

## 死別への意味づけと時間的展望に関する臨床心理学的研究

GH081001：稲 益 久 乃

指導教員：餅原尚子准教授

### I. 問題・目的

死別体験，特に近親者との死別は遺された人（遺族）に心身ともに大きな影響を与えることが知られている。

Nemeyer(2006)は，死別後の回復過程について「喪失によって崩壊した世界を学び直すプロセス，さらには自己について学び直すプロセスである」と述べ，喪失体験後の心理的・行動的な変化の能動的な意味を重要視している。さらにグリーフ・プロセスという概念を打ち出し，「喪失体験者が経験するグリーフのさまざまな局面や課題と対応しつつ，喪失を自己の人生として取り込んでいく全過程」とし，「グリーフは生涯の課題であり，その過程には終わりが無い」としている。

我々は生から死までの区切りある時間の中に生きている。Lewin(1951)は時間的展望を「ある一定の時点における個人の心理的過去および未来についての見解の総体」と定義している。つまり，生活空間は物理的空間ではなく，個人の意味空間である（小野・五十嵐，2007）。限られた生物的時間の中で経験する様々な事象をどのように捉え，理解しながら心理的時間を過ごしていくのか。その経験や認知はその人固有のものであると言えるだろう。

死別に関する先行研究では，死別体験直後からの悲嘆反応の時間軸での変化，悲嘆からの回復プロセスに焦点化したものが多い。Nemeyerのグリーフ・プロセスの立場に立つならば，悲嘆から回復するプロセスよりもさらにその人の人生そのものを包括し，人生の意味・生きている意味を探索し生きていくプロセスを時間的展望という概念を用いて考察を行うことは，「人生」を生きている遺族を総体としてとらえる人間把握という観点から意味があることだと思われる。

**仮説** 筆者は，遺族が死別後には死別体験という重大な喪失体験や遺族を取り巻く状況の変化のために，死別以前の生活を取り戻そうと個人内・環境資源を活用しようと働きかけようとするのではないかと考える。その平衡状態を取り戻すことが失敗したとしても，故人の死および死別体験へ

「意味づけ」すること，また故人との繋がり（絆）を感じることで，再び積極的に生きることに向き合い，人生の肯定感を持つことができるのではないかと考える。なお，本研究では，「意味づけ」の定義を『死別による生活の変化と故人との情緒的断絶の隔たりを埋めるために，現実性のある出来事から解釈し，故人の死を了承すること』とする。

**目的** 本研究では，遺族が故人の死および死別体験をどのように意味づけしたかによって，遺族自身の過去・現在・未来の評価・展望にどのように影響するのかを検討する。また，過去・現在・未来を通し一貫した人生の肯定感という点に注目し，死別体験者が，現在を生きながら未来を見据えて「その人らしく生きていく」にはどのように援助できるかを臨床心理学的視点より考察していきたい。なお，本研究では人生の肯定感を「死別体験を自分の人生に統合しながら，『自分がこの人生を生きている』と実感していること」と定義する。

### II. 方法

今回の調査に参加した協力者の個人特性と悲嘆反応の特徴などの予備知識を得るため，そしてインタビュー調査の質問項目作成と面接時の補足資料とするため，予備調査を質問法で，本調査を面接法（インタビュー調査）で行った。

**対象者** 九州の寺院・教会に通う門徒・信徒，および筆者の知人の計296名。

**調査期間** 2009年8月上旬～9月末（質問紙）。同年10月上旬～11月末（インタビュー調査）。

**手続き** 各施設に研究の趣旨や倫理的配慮を説明し承諾を受けた。担当者に質問紙を渡し，担当者より個別に渡してもらい，協力者は回答を筆者に返送してもらった。

**予備調査（質問紙調査）** ①フェイスシート：介護年数・有無，死別経過年数，宗教など10項目。②MGM（宮林悲嘆尺度）：宮林（2003），③コントロール尺度：中島（2005），④TP-SCT：小野・五十嵐（1988）を改変したもの，で構成した。

**本調査（インタビュー調査）** 質問紙調査に協力

した者のうちA～Jの9名（M：4名，F：5名；平均年齢68.33歳， $SD=11.09$ ；死別後経過年数1年2ヶ月～63年）のインタビュー調査を行った。質問項目は、「故人との関係性」，「死別時，死別後の感情的・行動的变化」，「故人の死に対する意味づけ」，「死別体験の意味づけ」，「未来へのイメージ」を中心に半構造化面接を行った。インタビュー時間は平均1時間20分であり，インタビューは一人一回であった。

### III. 結果・考察

(1) 予備調査（質問紙）結果：返送されたものは52部（回収率17.6%）であった。有効回答数49人（M：11名，F：38名）であり，年齢平均は61.6歳（21歳～87歳， $SD=15.35$ ）であった。標本数が50未満と少ないことから因子分析以降の分析が行えなかった。

(2) 本調査（インタビュー調査）結果：インタビュー調査では，遺族が死別体験後に生活の変化，情緒的繋がりや断絶によって，いかに故人の死および死別体験を意味づけるかによって人生の肯定感を持つのかを時間的展望という概念を用いて検討した。分析は逐語記述化した後，シーケンス分析，「意味づけ」および時間的展望の変容を照合し行った。その結果，故人と遺族の間柄によって共通点が見られたため，A群：血縁関係（子供/親を亡くした人，それぞれA～B/C～D），B群：婚姻関係（夫を亡くした人，E～G）に分け検討を行った。死別体験が遺族自身に与える心理的・社会的影響は子どもを亡くした人，配偶者を亡くした人，親を亡くした人の順で大きいことが示唆された。また時間的展望について，子供を亡くした人は各時制を通して否定的に捉えやすく，一方で配偶者を亡くした人は死別体験を通し人生を振り返ることで肯定的に捉えやすいことが示唆された。一方で親を亡くした人は，遺族自身の自我状態や生活状況に左右されやすいことが示唆された。

また「意味づけ」の特徴について，死別による悲嘆反応が強ければ強いほど，死別体験を肯定的に「意味づけ」しようと試み，また情緒的な繋がりを信仰，記念本の作成，そして人を介し故人と繋がろうとするなど，多様な形で求めようとすることが示唆された（A，B，C，D，E，H，I）。しかしその「意味づけ」が失敗すると悲嘆反応を強め，未来展望は狭まり，生きることの意味さえ失ってしまうこともあることが示唆された（A，B）。そのため，死別経験を自分の人生に統合す

るその過程で人との出会いやイベントによって，その都度意味づけされ続けることが重要であると考えられる。

本研究の結果より，重大な喪失を体験することで，過去・現在・未来を通し一貫した肯定感を持つことは難しいと思われることが示唆された。実際に，本研究では人生の肯定感を持つ者は少なく（D,E），そのほかの事例では死別体験を遺族の人生に統合することが難しいと感じられるばかりか（A,C），生涯発達の課題や現実世界で抱えた課題に直面化しながら生きていくという困難さを感じており，インタビューの中でそのことが語られた（A,C,F,G,H,I）。遺族の中には自身の生きた歴史を語ることで人生を捉えなおし，死別体験を再度「意味づけ」し，死者との絆を再確認する人もいた（A,C,D,F,H）。つまり，語ることによって死別体験の意味づけを内在化する作業がインタビュー中に行われていた。さらに故人やその周囲の者たちに対する思いを表出することが多くみられ（A,B,C,D,E），語ることによってその感情を整理する過程も感じられた。また，死別体験によって自身および近親者の死を感じた経験であったことも多く語られ（B,D,E,F,I），喪失感から立ち直るだけではなく，これからの人生をどのように生きていくかを問われた経験でもあったことがうかがえた。

本研究では，死別体験の「意味づけ」と時間的展望を焦点づけ考察を行ったが，シーケンス分析では，臨床心理学的にも，生きている「今を精一杯生き，人との関係を大切にすること」といった興味深いプロトコルを得られたと思われる。今後の課題として，若年層と比較することで，さらなる研究の質を高めたい。さらに臨床ケース数，また今回結果の出なかった数量的調査のデータを増やすとともに，悲しみを抱えるご遺族についての臨床心理学的研究を続けていきたい。

#### 引用文献

- 小野直弘・五十嵐敦（1988）：青年期の時間的展望—TP-SCTによる考察—，*福島大学教育学部論集*，44，pp.1-13.
- ロバート・A・ニーメイヤー 鈴木剛子訳（2006）：＜大切なもの＞を失ったあなたに—喪失をのりこえるガイド，春秋社.
- 都筑学・白井利明（2007）時間的展望研究ガイドブック，ナカニシヤ出版.
- 宮林幸江（2003）：悲嘆反応に関する基礎的研究—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）pp.51-69.
- 中島由佳（2005）：コントロール尺度の作成と信頼性・妥当性の検討，*お茶の水女子大学人間文化論叢*，8，pp.183-192.