《焦点1》 気づきと行動変容

日本におけるグリーフケアの課題
――「おくりびと」は「おくられびと」に「ケアされる人」は「ケアする人」に――

上智大学グリーフケア研究所　高木慶子

1　「人類の歴史は生と死の歴史」でもある。「命ある」ものには必ず「死」が訪れる。また，ある場合には自己の死を迎える前に，家族を看取ることもあろう。その愛する家族や親しい人を喪失した後，体験する複雑な情緒的状態を「グリーフ（悲嘆）」と呼んでいるが，いずれ多くの人々は悲嘆者となるだろう。

2　愛する人を亡くし悲嘆に陥ることは正常な反応であるが，しかし，世界的にも，また日本社会の現状を見るとき，人命に関する様々な出来事，特に戦争，民族間の争い，災害，事故，事件，自殺などで，無念な最期を遂げる人々が多い現状である。このような最期を遂げられた遺族のグリーフは深刻な状況となる可能性もある。

3　しかし，どのような死別形態であっても，遺族にとっては辛く複雑な悲嘆状態になることには変わりないが，今，なぜに「グリーフ」について人々の関心が高くなっているのか。それは日本社会の変化にあると考える。

4　以前の日本社会は大家族での生活であり，また地域社会での人間関係があった。その中で，悲嘆は癒されていた。しかし，現在は核家族となり，また地域社会の人間関係は希薄なものとなった。そのような社会状況から「悲嘆者」は孤独となり，意識的に第三者からのケアを受ける必要を感じているのが，現代日本の社会ではないかと考える。

5　その状況から，「意識的にグリーフケア」を受けたいと望む人々を受け入れるシステムの必要性が出てきていることに鑑み，「グリーフケアを専門に研究」し，また「グリーフケアの実践」を遂行できる人材を養成することの課題，及び一般市民に「グリーフ」についての理解を深める啓発と，また直接的なグ

リーフケアを行うことにより，より健康的で健全な社会を構築することが現代日本での課題ではないかと考える。

（第24回日本保健医療行動科学会学術大会プログラム・抄録 p. 16より）