

自 立 の 論 理

山 崎 健 治
Kenji YAMAZAKI

はじめに

介護保険に「自立支援」の理念が据えられた。自立は自立心によって支えられるものである。乳幼児期に、泣くことによって空腹を訴え、乳を吸い、やがて言葉が出て歩行するなどは自立の始まりである。この一連の行動には常に自立心が働いている。

自立は、日常生活動作の自立から人間としての自立まで多様であり、成長するに従って自立を支える要因は複雑になる。ここで「自立心」について考究する。

1. 自立の概念

自立を日常生活動作の成立という概念で捉えれば明確であるが、行動の自立だけで捉えると寝たきり状態の人には自立はありえないということになる。日本大学法学部教授飯塚勝久著「人間存在の倫理」によれば、「固体とは必ずしも独りであることを意味するものではなく、いろいろな面で他と異なった独自の存在であるがゆえに、かえって他の独自の存在と言わば一回限りの関係を持ちうるような存在者のことを言うものである」といっている。この論理によると、自立を他者との関係を持ちながら他者と異なった独自の存在者として理解することができる。

○「自立」の概念の中に採り入れるもの

- ❶ いかなる状態の人も、人として独自の存在であるから、その尊厳の尊重という人権の概念を入れる
- ❷ 自立は独りであることを意味するものではなく、他者との関係を持ちうる存在として理解する。すなわち自立は一人では成立しないから、人間関係および社会との関係という概念を入れる
- ❸ 自立は成長・発達の中で多様な変遷を繰り返すものであるから、生涯発達の概念を入れる
- ❹ 自立心は内面的なものであるから、精神的安性、成熟性、健康状態との関連という概念を入れる

2. 「自立」の状態

自立心は、意思表示、情報の収集、人間関係、社会参加という状態で表現されるものである。意思表示の原点は興奮・緊張・衝動に見られ、さらに言動によって表現される。したがって意思と感情がある限り、如何なる状態の人にも自立は存在する。

次に、人間は感覚を通して情報を吸収し生活適応を図っている。情報が閉ざされたり、少なすぎると生活自立に障害が発生する。

人間は孤独では生きられない動物である。多くの人間関係を通し安定して自立する。人間関係障害があると自立心は阻害される。人間関係の発展上に社会参加がある。

自立心は「ありのままの自分」が表現できるとき意欲的となる。自立心は心の自由によって支えられることから生活環境の影響を大きく受ける。

自立心は自由の領域が広いほど制約が少なく、領域が閉ざされているほど障害されていると考えられる。自立心の障害の原因は、心身の健康から生活の状態、生き方まで多様である。(自立心を阻害するものの項で後述する)

3. 自立心の要因

「健康な身体には健全な心が宿る」という諺があるが、これは一般論であってすべての人には当てはまらない。自立心は多様な心理的要因の有機的統合としての活動である。次に心理的要因について列挙し考察する。

○基本的欲求の充足

H. A. マレーの欲求—圧力理論によると、欲求は、大脳における未知の物理的科学的過程の産物として生じる力であると仮定し、人間活動に必要なすべての作用を組織化していると考えている。一次的欲求として生命を保持していくための生理的欲求があり、二次的欲求として愛情の欲求と承認欲求をあげている。確かに、孤独では生きられない人間は強い愛情欲求を持ち、愛情が確認できたとき孤独の恐怖から救われ安定する。また、人間は常に価値ある存在として承認されたいと願っている。この欲求が充足されたときに安定する。この基本的欲求の充足が自立心の基礎的要因となる。

○自己概念の形成

自己概念は自立心形成の重要な要素である。自己概念とは、年齢相応に人間性や価値観、人生観が形成されると自己評価が高くなり自己受容ができる。自己概念には論理的思考、信念、目的意識、人間関係、社会適応などに対する自己評価などの因子が含まれている。

自己概念が確立していると、周りの喧騒に惑わされず、感情の統制ができ自己を見失うことなく安定した生活ができる。自己概念が未成熟の場合は主体性が弱いので環境に

振り回され、不安状態になりやすく自立心が確立しがたい。

自己概念の形成は、幼児期の養育姿勢や幼児期体験、教育環境や職場体験、成長過程における差別や偏見、人間関係、その他の人生体験などが影響している場合が多い。

○人間関係

自立心は人間関係と密接な関係を持っている。とくに家族の理解と支援関係の影響は強い。人間関係の中には競争相手や上下関係、また理解・親和関係や拒否関係など多様な関係がある。受容的な関係は自立心を高め、拒否的・抑圧的な関係は自立心を抑制するという影響力を持っている。個人を取り巻く人間関係の理解は自立支援活動に欠かせない要件となる。

4. 自立と人権

人権とは、法によって規定されるものだけではなく、人権意識の基本は、個の生き方の選択と意志決定の尊重にある。人間は一人一人違った存在であるように、自立の内容と質もそれぞれの個によって異なるものである。したがって人権尊重は「個別化の原則」が基本となる。従来の施設における集団処遇、画一化の処遇は個の尊厳が軽視されやすいので、基本的人権の尊重とはいえないものがある。集団処遇の中で自立した生活ができるためには、きめ細かい個別指導やカウンセリングなどにより、個の自己概念が確立できる支援が必要となる。

自立支援は自由最大化状況の中で成果をあげるものである。十分な情報と思考・意思表示の自由、行動の選択・決定ができる生活環境の設定が自立支援の原点となる。次に人権は平等の精神によって支えられるものであるから、差別・偏見、権力・上下関係が排除された場面での支援でなければならない。

人権尊重の社会は平等で相互関係の中で成り立つものであるから、要支援者も社会の一員として他者の人権尊重ができなければならない。過保護や身勝手さを許容するのは自立支援とはいえない。どんな弱い状況にあっても、それなりの責任と役割を果たし、他者に対して十分な敬意を払うことが平等の原則である。他者の人権を尊重できたときに初めて社会的自立ができ、また人間としての自立ができるのである。したがって、他者の人権尊重ができるように支援することが自立支援の重要な視点となる。

人権尊重は、感謝、敬愛、許容、理解、共感、親愛などの心によって支えられるものであるから、弱者といえども他者への人権尊重は可能である。

5. 自己受容

自立の究極は自己受容である。人は誰でも自分で自分を意識的・無意識的に自己評価し

ているものである。そして自己評価に満足を感じたり自己嫌悪に陥ったりする。自己評価は、自己の外見や能力、人間性、価値観、ライフサイクル、人間関係など多様であり、年代などによっても評価内容は異なる。自己評価と自己受容は密接な関係にある。

自己受容は基本的欲求の充足、自己概念の確立などによって支えられている。また、自己受容ができていれば、他者を冷静・客観的に広く受け入れられ、他人の評価に惑わされない安定した状態になる。さらに明確な表現、傾聴、自己開示など対話的關係もスムーズになり信頼関係を深めることができる。

自己否定状態になると、自己嫌悪や劣等感にとりつかれやすいので、他者の目や言動を気にしやすくなり、常におびえた自己防衛的行動に走りやすくなる。感情のコントロールが付きにくくなり曲解や偏見を招きやすく信頼関係が形成しにくくなり、ストレスにも取り付かれやすく不安定な状態に落ち込みやすい。自己受容は最も主体的なものであるから自立の基本的要因であるといえる。

6. 生涯発達と自己実現

自立支援は個の自立欲求と支援者との協働で成り立つものである。昔は、老化を「廃れる」という概念が含まれ、救済と保護が老人福祉の理念になっていたが、これからは自立支援活動に、いかなる状態にあっても生命を維持している限り学習と体験によって「生涯発達」が可能であるという理念をすえておく必要がある。

また、学歴偏重の社会にあっては「発達」をより高度なものにだけ求めやすいが、ここで言う「発達」は、持ち得ている能力を駆使して「横に発達する」というものである。上に伸びるには限界があっても、能力を横に伸ばす限り限界はありえない。

例えば、サラリーマンで定年を迎えても人生のすべてを経験したことにはならない。老人大学に入り新たな学習や人間関係に触れると、そこから経験もしなかった新たな人生が始まる。そこで学習することは未知な世界を限りなく横に広げるためのものである。

そして人生が活性化する。知的障害者も持ちうる能力を使って横に学習と体験を重ねることにより限りなく発達し生活は豊かになるだろう。そこから生涯発達の概念が生まれてくる。

持ちうる能力を生活の中に生かし、自分らしい生活を作り出し、充実感。達成感を得て感動を味わう内容も自立の重要な視点である。この感動こそが「自己実現」そのものであるだろう。

7. 対象者理解と自立支援

人を理解するとき外見的理解と内面的理解とがある。一般的には社会的評価基準に当て

はめて外見的理解をしやすい。よい子・悪い子、学歴の有無、肩書き、外見、容貌などからの理解である。確かに外見的理解は統計的には通用するだろうが、外見的评价が必ずしも個の人間評価とはイコールしない。かえって外見的评价が決定的な問題を生み出すこともある。「最近の若者は」とか「信州人は」とかと画一的に理解したり、「17歳問題」に至っては、17歳になるとすべての若者が問題であると曲解されやすい。この画一的な理解が先入観になってしまうと大変な弊害を生み出す。

再度個別化の原則を出す、自立支援は個の自立を支援するのであるから、画一的理解はもっとも危険である。

自立支援における理解は内面的な理解でなければならない。内面的理解に必要な資料はケース記録表にあるような生年月日をはじめ家族構成や病歴などだけで得られるものではない。内面的理解とは心の世界である。喜びや悲しみから価値観や生きる目標や願いなどの心情の世界である。人間は人生の中で多様な体験をしているが、その体験は画一的に個に同じ心情を与えるものではなく、個の受け入れ方はそれぞれである。その体験が個の人格形成や人生観に多大な影響を与え、今の生き方を形成しているのである。

内面的理解に必要な資料は、個の心情を形成している成育史である。忘れ得ない喜びや悲しみ、失意や感動の体験とそのときの対処の資料である。

理解とは事実関係を知ることだけでなく、対話を通して共感的に理解することである。思い出の世界を共感的に理解することが今の心情を理解することにつながるものである。ケース記録とは、心情の歴史から今の生き方が理解できる記録であることが望ましい。個の内面的理解が人間的理解となるものであるから、ここから得られた資料から自立支援のあり方を見出していくことがケアプラン作成上の重要な要件となる。

8. 自立を阻害する要因

自立とは生きようとするすべての統合であるから、個を取り巻くあらゆる環境的要素が関係する。環境的要素には自然環境から社会環境、経済環境、人間関係など多様である。生育史上には自立を阻害された体験のほうが多いものである。環境は温室ではなく自立するための試練の場である。自立を獲得していくためにはその試練を乗り越えなければならない。

○阻害要件となりやすいもの

成育史の中で自立を阻害された体験を知ることが、自立支援をプランする上で大切である。阻害要件となるものは時代的背景によってかなり違いがあるが、明治、大正、昭和という封建社会に生きてきた人たちの場合は、家の格式や上下関係からの圧力関係であろう。また男尊女卑の思想も女性にとっては多様な場面で自立や自尊心の阻害体験を

受けたことだろう。

また都会と山村という地域意識、価値観などは、昭和・平成に生まれた者たちとは大きな違いがある。現代の打算と個人主義に生きる生き方に比べ、汗することに価値と生きがいを感じた時代とは大きな格差がある。このように時代によって生きがいの違いがあるから、その阻害要件も時代の生活意識や価値観と照らしながら考察する必要がある。

次に阻害状態に対決したとき、どれだけの理解者や支援者がいたかは重要な心理的耐性となる。人間は苦境に陥ったとき孤独では耐えられないが、信頼できる人間関係に支えられれば耐えられ乗り越えられるものである。

自立を阻害する要因には外的要因と内的要因が考えられる。外的な要因としては差別・偏見、権力的関係、極端な過保護などがあげられる。内的要因としては、失敗体験、自己卑下・劣等感、人間不信、愛情亀裂などの体験などが考えられる。

○自立心の強化要件

人生はさまざまなライフイベントを経験して成長するものである。そのイベントを経験するたびに自立心が強化されていく。ことに至難な人生を過ごしてきた人たちには耐性が身につくものである。

至難を乗り越えることができた成功体験は自立心を強化する大きな要因となる。自立心を強化する要因は個の力だけではなく支援環境の内容によることが大きい。支援環境となるものには多様なものがあるが、最も大きな力となるものは深い信頼につながった人間関係であろう。

大切な人の死、裏切られ、老いによる障害の発生、宿命など人間性を怯やかすような深刻な悩みは、具体的に問題解決のできないものである。このような深刻な悩みの中にいる人に対して気休めや励ましがされやすいが、当人にとっては空しく感じてしまうものである。解決の見通しの立たない深刻な悩みに苦しんでいる人を支えるには、共感的関係により苦しみを分かち合うことしかない。この関係を「寄り添い支援」の関係と名づけたい。共感的支援は対面的支援ではなく、寄り添い支援の姿勢でなければならない。

寄り添い支援は、心情の深い理解と共感のよってのみ可能な世界であるから、当人と深い信頼関係が形成されながら、依存的関係に陥らないように一定の距離を保った自立支援の姿勢を持ち続けることが必要である。

人間は如何に深い愛情や信頼で結ばれても、命も存在価値も一体化することはできない。自立とは孤立した生命体であることの現実をしっかりと受け止め、そこから世界に二人とない自己を確立していくことであるという自覚が根源となる。

「自立」を表層的に捉えるのではなく、人間が自分らしく、人間らしく生きられる喜び

を求め続けている生命体であることを深く理解し、主体である個の尊厳を尊重し、限りなく寄り添い支援に徹することが人間的自立支援の貫き通すべき基本姿勢である。