

# 成員を自死で亡くした家族の喪の作業への支援 — グループの適用 —

## Support for bereaved families who have lost loved one by suicide — Examining application at support group —

吉 野 淳 一

### I. はじめに

1998年以降、わが国では4年連続して1年間の全国の自殺者が3万人を超えるという憂慮すべき状況が続いている。性・年齢階級別自殺死亡率<sup>1)</sup>をみると自殺者数をあらわす曲線は、男性の50～59歳で大きな山を形成しているのが特徴であるが、これは1990年のバブル景気崩壊に端を発したリストラや倒産といった長期化する経済不況が影響しているといわれる。1年間の全国の自殺者が統計史上初めて3万人を超えたその年に筆者は、精神的な問題を抱えた人々の自死と家族の喪の作業<sup>2)</sup>を本誌に報告した。今回の報告は、1998年の報告には組み入れなかった成員の自死を経験した家族の、グループに関する記録を再点検し検討したものである。国外では、自殺による喪失で悲嘆している人が何人もいるときは、その地域で遺族のグループを始めることを考えてみる<sup>4)</sup>必要を指摘しているが、わが国では自死遺族のグループについての報告はほとんどみられない。自死が急増し一向におさまる気配をみせない今、成員の自死を経験した家族への支援のひとつとして、グループを適用する意義について検討することが本報告の目的である。

自死する人が減少し、このような報告があまり役立たないことこそ望ましいのかもしれない。しかし、経済原則を常に前提とし、競争原理をあらゆる問題解決の中心に据えて、人々の不安を煽る

ことで活力に転換しようとするような発想が蔓延する限り、残念ながらこの国の自殺者が減ることはないだろう。

### ＜用語の定義＞

ここでいう家族とは、現代社会学辞典<sup>5)</sup>の定義をあて「その集団構成員が婚姻または血縁関係（擬制的血縁関係をふくむ）によって結ばれ、その人間関係としては、性愛と母性愛、父性愛、肉親愛等の愛情の絆による結合をもって特徴とする、人間的共同社会の基礎単位」とする。

また、すでに表題で用いているが、この論文では事例として挙げられる故人の死に限って自死という表現を用いる。自死の意味は、「自らの意志により、自らの手によってもたらされた自分の死」ということである。自死という言葉は、モーリス・パンゲの大著「自死の日本史<sup>6)</sup>」でタイトルに用いられているが、何よりも家族自身が「誰も殺していない、ただ自分の死を選んだだけ」と自殺という言葉に抵抗感をもっていることが、この言葉を用いているもっとも大きな理由である。

### II. 研究目的

成員を自死で亡くした家族への支援において、グループを適用した結果を報告し、その意義を検討する。

### Ⅲ．研究方法

#### 1．研究期間と開催頻度および場所

1993年5月から1997年12月の4年7ヶ月の間に5回、集いを開いた。場所は、精神保健福祉センター、女性センター、料理店などであった。本報告では、癒しの会の第1回から第5回を収録したが、そのうち2回は年末に忘年会という形で開催したものである。

#### 2．研究協力者

成員を自死で亡くした家族が3例、および2回の自殺未遂経験後、突然死した近接事例が1例。

##### 1) 研究協力者の背景

事例Aさん（故人との関係：母）

Aさんは、1993年2月、双子の男の子のうちの兄を亡くした。28歳の時であった。精神科病院に入院中の自死であった。連絡を受けて病院に駆けつけるときに大雪だったことを記憶していて、今でも雪の日に車を走らせると、その時のことを思い出して憂鬱になる。

筆者はAさんから寄付の申し出があったのを機に面識をもった。精神障害小規模共同作業所のメンバーと寄付をいただきに伺ったあと、改めて単独で出直して話を聞かせてもらうことができた。Aさんの家には亡くなった長男を含め3人の子どもがいる。最初の出産は双子の男の子だったが、顔はそっくりでも性格を異にしている、兄の方がおおらかで活発な子であった。長男は順調に高校を卒業した後、私立大学へと進んだ。大学は工学部でX線関係の勉強をしていたが、卒業すると希望どおりの会社に就職し、営業の仕事についた。就職後、しばらくは順調であったが、2年目になると口数が少なくなり、3年目には夏と正月にも帰ってきたが、暗い表情で生き生きとした印象がなく、人と目を合わせないことが多かった。入社して4年目には、たわいもない用事でたびたび電話してくるようになった。こちらから電話するといつも本人がいて、家にこもりテレビばかり見て

いるようだった。身近にいる人と話すのは、億劫なようすだったが、両親は大人になって落ち着いてきたのか、反抗しているのだろうと思っていた。その年のゴールデンウィークには両親で転勤先へ行き、長男に車であちこち案内してもらった。旅行の計画も立ててくれてホテルもとってくれた。ただ、空港に迎えに来て黙ったまま、食事も長男だけ食券を買って両親と離れた場所に座るといった不自然なこともあった。Aさんは何かおかしいと思ったが、父は照れくさくてそうしているのかと思っていた。この旅行の後、7月には職場が合わないという理由でそれまで勤めていた会社を辞める。その後、就職試験を受けて大手の電気会社に採用されたが、翌年の9月にはこの会社も辞め、仙台に戻りアパートに引きこもってしまう。両親も職場でしんどいことでもあったのかとようすを見ていたが、一向に動く気配がないので心配になる。12月に母が、年が明けて1月に父が尋ねるがドアを開けようとしな。困った両親は公的機関に相談、そこで精神保健センターを紹介され改めて対応を相談する。結果、両親と精神科医、看護師とともに集金を装って訪問、長男がドアを開けたところで中に入る。医師の説得に応じ入院となるが、すぐに地元の病院に転院する。そこでは医師から分裂症と告げられた。本人も聞いていたが、状況は分かっていなかったかもしれない。とにかくじっとしてられず、もともと吸わなかったたばこを吸っていた。家族ともしやべらずに筆談で用を済ませることもあった。毎日のように面会に行ったが本人が嫌がったので、控えていたが、そのうち本人から電話が来てお金を持ってきて欲しいと頼まれたりした。亡くなる前の日はAさんから見ると普通になった。顔色が良く、表情も話した方も自然だった。元のようになってきた、良くなってきたねと伝え、「自分がこうして苦しんだのは、あなたのせいですから」、「もう社会復帰できないよな」と言った。さらに「退院したい」、「外泊でもいいからここに居たくない」と言い、理由を問うと「みんなを見てごらん、ああいう奴と一緒に居たくない」と答えた。確かに薬のせいなのか、モサ一とした感じの人がいっぱいいた。外

泊は看護師に聞いてもすぐには難しく、Aさんが先生の許可が要ることだからねと言うと「相変わらず立派なこと言うんだね」と言っていた。翌日は妹さんが面会に行った。夕方帰宅してご飯の支度をしていたら、病院から電話が来た。病室のカーテンレールに紐をかけて縊死したのである。

#### 事例Bさん（故人との関係：母）

Bさんと関わるきっかけは、筆者の職場であった精神保健センターに一本の問い合わせの電話が入ったことによる。会社の寮からのその電話は、社員の事故に関係するものであった。精神保健センターに問い合わせがあったのは、会社の寮の6階から飛び降りた社員の部屋の中にあったメモにその電話番号が記してあったからである。問い合わせの電話からしばらくたった8月、筆者は先の会社へ確認してみた。飛び降りた方は亡くなったことを聞き、すぐに教えていただいた実家に電話してみた。お姉さんがでられたが、一度話しを伺いたいと伝えたところ、「すぐに答えられることではないので、改めてお返事したい。期待に添えないかもしれないが……」とのことであった。返事を待っていたが、何も連絡がなく時間が経過したので、11月に再び筆者から電話をした。母のBさんがでられた。以前、筆者から電話があったことは娘さんから聞いて知っていたと前置きし、簡単に経過を教えてくださいました。ここで、筆者は精神保健センターの電話番号が息子さんの部屋にあったことが気になっていると伝えたが、それは娘が相談できるところとして息子に伝えていたものだろうと教えてくれる。Bさんには話したいと思っていることがあるということだったので、改めて筆者から手紙で自分の問題関心をお知らせし、翌年3月に初めてお会いすることができた。

Bさんは8人兄弟の5女として生まれた。地元で働いていたが25歳のときに結婚し、しばらくは主婦業に専念する。結婚して3年たった夏、やさしかった父が自ら命を絶った。その年の12月にその後自死をすることになる長男が出生、間もなく病弱だったBさんの母が後を追うようにして亡くなった。長男は先立つ父にそっくりの細面の子

だった。3人の子どものうちの真ん中の子で、上と下は女の子である。長男は3人兄弟の中では内にこもる方だったが、プライドは高かった。細くてきゃしゃな体つきでスポーツなどは得意ではなかったが、特別体が弱いということもなかった。父親は機械関係の仕事をしていたが、頑固で閑白、家事仕事など一切せず、家庭では一方的で押し付ける態度をとることが多かった。父は仕事が忙しく子どもとあまり遊べなかった。長男は学校での成績が良く、国立大学の工学部で仲のよい友人と建築工学科へ進んだが、その友達が突然中退した。その頃から友人関係がなくなり暗くなったり、「淋しい」と打ち明けていた。大学3年の暮れ頃からめっきり元気がなくなった。妹がその頃大学に入り生活をエンジョイしていたが、そのことに腹を立て生意気だと手を上げることもあった。既に大学を終えていた姉は、社会人としての立場からそれはいけないと意見していた。そんな中で4年になって就職のことも考えはじめた。母親としては、都会に向かないと思っていたが、本人は就職活動で遠方まで出かけて行っていた。4年生の夏くらいからは相談が必要と思い、家人もすすめて開業医や学生相談センターへ行っていた。就職してからも周りに過敏で、対人関係で悩んでいた。妹にもそうだったが会社の人の言葉やしぐさに敏感だった。後ろで滑った人がいたらわざとやっているとか、自分の真似して咳払いしているというふうに。「たまたまじゃない？」と言っても、「お母さんは（僕の言うことを）信じない、自分を分かってくれる人は誰もいない」ということになってしまう。過去の出来事もすべて否定的、悲観的に思い返す。時々母親に電話が来ていたが、もうちょっと頑張ってみたらと応対した。亡くなる2日前には職場で外回りの仕事に出ていて、定期券のことで会社とやり取りしているが、しっくりしなかったようだ。翌日には電話で母親とその定期券のことや背広を買いたいことなどで話している。亡くなった当日は16：30頃母親に電話しているが「（仕事を）辞めたい」と言うため、あと6ヶ月くらい頑張ってみたらと答えると「じゃ、やれるだけやるわ」と電話を切った。長男が会社の寮の6階から飛び降り

たのは17:00頃で、息を引き取ったのは20:30、22歳の生涯であった。

#### 事例Cさん（故人との関係：母）

Cさんとは他の研究協力者からの紹介により出会うことになった。その日、長男の父親はかなり怒っていた。居間で激しく長男を叱りつけた後もおさまらないようすだった。長男がしばらく塾へ通っていなかったことに端を発する父親の怒りは、生活態度や交友関係にまで言及し、厳しい問い詰めとなっていた。Cさんの仲裁もあり、これまでも父親に面と向かって逆らったり、言い返したりすることのなかった長男はたまたま2階へ上がっていった。一時、父親も一息いれるかのようにみえたが、まもなく2階へ向かった。長男はもうすでに限界であった。父は長男の唯一の楽しみであるパソコンも取り上げると宣言したのである。「死んでやる」というのが精一杯の父への抵抗であった。逃げ場を失った長男は、外へ行くために玄関へ降りた。Cさんは、こんな時間に外へ行くのはいけないと必死で止めたが、父は「これから死ぬ奴がガタガタ言うな、死んでしまえ」と言葉を重ねてしまった。その言葉にはじかれるようにして長男は外へ飛び出した。ただならぬ雰囲気を感じたCさんはすぐに彼を自転車で追いかけたが、若者の足にはかなわなかった。夜を徹しての必死の探索にも関わらず、ついにCさんは長男を発見することができなかった。長男は彼の机の上にあった自殺マニュアルにあるとおり、ビルの7階から飛び降りて14年の生涯を閉じた。

Cさんは昔気質の厳格で教育熱心な父親と、お人好しで世話好きな母親の間に長女として生まれた。母親の温かさと父親の物事を投げ出さない姿勢は、今もCさんの生き方に反映している。Cさんは小学校の頃から小さい子が好きだったので、短大に進み保母の資格を取った。27歳で結婚し30歳で長女を出産するが、その子が4ヶ月のときに自ら保育園をつくった。自分なりに大好きな子供たちに強い子、助け合える子になってもらうためにできることを考えた結果であった。3年後、長男が誕生する。一男一女に恵まれ順調な家庭生活

にみえたが、夫との間柄は難しくなってきた。夫はエリート社員で給料も多かったが、あまりにも多忙で子どもや家庭が犠牲になっているのが心配であった。Cさんも夫も、互いにイライラして喧嘩が多くなり、ついに離婚を選択せざるをえなくなった。新たな出会いがあり、Cさんが再婚するのは5年後のことであった。長男は言われたことには何でもハイと答えた子であった。再婚した新しい父親にも気を使っていた。いい子でずっときたが、もっと生意気さや自己主張があってもいいのにと感じていた。そんな子のかすかな自己主張とも思える友人らとの万引き騒ぎと、しばらく親に内緒で塾をさぼっていたことが発覚しそれが父親を怒らせた。父親の最後の一言に引っかかりを覚えるCさんは1997年秋、調停を終えて正式に離婚した。

#### 近接事例Dさん（故人との関係：母）

Dさんと筆者は、突然死した長女とデイケアを介しての亡くなる前からの知り合いであった。1995年2月の末、その日長女は夕方から、ピアノのコンサートへ出かけた。いつになく疲れているのか、一番前の席で珍しく居眠りをしていた。翌日はいつも通りデイケアに出かけた後帰宅し、二階の自室で過ごしていた。翌朝、何時になっても起きてこないため、母が起こしに行くと長女は自室のベッドの上で既に亡くなっていた。法的な手続きに基づき、検死が行われた結果、死亡推定時刻は前夜の午後10時頃、死因はクモ膜下出血であった。長女の42年の生涯は、自らの精神的問題（そううつ病）との闘いの日々であった。

故人はDさんの長女として1952年に生まれた。その後、次女が誕生しDさんは上の兄とともに3人の子どもに恵まれた。両親は電気店を営んでいたが、電化製品のメーカーが音楽教室を始めたため、徐々にそちらへ営業の軸を移していた。そんな折り、さるメーカーから声がかかりピアノ教室を始めることになった。電気店を経営する傍らピアノ教室をする生活は決して順風満帆ではなく、父が経理、母が営業を担当したが、教室を始めるときには生徒を集めるのに近所の家を一軒一軒回っ

表 1 事例の背景

事 例	Aさん	Bさん	Cさん	Dさん
故人の続柄	長男	長男	長男	長女
時 期	1993.2 28歳	1994.6 22歳	1996.4 14歳	1995.3 42歳
形 態	自死(縊首)	自死(飛び降り)	自死(飛び降り)	突然死(脳出血)
状 態	精神科入院中	精神保健相談	家族内葛藤	自殺未遂歴2回 精神科通院
個別面談	1993.5～'95.7 3回	1995.3～'96.4 4回	1997.5～'97.6 2回	1995.3 1回

て歩いたという。長女は3歳の頃からピアノをやっていたが、親にしてみると育てやすい子で、これといった抵抗も意志表示もせず、言いたいことを言わずに我慢しているような子だった。自分としては明るい子どもだと思っていたが、小学校高学年のとき、店へ客の応対に出たことをたしなめられてから内にこもるようになった。以前から受験体制に強く疑問を感じていたため、都会へでも出て働こうかと考えていたが、Dさんの強いすすめもあって大学へ進学した。大学では音楽を専攻したが、哲学系のサークルに所属し学生運動にも精を出した。在学中に、失恋をきっかけに家にこもって書物を読み漁るといった状況が1～2度あった。大学を卒業すると中学校の音楽の教師となった。2年後、親元の近くへの職場の異動を希望していたが、望み通りの転勤を間近に控えて灯油をかぶり焼身自殺を図る。火傷の治療が一段落したところで、教員を辞め、精神科へ転院しうつ病の治療を受ける。入院中も自殺企図がみられたが、退院しても海へ入水自殺を図り再度入院となっている。本人はこのときのことを振り返って、「最初の未遂のときは憂うつでたまらなかった。2回目のときもやっと念願かなって退院できたのに、退院したいと思っていたのは頭の中だけのことで実際には憂うつだった。食欲もなく、退院してもこんなに苦しいんだったらと考えてしまった。」と説明している。その後、気分の変動が続き10年あまり入退

院を繰り返すことになる。1991年夏より、生活のリズムをつけ、人と接する機会を多くもつために精神保健センターのデイケアへ通っていた。デイケアでは通うこと自体が、相当な努力のいることであった。夜、9時くらいには休むのが習慣であったが、薬と沈みがちな気分のために毎朝遅れないように起床することは、困難を伴う作業であった。しかし、「(家を)出てくるのが億劫だった」と本音をもらしながらも気分負けず通うことを続けた。デイケアに通う生活は定着し、1993年の秋からは生産的な活動や就労を意識したグループでリハビリテーションに取り組み、皆勤賞をもらったり自ら水泳に通うなど、ゆっくりとだが着実に自分のテンポにあった生活を築きつつあった。

### 3. グループという方法

#### 1) グループの生まれた経緯

個別の聞き取りの中で筆者は、いつも家族の喪の作業の深さと豊かさに驚かされてきた。特に母親のみせる喪の作業に対するひたむきさと誠実さに圧倒された。愛する家族を自死で失うという過酷な体験をした者のみが可能な深い作業の一端を垣間見た気がした。これだけの作業をしてきた人たちである、もしも出会うことができたならば相互に癒しをもたらすことができるのではないか、自分だけではないということを知ってもらいたい、悲しみを共有でき分かち合える存在に気づいてほ

しいーなどが筆者の思惑としてあった。集いが必要と考えた点をここで整理してみると、1. 家族を自死で亡くすという体験は容易には周囲の人々と語り合えないこと、2. 精神的な問題を抱えていたという事実も同様に共有され難く自死と合わせて二重の閉じ扉<sup>3)</sup>が形成されているとイメージしたこと、3. 孤独な中でも深い、豊かな喪の作業が展開されていたこと、加えて、4. 人にはその経験を分かち合い、相互理解と自己理解を深めたいという欲求があると位置づけたこと、そのため、5. 同じような境遇でいながらも出会うことなく孤独な喪の作業を続けてきた人たちを結ぶ機会が必要に違いないと考えたからである。このような着想に基づき、家族の協力を得てグループを試行しようという気持ちが固まっていた。

## 2) 小さな風の会

筆者は家族の聞き取り調査を進めながらいつどうやってグループを始めようかと考えていた。そんなときに子どもを亡くした親の会（小さな風の会）という集いを知ったのであった。

1988年、日本で初めての子どもを亡くした親たちによる親睦の会が誕生した。会が生まれたいきさつは、若林<sup>7)</sup>の「死別の悲しみを超えて」に詳しいが、1988年1月から著者がそれまでの取材活動で見聞きした死の周辺のできごとを新聞に連載していたことによる。連載が終わる頃になり、子どもを亡くしたという読者からの手紙が多く届くようになった。そこで子どもを失った親の会をつくれないうかという声があがり、わが子の死ということだけを共通の核として会が生まれたのである。発足当初13名の死別体験者が東京、横浜、埼玉、兵庫などから集い、同じような体験を持つ者同士が気楽に、自由に心のうちを話せたらといった声を受けて次回も集まることが決まった。このようにして今日までこの「小さな風の会」は続いている。発足当時からの会を見つめてきた若林は以下のように述べている。

「小さな風の会は共有体験から生まれた自助グループである。『ただ苦しい』ということだけで人が集まり、集会そのものは非公開で重

ねてきた。ときおりテーマが決められることもあるが、ほとんどは話したい人が話したいことを話し、話したくなければ人の話に耳を傾けるだけでもよく、三、四時間を共に過ごすという形で進められてきた。はじめのうちは、そこで何がどう話されたかではなく、とにかく安心していられる場所があるという思いだけを、それぞれが家に持ち帰っていったのである。」<sup>8)</sup>

このようにして会は続けられていくが、若林はこの会に携わりながら、少しずつでも回復に向かう人と年月と共に攻撃的になったり殻に閉じこもったりする人がいるのはなぜかと自問自答している。明確な答えは見つからないがと前置きして、自分以外の自分を見守っている存在を感じとれるかどうかは鍵ではないか<sup>9)</sup>としている。若林は続ける、

「死別ばかりでなく極限状況におこまれた時、人は自分のことだけ、今この瞬間しか見えなくなってしまうがちだ。「遺族の会」は、しかし自分だけではないことを、あらゆる感覚をもって実感する場である。……中略……人の心を癒すことができるとしたら、それは、心身ともに剛健なスーパーマンではなく、傷を負った癒し人、その人なのではないだろうか。」<sup>10)</sup>

小さな風の会は各地で集いがもたれている。1996年8月31日、当地で初めての小さな風の会は若林氏の講演を皮切りに開催され、以降年に1～2度の割合で集いを開催している。

## 3) 癒しの会

筆者はこれまで精神保健福祉の現場でグループを積極的に活用して援助活動を行ってきた。精神病院での入院患者を対象にした集団話し合い、精神保健福祉センターでのデイケアに通う精神障害当事者のグループ、精神的な問題を抱えた成員を支える家族のグループ、ひきこもりからの回復途上にある青年たちのグループなどがそれである。これらの実践経験もグループの導入に弾みをつけたかもしれない。しかし、現地調査を通じての筆者の感触では、遺族が同じような状況にある人た

ちの動向に強い関心を示したことが最も大きなグループ形成の動機となったように感じられる。

筆者はAさんやBさんのお話をうかがいながら、時々「似かよった状況だなあ」と思ったり、「同じことを言ってたなあ」と気づかされることがあった。筆者はそんな時に「すごく似た体験をお持ちの方を知っています」とか「先日伺ったお宅でもそんなことをお聞きしました」などと紹介するようにしていた。すると家族はその話に関心を示し、「どんなことだったんですか」とさらに詳しく知りたいようすをみせるようになっていた。以前からいつか面接をしている方々同士の出会いの場を提供したいと考えていた筆者は、「一度集まってみませんか」と誘いかけてみた。会を始めるにあたっては円滑な運営のためにもう一人スタッフが必要であった。職場の同僚で相談業務に従事し、秘密を守ることでできる心理職の女性Kをこの会のスタッフ（世話係）として迎えることができた。対象は母親が多かったので、女性のスタッフであることも都合がよかった。

初めての会合をもつの時間には時間を要したが、もっとも最近亡くなられた方で1995年2月なので、一堂に会して話をするという作業内容を思えば、やはりこのくらいの時間の経過は必要だったように思う。また、このような深刻でプライベートな問題を皆で話してみるという行為は、当事者に癒しをもたらすものなのかという点で筆者が揺らいでいたことを認めないわけにはいかない。そのような中で癒しの会の開催にこだわり続けたのは、二重の閉じ扉を何とか開けたいと願ったためである。“精神的な問題を抱えていた子どもを自死で亡くす”という事態には二重に閉じられた構造がついてまわる。現代社会は尚、精神病になるということにも自殺をするということにも開かれていない。これらのことは閉じられ、秘密裏に処理されようとする。当然その喪の作業に携わる者は孤独な作業を強いられることになる。この二重の閉じ扉<sup>3)</sup>を開けるには、同じ境遇にある者が集う以外にないと考えたのである。おのおのの家族との個別の面談の中で、「同じような状況の方がいます。もし誘ったら来ていただけますか？」と問いかけてみた。

どの家族も「もし私で何かの役に立てるなら」と了解してくれた。周囲が触れてはいけないと思っていることほど、そのことを何とかしたいと当事者は孤独な闘いを続けていることが多い。大学院一年時の実習の時に筆者はあるターミナルケアを実践する病院を実習先に選んだ。死期が近づいた人たちの周辺でたたずんでいることしかできなかったが、筆者は彼らが何か話したいと思っているように感じられて仕方がなかった。むしろ近づきつつある死という現実を恐れ避けているのは、しばらくは生き続けると疑いもしない我々の側ではないのか。このような体験に基づく疑問も今回の癒しの会を開く糧になっているように思う。

#### 4. グループの実施方法

グループの開催日時は、筆者が各家族の都合を聞きながら調整した。研究協力者の仕事に支障が出ることを避けるために、開催は夜になった。場所を精神保健福祉センターにしたのは、相談室があること、筆者の職場を見てもらうことで面談をしてきた者の素性を知ってもらい安心してもらうためである。

グループへの参加要件としては、参加者はすべて筆者との面談を経過していること、参加は本人の意思で決められること、参加資格は家族の自死か突然死を経験していること、会で話された個人的な内容は外で他言しないこと、話す内容に制限はないことといった枠が確認されて始められた。会での会話内容は、参加者に断ってKが筆記したが、第3回と第5回の忘年会での口述は記録しなかった<sup>2)</sup>。

#### 5. 解釈方法

解釈は、本研究が、社会構成主義—ナラティブ・セラピーという流れを取り込んでグループを運営した実践研究であるという前提に立つて行う。筆者は、精神保健福祉領域で家族支援に力点を置いて活動してきたが、近年はセラピストとクライエントの間にある段差（上下関係）に異和感を覚え、段差を解明し解消するものとして社会構成主義を基盤においたナラティブ・セラピーのエッセ

ンスを自らの眼差しに取り込んできた。

社会構成主義は、「ものごとの従来の意味での『事実』や『真実』といったものはありえず、それぞれの視点から『再構成』された『現実』があるのみであり、『事実』や『真実』はそのように社会構成されたものごとである」<sup>11)</sup>と説明される。この社会構成主義がどのようにナラティブ・セラピーに取り入れられたかについて、野口は、四つの論点<sup>12)</sup>を抽出して検討している。四つは、現実の社会的構成（社会構成主義の基本的主張：現実社会的に構成される）、現実の言語的構成（言葉が世界を構成している）、自己の社会的言語的構成（自己も現実の一部であり、自己は社会的かつ言語的に構成される）、治療の社会的言語的構成（逸脱に言葉が与えられ、ひとつの意味秩序が与えられることで現実世界の一部として位置づけ直される）から成る。したがって、ナラティブ・セラピーは、自己は語ることによって構成され、会話というかたちをとって語りなおすことで再構成されるという考えを基本的な前提としている。

社会構成主義を基盤にしたナラティブ・セラピーの実践者の中には、ハロルド・グーリシャンとハーレーン・アンダーソンも挙げられるが、彼らのいう無知のアプローチ<sup>13)</sup>が今回のグループをみるときの筆者の視線に一致する点が多いように思われる。成員の自死による死別を経験した家族には、たどるべき望ましい悲哀のプロセスがあるとするよりも、まず、遺された家族の体験が家族自身の言葉で語られるように配慮した。専門的知識や客観的事実よりも体験されたその人にとっての現実が語られることを重んじた。筆者とKは、傾聴を意識しすぎることなく、一人の人間としてそこにいることに努め、自らの感情に逆らわずに発言し、

会話をした。家族が科学的知識を求めるときには、科学的で体系化された知識を専門家が説くことによってその場を支配し抑圧することのないよう、題材を提供して共に学ぶことができるように工夫した。

解釈にあたっては、観察者からみて家族の発言がどのように分析されるかではなく、成員の自死を体験した家族にとって自死という事実がどのように見え、意味づけられているかを重視した。具体的な方法として、家族の言葉は、意味の推測しにくい部分のみ括弧書きで言葉を加えたが、それ以外ではできるだけそのまま記述した。そして、研究者の判断や分析は極力控え、家族の言葉を要約する程度に留めた。

#### IV. 結 果

癒しの会の開催状況については、表1にまとめた。

##### 〔第1回〕

相談室には冷たい飲み物と軽食を用意した。約束の18:30を少しすぎて予定していた3名が集まった。それぞれは個別に筆者を知っていたが、互いには全く初対面であったため筆者から紹介する形で名前を知り合った。どのような経過でここへ集うことになったかは自然の話題の展開に任せて必要最小限のことだけを筆者から補足するようなかたちで進行した。

Bさん：「病気だとは思わなかった。誰でもある挫折と思って励ました。病気自体がどんなものかそれがわかっていないんだから。」

表2 癒しの会の開催状況

回 数	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回
日 時	1996.7.15	1996.9.30	1996.12.19	1997.6.14	1997.12.22
場 所	精神保健 福祉センター	女性センター	料 理 店	クリスチャン センター	料 理 店
参加者	A, B, D	A, B, D	A, B	B, C, D	A, B, D



Aさん：「亡くなった子供に‘僕がこうなったのはお母さん、あなたのせいですからね’と言われて……そう言われなくても親のせいと考えてしまうのに。」

Dさん：「今日、この会合があるので娘のまだ見れないでいた日記を開いたら‘お母さんなんて大嫌い’とあった。ぶつけやすいからなんだろうけど。」

Aさん：「最近です。やっとこうやって話せるようになったのは。うちでは話さない。話せばみんなつらくなるから誰も話さない。子供が亡くなってしばらくはその子の物にさわれなかった。今でも全く手をつけないで段ボールに入ったままの物がある。ノートもあるがまだ読めない。もう少し時間がたっていつか懐かしいと思えるようになったときに…。」

Dさん：「これは他人に言えない悲しみ。家族兄弟にしか言えない。」

Bさん：「私の場合兄弟が励ましたり、慰めたりしてくれるんだけど…慰めてもらえないの。一緒に泣いたり、聞いてくれるだけでいいんだわ。」

Aさん：「同じ体験した人でないとわからない。」

Bさん：「近い親類の男性が、‘つらいけど彼が選んだんだから’と言ってくれた。本人が望んだことだからと自分に言い聞かせるが、それでも子供が先に行くのは親にとってそれ以上つらいことはない。でもあの子の姉妹たちが‘お母さん、お母さんの子供は〇〇だけでないのよ’と言う。だから、私まだ死ぬわけにいかないんです。」

Aさん：「うちの子は入院してぐんぐん良くなった。最後の日はあの子の姉が面会に行って帰ってきて‘良くなったね、すっかり前のように戻ったね’と話しかけてたら間もなく電話がかかってきた。良くなってる感じがしたのにどうしてと思う。大雪の日で今でも忘れない。病院だからと安心してたのに、病気の説明もなくて病

院の責任をとということもあったけどあの子が帰ってくるわけでないからとその気にならなかった。今だに用事があって出かけるときも遠回りをしてあの病院の近くは通らないようにしている。」

Aさん：「亡くなった子の姉から‘父や母が変わった、優しくなった’といわれる。自分でも人に優しくしたくなる。人を許せるようになった。」

Dさん：「私も変わったと思う。そういう意味では死は無駄になっていない。あの子のくれた遺産だと思う。」

Bさん：「気持ちは変わらない。母親はそれでもいいと思う。辛さは軽くなっても悲しみは変わらない。何年たっても、一生忘れることはない。」

全 員：「病気のことは勉強したい。知りたい。」

筆 者：病気のことを勉強するのはかえって辛い気持ちを強くしてしまいませんか？

Bさん：「話すとき泣くのは辛くて泣くわけじゃない。」

Dさん：「自分の気持ちを出せる場所があるのはいいい。」

筆 者：悲しみをちゃんと悲しめるようになるといいですね。

Aさん：「悲しいというんでない。かわいそうでしょうがないんです。ふびんで……。」

筆 者：それじゃ、この次には病気のことを勉強できる資料を少し用意してみます。気持ちを出せる場所があるといいということですが、また集まってみますか？

全 員：「2ヶ月に一回くらい集まってみてもいい。」

筆 者：こちらからご連絡します。また、お会いしましょう。

第1回目の集まりということで最初は少し緊張していたようだ。筆者がそれぞれに参加者を紹介し、どのようなお話を伺ってきたかを簡単に紹介すると、間もなく互いに自分の状況を話し始めた。どの母親も一様に、精神的な問題で悩んでいた子どもに否定的な気持ちをぶつけられていたことが

わかった。また、身内は気心が知れているだけに気持ちが表しにくいときもあるという発言があった。これについては、個別の面談の時にもBさんが、かえって肉親でない第三者の人の方が話しやすいと語っていた。

〔第2回〕

当地で開催された小さな風の会の感想を確認しあう。小さな風の会にはDさん、Aさん、筆者、Kが出席した。若林氏の講演の後、当事者だけの集いも開かれ、Dさん、Aさんが参加した。

Aさん：「うちの息子は自死なので、自分から望んで逝ったことなので、やっぱり（他の死別とは）違う感覚がある。」

Bさん：「（大きくうなずいて）違うんですね。」

Aさん：「最初からは（自殺とは）言えない。全然違うもの。」

Bさん：「17歳で交通事故で亡くなった人もいるのよ」と慰めのつもりで姉妹が話してくれるけど……違うのよね。きっとわかってももらえないだろうな。後悔とか、いろんなこと。」

Aさん：「私は自分を責める。病死や事故死なら自分を責めないと思う。」

Bさん：「自分で、子どもの意志で選んだんですね。どっちが大変かとか言わないが、こっちの気持ちはわかってもらえないんじゃないかな。」

筆者：風の会でも若林先生が、全くそんなつもりなくても知らないうちに周りを傷つけてしまうことがあると話してた。生まれて数ヶ月で子どもを亡くした人と20歳で亡くした人がいて、数カ月で亡くした人が「あなたは20年暮らせてよかった」と言ったら、そう言われた人がすっかり落ち込んでしまったと、そんな実例もあげられてた。

Dさん：「自分のことしか見えない。42歳で亡くした私はそれが一番悲しい。2歳で亡くした人はそのことが一番悲しい。本当に難

しいことだと思うんですけど、風の会でやはり子どもさんが自死された方に知って、それでこの癒しの会のことも紹介したんですけど「今は、私だけの胸にしまって私の責任で吊っていききたいので」と言われました。」

Dさん：「自分のよかれとの思いこみで誘うのはダメですね。一人で悲しみを背負うという人もいますから。私も自分だけで悲しみを背負っていった方がいいのかな？」

Aさん：「私はそういう気持ちにならなかった。自死は病気が原因だと思う。病気をもっともっと知りたいし、何とかする手だてがあったんでないかと、どうしてわからなかったのかと悔やまれる。」

筆者：Bさんにはこちらから電話をして話を聞かせて欲しいとお願いしたんでしたよね。

Bさん：「（自殺したことを）抱え込んだら自分も残された家族もどうにもならない。生活してかなきゃならない。これからどうやって気持ちをもっていくか、すぐりたい気持ちだった。どんなお話でも聞いていて、育て方に失敗したのかな接し方かなと考えてしまう。」

Aさん：「それはある。」

Dさん：「ありますね。」

Bさん：「下の子が、娘ですけど、自殺は病気のせいだと逃げるつもりになったらダメだよって言うんです。きついんですね。娘も自分のせいだと思っているみたいです。」

Aさん：「うちも娘が面会して帰った直後のこと。辛いと思う。娘から話さないし、こっちからも聞かない。まず、遺されたもので生きていかなきゃならないから。」

Bさん：「家族関係、親子関係、デリケートなところへきたのかなと思う。病気のせいにするんでないというのはきびしい。」

Aさん：「何であの子がそうになったか、他の子は何でもなくて。会社にもカウンセラーいてくれるといい。会社できつとストレスいっぱいあったんだと思うの。」

Dさん：「私が悪いと泣きつくした。自分自身がこういう性格だからあの子を死に追いやっと思った。デリケートで不適応な子にしっかりがんばるなさいと励ますばかりで、何してもいい、抱きしめてあげるからとできなかった。未遂してから10何年も（あの子を）責めてきたことになる。」

Aさん：「‘私がこんな病気になったのはあなたのせいですよ’と面会のときに（息子から）はっきり言われた。なんにも言えなくて黙ってた。外泊したいと言ってきたときも、だって先生の許可もらわないと勝手にはできないでしょうと諭すと‘相変わらずあなたは立派なこと言うんですね’と返ってきた。」

Bさん：「無条件に抱きしめるというのがなかったかもしれない。その息子さんも無条件に帰っておいでと言って欲しかった？」

Aさん：「何回も電話くるのに‘しっかりしなさい。そんなこと言っただけしょうがないでしょう。みんなそうやって辛抱してるんだよ’って励ましてきた。心の中では親が恋しくてたまらなかったのかもしれない。それが高じて病気になったのかしらねえ。」

Dさん：「漬け物石のようにのしかかっていたんじゃないだろうかと思うですよ。未遂のとき‘お母さんごめんねー’と瀕死の状態で言ってたんです。そのとき気づけばよかった。よほど重い石だったんでしょうね。テストでも90点とってきても‘なして100点とってこないの’って……言うだけじゃなくてちゃんと手をかけてやればよかった。」

K：でも、親の目の届かないところで子どもはのびのびするっていうこともあると思う。

Aさん：「正月におかしなことあった。‘そんな笑ってる場合でないだぞ’と急に言って引きこもったりして……。息子の勤め先に旅行を計画して切符とか頼んだことがあった。新車であちこち案内してくれたが、

ふっとおかしい態度があった。みんなで食堂に行ったのにさっさと食券を買って隅っこで一人で食べた。でも病気とは気づかなかった。翌年の正月、弟のところへ行った。懐かしいよなと言いつつもよそよそしく、突然壁の方を向いたりしていた。」

筆者：でも、いつもそうだというわけではなかった。

Aさん：「（息子から家に）変な電話がきていたし、仕事もあの子に向いてなかった。」

筆者：いつでも辞めなさいと言ってたんですね。

Aさん：「大人になりきれなかったんだろうか。」

Bさん、Dさん：「そう思う。」

Bさん：「大人になりきれない、でもなろう。しかし無条件の母親の愛情も恋しい、ギャップがあるんですよね。それをうまくできない子だった。」

Dさん：「スキンシップっていうんですか。（充分に）できなかったですね。」

Aさん：「スキンシップはなかった、それが悪かったかなと思ったり……。」

Bさん：「帰ってこいと連れてこなかったこと悔やんだけど、帰ってきててもわからなかったよと言われた。悩んでるんだから。」

Aさん：「同じ。しようと思ってたら病院でも外泊のときでも目を離せないよと。眠れない日がずっと続いていたらしい。睡眠不足っていうのはどうなんですか？」

（ここでしばらくDさんの看護の体験から実感されたことを教えてもらう）

Dさん：「私は、自分自身が見えないの、今。あの子のことばかり思う。哀しみを分かち合うのはいいと思う。でも死ぬまで背負うことになる。最初の一年はとにかく聞いて欲しいの一心。自分がどこにいるのかわからない。」

Aさん：「死ぬまでここ（胸）の中からとれることないんだから。」

Bさん：「深く考えない。」

Aさん：「同じ思いで哀しんだお母さんいるんだなあと思うと。」

Bさん：「少しほっとする。」

Dさん：「静的なことしてると辛い。動的なことしてるといい。山登りで辛くても。」

Aさん：「30分のお経、この子はもっと苦しい思いをしてたんだと思うとなんにも苦しくない。」

Dさん：「自分は何してるんだろう。ごまかしてるのかなと思ったり。」

Bさん：「そうやって苦しめないで。」

Dさん：「今、ちょっとスランプ。柳田邦男さんがサクリファイスという小説を書いた。私はあの子のために追悼集をつくった。今度はなにしよう、なにかをせずにいられない。申し訳ない。彼女を追い込んだことが。なんで2～3日前に気づかなかったか。」

筆者：Dさんの闘病は長くなっていたので壮絶な戦いの歴史があるんでしょね。ここで前回の集まりのときに精神病のことを勉強したいという希望があったので、わかりやすそうな本からコピーをしてみました。

Bさん：「精神病になるっていうことはね、社会的にレッテル張られることになって、もう後がない気がする。正気のときにそんなこと思ったら絶望しちゃう。」

Aさん：「うちの子はそうだと思う。」

（ここで話題は診断のことになり、Aさんは精神分裂病、Bさんは心身症、Dさんはそううつ病という診断を告げられていたことが確認される。）

Aさん：「(自分の精神分裂病のことが)怖かったんだろうなあと思うとかわいそうで。」

Dさん：「そういう苦勞でもいいからさせてほしい。」

Bさん：「本人が一番苦しかったんでしょね。」

Aさん：「こういう病気を皆に知ってほしい。気づくように、本人も親も早く発見できるように。テレビでもいろんな病気のことをやってるけど、精神病はやらない。」

（そろそろ会も終わりに近づいたので、第一回目

の癒しの会を筆者がまとめたものを読み上げて感想をもらった。）

Dさん：「触れてほしくないとおっしゃる方もいるんですね。病気が長ければ終わってホッとしても不思議じゃない。強制はできないし。ご案内だけしてそっとしておく……。お誘いするようなものじゃないし。亡くなった当座の修羅とか、とにかく聞いてほしいと思っているときに会えるといい。」

Aさん：「こういう病気で悩んでいる人の力になりたい。息子の死を無駄にしたくないと即座に思った。なにか役に立つことないだろうかと思った。」

Bさん：「私はそんなんでないんです。同じような体験の方と話せたら少し気が楽になるかなと思って。泣くと少し楽になるのと同じように。」

Dさん：「哀しみを分かち合うことというのは、小さな風の会と同じこと。こうやってお話しさせていただくことであの子のことを忘れずにいたい。」

Aさん：「家では泣いて暗くなるから話さない。こうやってここで話す。息子も喜んでるんじゃないだろうか。自分のことしか考えないこの親が俺のこと考えてくれてるなんて。今日の話のなかでは、分裂病は脳の病気と思ったら少し気が楽になった。」

筆者：同じような状況の方には、お知らせやご案内はする。でも特別誘うようなことはしないということでもいいでしょうか。それじゃ、また会いしましょう。

この第2回目の癒しの会をみると一回目とは格段によく話していることがよくわかる。一回目と全く同じメンバーであったことも打ち解けやすい雰囲気にな役買ったのではないだろうか。

また、この日は前回の時に家族の希望が出ていた精神疾患の勉強を行った。精神医学ハンドブック<sup>14)</sup>の精神分裂病の解説部分をみんなで読み合わせしてみる。読後、こういうことを知っていれば

ハッと気がつく、早くわかれば治るのか、心の病気なのか脳の病気なのか、遺伝はどうなのか、もっと世間に知られるべきでは、学校教育にもあっていいのではないか、いじめと関係していないのか、事件や犯罪とは関係あるのかなどが意見交換される。

〔第3回（忘年会）〕

筆者から、みなさんにとってとても辛いことをお聞きしていると思うが、なぜいやがらずに協力してくれるのか、と聞いてみた。Bさんは、真剣に聞いてくれる人なら話したいと思っているものです、と答える。Aさんは、私はもうとにかく息子のためになにかしたくてしょうがなかったから話でも何でもできることはしたかった、と答えた。

また反対に、BさんとAさんから、Kはまだ若いのになぜこんな暗い話につきあっているのかと質問された。Kは自分と親との関係を考え直すことが自分の課題であるのだと答えた。

〔第4回〕

Cさんはやや遅れて出席する。初めての参加である。

筆者：しばらくです。本当は雪解けの頃という約束でしたが、遅くなってしまいました。確かBさんは今月が命日ということもあって、しんどいかなとも思いましたが。

Bさん：「丸3年たちます。」

全員：「Aさんが確か4年くらいになるんじゃないだろうか。」

Dさん：「丸2年立ったので思えるのかもしれないが、あの子のことを考える時間が少なくなっていくことに恐れを感じる。あの子のことだけ考えていられるこの会には私には必要な場所。月日が癒してくれるのはいいことだと思うけど、あの子のことを思い出さない時間があるのが怖い。一番底には“私が悪かったんだ”という思いがある。そういう気持ちを受け入れたく

なかったけれども段々受け入れないとだめだと思うようになってきた。」

Bさん：「忙しくて忘れることがあるっていうこと、すごく必要。どんな死に方しても（死なれた親は）充実感や満足感はまだ感じられない。仕事しているちょっとの間、忘れていられることは必要。“うちの子に似てるな”、“あんなカバン下げてたな”と何を見ても何してても思い出しむなくなる。帰ってこないし。」

Cさん：「中学2年から3年になろうとするとき、14歳で……。もうどうしようもない。サインは出ていて、私もそれなりに対応して早く帰ったりしてたんだけど。姉は反抗的、元気。亡くなった子は反抗期なくて、甘えさせてやらなかった。それが原因だったと思う。甘えたかったんだろうな。運命というには人為的な……。やっぱり私が悪かったんだと思う。再婚だったんです。主人も子ども（のような人）、離婚調停中なんです。（夫と息子の）両方に気を使って、息子の話を聞いてやるために、先にだんなの機嫌としては2階に上がったり、私精神的に疲れたかな。（息子は自殺を）前から考えてたんだろうか。うちの場合は、その時は発作的に飛び出てって。一昨年10月に、その頃に反抗出てきて、パソコン通信で友だち出来たりして、やっと地が出てきてうれしいなと思ってた時だった。学校でもいい子、家に帰ってもいい子だから万引きみたいなことでもしないとだめだったのか。主人は全然子どもの気持ちはお構いなく自分が第一、仕事から帰ってきたら、ごはん食べて酒飲んで、それしないと機嫌悪い。息子の気持ちがわからない。わかってたつもりなんだけど、死ぬとは思わなかった。」

Bさん：「死ぬとは思わなかった。」

Cさん：「飛び出してた後、方々探してね。（息子は）わーっと言ってくることなくパソ

コンに走ってた。それを取り上げちゃうとか言われたもんで。塾をさぼってたんですよね。父親に死んでしまえって言われて。11月に入って行きはじめて、冬休み全部さぼってたんですね。私は隠してたことは怒ったんですけど。主人はパソコン取り上げるって言ったらしいんですよ。その時に(息子は)‘死ぬ’って言ったらしいんですけど、泣きながら降りて来たんで私が説得してたんです。‘今、こんな時間に出てったら心配するから、お母さんもお姉ちゃんも心配するから、出ていかないで’って。最後に夫が‘そんな死ぬ奴がガタガタ言うな、死んでしまえ’って。

血がつながっていないとはいっても、言っちゃいけない言葉だし、血がつながっていてもやっぱり……。弱い子だから死んだってということなのかな。やっぱり人間として言っちゃいけない言葉を吐いたっていうあたりで許せなくて。亡くなった子は悪くない。みんな、まわりが悪いですよ。(間) やっと少しこう、仕事してみようかなって思っ。やっぱりまだ息子の部屋とか入れないし。」

Dさん他：「やっぱり亡くなった子、純粋ですよ。親は強い分、優しくなきゃと思いますね。」

Cさん：「私にしたらちょっとほめてあげると彼は満足する。‘もっとやればもっとできるんだ’と言われるのはすっごく嫌で、‘よかったね’その一言でいいからって。今は一年たって少しふん切りがついて、生きていかなきゃなんないんだって、まわりの人に助けられて、神経科の先生に安定剤だしてもらって、親身になって話し聞いてもらって。ただやっぱり……。立場が立場だから離婚したって言えなくて、いつ言おうかな、どう見られるかなと気になる。」

Bさん：「無条件で抱きしめてあげたらよかった。お父さんにもそれをやって欲しかった。‘そ

んなんじゃ社会で通用しない’と父や姉から言われて……。大学院でも行かせてやればよかった。」

Dさん：「処しやすい子っていうのは、親の我が通っているということ。悔いている。逝った子は話を聞いてくれた。下の娘は聞いてくれない。シャットアウト。」

Bさん：「うちも、上の姉は“聞きたくない”と。」

Dさん：「彼女はそれを引き受ける。親の言うことを聞いてくれるいい子にしまった。」

Cさん：「いい子。疲れたって言うの、肩揉んでやるか’って。めんこくてめんこくてしょうがなかった。それが悪かったのかな。何やってもめんこくて。パソコン通信のもの、‘買って一’と一回は言う。‘お金ないわ’と返すと、娘は買ってくれるまで頑張る。万引きのことでは‘先生はなんて言ってた?’って聞いたら‘お前は成績いいんだからそんなことで汚点残しちゃだめなんだぞ’と先生に言われたと。」

Dさん：「それはプレーッシャーだと思う。」

Cさん：「そういう先生だっ。わかってたけど。(私は)ほとんど一人で、急に一人になったので、その淋しさがどうしようって。こういう話もいつもできないですよ。友だちも話題にしちゃ悪いか。私もし。ちゅう話したら嫌だろうなと思っ。」

Bさん：「私の元気がないのは嫌なんです。子供たち。それも私のためになっている。」

Dさん：「仕事があるのは……。やっぱり泣いてばかりいられないですから。ただ、あの子のこと考えないのが日常になってしまっ。は……。あちらへ逝ってしまったこと、受け入れようかな。」

Cさん：「私も受けとめれなかった。主人だった人のこと、私はやっぱり苦しめてやりたい気持ち。タイムスリップして、あの言葉なかったら、死なないですんだはず。悔しくて。あの子は純粋でこちらが言ったことストンと入る子だった。」

Bさん：「よく似てる。(間) 病気でなくなったの

と違うので、互いにいたわらないとならないので、余計夫婦間では話せないこともある。」

筆者：この会のことですが、今後どのようにしていったらいいでしょうか。時々、お子さんの自死というようなことをお聞きすることはあるのですが、そんな時にこの会のことをお知らせしてもいいのでしょうか。

Cさん：「新聞のコラムにでものせてはどうか。」

Dさん：「目にして関心のある方が来れるといい。」

Cさん：「またつらくなってだめになるのかなと思っ  
て心配してきたけどしゃべれてよかった。」

この4回目の癒しの会での焦点は、初めて参加するCさんの動向であった。参加していて、Cさんが話を切り出しやすいように他のメンバーが大変に気を使っているのが痛いほど感じられた。筆者もかなり緊張していたが、なるべく家族同士で交流がもてるようにと配慮した。

この日はまた、故人に対する罪悪感のことが話題になった。悲しいといっても毎日の生活があり、家族もいると悲しみに浸っているわけにもいかないときがある。そうしているうちにすっかり頭から故人のことが忘れられる「間」ができる。そのことが家族（母親）には申し訳ない、かわいそうなことをしたというふうになるのである。そこで癒しの会のようにそのことだけ、故人のことだけに思いを馳せてしっかり思い出せる場所が必要なのだという。

#### 〔第5回（忘年会）〕

街で一番大きな駅の近くの店で忘年会を催した。Cさんは都合がつかず参加できなかった。筆者やKの、現在の仕事についていきさつや家族のことなどプライベートなことも話題となった。

表3 会の特性の比較

	対 象	特 性
小さな風の会	子どもを亡くした親	直接会に参加 死因や状況を問わない
癒しの会	自死で成員を亡くした家族	面談を経過して 会に参加 自死に特定

## V. 考 察

### 1. ちがいについて

このグループでは、いくつかのちがいが扱われている。明確に言及されているのは、小さな風の会に出席した家族が感じたちがいである。

2回目の会では、小さな風の会に出席したグループメンバーの感想を聞いたが、違うという評価であった。子どもを亡くした親の会とはいえ、自死でなくしたことは言えずに参加していたわけである。若林は小さな風の会でも、亡くなった時の年齢、性、突然死か長い闘病かということにこだわる人がいると指摘する。そして、わが子の死で出会った仲間たちだが、今そこにいるのはその人自身でありわが子と他の子どもとの違いは問題でないとしている<sup>15)</sup>。しかし、筆者はこのAさんの感想には何もコメントできなかった。二重の閉じ扉<sup>3)</sup>を考えればそう簡単に開かれるわけにはいかないだろうと想像したからである。小さな風の会を規定するものは、子どもを亡くした親の会という定義だけであり、死別の状況などは一切問うていない<sup>16)</sup>。そういう意味では、AさんもDさんも当然その対象者であるわけだが、いくら歓迎されても自ら話せるかどうかは全く別の次元の問題であろう。先に引用したウォーデンは、グループでのグリーフカウンセリングについて説明しているが、二つの種類の死別に関しては、特別な問題を出現させる心配があるので、グループに受け入れる前に、慎重に考慮することが必要である<sup>16)</sup>として、重なった死別と自殺による死別をあげている。この指摘にAさんの反応を加えて再考すると、やは

り自死による死別についてはそれだけでひとつのグループを構成することが望ましいと方向づけられる。

表面的には触れられていないちがいで、Dさんと他のメンバーの差異がある。Dさんは、長女を不意のクモ膜下出血による突然死で亡くしている。そううつ病という精神的な問題を抱えていたこと、自殺未遂を過去に2回試みていることから他の家族と極めて近い体験をもっている近接事例である<sup>表1)</sup>。グループの他のメンバーは、Dさんのそのような状況はこの集いでの情報交換で得ているのだが、会が続いている現在も、筆者はいつもDさんの居心地が気にかかっている。自殺未遂の既往もあり、精神的な問題も抱えていたといっても自死でないということの差は大きいのだろうか。Aさんはその後、小さな風の会には参加されていないが、Dさんは何度か参加されている。2回目の記録をよく見ると確かに、Aさんは、すぐに「全然違う」と表現しているが、Dさんは小さな風の会で出会った自死を経験した家族を癒しの会へ誘って断られたことを話している。この動きは暗にDさんの癒しの会での居心地を反映しているのかもしれない。Dさんはこの会では、「死ぬまで背負う」、「ごまかしてるのかな」などの自責的と思われる発言が複数みられるが、Bさんは「そうやって苦しめないで」とDさんの過剰な内省的傾向に歯止めをかけている。筆者は、このBさんの発言があったから、その後も厳密には自死による死別体験ではないDさんも出席を続けておられるのではないかと考えている。Dさんのやや自虐的な色彩を帯びた複数の発言は、筆者には「この会に居てもいいのかしら、私なんか本当はここにいるべきじゃないんだわ」と言っているようにも聞こえるのである。そんな問いかけに対して、先のBさんの発言は「そんな風に考えないで」と答えたことになる。自死のサポートグループは、その扱う問題のデリケートさを考えると同じ体験をしていることが重要な条件である。その点で筆者は、Dさんにも他のメンバーにも本来は不必要な負担を強いているのかもしれない、今後の課題として注意深い対応が要求されていると思われる。

もうひとつ、さらに微細なちがいでについても目を向けておきたい。4回目はCさんが初めて参加されたが、やや遅れている。Cさんはここで経過を詳細に話していくことができるのだが、最後に、「またつらくなってだめになるのかなと思って心配してきたけどしゃべれてよかった」と締めくくっている。微妙な気持ちの揺れが伝わってくる発言である。Cさんはここでは自死という同じ体験をしているとはいえ、精神的な問題を抱えていたという点では合一とはいききれない<sup>表1)</sup>。家族関係で強い葛藤を抱いていたことは容易にわかるが、果たして精神的な問題という範疇に含めて考えるべきか議論の余地がある。しかし、筆者はこの点について、あまり過敏にならずにいようと考えている。多かれ少なかれ、自死を決断するほど追い込まれている状況では、精神的な問題を完全に否定できない状況の発生が予測されること、また、競争社会における慢性的なストレスにより精神的健康に不安を抱える人が増え、ますます精神障害の範囲が拡大する傾向がみられるからである。今後は、精神障害を持つ人と、一般健康者との隔たりは狭く薄くなっていくと思われる。そのような中でこの問題に家族間に差異を見い出す方向で焦点をあてることは、拙速にすぎるだろう。Cさんはその後、会に参加されていない、連絡が取れなかったり、距離的な問題があったりとさまざまな理由があるが、長男の自死が生活に波紋を投げかけ、建て直しを図るのに大きな労力が必要とされていることも一因であると思われる。

## 2. 参加する、しない

第1回は初めての集まりのせい、悲しみを他人に言える一言えないといった話題が出て、同じ体験をした人でないといけないというところに落ち着いている。「ここで話しても大丈夫なの？」という打診が、このやりとりで象徴されているととらえることができる。グループに初めて参加するときの心境は、よく理解される必要がある。カラ・ファイン<sup>17)</sup>は、初めて自死のサポートグループに参加する時の心境を、「初対面の人たちを相手に、ハリーが死んだときの、あのぞっとするよう



な状況を詳しく語るなど、できるわけがない」と記述している。初対面であるというだけで緊張するであろうに、その背景に携えているものの重さを考えると、グループに出席するということは勇気のある行動なのである。

また、反対にグループに参加しないで喪の作業を進めていくという選択も当然ある。先に紹介したように、Dさんは、小さな風の会で出会った自死を経験した家族を癒しの会へ誘って断られている。その時に、誘われた方は、‘今は私だけの胸にしまって私の責任で弔っていききたいので’と断っている。この言葉は、Dさんにも衝撃があっただろうことは、「私も自分だけで背負っていった方がいいのかな」という述懐から伺える。このことは、成員の自死を経験した家族が癒されるために、グループが必然の選択ではないことを暗に示している。

### 3. 死者を忘れずに生きていく

2回目の集いの最後で、「話すことで故人を忘れずにいたい」という発言があった。また、4回目には、「思い出さない時間があるのが怖い」という発言や「ちょっとした間忘れていられることは必要」という発言が聞かれた。前者を自責的になっている、後者を回避的であるとするのは簡単だが、どちらも直後に、「自分が悪かったと思う気持ちも受け入れないとだめだ思うようになってきた」、「何を見てても何してても思い出しむなくなる」というふうに展開する。愛する家族の自死という過酷な体験をし、今なお苦痛のさ中にありながら現実を見つめ、自分の限界を認め受け入れていこうとする肯定的な姿勢は、話すことは基本的に苦痛な作業であると一元的にしか考えていなかった筆者には新鮮な学びであった。

### 4. 家族の中でいつも悲しさ、辛さが表出され分かち合われているわけではない

家族は、「うちでは話さない、話せばみんな辛くなるから」、「抱え込んだらどうにもならない」、「家では泣いて暗くなるから話さない」と言い、他の

家族のためにも、生活を優先する決断をしている。このことについて、3回目の忘年会の折に尋ねたことがあるが、「まじめに聞いてくれるなら話したい」、「家で悲しみに浸ると生活ができなくなるので、第三者の方がいい」と改めて説明してくれた。確かに、グループの記録中にも、遺された同胞が、子どもは逝った者だけではないのだと気づかせ現実の生活に目を向けさせようとしているようすがみられる。援助者は、まじめに聞くことのできる第三者であり続けたいと考える。

### 5. 死別体験後の変容

グループの記録をみると、他者の発言への応答性が高く、自己開示にも積極的であるようすが伺える。複数の家族が、自死による死別体験を経て、変わった、優しくなったと評価され、自分でもそのような変容を感じ取っていることがわかる。このような他者への感応性の高まりや他者へ配慮できる能力の高まりは、グループを有効なものにする大きな要因のひとつとして認識されているべきだと思われる。

### 6. 忘年会の意味

5回の癒しの会の集いのうち、3回と5回は忘年会とした<sup>※2)</sup>。この癒しの会における筆者とKの位置づけを、治療者然としたものになることを避けたいと考えたことが理由のひとつである。筆者は既に事例として紹介した方々と出会うときに、「家族を自死で亡くされたことについて話を聞かせてください」と依頼してきた。私は教えてもらう立場であった。グループを形成しそこに世話係として座していても、教えてもらい、一緒に語り、感じ考える立場を変えたくないと考えた。グループを管理運営する責任はあるが、治療者として座る理由も要請もない。悲しみが健康にまで影響を及ぼすことがあったとしても、そのときに筆者が治療者役割を果たすことが助けになるのか、隣人として傍らにいらっしゃる方が助けになるのかはわからないことである。ただ筆者が望んでいるのは、ともに同じ時代を生きるものとして助けあって生きることができるという事実を互いに確認できる

ような関係を築き維持することである。

## VI. 結 論

これまで、グループの記録を点検しながら考察で論じたことを整理してみると、

- 1) グループの中で家族の自死の体験を語るとは、勇気が必要だが可能である、
- 2) 自死という事実を共通項にして集うことが、メンバーに安心感を与え語ることが可能にするとと思われる、
- 3) 自死について語ることには、つらさだけでなく、遺族と死者を結ぶ肯定的な意味もある、
- 4) 喪の作業を進めるに際してグループという選択は必須ではない、
- 4) 家族の中で悲しさ、辛さが表出され分かち合われているわけではない、
- 5) まじめに聞いてくれる第三者の存在が望まれている、
- 6) 成員の自死による死別体験から自分自身の変容を感じている母親がいる、
- 7) 会では互いによく応答し、自己開示も可能であった、

とまとめられた。

これよりも細部の点で読み取れるのは、家族が精神病、精神障害について学習する機会がほしいと思っていること、母親は子どもの死を悼み、すすんでそれを引き受けようとする姿勢がうかがえること、どの母親も仕事を持ち、悲しみをいくらかでも軽減する助けになっていると感じていること、集いに参加した家族は集いの継続を望んでいること、などであった。

したがって、これらの要点から成員の自死を経験した家族への支援においてグループを適用することは、喪の作業に必須とはならないものの、喪の作業を開放的に発展させ、安心して話せる機会を提供する点で意義あるものと位置づけられる。

## 終わりに

これまでの癒しの会の参加者は、ここでなら自

死について話せるという実感をつかみつつある。集いを重ねながら会をもつことでどのように癒しに貢献できるか、各家族の喪の作業が今後どのような進展をみせていくか、見守っていくことが専門職としての責務と考えている。

### 注・文献

- 1) 厚生統計協会：国民衛生の動向—厚生指針臨時増刊一，49（9），厚生統計協会，2002，54
- 2) 吉野淳一：精神的な問題を抱えた人々の自死と家族の喪の作業，北星学園大学大学院文学研究科社会福祉学専攻北星学園大学大学院論集第1号，1998
- 3) 吉野淳一：前掲書，1
- 4) J.W. ウォーデン 鳴澤實完訳 大学専任カウンセラー会訳：グリーフカウンセリング，川島書店，1993，130
- 5) 北川隆吉監修：現代社会学辞典，有信堂高文社，1984，405
- 6) モーリス・パンゲ 竹内信夫訳：自死の日本史，筑摩書房，1986
- 7) 若林一美：シリーズ生きる 死別の悲しみを越えて，岩波書店，1995，19-34
- 8) 若林一美：前掲書，27
- 9) 若林一美：前掲書，29-30
- 10) 若林一美：前掲書，31-32
- 11) 高橋規子 吉川悟：ナラティブ・セラピー入門，金剛出版，2001，43
- 12) 野口裕二：社会構成主義という視点—バーガー&ルックマン再考一，小森康永 野口裕二 野村直樹編著：ナラティブ・セラピーの世界，日本評論社，1999，17-27
- 13) ハーレーン・アンダーソン ハロルド・グーリシャン，クライエントこそ専門家である—セラピーにおける無知のアプローチ—，シーラ・マクナミー ケネス・J・ガーゲン編 野口裕二 野村直樹訳：ナラティブ・セラピー 社会構成主義の実践，金剛出版，1997，59
- 14) 山下格：精神医学ハンドブック，日本評論社，1996
- 15) 若林一美：前掲書，28
- 16) J.W. ウォーデン：前掲書，75
- 17) カーラ・ファイン，飛田野裕子訳：さよならも言わずに逝ったあなたへ—自殺が遺族に残すもの—，扶桑社，2000，187
- 18) Curtis B. Flory III, A Son's Suicide, a Father's Grief, PSYCHIATRIC SERVICES 51 (2), 183-186, 2000

- 19) 小比木啓吾：対象喪失 悲しむということ，中公新書，1997
- 20) バーバラ D. ロソフ 梅津祐良・梅津ジーン訳：子供を亡くした家族への援助，メディカ出版，1996
- 21) フランシス・マクナブ 福原真知子他訳：喪失の悲しみを越えて―新しい旅立ちへのサイコセラピー，川島書店，1994
- 22) IRVIN D. YALOM 山口隆・小谷英文監訳，長谷川病院集団精神療法研究会訳：入院集団精神療法，へるす出版，1987
- 23) 山口隆・松原太郎監修：ウォン教授の集団精神療法セミナー―グループ療法の始め方と続け方―，日本集団精神療法学会（発売・星和書店），1985
- 24) アルフォンス・デーケン／メヂカルフレンド社編集部編集：＜叢書＞死への準備教育 第3巻 死を考える，メヂカルフレンド社，1986
- 25) C.M. パークス 桑原治雄・三野善央・曾根維石訳：死別 ―遺された人たちを支えるために―，メディカ出版，1993
- 26) 日本家族研究・家族療法学会 阪神・淡路大震災支援委員会編：喪失と家族のきずな，金剛出版，1998

# 正 誤 表

北星学園大学大学院論集第6号

頁・行目	誤	正
56頁 左段 上から 2行目	「ものごと <u>の</u> 従来の……	「ものごと <u>には</u> 従来の……