

日本における子どものグリーフワーク研究

——サポートグループ「てとてとて」の実践を通して——

シンシア・ホワイト, 有賀悦子, 石井千賀子, 池田文子
伊藤正裕, 伊藤正規, 今井ゆき, 小田愛満, 加藤 純
幸島静枝, 近藤博子, 左近りベカ, 杉本脩子, 中村克孝
西田昌子, 西田正弘, 樋口明子, 福島喜代子, 福山和女
水野しづえ, 柳沢 徹

I はじめに

家族との死別を体験した子どもとその親たちに対するプログラムについて、その必要性は認識されながらも、これまで日本ではほとんど研究がなされてきていなかった。そこで、筆者らは、本研究を通して、日本で死別を体験した子どもたちが抱える心理的社会的な問題を鑑みながら、その子どもたちに対するサポートグループを提供し、その意義や役割について考察した。また、日本の子どもたち、家族、そしてサポートを提供するスタッフが、グリーフサポートプログラムからどのような影響を受けるのかを評価することを試みた。

「グリーフ (grief)」や「グリーフする (grieving)」などは、日本語にはない表現である。「グリーフ」は、英語においても、悲嘆・哀悼 (mourning) とか別離への反応 (bereavement) を意味するとされてきた。日本語では、「死別」、「死別体験」、「悲嘆」、「哀しみ」等の表現が当てられてきている。このように、英語においても日本語においても死に対する反応として意味されている。しかし、「グリーフ」は、死に対する反応にとどまるものではない。「グリーフ」とは、死別などの喪失に対して、人それぞれこころの内側に起こる思いや気持ちを含めたさまざまな反応のことをさす。「グリーフ」はわれわれが人生のさまざまな変

化に適応していく過程（プロセス）なのである。

米国において、成人や思春期の若者や子どもたちがどのように死に対して「グリーフする」かについての研究は数多く存在する。それに加え、死別以外の、離婚、別れ、病気、失業、結婚、卒業等のあらゆる「変化」に伴って、肯定的なものであれ否定的なものであれ、「グリーフ」が起こることが研究によって示されている。さらに重要な点は、ほとんどの専門家が「グリーフ」は喪失体験に対する自然かつ健全な反応として理解していることである。「グリーフ」によって不健全な精神的・身体的な結果が生み出されるとすれば、それは家族や社会に十分なサポート機能が存在していないことに関連があると考えられる。

1996年に発表されたハーバード大学の「子どもの死別体験に対する反応の研究（Child Bereavement Study）」では、親と死別した子どもたちのうち3分の1は何らかの行動面及び健康面で問題を呈するようになるということが明らかにされた。また、そのような子どもが親との死別を受けとめていく際に最も重要な要因となるのが残された親の安定の度合いということであった。残された親が、大っぴらに死別を話題とし、積極的に死と向き合っていくという雰囲気であればあるほど、親と死別した子どもも、健全な形で適応していけるというように、親の安定の度合いと子どもの死への適応には相関関係があるということである。米国においては、グリーフ・サポートグループが子どもたち及び家族に対して提供されることで、残された親が安定し、家族内で死について話をしやすくするという傾向が見られる。

Ⅱ 研究及び実践の枠組み

1. 前提とする考え方及び留意点

日本でグリーフ体験中の子どもについての研究を進めるに際しては、次の3点を前提として本研究を行った。

- (1) 親しい人と死別してグリーフ体験中の子どもやその家族は傷つきやすい（vulnerable）。

- (2) 日本の社会や文化においては、現時点では、死別してグリーフ体験中の子どもやその家族に対するサポートプログラムは十分提供されてはいない。
- (3) 子どもたちのグリーフについて研究する際にも、親に対する教育・啓蒙が最も重要な要素である。

研究を進めるに当たっては、次の点に特に留意した。

1. 家族のプライバシーを保護する。
2. サポートグループについての研究目的を十分に家族に説明する。
3. サポートグループを終結するに際しては、その後、家族が活用できる社会資源をいくつか紹介する。
4. 親への教育・啓蒙をプログラムに含める。

2. 子どものためのグリーフワーク研究会及びサポートグループ「てとてとて」

1) 子どものためのグリーフワーク研究会

「子どものためのグリーフワーク研究会」が1999年4月に組織され、最終的には、21名がこの研究会のメンバーとなり、本稿の執筆者となった。メンバーの中には、これまで死によって影響を受けている子どもと関わった経験が全くないものもいた。一部のメンバーは、子どものグリーフワークというテーマでなされた筆頭執筆者の講義や研修会にすでに参加経験があった。数人のメンバーは、子どものグリーフワークをサポートする何らかのプログラムに直接関わった経験があった。いずれにしても、研究会のメンバー全員が、大人や子どものグリーフ・喪失体験の問題に強い興味を持っていた。研究会の会合は1999年4月から7月までの4回開催され、研究方法や内容の検討と、実践の準備などを行った。

2) スタッフの研修会

グリーフ・サポートグループの開始に先んじて、サポートグループのスタッ

フに必要なスキル（技能）のトレーニングのための研修会が1999年8月末に2日間にわたり実施された。研修会では、グリーフ・サポートグループのファシリテーター（グループの促進役）として必要なスキルの習得に重点がおかれた。主な内容は、プログラム活動をリードするスキル、ルールを教えることによって安全な環境を維持するスキル、子どもたちと活動をともにするスキル、大人たちを教育するスキル、グループの展開過程に必要なスキルを習得することであった。このトレーニングと、「てとてとて」のファシリテーターたちの会合は将来の参考資料とするため記録された。研修会には16名が参加し、14時間のトレーニングを受けた。

3) グリーフ・サポートグループ「てとてとて」

グリーフ・サポートグループは、1999年9月から1999年11月までの3か月に実施した。このサポートグループには、研修会を修了した12名と、すでに同様の研修会に参加した一人、そして筆頭執筆者の合計14名が実際にボランティアスタッフ（以下、スタッフとする）としてグリーフ・サポートグループに関わった。男性が5名、女性が9名という構成であった。このうちの10名が子どものグループのファシリテーターとなり、2人が大人のグループのファシリテーターとなった。また、2名はサポートスタッフとしてプログラムの円滑な運営を手助けする役割を担った。

研究会のメンバーの中で、すでに同様のプログラムに関わった経験のある者が窓口係となった。窓口係は、申し込みを受け付け、電話の問い合わせに応え、筆頭執筆者が必要とするときに翻訳や通訳を行い、広報等を行った。筆頭執筆者は、スタッフのトレーニングとスーパービジョンを行い、プログラムが円滑に展開するよう調整した。

そのほか、スタッフは、翻訳、通訳、説明会の開催、ネットワーク活動、おもちゃの確保や遊び部屋の確保等の準備を行った。また、東京近辺の、子どもに対するさまざまなサービス提供団体・機関から支援や寄付という形で協力をいただいた。

3. 参加者

1) 広報活動

広報活動は、通える範囲を想定して、東京近辺の関係機関・団体を中心に行った。スタッフは、グリーフ・サポートグループについての三つ折りのリーフレットを作成し、さまざまなところで配布した。また、さまざまな関係機関・団体の広報誌や新聞に案内記事が掲載された。研究グループのメンバーたちもそれぞれ分担して関係機関や団体へリーフレットを郵送・配布し、該当する家族の参加を呼びかけた。筆頭執筆者ら2人のインタビュー記事が新聞に掲載され、この新聞記事に対する反応が最も多かった。

2) 参加決定までの活動

プログラムへの参加に興味を示した家族に対しては、プログラムについての詳細な説明を行い、実際に参加する前に「てとてとて」の活動場所の下見ができるよう調整した。子どもたちの親へは、子どもたちのグリーフについての諸側面、サポートの方法などについて情報提供を行った。参加の有無の決定は、できる限り子どもの自発的な意志によるようにすすめた。その結果、13名の子どもたちが最初から参加を希望した。また、1名の子どもは当初は躊躇が見られたが、最初のセッション（会合）に参加した後、継続することを決めた。

3) 参加者の属性

参加した子どもたちは10家族に属する14名であった。男子が10人、女子が4人であった。年齢は5歳から11歳までで、平均年齢は7.5歳であった。子どもからみて亡くなった者は、母親が1ケース、祖父母が1ケース、父親が8ケースであった。死別の時期は、1999年に6ケース、1997年に2ケース、1996年、1994年、1992年にそれぞれ1ケースずつであった。死因は、予期しえた死として病死が5ケース、そのほか突然死として、事故死、自殺、心臓発作、理由不明（1件）等が6ケースであった。

親のグループへの参加は自由であったが、10名全員が参加する選択をした。

親のグループの構成は、義父母と死別した者1名、妻と死別した者1名、夫と死別した者8名であった。

4) 参加率

グループの集まり全体の出席率を見ると、子どもは89%、親は84%であった。子どもがやむを得ず欠席をする際は、例外なく事前に電話連絡が親からあった。欠席をする理由は、スポーツ活動、病気、法事、学校行事等であった。また、子どもがやむを得ない理由で欠席した場合にも、親のグループに参加するためにやりくりして1人で参加しにきた親も複数いた。

4. プログラム

1) プログラムの構造

プログラムは、グリーフ・サポートグループを期間限定で6回行うこと、子ども15名までを参加者の上限とすることを基本方針として計画された。子どもたちとその家族に対するグリーフ・サポートプログラムに、研究グループは「てとてとて」(hand in hand in hand)という名称を付けた。この名称は、親の死をグリーフしていた子どもたちのフィンガーペインティング(手のひらに絵の具を塗りたいく、絵を描いたもの)からヒントを得て付けたものである。

1999年9月19日に初回の会合(セッション)を開催し、その後11月末までの合計6回行った。開催日時は、隔週、日曜日の午後2時から午後4時であった。スタッフは参加者が到着する前に、午後1時から1時間の事前の打ち合わせ(プレ・ミーティング)を行い、また、参加者の帰宅後、午後4時から午後5時半まで1時間半の事後の振り返り(ポスト・ミーティング)を行った。プレ・ミーティングは、グループの展開計画やプログラム活動を確認し、チームワークの意識を高めるために行った。ポスト・ミーティングは、いろいろな観察を記録に残し、また必要なディブリーフィング(セッションの間に感じたこと等の振り返り)を行うための時間であった。

2) 会場設定

プログラムを行う会場は、大学構内にある、それまで個人宅として使用していた2階建ての建物を使用した（現在はさらに改装を行い、カウンセリング研究所として使用されている）。参加者が使用する場所としては、1階の大きな部屋と、2階の4つの小部屋があった。1階の大きな部屋は、親のサポートグループの場所として、また、スタッフのミーティングの場所として使用した。また、親と子が共に参加する最後の儀式（おにぎり回し：後述）もこの部屋で行われた。

子どもたちは、プログラムが開始すると同時に2階へ行き、親の目が届かない場所で自由に振る舞うことができた。2階の4部屋にはそれぞれ名前がつけられ、そこで行える遊びが概ね決められていた。毎回、それぞれの部屋を担当するスタッフがあらかじめ配置され、子どもが全く1人になることがないように配慮がなされた。

まず、グループが最初と最後に集まるのは「お話の部屋 (talking room)」であった。その部屋では主にお話を行ったりおやつを食べたりした。また、構造化されたプログラム活動を行うこともあった。子どもが望むなら、ファシリテーターと一緒に子どもが二人だけでお話をすることもあった。次に、着せ替え遊びのための衣類、いろいろな行動や活動を象徴する人形、救急車・パトカー・消防車等のおもちゃの車、等がおかれている「お遊びの部屋 (play room)」があった。この「お遊びの部屋 (play room)」には、砂箱やその他ごっこ遊びができるさまざまなおもちゃが置かれていた。「お絵かきの部屋 (art room)」では、フィンガーペインティングのための絵の具、マジックペン、クレヨン、コラージュ（貼り絵）のための題材、その他の工作材料等が揃えられていた。そして、体全体を用いてエネルギーを発散できる遊びや活動をするための「台風の部屋 (typhoon room)」と呼ばれる部屋も用意された。

また、建物の近くに、そのほか体を使って動き回れるサッカーやバスケットボール等をするグラウンドがあった。子どもたちは、スタッフとともに外で遊ぶことも選択できた。

3) プログラムの内容

子どものグループは、基本的に (1) はじめの集まり (30 分), (2) 自由遊びとおやつ (60 分), そして (3) 終わりの集まりと活動 (30 分) の 3 部で構成されるよう計画され、実行された。毎回のセッションは、儀式とでもいえる、決まった形で始まり、決まった形で終わるようにした。毎回同じ形で始まって同じ形で終わるということで、参加者は何が起こるか常に予測ができ、安心感を持ち、特別な抵抗を感じることなく次のステップへの移行が可能となる。

子どもたちのグループは、必ず始めに安全確保のためのルールを確認した。ルールは、(1) パスはいつでも自由、(2) 誰かが安全でないと感じたらみんな「ストップ」する、(3) 人の体や気持ちを傷つけない、(4) いつも誰か大人のスタッフと一緒にいること、(5) 子どもの言ったりしたりしたことを、スタッフは親へ報告されたりしないことであった。

その後、言うことができる人は、各自自分の名前を言い、誰が死んだのか、どのような理由で死んだのかを言ってもらおうということを、毎行行った。子どもたちは、それらのことを言って当然だと思わされたり、言うことを強制されることは一切なかった。にもかかわらず、6 回のセッションのどこかの時点で、全員の子どもが自分の死別の体験に関する話をしてくれた。

グループのすべての活動は、基本的に自由参加であった。あらかじめ構造化された活動も毎回用意されており、子どもがその活動をするか否かを決めることができ、そして、セッションの始めの時間帯に行うのか、終わりの方で行うのかも、子どもの決定に委ねられた。例えば、亡くなった人の形見の品や写真を見せあう活動、つるやビーズなどで「ドリームキャッチャー」を作る工作活動、死をテーマにしている絵本読み等である。それほど構造化されない遊びの時間も毎回用意されており、子どもたちはその日の自分のグリーフの表現へのニーズに従って、どのような遊びをするのか、お絵かきをするのか等を選ぶことができた。

グループのセッションの最後の「終わりの集まり」では、参加した子どもたちとスタッフ全員で手をつないで輪を作り、最初に定められた一人の子どもが

隣の人の手をぎゅっと握り、握られた人が次の隣の人の手を握る、ということをしていくという「おにぎり回し」を行った。「おにぎり」が最初に始めた子どもに戻ってきたら、その子は「おにぎりが戻ってきた。」といい、それを聞いた参加者全員で、拍手をして飛び上がった。この「おにぎり回し」は、親のセッションが終了後、親と子どもが一緒になったところでも1階の大きな部屋で繰り返された。前述したが、この最後の儀式のように、毎回同じ予測できる終わり方でグループを終わるということにより、参加者がグリーフのグループから、通常は死別体験に関することを話題にすることがタブーになっている外の世界への移行がスムーズにできるようになる。

4) 大人のサポートグループ

大人のグループは、男女それぞれ1名ずつがファシリテーターの機能を担った。大人のグループのルールは、(1)グループで話されたことはグループの外では話さない、(2)人の話はさえぎらない、求められないアドバイスは与えない、(3)参加すると決めた以上は可能な限り時間を守り、欠席するときは事前に連絡をすることであった。テーマは事前に特に設定せず、話し合いの内容は参加した親たちの意向に委ねられた。

毎回、(1)まず始めにルールを確認し、前回のセッションから今回までの子どもや自分の様子を報告し(30分)、(2)テーマを特に定めずに話し合いを行い(80分)、(3)そのセッションの感想を述べてもらい、情報提供のためのプリントを配布し、次回の日時の確認等を行うこと(10分)で終えた。6回のうち1回は、筆頭執筆者らの提案により、筆頭執筆者との質疑応答のセッションとなった。その他のセッションは、死別体験をしてからの子どもの様子や自分自身の感じていること、今後の不安や希望などについて、経験を分かち合い、情報交換しあったりした。

Ⅲ アンケートの実施及びそのまとめ

1. アンケートの実施方法

毎回、グループの最後に、アンケート用紙を配り、各自に記入してもらった。低年齢の子どもの場合、ファシリテーターが設問を読み上げたり設問の意味を説明したりして補助した。これが回答に影響を与えた可能性は考えられるが、その影響の有無や大きさは不明である。

最終の第6回のプログラム終了時には、毎回のアンケートに加えて、6回の活動全体に関するアンケートについても記入を求めた。

2. 毎回実施したアンケートの集計結果

まず、毎回の活動終了直前に実施したアンケートについて、初参加の回と最終参加の回の回答について集計した。初参加時のアンケートに記入がなかった子ども1名と、初回のみ参加した父親1名の回答を除き、子ども13名と大人10名の回答を集計した。なお、初参加の回とは、第2回から参加開始した参加者の場合は第2回、第3回から参加した参加者は第3回での回答を用いた。一方、第6回を欠席した参加者の場合、第5回でのアンケートを最終参加の回のデータとして使用した。

子どもからの回答を集計した結果を表1から表5に示した。

表1 子ども向けの設問1（きょうでかけるのがめんどろだった）への回答

	ぜんぜんそんなことない	すこし	かなり	とても	合 計
初 参 加	8	5	0	0	13
最終参加	9	2	1	1	13

表2 子ども向けの設問2（てとてとてにきてほしかった）への回答

	ぜんぜんそんなことない	すこし	かなり	とても	合 計
初 参 加	1	4	1	7	13
最終参加	2	5	1	5	13

表3 子ども向けの設問3（てとてとてにきてたのしかった）への回答

	ぜんぜんそんなことない	すこし	かなり	とても	合 計
初 参 加	0	0	3	10	13
最終参加	0	3	2	8	13

表4 子ども向けの設問4（またてとてとてにきたいとおもう）への回答

	ぜんぜんそんなことない	すこし	かなり	とても	合 計
初 参 加	0	1	1	11	13
最終参加	1	2	1	9	13

表5 子ども向けの設問5（おわって、からだがだるい）への回答

	ぜんぜんそんなことない	すこし	かなり	とても	合 計
初 参 加	10	2	1	0	13
最終参加	6	4	1	0	11

大人からの回答を集計した結果を表6から表10に示した。

表6 大人向けの設問2（今日、でかけることがおっくうだった）への回答

	全 く	すこし	かなり	とても	合 計
初 参 加	4	4	2	0	10
最終参加	7	3	0	0	10

表7 大人向けの設問3（今日、でかけることが楽しかった）への回答

	全 く	すこし	かなり	とても	合 計
初 参 加	0	5	4	1	10
最終参加	0	1	6	3	10

表8 大人向けの設問4（今日のグループは居ごちが良かった）への回答

	全 く	すこし	かなり	とても	合 計
初 参 加	0	3	4	3	10
最終参加	0	1	3	6	10

表9 大人向けの設問5（今日のグループは私には辛いものだった）への回答

	全 く	すこし	かなり	とても	合 計
初 参 加	7	1	1	0	9
最終参加	8	1	0	1	10

表10 大人向けの設問6（また参加したいと思う）への回答

	全 く	すこし	かなり	とても	合 計
初 参 加	0	0	7	3	10
最終参加	0	0	4	6	10

子どもの回答では、初参加時に比べ最終参加時において「ほっとした」「楽しかった」「またきたい」との設問で肯定的な回答が少なくなっている。大人の回答では、楽しさや居心地の良さなどグループへの肯定的な回答が増える傾向にある。

3. 全体の振り返りアンケートの集計結果

第6回の活動に参加した子ども13名と大人9名からアンケートが提出された。

子どもの回答については、参加して「良かった」との回答は12名、「しなければよかった」との回答は0名、「ふつう」と手書きで独自の選択肢を作った回答者が1名だった。

「死んだ大切なひとのことを話せたか」という設問に対し、「話せた」という回答が6名、「話したかったけど話せなかった」が2名、「話したくなかったのに話した」が0名、「話さなかった」が4名である。

「話せたことはよかったこと？」かとの設問に対し、「よかった」が9名、「いやだった」が2名、「もっと話したかった」が1名である。

「大人の人はきみの気持ちをわかってしてくれた（うけとめてくれた）？」かとの設問に対し、「はい」が11名、無回答が1名だった。

「もし、大切な人を亡くした子供達に出会ったら「てとてとてに行こうよ」とさそうおうかなと思う？」かとの設問に対し、「さそう」が10名、「さそわない」が3名である。

大人向けのアンケートでは、まず「参加して、どのように感じていますか」との設問への回答は、左端に「よくなかった（0）」、右端に「よかった（10）」と書かれている10センチの直線上の適切な位置にしるしを付ける方法（Visual analog scale法）で回答を求めた。9名とも10ポイントの「よかった」であった。

「ファシリテーターやグループのメンバーはあなたの気持ちを受け止めてくれたと感じますか」との設問には「ぜんぜん（0）」から「とても（10）」の直線上に回答するが、「とても（10ポイント）」にしるしを付けた回答が5名、7.5～8.5ポイントの回答が4名である。

グリーフサポートグループが子供に必要なと感じるかとの設問に「とても（10ポイント）」の回答が8名、8ポイントの回答が1名。大人への必要性への回答は9名ともが「とても（10ポイント）」であった。

最後に「てとてとてに参加する以前の御自分の人生に対する満足度」について左端の「ぜんぜん満足でない（0）」から右端の「とても満足（10）」までの間に対しては、平均6.4ポイントであった。「今、あなたが感じる御自分の人生の満足度」への回答で、参加前と同じ回答が4名、わずかながら右寄り（満足

度の高い方向)の回答が3名、左寄りの回答が2名である。しかし、平均すると6.4ポイントで、参加前の満足度に関する回答の平均と差がない。

てとてとの実施回数は何回くらいがよいか、何曜日がよいか、間隔はどの程度がよいかとの設問は、子どもにも大人にも同じ質問をしているので、その集計結果を表11から表13にまとめた。

表11 活動回数に関する設問への回答

	子ども	大人
1～2回	0	0
3～4	1	0
5～6	1	2
6～8	3	1
8以上	8	6
	13	9

表12 活動曜日に関する設問への回答

	子ども	大人
月～金	2	0
土曜日	2	2
日曜日	8	7
	12	9

表13 活動間隔に関する設問への回答

	子ども	大人
1週間に一度	7	0
2週間に一度	6	6
1カ月に一度	0	3
	13	9

4. 自由記述欄への回答

複数の親が、子どもがサポートグループ以外の場面でもグループで教えられたグループの規則に従うという姿勢がみられたと指摘している。このことは結果として、子どもが行動する際の安全のレベルを高めるということになった。例えば、ある親は子どもがほかの子どもをたたかなくなったと報告している。別の親は、子どもが別の子どもの攻撃的な態度を目にしたときに、その子に「サポートグループにでるといいよ」と勧めていたと報告している。グリーフ・サポートグループの外においても、子どもがグループの規則に従うようになるという傾向は、筆頭執筆者も米国において経験したことはなく、また、そのような文献等の報告を目にしたこともない。このことは文化の違いに根ざしていることかもしれないが、さらに研究する価値のあるテーマであろう。

2, 3名の親の報告によると、子どもたちは以前よりも落ち着いてきている。1人の親は「子どもたちは以前はいろいろとつらそうな状況にあったが、今はとても明るくなっている」と報告している。何人かの親は、子どもも親も感情的になる度合いが減少し、安心感を感じられる度合いが増加していると報告している。ある親は、死別体験以後初めて、親と子が別行動することを、子どもから進んで行うようになったとしている。

5. ファシリテーターたちの報告のまとめ

毎回のセッションの後、ファシリテーターは、グループの時間中にどんな感情を経験したか、研修で学んだスキル（技能）をどの程度使ったのか、グループをファシリテートするというプロセスをどのように理解しているのか、等について所定のフィードバック用の用紙で報告した。さらに、各セッションの終了後セッション中に起こったできごとや気持ち等について報告するディブリーフィングの時間も十分にとられた。

ファシリテーターたちから出されたフィードバックによると、スタッフはおおむね快適に楽しみながらグループと関わっていた。スタッフは、グリーフ・サポートグループのセッションの中で、混乱や怒りや悲しみ等の感情を経験する

ことはほとんどなかった。

スタッフの報告によると、サポートグループのセッションの中で、もっとも用いられたスキルは「リフレクション（reflection 反映：ファシリテーターは子どもの言葉や行動を反映する）」のスキルで、2番目に用いられたスキルは「気づき（awareness）」であった。異なる子どもたちのグリーフや死別体験の類似点を明らかにするスキルの方が、それらの相違点を明らかにするスキルよりも多く用いられた。学んだスキルの中でもっとも用いられる度合いが少なかったのが、規則を守らせるためのスキルであった。これは、子どもたちが首尾一貫して規則に守っていたということからして当然のことと思われる。規則を守れることを意識的に強調する必要性ができたのは、主に「台風の部屋」で子どもたちが遊ぶときであった。これは、「台風の部屋」が子どもが体の筋肉を使って大きなエネルギーを発散できるようにと意図されて設けられていたことから十分に理解できることである。子どもが大きなエネルギーを発散しているときは、衝動を制御しにくくなるということは普通に見られることである。したがって、そのような場合には通常以上に規則を思い出させる必要がある。

スタッフは、グループのプロセスについて全体として理解していた。また、フィードバックの内容から、スタッフがグリーフのただ中にいる子どもたちを理解し、サポートグループのプロセスについても理解していたことを示している。スタッフはチームの一員としての働きも理解していた。ただ、グループでの関わりがスタッフたち自身のグリーフや自分の感じ方にどう影響を及ぼすかということについては、比較的理解度は少なかったようである。

スタッフのコメントからは、自分の死別体験や喪失体験を自然にまた無理をせずに語ることができるという子どもたちの能力について、スタッフが適切な洞察力を持っていることがうかがわれる。

さらに、セッションの回数が重ねられるにつれ、スタッフは、子どもの言葉に耳を傾けること、子どもに選択権を与えること、遊び（play）を通してグリーフを表現すること等の重要性について認識を増していった。数人のスタッフが、ある一人の年少の男の子が自分の亡くなった父親の思い出を分かち合いながら

父親の写真に愛情をこめて微笑みかけていた姿に、深く心を打たれたと報告している。スタッフ全員が、これからも日本における子どもたちや家族に対してグリーフサポートを続けていきたいという強い意志を表明している。

IV 考 察

本研究の結果から、グリーフサポートは日本の死別や喪失体験をしている子どもたちや家族にとって必要であるし望まれているということがいえそうである。しかしながら、本研究から示唆されることには、日本社会全体の「死」に対する一般的な考え方とは異なる点等も含まれているので、その点について考察を行いたい。また、今後、グリーフをサポートするプログラムを提供していくにあたって課題についても考察を行いたい。

1. アンケート調査結果について

全体の振り返りアンケートの結果を見ると、参加した子どもも大人も、グリーフ・サポートグループについてかなり肯定的な評価をしていることが窺える。ただし、個別の質問への回答では、大人は全員が、サポートグループに参加して「良かった」とし、また、「大人にとって必要」としているのに対して、子どもは12名は「良かった」と回答したものの、1人は参加して「ふつう」だったと回答している。また、同じような体験をした子どもがいたら10名は「さそう」と回答したが、「さそわない」と答えた子どもが3名いた。

初参加と最終参加のときのアンケート結果を比較すると、大人は初参加時に比べて、最終参加に向けて「おっくうだった」が減り、「楽しみだった」や「居心地が良かった」が増えるなど、肯定的に変化する傾向が窺える。一方、子どもは、「めんどろだった」や「だるい」などが増え、逆に、「たのしかった」「ほっとした」「きたいとおもう」などが減り、評価が否定的に変化していった傾向が窺える。

このような子どもたちの評価の変化について、子どもの年齢や死別体験の差

違、そして参加の形態などが影響を及ぼした可能性が考えられるので以下にそれらの点について考察したい。

まず、参加した子どもの年齢に幅があったことを指摘したい。はじまりの輪や終わりの輪で活発に発言していたのは年令の低い子ども達である。年令の低い子ども達は、輪の中で発言したことがにぎやかさの中でもファシリテーターによって受け止められることで満足できた可能性が高いが、年令の高い子ども達にとっては自分達の貴重な思いを語るに相応しい雰囲気とは感じにくかったかもしれない。むしろファシリテーターとの個別の関わりの中でぼつりぼつりと語る方が受け止めてもらえる実感があっただろう。年令が上の男の子達は、語ることよりも、外での運動などを通して友だちを作り楽しい時間を過ごそうとしていたようにも見受けられる。

次に死別体験にも幅があった。母親との死別を体験した子どもは兄弟一組だけだったが、そのことが参加のしやすさに影響したかは不明である。父親は「他の父親の参加が無く残念」と記述している。子どもにとって予期しやすいと思われる「病死」を経験した参加者が約半数だったのに対して、自殺などの「突然死」で親を亡くした子どももいた。また、死別の時期にも幅があった。これらの差違により、グループの中で話にくさを感じた者もいたかもしれない。また、死別体験を思い出すだけでもグループの楽しさや安心感よりも心身の疲労感を感じた子どもがいたとしても不思議はない。

もうひとつ、遠方からの参加者が多かったことも指摘したい。日曜日の午後2時間のプログラムのために朝から2時間以上かけて出掛けてくると一日がかりの負担となる。それが「でかけるのがめんどろ」という回答に多少影響していることが考えられる。また、学校行事等が多い忙しい時期（秋）と重なって負担感を増した可能性もある。クラブ活動を休んだり途中で抜け出したりするなどの事情が参加中の気持ちに影響した面もあるように見受けられた。

本研究で調査研究の対象となった参加者数には限りがあった。そのため、アンケートの集計結果は統計的な解析にはなじまないものであった。今回のアンケートの単純集計結果をもって、日本のグリーフ・サポートグループの効果や

参加者の評価の傾向を判断するには限界がある。また、本研究の結果をそのまま日本の子どもたち及びその家族すべてにあてはまるものと一般化して考えることもできない。

しかしながら、これらの結果は、今後、日本においてグリーフ・サポートグループを提供していく上で、いくつかの重要な点を示唆しているものと思われる。全体としては、死別体験をした者にとって、グリーフ・サポートグループは必要とされているということがあげられる。子どもも大人もこのようなプログラムを必要としており、また、似たような体験をした者に同様のプログラムが提供されることを望んでいるということである。

一方、子どものプログラムをより適切なものにしていくために、次のような点を考慮していくことが課題としてあげられる。まず、子どもの年齢層を考慮したグループ構成を考える必要があるということである。幼稚園及び小学校低学年の子どもたちと、小学校高学年の子どもたちとでは、グリーフを表現するのにふさわしいグループの雰囲気、プログラム内容、遊びの仕方に差があることが考えられる。また、死別体験の差違によって、グループの構成を分けていくことが今後の考慮すべき課題としてあげられよう。そして、参加者の負担ができるだけ少なくてすむように、身近な場所で、グリーフ・サポートグループが提供されることが望まれよう。

2. グリーフ・サポートグループの意義

一般的に、日本では「死」を話題に持ち出すことは他人に不快感を与え重荷を負わせることになってしまうと考えられている。大人たちも、「死」について話題にしないことが、子どもたちを守ることになると考えられる傾向がある。そのようなことから、死別体験をテーマとするグリーフ・サポートグループは、暗い、あるいは辛い場なのではないかと推測されがちである。また、「死」や「喪失体験」をテーマにするようなプログラムは人々に良い影響を及ぼさないので提供しないほうが良いという考え方もある。米国においても、人々は自分たちや他の人々を守るために、「死」や「グリーフ」について語ることを避ける傾向

にあるという、類似した課題が存在する。しかし、このような概念も変化しつつあり、グリーフを経験中の子どもたちや家族から「死」や「グリーフ」について語ることはためになっているという報告がなされている。

本研究のグリーフ・サポートグループの実践では、ほとんどの子ども、大人、またスタッフが、「死」というテーマがおおっぴらに話題となり話し合えるグリーフ・サポートプログラムの経験を「楽しんだ」と報告している。ほとんどの子どもは、とても楽しかったし自分は安全な環境にいたと感じたと報告している。また、大人たちは、悲しみ、心配、フラストレーションの感情を表現でき、それらの感情を分かち合い、お互いに耳を傾けられたのはとても良かったと報告している。

ただし、前述した年長の子どもが、プログラムが進むにつれ徐々に無口になっていったということが観察されたように、高年齢層の子どもに対して、このようなプログラムが及ぼす影響についてのさらなる研究や年齢層を考慮したグループ構成の試みが今後の課題である。

全体的には、ほとんどの参加者にとって、グリーフ・サポートプログラムへの参加は楽しい体験であったといえそうである。そして、死別等の喪失体験からくるグリーフに向き合うということが、このプログラムに関わったものにとってポジティブな(積極的な意味を持つ)、意味のある経験であったといえそうである。このようなことから、日本においても、「死」や「グリーフ」をテーマにするようなプログラムは人々に害を及ぼしうるから行わないほうが良いという考え方は、グリーフのただ中におかれている子どもたちや多くの家族のニーズの現状を正確に反映していないといえよう。グリーフ・サポート・プログラムは日本の死別や喪失体験をしている子どもたちや家族にとっても意義のあるものであり、必要とされているといえよう。

3. 「死」についてのコミュニケーションの改善

本研究において観察されたことに、参加者の「死」についてのコミュニケーションの改善があげられる。

一般的に、日本の家族は、「死」について話し合うことを控える傾向にある。日本では、お盆のように死者を弔い敬意を表するという風習があるが、その風習が「死者」について家族内で話し合うことを奨励するわけではない。お盆等の儀礼も、「死」・「死者」について語ることよりも、沈黙の中で行われていく傾向が強い。このグリーフ・サポートプログラムに参加した家族も、その8割が葬儀以来、「死」について子どもと話をしたことがなかったと認めている。

「死」についてコミュニケーションやグリーフが十分に行われない中では、家族内のメンバーがお互いに孤立感を深め、家族が地域の中で孤立していくという危険性がある。孤立感が進むと、精神的にも身体的にも不健康なグリーフ過程になる危険性が高まる。不健康なグリーフは、うつ症状の顕在化、社会的機能の低下、生産性の低下等をもたらす可能性がある。

プログラムに参加した子どもたちの多くは、亡くなった人たちのことについて話すことができたし、思い出を分かち合うことができた。そしてなによりも、死別体験をしているのが自分一人ではないのだということを発見した。ある5歳の子どものは、一歳の時に父親と死別したが、1回目のグループの集まりに参加した後で、「僕みたいに、お父さんが死んでしまった子も他にいたんだ。」という実感を口にしている。

親たちの報告によると、子どもたちはこのプログラムに参加して以来、自分から亡くなった人について尋ねてきたり話したりするようになった。親たちも、子どもたちにどのように対応すればよいか学んだので、「死」について話したいという子どもたちのニーズに、以前よりも安心して応えていけると感じている。また、親たち自身、似たような経験をしている他の人々と出会い、グリーフのただ中で苦闘している経験を分かち合い、また子どもたちのグリーフについてもいろいろと知識を持つようになって、以前よりも大きな安心感をもつようになったと報告している。多くの参加者が「死別」に伴う困難な状況を分かち合うことができる他の参加者がいることが助けになったと認めている。

スタッフも、グリーフのただ中にある子どもたちやその家族をサポートするためのコミュニケーション技能（スキル）を身につけていった。スタッフ自身

も、このプログラムを通して、自分自身のグリーフを深いレベルで受容することができるようになり、子どもたちや家族とそれを心地よく分かち合えるようになっていった。スタッフが自分の死別体験を心地よく分かち合うということでは、「死」やグリーフに対する健全な姿勢のモデルが示されていった。

このように、本研究におけるグリーフ・サポートグループへの参加を通して、参加した子ども、家族そしてスタッフの「死」についてのコミュニケーションが改善された。そして、このグリーフ・サポートグループは、「死」について語ることが受容されるのみならず、話すことが望まれる安全な「コミュニティ」として機能していたといえる。

4. 不安感の軽減

グリーフ・サポートグループへの参加を通して、何人かの子どもについては、不安感が軽減したことが観察された。

親との死別体験をしてグリーフ中の子どもの精神的な問題や行動面での問題は、たいてい不安感と関連があると考えられる。子どもの不安感が高じると、恐怖症、強迫神経症、べったり離れようとしない、学業面での低迷、摂食・睡眠障害などの精神的な問題に発展し得る。また、消化器系の問題、心臓の動悸、過度の発汗、病気に対する抵抗力の低下など、身体的健康面での問題にも発展しうる。さらに、行動面での問題として、いじめ、喧嘩、アルコールや薬物の摂取、異常な性行為、不登校、権威に対する反抗等が考えられる。

本研究に参加した子どもの中にも、当初、行動を通して不安感を強く表している者が観察された。しかし、プログラムに参加するにつれて、子どもたちは攻撃的要素が低まり、注意力が増していった。子どもたちの中には、グループの中で学んだことを有効に用いて、日常生活や人間関係で、彼らなりにうまくやりくりをすることができるようになったと思えるものが少なからずいた。例えば、グループでの安全のための「人を叩かない」、「人を蹴らない」、「人が嫌がることを言わない」などのルールを、子どもがグループ外でも守るということが観察された。また、子どもたちが親から離れて、家の外でもさまざまな遊

びや行事に一人で積極的に参加できるようになっていったのも、子どもたちの不安感の軽減が良い意味で影響したと考えられる。

このように、日本においても、米国と同様にグリーフ・サポート・プログラムは、身近な人との死別体験によって引き起こされる不安感から発展しがちな、精神的・身体的・行動上の諸問題を予防し、あるいはそれらの問題の程度を減少させる効果があるといえそうである。

5. 研究結果の一般化について

本研究における結果を一般化するには、さまざまな限界がある。まず、評価測定のためのアンケートは、参加者及びスタッフが毎回のセッション終了後に行う自記式のものであったため、客観性の保障がなされないという限界がある。また、アンケートの質問項目や選択肢は、この研究にあわせて開発したため、評価尺度としての信頼性や妥当性の検証はされていないという限界もある。さらに、本研究におけるグリーフ・サポートグループは、研究の対象としては小規模なグループであった。前述したように、ケース数が少ないことから、統計的な解析にはなじまないものであった。したがって、この調査結果は、本研究のプログラムに参加した子どもたちや親、そして関わったスタッフについてはいえるが、それを日本の子どもや親すべてにあてはまる一般論として結論づけることには限界がある。

しかし、グループの働きの中からでてきた結果のほとんどは、米国オレゴン州ポートランド市にあるダギーセンター（The National Center for Grieving Children and Families）のサポートグループに参加する子どもたちやその家族に見られる結果と類似している。今後、日本の子どもたちとその家族のためのグリーフ・サポートグループの効果について今まで以上に深い洞察を得るために、さらなる研究が必要とされるであろう。

6. 今後に向けて

本研究の成果としてもう一つ明記すべきことは、筆者らを中心に、今後も、グ

リーフのただ中にある日本の子どもたちやその家族に対して、連携しながら支援を続けていこうという姿勢が確認されたことである。今後、筆者らは「てとて」のつながりを発展させて、グリーフ体験中の日本の子どもやその家族のためのネットワークを発展させていこうとしている。そして、そのネットワークを最大限活かして、日本中のグリーフ体験中の子どもたちやその家族のためにプログラムを提供しようとする者たちに対して、情報提供などを行い、同様のサポートグループが各地で提供されることを支援していきたいと考えている。

- * 本稿は、ルーテル学院大学が、1999年度に日本学術振興会の助成を得て、筆頭執筆者（シンシア・ホワイト）を招聘研究者として迎えた際に、「子どものためのグリーフワーク研究会」を組織して行った研究、及び、「てとてとて」という名称で行ったグリーフ・サポートグループ実践の研究結果の報告である。
- ** 本稿は筆頭執筆者が日本学術振興会へ提出した英文のレポートを中村克孝が翻訳したものをベースとしている。なお、今回の論文提出に際し、執筆者全員の意見、論文形態の変更、論文提出時期の変更等に合わせ、若干の修正・追加を行った。その際に不適切な点が生じているとしたら、最終稿をまとめた福島喜代子の責任である。

*** 執筆者の所属と構成

<研究会メンバー・兼・てとてとて実践スタッフ>

シンシア・ホワイト（ハワイ在住、個人開業）、有賀悦子（東京女子医科大学病院）、伊藤正裕（ハワイ大学大学院社会福祉学部）、伊藤正規（流山高等学園）、今井ゆき（元児童養護施設職員）、小田愛満（バット博士ホーム）、幸島静枝（シャボン玉の会）、左近リベカ（サリー・ローハンブトン大学大学院）、西田昌子（昭和大学藤が丘リハビリテーション病院）、西田正弘（あしなが育英会）、水野しづえ（埼玉県児玉福祉保健センター・家庭児童相談室）、加藤純・中村克孝・福島喜代子（ルーテル学院大学）

<研究会メンバー>

石井千賀子（ルーテル学院大学附属・人間成長とカウンセリング研究所）、池田文子・近藤博子・樋口明子（（財）がんの子供を守る会）、杉本脩子（生と死を考える会）、柳沢徹（柳沢博愛医院）、福山和女（ルーテル学院大学）

参考文献・引用文献

- Bowlby, J. (1961). Process of mourning. *International Journal of Psycho-Analysis*, 42, 317-340.
- Engel, G. (1964). Grief and grieving. *American Journal of Nursing*, 64, 93-98.
- Fox, S. S. (1985). *Good Grief: Helping Groups of Children When a Friend Dies*. Boston, MA: New England Association for the Education of Young Children.
- Klass, D., Silverman, P., & Nickman, S. (1996). *Continuing Bonds: A New Understanding of Grief*. Philadelphia, PA: Taylor & Francis.
- Kubler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying*. New York, NY: Macmillan.
- Parkes, C.M. (1972). *Bereavement: Studies of Grief in Adult Life*. New York: International Universities Press.
- Rando, T.A. (1984). *Grief, Dying, and Death: Clinical Interventions for Caregivers*. Champaign, IL: Research Press Company.
- The Dougy Center, The National Center for Grieving Children and Families. Available: <http://www.dougy.org>.
- Westberg, G. (1962). *Good Grief*. Philadelphia, PA: Fortress Press.
- Wolfelt, A.D. (1996). *Healing the Bereaved Child*. Ft. Collins, CO: Companion.
- Worden, J.W. (1982). *Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner* (1st ed.). New York: Springer.
- Worden, J.W. (1996). *Children and Grief: When a Parent Dies*. New York: Guilford Press.