

非構造的ライフレビューに関する覚え書き Part 1

面接構造と基本理論

○林 智一 (香川大学医学部)

キーワード：高齢者、ライフレビュー、心理療法、面接構造、基本理論

目的

Butler(1963)は、ターミナル期の患者や高齢者など、死を意識した人に見られる生育史の回顧にセラピューティックな意義を見出し、ライフレビューと名付けた。ライフレビューが適応的に進展した場合、不安を軽減し、人に死への準備をさせるという。以後、ライフレビューに関する研究は年々増加し、アメリカで1960年代にわずか3編であった論文が1970年代には20編、1980年代には71編に達し(Haight, 1991)、2007年には200編を越えている(Haight & Haight, 2007)。

ライフレビューの形式は、大別すると1対1の個人ライフレビュー/集団ライフレビュー、あらかじめ質問項目を定めた構造的ライフレビュー/質問項目をさだめない非構造的ライフレビューなどに分かれる。さらに心理療法のみならず、作業療法や看護、ソーシャルワークの領域でも利用されている(林, 1999)。そのためか、「ライフレビューはセラピーのひとつではあるが、心理療法的プロセスとはまったく別個のものである」(Haight, Coleman, & Lord, 1995)という見解も存在する。

それに対して筆者は、臨床心理士として、力動的個人心理療法にライフレビューの観点と技法を導入する取り組みを行ってきた(林, 1999; 2000; 2003)。近年では、5回ないし10回の非構造的ライフレビューを、認知症やうつ病の診断のない、心理的に健康な高齢者に対して実施している(林, 2012; 2016; 2018 など)。本研究では、筆者の行ってきた回数制限非構造的ライフレビューの面接構造や基本理論について、現時点での覚え書きとして整理、検討することを目的とする。

方法

これまで報告してきた事例をもとに、回数制限非構造的ライフレビューの面接構造や基本理論について整理、検討した。

結果と考察

1. 回数制限非構造的ライフレビューの面接構造

介護老人保健施設利用高齢者(以下、語り手)に対して、週1回50分、対面法による個人面接を行った。回数は5回ないし10回であった。これは、カウンセリングのトレーニング方法である試行カウンセリング(鏑, 1977)を参考にしたもので、カウンセリングのプロセスが展開する最低限の回数であると同時に、心理的に健康な語り手からいたずらに深刻な問題や病理を引き出す危険性の少ない回数である。

具体的には、初回到生育史や家族歴などのインテイク面接を行い、続いて「思い出の話を聴かせてください」ということばでライフレビューに導入した。漠然とした質問のようであるが、ほとんどの事例でライフレビューが展開した(林, 2012; 2016 など)。語り手は、限られた面接回数を活用して、人生上の未解決の葛藤や心理社会的危機の解決に向かっていった。つまり、主訴を有さない語り手であっても、潜在的には

さまざまな問題を有しており、ライフレビューは、そのような問題を意識化し、それに取り組み、解決していく糸口となったものと思われる。したがって、ライフレビューは、高齢者の心理的健康の増進に有用な援助技法であると言えよう。

そして最終回には、現実の肯定的話題が語られ、回顧から現実に帰還するというプロセスが見られた(林, 2012)。現実逃避的に過去に耽溺することなく、現実に帰還できるという点は、本研究の語り手が心理的に健康であったことの証左でもあり、病理を有する高齢者の場合には、より慎重な配慮が必要になるかも知れない。

2. 面接者の基本的態度と基本理論

語り手から過去の話が語られた際、そこに積極的関心を示して回顧を促進、援助するという方法を取った。ただし、ライフレビューであるからといって過去の話に限定せず、現在や未来の話が語られた際には、そこにも傾聴した。筆者は、過去と現在、未来は密接に関連しているからである。

たとえば、ある高齢期女性は、回顧の中で、厳しかった姑に対する見方が肯定的に変化するとともに、現在の自身の障がいについていかに自分が恐れているかということに直面し、「病気も受け取り方が大事」という安寧の心境に変化していった。すなわち、過去の見方が変化することと並行して、障がいという過去から現在、未来に渡る問題への見方も変化していったのである(林, 2012)。

また、構造的ライフレビューの立場である Haight & Haight(2007)は、語り手に過去を評価させることを強調する。それに対して筆者の方法は、語り手のペースで回顧することや、語り手のモチベーション、主体性、自発性を尊重する立場であり、よりカウンセリング的、心理療法的である。

一方、自由度が高すぎて何を話せば良いのか困惑したり、心理的負担感や抵抗感、拒否感が語り手に生じたりする危険性もあろう。そのデメリット克服には、初回のインテイク面接が有効であると考えられる。それによって、この面接で何を話せば良いのかが、ある程度、方向付けられるからである。

相反開示；発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。

倫理的配慮；研究協力者には研究趣旨を説明のうえ、同意書に署名を得て研究を行っています。個人情報保護に適切な配慮をし、発表に際しては固有名詞の記述を避けるなど、十分にプライバシーを保護しています。

【日本心理臨床学会平成28年度研究助成 No.2016(ii)-01『高齢者の心理療法におけるライフレビュー・プロセスの検討』(研究代表: 林 智一)による】

(HAYASHI Tomokazu)