

アレゴリー
 寓話の作成による遺族の死生観の明確化

現代遺族の抱く輪廻転生観

宮林幸江¹⁾

キーワード：遺族 死生観 寓話 グループ療法 輪廻転生観

要 旨

人間は多分に科学者のような論理～実証モードではなく、物語モードで生きているとするナラティブセラピーに注目し、言語化も文章化にもなかなか馴じまない死別経験者の人生観を木の葉、幹として、擬人化して語らせる形で生死観の確認を促し、その結果を確認することを本研究の目標とした。方法では、まず導入ストーリーを読み上げ、寓話allegoryの作成を依頼した。次いで書かれた記述の内容分析を行った。喪失の対象者は配偶者、子供、親の15人。死後経過平均1.6年 (SD1.4)。死因は自殺3人。事故死1人、病死10人、不明(死産)1人であった。回答者の平均年齢は48.5歳 (SD13.0) その結果、まず1.葉の思い(推測による故人の思い)として最多のコアカテゴリーは“残される者へ”と“絶望”で7割、幹の思い(遺族自身の思い)として最も多いのは、“悲しみ・孤独”と“思慕”でそれぞれが8割を越え、3.物語の展開(今後)は“再会”が6割強近く、記述では「また一つの木になろう」、「人は生まれ死んで行く」、「土に戻る」、「ずっと一緒」など輪廻転生の考えを据え心の安定を図っていた。全体に逝った人々への心情を思いやり、自らの人生観をためらいなしに綴り、9割以上の参加者が、死生観をまとめあげることに成功していた。

Making Clear Effects on the Life-view and Death-view
 Through Writing Allegory by the Bereaved

—Modern Japanese Reincarnation—

Sachie Miyabayashi¹⁾

Key words : The Bereaved, life -view & death- view, Allegory, Group therapy, Reincarnation

Abstract :

The purpose of this study was to make sure or find out the death and life view of the bereaved through writing allegory by the bereaved. Description was analyzed by contents analysis.

Data was collected from 15 people. Bereaved by illness 10, suicide 3, accident 1, stillbirth 1. Participants wrote a story about “a falling leaf (dead person) and the tree trunk (bereaved person)”. Results : Leaves left messages for the bereaved and complained of despair (70%). Tree trunks felt sadness/loneliness and nostalgia (80%). The story ending with reincarnation (64%).

1) 宮城大学 (Miyagi University)

I. 緒言

人が「生きること」や「死んでいくこと」のテーマに真摯に向き合おうとする機会は、人生において何度あるのであろう。ほとんどの人が、死別を経験した後に、降って湧いてきたようにこの問題に直面する。そして同時に多くの遺族は、まるで複雑に絡みあう感情に翻弄されているようにも感じるのである。

複雑な感情とは、日本人に特徴的なのであるが、まず故人への思慕想起を中心とした感情に支配される¹⁾。同時にそれまで関わってきた周囲の人々に対し、自分だけが変化したと意識し過ぎ疎外感に陥る為なのであるが、之までの人的環境も失われたと感じてしまう違和感（あくまでも感覚）を抱く¹⁾。そして居るべき人がいないための寂寥、孤独感、そして不安や何かできなかったのかという思いから罪責感を感じる。大事な人無しでの生活は何をしても無意味で、救われなれないと思いき無力感に陥る。なんとも多様な心の"ゆらぎ"である。感情のトラップに囚われているうちに、いつのまにか反応性のうつ的な反応も起こりがちである¹⁾。しかし、一方では愛する人なしの今後の生活を「何とかしなければならぬ」「頑張っただけの苦境を乗り越えよう」とも考え行動する努力をしている^{1,2)}。

この時期は心理のみならず、社会的な側面でも生活条件が変化していく。個人個人の生きてきたライフストーリーは大きな断絶期に入り、日々、過去と比較しながらも、脱却することを突きつけられながら進んでいく。死別反応が起きているこのような時期とは、いわゆるParkes³⁾がのべた“心理社会的推移”の状態にあり、小此木⁴⁾のいう“悲哀の作業”の時期にあたりと言え。死別経験者の悲嘆の回復において、悲嘆の作業（喪の作業、または喪の仕事ともいう）は、誰にでも要求される必要かつ重要な時期であろう。七転八倒しながらも、各自が自分なりの「生」や「死」についての解答を引き出して行く。

最近では、悲嘆の作業の一つなのであろうか。死別を機に故人に関する追悼書などをまとめる事例を多く見かけるようになってきた⁵⁻⁷⁾。遺族

の喪失後の対処法として、Neimeyer⁸⁾、やまだ⁹⁾らは、人間は恐らく、科学者のような論理—実証モードではなく、物語モードで生きているとして、物語論による解釈思考も死別悲嘆からの解放に試みるべきと述べている。いわゆるナラティブセラピー論である。人が自らの人生を振り返りつつ、明日について語ろうとする時に、より重要な一つの方法なのである。

Neimeyer⁸⁾の言及した物語の表現法とその治療効果に注目し、故人亡き後も生き抜かねばならない遺族の心の整理法について考えてみる必要がある。例えば自然の移ろい、特に樹木の季節による変遷を人生になぞらえ寓話を作成することは、四季を知る日本人にとってはごくなじみやすい意思表示様式一つであり、春夏秋冬の季節感に敏感な日本人には親和感を抱きやすいものである。1900代の初頭、O ヘンリーは“最後の一葉”で年老いた飲んだくれの画家と肺炎で死に瀕している若い女性との心温まる交流を、鳶の枯れて落ち行く葉の一枚に託し、輪廻転生感をも感じさせる短編に仕立て上げた。また“葉っぱのフレディー”¹⁰⁾は生と死の問題をとりあげ、葉一枚一枚のそれぞれの立場を取り上げ、擬人化して語らせることによって忘れ果てていた死生観への再認識を読者に蘇えらせている。だが対話を好まず、創作活動の経験のない普通人にとって死別とそれにまつわる意味づけを含めた文章を構成するのは行いやすい作業ではないかとも考えられる。遺族に何らかの思いがあれば、真実を引き出せる有効な手段である。

そこで本研究では、人が生きること・死んでいった者の想いと自らの今後の人生について考えをまとめる死生観の整理をし、そして故人無しの人生を今後どのように歩いて行くのかをグループによるワーク作業を通じてまとめることを目的にした。

1. 比喩的な表現法の効果を取り入れ、寓話・寓意物語allegory（以下寓話とする）を作成することで、言語化も文章化をもなかなか難しい想いなどを、擬人化して語る形で表出していく。この語りを通じて死生観の確認をまず試みる。

2. 試みによりはたして各自の死生観をまとめるきっかけとなったのかどうか、遺族の思いについての分析を通して確認していく。
3. 物語の展開を記述していただき、死別後の思考の変遷を確認していく。

なお寓話作成においては、グループダイナミックスの効果も期待した。最後に悲嘆のケアの一環としての寓話作成であるが、その意味合いと医療との関わりにも触れたい。

II. 方法

遺族ケアとして「死別による悲嘆の回復を助けるための会（筆者主催の悲嘆回復ワークショップ）」を開催し、プログラム¹¹⁾の中に、寓話作成により死生観を再確認する作業を入れた。参加者条件は、愛する人を失い悲嘆に苦しむかたに設定した。

1. 準備について

ワークシート：寓話作成のシートであるワークシート（図1）を準備した。1. 故人（死に逝く者が思い・考えていただろうこと）を「葉」の思いとして、2. 遺された遺族の思いを「幹」の思いとして尋ね、さらには3. 物語の展開…今後この物語はどのようなストーリーとなるのでしょうかと問い、故人無しの生活・今後の人生を「物語の展開」としてどのように捉え・考えようとしているのか、また死別後の思考の変遷を確認していくための用紙である¹¹⁾。

2. 手順について

まず導入ストーリーを読み上げ、次に「幹から離れる葉はどのような気持ちだったでしょう」離れていく葉を見送る幹の気持ちはどうでしょう。この樹々物語を完成させてください」とし、寓話の作成を依頼する（図1）

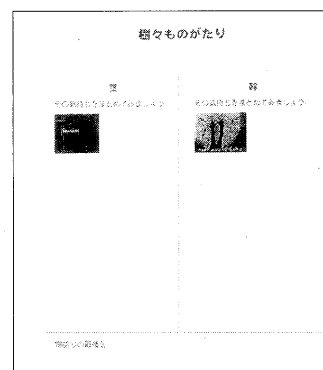


図1 ワークシート

倫理的配慮

記述は、決して強いるものではないこと。想の物語に託して自らの思い・考えを作成するのであり、必ずしも事の顛末^{てんまつ}に即した記述をする必要はないことを伝えた。またファシリテーターが作成した記述例を紹介しつつ、フォーム・長さなどは全く自由であることを伝えた。悲嘆のショック期にあたる死別経験直後や、まだ日の浅い対象者には書けないことは往々にしてありがちと伝え、対象者に過度の緊張感を与えないよう配慮した。そして記述後は、承諾が得られた場合にのみ回収し、記録から記述者の特定ができないように配慮した。

分析方法

記述された「葉」「幹」のそれぞれの物語は、ナラティブセラピーであることから、シーケンス分析sequential analysis に基づく内容分析¹²⁾にて分析を行う。記述集はさらにカテゴリーに分類し、さらにその上位の分類をコアカテゴリーとして整理する。

III. 結果

調査期間は、2004年6月から2006年7月までであった。実際は16人が参加し、この中で配偶者を喪失した1人の女性は、死別直後（0.3年）であり、ショックの時期とも重なり未記入の状態であったため回答者15人を対象とした。記述の複写許可は全員から得られた（複写回収率100%）。

その内訳の喪失の対象者となった回答者は、

表1 回答者内訳

NO ^{※1}	※2	故人の詳細			回答者の属性		
		死 因	喪失の対象者	性別	死後経過 (年)	回答遺族 (歳)	性別
1	夫の喪失	病死(急死)	配偶者	男	1.25	38	女
2	夫の喪失	病死(肝炎)	配偶者	男	2.20	43	女
3	夫の喪失	病死(がん)	配偶者	男	0.25	73	女
4	夫の喪失	事故死(交通事故)	配偶者	男	1.25	34	女
5	息子の喪失	病死(がん)	子	男	3.00	37	女
6	息子の喪失	病死(がん)	子	男	5.00	54	女
7	子の喪失	死産	子		0.75	28	女
8	実父の喪失	病死(脳梗塞)	実父	男		60	女
9	実母の喪失	病死	実母	女	1.80	57	女
10	実母の喪失	病死	実母	女		59	女
11	実母の喪失	病死(精神病)	実母	女	1.30	58	女
12	実母の喪失	病死(脳梗塞)	実母	女		50代	女
13	妻の喪失	自殺(うつ病)	配偶者	女	1.60	34	男
14	息子の喪失	自殺(統合失調症)	子	男	0.42	54	女
15	息子の喪失	自殺(いじめ)	子	男	0.10	52	女
					平均 1.58 (SD1.36)	平均48.46歳 (SD12.98)	

※1: 本表で使用しているNOは、本論文中のいずれの表にも共通である。
 ※2: 本表は、①死因②喪失の対象者を意識した順序でNO付けを行い作表した。

配偶者を喪失した5人、子供の喪失5人そして親を亡くした5人であった。死別後の経過年数は、平均1.6年(±1.4)、記述の解答を寄せた回答者の平均年齢は48.5歳(±13.0)であった。男女比: 男1(7%)、女14(93%)。死因は多い順から、病死が10人(66%)、死産1人(7%)、事故死が1人(7%)、自殺3人(20%)であった。

信頼性と妥当性

信頼性: まず表面的な信頼性についてであるが、寓話という架空の物語の作成であるが、全員がワークショップを構成する他のプログラムと同様にここでも真摯に消化し、作成に取り組む姿からは目的を逸脱することはないと確認された(credibility)。次に結果の作表にあたり、特に妥当性を考慮し分析対象外となるような無駄やふざけた記録はなく、記述の全てが分析の対象となりえており(deviant case analysis) 信頼性を示した。

妥当性: 分類にあたっては、グリーフケアの実践を7年間にわたって実施してきた、ファシリテーター2人のスーパーバイズを受け、妥当性を確保した。

寓話の作成

作家ではない通常人は、そこはかたなく感ず

ることはあっても、所感をまとめて文章化するまでにはなかなか至らないものだが、それぞれの故人に対する思いという共通のテーマを有しているために、グループによる作業を進めていった。ライフスパンの異なる木の幹と葉を取り上げ、その運命に託して、それぞれのライフストーリーを記述することによってワークショップの回答者は、逝った人々の心情を思いやり、話し言葉では語りにくいそれぞれの人生観をためらいなしに綴ることができた。ここでは、人の意向を気にしたり、相手の反応を気にしたりする会話上の意思の表出に伴う制限はない。このため、椅子から立ちあがり場を移動して書く人、ひたすらシートに向かう人、またさらりと書き上げて他の人が終わるのを退屈するでもなく待つ人などの様子が見られた。記述の結果は表2に、カテゴリー分類の詳細表は資料に、そして分類結果の表を表3に示した。

葉の思い: 遺族が、死んでいった故人の立場で思いを巡らした記述である。葉の思いのコアカテゴリーは“残される者へ”、“絶望”、“生き様”の3コアに大方分かれた(表3)。最多は“残される者へ”と“絶望”の順となった。記述をみると、「自分の分も頑張れ。生きる。夢を託す」「ただ、ただ、静かにぐっすり

表2 参加者作成の寓話集

NO*	死因	喪失の対象者	葉	幹	物語の展開
1	病死	配偶者	僕はまだここにいたいけど、何故か分からないけど、落ちなきゃならなくなったみたいだ。君達と離れなきゃならないことはそりゃ辛い。でも、何故か、もう一杯生きた気もするんだ。先に行って、子の木から離れて君達がそばに来るのを僕は待っている。ゆっくりおいで。	どうして？そんなに急いで離れてしまうの？！君はまだ緑青々しているよ。そんなに急がないで。…この小さな、残った葉っぱ達は、私が大きく育てるからね。	ありがとうございます。あなた、また皆で会いましょう。また一つの木になりましょう。
2	病死	配偶者	自分の意思に反した人生だ。途中で落ちてしまわなければいけないなんて。もっともっと生きていたい。こんなに早く落ちていかなければならないなんて。ととても残念だ。もっともっと生きていたかった。まだまだやりたいことが沢山あるのに。どうして落ちなくては行けないのだろうか。短い人生だった。さようなら。	何故突然に落ちていったの。まだまだ青い葉なのに。さよならも言わずに突然散るなんて。せめてひとこと「さよなら」って挨拶をしたかった。突然一人残された私はどうしたらいいんだろう。まだまだ若い葉なのに落ちていかなきゃいけないなんて。早すぎるよ。残された私はどうしたらいいの。一人で生きていけないよ。	(無)
3	病死	配偶者	人生に悔いはないと手術の前日に言っていたけれど、もう少し頑張っていたかったでしょうね(2ヶ月間の食事、辛かったと思います)。私の事が心配でしょうがなかった事と思います。	お互いに空気のような二人だけの人生になってしまったけれど、忘れることがなくて残された私は辛い、淋しい、悲しい毎日を送っています。生きることは素晴らしいと思いつつ、虚しい。でも頑張らなければ。あと13年生きていきます。そうしたら、迎えに来てね。	人生、一人で生まれて一人で死んで行くのですね。理屈では解かっているけど、どうにもならず。
4	事故死	配偶者	もっと生きたい。やりたいことが一杯あった。何故こんなことに？自分のためにしょんぼりしてないで。何時でも見守っているから。三人とも、元気で仲良く過ごしてね。	何故こんなことに。何をしたら良いのだろう(葉っぱのため、自分以外の幹のために)。くやしい。葉っぱで、こんなに大切なものだったのが。	いつかどこかで、また再び出会えます。
5	病死	子	家族の葉っぱの中にいるのが一番好きなのに、独り旅立たなければいけないのはいやだな。病気は小学校4年生のときと同じように治ると思い続けた。お母さんも「治るよ、頑張れ」と言っていた。そして不満も言わず、何も言わずぐっと耐えて頑張った。…なのに、独り神様の所へ行かなければいけないなんてひどいなア。僕がやれなかったことは、A、C、の二人の妹・弟、君達が僕の分までやってほしい。	お父さんとお母さんは、あなたをつかみ止められなかったことが悲しい。とてもでも残念に思っています。あなたを育てる時、健康について、充分に気を配ることができてなかったのかな。あなたの温かい柔らかな心、気の弱さと勘違いし、「ガンバレガンバレ」といつも言っていた。ごめんささいね。	いつか、幹が折れて朽ちるまで。あなたが落ち、あなた自身が体を張って、私達が生きる栄養となってくれた。このことを無駄にせず、今までの幹とは違った、新しい、より強い幹にならなければならぬ。それが私達のこれからやっていかなければならないことだと思います。
6	病死	子	大自然の摂理。それはどうすることも出来ない。人間の力で止めることが出来ないことがわかりました。現在の排気ガスの中ではなく、美しい小島、きれいな空気の中で木々が育っていく…。	幹がしっかりしていると自由に生きられる。子どもには心配なく生きて欲しい。親のことはもう心配しないで。一人一人が大切な生き方を。葉の一枚一枚(一枚一枚)が、それぞれに大きな意味を持って生きていますね。	桜の花のように枯れた樹の中から美しい花が咲くように、また生まれ変わり美しい花が咲くでしょう。
7	死産	子	ホントはもっと一緒にいたかったのに。なんて散らなきゃいけないんだろう。	もっと気をつけていれば、まだ散らずに済んだのに…。同じ葉っぱは2度と生まれてこないのに。	生かされている幹は風にさらされて、散った葉の想い出を抱いて大事に思いながら新しい葉を迎え入れる…はず。
8	病死	実父	残す幹のことが心配で離れたくない。葉っぱとしてやりたいことも一杯ある。自分の分も頑張れ。生きる。夢を託す。幹の旅立ちが見えたかった。	もっと一緒に居たい。葉っぱに包まれて見守られていたい。ごめんね。いつも応援してくれてありがとうございます。もっと側にいたい思いやりをもてば良かった。冷たい言葉をかけたこともあり、ごめんささい。「ゆっくり休んでね」ありがとうございます。	幹はもっともっと大きく成長し続けて、やがて幹も枯れて葉っぱのいる土に帰る。幹と葉が栄養となって沢山の植物や生物の生命になって、あなたがい自然ができる。
9	病死	実母	後に残していく者のことを思うと、どうしても自分が先に散っては行けない。	まさか葉っぱが散るなんて思いもしなかった。	どうしても散りたくはないけれど、いつまでも一緒にいたいけれど、これが神様の掟なのなら、いつの日にかそのことを感じられる日がくるように待ってよう。
10	病死	実母	「やっとな散っていきなさい」と葉っぱがホッとしたように呟いた。もうちょっと前だったら、まだ少しは綺麗でマシだったけれど、今はもうカサカサと枯れて、散るのを惜しんでくれる人もいなくなった…。惨めだと思つたこともあったけれど、今はもうそれも、どうでもいい。ただ、ただ、静かに、くっつきと眠りたい。おやすみなさい。	葉っぱが散ってしまった。さようならも言わず散ってしまった。なんだかあつた。葉っぱはもうどこにも見えない。まだ話したいことがあつたのに…。葉っぱが散って、スースーと風が吹きぬけていく。心細くて、淋しくて、どうしていいかわからない。このまま枯れてしまっても構わない気がします。	幹はひとりで閉じこもっていて、春が来てもぼんやりしていて気づいていない様子だ。事実、本人はまだ気づいていません。たけど本当は、小枝の先に新芽が芽吹いている。早く気づくといいと思います。
11	病死	実母	もう、充分に生きた(いつ、パニック障害がでるか不安なので、どこにも外出できなかったけれど)男の幹にくっついていっていたけれど。	残された幹は淋しい。葉っぱを拾い上げてくっつけていた気持ちだ。でも、葉っぱの気持ちを汲んで諦めるしかないという気持ちだ。	幹は(英気を養って)落ちた葉っぱを養分にして体力をつけて、新しい芽を沢山つけました。やがて春が盛りには、多くの立派な葉っぱがついていることでしょう。
12	病死	実母	子どもが心配だ。ちゃんと立ち直ってくれるだろうか。せめて皆が自立(結婚・卒業)するまで生きていたかった。おばあちゃんをまた悲しませてしまうなあ。	信じたくない。絶対に、自分の母さんが死ぬ筈はない。どうして？何が起きているの？まだ話したいことが一杯あるのに。親孝行できなくてごめんね。	魂は生きつづけるはず。私達はずっと一緒だね。いつかまた会える日まで私達のことみていてね。
13	自殺	配偶者	葉は、てんびんの上で迷っていたこのまま舞い落ちた方が幹は楽になるのではないかと。それとも、このまま離れずにいたら、幹は私を守り続けてくれるのではないかと。葉の考えは決まった。舞い降りよう。このままいれば、幹の負担になってしまうから。	幹は心の中で思っていた。いつ散るとも知れない葉を何時までも、その時がくるまで守ってあげよう。いつか離れる時が来るかもしれないとわかってはいたとしても、その日まで、何も考えず…離れるまで、落ちてゆくまで。ずっと栄養と水を与えて行きたい。守ってあげていた葉は落ちた。その時、幹は自分が葉に雨、風から守られていたことに気づいた。	その日は突然訪れる。幹も葉もお互いを必要としていた。
14	自殺	子	精一杯、皆など楽しく過ごした(だから、さようならと散っていったことでしょう。26歳の葉は役目を終えて散っていった。何度も入院して、大変な中を生き抜いた。	次の葉達のために、まだ頑張っていこう(残された子供2人のために)。幹は無理をしないでいかなければならない(一ヶ月程、何もできない死んだ人のような状態だった)。(自己コントロールに努め)何かを楽しむ余裕も持ちながら。	来年は、どんな葉っぱが出てくるのかな？会えるのが楽しみ。春には葉が一杯出て、楽しく過ごし、各々の役目を果たし、次世代へとバトンタッチする。人も樹も同じでしょう。生きることは大変！だけど楽しいことも一杯あると思う。
15	自殺	子	みんなありがとう。みんなごめんね。先に行って。でも、僕精一杯頑張ったよ。いつだって行きかけた僕の世界。誰もが幸せでみんな笑顔。人を悲しませる言葉なんて存在しなくていつでもきれいな花が咲いている。いつだって行きかけた。僕の求める世界。	苦しいことがいつも重なったこの半年、君は全力で何でも立ちあがったよね。でも、どうとう力尽きてしまったね。幹は悲しくてたまらない。けど君はもっともっと辛かったんだよね。今すぐでも君に会いに行きたいけど君が一生懸命生きた証を残したいから頑張るよ。	(無)

※ 1. 本表のNO1は、①死因②喪失の対象者を意識し順序付けを行い表作している。2. 本表で使用しているNOは、表1にも共通である。

と眠りたい…」 「いつだって…誰もが幸せでみんな笑顔。人を悲しませる言葉なんて存在しない…求める世界」や「なぜ」「もっと生きたかった」「一人で神の元へはひどい」などが記され7割に達した。

幹の思い：まさに遺族である自分の気持ちの記述であり、3コアカテゴリーに分かれた。その中で“悲しみ・孤独”と“思慕”で、記述の8割強を占めた。

1. “悲しみ・孤独”では、死別に伴う孤独感や悲嘆を表出していた。記述は「残された私はどうしたらいいの」「葉っぱが散って、スースーと風が吹き抜けていく。…どうしていいかわからない」などが記された。さらに、このカテゴリーには「なぜ」という思いが、事故死だけではなく病死の場合にも記された。また「詫び」や「心残り」などの自責感が含まれた。また「分離不安」には、分離に因る取り残され不安が記され、不安が高じ「このまま枯れても構わない気も…」なども記されていた。

2. 次に多いコアカテゴリーの“思慕”であるが、このカテゴリーには「死までの生き様」や「思い返し」・「感謝の念」などに分類された。

3. 最後のコアカテゴリー“残された希望／夢”は、「残った葉っぱ、大きく育てるから／来年はどんな葉っぱがでてくるかな?…」 「13年後に迎えにきて」などと記されたが、幹の

思いのわずか1割強と少なかった。

物語の展開：物語のなりゆきであるが、コアカテゴリーの“再会”が6割強近く記述され、具体的には、「また一つの木になろう」、「人は生まれ死んで行く」、「土に返る」、「ずっと一緒」など輪廻転生の考えを据え心の安定を図っていた。この他に“受容”の中で「見守っていてほしい」ことなどや“互惠的な社会”への希望が記された。15人中13人(87%)が物語がどのように展開するかを書き上げた。

IV. 考察

グリーフケアの基本と寓話との関連について考えてみる。グリーフケアの基本は、喪失体験者の気持ちの述懐を誠心誠意、聴き届け、傍らに寄り添い、共感的に心の奥深くにしまい込んだ思いのたけを解放ができる場、機会を提供することである。悲嘆にくれる人々の心の扉は、容易には開かれない。そのように屈折し心の壁に深く刻み込まれた思いを率直に表出できる優れた方法の一つとして、比喩的な表現法を採用してみた。喪失感、他の何にも似ていない複合的な感情であり、標準的な言語による微妙な再表現は難しいが、比喩表現を用いれば、そのようなもどかしさを取り除けるであろうことは示唆されてきた^{8,9)}。そして本研究においても「死」を突きつけられ、今まさに自らの死生観の確認を迫られた遺族は、寓意を込めた物語調にまとめた短文を大方の対象者が完成させている。死生観の整理・明確化の意図は、適切に作動し

表3 寓話集のカテゴリー分け

葉			幹			物語の展開			
コアカテゴリー	カテゴリー	記述数	コアカテゴリー	カテゴリー	記述数	コアカテゴリー	カテゴリー	記述数	
・残される者へ	残される者へ	11	・悲しみ・孤独	悲しみ・孤独	7	・再会／再び生きる		9	
	感謝の念	2		分離不安	4		・受容／見守って	神の掟	1
	詫び	3		なぜ	4			ゆっくり休んで	1
		詫び		4	見守って			1	
・絶望		12		心残り	2	・互惠的な社会		2	
・生き様	生きた感想	9		別れ	1				
	安堵	2		死までの生き様	9				
・その他		1	・思慕	思い返し	7				
				感謝の念	1				
				残された希望／夢	6				
小計40(41%)			小計45(45%)			小計14(14%)		総計99(100%)	

たようである。

その理由は幾つかあげられる。同じ死別の経験者であることの他、寓話作成ということで 1. 事実をより回顧しやすく、2. 現実の厳しさを客観化して捉えやすく、「人生一人で生まれて一人で死んで行くのですね。理屈でわかっているけど、どうしても散りたくないけれど、いつまでも一緒にいたいけど、神様の掟なら、…そう感じられる日が来るように待たせていよう」などに代表されるように 3. 人生を眺めなおす視座が確保され、発想が広がりかつ深まる自由さを課題遂行の上で獲得している。対象者らは、他のプログラム課題もこなし、総合的にもカタルシス効果が相まって、ある程度忌憚ない話しあいも可能というレベルにある人達もかなりいたことも事実であろう。それでも中には、いわゆるショックにあたる死別直後や、非自然的な別れの自殺・事故死の方も含まれ、人により書きにくさも予測された。特に「物語の展開」の課題は、難しかったのではないかと思われた。しかし結果は、未記入者は病死例と事故死例であり自殺例ではなかった。

自殺で対象を失った人は本研究の場合 3 人と少ないが（死後経過平均 0.7 年）、物語の展開を書きあげていたことに驚く。文献によると、自殺による死は突然に生じるものの、その兆候は以前から看取もされて、死の予期性が確認できることがあるとさえ記述される^{13,14,15)}。本対象者の 2 人には生き抜く辛さと、自らの努力の跡を褒め認めている「苦しいことが重なった…君は全力で何度も立ち上がった」「(何度か入院を繰り返した) 大変な中を生き抜いた。…葉は(26歳)、役目を終えて散っていった」等の記述がある(表 2)。ある程度の予期はされていたのかもしれない。また自殺の予見に拘らず、本人の努力を認めてあげたい思いが募った結果の記述とも窺える。一方、病死の事例で、死別後二年以上経過していても全く記述不可能な参加者もいた。そして「一人では生きていけないよう」と [分離不安] の様子を記述している。

これらの例を見る限りでは、死別後の遺族の生き方とは、当然周囲から誘導できるものでも、

そうするべきでもなく、まさに「死別」という厳然たる事実や、喪の作業を通じ、本人自身が試行錯誤を繰り返しながら故人の死を受容しつつ、自分の生き方について少しずつ前向きになっていくのであろうか。いずれにしても、症例を重ねて検討する必要がある。

他に気づいたことは、自らの物語の今後のストーリー描写を読み取る限り、死因別にみたストーリーの展開には内容の差はほとんどみられない。しかし喪失の対象者の相違によって生じる傾向は読み取れる。子の喪失と比較し、配偶者喪失（死後経過は平均 1.3 年 / 平均年齢 44.4 歳）の記述には、今後が見通せない。経済的な困難性と、子の養育などに不安が大きい記述も窺える。幹の思いでは、「なぜこんなことに（喪失の対象：配偶者、事故死）」「突然残された私…生きていけないよう（夫、病死 / 43 歳）」と記述され、今後のストーリーには無記述や、「くやしい、葉ってこんなに大事だったのか（夫、事故 / 34 歳）」「幹は葉に雨風から守られていたことに気づいた（妻、自殺 / 34 歳）」など後悔の念の記述が目立つ。またある者は、「人生一人で生まれて一人で死んで行く…理屈でわかっているけどどうしてもならず（夫、病死 / 73 歳）」と締めくくっている。その一方で不思議なことには、親を喪失した 50 代の女性らの大半が、分離不安に似た「まさか葉っぱが散るなんて」、「心細くて、…このまま枯れてしまってもかまわない気がします」などと述べている。続柄により、遺族の死別の悲嘆を押し量るべきではなく、生前の関係性を斟酌すべき貴重な示唆と受け止めた。

本研究のように、共同作業・共同発表の機会を通じて、当初には意図していなかった程、様々な悲しみの位相が感じとられた。遺された者の悲嘆の深さ・心労などは、表出されやすく、聞き取りやすいことを実感した。「葉」の記述では、「もっと生きたい。葉としてしたいことは一杯ある（父親、病死 / 60 歳） / 皆ありがとう。みんなゴメン！（息子、自殺 / 母親、52 歳） / 葉の気持ちは決まった。舞い降りよう（妻、自殺 / 34 歳）」。「幹」の記述は、「悔しい。 / せめて一言さよ

うならの挨拶をしたかった（夫，病死／43歳）／葉はもうどこにも見えない。葉が散って、スーと風が吹きぬけていく（母親，病死／59歳）／葉を拾い上げてくっつけて戻したい（母親，病死／58歳）」「今すぐにでも、君に会いに行きたい（息子，自殺／母親，52歳）」。これらの文の深意と死者への心残り、悔しさ、共鳴の深さは、やはり比喩の形をとらずして知ることは難しかったであろう。改めて寓話の表出法の適切性を訴えている。この気持ちが、後述する医療者への怒りにもつながるのである。

物語の展開では、日本人の身につけた死生観を汲み取ることも可能となった。再会、「また皆で会いましょう。また一つの木になりましょう」「いつかどこかで、また再び出会えました」「さくらの花のように枯れた樹の中から美しい花が咲くように、また生まれ変わり美しい花が咲くでしょう」などである。広井¹⁶⁾は、日本人の伝統的な死生観には、死者の魂が何らかの形で存在し続けるという輪廻転生的な発想があると述べている。本論文での記述は、本来仏教が唱える輪廻転生からの解脱とは異なるのであろうが、私たちが自らを納得させて、落ち着かせる考え方には間違いのないのである。波平¹⁷⁾は、遺族達は亡くなった人は、「無」に帰したのではなく、あたかも「死者」として存在しているかのように考えていると述べる。このような最近の文献を見る時、かつてYamamoto¹⁸⁾が記述した、仏壇に話しかけながら、耐え抜く日本人未亡人の悲嘆への対処のイメージと重なりあう。河合¹⁹⁾は、最近の日本人の死生観について、科学の知を大切にして生きながらも、梅原らも指摘する死生観である“死後も生命が永続するだろうという期待感”に支えられて生きていと述べている。収録された「幹はもっと成長し続けて、やがて幹も葉のいる土に帰る（父親，病死／60歳）／春には、葉がいっぱい出て楽しく過ごし、各々の役目を果たし、次世代へとバトンタッチする（息子，自殺／母，54歳）／魂は生き続けるはず。私達は一緒だね（母親，病死／50代）」などは、上述した論述を裏付けている。

VI. 今後の展開

医療との関わり：死別後の悲嘆をどのように乗り越えたかで、悲嘆経験者の行方はほぼ二大別されるという²⁰⁾。死別の経験を否定的な体験として捉えてしまい、混乱、やり場のない不安・孤独などの思いに悩まされ、他者への攻撃的な態度を示す形となるなど自己コントロールに苦しむ人と、反対に辛くもあるが創造的体験と捉え悲嘆を乗り越えた後に、人生を達観し、人格的な成長をみせる人である。自己コントロールがままならず情緒が不安定になることは知られているが、前者の問題は、あまり知られていないが、医療に直接ふりかかる。最近特に報道が増え続けている医療コンフリクトの問題であるが、和田²¹⁾の解釈では、医療者が医療コンフリクトを避けるためになすべき第一の課題として、喪失に対する悲嘆から開放されたい思いのケアを重要視し、基本的な意味のある対話を持つ必要があげられている。医療は、本来、喜びの再獲得の場であるが、また多々の“喪失”を味わう場でもある。医療コンフリクトの基盤を形成している「悲しみ」の存在の事実と、相互理解の方法論の有り方により配慮をしていく必要がある。

死生観の確認である寓話のワークを実施し、その発表を終えた人々は、参加直前の不安で落ち着かない様子から、くつろいでかつ場に馴染んだ態度に変化していく。実は終了後のこの「安堵感」の役割は、グリーンケアでは大切と考える。物語の長短は問わない。自ら導き出した「死んでいくこと・生きること」についての答えは、死別に伴い潜んでいた不安、怒り、焦燥、恨みから、一時的にせよ参加者達を見事に解き放つ。混乱と苛立ちを徐々に消去していく。悲嘆の表面的な解釈は、悲しみ嘆くことである。しかし、その全体像の一部の怒りは、医療者に大きく影響する。

知名度が低い日本の死別関連の「怒り」であるが⁷⁾、この怒りの矛先は、国外の文献³⁾と同様に、筆者の先行研究²²⁾にそのような兆しは表れていたように今後は医療者に向けられることがより増えていくであろう²³⁾。本研究で取り上げた死

生観の確認としての寓意物語の作成はグリーフケアのプログラムの一つに過ぎないが、そこに流れている人間関係のネットワーク重視、コミュニケーションスキルの多様性の大切さは今後の医療の生命線にも繋がる大きな課題といえよう。

引用文献

- 1) 宮林幸江：悲嘆反応に関する基礎的反応，
—死別悲嘆の下部構造の明確化とそのケア—
お茶の水医学雑誌，51 (3・4)，51-69，2003.
- 2) 宮林幸江：日本人の死別悲嘆反応 —グループ療法の間を活用した記述の分析— 日本看護科学会誌，25 (3)，83-91，2005.
- 3) Parkes CM：Bereavement Studies of Grief in Adult life. 1996
死別 遺された人たちを支えるために. 桑原治雄，三野善央訳，メディカ出版，2002.
- 4) 小此木啓吾：対象喪失. 中公新書，44-46，1979.
- 5) 福田みどり：司馬さんは夢の中. 中央公論新社，1999.
- 6) 倉嶋厚：やまない雨はない. 文春文庫，2004.
- 7) 相川充：愛する人の死 そして癒されるまで. 大和出版，2003.
- 8) Neimeyer R.：Lessons of Loss. A Guide to Coping 大切なものを失ったあなたに.
ロバート・A・ニーメーヤー，春秋社，2006.
- 9) やまだようこ：人生を物語る. ミネルヴァ書房，2004.
- 10) Buscaglia, Leo：The fall of Freddie the leaf みらいなな訳 葉っぱのフレディー. 童話社，1998.
- 11) 宮林幸江：ながれるままに涙をながしましょう. ソニーマガジズ，148-173，2002.
- 12) Krippendorff, K：Content Analysis：三上俊治，椎野信夫訳 内容分析への招待. 勁草書房，2001.
- 13) Robins E, Murphy GE, Wilkinson RH, et al.：Some clinical considerations in the prevention of suicide based on a study of 134 successful suicides. Am J Public Health 1959; 49; 888-899.
- 14) 斎藤友紀雄 (協力執筆者)：自殺と家族. 268-290, デーケンA, 柳田邦男, 編. <突然の死>とグリーフケア. 東京: 春秋社, 1997.
- 15) 高橋祥友. 自殺のサインを読みとる. 東京: 講談社, 2001.
- 16) 広井良典：死生観を問い直す. ちくま新書, 146-173, 2006.
- 17) 波平恵美子：日本人の死の形. 朝日新聞社, 64-82, 2004.
- 18) Yamamoto, J., Okonogi, K., Iwasaki, T.：Mourning in Japan, American Journal of Psychiatry, 125 (12), 1969.
- 19) 河合隼雄, 多田富雄：生と死の様式 脳死時代を迎える日本人の死生観. 誠心書房, 258-261, 2001.
- 20) 曾野綾子, Deeken A.：生と死を考える. 春秋社, 82-83, 1995.
- 21) 和田仁考, 中西淑美：医療コンフリクトマネジメント. SEIGE, 2006
- 22) 宮林幸江 安田仁：配偶者の死別反応：自責と怒りについて，—アクションリサーチの過程をいかした記述の分析— 宮城大学看護学部紀要，9 (1)，35-41，2006.
- 23) 産経新聞：患者の暴言、暴力、無理難題，12月5日，15面，2007.

参考文献

- 1) ウヴェ・フリック：質的研究入門 人間科学のための方法論，春秋社，2002
- 2) グレグ美鈴，麻原きよみ他：よくわかる質的看護研究の進め方・まとめ方. 医歯薬出版株式会社，2007
- 3) よくわかる看護研究の進め方・まとめ方. 医歯薬出版株式会社，2005
- 4) 木下康仁：グラウンデッド・セオリー・アプローチ. 弘文堂，2005
- 5) 木下康仁：グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践. 弘文堂，2005
- 6) 舟島なおみ：質的研究への挑戦. 医学書院，1999
- 7) 山本則子：Grounded theory Approachと

