

ケアラー支援のためのオンラインセミナー 第5回

2023/08/19

ヤングケアラー・
若者ケアラーの人生を考える
－生涯発達心理学の視点から－

本日のスケジュール

第1部 きょうだいの経験と居場所（10：05～11：05）

かるがも～学生きょうだい見の会～

山田帆南美様（金沢大学）

出原 幹大様（みずほリサーチ&テクノロジーズ）

～休憩～

第2部 生涯発達心理学から考えるきょうだいの人生と

ピアサポート

渡邊照美（佛教大学教育学部）

第2部

生涯発達心理学から考える きょうだいの人生とピアサポート

渡邊照美（佛教大学教育学部）

自己紹介

生涯発達心理学、死生心理学が専門

その中でも大人の発達、そして喪失に関心があったため、ケアをし、大切な方を看取る経験をされた方を対象に、死別後、どのように感じ、どのように生きていらっしゃるのかについて量的、質的に分析し、研究を行ってきた。

障がいのある子どもを取り巻く家族の心理についても研究

研究をする中で、多様なケアの形やケアラーに出会う。

研究や教育を通して、人にはそれぞれの見え方、聞こえ方、感じ方、考え方があることを実感し、ひとりひとりを尊重できるように努めたいと日々奮闘中。

エリクソン (Erikson, E.H.) の発達理論

VIII 高齢期								自我の統合 対 絶望
VII 成人中期							世代継承性 対 停滞	
VI 成人初期						親密性 対 孤独		
V 青年期					アイデンティティ 対 アイデンティティ拡散			
IV 児童期				勤勉 対 劣等感				
III 幼児後期			自主性 対 罪悪感					
II 幼児初期		自律 対 恥と疑惑						
I 乳児期	基本的信頼 対 不信							

図1 エリクソンの漸成的図式 (Erikson (1950/1977・1980) を基に筆者作成)

出典: Erikson, E. H. 1950 *Childhood and Society*. New York: Norton. (仁科弥生(訳) 1977・1980 幼児期と社会1・2 みすず書房)

ケアラーであることによる人生への影響－児童期－

IV. 児童期 「勤勉 対 劣等感」

小学生の時期で「自分は自分なりにできる」という有能感を身につける時期
集団の中で自分の位置や友達との関わりを学ぶ時期

<ケアラーであることによって受ける可能性のある影響>

- 学習したくてもできない状況や親からの賞賛が得にくい→劣等感を感じる可能性
- ケアをすることで、先生はじめ周囲の大人からの賞賛→有能感を身につける可能性

大人からの賞賛は自信につながるので大事なこと。しかし、ケアをすることでしか有能感を感じられない状況にならないよう、周囲の大人は何気ない声かけに留意する必要あり。ケアラーであることは否定しないよう、その子ども自身のよさをほめることが大切。

- 家に友達を呼べない、遊ぶ時間がない、部活動ができない→友人関係を狭めることで、その後の対人関係に影響を及ぼす可能性
- お手伝いをする宿題や自分の生い立ちや家族を紹介するといった宿題が出されることも→友人と自分の家の状況の違いに気づくことから葛藤を抱える可能性

ケアラーであることによる人生への影響－青年期－

V. 青年期 「アイデンティティ 対 アイデンティティ拡散」

様々な試行錯誤をしながら、自分とは何者なのかを考える時期

児童後期にあたる思春期から引き続き、学生生活、部活動やサークル、アルバイト、パートナー、友達といったまさに青春を謳歌している時期

<ケアラーであることによって受ける可能性のある影響>

- 周りは人生を謳歌しているように思う→自分の生活とのギャップ
- 自分が何者なのかかわからない葛藤

→これまでの人生ももちろん自分の人生。切り離すことは難しく、自分の人生を生きることができないいけないと思ってしまう可能性

→自分のキャリア選択。自分にできると思う仕事の範囲を狭めて考えてしまう、自分のやってきたことをアピールできない、家から通える範囲での進路を考えてしまう等、進路や就職に影響が出る可能性

ケアラーであることによる人生への影響－成人初期－

VI. 成人初期「親密性 対 孤独」

重要な他者と親密な関係を築く時期

＜ケアラーであることによって受ける可能性のある影響＞

- 人生設計がしづらい
 - 偏見によって傷つけられるくらいなら、恋愛も結婚もしないという考えが出てくることも。
 - ケア役割を終えている場合であっても、これまでの経験が影響を及ぼし、重要な他者と親密な人間関係を築くことが難しい場合もあり。

ケアラーであることによる人生への影響－成人中期－

VII. 成人中期 「世代継承性 対 停滞」

自分の子どもや後輩、次世代を育てる時期

自分自身のこれまでの成果も見えやすい時期

<ケアラーであることによって受ける可能性のある影響>

- ・ 周りの同年代との比較
- ・ 自分自身の体力の衰え
- ・ 親からの世代交代→親が高齢期に入り、ダブルケアラー、トリプルケアラーになる可能性。
- ・ きょうだいの場合→親なき後のことも待ったなし。
- ・ 身近な他者の喪失経験→心身共に不安定になることも。

ケアラーであることによる人生への影響－高齡期－

Ⅷ. 高齡期 「自我の統合 対 絶望」

人生の最終段階であり、人生をまとめる時期

「いいことも悪いこともあったけれど、総合したらいい人生だった」と思えるかどうか

＜ケアラーであることによって受ける可能性のある影響＞

・ 人生のほとんどがケアラーであったことへの意味づけ

→ ケアは、いつ始まり、いつ終わるのかわからない難しさがある。

→ ヤングケアラーから若者ケアラーに、そして40代以降、高齡期までずっとケアラーであるという人生も予想される。

→ 「自分の人生のすべてがケアによって未完のまま終わってしまった」と思うのか、「ケアラーであった自分も含め、自分の人生を生きることができた」と思うのか、それにはケアラーの人生初期の段階からケアラー支援が継続されているかが鍵

ケアラーもケアされる存在

- 人はケアし、ケアされる関係の中でしか生きることができない。それゆえ、ケアすることは、価値のあることで、社会の中で正当に位置づけられる必要がある。
- しかし、その経験が自分の人生に意味づけられるようになるには、自分自身が十分にケアされたという感覚があって初めて可能になるのでは？
- その点において、特に若年世代のケアラーはケアされたという感覚を十分に感じる機会が少ない状態のまま、気づいたらケアラーとして生きている存在

→ 自分はケアラーなのか？という疑問。

相談相手やピアサポートの重要性。しかし知る機会がない。