

# パーソナル・ナラティブから捉える健康の可能性

—健康生成論の観点から—

A possibility of health from a point of view on the personal narrative and the salutogenesis

麻生 祐貴

ASAO YUKI

立命館大学院 応用人間科学研究科

Ritsumeikan-University graduate school of science for human service

Key words: Salutogenesis (健康生成論), Sense Of Coherence (首尾一貫感覚),

Personal narrative (パーソナル・ナラティブ)

## 目的

現代社会で主流となっている「病気を患っているか否か」で健康を測るような、疾病生成的で二分法的な健康の捉え方を健康生成的観点から再考して健康概念の深化を試み、そこから考えられる対人支援の可能性を示すことである。

## 方法

本研究は、一人の協力者に研究協力を依頼する単一事例研究である。また、「構造仮説継承型事例研究法(斎藤, 2003)」としても位置づけられる。Antonovsky が提唱した健康生成モデルという構成概念(構造仮説)を継承したうえで、新たな事例を手段として用いて考察を深め、より「質の高い仮説(斎藤, 2017)」を生成する方法をとる。

まず、「人生の志向性に関する質問票(山崎・吉井, 2001)」を用いて協力者のSOCを理解するための枠組みを作る。次に、協力者の体験を聴き取り、生活世界の文脈に沿いながら健康生成要因やSOCの発達について記述して考察する。

協力者は、3年前まで中高の英語教師として勤めていた、現在64歳の主婦である。彼女(以下、Aさんと記す)は15年前に舌癌を発症し、治療後、発音の障害、唾液腺障害、咀嚼・嚥下障害、味覚障害等の後遺症を負った。

## 結果と考察

### ①尺度結果

AさんのSOC得点の合計(13項目版)は77/91点(85%)であった。戸ヶ里ら(2015)が算出した55-64歳にあたる女性の基準値を参照すると、Aさんの得点は平均+1.4SDに位置し、比較的高い値であるということが分かった。

### ②インタビュー結果と考察

Aさんが社会的文脈においては否定的に捉えられる体験をしたり、障害のハンディキャップを負っていたりしても、緊張に対処しながら生活を維持している要因として、過去の挫折経験(General Resistance Deficits; 汎抵抗欠損)を個人の人生の文脈の中で「良質な人生経験」に転換し、SOCの強化を続けていることが大きいと考えられた。

筆者は本来、社会においては否定的に捉えられる体験として発病と後遺症を想定し、Aさんへ研究協力を依頼した。

しかし、彼女の語りからは、それらよりも20代前半の失恋の方が圧倒的に否定的な意味をもつ出来事であったことが分かった。Aさんは、10年経っても心の何処かにあった『人生計画を狂わせた出来事』をある人の言葉によって克服し、『あの失恋がなければ、今の自分はいない』ことに気づいたという。ここでは、AさんがGRDになり得る出来事を「与えられたGRR(Generalized Resistance Resources; 汎抵抗資源)」(ある人の言葉)をもって人生の文脈の中で再構成し、積極的に人生の一部に取り入れ、さらに待ち受ける出来事に対して「自ら獲得したGRR」(挫折の克服経験)として動員したことが、健康生成的に作用したと考えられる。Aさんの固有性としては、自ら転機を作り出すことで、時代が移り変わろうとも首尾一貫した自己感覚を保ち、社会との関係を維持するという健康生成要因が窺われた。

Aさんの事例を通して多様な人生出来事が影響を及ぼすSOCの発達や健康の有り様は、Antonovskyが提唱した健康生成モデルと一致した。つまり、ストレスは疾病生成的のみならず、健康生成的にも働くという仮説を支持したと考えられた。健康生成的な支援としては人生出来事を再構成することを目的とした支援が挙げられた。その背景には健康に対して能動的な存在としての人間観と、社会が構成している絶対的な視点からではなく、主体である生活者がどのように世界と自己の関係を体験しているのかという視点(パーソナル・ナラティブ)を通して多様な人生出来事を理解する支援者の姿勢が重要であると考えられた。

## 参考文献

- 戸ヶ里泰典・山崎喜比古・中山和弘・横山由香里・米倉佑貴・竹内朋子.(2015). 13項目7件法 sense of coherence スケール日本語版の基準値の算出. 日本公衆衛生雑誌 62(5), 232-237.
- 斎藤清二.(2013). いわゆる「慢性炎症発症列」における構造仮説継承型研究. ナラティブ・ベイスト・メディスンの実践. 金剛出版, pp.230-245.
- 斎藤清二.(2017). ナラティブ・ベイスト・メディスンと事例研究. 看護研究 50 (5) p.461-467.
- 山崎喜比古・吉井清子(訳).(2001). 健康の謎を解く: ストレス対処と健康保持のメカニズム. 有信堂高文社. 東京. (原書: Aaron Antonovsky.(1987). *Unraveling The Mystery of Health. How People Manage Stress and Stay Well*, San Francisco, Jossey-Bass Publishers.)