

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 6 月 10 日現在

機関番号：23101

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2011～2013

課題番号：23792722

研究課題名(和文) 自死遺族支援グループを運営・継続するために必要な要素

研究課題名(英文) Requirements for Organizing and Sustaining Suicide Survivor Support Groups

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

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,800,000円、(間接経費) 840,000円

研究成果の概要(和文)：自死遺族のつどいを運営するために必要な要素として、インタビューの結果、行政との連携、予算の確保、開催する場所の確保、継続的な広報活動、スタッフの確保、スタッフの育成、スタッフ間の信頼関係の維持、振り返りの実施、スタッフのモチベーションの維持、できる範囲での支援、研修会の開催、自死遺族支援の普及啓発、他機関とのネットワーク構築、アドバイザーの存在、運営するつどいの信頼性維持、つどいのルールの遵守、安心して語ることのできる雰囲気づくり、参加者のニーズの存在の18の要素が抽出された。これらの結果を上越地域での自死遺族支援活動に生かし、評価修正を繰り返しながら現在も活動を続けている。

研究成果の概要(英文)：Eighteen requirements for organizing a support group for suicide survivors were defined based on interview results: cooperating with municipal government agencies, securing a budget, securing a meeting space, conducting ongoing public relations, securing personnel, training personnel, maintaining trust among personnel, conducting reflective assessments, maintaining personnel motivation, providing support where possible, conducting seminars, raising public awareness of suicide survivor support, building a network with other organizations, consulting with advisors, maintaining the reliability of the group, strictly adhering to group rules, creating an environment where participants feel comfortable telling their stories, and having needs of participants to meet. These results have been applied in suicide survivor support activities in the Joetsu area of Niigata, Japan. The activities are ongoing and the evaluation results are continuously being updated.

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学・地域看護学

キーワード：自死遺族支援 自殺 グリーフケア

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24年の自殺者数は2万7858人であった。平成10年以降、毎年自殺者数が3万人を超えた状態が続いていたが、15年ぶりに3万人を下回った。しかしその数を見ると、交通事故死亡者数の6倍以上である。さらに自殺死亡率を諸外国と比較すると、日本の自殺死亡率はアメリカの2倍、イギリスの3倍となっており、今後更なる自殺者数の減少は、国を挙げて取り組まなければならない喫緊の課題となっている。自殺対策は各自治体を中心に取り組みが行われているが、現状では自殺予防が中心であり、自殺後に遺された遺族（以下、自死遺族）へのケアまで目が届くことは少ない。一人の人が自殺をすると少なくとも5人の者が深刻な影響を及ぼすと言われており、単純に計算しても直近10年では約30万人の自殺者があり、150万人以上の自死遺族が深刻な精神的影響を受け、ケアが必要な状態であると言える。

このような状況の中、研究者らは自殺対策の中でも自死遺族への支援の必要性を強く感じ、自死遺族ケアに関する研究活動を続けてきた。これまでの研究成果からは、支援者側から見た自死遺族支援の難しさとして、「自殺という特殊性から表に出ることがなく情報が入りにくい点」、「偏見を含め医療従事者自身が介入しにくいという点」、「現状として自死遺族のケアに向けて活動が不足しているという点」が明らかとなった。（櫻井ら，2007）さらに自死遺族へのインタビュー結果からは、自死遺族の感情には自殺者に対する後悔の念がある一方で、「何で」という疑問や憎しみの感情、さらには自分自身を責めるような気持ちが生じるなど、様々な感情の中で悩み苦しんでおり、そのような苦しみの中においてもなお、自殺のことを口に出すこともできず、一人で抱え、誰にも話すことができない中で孤立し苦しんでいる状況が明らかとなった。（櫻井ら，2008）

これら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でできる場が必要であるとの結果に至り、自殺対策の中でも自死遺族への支援の必要性を強く感じたことから、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」を設立し、自死遺族への支援活動を現在まで続けてきた。活動を通して、遺族ケアの需要は高くケアの必要性を強く感じている。これまで活動を続けてきた中で、今後は活動や運営をいかに継続していくかが課題としてあがった。そこで本研究では自死遺族のつどいの運営面に着目し、自死遺族のつどいを運営し、それを継続していくためには何が必要であるかを明らかにしたいと考え、本研究の着想に至った。

2. 研究の目的

本研究の目的は、自死遺族のつどいを運営

し継続するために必要な要素を明らかにすることである。

3. 研究の方法

(1) 研究デザイン

質的記述的研究

(2) 対象者

本研究の対象者は、自死遺族のつどいを運営するスタッフである。本研究は対象者の選定に時間を要すことから、事前にフィールドリサーチ等を行い、他グループとのネットワークを構築した上で対象者の選定を実施した。

(3) データ収集方法

半構成的グループインタビューを行った。インタビュー内容は、事前情報としてのつどいの立ち上げの経緯やこれまでの経過、スタッフになったいきさつなど、運営面に関することとして、継続して運営するにあたっての注意点や生じた問題点、運営においてスタッフとして気を付けていることなどをスタッフの視点から自由に語ってもらった。インタビューは対象者の同意を得た上でICレコーダーにて録音した。

(4) 分析方法

得られたデータは全て逐語録にし、文脈を繰り返し読み意味内容を検討しながら、自死遺族のつどいを継続して運営するために必要な要素を抽出しカテゴリー化した。

(5) 倫理的配慮

本研究は新潟県立看護大学倫理委員会の審査承認を得た上で実施した。インタビューの実施にあたっては、研究の主旨、守秘義務の厳守、個人名や地域名は特定されないように配慮すること、つどいの運営面にのみ注目し個人情報については聞かないこと、得られた情報は研究以外には使用しないことを口頭と文書にて説明し、対象者の同意を得た上で実施した。

4. 研究成果

全国の自死遺族のつどいを運営するスタッフ5施設、計12名の対象者にインタビューを実施した。インタビューの結果、自死遺族のつどいを運営・継続するために必要な要素として、【行政との連携】、【予算の確保】、【開催する場所の確保】、【継続的な広報活動】、【スタッフの確保】、【スタッフの育成】、【スタッフ間の信頼関係の維持】、【振り返りの実施】、【スタッフのモチベーションの維持】、【できる範囲での支援】、【研修会の開催】、【自死遺族支援の普及啓発】、【他機関とのネットワーク構築】、【アドバイザーの存在】、【運営するつどいの信頼性維持】、【つどいのルールの遵守】、【安心して語ることでできる雰囲気づくり】、【参加者のニーズの存在】の18の要素が抽出された。

【行政との連携】について、今回インタビュー対象となった5施設は、行政と密接に連携している所から連絡を取り合う程度のと

ころまであったが、いずれも何らかの形で行政とのつながりは持っており、「自殺率の高い県の場合、行政としても何とかしたいと思っているからタッグを組める」、「公的機関がバックについているとそこを信用してくれる」、「場所取りとかは保健師さんがやってくれる」、「行政が場所どうぞってところは強いですね」という語りがあり、行政との連携のある方が運営のしやすさや運営面に余裕が生まれると思われた。また、【行政との連携】があると、その他の要素である【予算の確保】や【開催する場所の確保】、【継続的な広報活動】、【研修会の開催】、【自死遺族支援の普及啓発】、【運営するつどいの信頼性維持】についても行政がサポートし、実施しやすくなるといった利点があった。全国的にみると、個人で立ち上げ行政との連携がないところもあるが、運営という視点で見ると、行政との連携が要素としてあげられ、お互いにメリットのある形で協働して動くことが効果的であった。

【予算の確保】については、運営に関する費用に加え、シンポジウムの開催やスタッフの研修費用など、自死遺族支援の活動の幅を広げていくために必要な要素としてあげられた。語りでは、「助成金で主に活動しているような感じですね」、「ホームページ作るとかそういうのでちょっとお金おいたり」、「補助金出すにしてもきちんとした団体でないとできませんので、ここがNPO法人化するまでは」などがあった。予算の確保はNPO法人化することで取りやすくなる一方、会計や計画等の事務手続きの負担が増えるという面もあった。

【開催する場所の確保】では、「やっぱり継続して長く続けられるような場所がいい。そういう意味じゃ行政が場所どうぞって所は強いですね」、「決められた日に決められた場所で会が確実に運営できているというのが1番大事」といった語りがあり、自死遺族のつどいを運営するにあたっては、同じ場所で開催できる体制を確保していくことが求められた。

【継続的な広報活動】では、つどいの存在を知ってもらうことがまず必要であり、それにはチラシやパンフレットの配布、新聞への掲載を継続的に実施することが有効であった。また、保健所や市役所からつどいの開催を案内してもらうこともあり、行政との連携にも関連していた。

自死遺族のつどいを運営・継続するために必要な要素に関しては、スタッフに関する要素が多く抽出された。まず【スタッフの確保】については、「参加者の中から、ある意味お世話係みたいな方たちまで関わる人がポツリポツリと出てきて」、「参加者の中からこの人なら落ち着いて対応してくれるかなという人に声をかけました」、「養成講座やってそのままスタッフとして関わってくれた方が何人かいますね」、「全く自分の時間でボラン

タリーにやってくださるっていう感じですね」など、参加者の中から声をかけることや、養成講座の参加者に声をかける、ボランティアや学生を使うといった方法でスタッフを確保していた。また、スタッフの確保については、年齢や性別、死別体験など一定のバランスを確保しておくことも、幅広い参加者への対応に有効であった。

【スタッフの育成】では、「遺族への対応の仕方とか、グリーフワークとは何かとか、研修会を開いて」など、自死遺族のつどいを運営するスタッフのスキルの確認やスキルアップを図ることを目的に、スタッフが研修会等に参加し、自死遺族への対応の仕方やグリーフケアについて学んでいた。

自死遺族のつどいを運営するためには【スタッフ間の信頼関係の維持】も必要な要素としてあげられた。語りには、「スタッフ同士の信頼感とか大事ですから」、「お互いに頼りにしている面もあるし、お互いにフランクに話せる関係ではあると思います」、「気が許しあっているっていうか、仕事ぶりっていうのは何となく知っているっていうのはあるんですよ」などがあり、スタッフ間の関係性もグループでつどいを運営するにあたって必要な要素であった。

【振り返りの実施】では、「スタッフ同士集まって、その日の参加者のことちょっと話し合ったり、そこで今日ちょっと大変だったねとかって話し合いもするから、それ以上引きずらないできている」、「自分の気持ちが大きく揺らいでしまったとか、抱えているものができてしまったとか、そういうのがないかどうか確認して振り返りますし」などの語りがあり、つどいの内容の振り返りだけでなく、振り返りを通してスタッフ自身の気持ちの整理も実施していた。これはスタッフが大きな負担や重い気持ちを一人で抱え込むことを防ぐことに繋がり、スタッフ自身が安心してつどいを開催するために必要であると考えられた。

【スタッフのモチベーションの維持】では、「やっぱりこう長くやってると話が変わってきますよね。前向きになる方とか、希望が全くない状態から変化してくると、やっぱりスタッフのモチベーションにつながってくる」、「人生が、生活感が変わってくるそういうのを見るとモチベーションが上がってくる感じですね」など、つどいを運営するうえでスタッフのモチベーションの維持は重要であり、そのスタッフのモチベーションには参加者の変化が大きくかかわっていた。

【できる範囲での支援】では、「できなければしょうがないというくらいの考えでやっています」、「はじめにこれくらいしかできませんよという提案をする」、「やっぱり負担があると続くっていうのはね、きっとそれはなかなかしんどくなるので」、「個人的な負担は小さくないとね。自分の時間を使ってるわけだから、それ以上のことはない方がいいで

すよね」。「まあ場合によっては、できなければしょうがないというくらいで考えてやっています」など多くの語りが聞かれ、あまり無理をせずにできる範囲で支援をしていくことが、つどいを継続して運営していくための要素としてあげられた。

【研修会の開催】では、養成講座や勉強会を開催することが、スタッフの獲得や育成にもつながり、つどいの運営を発展的にしていく要素となっていた。

【自死遺族支援の普及啓発】では、「啓発普及みたいな活動をしっかりやっております。講演会とかですね」など、自死遺族のつどいの開催に関する発信だけでなく、広く自死遺族支援の普及啓発をして一般市民にも自死遺族について理解してもらうことが、つどいの運営および活動を発展的にしていくことにつながっていた。

【他機関とのネットワーク構築】では、「こういう知らせが来ますよとか、県の取り組みを今こうですよとか知らせてもらった」、「保健師さんたちがこういう風なのありますよって教えてくれたり」、「精神保健福祉センターが電話で受けてくださる」、「他の県に出向いているんな方と触れ合う」など、様々な機関とネットワークで顔をつないでおくことで、情報が入りやすくなり、情報交換もしやすくなっていた。

【アドバイザーの存在】は、支援者への支援とも言え、「先生がバックにいるから何でも相談できる」など、スタッフ以外の人への相談体制やアドバイスをもらう体制があると、スタッフが安心して運営できることにつながっていた。

【運営するつどいの信頼性維持】では、「信用を得るまでには、人があまり来ない時期もあった」、「公的機関がバックにしていると、そこを信用してくれる」などの語りがあり、つどいの立ち上げの時期は信頼性を獲得していくことが求められ、その後はつどいの信頼性を維持していくことが求められていた。

【つどいのルールの遵守】では、つどいを運営するにあたって、いずれも基本的なルールを作っていた。これは参加者の安心感にもつながっており、語りには、「基本的なルールはありますね」、「守秘義務的なこととか、ある程度きちっとする」、「宗教とか思想、信条、他者の勧誘はしないってことはルール化している」などがあつた。

【安心して語ることでできる雰囲気づくり】では、参加者が安心して来ることができるよう、居心地の良さや雰囲気を大事にしており、語りには、「安全な場所で安心して語れるという、そこだけをきちっと担保しよう」、「居心地の良い空間を作っていることを心掛けてはいます」などがあつた。

【参加者のニーズの存在】については、語りでは、「永続的にとか、できる限り長くとかは別に目標にしているわけではないので、まあ参加者のニーズがあるうちは細々とで

もとは思っていますけどね」、「今日1人だみたいなのがあつても、それはそれで私はやると思います」、「またひとつ同じような会はいらない。用途別に参加者が来やすい所に、それぞれがなれば良いかなって思っています」、「参加者がいなくなったらそのまま解散、終わりにしますけどね。それで良いと思うんですけど」などがあり、参加者のニーズの存在では、参加者の多さを求めるのではなく、つどいのニーズがあることが求められていた。

本研究では自死遺族のつどいの運営面に着目し、自死遺族のつどいを運営・継続するために必要な要素として以上の18の要素が抽出された。

これら18の要素は単独ではなく、それぞれが関連しあっていたが、中でも行政機関との連携が大きな要素と考えられた。全国の自死遺族のつどいを見ると、行政との連携のあるところから、行政とは連携せず当事者のみで運営する場所まで様々であるが、運営という視点で見ると行政との連携のある方が、運営面で安定感を生み、活動の幅が広がると考えられた。実際に【行政との連携】はその他の多くの要素にもかかわっていた。行政機関からしても自殺対策は社会的な要請のある喫緊の課題であり、自殺予防を中心に活動を展開している。自死遺族支援について、つどいを運営する団体を支援することはお互いにとってメリットがあると考えられた。お互いの利点をうまく引き出しあい、相乗効果で自殺対策や自死遺族支援を展開していくことが効果的であると考えられた。

予算の確保は、つどいの運営を発展的にするための要素として重要であるが、これも行政との連携が密接にかかわっており、行政と連携しながら予算を効果的に使用していくことが、自死遺族支援の活動の幅を広げることにつながると考えられた。

つどいの運営にあたってスタッフの存在は必要不可欠であり、スタッフの育成など要素としても数多くあげられているが、できる範囲での支援というように、スタッフ自身があまり無理をしすぎないということも運営における要素になっていた。これに関連して、つどいのスタッフは、継続していくという強い考えはあまり持っておらず、参加者のニーズがある限りは続けるが、参加者がいなくなったらそれでいいという考えを持っている者が多かったのも注目された。参加者のニーズというものが、運営の大きな原動力となっているものと思われる。

本研究で得られた18の要素は、自死遺族のつどいを開催するために必ず必要なものではないが、本研究で出された要素が数多くあると自死遺族のつどいが効果的に運営しやすくなると考えている。

今回の研究で得られた成果は、研究者らが立ち上げた上越地域における自死遺族支援

グループの活動にも活かしており、現在も評価修正を繰り返しながら活動を続けている。

引用文献

櫻井信人 他：自死遺族が必要とする看護ケアのニード 自殺対策のケア提供者によって語られた遺族ケアの困難 ，新潟県立看護大学看護研究交流センター年報，2007

櫻井信人 他：自死遺族が必要とする看護ケアのニード ネットワーク構築のための基礎調査 ，新潟県立看護大学看護研究交流センター年報，2008

5．主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計0件)

〔学会発表〕(計1件)

櫻井信人，小林創：自死遺族のつどいに参加しようと思うために必要な要素，日本精神保健福祉学会第2回学術研究集会，2013年6月28日，埼玉

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