

遺族に対する自助グループが持つ意味の一考察

— 半構造化面接を併用して —

飯野 祐可

I. 問題と目的

重要な人物との死別体験はその人の最も重要なライフ・イベントのひとつである。Freud (1917) によると悲嘆の目的は悲嘆する者（自己）と他者（対象）との間にある絆を断ち切り、他者との新しい絆を達成することだとしている。そのためには多大なエネルギーを投入する必要がある、その作業は「悲哀の仕事」と名付けられている。悲嘆のプロセスは精神的打撃を受け麻痺状態になり、否認や怒り、罪意識など一連のプロセスを通過して新しいアイデンティティを獲得していく (Parkes, 1972) ものとされている。死別による悲嘆の回復には一連のプロセスや解決すべき課題の克服を必要とするのであり、新しい環境への適応を達成することが目標であるが、一連のプロセスを通過することができない場合には後に病的悲嘆に陥る可能性があると言える。悲嘆のプロセスを切りぬけるために、時間は最も決定的な要因だが、その期間は個人により異なり、標準尺度はない。

死別反応や死別後の適応に関する研究では様々な因子が提示されているが、共通する見解の一つとしてはソーシャル・サポート（家族内外の人たちからの情緒的・道具的支援）とその知覚が挙げられている。遺族はしばしば孤立感や疎外感を抱き、孤独を感じている。そして拒否されているとか誤解されているなどの感じを持っている、全く孤独なときには頼れる人がいないと感じている。こういった、社会的支援欠如の認識は、死別体験者のよくない結末を予知する最も重要な因子のひとつといえる。孤立しがちな遺族への援助に有効なサポートは、自分と同様な立場の人と接することや、感情を表出する機会をもつことであった (Lehman, et al., 1986)。援助方法としてのグループ・アプローチの中でも自助グループはとくに、同様の体験者による集まりとしてその有効性が説かれている (Schwab, 1986)。自助グループは、ある共通の問題や関心を抱えた人が、自分一人だけでは解決できそうにないその問題の解決、或いはその問題と共に生きていく力を得ていくために、自発的かつ意図的に組織化しお互いに助けられることを望む人たちの集まりである。専門家によるグループ・アプローチとは区別されるのは、グループの機能を支配するのがメンバー自身である点である。自助グループのミーティングでは、問題やその中での自分の役割について個々に考えられる機

会やある人の体験を共有するための機会を提供する。グループに属し活動することは、悲嘆プロセスにある遺された者にとり、支援を受けることと同様に効果のある援助とされている (Killilea, 1976)。それは個人的な体験をもとに他の人を援助するような立場などでグループそのものを援助することで、自尊心が高められるからである。平山 (1995) は遺族が自助グループに参加する利点として次の4点を挙げている。①悲嘆に関する情報や知識の獲得、②死別体験者が、既に立ち直った人たちと出会うことによって勇気付けられる、③グループ内では肩書きや役割から離れて自分の悲しみを自由に喋ることができる、④参加により友人ができる。国内においても1980年代より遺族のための自助グループが形成されるようになってきたが、グループに関する具体的な記述は少なく、日本における遺族のための自助グループの実態や今後のあり方は検討が必要であると思われる。

本研究では、ある自助グループへの参加観察からグループプロセスの展開を具体的に記述し、更に参加メンバーへの半構造化面接を併用して遺族に対して自助グループのどのような点が有効な支援となりうるのかを検討することを目的とした。

II. 研究1

目的：自助グループでの参加観察とその記録からグループ・プロセスの展開を記述し、参加者各自が持っている機能やグループの構造の変化などからグループの特徴を明らかにする。

対象：ホスピスに関するA県内の市民団体の中の1グループで、遺族による自助グループ。責任者は医師である。おもに死別体験者により構成されるが、参加に必要な条件は設けておらず、死別体験者でなくとも参加は自由であり、死別体験者の他に医療関係者の参加がみられる点が特徴である。

方法：1998年6月～12月の計7回の月例会を対象とする参加観察。時折メモを取りながらミーティングに加わった。

結果と考察：この期間の参加者は延べ65名で、うち女性が3分の2となっていた。参加者の内40～50代が全体の66.7%を占めている。多くの参加者は配偶者や親と、主に病気によって死別している。ガンによる死別が多い。

発言内容は全体の32.95%が自己開示であった。この7回でよく話題になったのは悲嘆に関すること、宗教、医療、不思議なことであった。医療者が参加したときには医療に関する話題がよく出されたが、これは死別前に看病の期間を持つメンバーが当時の不満や要望を参加した医療者に託す傾向が強い。7回の月例会の記録を、(1) 闘病期間と悲嘆、(2) 役割適応、(3) 家族との関わり、(4) 看病の不安と希望、(5) 後悔・自責の念について検討した。

Ⅲ. 研究2

目的と方法；研究1で死別体験や悲嘆について語られたことを元に、自助グループに参加しているメンバーへの半構造化面接を実施し、自助グループが悲嘆に暮れる人に対して持っている役割について検討する。対象者は遺族の自助グループに継続的に参加しているメンバーの内、調査の依頼に対し協力の意思を示した4人であり、半構造化面接を行い事例研究を行った。対象者はいずれも8ヶ月～7年前に配偶者を亡くしているが、突然死が1名、残り3名は半年以上の看病の後にガンで死別している。質問内容はおおよそ次のような流れになっている；(1) 配偶者が発病してから看取るまでの経過、(2) 死別後の生活、(3) 会への関わり、(4) 今後の会の参加について。**結果と考察**；被面接者4人の面接結果について検討した。(1) 看取りまでの生活；医師から告知を受けたときに感じた衝撃は「頭が真っ白になった」「体が下がって落ちていくような感じ」と表現し、衝撃による麻痺状態を4人とも感じていた。ガンで死別した3名は告知に関し、本人からの追求があれば告知することにしていたというやや消極的な態度をとっていたが、実際に告知をしたのは1名のみだった。本人に告知をしない場合、家族は自身の予期的悲嘆のプロセスだけでなく、患者に病名を悟られまいとする努力も強いられていたことが示された。この時期の最も大きな支えは家族の支援であった。医療者との関係では、主治医が多忙であり患者のために時間を割いてもらえなかったことが一番の不満として挙げられている。末期状態にある患者やその家族は、自分たちへの関心を態度で示してくれるように求めている。それは患者の病室の訪問であり、同じ目線で話を聴いてくれることである。家族の医療者に対する希望は様々であるが、末期の場合 cure ができなくなったときの care を切望している。(2) 死別後の生活；四十九日までは葬儀など雑務が多忙に過ごしている。また不眠、食欲不振など身体症状を呈している。家族の情緒的サポートを支援として受け止めている。(3) 会への関わり；会の存在を

知って参加するまでは「固そう」「何をするとところなのかよくわからない」と述べられており、参加までのためらいが感じられた。はじめて参加した時には「胸につかえたものが吐き出せた感じ」と、吐き出すことのなかった思いを吐き出すことのできる居場所として認知し、その認知により継続的な参加が促進されていると言える。(4) 今後の会への参加；「自分が役に立てるなら」と援助される側から援助する側に自分の立場を移行させることで長期的に関わっていく意志を持っている場合と、会への関わりは人生の中の一時的なものであるという場合がみられた。(5) 会の形態；現在の形態に不満を持つ人はいなかった。医療関係者など、遺族以外が参加することに関しても好意的に受け容れていた。理由として「今後の参考にして欲しい」と現場の医療へ、家族への理解を求めるものが挙げられた。

Ⅳ. 総合考察

本研究では死別体験者が悲嘆プロセスの中で自助グループの存在意義をどのように見なしているかを検討した。継続的に参加する要因として、初回の参加のときに同様の体験者の話を聴いたり自己の体験を語ることにより癒された感覚を持つことができたこと、援助の受け手と送り手両方の立場を取ることができるかどうかという二点が挙げられた。月例会においてはお互いに自分の過去および現在の体験や感情を開示することで共感しあうことができ、また新しく参加したメンバーは立ち直ったメンバーの過去の体験を聴き、現在の状態をみることで先の見通しを知ることができる。そのことはまた孤立した感覚に陥ることを予防する働きも持っている。

グループの援助機能の一つとして自分が孤独でないように感じる事が、社会的な孤立感にある人が立ち直る上で非常に重要であるが、このグループにおいても同様の結果が見られた。グループは喪失による悲嘆が自分だけ感じるものではないと感じるだけでなく、配偶者が社会との接点であった人にとっては新たな社会との接点としての機能も果たしていることが示された。グループの特徴として、医療関係者など死別体験者以外の参加を認めている点が挙げられるが、その形態はメンバーに肯定的に受け止められている。自助グループは一般に体験者のみによって構成され、体験者以外の参加はネガティブな影響を与えがちであるとされているが、今回の結果は自助グループの新しい可能性を示していると言えるだろう。