

「高齢期における配偶者喪失後の適応過程」
ー サポートグループに参加した遺族の事例を通して ー

立命館大学応用人間科学研究科
臨床心理学領域

はじめに

近年、在宅死から病院死へと看取りの場が変化し、高度医療に依存し延命することを目的とした技術中心の医療によって、患者の尊厳が保たれにくい病院で死を迎える人がほとんどである。死は日常から切り離され、タブー視される風潮がわが国にはあり、それは国民全体の宗教離れの傾向とそれに伴う死生観の欠如を生んでいる。そのため大切な人の死は、家族や個人内で対処され、悲しみは処理されるべきであるという思いが強い。このような社会背景の中で、大切な人を失った遺族は、孤立した状態になりやすい。高齢期は、一般的に多くの喪失を経験せざるを得ないのが現実である。健康面での不安や環境の変化への対応の困難、社会的支援を受ける機会が少ない事などから援助の必要性は予想以上に高いものとする。本研究では、高齢期に配偶者を失った遺族を対象に死別喪失後の適応の過程を明らかにするために、死後の故人との関係に着目し半構造化面接を実施した。①死後の故人との内的関係のあり方と変遷、②高齢期における遺族の配偶者喪失後の回復過程についての検討を行うことを目的とした。

本研究の対象と内容

対象：葬儀社である K 社が運営するサポートグループ（わかちあいの会：仮名）に参加し、死別体験を語ることを承諾してくれた遺族 5 名（内男性 3 名・女性 2 名）。年齢は 60 歳代前半から 70 歳代前半。死別後の経過年数は 1 年 4 ヶ月～3 年であった。

方法と内容：インタビューによる半構造化面接法を実施した。目的 1：死別後の故人との内的関係のあり方とその変遷について検討する。①死後の故人との内的関係に関連するものとして、1) 故人に対する存在・イメージの内容と出現時期・変化した時期、2) 死別前要因と故人の死に関する要因、3) 遺品の取り扱いと処分した場合の時期について。

②死別後の悲嘆過程に影響を及ぼす文化的要因の検討。1) 各節目行事の時期（死後・49 日・お盆・一周忌）の心境、2) 現在の心境、3) 日常的宗教関連行動の有無とその理由について。

目的 2：高齢期における遺族の喪失体験後の適応を促進させる要因を中心に、回復する過程について検討する。①遺族にとってのわかちあいの会のもつ意味（役割）。②わかちあいの会以外の遺族の取った対処法（自助努力）やその他の社会支援の有無と内容。

結果と考察

故人との内的関係のあり方とその変遷では、故人の存在をどのようにイメージし、位置づけているのか内的体験プロセスを明らかにした。結果より、故人を身近な存在として捉

えている場合は、心臓発作などによる突然死の場合や闘病中に告知をせず、短期間で死に至った場合など、何らかの心残りや死別の実感がないことが影響しているのではないかと考えられる場合が多かった。また故人を身近に感じている場合は、親密な故人との関係性が持続しており、遺品の処分に迷う行動が見られた。そのため、死別前要因と故人の死に関する要因、遺品の取り扱いといったものが死後の故人との心理的距離感に影響しており、故人との内的関係との間に何らかの関連性があることが明らかになった。

次に悲嘆過程に影響を及ぼす文化的要因の検討では、一周忌にようやく気持ちの整理が付き始めるため、節目行事の時期の印象は残っていない事が多かった。そのため、法事（法要）と死別悲嘆との間に明らかな関連性は見出せなかった。その一方で、現在の心境に着目すると、喪失体験によって人の力の及ばない何かによって自分が「生かされている存在」である事に気づき、自然を含め様々な生命の一部として、自分の生を相対的視点で捉えるようになり、生を肯定するに至っていると理解できる場合が多かった。人の力の及ばない何かとは、日常の世界とは異なる、死んだ人が行ってしまった先の世界もしくは故人の存在そのものに象徴される世界と言いかえることができるかもしれない。そこには分離意識の曖昧な日本人独自の感覚が反映されており、故人との心理的距離感を示す遺品の取り扱いや、日常的に行われる宗教関連行動や運命・宿命として死別体験を捉える死の受容のあり方などと複雑に関連しており、死後の故人との関係に影響を及ぼしている事が明らかとなった。このことから、死を受容するとは、故人の存在を忘れ去ることや思い出さないようにする事ではなく、その人なりの方法で死後も故人とのつながりを維持していくことであると考えられた。

次にわかちあいの会は、情緒的側面だけでなく日常生活における具体的・实际的なサポートを提供する場でもあり、遺族の多様なニーズに応える援助性をもつ場であった。その存在は、高齢者における死別後の死の受容・適応のあり方を考える際に、援助形態の一つとして参考になる点が多かった。高齢期における配偶者との死別体験は、喪失後の適応作業でもあるため、故人や他者や霊的・超越的存在との関係性を再構成しながら自己の生を肯定し、自己の死を射程に入れながら生の意味を深める作業が行われていると思われた。故人との内的関係とは、単に個人的な内的作業を示すのではなく、わかちあいの会をはじめとし、友人や親戚や地域における他者との相互行為を通じて、その過程の中で肯定され確立されていくものではないかと考えられた。