

【論文】

地域で支える悲嘆のわかちあい（1）

—担い手養成の継続性を目指して—

伊藤恵子（東京通信病院）

守山正樹（日本赤十字九州国際看護大学）

鎌田幹夫（(株)ACORDO）

高橋恵子（みやぎ県南中核病院）

【はじめに】

人の生老病死は生物学の視点からの解明は飛躍的に進んできた。誰もがその身で体験する回避しがたい現実であるが、その過程で直面する不安、悲嘆、喪失に特効薬はなく、共感と切り離された診察室での「解消、回復」という治療ゴールは難しいだろう。

血縁・地縁の関わりが希薄化しているといわれる今日、死別悲嘆の過程を地域で支えようという活動が震災のような自然災害を契機に、クローズアップされてきた。緩和ケアの一環として、以前から終末期患者の家族を対象に、医療機関ベースで悲嘆ケアが組み込まれてきた。しかし、地域ベースでの取り組みは我が国では、研究対象としての焦点は乏しかった。

市民ボランティアの視点を前面に活かした悲嘆ケアの取り組み、特にグループセッションで重要な役目を担うファシリテーターの養成について、A 県 B 団体での関わりを元に探索的に検証した。

【研究の背景】

1. 対象団体の背景

B 団体は医療者有志の発意から始まった NPO で、主に悲嘆ケアの提供（わかちあいの会）、啓発事業（悲嘆ケアに関するシンポジウム、講演など）を行っている。震災を契機に「活動ペースの大幅な増加（隔月 1 回ペース ➡ 週 1 回ペースで“わかちあいの会”を各地で実施）」「現地ボランティアスタッフ（以下、Vol スタッフと略す）の被災による生活影響のため、参加継続の困難化」等の変化が生じ、「わかちあいの会」において重要な役目である、ファシリテーター役（以下、Fa と略す）の人材不足が指摘されるようになった。

2. B 団体での報告者の役割

2011 年 4 月より、B 団体関係者と相談しながら、主に①「わかちあいの会」への定期参加（概ね 2~4 か月に一回ペース）および②新規 Vol スタッフへの後方支援と応相談を行った。

対人援助トレーニングの機会がない Vol スタッフより継続研修の要請があり、これまでの研修を参考にして、2015 年秋より短時間ワークショップを企画し現在も共同研究者と共に、ワーク実施・評価を担当している。

3. 「わかちあいの会」について

①会の概要

病気、自死、事故、自然災害などで大切な家族・友人を亡くした方々のためのグループセッションを行うとともに、自治体の広報誌、地元新聞社、インターネット等を通じ、活動を広報している。

現在県内 3 会場毎月～隔月に一回定期実施し、事前予約がなくても当日参加が可能である。

各参加者の死別背景等を考慮し、通常 5～6 名を 1 グループの単位とし、概ね 2 時間半で終了する。

②運営の流れ（参照 表 1）

Fa 役も含めた Vol スタッフは、わかちあいの会の前後でプレミーティング、ポストミーティングを各々 60 分程度行い、全員で準備、運営、片づけに参加する。会場設営から含めると約 6 時間の活動時間となる。

③ファシリテーター役（Fa）

様々な市民が予告なく参加する「わかちあいの会」の現場で、グループセッションの進行役を任されるのが Fa である。B 団体では従来、医療職・心理職 Vol スタッフが主に Fa 役を担っていたが、現在では Fa 役 1 名、サブの Fa 役 1 名を 1 グループに配置し、将来、Fa 候補になる Vol スタッフもグループの規模により参加できるようにしている。

これは、「Fa 役 1 名への心的負荷の軽減」、「セッション中の不測の事態への対処」という配慮と、「Fa 養成研修の一環」という意義がある。

表 1 「わかちあいの会」スケジュール

時間	進行表
12:30	プレミーティング (Vol スタッフのみ)
13:30	会場設営、受付
14:00	はじめの会 ○「わかちあいの会」の趣旨、会のルール、守秘義務の説明 ○Vol スタッフ全員の自己紹介 ○参加者全員で自己紹介（いつ、どなたを亡くされたか） *参加者の人数、背景によりグループ分けをし、会場移動
14:15	各グループで「わかちあい」
15:30	茶話会 (Vol スタッフと共に会場移動)
16:15	終わりの会 (会場の移動。全員参加で)
16:30	終了
16:40	ポストミーティング (Vol スタッフのみ)
17:30	会場片づけ、開散

【方法】

大災害による影響で、「わかちあいの会」の Vol スタッフ（Fa も含む）養成が課題となりつつあった時期（2012 年～2014 年）に、以下のような試行を行った。目的は、団体活動に実際に関与している Vol スタッフの経験を整理し、継続的に人材養成を行っていくための手がかりを得ることである。

1) 震災前の Fa 役を担ってきた Vol スタッフの体験や思考を可視化

共同研究者の守山、鎌田らが開発・発展させてきた「触覚を用いた生活マップ」を、悲嘆ケアのボランティア用に開発、応用する。

2) 震災後に参加、継続している Vol スタッフの体験共有化

「わかちあいの会」体験や課題を共有する作業をワールドカフェ方式（以下、WC 式と略）で実施する。

1. 触覚ピースを用いた、気持ちを可視化し共有する試み

1) 触覚を用いるグループワークの設計

報告者らはこれまで「わかちあいの会」での協働が主体であり、触覚マップを用いるグループワーク（以下、触覚ワーク 1、2 と略記）は未体験の試みである。そこで参加者が段階的に自分の触覚の活用に目覚めることを目的として、二段階で触覚ワークを組み立てた。

参加者に触覚ワークを初体験してもらうための触覚ワーク 1 で用いたのは、守山・鎌田が開発した「ブラインド下での触覚マップ（ゲーム）」である。身の回りにある物体に触れ、感じたこと・考えたことを口にしながら、物体を手にとり動かし配列する（マッピングする）中で、触覚から生活の印象を再構築しマップとして表現する。触れることに集中する目的で「触覚ワークの間はアイマスクを装着し、視覚を遮断する（ブラインド下）」を設定条件とする場合が多い。これらの設定を組み込んだ表現が「ブラインド下での触覚マップ」である。

触覚による表現に目覚めた参加者が、より詳細に・具体的に、自己の気持ちを触覚的に表現するのが触覚ワーク 2 である。「多様な気持ちを表す触覚ピース」を新規に開発した。開発に当たっては、事前に B 団体の関係者から聞き取りした内容を参考にして、13 種のピースを準備した。実際の使用に当たっては 13 種のピースを全て用いる必要はなく、参加者の反応を見ながら適切なピースを選んで使うことになる。今回の試みでは 10 種類を選んで説明した。参加者のコメントを尊重しつつ、シンボリックな、緩やかな定義付けを行った（表 3 参照）。

2) 2012 年 1 月、震災以前から A 県内外で悲嘆ケアの啓発活動に取り組んできた Vol スタッフら 6 名に集合してもらい、上記の触覚マップをブラインド下で個人ごとに作成し、各自に解説をしてもらった。参加者には触覚ワーク開始前に、ワーク中の録画・録音、触覚マップの写真撮影について説明し了承を得た。

表2 触覚を用いたワークの流れ

時間	内容
13:30PM	紹介 講師：守山 鎌田 ヘルプ：伊藤 (参加者：6名)
13:40PM	触覚ワーク 1 触覚による生活マップ
	ピース配布・説明
	2次元マップ作成 横軸 (良く行うこと)
	2次元マップ作成 縦軸 (好きだ)
13:55PM	振り返り
14:00PM	交流
14:10PM	感想・意見交換
14:20PM	触覚ワーク 2 触覚によるグリーンケアマップ
14:25PM	ピース配布・説明 (全種類に触れてもらう)
14:40PM	感想
14:50PM	使用ピース決定
15:00PM	2次元マップ作成 横軸①、② (自分の気持ち) ①と②の間にも交流
15:15PM	振り返り
	2次元マップ作成 縦軸 (交流後の変化)
15:30PM	交流振り返り
15:45PM	感想・意見交換
16:00PM	ワークを終えて ・全員からのフィードバック ・今後の活動につなげて
16:30PM	終了 会場片づけ、解散

2. WC式Fミーティングでのワーク

2014年5月震災後にB団体において継続参加しているVolスタッフ向けの研修(通称Fミーティング)を実施した。県内各地での活動報告を兼ね、WC式でこれまでの活動での体験、課題意識の共有を図った。Volスタッフ10名で3グループに分かれ、3つのテーマ(SE1「わかちあいの会での体験(各会場の様子)」、SE2「わかちあいの会に関わって感じたこと」、SE3「安心して語れるわかちあいの会を守るために」)を段階的に提示し、皆で模造紙にコメントを書きながらワークを行った。各グループにはホスト役1名を配置、記入されたコメントは記録に残した。

【結果】

1. 触覚を用いたワーク(触覚ワーク2に焦点を当てて)

記録された写真、録音テープの記録などを参考に、どのようなことがワーク内で語られ、参加者で共有されたかを検討した。表3はワーク2のID6氏の発話で、自身の触覚マップ

について説明した時のコメントをまとめたものである。写真1に掲載したものが ID6 氏の触覚マップである。



写真1 ID6氏による触覚マップの例（触覚ワーク 2）

2. 6人の参加者の発話を、意味のまとまりのある文節に着目し、データベース化した。主な着眼点は、発話のきっかけとなった触覚ピースの種類、ご遺族の心情、参加者の日常に因んだ発言、わかちあいの会への言及である。

また、WC式Fミーティング時での参加者の発言記録を、3段階のテーマ(SE1～SE3)ごとに整理した。触覚マップでの、経験豊かなFaの発話と、震災後より参加となったVolスタッフの発話の主要な部分を同じ大カテゴリーを用いて、整理したのが表4である。各々のワークは実施時期がずれているが、共通した軸を設定することで、近似しているコメントや相違点などを比較しながら検討できるようにした。

表3. 事例(ID6氏)のコメント例

ピース種類	コメント	小カテゴリー
蓋付き容器 「こころの空っぽ」	自分自身もニュートラルな気持ちを、目指すところであります。 空っぽな感じが、大変な喪失を体験された方の、体に穴があったような感じとか、半分からだを失ったような という話をうかがうので、その象徴かなと思って	Faとしての心構え 遺族の心情
ストロー 「平行線、答えが見つからない」	平行線も、亡くなった方は戻ってこないということで、いつまでもたっても埋まらない悲しみというか、それがご遺族の方に強くあるんじゃないかなということで「平行線」ですね。	遺族の心情
ろうそく 「灯のような、明るい希望」	わかちあいの中で、人の話を聴いてるしかないんですけど、それが本当に目標ではあるんですけど。 その中で希望というものが引き出せないかなということもいつも思っていて。僕らが希望を与えるものではなくてご自分の中で希望を探してもらえないのですが、希望というのは一つのテーマであるんですけど	Faとしての心構え Faとしての願い
金属球 「固くて冷たい気持ち」	鉄の球を置いたのは、わかちあいをやって、ほんとに何も理解もできないというか、ただ聴いてるんですけど、 冷たい、つらい、1個の冷たい球、そういう気持ちでご遺族の方がいらっしゃるといことで、ここに来まして	Faとしての心構え 遺族の心情
スポンジ 「フワフワとして気持ち良い」	ご遺族のかたもそうですし、我々スタッフもやっぱりその、愛情というか、柔らかい、この包み込むような気持ちというものがある、勿論あるんですね。 そこが、うまくご遺族の方も感じていただければいいなあと思って、我々もそういうことを伝えられたらなあと思って..	Faとしての心構え Faとしての願い
ロープ 「きずな」	「きずな」は、この会のテーマ「きずなを信じて」ということで。 やればやるほどいろんな方とのつながりということを非常に実感するので、つながったおかげでいろんなことができていくというか..そういうことを実感するので。	活動の支え 謝意の表明

表4. 各ワークで抽出された、キーコメント

	気持ちを表す触覚マッピング (2012年)		WC式・Fミーティング (2014年)
ご遺族	ご遺族とのつながり ID3 信頼関係ができた ご遺族訪問 ID4 訪問でカウンセリングを行った方々のことが様々に思い出された ご遺族の心情 ID4 お互いになんとか助け合う、 なんとか乗り切ろうという気持ち ID5 いろいろ複雑な面があるなあ、 外からは想像できない、基本的には愛 ID5 なかなか平行線で、距離を置かなければいけない方もいらっしゃる ID6 体半分失う、穴が空いたような	⇔	ご遺族の印象 SE1 「苦しみは消えないが、1年前に流した涙と今の涙は違う」という言葉 SE1 他者への気遣いが見られるように SE2 顔で笑っても、本当の気持ちは違う！ SE2 悲しみは違っていても同根・・・ ご遺族への態度 SE2 話は聞いているが、感情移入はしない！ ご遺族への心配 SE2 リピーターに関して気がかりな人がいる
	生活・信条 震災の影響 ID2 定まらずの気持ち ID2 生活のため十分に活動できない 自身の成長 ID3 癒されている自分	⇔	自身の成長 SE2 喧嘩をしなくなった。 家族に相談するようになった。 SE2 初めは「何かしなければ」と無力感。 今は変化した。 SE2 自分もいずれ死別を体験、お互い様
	わかちあいの会 活動への不安、理想 ID2 今後のわかちあいへの懸念、不安がある ID2 (皆で) 一致しないといけない Faの心構え ID3、ID6 ニュートラルな気持ち ID3、ID6 温かい雰囲気、柔らかい、包み込むような ID3 吐き出しやすい場 ID6 人の話を聴いているしかない ID6 希望を引き出せないものか、伝えられたら 活動協力への謝意 ID6 いろんな方とのつながり実感	⇔	参加者の少なさ SE1 リピーターが多いと良い SE1 参加人数が少ない、個別対応のためわかちあいにならない 力量不足 SE2 怖い、不安 SE2 力不足を実感 SE1 体験してみても、正解はない SE1 すればするほどの難しさ 反発 SE3 内容の質を判断するのは参加者 学習や研修の必要性 SE3 経験のある Fa と一緒に勉強したい SE3 反復トレーニング、感受性訓練の継続

【考察】

地道に活動してきた有志の集まりが、震災をきっかけに活動母体の基盤が揺らされた。報告者の視点からは、事態が復調傾向になるまで3年以上かかったと認識している。研究者とメディア双方からの「悲嘆ケア」への注目、新規Volスタッフの急増で浮足立ち、わかちあいの会の質や守秘義務の問題が繰り返し議論されていた。

経験豊富なVolスタッフの不足でFa養成が緊急課題となった時期の、試行錯誤を改めて記述化した。震災や生活不安などで混沌とした状況での、NPO団体の実記録という面もある。また、Volスタッフも被災による生活影響を受けながら、ボランティア活動との両立に悩みながら参加していた時期でもあった。触覚ワークによる表出がセルフケアにつながった可能性も推察された。

自然災害だけでなく、予期せぬ地域社会の変容によりこれまで提供されていた社会サービスの機能が低下する。保健活動においても長期化すると、通常の機関や人的資源は有効利用できず、住民自身の自覚を促す、様々な工夫が求められるようになる(守山 1991、伊藤 1994)。

上記の多様で複雑・変則的な状況を検証するのにアンケート法による調査ではなく、市民自身が内省的に振り返り、新たな価値や意義を再確認する手段の一つが、守山らの二次元イメージ拡散法や触覚を用いた生活マッピングであり、対話と可視化を重視した方法である。

「気持ちを表現するマッピング」では、経験豊富なリーダー的Volスタッフらがわかちあいの会での様々な体験・印象や、将来の活動に対する期待と懸念、Faとしての心構え、願いなどが多彩に、具体的に表現されていた。あらかじめ定義していた意味を超えて、各自の解釈で表現されていく場合もあった。参加者自身の説明で理解が深まり、参加者の認識の多様性が示唆された。

WC式Fミーティングでは、誰もが率直に語りやすい工夫を図った上で、各自がどのように体験をとらえ、表出するのかを知ることができた。各地での実際の活動内容・方針が大きく異なり、わかちあいの会の「質」に不安を抱く声、活動内容や方法への干渉と受け止めている発言、立場や価値観の相違が際立つ場面も認められた。

副産物として、経験豊富なVol各自の志向性、価値観などが、触覚ピースの説明を行う度に表現され、新規養成にも大切な事柄ととらえていることが明らかになった。それらを今後の養成プログラムに活かすべきと考えられた。知識の獲得よりも、感性を豊かにするような「感受性訓練」(ワーク参加者の表現)の大切さに言及するものも複数あり、指針として参考になると考えられた。

WC式Fミーティングでの、わかちあいの質に関する批評は、対人援助トレーニングを受けていないVolスタッフを対象とする養成においては、特に配慮すべき視点と捉えた。悲嘆ケアやわかちあいに関する「正統な作法の伝授」という学び方ではなく、参加者の日常の心情を、他者との関わりによって内的な体験へと誘う働きかけが、大切なのではという示唆を得た。

【まとめ】

①震災により、わかちあいの会としての活動ペースや内容が大きく変化したが、「将来への懸念や心労」がうかがえる発話、「ポジティブな側面を前面に表明」する発話など、個々の参加者の立場により、志向性の違いが際立った。

②悲嘆ケアの Vol スタッフ向けの「気持ちを表現する触覚マップ」は、参加者の被災体験を踏まえ、経験豊かな Vol スタッフが大切にしている経験や態度を共有化するのに有効であった。「自分の気持ちに気づく」「中立な」「包み込むような」姿勢や態度が具体的に示唆された。

③Vol スタッフから、感覚に着目したトレーニングの有用性を指摘する声が挙がった。

Fa 養成のために特に重視すべき方針と考えられた。

文献

Flick, U., 2002 *Qualitative Forschung*, Rowohlt Taschenbuch Verlag GmbH

(=小田博志・山本則子・春日常・宮地尚子訳、2002『質的研究入門』春秋社)

伊藤恵子, 1994「地域保健活動におけるコミュニケーション志向型の調査法開発と適用」『長崎医学会誌』69: 75-90

Kamada, M. & Moriyama, M., 2015 Integration of communication in a game to reflect and discuss dietary habits among school aged children. Handbook of research on holistic perspectives in gamification for clinical practice. IGI Global, pp.448-474

守山正樹・松原伸一, 1991『対話からの地域保健活動』篠原出版

守山正樹・永幡幸司・山田信也・高橋広, 2007「視覚障害の有無にかかわらず使用できる、触覚を用いた生活認識と健康教育の方法」『眼紀』 58:146-152

守山正樹・西原 純, 2008「触覚を介した生活調査法の開発」『民族衛生』第 74 巻 第 4 号 178-191

ニーマイヤー, R. A., 2007「グリーンセラピーと意味の再構築」青梅社

Parker, I., 2004 *Qualitative Psychology*, Open University Press

(=ハツ塚一郎訳 2008 『ラディカル質的心理学 アクションリサーチ入門』ナカニシヤ出版)

高島町地域保健研究会, 1991 「炭鉱閉山の島から学んだこと 長崎県高島における学際的
地域研究の試み」