

**科学研究費助成事業 研究成果報告書**

平成 29 年 8 月 22 日現在

機関番号：82406

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2016

課題番号：26350936

研究課題名(和文) 死別を体験した子どもの心理・社会的サポートの構築と検証に関する研究

研究課題名(英文) Study on Children's Grief Support after Bereavement

研究代表者

高橋 聡美 (Takahashi, Satomi)

防衛医科大学校(医学教育部医学科進学課程及び専門課程、動物実験施設、共同利用研究・その他・教授)

研究者番号：00438095

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,700,000円

研究成果の概要(和文)：1. 全国の遺児支援団体の協力を得て遺児と保護者の現状や抱えている問題を調査した。結果、母子家庭の貧困が明らかとなった。2. 2014～2016年の間に大切な人を亡くした子どもを支えるボランティア養成講座を10回開催し、全国に26カ所にまで子どものグリーフプログラムの場が広がった。3. グリーフキャンプの海外での実績をレビューし国内での展開を模索した。4. 自尊感情を育むグリーフプログラムを構築した。各コミュニティで子どものグリーフプログラムをワンデイの形で提供すると同時に保護者のグリーフケア、社会的支援を行うことがグリーフサポートとして有効であることが確認された。

研究成果の概要(英文)：1. With the cooperation of the orphanage support groups across the country, we investigated the present condition of the children and parents and the problem. Result The poverty of the mother and child families became clear. 2. We had 10 volunteer training courses supporting bereavement children during the period from 2014 to 2016, and the place grief program for bereavement children expanded to 26 locations in Japan. 3. We reviewed the overseas performance of the Grief Camp and sought for the development in the country. 4. We built a grief program to foster self-esteem. It was confirmed that providing community grief programs for children and at the same time to provide guardians' care and social support are necessary.

研究分野：精神看護

キーワード：死別 グリーフ グリーフサポート 子ども

## 1. 研究開始当初の背景

グリーフは死別などの喪失体験によって経験される心理過程であるが、本来は正常な反応であり、時間の経過とともに回復する過程を経る。しかし、正常な悲嘆が抑圧されたり、悲嘆の程度が通常の範囲を超えたりした場合に複雑性悲嘆や遷延性悲嘆として現れる場合があり、早期にサポートされるかによってその予後は異なってくるとされている。特に子どもの場合は大人と異なる反応がみられ、自死・事故死・病死など状況によっても反応が異なることが指摘されている。

USA には全米で約 500 か所の遺児のグリーフサポートの場があるのに対し、わが国においては継続的にグリーフサポートを提供している場はわずか数か所にしか過ぎず 2) 系統だった子どものグリーフサポートの構築は喫緊の課題である。

また、「遺児の支援」といった場合に奨学金の貸与などの支援ばかりが目立つが、実際の遺児たちが必要としているものは学習支援だけではなく、心のケアや親を亡くした後の法律的な対応、住居・ひとり親の就職問題など様々な社会的な課題を抱えている。

わが国において、遺児や遺児家庭の実態を知る調査は、奨学金の団体が奨学生を対象とした調査を行っているにとどまっております。学術的調査が存在しない。

## 2. 研究の目的

本研究の目的は大切な人を亡くした子ども達(以下遺児)のおかれている実態を把握し、遺児支援の課題を明らかにする。また、調査で得られた実態を踏まえ、心理・社会的グリーフサポート体制を構築し、サポートの効果を検証する。遺児へのグリーフサポートとは 遺児心理プログラム 保護者心理プログラム 社会的支援から構成される。本研究は子どものグリーフサポートの必要性を見出すとともに我が国で実践可能なサポートの構築に寄与するものである。

## 3. 研究の方法

1) 実態調査：全国の遺児と保護者および専門家・実践家へのヒアリング調査を行いわが国における遺児の実態と遺児家庭のニーズを把握する。

2) グリーフサポートの構築：上記の結果を踏まえて遺児に必要と思われるグリーフサポート( 遺児心理プログラム 保護者心理プログラム 社会的サポート)を構築する。

## 4. 研究成果

1) グリーフプログラムに関する文献レビューを行った。グリーフキャンプや認知行動療法などのいくつかの介入においてその効果が示された。特に子どもとその保護者を太守落としたグリーフキャンプに関して、その効果が示されている研究文献をレビューした

結果、2000 年以降の英文と和文で USA における 6 件のグリーフキャンプの研究が抽出された。研究対象となっているすべてのグリーフキャンプにグリーフワークの時間が必ず設定されており、トラウマティックグリーフや PTSD に関連した症状の軽減・家族間における市に関する会話の増加・孤独感の軽減・コーピングスキルに関する学びなどの効果が見られ、グリーフに関連した知識やスキルを持つスタッフによるグリーフワークを取り組むことはグリーフキャンプの絶対条件であると考えられた。本邦で今後、グリーフキャンプを展開するにあたっては、従来のキャンプの中にいかにグリーフワークを取り込んでいくかによってより効果的なグリーフキャンプが可能であると思われた。

2) 全国の遺児支援団体の協力を得て遺児と保護者の抱えている問題について調査した。結果、母子の貧困の実態が明らかとなった。特に学習塾などの習い事に関しては通わすことができないと悩んでいる家庭が多く、遺児支援の一環として無料の家庭教師の制度を持っている仙台のプログラムにおいては学習支援が遺児の自尊感情を引き上げている報告があった。学習支援においても大勢との関わりより 1 対 1 の個別指導の関わりの方が遺児との関係性を築きやすく、自尊感情および学習意欲を高めていくことができた。

### 3) 子どものグリーフプログラムの実践

啓発講演によりコミュニティのグリーフに関する理解は深まり、他の地域からもグリーフサポートの場を作りたいという声があるようになった。グリーフケアのボランティア養成は 2 日間で 10 時間の設定で実施。2014 年～2016 年の間で 10 回開催した。仙台・石巻・陸前高田・福島・東京・千葉・埼玉・福岡・大阪・札幌・富山・山口・宮崎でグリーフプログラムのスタート支援を行い、子どものグリーフサポートの啓発活動と共にコミュニティの中からサポーターを養成していった。仙台・石巻・陸前高田・福島・東京・千葉・埼玉・福岡・大阪・札幌・富山・山口、25 か所で、大切な人を亡くした子どものプログラムが開催された。ワンデイプログラムでは遊びを通してグリーフの物語を子どもたちが紡げる、安心安全の場を設定した。プログラムでは死別を体験した子どもたちが集まり、お互いの喪失体験を語り合える。当事者同士の語り合いの中で子どもたちは「死別を経験しているのは自分だけではないんだ」と孤立から救われる。また、プログラムにはファシリテーターと呼ばれる研修を受けたボランティアスタッフがあり、子どもたちの話に耳を傾ける。子どもたちが気持ちを吐露した時に「あなたはそう感じているのね」とその子のありのままの感情や言動を受け止め、「僕は/私はこれでいいんだ」と子どもたちの自尊感情を醸成していく。そこでは、悲しみを克服するというものではなくその喪失体験を抱えたままで亡き人とどうつ

ながら、どのように生きていくかということに力点が置かれる。CGSSではプログラムの質を維持するために、ボランティアスタッフの条件として、2日間(10時間)のファシリテーター養成講座の受講を義務付けている。また、ディレクター(プログラム責任者)は、ファシリテーターならびに運営スタッフとしての経験を複数回積み、さらに、ジョブシャドウイング(Job Shadowing)によるディレクター研修を受けた者としている。」ジョブシャドウイングは職業教育の一種で研修生が、実際のプログラム(以後、ワンデイプログラム)中にディレクターに影のように寄り添い、プログラム中の配慮や仕事内容を観察し学ぶものである。ルーチン業務を学ぶというより、プログラムの場が子どものグリーフの表現の場にふさわしい場になるような配慮や気づきを習得するものとなっている。

ワンデイプログラムのスタッフは、プログラムの内容や、参加する子どもの人数および特性に合わせて配置しており、全体をマネジメントするディレクターを1名配置し子どもと直接かかわるファシリテーターは、子どもの様々なグリーフ表現に対応できるように、参加する子どもと同じ数を配置している。この他、おやつ準備やクリスマスなどの企画の準備をする運営を2~3人配置している。また、保護者も別室でわかちあいの会を行っており、保護者用のスタッフは2~3名である。毎回の参加する子ども人数は平均20名で、スタッフの数は毎回15名以上平均である。

現在、CGSSでは約80名の方がファシリテーター登録しており、個々人の都合に合わせてボランティアでワンデイプログラムに参加していただいている。死因別にみると震災が42%で最も多く、病死が38%と次いで多い。

プログラムの会場は、おしゃべりのスペース 身体をあまり使わない遊びのスペース、身体を使った遊びのスペースに大きく分けられる。また未就学児がいる場合はその他に小さい子どもの部屋を用意している。

プログラムは13時からスタートし、アイスブレイキングの後に、おしゃべりのスペースへ移り、始まりの輪：オープニングサークルを行う。オープニングサークルではまずこの場にどのような子どもたちがプログラムに参加しどのようなことをするのかをわかりやすく説明する。次にプログラムのルールを説明を行う。ルール説明をした後、子どもとファシリテーター全員に自己紹介をしてもらう。この際、ファシリテーターは、子どもたちの間に座り、みんなで円状になる。自己紹介ではどこから来たか、好きな食べ物などの紹介のほか誰をいつ亡くしたかも話してもらう。プログラムに参加する子どもたちの多くは、「自分だけがお父さん/お母さんがいない」、「自分だけがみんなと違う」といった孤独感や疎外感を抱いていることが多く、

このような孤独感や疎外感は、学校生活などの集団内で、子どもの行動や感情を抑制したり、消極的にさせたりすることがある。プログラムの冒頭に、参加した子どもたち全員が死別体験をしていることを伝えることは、自分だけではなく、周りの子どもたちも同じような体験をしていることを知りその場がピアグループであることを認識してもらう時間でもある。また、プログラムには「パスのルール」があり、話したくないことは「パス」と言って拒否することもできる。このパスのルールはオープニングサークルに限らず、プログラム全体に共通した重要なルールで、話したくないことを無理に話をさせること、無理に気持ち語らせること、無理に体験を語らせることなど、子どものグリーフの表現の主導権を子どもたちから奪わないためのものである。プログラムの間、子どもたちが自分の気持ちや体験を自分の言葉で表現できるようにファシリテーターたちは寄り添う。

「話さない」という権利、「パスする」権利を保護することは、子どもたちの「話す」という権利と同様にプログラムの中では尊重されている。

次に自由遊びに移るが、この時間は、子どもたち一人一人がそれぞれの過ごし方を自由に選び、遊んだり、おしゃべりしたりする時間となっている。ボール遊びや鬼ごっこなどのエネルギーの高い遊びを好む子ども、カードゲームやお絵かきなどのエネルギーの低い遊びを好む子ども、子ども同士やファシリテーターとおしゃべりを好む子どもなど、子どもたちの遊びは様々である。一緒に遊ぶファシリテーターは、「子どもの主導権を奪わない」ことに注意し、子どもたちが自由に「遊びたい遊び」「話したい話」ができるようにかかわる。その場が死別を抱えたピアグループの場であることを認識している子どもたちは、遊びの中でグリーフを表現することがある。遊びながら亡くなった人との思い出を語ったり、遊びの中で思い出を再現したり、絵や工作の中にグリーフが表現されることもある。

おやつ時間では、子どもたちとファシリテーターと一緒に座って、おやつを食べる。子どもたちの多くは、遊びの時間の間ずっと遊び続け、自ら休憩をとる子どもほとんどいないため休憩時間の確保にもなると同時にファシリテーターとゆっくり話をする時間でもある。実際、遊びの時間でファシリテーターと一緒に過ごした子どもたちは、おやつ時間をきっかけに、普段の遊びや、友人関係、勉強のことなど、学校や家での様々なことについて話すようになる。

お話の時間は、おしゃべりの部屋に移り一定の時間をとり、自分の気持ちを話し仲間のシェアし、気持ちに丁寧に触れる時間である。季節ごとに話題を選んだり、ワークを取り入れたりする。

最後のおわりの輪は、輪になって座って手を

つなぎ、今日やったことをふりかえりながら、握手をぐるっと一周させ、「おしまい」と言って手を離すという一種のセレモニーを行う。子どもたちの中には大切な人ときちんとお別れができずに死別を体験した子どももあり、このように終わりの時に「ここでおしまい。また今度」と区切りをつけ日常に戻っていくことは大事なセレモニーである。

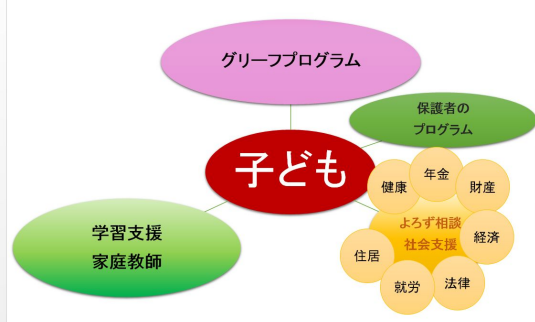
このように CGSS のワンデイプログラムでは、子どもに主導権を持たせながら遊びを通してグリーフが自由に表現できるよう、またお話の時間で安心して安全に自身のグリーフを語れる環境が整っている。

結果、8割の子どもがリピーターとしてプログラムに通っている。また、保護者のわかちあいの会を持っているプログラムは全体の6割で、保護者だけでも通いたいという保護者自身がグリーフを語れる場を求めていることが伺えた。

各コミュニティで子どものグリーフプログラムをワンデイの形で提供すると同時に保護者のグリーフケア、社会的支援を行うことがグリーフサポートとして有効であることが確認された。

また、学習支援は子どもたちの未来に大きく影響する支援であり、QOL だけではなく未来の質 QOF に影響すると考えられた。

子どものグリーフサポート体制



## 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5件)

- 1) 高橋聡美; 悲しみを抱える子どもへの支援; 健康教室 795 pp.22-25  
平成 29 年 1 月
- 2) 川井田恭子, 高橋聡美, 佐藤利憲, 西田正弘; 大切な人を亡くした子どものグリーフサポートの介入方法と効果に関する文献レビュー; 日本臨床死生学会会誌 21(1): pp.20-28 平成 28 年 7 月
- 3) 高橋聡美; 子どもの喪失体験とレジリエンス 発達 145pp.125-131  
平成 28 年 1 月
- 4) 高橋聡美, 川井田恭子, 佐藤利憲, 西田正弘; わが国における子どものグリーフサポートの変遷と課題; グリーフケア

- (3) pp.45-65 平成 27 年 3 月
- 5) 高橋聡美, 川井田恭子, 佐藤利憲, 西田正弘; 大切な人を亡くした子どものグリーフキャンプの実態とその効果に関する文献レビュー; キャンプ研究 (18): pp.3-11 平成 26 年 11 月

[学会発表](計3件)

- 1) Kawaiida Kyoko, Uchino Sayuri, Nakatomi Rika, Sato Yoshinori, Nishida Masahiro, Takahashi Satomi; Support for Bereaved Families in Japan Current Conditions and Future Challenges of the Support for Single-parent Families 第 2 回国際ケアリング学会  
平成 27 年 11 月
- 2) 高橋聡美; 死別体験後の子どもたちのサポートの実際~ 仙台におけるコミュニティモデルの挑戦: 日本いのちの教育学会第 16 回 研究大会: 平成 27 年 3 月
- 3) 川井田恭子, 高橋聡美, 佐藤利憲; 大切な人を亡くした子どものグリーフに対する介入の 実態とその効果に関する文献 レビュー; 日本臨床死生学会: 第 20 回日本臨床死生学会; 平成 26 年 11 月

[図書](計2件)

- 1) 『スーパー総合医 緩和医療・終末期ケア』著者: 新城拓也(編集), 小澤竹俊(編集), 高橋聡美, 新城拓也  
平成 29 年 2 月 中山書店
- 2) 『東日本大震災被災地・子ども教育白書』 高橋聡美, 今井悠介, 奥野慧, 秋永雄一, 津久井進, 道中隆  
平成 27 年 12 月 公益社団法人チャンス・フォー・チルドレン

[産業財産権]

出願状況(計 0 件)

取得状況(計 0 件)

[その他]

ホームページ等 なし

## 6. 研究組織

(1) 研究代表者

高橋 聡美 (Satomi TAKAHASHI)  
防衛医科大学 教授  
研究者番号: 00438095

(2) 研究分担者

佐藤利憲 (Yoshinori Sato)  
福島医科大学 講師  
研究者番号: 10583031

(3)研究協力者

西田正弘 (Masahiro Nishida)  
NPO 法人子どもグリーフサポートステーション代表  
川井田恭子 (Kyoko Kawaida)  
防衛医科大学校 助教