく、老人たちが日常生活の困難を越えて意味のある生活を送るために、どのように作業を使って戦略にしているのかを探索した。そのため、作業的存在としての人間についての Elizabeth Yerxa が述べた 5 つの前提を使う。

作業科学研究, 10, 41-45, 2016.

本研究の理論的前提

1. 個人は作業に従事しているときに最も本当の人間である (Yerxa, 1990)
2. 作業科学は人間をその人の人生の作者・語り手として尊重する
3. 人々は物語のある行為に従事する (Reilly, 1962)
4. 人は心から活性化するとき、手を動かして、自分の健康状態に影響を与える
5. 作業は環境との関係で起こる

1. 人間には生まれつき occupy (占拠) されたいという、進化的、心理的、社会的、象徴的ルーツがある要求がある。

2. 我々の毎日の生活をつくる作業は、我々個人が選択している。作業を選択しながら、作業的存在として自分自身をつくる。しかし、作業科学は、人間の主体性も、個人の選択に影響する社会文化的、歴史的状況も同じように尊重する。人々が行為を選択する情熱や信念も、その人が生活する社会や歴史的コミュニティが持つ信念に組み込まれている。つまり、人は、他の人々と切り離してものごとを決めることはないし、自分が生まれた文化の伝統を当たり前のことと捕らえている。現実には、我々は自分にとってのよい生活と社会にとっての善の間で交渉しながら生き、その結果が日常生活と人生でおこる作業となる。

3. 人々は、ストーリーのある行為に従事しながら生きている。Yerxa は、「人間は象徴的な原因によって生き、そ

れを求めて生きる」と述べ、作業の象徴的な意義の重要性を知らせる。つまり、人々は理由があって「作業をする」。することと同じように、理由は作業の一部なので、作業に従事するときの主観的な経験がこの研究では重要になる。

4. Reilly の「人は心から活性化するとき、手を動かして、自分の健康状態に影響を与える。」は、人間は、人生で出会う挑戦に対峙し、自分と社会にとって健康的で意味のある生活をつくる能力があるという信念を伝える。

5. 作業は、我々の物理的、政治的、社会的、歴史的環境との関わりで起こる。環境は、ある作業への参加を可能にすることも、阻害することもあるし、個人・グループの行為を通して、環境や社会的伝統を変えることもある。

研究参加者

本研究の研究参加者は、ヘルスケア代弁者 (HCA) と

呼ばれるグループメンバー，女性 7 名と男性 1 名である。HCA は，高齢者のヘルスケアの改善を目的に週に 1 回会合を開き活動する，種々の程度の身体的，認知的，情緒的障害のある 20 名の高齢者のグループである。彼らはヘルスケアの専門職者から予約を取るために苦勞すること，専門職者が彼らの訴えに時間を取って耳を傾けないこと，治療について説明しないことを問題にした。このグループのメンバーであることは彼らには意味のあることである。

研究方法

修正版エスノグラフィーアプローチを使用し，3 か月間の間に，会合や昼食に同行し，8 名の参加者に非構造的インタビューを実施した。

データ収集と分析

インタビューは 2～2.5 時間で，研究参加者の自宅で行った。自宅でインタビューを実施したのは，参加者にとって居心地がよく，老いの問題も喜びも話しやすくなることを意図したためだった。インタビューデータから逐語録を作成し，グランディドセオリーを使って，コーディングした。

所見

最重要なテーマとして適応戦略，その下に 7 つのサブテーマが確認された。

以下に，二重下線を付した 3 つのサブテーマを中心に述べる。

テーマ：適応戦略

サブテーマ：意味のテーマ

活動パターンと時間的リズム

コントロール

空間的，社会的，文化的つながりによる連続性の維持

意味のテーマ

老いは，我々に時の経過とその間の生活経験の多様性を気づかせる。文化人類学者の Kaufman によると，過去の出来事を意味のあるライフストーリーの一部として語ることは，老化の適応戦略である。そのようなストーリーは人生経験に統一感を与え，我々を現在につなげる。話すことによって，我々は，父親，自立，寛大さなどのテーマを発展させて，自己アイデンティティを構築する。

本研究でインタビューした老人たちは，ライフストーリーを繋ぎ続けていた。障害のために彼らが従事してきた日常の作業は損なわれ，意味のある活動を失ったので，ライフストーリーを解釈し直すだけでは不十分だった。老人た

ちは，新しく日々の作業や週ごとの作業に，自分の個人的なテーマを表現する機会を探し，意味の糸を過去から現在へ紡いだ。

老人たちの意味のテーマには，次世代を育てる能力，創造的表現，世話，自立，生産性，寛容，コントロールが確認された。すべての活動を個人的テーマで話しているわけではないが，彼らが日課について話すときに，多くの作業に意味の個人的テーマが象徴的に表現された。以下に，意味のテーマが日常の作業にどのように影響しているかについて例を挙げる。

Bertha の物語

Bertha の主な人生のテーマは，生産性と寛容であり，彼女が従事した仕事，母親，ボランティアがこれらのアイデンティティに貢献していた。彼女は勤務した工場の製品，家族や友人のために作った夕食，ボランティアの思い出を「恐ろしく大きな食事を料理したものだわ。ずっと 17 人分作ってたの。」、「私は 87 枚のアフガン編みの毛布をその回復ホームのために作ったわ。」と達成感を持って話した。

現在の彼女は腰痛と関節炎のために，室内の椅子に座って日々を過ごす。生産性と寛容のテーマが彼女を HCA 活動に導き続ける。ヘルスケア提供者の高齢者支援を援助する活動について，「私が今も HCA を続けているのは，若い時に，多数の人たちを助けてきたからだと思うわ。」と語った。このボランティア活動は象徴的に意味のある作業であり，Bertha の過去のアイデンティティである生産性と寛容から持続している。

Edith の物語

Edith は，インタビューの中で，11 人の里子たちを懸命に世話し，よい学校に入れ，栄養のある食事を与え続けたことを話した。現在の彼女にとって，自宅で部屋を貸している「養女にした成人の娘」との生活は，夫の亡くなった暮らしの寂しさを和らげるだけでなく，母親としての過去のイメージが再構築するという意味がある。

Charlie の物語

宗教は老人たちにもっとも共通したテーマだった。妻の死を深く悼む Charlie の場合は，妻との永遠にあるという約束が，この世に残された彼を支えていた。彼は，神を信じるだけでなく，世界をよりよくするために，よい仕事を遂行しなければならないと信じ，教会と地域のコミュニティーのために自分の時間を捧げる。Charlie にとって，宗教のテーマは，深い象徴的な重要性を含み，彼の存在に意味を与えている。

活動パターンと時間的リズム

HCA メンバーたちは作業時間性（活動の流れに定義づけられる時間の秩序のこと）と社会時間性（社会的に構造化された時間枠のこと）の戦略を使っていた。病院の予約や教会活動のような作業では、社会的規則と合わせる必要があるが、老人たちはほとんど、自分の作業的時間性で動き、社会時間性が見られなかったが、退職者ホームに住んでいる Liz だけが、食事がスケジュールにより決まった時刻に提供され、社会的な時間の秩序に従って生活した。社会学者の Zerubavel は、社会的時間秩序はスケジュールによって効率的に管理されると指摘した。退職者ホームのような、集団の時間的秩序が守られなければならない場合には、時計、カレンダー、スケジュール帳などの社会的に構成された時間枠を使うことが大切になる。

コントロール

自立の精神は、西洋文明の社会的規範に流れるアメリカの価値あり、このメンバーにも存在する。日常生活の身だしなみ、トイレ、家庭内の用事、近所の移動に介助が必要な5人は依存の課題があるが、独自のやり方でコントロールを続けるための4つの戦略があった。

第一の戦略は、意味のあるものを生活空間に置くことによって、環境をコントロールし続ける。例えば、Rosa は同居の娘に日常の食事と交通手段は依存するが、象徴的に意味のある、亡くなった夫の思い出の品、家具、贈り物を手放さず生活することで、生活環境のコントロールを維持していた。

第二の戦略は、雇用人や介助者である。通常、障害のある人は必要なセルフケアや家事のために、「介助者」を雇用するが、Edith と Bertha は、創造的な方法で依存状況にならないように、自律感を維持するために雇用していた。セルフケアよりも重要な作業をするために、使用人を雇った。Edith にとって、キルトづくりの創造的な表現は人生を通して大切だったが、両手の関節痛と変形のために作ることができなかった。Edith は芸術的能力を利用して、デザインと生地選びを自分で担当し、使用人の Susie に切り縫いを言葉で指導して、一緒に作品を完成した。

Bertha は料理が大好きだが、食事の準備をするための身体的力や耐久性がないので、使用人の Kathryn にその工程を言葉で指導して、コントロールを自分が維持した。Bertha は、身体的には依存しているが、自分の好みとやり方でコントロールを維持した。Bertha と Edith は、身体的な障害のために活動は制限されているが、彼女たちの意図通りに参加していると認識することで、自律している。

結局、個々人は、作業に従事することによって、個人になり、自分の考え通りにコントロールを維持する。Liza は制限の多い退職者ホームに暮らし、決められたルームメイトと同居し、スケジュールの時間通りに食事をしたが、庭の手入れや、ピアノを弾くことで、自分の世界を作った。

自立とは個人が自分の身体で社会的な課題をやり遂げ、経済的にも安定した能力があるという西洋の考えは、障害のある人の状況とは合わないことがある。援助を必要とする障害のある人々は、社会的に受身的、依存的位置で扱われ、コミュニティに意味のある貢献をすることはできないと見なされてきた。この自立の概念に挑戦し、自立とは援助なしに遂行できる量でなく、自分で行為の過程を選択する自由の程度で測れると代弁するべきである。どのように身体を扱われるかの自己決定と決定への参加が、依存と自律の重要な区別であり、個人的価値や社会的価値に導く。HCA メンバーたちのストーリーから、彼らが身体的な行為よりもメンタルな選択を含む自立の定義を支持することは明らかである。身体的には依存しても、自己決定とコントロールを適応戦略にすることで、日常の作業の著作権を維持することができるかもしれない。

空間的、社会的、文化的つながりによる連続性の維持

これらの連続性を維持するために4つの戦略が確認された。

1. 家族の絆

親と子あるいは孫の絆は、社会的関係の中で最強の支えであり、過去の世代と将来の世代をつなぐ。メンバーたちは話の中で、繰り返子どもや孫を尊重し、「この娘のことは本当に自慢なのよ。彼女は本当にアーティストなのよ。」と語り、「私の孫娘に赤ちゃんが生まれるの。私は大ばあちゃんになるのよ。なんて幸せなことかしら。」と喜んだ。子どもからの手紙は価値があり、他の人たちに話しては、「9 頁もあるの、本みたいね。」と大喜びした。家族の世代間には時間の連続性があり、人を過去と未来の間に位置づける。人生の最後に近づきつつある人々に、子どもは死後までも続く連続感を与える。遺伝子を介した生物学的レベルや思い出を介した象徴的レベルで、子どもたちと密接につながっている。子供たちを介して、高齢者は時間の連続性を経験する。

2. 意味のある物

メンバーたちは自宅に溢れた「もの」についての作業的ストーリーの中で、深く象徴的な意味を語った。Bertha は、自分のボランティア仕事を自慢しながら額入りの感謝状に書かれた年号を誇らしげに読んだ。壁にかけられたポラン

ティアの感謝状は彼女のアイデンティティーの印となっていた。

Rosa は、亡くなった大切な人たちにまつわる「もの」を日常的に使いながら生活していた。古い椅子やダイニンググループセットや揺り椅子を、大切な人や特別な出来事と関連付けて話題にした。これらの意味ある家具やものは、彼女の経験が積み重なった個人史を表現する。家具は彼女を現在から過去へと運び、昔の感情を味わわせる。意味のある物は、高齢者に時を越えて人とのつながりを経験させるかもしれない。

3. 折々の知り合い

Margaret は、重度の運動障害があるので一人暮らしのアパートに孤立する危険があるが、環境を創造的に操作して、日常的に世界と繋がり続ける。彼女は座り続けたいすから、半開きにしたドア越しに、アパートや近所の人々と暖かく親しいあいさつを交わすことで、社会的つながりを維持した。

Liza は、コミュニティーの中で社会的に孤立しないように、「手紙を投函するために」郵便局に出かけ、「ちょっとした買い物のために」食料品店に頻繁に出かけ、窓口係りやレジ係と近況や個人的な出来事を話して、繋がる機会を作った。これらの作業は友達や新しい知り合いとの社会的な出会いを促がす手段となる。

比較的孤立している高齢者たちは折々の知り合いとの短い接触を使って、現在の日常の世界と繋ぐ。地理学者の Graham Rowel は、このような接触は「自己の再確認とアイデンティティー」の源になり、人々は他の人とのつながりや、認識されることによる喜びを経験すると述べる。Margaret と Liza は、他の人たちを自分の作業の世界に引き込んで日常的に自分を確認している。

4. ファンタジー

地理学者の Rowel によると、ファンタジーは自分の身体的能力を超えて、地理的空間を経験する方法となる。本研究では、ファンタジーは、現在を越えて、連続感を作る強力な戦略となることが確認された。Bertha は以前していたガーデニング作業を思い描いて、同じ楽しさを味わったことを、「ある年になったら、自然に身体は弱くなって、庭に花を植えたくなるわ。でも、私はそれを心の中ですの。」と表現した。昔のガーデニング経験のファンタジーが、感情的視覚的イメージや身体的感受性までも喚起して、Bertha の生活の中でガーデニング活動を続かせる。

結語

本稿で述べた老化への適応戦略は以下のようにまとめられる。

- ・人を作業的存在として尊重する
- ・その人たちの過去の意味のテーマを現在の活動に織り込む
- ・自己決定のスキルを育てる
- ・作業は“心の中で行われる”可能性がある
- ・個人的、環境的变化

本研究は、あるグループの老人たちが生活を強化するために採用してきた工夫に富むが、あまり注意されなかった老化への適応戦略を明らかにした。作業療法士、作業科学者は、彼らのメッセージと、適応についての重要な気づきを受け取る必要がある。

第一に、作業療法士は患者を作業的存在として尊敬し、彼らが意味ある作業を生活に持つことによって、彼ら自身をつくるように支える必要がある。簡単な作業でも、複雑な作業でも、患者の見出す象徴的な意味を適切に理解する必要がある。彼らの意味の世界に我々が介入し、彼らの過去の意味のテーマを現在の活動に織り込むように援助する必要がある。

第二に、そうすることによって、我々の患者が、時間的な連続性と、家族や友人やコミュニティーや周囲の世界との社会的つながりを維持する革新的な方法を探索するようにつづける。

第三に、患者が生活のどこでどのように自分のストーリーをつむぎ続けたいのか意識を集中して耳を傾け、自己決定のスキルを促し、コントロールを続ける方法を探そうに援助しなければならない。つまり、コントロールは身体的行為と同義語であるという誤りに落ちることがないように、コントロールと著作権の定義を拡大することが大切である。

第四に、外来患者の援助では、作業の広義の定義を、「すること」だけでなく、物思いやファンタジーの持つ豊かさを尊重しなければならない、というのは、作業は「その人の心の中で行われる」ことがあるのだから。最後に、我々は、適応を個人のスキルの発達とだけ考えるだけでなく、我々の患者が自分の環境を変えて、彼らの社会的政治的状况を変革させる能力について考える必要がある。

References

- Jackson, J. (1996). Living a meaningful existence in old age. In Zemke, R. & Clark, F. (eds): Occupational Science: The Evolving Discipline. FA Davis, Philadelphia, PA, pp.339-361.

Kaufman, S. (1986). *The Ageless Self*. University of Wisconsin, Madison WI.

Reilly, M. (1962). Occupational therapy can be one of the great ideas of the 20th century medicine. *American Journal of Occupational Therapy*, 26, 87.

Rowel, G. (1978). *Prisoners of Space? Exploring the Geographical Experience of Older People*. Westview Press, Boulder, CO.

Yerxa, E.J., Clark, F., Frank, G., Jackson, J., Pierce, D., Stein, C. & Zemke, R. (1990). Occupational therapy in the twentieth century: A great idea whose time has come.

Occupational Therapy Health Care, 6, 1, 7.

Zerubavel, E. (1981). *Hidden Rhythms: Schedules and Calendars in Social Life*. University of California Press, Berkeley.

著者より

本稿は、2015年11月29日に浜松市で開催された第19回作業科学セミナーにおける基調講演として Jeanne Jackson が講演した内容を、本人の許可を得て、スライドの翻訳と講演の通訳を務めた小田原悦子が要約し、若干追加し掲載した。