

# 内科・糖尿病内科

担当医師 井口昭久教授

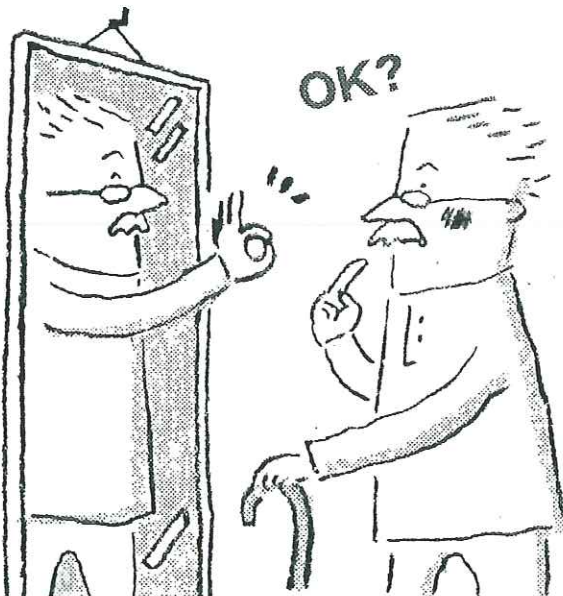
の記事が掲載されました。

5月16日 朝日新聞 朝刊

(毎月1回掲載中)

## 老年学

## 自分らしさ尊ぶ心



The Asahi Shimbun

元気な老人は強い自尊心を持っていることが分かっているが、自尊心という言葉は分かりにくい。例えば結婚を申し込む時に、「私はこんなにも素晴らしい人間である」と言うタイプと、「私はつまらない人間ですが、それでもよいですか」と言うタイプがある。どちらが自尊心のある人間であろうか。

広辞苑を引いてみた。「自尊」の項には、①自ら尊大にかまえること、②うぬぼれること③自重して

愛知淑徳大学教授  
医師

井口 昭久

自ら自分の品位を保つこと、と書いてある。自尊とは相反する、裏腹な意味が含まれているらしい。具体的によどのような行動をする人が自尊心がある人であるのか。文献で調べてみた。アメリカでの研究では、自尊心を維持している高齢者は次のような人であったという。

老化を他人ごとと思わず我が身に襲ってくることを自覚している。過去の成功に固執することがない。自分にとって受け入れ難い情報を拒絶することがない。過信や傲慢さを捨て、自己否定ができる。自分がよく思われるように意識的に動くことはない。自分を過不足なく受け入れ、他人からも自分の存在をありのままに評価されることを願う……。

自尊心とは「自分らしく生きていくことを肯定できる心」であるようだ。ちなみに結婚を申し込む話に戻るが、どちらのタイプも自尊心がない人間のようなのである。