

# グリーフケア活動を意味づけていくプロセスについて — 若手心理職へのインタビュー調査から —

引地 路子<sup>†</sup>

## The process of making sense of Grief Care activities — From interview surveys of young psychologists —

Michiko Hikiji

### 1. 問題と目的

近親者の死はライフイベントにおけるストレス強度では最上位に位置し (Holmes, 1967), 死別による悲嘆や喪失については専門家によって様々な理論やモデルが提唱されてきた。死別による悲嘆感情は、孤独感、孤立感、安全感の喪失による不安感を特徴とする (Parkes & Prigerson, 2010)。

大きな喪失に伴う反応を「悲嘆 (グリーフ)」という。「悲嘆」とは人が大切な人を喪失した時に生じる、複雑な心理的・身体的・社会的反応であり、そのような悲嘆のさなかにある人を支え、癒すことを「グリーフケア」という (高木, 2012)。

山本 (2012) は、グリーフケアへの関心と必要性が昨今高まっているが、現状では悲嘆について十分な知識を持って悲嘆者のケアに携わる者、即ちグリーフケア提供者は不足しており、人材養成が求められていると述べている。そのうえで、グリーフケア提供者の養成機関では、その受講者の多くが、ケア提供者を目指す自身もまた悲嘆者であることを知的・体験的学習を通じて (再) 発見し、自身の喪失体験と自身の抱える悲嘆が癒されていないことを認識するようになったとしている。つまり予想外に、受講を通して自己の内面を見つめ直し、自身の喪失体験とそれに伴う悲嘆に向き合うことに迫られたことが示されたと論じているのである。

現在国内において、グリーフケアに関する活動を行っている組織は多くない。なかでも子どものグリーフケアを行っている組織は、筆者の知るところ「あしなが育英会」をはじめとする6か所であり、その多くがアメリカのダギーセンターをモデルにしている (高橋ら, 2014)。倉西 (2010) も国内の遺児のセルフヘルプグループやサポートグループの研究が少ないのは、それらが国内にほとんど存

在しないことが背景にあると述べている。また、あしなが育英会のケアプログラムに初参加したボランティアスタッフの体験についてのインタビュー調査から、倉西 (2018) は、「遺児との個別的関わりの必要性」や「ある種の専門性が求められる側面」について指摘し、そうした個別性をどのように理解し対応するかについて、具体的に臨床心理学的な関わりが必要であると言及している。

一方でグリーフケアに携わるボランティアスタッフの活動プロセスについての研究はこれまでなされていないようである。人生において避けては通れない悲嘆や喪失といった局面にある人を支え癒すためのボランティア活動を選択した若者が、どのような背景をもってグリーフケアと出会い、活動を開始したのか、そのプロセスにおいて何を感じ考え経験し活動を継続するのかわかることは、グリーフケア提供者の人材育成という観点から意義あることではないだろうか。そこで、本研究では、グリーフケア活動にボランティアで携わる若手心理職 (または志す者) を対象にインタビューを行い、対象者が活動に出会ってから現在に至るまでの変化のプロセスを探ることを目的とした。

### 2. 研究の方法

#### 2.1 対象施設およびファシリテーターについて

本研究では、東京都内でグリーフケアを提供している民間の施設 (以下、施設Xとする) に研究協力を得た。その施設および活動の概要について、ボランティアスタッフを対象としたファシリテーター養成講座のテキスト (西尾, 2020) を元に紹介する。施設Xは、国内のグリーフケア活動を行う他施設同様、アメリカのダギーセンターをモデルとして、2014年に設立された。「大切な人を亡くし、悲しみを抱えている子どもとその保護者が同じような経験をしている仲間と遊んだり、安心して語り合う

<sup>†</sup>2021年度修了 (臨床心理学プログラム)、現所属：公益財団法人東京カリタスの家

ことを通じ、自分を取り戻す過程のサポート」を目的に活動している。

施設Xでは「大切な人を亡くし悲嘆の中にいる人々を見守り、寄り添う役割を持つ」ボランティアスタッフをファシリテーターとしている。三日間の養成講座を通してグリーンケアについて学び、ファシリテーターとして認定された者が施設Xのグリーンケア活動をサポートする役割を担っている。2021年4月現在、約40名の登録があり、その属性は20～70代、学生・心理職・教職・医療従事者・福祉職・主婦・宗教者・芸術家等と多岐にわたっている。筆者も2020年に講座を修了し、活動に参加している。

## 2.2 グリーンケア活動の概要

施設Xの活動は、基本的に月に一度、寺のお堂で開催されており、活動プログラムは表1の通りである。「オープニングサークル」ではリーダー役のファシリテーターが活動のルールを説明・確認後、全員が自己紹介をし、名前と誰を亡くしたのかを話す。その時、子どもたちはここが死別経験のある人の集まりなのだ（再）認識することになる。自己紹介後の「遊び」の時間では、本人の自発性・自主性に基づいて子どもに遊びを選択してもらい、自由に思い切り遊ぶことを大切にしている。ファシリテーターは危険なこと以外は注意したり、評価したりせず、共に楽しむことが大事とされている（西尾，2017）。

コロナ禍以降オンラインによるプログラムの実施もあったが、活動の基本的な流れは変わらない。グリーンケアの活動プログラムへの参加は申込制であり、参加を希望する者には事前面接を行っている。毎回の参加人数は、子ども、保護者各々約3～10名で、ファシリテーターも参加者とほぼ同数が携わっている。

表1 活動プログラム

12:00-ファシリテーターのプレミーティング（参加者の情報、ファシリテーターの役割、連絡事項の伝達 活動に向き合うための準備）
13:30-参加者の受付開始（参加者の表情、服装、親子・夫婦の間のコミュニケーション等をさりげなく観察）
14:00-みんなで輪（参加者とファシリテーター全員で手をつなぎ輪になり代表の挨拶・合図でスタート） 子どもの活動の時間 オープニングサークル（参加者の大人と子どもが別れて、輪になりルールの確認、自己紹介） 遊び（アート、室内遊び、屋外遊び）（各自好きなプログラムを選んで遊ぶ） クローズングサークル（再び輪になって座り、感想などを話す）
16:00-みんなで輪（参加者とファシリテーター全員で手をつなぎ輪になり代表の挨拶・合図で終了） 見送り（必ず参加者全員に声をかけ、挨拶）
16:30-ファシリテーターのポストミーティング（活動を振り返って気になったこと、改善点、疑問点などをシェア、また必要な連絡事項や次回打ち合わせなど）

## 2.3 インタビュー調査の方法

＜対象者の選定＞施設Xにてグリーンケアの養成講座を経て1年以上ボランティア活動を継続している、20～30代のファシリテーターをインタビューの対象とした。研究協力者の選定にあたり、事前に施設Xに本研究への協力を依頼し、理事会の承認を得た。そのうえで、グリーンケア活動に参加するファシリテーターに研究協力のチラシを配布の上、インタビューへの参加を依頼した。研究協力への同意が得られた者に対して、研究の説明を行った。

＜調査期間及び手続き＞インタビューは2021年5月～7月にかけて、対面もしくはオンラインで実施した。対面の場合は、プライバシーが保たれる静かな個室を用いた。半

構造化面接の形式で一人につき1回ずつ、筆者がインタビューを行った。質問項目は、①活動参加の動機、②養成講座への参加時の様子、③活動開始当初の様子、④現在までの様子についての4項目である。インタビューで聞き取った内容は、事前に許可を得た上でICレコーダーにて録音し、逐語録に起こした。インタビュー時間は、平均85分（46分～99分）であった。

＜倫理的配慮＞

本研究は放送大学研究倫理委員会承認を得て行った（通知番号2020-67）。研究に当たり研究協力者の精神的負担を考慮し、本調査への協力は自由意思により答えにくい質問には答える必要がないこと、本調査の途中・終了後であっても同意の撤回ができること、個人情報についてはプライバシーを順守することを確認した。さらに死別経験を持つ研究協力者には、死別経験について侵襲的にならないよう細心の注意を払った。

## 2.4 分析方法

インタビューの分析には複線経路等至性モデル（TrajectoryEquifinality Model：以下TEM）を用いた。TEMでは、人は発達における時間的変化と社会や文化との関係性のなかで、多様な軌跡を描きながらもある定常状態に等しく（Equal）到達する（Final）存在（安田，2005）として捉えられるため、固有成り多様な経路をたどりながらも最終的に収束している点を等至点（Equifinality Point，以下EFP）として定める。また経路が多様に分かれていくポイントが分岐点（Bifurcation Point，以下BFP）であり、多様な経路のなかで、ほとんどの人が通過する地点が必須通過点（Obligatory Passage Point，以下OPP）である。TEMの分析においては、このような概念を用いることで、個人のある経験を後戻りすることのない持続した時間の流れの中で、連続とした固有で多様な経験として捉えようとする（安田・サトウ，2012）。

分析手順についてはまず、研究協力者により語られた経験を意味のまとまりごとに断片化し、端的に表現する見出しを付けた。さらにそれを時系列順に並べ、それぞれの分析について等至点（EFP）として焦点化し、そこから分岐する各個人の経験を、TEMを用いた図によって可視化した（図1）。その結果図を基に、時系列に沿った時期ごとに、その特徴を記述した。

## 3. 結果

### 3.1 研究協力者の概要

対象者は6名（女性3名・男性3名）、調査時の年齢は23～35歳（平均26.7歳）、死別体験の有無各3名ずつ、ファシリテーター継続年数1.5～4.5年（平均2.8年）であった（表2参照）。

グリーンケア活動を意味づけていくプロセスについて  
 — 若手心理職へのインタビュー調査から —

表2 研究協力者の概要

	A	B	C	D	E	F
インタビュー方法	ZOOM	ZOOM	ZOOM	対面	ZOOM	対面
年齢	23	25	35	27	26	24
性別	男性	女性	女性	男性	男性	女性
死別体験(有無)	有	有	有	無	無	無
ファシリテーター経験年数	2.5	2.5	2.5	4.5	1.5	3.5
実習 アルバイ ト ボランティア 経験 (他施設)	・病院児童精神科 ・児童福祉施設 他	・心療内科クリニック ・子どもの学習サポートや保育 他	・発達障害児療育補助	・障害児福祉施設 ・精神科クリニック 他	・緩和ケア(遺族外来) 他	・精神科クリニック 他
現在の所属	大学院 M2	大学院 M2	大学院 M1	病院心理士(常勤)	病院心理士(常勤)	大学院 M2

3.2 TEM図

研究協力者A~Fの6名の語りから、体験開始前の背景から現在に至るまでの過程における体験内容を、前述のTEMの概念に基づき、活動開始前の時期、活動を継続した時期、直近の状況の3つの時期に分けて図示した(図1)。図の作成に当たっては、ファシリテーターの活動継続の各プロセスにおける経験や出来事と、それに伴う心情の変化に焦点を置いて分析した。

なお図では、分岐点(BFP)である各経験や心情を枠囲みによって表現し、二重線の囲みで必須通過点(OPP)、三重線の囲みで等至点(EFP)、さらに等至点(EFP)における各経験や心情を○囲みで表した。また点線の囲みでは、研究協力者の語りからは得られなかったものの、制度的倫理的に多くの人が通過すると考えられる行為や選択を示した。それぞれの経路を示す矢印については、実際に聞きとられた経路を実線で、理論的に存在すると考えられる経路を点線で示した。

研究協力者は各々①【背景】と②【きっかけ】を持ち③

【養成講座参加】に至った。その後④【活動への期待】を抱き、実際に活動に参加し⑤【初めの印象】を持つところから活動を継続し⑥【役割の獲得】を経て⑦【子どもの表現に目を向ける】ことを体験した。これらは、6名が⑧【場に対する想いを持つ】という等至点(EFP)に至るまでに経験しており、必須通過点(OPP)とした。

3.3 体験の時系列的記述

この節では、研究協力者の体験過程を時期ごとに分け、各々の時期の研究協力者の個別の語りを引用した。研究協力者の言葉を「」, 気持ち・研究協力者が引用した他者の言葉を『』, 補足説明は( ), 見出しを【】, グリーンケアをGC, ファシリテーターをFAと略して記載する。

3.3.1 活動開始前の時期

グリーンケア活動開始前の時期について、【背景】【きっかけ】【養成講座参加】【活動への期待】の4つに分けて記述する。

①【背景】

研究協力者のうち2名が親や兄弟の死別を経験、1名は母が闘病中(養成講座後、活動開始前までに他界)、他3名は死別経験を持たなかった。

Aは、「自分が自分の(父との)死別体験で一体どういう体験をしたのかっていうのをもう少し詳しく知りたかった」と語った。兄との死別経験を持つBは病気の子どもやその家族のために何かをしたいという気持ちを持ち、複数の活動をしていた。母が闘病中のCは終末期の医療や喪失

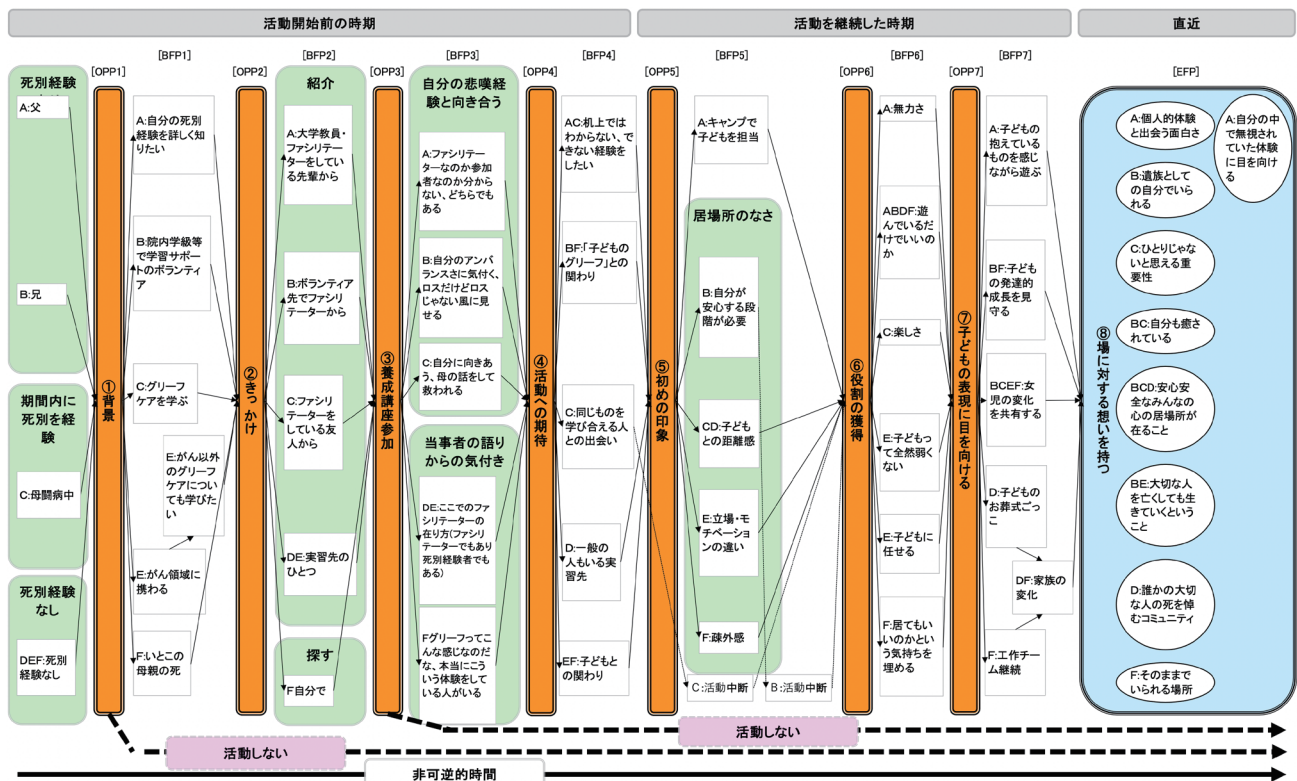


図1 研究協力者の経験や心情の変化の経路

のケアに関心を持ち、社会人を経て大学にて心理学を専攻していた。死別経験を持たないDはGCを「全く知らなかった」と語った一方で、Eは大学在学時から、病院の遺族外来の見学や勉強会に参加していた。またFは自身の従兄弟の母の死が「GCを知るきっかけ」と語った。D以外は死別経験の有るか、もしくは経験としては無くともそれに対して既に何らかの関心を持っていた。

## ②【きっかけ】

次に施設Xを知った【きっかけ】については、6人中5名が紹介であった。Aは大学教員と施設XのFAでもある先輩から、Bはボランティア先で一緒だった施設XのFAから、Cも友人で施設XのFAからそれぞれ紹介されていた。D、Eは所属する大学院の実習先として選択していた。一方でFは卒論研究のためにGCを行う活動組織を自身で探し、学生でも受け入れてくれる施設Xと出会っていた。

## ③【養成講座参加】

養成講座で体験したことの語りから得られた経験や思いは、大きく分けると2つに分けられた。一つは、自身の悲嘆経験とあらためて向き合ったというもので、これは死別経験のある3名から語られた。Aは養成講座のプログラム受講中「自分がFAなのか、それともケアを受ける側なのかってことが、全然区別が出来ないっていうか、それはどちらでもあるのだと思った」と語った。Bは「ロスラインを書いた時に自分のグリーフを置いてきちゃった感みたいな、自分の中ではロスなのに社会に見せている自分はロスじゃない自分を見せている、そういうアンバランスさみたいなのに気づいた」、「すごく子どもの（体験した）グリーフにあるような気がして。例えば兄弟を亡くすとお母さんは、お母さんがすごく悲嘆が大きいので...子どもは親を支えなきゃと思って頑張るから、ロスだけどロスじゃないって風に見せる。...自分もそうだったのだと気づいた」と語った。Cは「自然と母親の話ができて、すごい号泣で...浄化させられるような感じ...養成講座受けることで自分とも向き合った...」と語った。

もう一つは死別経験のない3名から語られた、養成講座プログラムの中で最も印象的だったのは死別経験者の語りだったという内容である。Eは「どっちかだけっていうのは、医療者側の死別体験だとか、亡くした方からの視点を語るっていうのは今まであったんですけど...両方が混在...まあ逆に、これが施設XのFAとしての立場というか、在り方なのだなって感じた」と語った。Fは「すごい生々しくご自身の体験を実際に話して下さって...その体験した辛さとか気持ちっていうのは、今ちょっと聞いた自分じゃ、体験してもしきれないもの...グリーフってこんな感じなのだなって思った」等と語った。3名は、初めて耳にする死別経験者の語りに圧倒されながらも丁寧に耳を傾け、施設XのFAはFA自身もまた死別経験を持っているケースが多いのであろうと認識をするに至った。

## ④【活動への期待】

さらに活動開始当初に研究協力者が施設Xに対し抱いて

いた【活動への期待】はそれぞれから具体的に挙げられた。主なものとしてAとCは施設Xならではの経験を積みたいという趣旨の内容を語った。Bは「グリーフを抱えた子ども」、Eは「子ども」との関わりを持つこと、そしてFはその両方を期待として挙げた。Bは兄と死別した自身のことも踏まえ「遺族会とか親御さんばかりで、それこそ同胞、兄弟姉妹亡くした子どものケアなんてないし、みたいな状態で。それがあって知って、『わ、すげー、そこに関われたらいいな』って思った」と語った。またCは「同じものを学び合える人との出会い」を期待し、Dは「一般の人もいる実習先」であることに期待を寄せていた。

## 3.3.2 活動を継続した時期

この節では研究協力者の活動時期を【初めの印象】【役割の獲得】【子どもの表現に目を向ける】に分けて分析し記述する。

### ⑤【初めの印象】

活動を開始した時期の印象については、5名に共通の語りがあった。それは「居場所のなさ」と「明確な役割のなさ」に対する戸惑いというものであり、養成講座を経て、既に出来上がっているコミュニティに新米FAとして参加することの難しさが語られた。例えばDは「心理の実習生同士ではけっこうあるあるの悩みっていうか、僕の（参加者との）距離感をどうしようかみたいな」と参加児との距離感に戸惑ったエピソードを挙げた。Cからも同様の語りがあった。またEは施設Xでは多職種がボランティアでFAとして活動することの意義を語る一方で「子どもと関わる時のスタンスも違うし知識も違うし...GCに対する意欲もたぶん実は違うし、実習生と子ども亡くしたからって来た主婦の方とモチベーションは絶対違う...非常にやりづらい点」とも語った。Fは「亡くした悲しみとか、辛さや苦しみを知らない...疎外感というか。経験してないゆえの焦り、劣等感じゃないですけど」と語った。

Aは他の研究協力者とは異なり活動初参加がキャンプであり、参加初日から密に関わることになった、父と死別した姉弟とその母親との2泊3日について「新米であるFA、要するにその子がいなかったらあんまり何もすることがなくてどうしたらいいか分かんなくて、お客さん感を持つと思ったかもしれない...僕はその子がいたことによって、その気持ちを味わわずにその子のお兄ちゃんになれちゃった」と語り、特殊な事情ゆえに居場所のなさを感じる機会がなかったことに言及した。

### ⑥【役割の獲得】

その後、研究協力者は、若手のFAとして主に子どもたちと遊びや工作をする役割を期待され、活動に参加していた。また時には配偶者もしくは子どもと死別した大人の語りを聴くグループのFAのひとりとしての役割を担った。

役割と立場を得て、子どもたちと遊びを通じて関わるようになると、A、B、D、Fの4名からは、ただ子どもと遊ぶだけでよいのかという疑問が出てきたことが語られた。

Aは「僕はFAだから...この子がいつでも望むときに一緒に遊んであげることができないって感じた時に、すごく無力さというか」と迷いと葛藤を抱え始めたことを語った。それはBの「GCの遊び、ここでやっている遊びは、遊びだけど、でも単なる遊びで終わっているのかって言うとか違う」、またDの「自分はこの役割しなきゃいけないとかって言うのは最初考えていたんですけど...逆にやるのがはっきりすると今度は逆に何やっているのだろうかみたいな...誰かを亡くしているからここに自分はいるっていうことを最初にみんなで言う、確認するわけですよ。だからやっぱり普通にただ遊んでいるって言うのとは違う」と語った。

Eは「子どもって全然弱くないなって...家族を亡くして辛い思いをしている子どもを支えてあげようみたい思っていたけど、それ違うな」と語った。つまり、グリーフケア活動に参加する子どもに対する捉え方が、子どもとの関わりを通じて大きく変化していったのだった。

#### ⑦【子どもの表現に目を向ける】

その後、研究協力者からは、活動を継続する中でこそ得られる体験や思い、参加者や研究協力者自身の変化が語られた。6名に共通しているのは、子どもの表現に目を向けるその眼差しであった。

Aは父親と死別した男児との遊びの中での自身の気持ちの在り方の変化について、当初は大切な人を亡くした子どもが施設Xに来てFAと遊べることにGCの価値があると考えていたが、そうではなく子どもが抱えている寂しさや悲しさを感じながら子どものやりたい遊びを共にすることが大事だと考えるようになったと語った。活動開始当初、自身の安心の必要性を感じたBは「ちゃんと関わられるようになってくると、施設Xのなかで繋がりが深くなって自分の居場所みたいな風にも思えて、...子どもたちの変化が見られる余裕が出てくる...」と語った。B自身に所属感が育まれたことで余裕が生まれ、活動内での子どもの成長と発達を含めた変化を目の当たりにし、それを見守ることの大切さにも気付いていった。思春期を迎えた子どもへの眼差し、想いを表現する語りはFにも見られた。

また2名の研究協力者は子どもを通して家族の変化を感じたことについて語った。Dは母と死別した男児が、母の一周忌の頃、Dと二人でいつものように公園遊びをしていた時に「お葬式ごっこ」をしたエピソードを語った。その男児が、地面に寝ころび、死んだから埋めてほしいとDに伝え、Dがその真実をすると「...『死んじゃったから、チーンってやって』って...急にものすごい悲しくなってきた『悲しいね』って言った。そしたらその子の動きがパッと止まって、僕を見ているのだけど、さらにそのずっと奥を見ている感じの遠い目になって、その目がすごく印象的だった」と語り、更にその男児がDに泣くことを要求し、悲しいかどうかを尋ねる場面が続けられた。「大事なことが起きたのだろうなと思ってはいた...遊びの中でお母さんの死を再現したのか...死と再生と繰り返しをやって

...そのあとぐらいだったのかな、お父さんの雰囲気が変わったのは...前とは何かだいぶ二人の雰囲気が違うなっていうのが...家族で変わっていくのだから、それは僕の中ではすごく大きい発見...それがきっかけでそういう方向やってみたくなって...ここは家族全体で見られる」と活動と自身の職業選択の動機付けを語った。当初、Dは一般の人も活動していることに期待を寄せ、あくまで実習先の一つとしての施設Xと関わりを開始したのだが、活動を継続する過程で子どもとその家族の変化に遭遇し、GCという活動分野に魅了されていった。またFも工作チームの役割を担い、地道に活動を継続する中で、子どもが制作したモノと保護者とのやり取りを通じた親子の関わりの中かで捉えられる変化について語った。大切な家族の誰かを喪失した「残された家族」の新しい関係性やつながりを丁寧に見守るFAの視点がそこにはあった。

#### 3.3.3 直近の状況

直近の状況について、研究協力者がFAとしての経験を重ねることで気付きを得、施設Xという【場に対する思いを持つ】に至った地点を等至点(EFP)とし結果をまとめた。

#### ⑧【場に対する思いを持つ】

Aは施設Xでの活動について「その人の物語に出会うことが面白い...自分の死別を考えていく上での大事なことを教えてくれる」と語り、さらに「自分の過去のつらい体験とか、忘れようとしていたものに出会うことも...自分の中で無視されていた体験に目を向けた...それが僕は自分の中で一番ケアになっているような気がします」と語った。Bは「このメンバーの人達みんな...GCで繋がっている...自分も癒されている...ひとりじゃないって思える。みんな大切な人を亡くしている、でもそこでも一生懸命生きている...遺族としての自分でいられる場所が大事」と語った。Cも「ひとりじゃないと思える重要性」と「同じ想いを抱えた仲間がいる」ことに言及した。

また施設Xにおいて、FAにとっても参加者にとっても「居場所が在ること」が何より大切であり、その「居場所」はFAも参加者も「一緒に作っていくもの」で、そこでは「そのままの自分」でいられるのだという内容が、B、D、E、Fの4名から語られた。Bは「ここに来て良かったって思えたらもうそれでいいなって思う感じ...それが積み重なって、その子にとっての心の居場所みたいになると思う」と語った。またDは「(FAが)最初のフリーミーティングの時、『ここに今日来ようか迷っていたけどここに来てよかったです』とか話しているのを見るとやっぱりFAにとっても同じ」と語り、さらにEは「支えるというよりは一緒に...、一緒にいるだけで充分子どもたちは自分と向き合える」と語った。Fも「参加者の方はいつも、例えばお子さんを亡くしたことを周りには隠して、仮面をかぶって頑張って日常生活をしているけれど、施設Xでは...正直に話せるので、そうした意味ではそのままいられる場

所...自分自身、変に取り繕ったりしないでFAとして『ケアを何かしないといけない』っていうのじゃなくて、そのままいられる」と語った。

またBはGCについて「いなくなったけれど、いなくなった人と一緒に生きていくためのもの、生きていくことそのもの」と語った。Eも「死んだ人を理由に死なないで欲しい...生きていて欲しいってこと」と「生きていくこと」について語った。

さらにDは現代の死の扱われ方について次のように語った。「病院で亡くなった人は隠されてエレベーターで降り、誰の目にも触れずに地下から簡単にスタッフだけでお焼香して家族と一緒に車乗ってパッと目に触れずに帰って、葬式挙げてそれも目に触れずっていう流れ」そのうえで「昔はたぶん違うのですよね。亡くなったらそのコミュニティ全体で集まってきて、広い和室にギュウギュウになってその人の死を悼む。それで癒されるどころって大きいと思う...僕らは直接知らないのだけどその人の話を聴く、その人のことを思う、そういうことは、ここじゃないとできないと思う」と語った。

## 4. 考察

### 4.1 活動開始前の時期

グリーフケア活動におけるファシリテーターの体験には、いくつもの道筋があり、あるポイントにおいては多くのファシリテーターが経験する出来事や思いがながらも、それぞれの固有の経験が存在した。本章においては、施設Xにおける若手心理職（または志す者）6名のインタビューを通して得られた語りから、グリーフケア活動におけるプロセスを総合的に考察する。

まず、ファシリテーターを志した研究協力者の【背景】であるが、2名は既に親・兄弟との死別を経験しており、それぞれ自己の死別体験についてより深く知りたいと考えていたり、病気を抱える子どもの支援活動を複数行っていたりと、その喪失体験を受容し、意味づけを試みることで、発展的なものとしようと考えていたことが推察される。また長年闘病していた母を持つ1名は、終末期医療やグリーフケアに関心を寄せ学んでいた。これは来るべき死別による喪失体験の準備をしていたとも考えられるのではないだろうか。また死別経験のない3名も、うち2名は既にグリーフケアという存在に出会い、関心を持っていたことが窺われる。彼らも施設Xを知る前から、心理職として、死別経験や死別経験を持つ子どものケアを学ぶことを望んでいたと推察される。

【背景】にはいくつもの経験があるが、特に死別経験の有無がその後の養成講座参加の【きっかけ】や【活動への期待】そして、活動開始後まで影響を及ぼしていることが明らかとなった。

養成講座参加に至る【きっかけ】は、多くはそれぞれの所属先や活動先からの紹介であったが、さらに細かくみて

いくと死別経験のある者は彼ら自身の【背景】と関係する所で施設Xのファシリテーターと出会い直接紹介をされていた。これは彼らがグリーフケアに関心を持ち既に実際に何らかの行動を起こしていたので、似たような属性を持つ者との出会いを通じ、施設Xに繋がったと考えられるのではないだろうか。死別経験のない者のうち2名は大学院の実習先リストから選択をし、1名は自身で探し求め、施設Xと出会っていた。すなわち臨床心理学を学び深めるプロセスでの【きっかけ】だったと考えられる。

【養成講座参加】でもやはり研究協力者の死別経験の有無により、語られたことに大きな違いが見られた。死別経験のある3名からは、養成講座のプログラムを通じ自身の悲嘆経験と向き合う経験をしたことが語られた。自身の喪失体験を「ロスライン」で視覚化し、振り返り、語り、さらに他の養成講座参加者の死別経験を聴き、その多くが自らの死別経験に直面化するなかで、自身と向き合ったと推察される。その経過でA自身ファシリテーターでもあるが、死別経験者でもあることを再発見し、Bは自身の死別経験に未だグリーフケアを受けていなかったことや、「ロスだけどロスじゃないように」見せて生きている自分に気がついたと思われる。Cは自身の母のことを養成講座の場で語ることで「救われた」と語った。これは倉西（2010）が述べた「死別経験を語ることで感情を開放して<カタルシス>に至り、自分の語りや存在を受け入れてもらえたと体験する<受容体験>。そして他の遺児と出会い、その語りも聞くことで親と死別しているのは『自分だけではなかった』とグループでの<一体感>を体験し<死別体験>の普遍化に至る」とほぼ近い体験をしたと推察される。

また死別経験のない3名は「ファシリテーターで、死別経験者でもある者の語り」を初めて耳にすることで、彼らが、養成講座申込時にはおそらく死別体験を持つのは「グリーフケアのプログラム参加者」のみを想定していたであろうが、そればかりでなく今後彼ら自身が共に活動するファシリテーターもまた死別経験のある者が多いという事実に関心し、認識するに至ったと考えられる。

【養成講座参加】を経て研究協力者は、それぞれ【活動への期待】をもって活動を開始する。ここでも彼らの【背景】や死別経験の有無が反映されていた。死別経験有りのA、Cの2名は既に彼らなりの方法でその喪失について自身と向き合い、勉強をしていた。したがって施設Xには実経験や同じような喪失体験を持つ仲間との学びを期待した。Bは過去の自分のように同胞を喪失した子どものグリーフに関わることを期待した。これは彼らが、ファシリテーターとして活動を通じ更に自身の喪失と向き合い、その理解を深めることで「死別体験の再構築」（倉西，2010）を望んだと推察される。一方で、死別経験のないDは実習先として心理職に偏らない場であることを期待し、E、Fは将来関わりたい領域を考慮し、子ども、または死別経験を抱える子どもとの関わりを期待していたが、このことは彼らが臨床心理学的な学びと実践を深めるためのフィールドと

して施設Xを捉えていたと考えられるのではないだろうか。いずれにしてもこの後、研究協力者はそれぞれの期待を実現させながらグリーフケア活動を継続していったことがその後の語りから窺える。

## 4.2 活動を継続した時期

【初めの印象】では、初めての活動参加がキャンプで、子どもと密な関係を築くことで速やかに役割を獲得したAを除き、5名が居場所のなさ、居心地の不安定さを感じたことが語られた。ただその種類・内容については共通するものもあったが、差異もみられた。C, D, Eの3名からはファシリテーターも参加者もある程度関係が出来上がったグループに心理職の若手ファシリテーターとして入っていくがゆえの立場の違い、他者との距離の取り方に対する葛藤が挙げられた。これらは実習生として、また心理職を志す者としての視点が中心の語りであると考えられる。一方でBは、死別経験者でもある自身が安心して環境を求めたこと、またFは死別経験を持たないことに対して疎外感を感じたことを語った。これらの語りから【背景】の死別経験の有無がまず大きく影響していたことが推察される。従って一言で「居場所のなさ」といってもその詳細は各々の背景・立場によって質的に異なるものであったと考えられる。

活動を継続し【役割の獲得】をすると、研究協力者はそれぞれ新しい気持ちを持つようになっていったと思われる。役割が明確になることで安心し、楽しく参加したり、疎外感が埋められるといった想いも語られたが、同時に施設Xで「子どもたちと遊ぶこととグリーフケアの関係」について考え始めたことも語られた。施設Xという構造化された枠組みの中で、ファシリテーターと子どもが共に遊ぶこと、それは単なる遊びではないと気づき始めていく様子が語られたのである。臨床心理学をベースとする彼らにとり、施設Xでの遊びはプレイなのかセラピーなのか、つまりどういった意味を持つのかを模索する様子が窺われる。役割を遂行する過程での疑問や戸惑い、無力さが表現されると同時に、当初子どもと関わる経験を期待した研究協力者からは、自身の子どもに対するの捉え方の変化と、子どもの主体性に委ねる重要性について語られた。

これは倉西（2018）の述べている、「大人である自分たちの方だけに力があるのではなく、子どもこそが力を持っているということを知ることができたのは、主・客の逆点ともいえる気づきであり、このような視点の反転ともいえる体験はボランティアという『生（なま）』に触れる経験ならではもので、そうした生の体験に触れる瞬間によって人は多様な発見を行い、成長を果たしていく」という考え方と合致しているといえるだろう。

その後の過程で研究協力者は【子どもの表現に目を向ける】ようになっていったと思われる。この過程では、施設Xという場にわざわざ来て遊ぶ子どもたち、ひとりひとりの抱えているものや表現されるものを受けとめる器として

のファシリテーターの在り方を意識し、子どもたちの表現に思いを巡らせ、継続的な関わりの中で成長過程での発達の側面にも目を配る様子が窺える。子どもたちとの相互的な関わりの中かで表出される、「子どもの主体的な活動への参加」等の変化や遊びの中で繰り返される「生と死の再現」またそれに伴う「家族の変化」を目の当たりにし、さらにファシリテーター同士が共有することでさらに彼らの活動の動機付けが高められていったと思われる。

倉西（2018）は「ボランティアにおける成長は、他者と関わること、またボランティアとして関わろうとしている他者から受ける刺激によって生じる結果」であり、「遺児という他者と関わることによって、自分自身が鏡にリフレクションされるように自己理解を深めることができる」と述べている。研究協力者も施設Xというグリーフケアの場と人との関わりを通して、自身と向き合いながら、同時に臨床心理学的な視点も育んでいったのではないかとと思われる。

## 4.3 直近の状況

活動続行を通じ、研究協力者はそれぞれの気づきを重ね、【場に対する想いを持つ】という等至点（EFP）に至ったと考えられる。

死別経験のある3名は施設Xの活動プログラムという場を通じ、参加者の個別の物語と出会うことで、自分自身の新たな側面を見つけたという趣旨の内容を語った。それらは自身も活動を通じ癒されていること、仲間がいること、遺族としての自分でいられることの価値に対する気づきであったり、彼らがこれまで抱えていた死別経験とはまた別の、それまでの人生におけるネガティブな個別の経験への気づきや受容であったりした。これらは倉西（2010）が述べた「孤独から解放され、集団において他者を通じて自己への気づきを深め、それらの中で死別体験を再構築していくこと」で「死別体験を入り口として自分自身に向き合い、自分自身の個性を高めていくことは青年期を迎える遺児にとって重要な課題である」という内容とも合致しているといえるのではないだろうか。

また研究協力者が、施設Xというコミュニティを独自性のある場として捉え、それは死別経験の有無を問わず、ファシリテーターと参加者の双方にとって「そのままの自分でいられる」「心の居場所」であり、「一緒に作っていくもの」と位置付けたことは興味深いと考えられる。研究協力者はグリーフケア活動を通して、「死別経験が自分だけではないと知ることと自分の体験を話せること、そして、亡くなった人のことをまざまざと思い出し自分の悲嘆感情に触られることで、人は癒される」（西尾，2017）ことを体験しグリーフケアという器に護られながら、個別のまたは普遍的「死別経験の再構築」（倉西，2010）を繰り返す行いことの意義について思い至ったのではないだろうか。そして「悲嘆は無くなるものではなく抱え続けていくものであることを認識することは、他者の悲嘆に寄り添うため

には必要不可欠」(山本, 2012)と学んでいったと推察される。

#### 4.4 本研究の意義

本研究では、グリーフケア活動の場において死別体験で心が傷ついている人(子ども)に寄り添う役割を担う若手の心理職(または志す者)である研究協力者の、活動継続を通じた変化のプロセスに焦点をあてた。臨床心理学における様々なフィールドを経験中である研究協力者が、死別経験を抱える子どもたちとの関わりのなかで、死別経験の有無をそれぞれ抱え、子どもたちへの理解を深めながら、死について向き合い、そして死について語り合える「場」と「仲間」を持ち、変化成長していく過程を追った。これがグリーフケア提供者の人材養成というニーズを検討するうえでの一助となればと願っている。

#### 4.5 研究の限界と今後の課題

本研究の課題としては、研究対象施設が1施設であること、また研究協力者が心理職の若手6名と少なく、属性に偏りがあることが挙げられる。そのため、グリーフケア提供者の活動のプロセスにおける変化を研究するには限界があった。今回はファシリテーターとしての活動を継続している人を対象としたが、活動を中止した対象者からの聞き取りも必要であろう。また、本研究における研究協力者の活動継続期間は1年半~3年半であった。今後研究協力者が心理職として経験を重ねる過程で、どのような変化があるのか、またグリーフケアをどう位置付けていくのかを知るためには、より長期にわたって活動を継続している者を対象とした研究の必要性もあると考えられる。

### 謝辞

インタビュー調査にご協力くださった方々にはどうもありがとうございました。インタビューにて伺った語りは、私にとってかけがえのない貴重な学びとなりました。

また研究協力を頂きました一般社団法人エッグツリーハウスと、2021年6月に急逝された元代表の西尾温文先生に心からの感謝を捧げます。

指導教員である小林真理子先生には温かくサポート型なご指導を賜りました。深く御礼申し上げます。

### 文献

- Holmes, T. H., Rahe, R. H. (1967), The Social Readjustment Rating Scale Journal of Psychosomatic Research, 11(2), 213-218
- 倉西宏 (2010), 遺児へのケアプログラムにおけるボランティア体験, 日本福祉教育・ボランティア学習学会研究紀要30巻, 19-31
- 倉西宏 (2018), 遺児のセルフヘルプグループの意義とそ

の心的プロセス—修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチを用いて—, 集団精神療法26巻1号, 51-60

西尾温文 (2017), 死別後の悲嘆に寄り添う—エッグツリーハウスの活動から—, 死生学年報2017, 41-63

西尾温文 (2020), 第9回ファシリテーター養成講座テキスト, The Egg Tree House

Parkes, C. M. and Prigerson, H. G. (2010) Bereavement. London and New York, Routledge.

サトウタツヤ (編) (2009), TEMではじめる質的研究—時間とプロセスを扱う研究を目指して—, 誠信書房

高橋聡美, 川井田恭子, 佐藤利憲, 西田正弘 (2014), わが国における子どものグリーフサポートの変遷と課題, グリーフケア研究第3号, 上智大学グリーフケア研究所, 45-65

山本佳世子 (2012), グリーフケアとは, グリーフケア入門, 勁草書房, 1-20

山本佳世子 (2012), グリーフケア提供者を目指す人たち—アンケートおよびインタビュー調査から見えてきた動機とニーズ, グリーフケア入門, 勁草書房, 175-200

安田裕子・サトウタツヤ (2012), TEMでわかる人生の経路—質的研究の新展開, 誠信書房

安田裕子・滑田明暢・福田茉莉 (2015), ワードマップTEA理論編—複線経路等至性アプローチの基礎を学ぶ—サトウタツヤ (編), 新曜社