

論文：

## 青年期における死別後の悲嘆に関する調査

藪本知二

山口県立大学社会福祉学部社会福祉学科

田中愛子

山口大学大学院医学系研究科保健学専攻基礎看護学講座

### A Survey on the Awareness of Grief after Death in Adolescence

Tomoji YABUMOTO

Department of Social Welfare, Faculty of Social Welfare,

Yamaguchi Prefectural University

Aiko TANAKA

Division of Fundamental Nursing, Faculty of Health Sciences,

Yamaguchi University Graduate School of Medicine

#### 要約

本研究者は、大学生を対象とする質問紙調査によって、青年期にある学生が死別後の悲嘆過程でどのようにして欲しかったのか、また悲嘆過程にある友人にどのように向き合ってきたのかについて、明らかにした。その結果、悲嘆過程にある友人との関わりをもつ学生は、悲嘆への対応をするために、悲嘆の知識が必要であるとし、悲嘆についての知識や関わり方を知りたいと考えていた。これらの結果より、大学教育はもとより、それ以前の学校教育においても、社会教育においても、悲嘆の知識を含めたデスエデュケーションの必要性が示唆された。

キーワード：悲嘆、デス・エデュケーション

#### I. 緒言

死別後の悲嘆は、深刻さの程度こそあれ誰にでも起こるものである。「悲嘆 (grief) とは、大切な人との死別 (bereavement) にともなっておこってくる一連の反応で、身体反応 (食欲不振、故人が経験していた身体症状と似た身体症状の訴え、エネルギー不足、睡眠障害など)、情緒的・認知的反応 (無感覚、不信、悲しみ、不安・恐怖、怒り、罪責感、抑うつ、無気力など)、行動的反応 (混乱・動揺、泣く、切望と探索、活動減退など) を含んで」おり、これらの「反応のあらわれ方や持続時間に

は個人差がある」とされている<sup>1)</sup>。悲嘆には段階説があり、Sanders<sup>2)</sup>は、ショック期、喪失の認識期、引きこもり期、癒し期、再生期というステップがあるとしている。

HolmesとRaheの調査<sup>3)</sup>では、ライフイベント43項目の中で、配偶者の死が社会的再適応評価尺度得点の1位、近親者 (close family member) の死が5位、親友の死が17位であり、いずれも死別がストレスフルであることを示した。その後同様の調査が夏目ら<sup>4)</sup>によって行われているが、大学生を対象としたライフイベントの中で、ストレス得点の高い順に、1位は配偶者の死、2位は近親者の死、4位は親友の死と、死に関するものが上位を占めていた。

近年日本においては、震災<sup>5)6)</sup>や交通事故<sup>7)</sup>等を原因とする死別を経験した遺族の心身の健康状態上の課題が明らかにされている。死別後の悲嘆については、医療の中では遺族ケア等が様々に取り組まれている<sup>8)9)10)</sup>。しかし一方で、死亡場所の85%が施設内であり<sup>11)</sup>、多くの死は病院や施設の中で看取られ、一般市民には死が見えにくい現状である。

坂口<sup>12)</sup>は、死別後に何らかの支援を望む遺族の声は決して少なくなく、死別した人への支援の必要性を指摘する声はしばしば聞かれるとしている。

一般市民は、愛する人を亡くした当事者であれ、その当事者に関わる者であれ、多くの場合、死別後の悲嘆がどのような経過を辿っていくのかについて考える機会が少ないと推察される。そのため、死別後、長期にわたって苦しんだり、苦しんでいることに理解が得られず苦しむといった、言いようのない苦悩に苛まれることになるのではなかろうか。

そこで今回、一般市民を対象とした死別後の悲嘆の知識に関する調査の中でも青年期にある大学生に焦点を合わせて死別後の悲嘆について調査を行った。この調査では、死別後の悲嘆過程でどのようにして欲しかったのか、また、死別後の悲嘆過程にある友人とどのように関わったのか、さらに、死別後の悲嘆の知識を必要と考えているのか否かおよびその理由を明らかにした上で、死別後の悲嘆教育への示唆を得ることを目的とした。

## II. 研究方法

### 1. 研究参加者と倫理的配慮

本研究で行われる調査は、山口県立大学生命倫理委員会の承認（承認番号25-1号）を得て実施した。本研究で行われる調査の対象者は、A大学の学生であり、調査に応じた者を研究参加者とした。

研究参加者への倫理的配慮として、研究参加を依頼するにあたり、研究の目的のほか、質問紙は無記名とし匿名性を保つこと、質問紙調査に応じるか否かは任意であり成績に反映されることは一切ないこと等を説明した上で、研究参加の同意が得られた学生から質問紙を回収した。

### 2. 調査内容

調査は、調査紙調査により行った。質問紙調査は、(1) 家族や親しい人との死別に関する事項（家族や親しい人との死別による悲嘆の現在の状態、およびその死別後の悲嘆に遭遇した時に欲しかった（欲しい）支援の内容（自由記述））、と(2) 死別後の悲嘆過程にある友人との関わりに関する事項（死別後の悲嘆過程にある友人への関わりの内容、および死別後の悲嘆に関する知識の必要

性（自由記述））とから構成した。

## 3. 分析方法

すべての変数について記述統計を行い、自由記述については質的な分析を行った。

## III. 結果

### 1. 研究参加者の背景

88人の研究参加者から回答を得た。そのうち、男性は11人（12.5%）、女性は77人（87.5%）であり、年齢は10歳代が61人（69.3%）、20歳代が27人（30.7%）であった（表1）。

家族や親しい人との死別経験は、全回答者88人のうち59人（67.0%）が「有る」と回答した（表1）。死別の相手方は、死別経験の有る者59人のうち、祖父が39人（66.1%）で最も多く、続いて祖母17人（28.8%）、友人9人（15.3%）、母5人（8.5%）、父・弟各1人（1.7%）の順であった（図1）。

表1 研究参加者の背景

		度数	パーセント	
年齢	10歳代	61	69.3	
	20歳代	27	30.7	100.0
死別経験	有る	59	67.0	
	無い	29	33.0	100.0
悲嘆の状況	悲嘆を乗り越えている	29	49.2	
	悲嘆はあるが日常生活はできている	25	42.4	
	その他	3	5.1	
	無回答	2	3.4	100.0

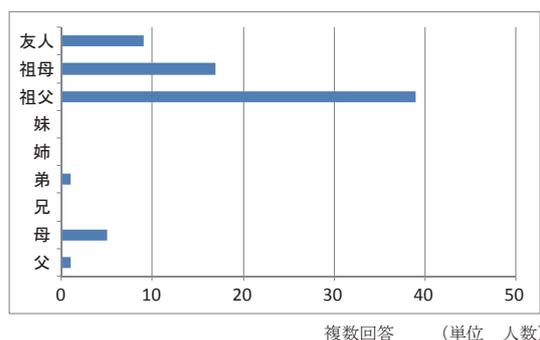


図1 死別した人との関係

### 2. 家族や親しい人との死別に関する事項

#### 1) 死別後の悲嘆に関する学生の現状

身近な人との死別経験の有る59人のうち、「悲嘆を乗り越えている」のは29人（49.2%）、「悲嘆はあるが日々の生活はできている」のが25人（42.4%）であり、「悲しくて、やりきれない」はなかった（表1）。

2) 欲しかった(欲しい)支援の内容

「死別後の悲嘆に遭遇したとき、どのような支援が欲しかった(欲しい)ですか」との問いに対する回答42人の自由記述を分類すると、「死別についての消極的な関わり」は25人(59.5%)で、その内訳は「そっとしておいて欲しい」「いつもどおり接して欲しい」「その他」であった。また、「死別についての積極的な関わり」は24人(57.1%)で、その内訳は「そばにいて欲しい」「話を聞いて欲しい」「故人との思い出話をしたい」「周りの暖かい態度」「その他」であった(表2)。

表2 死別後の悲嘆に遭遇したときに欲しい(欲しかった)援助

複数回答( )は人数

サブカテゴリー	
そっとしておいてほしい(9)	死別についての消極的な関わり
いつもどおり接してほしい(8)	
その他(8)	
思いっきり悲嘆する(1)	思いっきり悲嘆する
そばにいてほしい(4)	死別についての積極的な関わり
話を聞いてほしい(5)	
故人との思い出話をしたい(4)	
周りの暖かい態度(2)	
その他の関わり(9)	

3. 悲嘆過程にある友人との関わりに関する事項

1) 悲嘆過程にある友人との関わりの内容

「悲嘆している友人との関わりが有る」と回答した者は、全回答者88人のうち43人(48.9%)であった。その友人とどのように関わったのかとの問いに対する回答(複数回答可)で最も多かったのが「そっとしてあげるのがよいと思ったので、積極的に関わらなかった」15人(34.9%)、続いて「悲しみを感じないように明るく楽しい話題を提供した」14人(32.6%)、「しっかり悲しみを聞いてあげた」13人(30.2%)、「一緒に悲しむ」11人(25.6%)、「関わらなかった」9人(20.9%)、「励ました」6人(14.0%)の順であった(図2)。

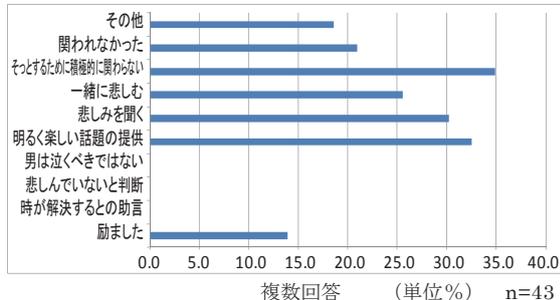


図2 悲嘆している友人との関わりの内容

2) 悲嘆の知識の必要性

悲嘆している友人との関わりで戸惑った経験を持つ者は35人(81.4%)であった。

「死別後の悲嘆に対する知識が必要と思うか」との問いに対して、全回答者88人のうち72人(81.8%)が、死別後の悲嘆の知識は必要であると回答した。その理由について自由記述を分類すると(表3)、「自分の悲嘆への対応のため」とした者は25人(34.7%)と「他者の悲嘆への対応のため」とした者は66人(91.7%)であった。「自分の悲嘆への対応のため」必要とする理由には、「自分の悲嘆に対処するため」と「専門職としての自分の心のコントロールのため」があった。「他者への悲嘆への対応のため」必要とする理由には、「他者との接し方が分かるため」「他者を支援する方法を知るため」「専門職として他者を支援する方法を知るため」があった。

死別後の悲嘆の知識は必要では無いと回答したのは11人であった。その理由について、同様に自由記述を分類すると(表3)、「悲嘆は一人ひとり異なるから」とした者は8人(72.7%)で「自分の相手に対する気持ちが大切だから」とした者は2人(18.2%)であった(理由の未記入1人)。「悲嘆は一人ひとり異なるから」知識は必要としないとした理由には、「知識では対応できないから」「自分で対処することだから」があった。「自分の相手に対する気持ちが大切だから」知識は必要としないとした理由には、「相手の関わりで自ずと対応がきまるから」「ありのままの気持ちで向き合えばよいから」「自分が励ましたいという気持ちが大切だから」であった。

表3 死別後の悲嘆の知識を必要とする理由、必要としない理由

複数回答( )は人数

	サブカテゴリー	カテゴリー
必要とする理由	自分の悲嘆に対処するため(24)	自分の悲嘆への対応のため
	専門職としての自分の心のコントロールのため(1)	
	他者との接し方が分かるため(29)	他者の悲嘆への対応のため
	他者を支援する方法を知るため(34)	
	専門職として他者を支援する方法を知るため(3)	
必要としない理由	知識では対応できないから(5)	悲嘆は一人ひとり異なるから
	自分で対処することだから(2)	
	相手との関わりで自ずと対応がきまるから(1)	自分の相手に対する気持ちが大切だから
	ありのままの気持ち向き合えばよいから(1)	
	自分が励ましたいという気持ちが大切だから(1)	

悲嘆している友人との関わりの有る者と無い者では、無いと回答した者に、「悲嘆の知識が必要」と回答した割合が有意に高かった(p < 0.01)(表4)。

3) 悲嘆した友人の有無別に見た悲嘆の知識の必要性

全回答者88人のうち、悲嘆している友人との関

表4 悲嘆している友人の有無と知識の必要性の関係

		知識		合計
		必要である	必要ではない	
悲嘆している友人	有る	度数 33 76.7%	10 23.3%	43 100.0%
	無い	度数 39 97.5%	1 2.5%	40 100.0%
合計		度数 72 86.7%	11 13.3%	83 100.0%

( $p < 0.01$ )

わりの有る者は43人(48.9%)で、関わりの無い者は45人(51.1%)であった。関わりが有る者のうち、悲嘆の知識が必要と回答したのは33人(76.7%)であった。関わりの無い学生のうち、悲嘆の知識が必要と回答したのは39人(97.5%)であった(表4)。

悲嘆の知識が必要とする理由は、悲嘆した友人との関わりの有る学生では、「他者を支援する方法を知るため」が最も多く、続いて「他者との接し方がわかるため」「自分の悲嘆に対処するため」の順であった(図3)。

一方、悲嘆した友人との関わりの無い学生では、「自分の悲嘆に対処するため」が最も多く、「他者を支援する方法を知るため」「他者との接し方がわかるため」の順であった(図3)。

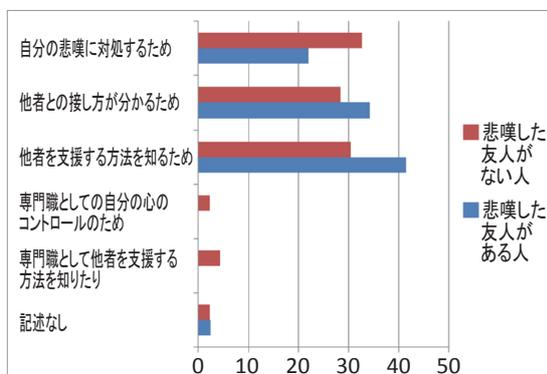


図3 悲嘆した友人の有無別に見た悲嘆の知識を必要とする理由

#### IV. 考察

質問紙調査の結果から、悲嘆過程にある友人との関わりをもつ学生は、関わりの無い学生と比較して、他者の悲嘆に対応するために、悲嘆の知識が必要であるとした。学生は、悲嘆についての知識や関わり方を知りたいと考えていた。青年期からの悲嘆教育の必要性を裏付けるものと思われる。

死の教育の重要性が言われて久しいが、渡部ら<sup>13)</sup>は、デス・エデュケーションの受講生を対象とした経年的調査結果から、死について考えたり話したりすることはタブーとされてきた状況から、ようやく

自由に積極的に「死」というものを学べる時代を迎えたと言えるのではないだろうかと述べている。今後、さらに大学教育はもとより、それ以前の学校教育においても、デス・エデュケーションを充実させる必要があると思われる。

また、学校教育だけでなく、社会教育においても、井上ら<sup>14)</sup>の取り組みに見られるような、遺族を含めた一般市民にとって、遺族ケアに関する知識と技術を習得する機会が重要と思われる。さらに、気軽に手に取ることのできる死別後の悲嘆に関するブックレット等<sup>15)</sup>の活用も有効なのかもしれない。

謝辞：本研究は、平成25年度山口県立大学研究創作活動助成を受けて行った研究成果の一部である。また、本研究の一部は、第37回日本死の臨床研究会年次大会(島根県松江市、2013年11月2日～3日)で発表した。

#### 注

- 1) 鈴木志津枝、内布敦子『緩和・ターミナルケア看護論 第2版』(ヌーベルヒロカワ、2011年)94頁。
- 2) Sanders C.M., *Surviving Grief and Learning to Live Again*, John Wiley & Sons, 40-119, (1992).
- 3) Holmes T.H. & Rahe R.H., *The Social Readjustment Rating Scale*, *J.Psychosom.Res.* 11(2), 213-218 (1967).
- 4) 夏目誠、村田弘「ライフイベント法とストレス度測定」『公衆衛生研究』42巻3号(1993年)402頁-412頁、405頁表3。
- 5) 内海千種、宮井宏之、加藤寛「阪神・淡路大震災により死別を経験した遺族の状況 —15年目の調査結果より—」『トラウマティック・ストレス』12巻2号(2014年)151頁-159頁。この論文を含んだ号で、日本トラウマティック・ストレス学会誌である『トラウマティック・ストレス』では、「特集 阪神・淡路大震災20年」が組まれている。
- 6) 高橋聡美「東日本大震災における遺族の現状とグリーフケア」『トラウマティック・ストレス』10巻1号(2012年)65頁-70頁。この論文を含んだ号で、『トラウマティック・ストレス』では、「特集 災害による死別・喪失の悲嘆とそのケア」が組まれている。
- 7) 上田鼓、藤田悟郎、柳田多美、貝瀬千里、佐藤真奈美「交通死亡事故遺族の全般的な精神健康及び複雑性悲嘆とその関連要因」『心理学研究』87巻6号(2017年)569頁-578頁。
- 8) 米虫圭子「悲嘆が強い遺族への長期的な対応」

- 『緩和ケア』27巻2号（2017年）92頁－94頁。
- 9) 伊藤祐子「病棟を訪れる(挨拶に来られる)遺族への対応」『緩和ケア』27巻2号（2017年）89頁－91頁。
  - 10) 平賀陸「遺族の心の整理を促すための訪問看護師による効果的な遺族訪問方法の検討—実施時期に焦点をあてて—」『日本赤十字広島看護大学紀要』17号（2017年）29頁－35頁。
  - 11) 平成28年（2016年）人口動態調査 上巻 死亡 第5.6表「死亡の場所別にみた年次別死亡数百分率」。（2017年11月18日参照、[https://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/GL08020103.do?\\_toGL08020103\\_&listID=000001191145&disp=Other&requestSender=dsearch](https://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/GL08020103.do?_toGL08020103_&listID=000001191145&disp=Other&requestSender=dsearch)）
  - 12) 坂口幸弘『死別の悲しみに向き合う グリーフケアとは何か』（講談社現代新書2185、2012年）28頁－29頁。
  - 13) 渡部明子、森和彦「大学生の「死」に対する意識の経年変化と今後のデス・エデュケーションのあり方について（1）」『秋田大学教養基礎教育研究年報』（2014年）87頁－97頁。
  - 14) 井上和子、矢田昭子、玉田明子、森山美香「遺族ケアの取り組み：遺族ケア研修会の開催」『島根大学医学部紀要』39号、（2016年）45頁－49頁。
  - 15) 例えば、藪本知二、田中愛子「遺された人への援助：癒しの旅路」『山口県立大学学術情報』6号（2013年）53頁－60頁。