

生涯発達の心理学

—研修講座「高齢者・障害者の心理」の講義記録より—

高橋 恵子（東京都／聖心女子大学・教授）

発達心理学という観点から、高齢者、障害者の心理についてお話したいと思います。私は人間の問題を扱う際には二つの点を特に大切に考えて仕事をしていく必要があると思っています。

ひとつは、ある人の問題をその人の生涯発達の中で考えるということです。それぞれの人の問題を、その人の八十年の一生の中で考えてみようということです。たとえば、高齢者（心理学では65歳あたりからの人を便宜的にそう呼んでいます）は数十年というそれぞれの生活の歴史を持って現在があるわけです。その歴史を大切にすることが必要ですし、そしてまた、現在がその人の人生のいかなる時期であるかをも考えてみるのが大切だということです。また、たとえば、子どもに障害があるという時も、一生を通して見た時にどうしてそれが障害というべきなのかを考えてみることです。長い一生の中ではたいしたことではないかもしれませんが、逆に、一生で見れば大切な点を見逃しているかもしれません。

二つめは、できるだけ広い視野を持って問題をとらえるということです。たとえば、日本の中だけで考えていると大変なことだと思われたことが、異なる文化を持つ国ではたいしたことではないことが多々あります。あるいは、外国の例を見るとこのように考えれば良かったのかとか、このような対処の仕方もあったのかと、新しい視点に気付かされたりもします。特に皆さんのようなお仕事では、目の前の問題だけにとらわれずに大きな視野を持つことが、クライアントのために必要だと思っています。

このような観点を大切にしながら、ここではまずはじめに、障害とはなにか、どのように考えるべきかを述べてみます。そして次に、人間にとって大切な三つの心の問題を考えてみることにします。最後に、その大切な人間の心を皆さんのよう

な立場の方々がどのように支え得るかについて述べてみることにしましょう。

I 「障害」とはなにか

障害とは何をいうのでしょうか。障害者とはどのような人を呼ぶのでしょうか。ひとつのエピソードを紹介してみましょう。

もう10年以上も前のことになりますが、W大学の学生であった脳性麻痺の一青年が心理学の時間に出したりレポートは、障害についてするどく問題を提起しました。レポートは彼が大学に入るまでにいかに多くの時間を歩行訓練に費やしてきたかを書き、「二本の足で歩くことが正常だと誰が決めたのか」と問うているものでした。もしも、二本の足で歩くことが正常だと決められていなければ、自分はあれほど長く歩行訓練にあけけることはなかったらろうということです。彼が子どもの頃はまだ車椅子の学生をうけ入れる大学がなかったのです（現在でも残念ながらごくわずかです）。そのような社会では「二本の足で歩くこと」は発達だとし、「車椅子に乗れる」ことを発達とは考えようとはしないのです。彼はこのような社会を告発したのです。

障害とは一体何をいうのでしょうか。私たちの社会では、8～9割の人（その人たちを「健常者」などと呼んでいます）ができることをできない人が「障害者」と呼ばれるとってよいでしょう。そこには、多くの人があたりまえにできることができない人という差別が存在していることは確かです。あるいは、別の表現を使えば、生産をあげる上で不利になるような特徴を持つ人を障害者と呼んでいるとってよいでしょう。私たちはそのような不利な状態にある人を障害者と呼んで「保護、している気になっていますが、実は普通のことではない人とか、生産を上げえない人として

そのような特徴を持つ人を差別しているともいえるわけです。つまり、生産性を第一に考える社会の価値観が障害者の条件を決めているといえるわけです。価値観が異なれば、障害者の条件も変わってくるはずですが、くだんの青年が問うたのは、このような私たちの社会の価値観そのものです。

生産を能率よく上げえない人、障害を持つ人として差別されるのは、高齢者、いわゆる障害者よりもとよりますが、子ども、女性、技術を持たない人、などにまで程度の差はあれ及ぶのです。これは地球上のどこでも少なからず見られる現象で、どの国でも解決に努力している問題です。

経済的な繁栄を至上とする社会はこのようないわゆる「社会的弱者」を生んできました。今、この価値観そのものが問われているのです。経済の繁栄が豊かさをもたらしたのは事実ですが、それがひきおこしている歪が大きくなって、身体や心の問題までにその影響が及び人々が悲鳴をあげているのは確かです。

歳をとるのはみんな誰もがですし、いわゆる障害は個人の特徴のひとつだと考えてみることから始めてみようというのが、まず、私が提案したいことです。

Ⅱ 人間にとって大切な3つのこと

高齢者やいわゆる障害者の問題を考える際に大切と思われる3つの点を取り上げてみましょう。

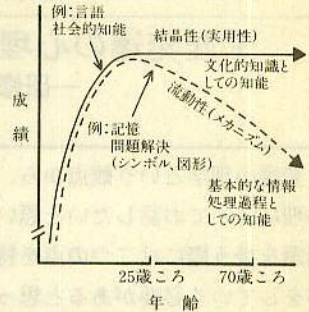
1. 知的能力の発達についての誤解

歳をとってぼけたり物忘れがひどくなることは誰もが恐れていることですし、歳をとった人に私たちが簡単に貼るレッテルではないでしょうか。しかし、歳をとると知的能力が衰えると考えるのは誤りです。

知的能力をはかるのが知能テストです。これには時間制限があって早くたくさんできることがいいことだという考え方でやってきています。たしかに知能テストを使うと、高齢者の成績はさがりますが、人生の問題の解決はそんなに簡単ではありません。じっくり考えることの方が重要です。つまり知的能力を測定するものさしが間違ってい

たと心理学は反省 <図1>

しているわけですが、現在は(図1)のように考えています。短期の記憶とか、図形を早く扱うといった能力、これを「流動性知能」と呼びま



すが、この能力は確かに歳とともに落ちて行きます。それは私たちの脳がそういうことをうまく処理できなくなることと、もうひとつは年齢を越えていくとそういう問題を急いで解く気持がなくなるからでしょう。しかし、一方言葉の理解の力や社会的な問題解決の能力は落ちて行くどころか歳とともに上昇していきます。人生の経験がここで実を結んでいくわけですが、これを「結晶性知能」と呼びます。このように能力というものを分けて考える必要があります。人間としては生活におけるさまざまな問題解決のほうが重要ですし、そういった能力は70歳になってもまだ伸びます。これは経験が生きているということです。

ドイツのバルテスという学者が「知恵」の研究をしています。知恵とは人生における問題を解く能力のことです。たとえば、ある人がこういった状況になったときあなたはどのような忠告をしますかという質問をして調べました。すると若い人はステレオタイプな答え方をしますが、中年以降になると、こういう場合もあるし、こういった場合もあるし、まずその人の意見を聞いてアドバイスするといった、いろいろな情報を入れて柔軟に考えることができるようになるということです。おもしろいことに「子どもの知恵」の研究をしている人はまだいません。子どもたちはかわいそうなことに早くたくさんやることばかり要求されて、じっくり、のんびりやることを認められていません。人生八十年を考えたなら小さい時から「ちょっと待って」といって自分で問題解決する能力を持つことのほうが大切ではないでしょうか。

歳をとるということは人生経験が豊かになる、

しかも一人一人違う経験が磨かれるということでした。今までの発達心理学は「死」という問題をしっかり考えてはきませんでした。エリクソンという人が「死ぬということを自分の人生の中にリアルに考えた時に人間というのはもう一つ飛躍する」といっています。歳を取っていろんなもの(友人や配偶者や地位や……)を失っても次の世代に託せる夢が支えるといっています。高齢になるということは若い人にはないもう一つの課題を自分の中に引き受けているということです。

人が生きて来た時間はとても大切です。たとえば、知恵遅れの人たちのことを考えると、知能テストで5歳とかいわれてもその人が生きて来た年齢なりの経験があるわけですから5歳児のように扱っていいはずはありません。その人その人の経験が人を育ててきたわけです。人間が歳をとると失うものもあるが得るものもあるという考え方をするようになりました。失わなければ得ることもないと考えたほうがいいのではないのでしょうか。

2. 自己の役割

「これは自分だ」と意識されているものを心理学では「自己」とよびます。人間にとって自己は大切です。たとえば「生きがい」とは「これこそ自分の大切なもの」と思い、ときには命をかけるものです。苦しみもあるけれどもやり終えたときの喜びはすごい。これが人間なんです。

自己は赤ちゃんにもあります。離乳食にしてもその子の好みがあり、そこに自己主張がみられますし、幼児でも自分のやりたいことをやった時はいい顔をしています。

それぞれの社会のメンバーが自分のやりたいことが保証されていれば、その社会は成熟しているといえるのではないかと思います。高齢者、障害者、子ども、女性、外国から来た人たちがどのくらい自分のやりたいことが保証されているかで社会の成熟度がわかるということです。

東京都の老人総合研究所が、百歳のお年寄り2千人に調査をしています。皆さんとても元気で、なかでも自己が明確にあるということが注目されました。人間という生き物はどんなに幼くとも、

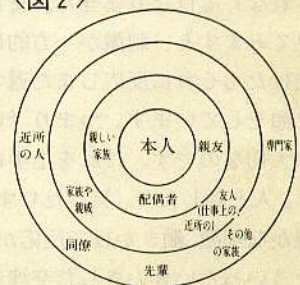
誰でも自己主張する、自己主張したいと思うし、そして自己の選択にかなっているときが一番幸せだということです。皆が自己とか自分ばかりしていたらひどいことになってしまうと思うかもしれませんが、一人一人がやりたいことを出す中でじゃあどうしようかと自己の調整をしていくのが社会なのではないかと思います。

もう一つ自己とかかわってくるのは自尊心です。これは赤ちゃんにもお年寄りにも、誰にでもあるのですから自尊心を認めて大切にしていけることが必要です。人間にとって「自己」は大切だということをおわかっていただければと思います。

3. 愛情のネットワークの大切さ

私たちは一人で暮らしているわけではありません。赤ちゃんをみても生まれたときから人と関係をもてる力を持っています。目と目の結び付きは心をつなぐ大切なことです。生まれたての赤ちゃんでも横に並んだ2つの黒い丸に一番関心を持ちます。理由はわかりませんが、目に関心をむける力を持っているのではないかと考えられます。また赤ちゃんは人の言葉に関心をもちます。人間という弱い種が肩を寄せ合って生きて行きやすいように、人に結びつくように種としてあらかじめプログラムされていたのではないかと今は考えられています。

〈図2〉のような三つの円を考えてみましょう。中央にあなたがいるとします。もっとも内側の円に、あなたにとって重要な人を何人でもあげてください。それが終わったら、次の円にそれほど重要とはいえなくても大切な人を入れます。そしてさらに第三の円に、大切な人を入れてみます。あなたもやってみて下さい。人によって人数は違いますが、幼児から90何歳のお年寄りまでだいたい三つの円の合計で10人くらいの人があげられます。亡くなった



愛情のネットワークのモデル
(Kahn&Antonucci,1980による)

お母さんとか、信仰をしている人は神様というのも入ってきます。ペットが入ることもあります。これを私は愛情のネットワークとよんでいます。内側の円に名前が上がった人にこのネットワークを書いてもらいますとやはりその人が中心に近い円に入っています。愛情はお互いに交換しあうのだということがわかります。

今、私は高齢者のデータを集めていますが女性と男性では差があります。女性の場合は子どもとか孫とかお稽古事や社会教育や仕事で出会った友人があげられます。そして夫が上がってきません。ところが夫が一番に妻をあげ、その後がなかなか続かないのです。そして円の中に少ししか人があげられない人の生活の満足度は非常に低いのです。人間にとってこうした愛情のネットワークは大切なものだということがわかります。

どんなに歳をとって何もできなくても、また、いわゆる障害のために働けなくとも、その人が生きていることそのものが誰かの支えになっているというメッセージを送ることが、その人の命を支えることになります。クライアントが愛情のネットワークを持っているかどうか、あるいは、誰かのネットワークの中に入っているか、皆さんがケアをなさる時にそういったことを考えていただくとよいのではないかと思います。

Ⅲ どのように支え得るか

1. 知的な有能さを支える

知的な有能さをいつまでも持つためには、刺激が豊かにあるということが大切です。車椅子でも街に出たり、美術展に出かけたりすることが保証されなくてはなりません。また、子どもの発達を見ても、刺激が一方的にくるのではなく、受けたらそれに反応した返す時にいきいきとした顔をしています。つまり「いきいきした交渉」が大切なのです。これを上手にできるのが人間です。人と話したり、笑ったりすることが大切です。豊かな刺激、働きかけで反応が返ってくるような、そういったいきいきした交渉を私たちがどう保証できるかが重要なことです。

2. 自尊心を大切に

アメリカのある老人ホームの調査があります。一方の老人ホームは、全部こちらでいたしますからどうぞ休んでいてくださいというやり方で運営します。そして、もう一方の老人ホームはできるだけ皆さんでやって下さいというやり方で、何でもお年寄りにやってもらうようにします。そして、追跡調査をすると、自分たちで何でもするホームの方が寿命が長かったということがわかりました。やれることは自分たちでやるという方が生きている手ごたえとか、生きているかがあるといったものにつながるからだといえましょう。

歳をとると「おばあさん」とか「おじいさん」という呼び方をされ固有名詞を失っていきます。国立市で主婦たちの手記が出された中に、社会活動をして一番良かったことは自分たちの名前を取り戻したことだとありました。それまでは「…のお母さん」「…の奥さん」でしかなかった人たちが、久しぶりに「鈴木さん」などと名前と呼ばれてうれしかったというのです。こういうことは子どもの発達にもいえます。自分に固有の名前があることがわかると自己意識がはっきりするのです。名前は自分のアイデンティティーの重要なレッテルなんですね。それが入院したとたんなくなるとか、歳をとるとなくなるとか、リタイアするとなくなるとか、5歳児の知能しかないといわれると18歳の相手に幼児を呼ぶような仕方をするとか、こういうことはありがちなことです。名前の呼び方などもその人の自己というものと考えあわせていかなければならないと思います。

高齢になったり障害があったりするとどうしても人にしてもらおう、ケアを受け取ることが多くなる立場になってしまいます。また、愛情のネットワークの円の中に上げる人が少なくなってくると遠慮がちになります。自分は何んにもしてあげられないと言い出したりもします。どんなに小さなことでも自分の存在理由があるのだということどこかに持っているということが、人間が生きている上では大切なことなのです。歳をとればやれることも限られてきますが、最後まで残された機

能を大事にして、何かがしたい人にはできるチャンスを用意したいと思いますし、また、あなたは誰かを支えているんだというメッセージを伝えることが必要です。手も足もきかなくなっても「あなたがお話しを聞いてくれるだけでいいのよ」といったメッセージを伝えることです。

千葉敦子さん（乳癌で40歳代でなくなられたジャーナリスト）の書かれた本に、多くの人に支えられて亡くなる直前、自分はもう返すことはできないけれども、自分の人生をふりかえって考えると自分が以前は人を支えてきたこともあった、今は違う人に支えてもらっているけれども帳尻はあっているじゃないか、直接のギブ・アンド・テイクではないけれどこれでいいのではとっています。こういう考え方もあるんだなと思います。

とにかくお年寄りはお世話になってばかりで申し訳ないということが心の負担になっています。それが自尊心を傷つけているのです。そのような時、あなたが生きることが重要なんだということを伝えて行くことが大切です。

5歳の子どもの「あなたはどのような人？」と聞く子どもの自己の調査をしてみました。「あなたは大切な子？」という自尊心にかかわる質問をしたとき「うん」という、「どうして」と聞くと「パパがね、じゅんちゃんは宝物だよっていつも言うから」と答えました。宝物、だよというのはリップサービスに思われるかもしれませんが、これが子どもの心に深く残っていることがわかります。日本人は心と心のコミュニケーションなどといいますが、言葉で伝えることが大切なのです。

3. 愛情のネットワークの質

ネットワークについて聞いてみるとその人の周りの人がわかります。歳をとったり障害を持ったりすると孤立しがちになります。愛情のネットワークにあげられるのが家族だけの人と、友人なども入っている人とがあります。比べてみると家族だけの人のほうが生活の満足度が低いのです。お年寄りでも横のネットワークがあったほうが満足感が得られるということです。

福島県のいわき市は高齢化が他よりもすすんで

いて福祉の問題にもいろいろ取り組まれているのですが、今問題になっているのは村の中に行事がなくなったということだそうです。昔は祭りだというと皆がワッとでてきて年寄りから若者や子どもまで一緒になったが、そういった行事がなくなって、どうしてもお年寄りが家の中に取り残されてしまうというのです。お年寄りの横のネットワーク、同年齢や同じ問題をもった人たちとのネットワーク、つまり家族のネットワークだけでは社会的ネットワークをどのように使うかの工夫が必要になってきています。

おわりに

今まで知恵を衰えないようにどう支えるか、自分を失わないようにするためにはどう支えるかということをお話ししてきましたが、でもぼけたり歳をとるのは動かせない現実なのです。万一そうであっても人間は尊いのだという決意を私たちも、社会もしておく必要があります。

生産性第一主義でやっていくとお年寄りや障害者は住みにくくなります。ではそれに代わる価値とは何か。たぶんもっと人にやさしい原理でなくてはいけないと思います。それは何かということも誰もまだいっていないと思いますが、生産性第一主義ではだめだということは、お年寄りやいわゆる障害者を相手とする仕事をしている人たちは感じておられると思います。ヨーロッパの生活をみてみると、彼らは生産性第一主義の価値観からとくに降りたのだということを感じます。ドイツにいったおり、休みはきちんと取りスーパーも夕方5時すぎにはみんな閉めてしまいます。日本から見ますとなまけもののようにみえますが、家族がともに過ごすことを大切にしているんだということを感じます。私たちがめざす価値観は何かということがこれからの重要なテーマではないでしょうか。

（本稿は1993年10月23日のホームヘルパー養成研修講座「高齢者障害者の心理」の講義記録を編集部の責任でおこし、加筆・訂正していただいたものです）