

機関番号：23101
 研究種目：若手研究（B）
 研究期間：2008～2010
 課題番号：20791781
 研究課題名（和文） 自死遺族を対象とした自助グループの構築に関する研究
 研究課題名（英文） Research on the Construction of a Support Group for Families Bereaved by Suicide
 研究代表者
 櫻井 信人（SAKURAI MICHITO）
 新潟県立看護大学・看護学部・助教
 研究者番号：40405056

研究成果の概要（和文）：

我々は自殺対策の中でも自死遺族のケアに着目し研究を進めた。当事者へのインタビューを通して、自死遺族は様々な感情の中で悩み苦しんでいることが明らかになり、その支援として、まず安心して語れる場を作ることが必要であるという結果に至った。その形式には自助グループと支援グループがあるが、地域性を考慮し、我々は平成 22 年 3 月に自死遺族支援グループを立ち上げた。継続的に活動を実施し評価を繰り返す中で、初期の段階では語り合いの場よりも、個別対応が重視されるなどの課題が抽出された。

研究成果の概要（英文）：

We focused attention on care for bereaved family of suicide among suicide measures and initiated the study. It was clarified that bereaved family of suicide was suffered with various emotions through the interviews for the relevant people and we have come to the conclusion that it would be necessary to firstly establish a place to talk peacefully. Although the implementation system includes two groups as self-help group (by relevant people) and support group (by medical experts), with consideration of regional characters, we established a support group for bereaved family of suicide in March 2010. The issue for placing more importance on individual attention than discussion place during the early stage was obtained while we have repeatedly evaluated the group by executing the activity continuously.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2008 年度	1,200,000	360,000	1,560,000
2009 年度	600,000	180,000	780,000
2010 年度	1,200,000	360,000	1,560,000
総計	3,000,000	900,000	3,900,000

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学・地域・老年看護学

キーワード：自死遺族・支援グループ・ケア

1. 研究開始当初の背景

厚生労働省の人口動態統計によると、平成 19 年の自殺者数は 3 万 777 人となっており、平成 10 年以降、自殺者数は 3 万人を超えた状態が続いている。この状況に対し、国や自

治体を中心に自殺対策が取り組まれており、保健所や精神保健福祉センターでは、こころの健康増進やストレス対処、睡眠対策など自殺対策のための活動が行われている。しかし、これらの自殺対策は予防が中心であり、ポス

トベンションに位置づけられる自死遺族への心のケアは行われていないのが現状である。現実問題として年間3万人以上の自殺者数が出ている現状を見ると、身内の自殺により苦しんでいる自死遺族の支援にも目が向けられるべきである。

このような中、平成18年に成立された自殺対策基本法には、自殺予防だけでなく自死遺族支援に関することが初めて書かれた。またNPO法人ライフリンクを中心とした自死遺族支援が広まり始めるなど、近年自死遺族への支援は徐々に認知されつつある。

これまで研究者は、自死遺族へのケアをテーマの中心とし研究を続けてきた。保健師を対象にインタビュー調査をした結果からは、自死遺族へのケアの困難さとして、その特殊性ゆえに表に出ることがなく情報が入りにくいという点、偏見を含め医療者自身が介入しにくいと感じている点、現状として自死遺族へのケア活動が不足している点が見出されており、総合的なネットワーク作りが必要であることが明らかとなっている。

以上を踏まえ、自死遺族支援のためにまず自死遺族が苦しみを克服するために必要とするケアは何かを明らかにし、より効果的な支援活動をするための要素を検討し、先駆的な支援活動を構築していく必要があると考え、本研究の着想に至った。

2. 研究の目的

本研究では自死遺族が必要とする支援を明らかにし、効果的な自死遺族支援活動を検討した上で、上越地域に自死遺族支援グループを設立すること、そして実際に活動を行いながら、支援やケアを評価し、効果を検討していくことを目的としている。

3. 研究の方法

(1) 自死遺族を対象としたインタビュー

自死遺族を対象とした半構造的インタビューを実施した。調査内容は、事前情報としての対象者の背景（自殺者との関係、自殺後の経過年数など）を語れる範囲で語ってもらい、次に自殺されてからの経過や日常生活において困ったこと、どのような支援を必要としていたかを当事者の視点から自由に語ってもらった。得られたデータは逐語録にし、意味内容に準じてまとめ、自死遺族が求めている支援を検討した。

(2) フィールドリサーチ

自死遺族支援グループを設立する前の準備段階として、フィールドリサーチを通して他グループとネットワークを構築し、他グループの活動や運営の状況を調査した。フィールドは、自死遺族支援活動の中心的な存在であるNPO法人ライフリンクや先駆的な活

動を実施しているリメンバー福岡とこころのカフェきょうとなどとした。フィールドリサーチで得られた情報は、上越地域の実情と照らし合わせながら検討を重ね、自死遺族支援グループの設立に向けての基盤作りに活かした。

(3) 自死遺族支援グループの設立、運営、活動の継続と実施評価、課題の抽出

自死遺族へのインタビューおよびフィールドリサーチの結果から、上越地域において求められる効果的な支援グループを検討し、それを基に実際にグループを立ち上げ、活動を続けながら評価修正を繰り返し、具体的な課題や効果を検討した。

4. 研究成果

(1) 自死遺族が必要とする支援

自死遺族への支援は、自殺問題という特殊性ゆえに情報が入りにくいという点、社会の偏見が強く当事者自身からなかなか話せないという点、援助者自身も介入しにくいと感じている点が特徴としてある。そのため現状が見えにくく、支援が必要であっても支援ができていく状況がある。本研究を進めるにあたっては、当事者へのアプローチの難しさ、インタビュー対象者の選定の難しさ、支援などの介入の難しさがあった。

そのような中、自死遺族へのインタビューを通しては、自死遺族の感情として、助けがあげることができなかったという後悔の念がある一方、なぜ自殺をしたのかという疑問や自殺の原因がわからない苦しさ、さらに自殺者に対する憎しみの感情も交じっているなど、自死遺族は様々な感情の中で悩み苦しんでいることが明らかとなった。これらの感情は時間の経過とともにある程度緩和されてはいたが、決して消えるものではなく、ずっと遺族の心に残り、時間だけで解決できるものでもなかった。

また、身内を亡くした時の状況や自殺された方との関係によっても自死遺族の反応は異なり、うつ病で繰り返し受診や入院をしていた場合では、ついにやってしまったという思いと同時に覚悟していたという思いもあった。さらに、自殺の現場の第一発見者となった場合は衝撃が大きく、その光景を忘れることはできず、近づくこともできなくなっているなど、精神面だけでなく日常生活の部分にも強く影響を及ぼしていた。亡くした者との関係においては、子供を亡くした両親の場合、特に苦しみが大きく、仕事や生活の目的を失い、今後の生きる希望も失っていることが多かった。

これらの苦しみに対して自死遺族は、思いを表出する相手や機会もなく、誰にも話せず自分一人で抱え対処しなければならない

という現状があった。自死遺族を対象としたインタビューの結果、自死遺族の苦しみを軽減するためには、自死遺族が安心して語ることのできる「場」が必要であると考えられた。

(2) 自死遺族支援グループの構築

① フィールドリサーチ

自死遺族支援においては、匿名性の確保と内容の守秘性に十分配慮し、まずネットワーク作りに重点を置いた。主にフィールドリサーチを通して、NPO法人ライフリンクや新潟県の自助グループ「虹の会」とのネットワークを確保した。また先駆的な活動を行っているリメンバー福岡やこころのカフェきょうとなどの活動を見学し、会の活動や運営のために必要な情報を得た。また近隣地域の保健所など行政機関とのネットワークも確保し、自殺現状や対策などの情報交換を随時実施した。

フィールドリサーチを通して、自死遺族支援には大きく分けて、自助グループと自死遺族支援グループの2つがあることが明らかとなった。計画当初は自助グループを構築していくことを目的としていたが、自助グループと自死遺族支援グループのそれぞれの目的や役割を調査したうえで、上越地域において我々が構築していくのは自死遺族支援グループが妥当であるとの結論に至った。

② 自死遺族支援グループの立ち上げ

グループの立ち上げにおいては、自殺という問題を扱うため、情報の入りにくさや協力の得にくさもまた困難を伴ったが、これまでのフィールドリサーチや確立したネットワークを活かしながら、平成22年3月に上越地域において自死遺族支援グループ「はじめの会」を立ち上げた。

会の参加対象は自殺で大切な方を亡くされた方とし、2カ月に1回の定例会と、電話相談、個別面接などを行った。会のルールは、フィールドリサーチで得た他のグループを参考にしながら、守秘義務や宗教の勧誘の禁止、傾聴をして意見の押し付けはしないこと、感情をありのまま出してよいことを明示した。自死遺族支援グループの運営スタッフは、設立段階では看護職で構成され、定例会時にはスタッフによるプレミーティングやアフターミーティングを実施し、個別事例の対応や支援策の検討、会の運営の話し合いや活動の振り返りを行った。さらに、自死遺族支援グループを運営していく中で、自死遺族の苦しみは社会からの偏見の影響も大きいと感じ、自死遺族に対する正しい知識や理解の普及もグループ活動の目的であるとの考えから、一般市民を対象とした講演会も実施した。

現在までに定例会は計7回開催し、述べ19人の参加があった。その他に電話相談や個別

対応を実施した。

(3) 抽出された課題

これまでの参加者のアンケートやスタッフのアフターミーティングを通して得られたデータを質的に分析し、抽出された課題として、以下のものがあげられた。

① 会の存在や活動をいかに知ってもらうか

自死遺族支援活動を実施していくにあたっては、ケアの対象となる自死遺族に会の存在を知ってもらうことが必要となる。しかし、こちらから対象者を知る機会はほとんどないため、広く一般に会の存在をアピールしていく必要があった。これに対しては、新聞や行政などの広報に力を入れ、行政機関や医療機関などとのネットワークを作りながら協力を依頼した。その結果、新潟県内でネットワークを構築しながら、繰り返し新聞やテレビなどのメディアに取り上げてもらい、少しずつではあるが地域に浸透してきた。

また自死遺族当事者だけでなく、一般市民に広く自死遺族の現状を知ってもらうことも、自殺に関する正しい知識の獲得や偏見の軽減につながると考えられた。

② 地域特性による参加のし辛さ

都会とは異なる地域的な問題として、豪雪による影響や交通の便の悪さによる参加のし辛さ、上越という地域性、地域の規模が比較的小さいことによる知り合いに会うのではないかとといった身近な場所への参加のし辛さがあった。

特に高齢者の場合、交通手段が限られており、参加したくてもできない状況があった。これに対しては、まずは自宅からも可能な電話相談に重点を置き、必要に応じて個別対応や行政との連携をしていくことが効果的であると考えられた。また、身近な場所への参加のし辛さに対しても、参加者の希望により安心感を与えるためには、グループではなく個別で対応する必要があると考えられた。

③ 個別支援体制の確保

②にも関連してくるが、研究計画当初に重視していた語り合いの場を設けることだけでなく、特に初期段階では個別相談など個別での対応の必要性が確認された。我々の活動は自助グループではなく、自死遺族支援グループであるため場の提供だけでなく、自死遺族の希望に応じて個別での対応や相談等も求められていることが明らかとなった。またその際は、個別対応するスタッフを誰にするのかといった点も安心して語るための大事な要素となっており、参加者の状態、年齢や亡くされた方との関係などを考慮し、個別対応するスタッフを選定していくことが求め

られた。

④支援スタッフの確保

自死遺族支援グループを今後も定期的
に開催していくためには、支援する側のスタ
ッフの確保および能力の確保が必要となっ
てくると考えられた。今後は、行政機関とも連
携し、スタッフ派遣などの人員確保とスタッ
ッフの研修会等を共同で企画し、能力を向上し
ていくことの必要性が課題として出された。

加えて、活動内容が自殺という問題を扱
っており、語り合いの場においては、自死遺族
の様々な感情が表出され、支援スタッフ自身
も揺れ動かされる。自死遺族の感情や思いを
聞くだけでもスタッフの精神的疲労は強くな
るため、支援スタッフへのフォロー体制の
確保も今後の課題として抽出された。

⑤自死遺族支援グループを通しての継続的 な支援の確保

自死遺族支援は、グループへの1回の参加
で終わるようなものではなく、継続的な参加
を通して少しずつ気持ちの整理をし、自殺さ
れた方との思い出を語ったり、自身を振り返
ったりしながら、前に進み日常生活に戻っ
ていくものである。そのため、今後は継続的に
参加または支援できるような体制を整備し
ていくことが課題としてあげられた。

これらの抽出された課題を踏まえ、今後も
活動を継続していく予定である。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者に
は下線)

[雑誌論文] (計0件)

[学会発表] (計0件)

[図書] (計0件)

[産業財産権]

○出願状況 (計0件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

出願年月日:

国内外の別:

○取得状況 (計0件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

取得年月日:

国内外の別:

[その他]

自死遺族支援グループ「はじめの会」ホーム
ページ

<http://members.niigata-cn.ac.jp/sakurai/>

6. 研究組織

(1) 研究代表者

櫻井 信人 (SAKURAI MICHITO)

新潟県立看護大学・看護学部・助教

研究者番号: 40405056