

中国人高齢者の語りから見た心理的加齢発達 —老年的超越に関するインタビューを通して—

ZHANG XINYU

中国は現在、急速に超高齢化が進んでいる。これにともない、高齢者の医療問題や心理的問題が顕著になってきている。しかし、中国では、高齢者の心理に関する研究は他の年齢層に比べて少なく、医学研究が多い。他方、高齢者心理学に関する論文の数は 1982 年から徐々に増加している傾向が見られ、高齢者の心理的側面も注目されつつある。

現代の中国では、活動理論が高齢者の幸福と関係するという考えが主流であると考えられるが、一方で中国人は、伝統的に加齢に対して独自の視点を発展させてきた。中国では、古来より道家思想等が人々へ強い影響を与えている。道家思想では、宇宙間に存在する理法を「道」と名づけ、人もそれにならって無為自然を旨とすることにより、結果として「大成を期待できる」、あるいは「心の安らぎを得る」としている。道家思想に基づいて開発された認知療法では、全般的な不安障害に対する効果が高いことが示され、特に高齢者では若年者よりも高い効果を示すことが明らかにされている（楊・張・肖・周・朱, 2002; 張他, 2000）。また、道家思想の講義を受けた後、参加した中国人高齢者の不安、恐怖、抑うつスコアが有意に減少し、主観的幸福感も有意に増加したことが報告された（周・姚・徐, 2002）。このように、道家思想は、現代においても中国人の高齢期の幸福感に寄与すると考えられる。

欧米ではこれまで、高齢者の幸福感に関しては、「加齢に伴い生じる喪失に対してどのように適応しているのか」、あるいは加齢による変化を発達と捉え、「高齢期の発達はどのように成し遂げられるのか」という議論が行われてきた。この流れの中で、老年的超越理論が提唱された。老年的超越理論では、人は年齢を重ねるごとに、表面的な対人関係を捨て、より深く質の高い対人関係を求めるようになると考えられている（Tornstam, 2005）。また、高齢期には自分で自分の人生をコントロールできる有能感などが必要となってくるとも考えられている。老年的超越理論は、2500年以上も前の東洋思想に間接的に影響を受けていると考えられる（Tornstam, 2005）。Tornstam 自身も、瞑想、禁欲主義、天人合一を強調する東洋の禅仏教の要素と老年的超越理論との関連があると指摘している（Tornstam, 1989）。老子に由来する東洋の思想が中国人高齢者に影響を与えていることから、老年的超越理論の考え方も中国人高齢者に適用できるのではないかと考えられる。

本研究では、中国人高齢者の加齢にともなう心理的变化を、老年的超越概念に基づいて抽出することを目的とした。中国には、道家思想や独自の社会背景が存在するため、既存の理論モデルから設問・仮説を導き、実証的データと比較する演繹的方法を用いるのは早計である。したがって本研究では、中国の文化や社会的背景などを考慮し、インタビュー調査という帰納的方法を採用した。

本研究における研究協力者は、中国の河南省出身の女性2名、中国の山西省出身の女性2名の合計4名であった。平均年齢は75.25(SD = 8.18)歳であり、年齢範囲は65歳から85歳であった。面接調査はオンラインで行い、1人あたり平均5.25回実施した。分析手続きについては、内容分析の手順に基づいて分析を行った。

内容分析の結果、110の発言項目が抽出され、それらの項目に対し51個のコードがつけられた。各コードは21個のサブカテゴリーに分類され、最後に7個のカテゴリーが抽出された。抽出された7カテゴリーは【人間関係】【思考の変化】【無為自然】【老いへの態度】【死生観】【生活の仕方】【過去への態度】であった。

【人間関係】の категорияから中国人高齢者が高齢期において社会的自己から脱却し、一人での良さを発見し、少数の人との深い関係を求めており、家族としての役割を演じ続けていると同時に、できるだけ自立しようとしていることが示唆された。【思考の変化】の категорияでは、ネガティブ感情が減少し、もしくは生起するのを回避しており、物質へのこだわりも以前より減少している同時に、自分の人生についてはずっと自分の信念に従って生きているという老年的超越の特徴が見られた。【無為自然】の categoriaでは善悪、生死、正誤などの概念の対立の解消を認識すること、世の中の「曖昧さ」をあるがまま受け入れる特徴がみられた。【老いへの態度】の categoriaでは、高齢期に自分の身体機能の低下、親しい人との死別などさまざまな喪失を経験することによって、「老い」や「衰え」に対する抵抗感が生じると考えられる。これは老年的超越への発達の妨げになっているが、これを乗り越えることが老年的超越の発達に重要な一歩でもある。【死生観】の categoriaでは中国人高齢者が他者の死を経験することによって、自分の死を考え始める特徴が見られ、そして生と死についての認識が変化し、死についての恐怖は年齢とともに減少していると指摘された。また、死後の居場所の確定、つまりお墓の購入によって、安心感を持ち、死への恐怖の減少にも役立つことが示唆された。【生活の仕方】と【過去への態度】の categoriaから、好きなように現在の生活を楽しんでいる中国人高齢者には過去の受容とこだわりが同時に存在しているという特徴が見られ、過去へのこだわりは老年的超越の発達に対する阻害要因であると考えられた。

本研究の結果を総合すると以下の3点になる。①Tornstamの老年的超越の3つの領域である「社会と自己の関係」「自己認識の領域」「宇宙認識の領域」の中で、「社会と自己の関係」と「自己認識の領域」に関する超越的な発言が多く見出された一方、「宇宙的認識の領域」については超越的な発言が見られなかった。②日本版老年的超越質問紙(増井, 2013)の下位因子に、道家思想にある老荘思想に通じる「無為自然」という因子がある。これは、積極的にコントロールを行わない、自我を捨て去り、自然に任せるなどといった内容を表現していた(増井他, 2013, 2010)。道家思想の発祥地で生活している中国人高齢者からも【無為自然】に関する発言が見られ、この部分に関しては日本人高齢者と共通しているということがわかった。③「宇宙的意識の領域」における超越的な発言が一部しか見られず、歴史事件、中国人の現実主義、宗教性の低さに関連があるということが示唆された。

今後の課題として、対象者の時代背景を考慮することが挙げられる。本研究の対象者の発言から歴史事件を経験し、生活の仕方、考え方が変わり、心理的变化が生じることが示唆された。このことから、本研究の対象者と老年的超越に関する先行研究の対象者が、いつ、どのような戦争などの歴史事件を経験してきたかという違いを考慮する必要がある。今後、高齢者現在の老年的超越に関する考え方に影響が強いと考えられる時代背景との関連について検討することが期待される。本研究ではこれまで注目されていなかった中国人高齢者の精神世界の新たな側面を示すことができた。(臨床死生学・老年行動学)