

博士論文要旨

論文題目	自死遺族グループの変容過程を通して見出された自死遺族の心的外傷後成長
<p>【目的】 本研究の目的は、自死遺族グループの変容過程を通して、自死遺族が獲得した心的外傷後成長（PTG）を明らかにすることである。</p> <p>【方法】 実践的研究手法であるミューチュアル・アクションリサーチを参考に研究を実施した。研究対象者は、A 県の自死遺族グループの参加者およびスタッフの内、同意の得られた参加者 7 名、スタッフ 1 名とした。はじめに研究対象者とパートナーシップを形成した上で、共同で創出した『願い』の実現に向けて対話を繰り返し、自死遺族グループを進めた。活動を通して確認された自死遺族グループの変容を局面として捉え、研究対象者とスタッフの相互作用を含めて検討し、自死遺族グループの変容過程における研究対象者の肯定的な発言や行動に着目して PTG を抽出した。</p> <p>【結果】 研究期間を通して、自死遺族グループは計 15 回開催し、自死遺族グループの変容過程として、10 の局面が見出された。局面 1 の【研究への参加同意とパートナーシップ形成】から始まり、局面 2 では【自死遺族グループに対する『願い』の確認と共有】を行った上で、局面 3 の【卒業生の体験を共有する機会の設定】をした。そのような中で COVID-19 による蓋然的事態が発生したが、局面 4 では【研究対象者が協力し合い、自死遺族グループの開催に向けて主体性を育む】機会となり、自死遺族グループとしてのターニングポイントとなった。その後、局面 5 の【立ち止まり振り返るための停滞】を経て、局面 4 と同様の事態が生じた局面 6 では、【研究対象者とスタッフが協力し合い、主体的に自死遺族グループを運営する】ことができ、自死遺族グループとして大きく前進した。局面 7 では、COVID-19 の感染拡大により、自死遺族グループの活動が制限された期間を経て、自死遺族グループの「つどう」場の要素が大きくなるという【つどいの場への進化】が確認され、局面 8 では悲しみの共有だけでなく、【自死以外の話題による喜びの分かち合いの展開】が見られた。局面 9 では【『願い』と運営の再確認】を行い、『自死遺族グループを末永く維持していく』ことが全員の『願い』であり、その『願い』に向けて相互協力していくことを確認し共有した。局面 9 を踏まえて局面 10 では、【『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』の実現に向けた自死遺族としての役割の発揮】ができ、研究開始時には見られなかった自死遺族グループとしての大きな変容が確認された。</p> <p>自死遺族グループの変容過程を通して、研究対象者全員が積極的にグループに関与し、受動的ではなく能動的に関わる変容が見られた。自死遺族グループの中で役割を見つけ、能動的に自死遺族としての役割を遂行し、他の自死遺族を支える側に移行した点は、研究開始時には見られなかった新たな可能性の獲得であり、自死遺族の PTG であった。また、自己を振り返ることによる精神的な変容や、自死遺族同士の結びつきが強まることによる他者との関係の発展、さらに自死を乗り越えて他者を支える人間としての強さも確認された。研究対象者個々により参加の状況は様々であり、PTG の進度は異なったが、自死遺族</p>	

グループの変容が研究対象者全員に波及し、PTG を促していた。

【考察】

自死遺族グループへ継続的に参加し、気持ちを語りつくした者に対しては、自死遺族グループに関する対話を通して、自己だけでなく他者やグループに意識を拡大することが、自死遺族の更なる PTG につながると考えられた。そのためにスタッフは、時期を見極めながら支持的に関わり、自死遺族と対等な関係で相互作用に着目しながら自死遺族グループを作り上げていくことが有効である。これまでの自死遺族グループは語りを通して気持ちを整理することが主な目的であったが、継続的に参加をすることで PTG を促進することが本研究により明らかとなった。

キーワード：自死遺族，心的外傷後成長，ミューチュアル・アクションリサーチ

博士論文

論文題目 自死遺族グループの変容過程を通して見出された
自死遺族の心的外傷後成長

(Posttraumatic growth of people bereaved by suicide that was
confirmed through transfiguration process in their own group)

氏名 櫻井 信人

目次

I. 序論

1. 研究の背景	1
----------	---

II. 研究目的

1. 研究目的	3
2. 研究の意義	3

III. 文献の検討

1. 自死遺族に関する先行研究	3
2. 自死遺族グループに関する先行研究	5
3. 死別後の成長に関する先行研究	7

IV. 研究方法

1. 研究デザイン	
1) アクションリサーチについて	8
2) ミューチュアル・アクションリサーチの選択	9
3) MAR を参考にする根拠	9
2. アクションリサーチの研究対象者となる対象の選定方針	10
3. 研究期間	11
4. 研究場所	11
5. 具体的な手順とデータ収集方法	
1) 自死遺族グループ開始前のアンケート実施	12
2) 自死遺族グループ開催中の参加観察	12
3) 自死遺族グループ開催後の自死遺族グループに関する対話	12
6. 分析方法	
1) データの読み込み	12
2) 自死遺族グループの変容過程の可視化	12
3) 自死遺族グループ内の相互作用の図式化	13
4) 研究対象者の PTG の分析	13
7. 用語の定義	
1) 自死	13
2) 自死遺族	13
3) 心的外傷後成長(PTG)	14
4) 自死遺族グループ	14

V. 倫理的配慮

1. インフォームドコンセントを受ける手続き	15
2. 個人情報の取り扱い	
1)個人情報の取得	15
2)個人情報保護の方法	15
3. 資料・情報の保管および廃棄の方法	16
4. 研究対象者に生じる負担と、予測されるリスクおよび利益，これらの総合的評価，当該負担およびリスクを最小化する対策	
1)予測される利益	16
2)研究対象者に生じる負担，予測されるリスク	16
5. 研究の資金源等，研究機関の研究に係わる利益相反，個人の収益等，研究者等の研究に係わる利益相反に関する状況	17
6. 研究機関の長への報告内容および方法	17
7. 研究成果の公表について	17
8. 研究対象者および関係者からの問い合わせ，相談等への対応	17

VI. 結果

1. 研究対象者の概要	17
2. 自死遺族グループの参加者数の推移	18
3. 自死遺族グループの変容過程	
1)ストーリーライン	18
2)自死遺族グループの変容の局面	19
4. 自死遺族グループの研究対象者とスタッフの関係の変容	25

VII. 考察

1. 自死遺族グループの変容過程	26
2. 自死遺族グループの変容過程を通して見出された自死遺族の PTG	29
3. 本研究の限界と今後の課題	31

VIII. 結論

謝辞	32
引用文献	33

I. 序論

1. 研究の背景

警察庁(2022)の自殺統計によると、2010年以降の日本の自殺者数は減少傾向にあったが、近年は減少の幅が緩やかになり、新型コロナウイルス感染症(Coronavirus Disease 2019, 以下、COVID-19とする。)の感染が拡大した2020年には増加に転じている。2021年は前年比74名減少し、自殺者数は2万1007人であった(警察庁, 2022)。自殺者は男性に多く、最も多い年代は50歳代であるが、近年は10歳代の若年者や女性の自殺者の増加も問題となっている(警察庁, 2022)。厚生労働省の人口動態統計(2022)を見ると、日本では10歳代から30歳代の死因の第1位は自殺であり、20歳代では死因の約半数を自殺が占めている。一人の人が自殺をすると少なくとも5人に深刻な影響を及ぼすと言われており(高橋, 福間, 2004)、遺された両親や兄弟など近い者の悲しみは計り知れない。自死遺族の数は自殺者の数よりも非常に多く、自死遺族は後追い自殺といった自殺のリスクを含め、長期間にわたる心理的問題を抱えているため(Karl & Karolina, 2011)、精神的なケアの必要性は高いと言える。自死遺族を対象としたインタビュー調査(櫻井ら, 2008)においても、自死遺族は自死した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、自責の念が生じるなど、様々な感情の中で悩み苦しんでおり、自殺のことを口に出すこともできずに孤立している状況が明らかとなっている。そのような自死遺族に対しては、安心して語ることのできる場が必要であり、自死遺族グループはその役割を担うものである。「自死遺族を支えるために～相談担当者のための指針～」(大塚, 濱田, 2009)においても、自死遺族同士の分かち合いの場の確保や、体験を語り聴き合うことの重要性が述べられている。

自殺死亡率は経済動向と相関があるが、その他にも様々な要因が重なり追い詰められた末の結果である(澤田ら, 2010)。COVID-19の感染が拡大して以降、在宅勤務の増加や行動の自粛、マスク着用など、他者とのコミュニケーション方法がこれまでと変化し、人とのつながりが希薄になりやすい状況が生じている。孤立は自殺の危険因子でもあり、景気の悪化を含めて今後、自殺者数が上昇することも考えられる。そのため、自殺予防対策の推進とともに、自死遺族支援である自死遺族グループの更なる拡充が求められる。

自殺対策は、自殺予防とハイリスク者への危機介入、そして事後対応の3段階に分けられ、自死遺族支援は事後対応にあたる。行政が実施する自死遺族支援事業を見ると、電話相談が最も多く、保健所が中心となり活動をしている(原見ら, 2019)が、自死遺族の数や多様性に対応できるまでに至っていないのが実情である(河西, 2010)。また、電話相談以外にも、行政が主導となり自死遺族が集まる場を作っている地域もある。しかし、その多くは利用者が3人未満であり、利用実績が少ないことが課題としてあがっており(原見ら, 2019)、自死遺族グループの活動報告書(櫻井ら, 2011)では、地域性を含めた自死遺族が参加に繋がるまでの困難、支援スタッフの確保、ネットワーク構築や一般住民の自死遺族に対する理解の普及といった課題が見出されている。

自死遺族が自死遺族グループへの参加に繋がるまでの困難については、自死遺族グループのスタッフを対象にしたインタビュー調査(小林ら, 2013)において、「支援場所の存

在を知ること」,「自死遺族が情報を得たいと思うタイミングの一致」,「何があるのか見える安心感の存在」,「自宅と会の場所までの距離」,「会に参加するためのエネルギーの内在」,「初めて参加した際の居心地の良さ」が影響していることが明らかとなっている。自死遺族が自死遺族グループへの参加に至るには,適切なタイミングでの情報提供や安心できる環境の維持が求められている。また,自死遺族グループの運営に関して見ると,全国の自死遺族グループを運営する6施設のスタッフ計14名にインタビューを実施した調査(櫻井,小林,2018)では,自死遺族グループを運営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】、【自死遺族支援の普及啓発】、【運営するつどいの信頼性維持】、【他機関とのネットワーク構築】、【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】、【アドバイザーの存在】、【できる範囲での支援】、【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17の要素が明らかとなっている。自死遺族支援にあたっては,自死遺族グループの運営基盤が確立されていることも重要であり,安定的な運営の下で自死遺族支援を実施することが自死遺族の参加にも繋がると思われる。

自死遺族支援に関する全国的な組織としては,特定非営利活動法人である全国自死遺族総合支援センターがあり,自死遺族支援事業を行っている。自殺対策の中の自死遺族支援を見ると,行政よりも民間が中心となって活動を展開しており,各地に自死遺族のグループが設立されている(全国自死遺族総合支援センター,2019)。

本研究の対象となる自死遺族グループは,研究者らが2010年3月に設立をし,これまで活動を続けてきた自死遺族グループである。スタッフは,精神看護を専門とした看護師で構成している。場所は公営の施設を使用しており,第2土曜日の14時から開催している。プログラムは,最初に参加者にアンケートをとり,前回参加後からの変化や話したいこと,グループ分けの希望などを聞いている。参加者の背景は,自死直後に参加した者から年数が経過後に参加した者,参加して間もない者から長期間継続的に参加している者まで様々である。さらに自死した者との関係も多様であり,これらを考慮してグループ分けを実施している。多くは2つのグループに分かれて,それぞれにスタッフが入り語り合いの場を設けている。スタッフはファシリテーターとして進行を行うが,自死遺族グループの場は全員が対等な関係であり,その場で話したい人が話したいタイミングで話せるように心がけている。1時間半ほどの語りの時間を終えた後,全体で集まって茶話会を実施し,気分を安定させて16時に終了となる。語りの場の他にも参加者の希望に応じて,電話やメールでの相談,別の日程での個別面談を実施している。参加者が自死遺族グループを知るきっかけとしては,保健所や市役所からの紹介,ホームページによるものが多く,できるだけ参加をしやすいように参加費は無料としている。

これまでの自死遺族グループは,安心して感情を表出できる場や,誰にも話せない思いを語る場の提供を主な目的としていた。継続的に自死遺族グループに参加し,感情表出や思いを語りつくして卒業という選択をする者がいる一方,当初の目的が達成された後も継続的に参加している者もあり,自死遺族グループの新たな役割を検討するようになった。そこで,継続的に参加をしている自死遺族と共に自死遺族グループを作り上げていくことで,自死遺族グループが発展的に変容し,自死遺族自身も成長していくので

はないかと考え、本研究の着想に至った。

Ⅱ. 研究目的

1. 研究目的

本研究の目的は、自死遺族グループの変容過程を通して、自死遺族が獲得した心的外傷後成長(Posttraumatic Growth, 以下、PTG とする。)を明らかにすることである。

2. 研究の意義

本研究では、自死遺族グループの変容過程を通して、自死遺族が獲得した PTG を明らかにすることを目的に、ミューチュアル・アクションリサーチを参考にして研究を実施した。ミューチュアル・アクションリサーチを参考にすることで、対話によって得られた結果はその都度、自死遺族グループに反映され、参加者に還元することができ、その過程を記述することで、自死遺族グループの変容過程を可視化することができる。また、変容過程を通して自死遺族が獲得した PTG を見出すことで、新たな成長や生き方といった PTG の視点を取り入れた自死遺族グループの開催につなげていくことが期待できる。これは、地域における精神看護学の新たな活動の場にもつながると考えている。在院日数の短縮や社会的入院患者の地域移行、包括型地域生活支援プログラムの広まりなど、精神看護学における地域支援の位置づけは今後さらに大きくなっていくことが予想される。自死遺族支援においても医療と地域の両面から自死遺族を支えていくことが必要であり、自死遺族グループは地域の社会資源にあたる。本研究結果が、地域において看護師が行う自死遺族支援の先駆事例になるとともに、各地域にある自死遺族グループが、自死遺族支援を進めるにあたっての参考資料になると考える。自殺対策は、精神看護学における重要な課題であり、自殺予防や危機介入に加え、PTG の視点を取り入れた自死遺族支援が自殺対策の中に追加されることが期待できる。

Ⅲ. 文献の検討

1. 自死遺族に関する先行研究

自死遺族に関する先行研究を見ると、自死遺族は悲しみ以外にも様々な感情や現実的な問題に苦しんでいる状況が明らかとなっている。自死遺族を対象に日記を質的に分析した末木(2010)の事例研究では、自死遺族の心理的状态として、【故人への怒り】、【自責・後悔】、【原因の追及】、【悲しみ】、【哀れみ】、【家族への気遣い】、【悲しめない】、【故人の尊厳の回復】の8つ状態が確認されている。自死遺族は、親しい者を亡くした悲しみだけでなく、故人への怒りや自責、後悔などが生じ、悲しみと向き合うことを困難にしている状況が推察される。さらに、自死遺族 25 名を対象に心理学的剖検を実施した研究(高井ら, 2019)では、自死遺族はメンタルヘルスの不調に加え、特に女性では経済的問題を含めた生活環境の問題が生じることを指摘している。生活といった現実的な問

題に対処せざるを得ない状況が加わると、悲しみに向き合う機会が失われ、精神的な問題も生じやすい。この点について、自死遺族 17 名を対象に健康に関する質問紙調査を行った研究(藤井ら, 2012)では、自死遺族は PTSD のハイリスク状態であり、心理的影響が長期化しやすいことが明らかとなっている。

さらに周囲の偏見がこの心理的な影響をより複雑にしており、これを岡本(2017)は二次被害と述べている。この偏見に関して、大学生を対象にした自死遺族についてのアンケート調査(山中, 田上, 2009)では、自死遺族に否定的な態度が存在することが明らかとなっている。しかし、自死遺族との関わりを経験している場合には否定的な感情が軽減される(山中, 2009)ことから、社会との接点を増やし、自死遺族への理解を深めていくことも自死遺族グループの活動には求められると思われた。

自死遺族に対してのサポートを見ると、支援に繋がるまでの難しさが存在している。藤井らは(2012)、支援を必要とする場合においても自死遺族による自発的な援助要請に至らないことを指摘しており、性差で見ると実際に相談に至るのは女性が多い(手塚ら, 2012)。本研究の対象となる自死遺族グループの参加者においても女性が多く、自死遺族 25 名を対象に心理学的剖検を実施した高井ら(2019)の研究では、男性は支援情報の得にくさが問題となっていることを述べている。支援に至るまでの難しさが存在していることが自死遺族支援の特徴であり、相談しやすく安心して語ることのできる場であることを周知し、情報発信していくことが求められている。このように自死遺族グループに参加するまでの難しさはあるが、自死遺族グループへ参加し、様々な思いを語ることで、精神的安定を図ることが期待できる。川島ら(2010)は、自死遺族の精神的健康を維持していくためには、故人の死を理解し、意味を見出すことが重要であると述べている。吉野(2011)も同様に、自らを納得させることのできるストーリーを持っていることが精神的安定に寄与すると述べているが、これを遂行できるのが自死遺族グループであり、自死遺族の精神的安定を維持するために有効な社会資源になると思われた。

次に海外文献を見ると、海外では自死遺族を指す用語として *bereaved by suicide* が一般的であるが、アメリカでは *suicide survivor* が一般的であり広く受け入れられている。そこで CINAHL with Full Text を用い、*suicide survivor* を検索語としてタイトル検索すると 78 件の論文があり、*bereaved by suicide* をタイトル検索すると、59 件の論文が確認された。*suicide survivor*、又は *bereaved by suicide* をタイトルに含む文献 137 件の中から、自死遺族となったことでの生活や精神面への影響に焦点を当てた論文は 28 件であり、さらに自死遺族の心身への影響や、偏見を含めた自死遺族の生き辛さを記述した論文は 12 件であった。自死遺族の心身への影響について見ると、自死遺族となった母親 7 名に個別インタビューを実施した Sugrue et al. (2014)の研究では、自死遺族となった母親は罪悪感が強く、身体的症状を伴う悲嘆が長く続くことが明らかとなっている。自死遺族は事故や殺人、自然死と比較しても、うつ病の発症や自責の念、社会適応に影響を来しやすい状況があり(Tal et al., 2017)、日本における自死遺族と共通する状況が述べられていた。

うつ病との関連を見ると、Brent et al. (2009)は、自死、事故、突然死で親を亡くした子ども 176 人と、死別していない 168 人を比較した研究の結果、自死で親を亡くした子どもはうつ病を発症しやすいことが明らかとなっている。また、Pitman et al. (2016)

は、自死遺族は他の突然死と比較して、自殺念慮や自殺未遂のリスクが高く、精神科対応が必要な状況もあること、自死遺族へのケアは自殺予防にもつながることを指摘している。属性にかかわらず、自死遺族はうつ病を発症しやすいことが伺える。自死遺族とうつ病の関係については、他の死別と比較して発症しやすいと述べられている文献が多く(Zhang et al., 2005; Mitchell et al., 2009; Cerel, 2016), 自死遺族のうつ病発症の背景について、自死遺族 240 人にアンケート調査を実施した Scocco et al. (2019)の研究では、スティグマが影響していることが明らかとなっている。Sveen & Walby(2008)は、死因を隠すことや話を拒絶する傾向が自死遺族には存在することを述べており、Sheehan et al. (2018)も、自死を隠す姿勢とスティグマとの関連を指摘している。スティグマの影響が強いと自死遺族の生き辛さや必要な支援を受ける妨げにも繋がるが、自死遺族グループは同じ体験をした者同士が集まる場であり、スティグマを緩和する効果が期待される。Spino, et al. (2016)は、自死遺族グループを利用することで、うつ病の症状を減らせることを指摘している。

2. 自死遺族グループに関する先行研究

自死遺族とグループを検索語として、医中誌 Web を用い検索すると 50 件の論文があり、グループに焦点を当てた論文に絞ると 23 件であった。北海道での自死遺族グループの活動報告(鳴海, 2018)や、自死遺族グループの導入から安定期までの経過の振り返り(吉野, 2018), 自死遺族の現状や分かち合いの効果を述べた論文(杉本, 2017; 山口, 2015)があり、それぞれ自死遺族の現状から、安心して語ることのできる場が必要であると述べている。さらに、この検索結果を原著論文に絞ると 10 件であった。この内、自死遺族グループの運営や支援内容に焦点を当てたものは 4 件あり、精神保健福祉センターによる自死遺族グループの設立の経過を振り返ったもの(小泉ら, 2009)や、自死遺族同士の交流を図るための支援内容を検討したもの(黒澤ら, 2007)があり、精神保健福祉センターが中心となり、自死遺族支援に取り組んでいる状況が確認された。2006 年に施行された自殺対策基本法には、「自殺者の親族等の充実」が明記されており、精神保健福祉センターを中心に自殺予防だけでなく、自死遺族支援にも活動が広がっていることが伺える。

自死遺族支援活動の一つである自死遺族グループには、当事者のみのグループとスタッフのいるグループがある。自死遺族グループに精神保健福祉センターが関与し、保健師が入る利点としては、情報の得やすさ、これまでの地域保健活動の経験、社会資源の知識が役立つことがあげられている(小泉ら, 2009)。千葉ら(2010)は、自死遺族グループにおける保健師の役割として、遺族個人、グループ、地域全体の 3 つの視点で関わることの必要性を述べている。保健師が関わることは、地域全体の視点を含めて自死遺族と関わるができる専門職としての強みがある。新里, 鈴木(2018)も、グループの運営における行政の関与の必要性を述べており、自死遺族グループの運営に関するインタビュー調査(櫻井, 小林, 2018)でも運営に必要な要素として、行政との連携があげられた。一方、自死遺族による運営では、グループへの関与を通じて自己効力感を獲得し、新たな生活世界が再生されるといった報告もある(良原, 2009)。専門のスタッフがいることや行政の関与があることは運営面において利点があり、他方、自死遺族が運営に関

与することは当事者の成長に寄与することが期待できる。

次に海外文献を見ると、アメリカの自殺学会のウェブサイトには自死遺族のグループが400以上列挙されており、数としては多いが、カウンセリングのみの提供や機能自体が不明なものもある(Feigelman et al., 2017)。自死遺族のグループについて、Cerel et al. (2009)の調査では、グループの88%が参加者10人未満の少人数であり、経験の共有が参加者の大きな目的となっていた。Rubey & McIntosh(1996)の調査でも、参加者は10人未満が多く、自死の体験を共有することを目的とし、自由に語ることを重視しているグループが多かった。日本と同様に語りを重視し、全員が語るができるように少人数として、当事者同士の分かち合いの場となっていると思われた。

Shields et al. (2019)は、自死遺族がその経験から意味を見出す過程において、自死遺族のグループが必要であることを述べている。一方、自死遺族は複雑性悲嘆やスティグマに苦しんでおり、自死遺族グループで語ることや感情の表出をするには、自死遺族グループ内での参加者同士やスタッフとの関係の構築が重要となる。その関係性について田中ら(2012)は、うつ病高齢者に対し継続的なナラティブアプローチを実践した結果、精神内界の苦悩を表出するためには相互信頼を構築する関わりが基盤として必要であると述べている。また、Testoni et al. (2019)は、自責の念は全期間にわたって常に存在し、グループ活動において新たな人が加わった際にも強くなると述べている。自死遺族グループは、常に感情が揺れ動く自死遺族同士が相互作用し、不安の軽減と後退を繰り返しながら進んでいくことが示唆される。

継続的な自死遺族グループへの参加を通して気持ちを整理し、感情のコントロールが可能となった者に対しては、自己洞察や自死と向き合うことも有効であることが先行研究で明らかとなっている。Torres(2018)は、自己認識を変化させることが自死遺族の新たな人生を獲得することにつながると述べており、Supiano et al. (2017)は、感情表出にとどまらず、自死者と向き合い語ることが、自死に対する認識を変容するために必要であると述べている。Miers et al. (2012)も自死遺族に必要な支援の中に、故人を見つめることや想起することを挙げている。また、Feigelman et al. (2017)は、アメリカの自死遺族グループのファシリテーターは、個人の問題を社会的な問題として捉え、自死遺族に対する社会の変化を促すことにも重点を置いていたと述べており、自死遺族グループの目的が、感情表出を通して気持ちの整理をする場から、さらに発展できる可能性を示している。

本研究の対象となる自死遺族グループには、メンタルヘルスを専門とする看護師がスタッフとして存在し、運営も行っている。自死遺族のみで構成される自助グループと、支援スタッフがいるグループのファシリテーターを調査した研究(Sanford et al., 2018)を見ると、自死遺族のみの自助グループでは自死という経験を共有しやすい一方、ファシリテーター選出の難しさが課題として挙げられており、グループの動きを促進するためには支援スタッフの存在が必要であると述べている。自死遺族がファシリテーターやスタッフを務める利点では、自死遺族から支援スタッフとなった15人を対象に、自死後の経験をインタビュー調査した研究(Oulanova et al., 2014)によると、スタッフという立場で同じ経験をした他者を支援することが、自身の癒しにつながる事が明らかとなっており、これは良原(2009)の結果と同様であった。先行研究では、グループ運

営や支援に関する論文は見られたが、アクションリサーチを用いて自死遺族グループの変容過程を示した研究は見られなかった。アクションリサーチで見ると、Oe & Hasegawa(2013)のうつ病者の当事者会運営に関する研究があり、ミューチュアル・アクションリサーチを用いて、メンバーとスタッフの協働による運営の変容過程が示されている。しかし、研究対象はうつ病者であり、自死遺族を対象とした研究は見られなかった。

3. 死別後の成長に関する先行研究

死別と成長を検索語として、医中誌 Web を用いタイトル検索すると 7 件の原著論文があった。この中で最も古いものは東村ら(2001)の文献であり、死別の肯定的側面に着目し、死別後の成長を測るための成長感尺度を作成している。この尺度を用いた死別後の成長に関する研究を見ると、がんで患者を亡くした家族の死別後の成長には、看取りの状況が影響することが示唆されており(佐野ら, 2014)、死別を経験した高齢男性の成長では、友人の数や外出の頻度が影響することが明らかとなっている(宮島, 北山, 2011)。本研究の対象となる自死遺族で見ると、自死は突然生じることが多く、一般的な病死とは看取りの状況が異なること、自死の話題を避けるために他者との接点が減少しやすいことから、死別後の成長を得にくいことが推察される。河野(2013)は、故人が安らかに亡くなったと感じることが、死別後の不調や意欲の消失を少なくすると述べているが、後悔や自責の念が生じやすい自死遺族では、死別後の不調や意欲の喪失が生じやすいと思われる。

渡邊, 岡本(2005)は、死別経験により人格的発達が起こることを明らかにしており、「自己感覚の拡大」、「死への恐怖の克服」、「死への関心・死の意味」の人格的発達を述べている。山田, 新井(2016)は、死別経験のポジティブな焦点付けが、死別経験後成長感を促す中核的なものであると指摘しているが、自死による死別では複雑性悲嘆を生じることもあり、死と向き合うことも難しい。ポジティブな焦点付けに至るには相当の時間を要することが考えられ、自死遺族の場合、一般的な死別とは反応が異なることが考えられる。死別後の精神的問題の発生については、故人の死に対する心の準備が影響する(坂口ら, 2001)が、自死の場合は突然起こることが多く、心の準備ができないまま生じ、死別後の精神的問題に発展しやすいと思われる。奥芝, 島谷(2014)は、自死による死別経験について、自死に対する疑念や様々な感情的悲嘆反応が故人と自分との閉鎖的な関係の中で循環するため、死別受容の困難さは強いと述べている。

自死による死別と成長について海外文献をみると、CINAHL with Full Text を用い suicide と growth をタイトル検索した結果、19 件の論文があり、そこから遺伝学や病理学など、本研究の対象とする自死遺族とは内容が異なるものを除くと 11 件であった。これらの内、最も古い文献は 2009 年であり、自殺後に遺された遺族を成長の視点で捉える考え方は比較的新しい概念であることが分かる。Levi(2019)も自死後の成長に関する論文が少ないことを指摘している。

これら 11 件の論文のうち、自死遺族の成長やその影響要因について述べられた 4 件の文献を見ると、自死遺族を含む死別経験者 159 人を対象にアンケート調査を実施した Levi(2017)の研究では、自死遺族は突然死や自然死と比較しても、故人との肯定的な

関係の程度が低く、PTG に負の影響を及ぼすことが明らかとなっており、本研究が対象とする自死遺族は他の死別と比べ、死別後の成長が促進されにくいことが分かる。そのような自死遺族に対して、成長を促進する要因を見ると、Feigelman et al. (2018)は、自死について語り、開示していくことが悲嘆の減少や精神的健康に有意に関連しており、Levi(2019)は自己開示と社会的支援を受けることが成長を促進する上で重要であると述べている。また、Drapeau et al. (2018)は、自死遺族 307 人にアンケート調査を実施した結果、自身の問題に焦点を当てた問題焦点型対処が PTG を促進するために必要であると述べ、その一つとして自死遺族グループへの参加を挙げている。これまでの先行研究から、自死遺族が自死について語ることや自己開示をすることは、自死遺族の成長を促進することにつながるということが明らかとなっており、社会的支援の一つであり本研究の対象となる自死遺族グループは、PTG を促進する場として適していると思われる。しかし、これら死別後の成長に影響を与える要因が明らかとなっている一方で、自死遺族グループに参加することでどのように成長が得られていくのかを明らかにした研究は見られなかった。

これまでの先行研究から、自死遺族は当事者が参加するグループ活動の中で、悲嘆や自責の念、不安感や生き辛さから徐々に自分を取り戻し、現在の生活における肯定感を獲得していくが、これは即ち、自死遺族が PTG を獲得していく機会になっているのではないかと考えた。この PTG を検索語として、医中誌 Web を用いタイトル検索すると 15 件の原著論文があった。これらを見ると、震災やがん患者遺族、障害受容、ドメスティックバイオレンスに関するものが 10 件あり、自死遺族に関するものは伊藤ら(2014)の 1 件であった。伊藤ら(2014)の研究では、自死遺族の手記を述べるにとどまっておらず、自死遺族グループの変容過程から、自死遺族が獲得した PTG について明らかにした文献は見られなかった。そこで、自死遺族グループの変容過程を通して自死遺族が獲得した PTG を見出していきたいと考え、本研究の着想に至った。

IV. 研究方法

1. 研究デザイン

1) アクションリサーチについて

本研究は、研究手法としてアクションリサーチを用いた。アクションリサーチは Lewin が提唱した研究方法であり、望ましいと考える社会的状態の実現を目指して、研究者と研究対象者が展開する共同的な社会実践である(矢守, 2010)。アクションリサーチを用いた研究の動向を見ると教育、保健医療、高齢者の現場で 2011 年以降増えつつある(吉本, 兎澤, 2017)。藤田(2014)は、実証主義に基づく研究手法では、集積された一般的な知見が必ずしも実践に直接利用可能であるとは限らないと述べているが、アクションリサーチは実践に即した研究であり、結果を直接利用できるという点は強みであると言える。一方でアクションリサーチには、研究結果の質の確保や時間的制約といった難しさも存在している。

アクションリサーチは、人間問題の研究に対する哲学的アプローチであり(Alison,

2000/2005), 伝統的な実証主義的研究に求められてきた妥当性, 信頼性, 客観性, 一般化とは一線を画した新しい世界観を持つ研究デザインである(芳賀, 2016). アクションリサーチはいくつかの種類に分類されており, Holter & Schwartz-Barcott(1993)によると, 「研究者が主導的立場で現場の問題点を明らかにしてアクションを実施するといった演繹的な考えであるテクニカルアプローチ, 解釈学的で全体性を重視した哲学的基盤を持ち, 帰納的な考え方に立つミューチュアルアプローチ, 批判理論が哲学的基盤として, 実践を批判的に内省する方向に導き, 意識を強化するエンハンスメントアプローチの3種類に分類している」(嶺岸, 遠藤, 2001, p. 8). 筒井(2018)は, アクションリサーチには様々な種類があるため定義が一つにとどまらないことを指摘しているが, 研究者が現場に入り, 現場の人たちも研究に参加するという参加型の研究である点, 現場の人たちと共に進めていく民主的な活動であり, 社会に変化をもたらすという点はどの文献にも共通している. 研究者はこれまでの活動から実際に自死遺族グループを立ち上げ, 現在まで活動を続けてきた. 活動を続けていく中で, 運営に関することや継続的参加者への更なる支援など, 新たな課題が生じており, 自死遺族グループを発展的に運営していくために, 本研究に取り組んでいきたいと考えた. 本研究が自死遺族グループ活動に直接貢献できること, 自死遺族のエンパワメントの促進が期待できることといった理由から, 研究手法としては実践的研究手法であるアクションリサーチが最も適しているのではないかと考えた.

2) ミューチュアル・アクションリサーチの選択

ミューチュアル・アクションリサーチ(Mutual Action Research 以下, MAR とする.) は, Margaret A. Newman の健康の理論(Newman, 1994/1995)を基に, 遠藤らによって考案された手法である(遠藤, 新田, 2001). Newman は, どのような状態であっても人間は全体的な存在であり, その全体的存在の人間は進化・成長し, その過程は健康の過程であるという健康観に立っており, ケアする人とされる人とのパートナーシップや現象の見方や捉え方, パターン認識を重視している(遠藤, 2018; 宮原, 2018). Newman の健康の理論(Newman, 1994/1995)について, 我妻, 嶺岸(2015)は, 「人間は生命を脅かすような疾病(出来事)で大きな揺らぎが生じたとしても, 環境からのエネルギーを得て, 混乱や不確かさの時期から, より高いレベルの秩序へと意識が拡張し, 人間として進化・成長することができる」(p. 25)と述べている. さらに遠藤(2018)は, 「日常的な生活を送っていた人が予想もしなかった出来事に遭遇すると, 窮地に陥るが, この窮地を脱するときには大きく変容し, それ以前の自分より拡張・進化する」(p. 23)と述べている. 大きな揺らぎや窮地は, 自死遺族の場合では身内の自死が当てはまる. 身内の自死を経験した者同士が集まり, 自死遺族グループの活動を進めていくことで, 自己理解の深まりや活動範囲の拡大など, 相互作用をしながらグループとしても, 自死遺族としても成長できることが期待される. これらを踏まえ, 本研究では Newman の拡張する意識としての健康の理論(Newman, 1994/1995)を基に, 遠藤らが提唱する MAR の手法を参考にしながら研究を実施することにした.

3) MAR を参考にする根拠

本研究は, 自死遺族グループの変容過程を明らかにし, その過程における自死遺族の PTG を見出すことを目的としている. 看護師であるスタッフと自死遺族という立場の

違う者同士がパートナーシップを組み、グループ内対話と実践活動を通して、両者が望む自死遺族グループを作り上げ、発展的に変容していくことを目指している。

アクションリサーチの中の MAR は、研究する者と研究される者という立場を分かち合い、互いの了解による意思決定をしながら、そのプロセスを体験する手法であり(遠藤, 新田, 2001), 立場の違う参画者がパートナーシップを組み、共同で創出した『願い』の実現を目指して、グループ内対話と活動を実践し、変化を生み出すというプロセス重視型の実践的看護研究である(三次, 遠藤, 2021). 本研究においても、現在活動をしている自死遺族グループを対象とし、状況をコントロールせず、研究対象者およびスタッフの意思決定の上で進めていくこと、研究対象者と対等な関係で協力し合い、対話の上で自死遺族グループの運営を進めていくこと、相互作用の中で発展的に進む自死遺族グループの変容過程を可視化していくことから、研究手法として MAR を参考にした。また、本研究の対象となる自死遺族グループのスタッフは精神科を専門とする看護師で構成されている。Newman(1994/1995)は、疾病などの出来事を経験して窮地に陥り、混乱の時期にある者が以前の自分より拡張・進化を遂げていくには、混乱の時期に寄り添うナースが求められると主張している。本研究の対象者は、自死遺族グループへの継続的参加を通してある程度語りつくした者であり、混乱の時期を経過した者である。その研究対象者と看護師であるスタッフがパートナーシップを形成し、自死遺族グループを進めていくことは、これまでの語りを中心とした自死遺族グループとは異なる形で進化していくことが期待される。自死遺族グループ内の相互作用を通してこれらの変容過程を明らかにするために、本研究では MAR を参考にして研究を実施することとした。

2. アクションリサーチの研究対象者となる対象の選定方針

研究者らが A 県に立ち上げた自死遺族グループの参加者およびスタッフの中から対象者を選定した。対象者の選定基準は、自死後 1 年以上経過している者であり、自死遺族グループへの参加回数が少なくとも 6 回以上の者とし、かつ自身のことを落ち着いて話すことができる者とした。食事や睡眠に著しい支障を来している者、語りの場面で感情を表出し続けコントロールができない者など、身体症状または精神症状が見られる者は、選定段階において対象者から除外した。

対象者の選定について先行研究を見ると、死産を経験した母親のグループに関する研究(宮本ら, 2005)では、グループへの参加が 1 年以上の者を対象者としていた。がんで配偶者を亡くした者へのインタビュー調査(横山, 2017)では死別後 1 年以上としており、複雑性悲嘆の研究(黒澤ら, 2018)では死別後 1 年以上経過している者を対象としていた。自死遺族を対象としたインタビュー調査では、死別から 2 年以上経過した者を対象とした研究(幸若, 2012)があり、配偶者を亡くした自死遺族を対象とした研究(大倉ら, 2013)や、子どもを自殺で亡くした親を対象とした研究(大倉ら, 2017)では、対象者を自死後 3 年以上としていた。また心理学的剖検として、自殺発生間もない頃にインタビューを実施している研究(高井ら, 2019)も見られた。これらの先行研究を踏まえ、また対象者をできる限り多く選定するために、対象者の選定基準を自死後 1 年以上かつ自死遺族グループへの参加回数が少なくとも 6 回以上とした。対象者の選定基準を自死後の経過年数のみとした場合、自死遺族グループへの参加が 1 回の場合でも対象となるため、選定

基準に自死遺族グループへの参加回数も加えた。参加回数を少なくとも 6 回以上とした理由は、繰り返し参加し、自死遺族グループへの参加が生活の一部として取り込まれている者を対象者として選定するためである。しかし、対象者は自死後の経過年数や自死遺族グループへの参加回数だけでなく、自死の背景や自死に至った手段、自死者との関係性など個別性も大きい。そのため自死からの経過年数や自死遺族グループの参加回数に加えて、自身のことを落ち着いて話すことができる者という条件を加えた。

上記の選定条件に該当し、同意が得られた者を研究対象者とした。なお、本研究のフィールドとなる自死遺族グループには、研究対象者以外の参加者も含まれている。そのため本研究において、自死遺族グループの参加者全体を指す場合は参加者とし、研究の対象となる者を指す場合は、研究対象者と表現し区別する。また、本研究はスタッフも研究対象者となるが、スタッフを指す場合はスタッフと示す。

3. 研究期間

データ収集期間は、COVID-19 の影響により 1 年延長し、新潟県立看護大学倫理委員会の承認を経て、新潟県立看護大学学長の許可後から 2022 年 3 月 31 日までとし、研究期間は 2023 年 3 月 31 日までとした。

4. 研究場所

本研究の対象となる自死遺族グループは、公営の施設内の部屋を用いて開催した。

5. 具体的な手順とデータ収集方法

アクションリサーチのプロセスは、課題の明確化、計画立案、行動と観察、分析とリフレクション、再計画をらせん状に繰り返しながら継続していく特徴がある。本研究はアクションリサーチの中でも、遠藤が提唱した MAR を参考にし、『願い』の実現に向けて自死遺族グループの運営を行った。本研究における『願い』は、研究対象者が自死遺族グループに対して望む『願い』であり、活動内容や運営に関すること、自死遺族グループのあり方が含まれる。

本研究では、自死遺族グループ開始前に実施したアンケート、自死遺族グループ開催中の参加観察記録、自死遺族グループ開催後に実施した自死遺族グループに関する対話記録、スタッフからの申し送り記録をデータとして用いた。研究実施にあたっては、これまで 2 か月に 1 回の頻度で開催していた自死遺族グループを月 1 回に増やして開催し、研究の説明および同意が得られた後は、最初にこれまでの活動や成果から、自死遺族グループに対する今後の『願い』を話し合い、研究対象者から出された『願い』を全員で共有した上で進めていった。研究開始後は、定期的に自死遺族グループのあり方を話し合い、研究対象者とスタッフ間で対話や情報共有をしながら、全員が願う自死遺族グループのあり方を目指していった。これらは自死遺族グループ開催後の対話の場で実施した。

研究者は、参加者の精神面と身体面を見ながら、ファシリテーターとして自死遺族グループに参加した。研究者は全員に発言ができる機会を与えられるように配慮し、参加者と常に対等な立場で自死遺族グループを運営するように心がけた。なお、活動を通し

て研究対象者の中からファシリテーター役が育成された場合、研究者は研究対象者とともにファシリテーター、またはスタッフとして協働しながら自死遺族グループを運営することとした。

自死遺族グループ開催時の流れは、以下の通りである。

1) 自死遺族グループ開始前のアンケート実施

各回の自死遺族グループの開始前に、参加者および研究対象者に対して自由記載のアンケート(資料 4)を実施した。アンケート内容は、前回の参加時からの出来事、前回の参加時からの気持ちの変容、当日の体調、本日話したいこと、グループ分けの希望、個別相談の希望の有無である。アンケートの記入や記名は任意とし、研究時の対応として、研究対象者のアンケートは無記名、記号化した。

2) 自死遺族グループ開催中の参加観察

研究者はファシリテーターとして自死遺族グループに入り、参加観察しながら対象者の様子を記録した。グループ分けはアンケート内容を元に、参加者の属性やその日の体調を含め、参加者と話し合いの上で決定した。通常 2 つのグループに分けて実施するが、参加者の人数が少ない場合は 1 つのグループでも実施した。データ収集については、語りやすい雰囲気を作り自由に語ってもらう目的に加え、グループ内に研究対象者とそれ以外の参加者が含まれることから、この場では IC レコーダーは使用せずに、研究対象者の言動を手書きで記録した。2 つのグループで実施した際、研究者が入らない側のグループについては、自死遺族グループ開催後の対話時に振り返りを行った。実施にあたってはできる限り自由に話ができる環境を維持し、参加者および研究対象者に対しては、参加したいときに参加できる環境を保障した。

3) 自死遺族グループ開催後の自死遺族グループに関する対話

自死遺族グループの終了後、自死遺族グループについて話し合う場を設けた。その際、研究対象者にも声をかけ、同意が得られた場合は入ってもらい、その日に話した内容の確認や振り返り、自死遺族グループに対する思いや意見、自死遺族グループの変容を話し合い共有した。また、研究者が捉えた自死遺族グループの変容を研究対象者にも伝え、そこから研究対象者が感じ取った自死遺族グループの変容についても話し合った。さらに、研究を実施してからのグループ内の関係や相互作用も話し合い、自死遺族グループとしての今後のあり方を検討した。記録は対象者の同意の元で IC レコーダーを用い、同意が得られない場合は、研究者が手書きで記録をした。

これらは研究対象者の状況や自死遺族グループの状況を踏まえ、評価修正を繰り返しながら実施し、自死遺族グループの変容が確認された時点で終了することとした。

6. 分析方法

1) データの読み込み

自死遺族グループ開始前に実施したアンケート、自死遺族グループ開催中の参加観察記録、自死遺族グループ開催後の自死遺族グループに関する対話記録、スタッフからの申し送り記録を精読した。

2) 自死遺族グループの変容過程の可視化

得られたデータを精読した後、自死遺族グループの活動内容や運営を含めた自死遺族

グループのあり方に関する記述を抽出した。次に、自死遺族グループの変容に着目した上で、自死遺族グループが停滞した時期や前進した時期など、類似した内容ごとに分析シートにデータを記載した。記載したデータから、研究対象者およびスタッフの言動について、自死遺族グループの変容の視点からデータの解釈や分析を行った。その上で自死遺族グループが継時的に進化していくあり様を変容の局面として捉え、その特徴を最も表す表現を用いて示した。変容は、研究者が捉えたもの、対象者が捉えたもの、両者が捉えたものすべてを含め、変容の見られない時期や後退した時期なども合わせて検討し、自死遺族グループの進化のプロセスとしてまとめた。

3) 自死遺族グループ内の相互作用の図式化

自死遺族グループの変容において、グループ内で生じている相互作用に着目し、自死遺族グループの参加者とスタッフというこれまでの関係からの変容が確認された局面を抽出し、関係の変容を検討した。そして自死遺族グループの変容の局面と共に発展していく研究対象者、およびスタッフの関係の変容としてまとめ、図式化した。

4) 研究対象者の PTG の分析

自死遺族グループの変容の各局面において、自死遺族グループ開催中の参加観察記録、自死遺族グループに関する対話記録、スタッフの申し送り記録から、研究対象者の自死遺族グループ参加による肯定的な発言や行動に着目して PTG を見出した。

結果やデータの分析に当たっては、アクションリサーチの経験を豊富に持つ指導者のスーパーバイズを受けながら進め、結果は研究対象者にも伝え、信憑性の確保に努めた。

7. 用語の定義

1) 自死

自死は自らの意思で死ぬ手段を選択し、既遂に至ることである。自殺と同義語で用いられるが、本研究では自死を用いる。

島根県が県内における自殺対策の表現を自死に統一しているが、自殺を自死と表現する自治体は少数であり、自殺という表現の方が一般的である。一方、自死遺族支援の現場では自殺という用語を用いることは少なく、自死が一般的である。自殺と自死の表現について、全国自死遺族総合支援センター(2013)が、自死・自殺の表現に関するガイドラインをまとめており、そこでは全てを自死に言い換えるのではなく、丁寧な使い分けを推奨している。自死・自殺の表現に関するガイドライン(全国自死遺族総合支援センター, 2013)では、自殺企図、自殺未遂、自殺防止など、行為を表現するときは自殺という表現を用い、遺族や遺児に関する表現については自死を用いると明記されている。本研究は自殺後に遺された遺族を対象としていることに配慮し、自殺という用語は用いずに自死という表現を用いることとした。ただし、本文中に引用文献を用いた際など、そのままの表現が良い場合は自殺という用語を用いる。

2) 自死遺族

本研究における自死遺族の定義は、友人を含めずに家族に限定し、家族を自死で亡くした者とする。

自死遺族は、自殺の手段に係わらず、自殺後に遺された遺族のことであり、英語表記は suicide survivor や bereaved by suicide と表現される。多くは身内である家族を指

すが(John & John, 2010), 家族だけでなく友人なども含め, 大切な人を自殺で亡くし遺された者を自死遺族と定義しているものもある(高橋, 福間, 2004; Arianna et al., 2019). 自死遺族の家族の形態については様々あるが, 民法第 725 条並びに育児休業, 介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律第 2 条を参考に, 本研究における家族は, 配偶者, 父母および子並びに配偶者の父母, そして兄弟を含むものとする. 配偶者については, 婚姻の届出をしていないが事実上の婚姻関係と同様の状況にある者も含める.

3) 心的外傷後成長 (PTG)

本研究では, 自死というトラウマティックな出来事を体験した自死遺族が, 自死遺族グループへの参加を通して体得した肯定的な心理的変容を心的外傷後成長(PTG)と定義する.

PTG は, 心的外傷をもたらすような非常につらく苦しい出来事をきっかけとした人間としての精神的な成長を指し, Posttraumatic Growth と表記され, Tedeschi & Calhoun(1996)によって定義された. Tedeschi & Calhoun(1996)が開発した心的外傷後尺度(Posttraumatic Growth Inventory: PTGI)は, 他者との関係(relating to others), 新たな可能性(new possibilities), 人間としての強さ(personal strength), 精神的な変容(spiritual change), 人生に対する感謝(appreciation of life)の 5 つの下位因子で構成されている.

PTG の前提となる外傷体験は死別体験に限らず, 地震などの自然災害, 交通事故, 犯罪, 疾病や障害など多種あり, 個々の捉え方により違いがある. そのため PTG の前提条件として, 個々の信念や世界観を揺るがすような破壊的な出来事が不可欠となっている(宅, 2016). 本研究では, 身内の自死による死別体験が当てはまる. 西野, 沢崎(2015)は PTG について, それまで持っていた信念や価値観では抱えられないような心理的衝撃の伴う出来事に曝された者が, そうせざるを得ない状況下での精神的もがきを経験する中で生起される肯定的な心理的変容の体験であると述べており, 飯村(2016)は, 危機的な出来事や困難な経験での精神的なもがきを通し, 奮闘の結果生じるポジティブな心理的変容と定義している. PTG は, 身内の自死という世界観が変わるような衝撃的出来事を経験し, その中でもがきながら新たな世界を模索し, 自身の世界観が肯定的に変容していくことと捉えられる.

本研究では, 自死遺族が, 自死遺族グループへの参加によって自ら獲得する新たな生き方や考え方, 自死への捉え方の肯定的な変容を PTG として着目している. PTG の判断には, 主観のみを捉えるもの, 客観のみのも, 主観と客観の両面から判断するものなどがある(宅, 2016). 本研究においては, 自死遺族グループの変容過程を通して検討し, 対象者のみが捉えたもの, 研究者が捉えたもの, 研究者と対象者の双方が捉えたものいずれも含めて PTG とする.

4) 自死遺族グループ

本研究では, 運営主体やスタッフ構成を問わず, 自死遺族がつどい語り合うグループの全てを自死遺族グループと定義する.

自死遺族グループには, 自死遺族のみの自助グループや支援者のいるグループ, 行政主導型のグループ, 民間のボランティアや NPO 法人が立ち上げたグループなど, 様々

な形態がある。厚生労働省(2009)の自死遺族相談担当者のための指針によると、複数の遺族が集まり、互いに体験を語り、聴き合うことを目的とした集会やグループワークの場を遺族の分かち合いの場としている。

研究者らが運営している自死遺族グループは、スタッフが看護師で構成されており、当事者のみの自助グループではなく支援者のいるグループに分類される。活動内容については I-1 で示した。

V. 倫理的配慮

1. インフォームドコンセントを受ける手続き

本研究は、自死遺族を対象としているため「人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針」に則り、新潟県立看護大学の倫理委員会に申請し、承認かつ学長の許可を受けた上で実施した(承認番号 019-23 並びに m019-23)。研究実施にあたっては、事前に説明書(資料 1・2)と同意書(資料 3)、研究の流れ(資料 8)を手渡し、研究の目的や意義、具体的な内容を書面と口頭で研究者が説明し、同意および署名を得た上で研究を実施した。その際、参加は自由意思であること、同意後の中止も保障されること、参加しないことによる不利益はなく自死遺族グループへの参加も制限されないこと、得られたデータは研究でのみ使用し、個人が特定されないようにすることを合わせて説明した。説明書は研究対象者に渡し、いつでも連絡ができるように説明書に研究者の連絡先を明記した。同意書については 2 部準備をし、1 部は研究者が鍵のついた保管庫に保管をし、もう 1 部は研究対象者に渡した。また、研究対象ではない参加者に対しては、参加者全体への説明書(資料 7)を用いて説明を行い、活動と研究が同じ場で行われていること、研究対象者以外のデータを用いることはないことを説明した。

2. 個人情報の取り扱い

本研究で得られた氏名および連絡先の個人情報については、対象者と連絡を取る場合にのみ利用し、個人が特定されるような情報は研究のデータとして用いない。また自死遺族グループ自体が仮名での参加も可能としていることから、対象者の希望により仮名の使用も可能とした。データとして、自死遺族グループ開始前に実施したアンケート(資料 4)、自死遺族グループ開催中の参加観察記録、自死遺族グループ開催後の自死遺族グループに関する対話記録、スタッフ間の申し送り記録を用いるが、これらの内容は、匿名にしてまとめ名前や個人の特定につながらないようにした。分析の際は研究対象者に研究用の ID を付与し、研究者のみ研究対象者が照合できるようにして、他者に個人が特定されないように配慮した。研究に当たっては、常に個人情報の保護に関する法律を遵守した上で実行した。

1) 個人情報の取得

個人情報の取得にあたっては、目的と取得する情報の内容を研究対象者に伝え、事前に同意を得た。研究説明書(資料 1・2)にも記載し、研究対象者がいつでも確認できるように配慮した。

2) 個人情報保護の方法(匿名化の方法を含む)

匿名化無し 匿名化Ⅰ 匿名化Ⅱ 匿名化Ⅲ

研究実施にあたって研究者は、研究対象者に研究用 ID を付与し、対象者の個人情報(氏名、連絡先など)と対応させた対応表を作成し管理した。研究対象者および参加者に対しては、自死遺族グループの開始前に実施したアンケート(資料 4)を元に語りの場を進めた。アンケートへの回答は任意とし、回答しない場合においても自死遺族グループへの参加は可能であることを伝え、自由に参加できる環境を確保した。また、アンケートの回答に強制力が働かないように、研究対象者が自由に決められる雰囲気作りを心がけた。

研究対象者へのアンケートは全て無記名とし、研究用の ID を付してデータ処理した。対応表は、研究者の所属機関の鍵のかかるキャビネットに保管し、調査データと対応表はそれぞれ別に保管した。

3. 資料・情報(研究に用いられる情報に係わる資料を含む)の保管および廃棄の方法

新潟県立看護大学の研究データの保存等に関する内規に則り、本研究で得られたデータは論文発表後 10 年経過するまで、研究者の責任の下で管理保管する。データの保管はパスワード付きの USB の 1 つのみとする。保管期間終了後、紙媒体は裁断処理し、データは第三者立会いの下で消去する。また、研究対象者から同意撤回の申し出があった場合は、同意撤回書(資料 5)に記載の上、速やかに該当するデータを破棄することとし、研究の同意撤回についてはデータ収集期間が終わる 2022 年 3 月 31 日まで可能とした。また、研究対象者の経過記録について、過去のデータ使用を希望しない場合は、過去の経過記録の使用不許可願(資料 6)に記載をしてもらい、データとして用いないようにした。同意撤回書(資料 5)や過去の経過記録の使用不許可願(資料 6)は、自死遺族グループの場に出向かなくてもできるように研究説明の際に返信用封筒とともに手渡し、郵送での対応も行うこととした。

4. 研究対象者に生じる負担と、予測されるリスクおよび利益、これらの総合的評価、当該負担およびリスクを最小化する対策

1) 予測される利益

本研究は MAR の手法を参考にして、自死遺族グループの変容過程を通しての自死遺族の PTG を明らかにしていくことを目的としている。そのため自死遺族グループを発展的に進めながら、自死遺族グループの変容していく過程が PTG に寄与することが期待され、研究自体が対象者の回復を促進させる研究となっている。また、これまでを振り返り語りることによって、自死遺族が自身の変容や成長に気付く機会にもなり、変容や成長を感じ取ることで自死からの苦しみが幾分緩和されることが期待できる。

2) 研究対象者に生じる負担、予測されるリスク

自死遺族グループに参加することは、自死および自死者との思い出を想起することになる。話をすることで感情の表出や気持ちの整理ができるが、その日の精神状態によっては話すことが負担になる事も考えられる。その場合は、話さなくても良いことを保障

し、自死遺族グループの運営において話の順番が回らないように配慮した。また、参加前の事前アンケートにおいて体調面を含めたその日の状態を予め把握し、精神面を含めた体調に変化がないか常に意識をしながら進めた。状況に応じて精神科対応や個別対応ができるように配慮し、途中退席や欠席についても可能であることを保障した。帰宅後も継続的な支援ができるように、電話やメールで状態を確認することとした。

5. 研究の資金源等，研究機関の研究に係わる利益相反，個人の収益等，研究者等の研究に係わる利益相反に関する状況

当該研究に係わる利益相反，個人の収益はない。本研究の対象となる自死遺族グループの参加費用は無料である。研究協力による謝礼もなく，研究実施による金銭の授受は発生しない。

6. 研究機関の長への報告内容および方法

本研究は新潟県立看護大学の倫理委員会に申請し，承認かつ学長の許可を受けた上で実施した。公立大学法人新潟県立看護大学研究倫理規定の定めに従い，研究計画が変更や停止，中止した際は速やかに学長に申請または報告をする。研究終了時には研究終了報告書を学長に提出する。また事故や個人情報情報の漏洩などの倫理的問題，重大な懸念が生じた場合も速やかに学長に報告する。

7. 研究成果の公表について

本研究の成果は，新潟県立看護大学大学院看護学研究科博士後期課程の博士論文として提出する。学会等で発表や投稿をする際は個人名を記載せず，個人が特定されないように配慮する。

8. 研究対象者および関係者からの問い合わせ，相談等への対応

研究対象者より研究内容の閲覧希望があった場合は，本研究の計画書および研究方法に関する資料や研究データを開示する。ただし，開示する範囲は，開示を希望した対象者に係る部分のみとし，他者のデータを同意なく開示することはしない。

研究に関する問い合わせ先として，連絡先を説明文に明記し対象者に伝えた。

VI. 結果

1. 研究対象者の概要

参加者 8 名，スタッフ 1 名より同意が得られた。研究の同意が得られた参加者 8 名の内，研究期間中に定期的に参加のあった 7 名(以下，A～G と示す。)を研究対象者とした(表 1)。研究対象者は全員女性であり，年齢は 30 歳代から 60 歳代，自死遺族グループに参加してからの年数は 4 年から 10 年，自死した者との関係は子どもが 5 名，母・兄弟が 1 名，兄弟が 1 名であった。

スタッフ 1 名(H)は 30 歳代男性，精神科看護師として 15 年の経験があり，自死遺族

グループの設立時より研究者と共に運営をしている者である。

本研究の研究手法は MAR を参考にしており、研究対象者にはスタッフも含まれる。本研究の結果に示される研究対象者は、研究同意の得られた自死遺族を指し、スタッフと区別して示す。なお、研究者はスタッフとして自死遺族グループを運営しているが、研究者自身を示す場合はスタッフではなく、研究者と示す。

2. 自死遺族グループの参加者数の推移

研究期間を通しての自死遺族グループの参加者数の推移は、表 2 のとおりである。研究期間中を通して、自死遺族グループは計 15 回開催した。研究対象者の参加状況は 6 回から 14 回であり、平均 10 回であった。研究対象外の参加者を含めた自死遺族グループへの参加人数は、各回 3 名から 9 名であり、平均 5.6 名、延べ 84 名であった。

本研究は研究手法として、遠藤が提唱した MAR を参考にしている。研究対象者の自死遺族グループに対する『願い』の実現に向けて自死遺族グループを運営し、その過程で確認された自死遺族グループの変容を局面として示した。局面の詳細については次項で示す。

3. 自死遺族グループの変容過程

1) ストーリーライン

局面 1 から局面 10 までの過程をストーリーラインとして示す。

研究を開始した 2020 年 4 月より、開催頻度を月一回に増やし、開催場所の変更も行った。しかし、4 月および 5 月は COVID-19 の感染拡大に伴い、自死遺族グループの開催は中止となった。自死遺族グループの開催が可能となった 6 月と 7 月は、はじめに研究対象者への研究説明を実施した。研究目的に加え、本研究は研究者と研究対象者が共に作り上げていく手法である点も説明し、同意を得た上でパートナーシップを形成した(局面 1)。パートナーシップを形成した上で、7 月から 9 月にかけては、自死遺族グループに対する『願い』について話し合う場を設けた。研究対象者からは、「卒業者の話を聴く場を作りたい」、「食事会をしたい」、「他の自死遺族の会を見てみたい」といった『願い』が出された(局面 2)。これを踏まえ、10 月は自死遺族グループを卒業した者の話を聴く場を設定した。卒業者の体験を共有することで、研究対象者自身の振り返りにもつながっていた(局面 3)。

2021 年 2 月は、COVID-19 の影響により研究者自身が参加自粛となる状況が生じたが、中止にすることなく自死遺族グループは開催した。これまでにない状況であり大きな変化であったが、スタッフ(H)を中心に進行し、研究対象者の協力のもとで終わることができた(局面 4)。3 月は通常開催ができたが、開催日が東日本大震災 10 年目と重なり、語りの場ではいつもより重苦しい雰囲気となり、停滞の局面となった(局面 5)。4 月および 6 月は、2 月同様に COVID-19 の影響により研究者は参加自粛となったが、研究対象者の協力のもとで自死遺族グループは開催した。局面 4 を経て、研究対象者とスタッフの双方に自信がつき、できるという確信が得られたことで問題なく開催できており、自死遺族グループとしても大きく前進した局面であった(局面 6)。その後、COVID-19 の感染拡大により定期的な開催ができない中、7 月と 10 月の開催では、スタッフを

含めて参加者同士が「つどう」ことの効果や、研究対象者同士の相互作用が確認された(局面 7)。この頃になると、悲しみを分かち合うこと以外に、喜びを全員で共有する状況が生まれた(局面 8)。

これまでの経過を共有しながら、11月には自死遺族グループに対する『願い』の再確認を行った。その結果、新たな活動内容を導入することよりも、今の自死遺族グループを末永く維持していくことが、研究対象者の自死遺族グループに対する『願い』であることが確認された(局面 9)。局面 9 において、研究対象者の『願い』を確認したが、その『願い』の実現に向けて研究対象者の力が発揮されたのが 12 月である。12 月は新規参加者が加わったため、研究者が個別対応をしたが、対応に困難を感じたことで研究対象者に協力を求めた。研究対象者は、当事者としての立場から自身の体験を積極的に発言した。さらに新規参加者の様子を察知し、雰囲気作りをしながら、新規参加者が安心できるように心掛け、継続的参加につながるよう努めていた(局面 10)。自死遺族グループとして進化し、変容が確認された局面 10 を本研究の終結とした。

2) 自死遺族グループの変容の局面

研究を開始した 2020 年 4 月から 2021 年 12 月までにおいて、自死遺族グループの変容過程として 10 の局面が見出された。これらの局面は直線的ではなく、飛躍や停滞を経て進化を遂げていった(図 1)。以下に各局面の詳細を示す。

局面 1 【研究への参加同意とパートナーシップ形成】(資料 9)

開催頻度をこれまでの隔月から毎月開催に変更し、さらに行政の担当部署の変更があり、場所も新たに開催をした。

研究実施にあたり、最初に研究の説明を実施した。A はその場で同意をし、他の参加者にも研究協力の声かけをする様子が見られ、研究に対して協力的であった。一方、その他の研究対象者は、研究という言葉に対する抵抗感や研究対象になることに戸惑っている様子が見られた。研究者は、研究参加は自由意思であることと、研究に同意しない場合にも自死遺族グループにはこれまで通り参加してほしいことを伝えた上で、本研究の趣旨および全員で自死遺族グループを作り上げていくことを丁寧に説明し、最終的に 8 名の参加者から同意を得ることができた。研究対象者には、これまでの参加者とスタッフという関係ではなく、全員が対等な関係の中で進めていくこと、これまでの語りの場の後、自死遺族グループについて話し合う時間を設けることを伝えた。

局面 2 【自死遺族グループに対する『願い』の確認と共有】(資料 10)

遠藤らが提唱する MAR の手法に則り、研究対象者の自死遺族グループに対する『願い』の確認と共有を行った。ここでは研究者が中心に進め、研究対象者が望む『願い』について聞いたが、研究対象者から積極的な話では出なかった。沈黙の時間も交えながら研究者が再度聞くことで、C, A, F より発言があり、他の自死遺族グループとの交流、OB 会、食事会をしたいといった『願い』が出された。

研究対象者の語りは以下の通りである。

C:「OB会じゃないけどそれを拡大してちょっと、少しコロナが落ち着いたらできるもんね。」

A: (C の話に対し、)「せっかくこんなに広い会場が使えるんだったら、早めに連絡をしてできるだけ彼ら(卒業者)の都合のいい日にしてやったらいいんじゃないでしょうか。希望者はまた別にレストランで会食するとか。」「もう今年春前半は全然宴会も何もなかったわけですし、忘年会やクリスマスじゃなくてもいいんだけど、年末のあまり忙しくなる前に例えば来ていただいて、ご飯食べられる人は上に上がって来てこの部屋で食べると。ここ、せっかくいい会場があるから有効に使えばいいんじゃない。」

F:「ちょっと思ったのが、違うかなとは思いますが、近隣の他の遺族会を見てみたい。(他の会の人と)お話してみたりとか。」「どういうふうで開催されているのか。別にいいんですけど、ちょっと思ったんで。」(遠慮がちに話す。)

研究者は研究対象者の意見の全てを受容する姿勢で関わり、実施の検討を行なった。出された『願い』について、研究対象者を交えて検討した結果、まずは卒業者の話をお聴く場を設定することで合意した。食事会および他の自死遺族グループとの交流については、COVID-19 の状況に合わせて実施可能となった時に検討することとした。

自死遺族グループの開催頻度が増加したことについても話し合い、研究対象者からは、参加できない日があっても翌月にまた開催しているので良いといった意見が出された。Cの発言に対してAやBも同調し、開催頻度が増えたことに対しては肯定的であった。研究対象者にとっては選択肢が増え、自身のペースで参加しやすくなっていた。

研究対象者の語りは以下の通りである。

C:「特に、月1回になったのが、1回抜けても2か月後には入るといいかなと思ってるので。」「月1回っていうのはありがたいですね。」

A:「1か月に1回だと1回休んじゃうと、次はもう2か月って。」

F:「月1回っていうのはありがたいですね。」

局面3【卒業者の体験を共有する機会の設定】(資料11)

局面2を踏まえ、2020年10月は、卒業者の話をお聴く機会を設けた。卒業者は、長年この自死遺族グループに参加し、継続的な参加を通して語りつくし、気持ちの整理がついたことで卒業した者である。この日は通常の自死遺族グループの進め方とは異なり、卒業者を囲む形で着席し、全員で卒業者の話をお聴くこととした。卒業者の話の後、研究対象者が一人ずつ感想を述べる時間を設けた。Aは卒業者との関わりが一番長く、お互いのこれまでの経過を振り返り語っていた。Aは卒業者の近況の変化や卒業について一緒に喜び、「良かったね」「おめでとう」といった言葉をかけていた。その他の者も卒業者を知っており、卒業までの経過をねぎらい、言葉をかけていた。自死遺族グループから新たな一步を踏み出す卒業者を送り出す様であり、研究対象者、卒業者、スタッフともに笑顔が見られ、明るい雰囲気の中で進んだ。

これまでの語りの場とは違う内容を取り入れ、卒業者の体験を共有したことで、研究

対象者自身も参加当初から現在までの振り返りや、今後の自身を思い描くきっかけとなっていた。

局面 4【研究対象者が協力し合い、自死遺族グループの開催に向けて主体性を育む】(資料 12)

COVID-19の影響により、研究者が自死遺族グループに参加することができない状況が生じた。そのような状況下でスタッフ H は、開催について迷いながら自死遺族グループを実施することとなった。普段ファシリテーターを経験していないスタッフ H が中心となり進めることとなったが、研究対象者はいつもと違う状況を察知し、研究対象者同士で協力しながら進めていた。開催を中止する選択肢もあったが、研究対象者の協力の下で開催につなげることができた。これまでと異なる状況下であったが、研究対象者の主体性を育むことになり、スタッフと研究対象者双方の力を確認できる機会となった。自死遺族グループにとっての大きな変容の局面であった。

後日、自死遺族グループに関する対話の場での研究対象者の語りや様子は以下の通りである。

A:「サポートというと何かそんなに大げさじゃないんだけど、自然と皆さん顔見知りだし、(研究者)がどうしても来られないっていうことならば、それでもちゃんと何とかなるよっていう。」「もしそういう場合が今後あったとしても、(H)がこうやってやれるっていうことが(分かったので)、私たち何の不安もありませんよね。」

Aの発言に対し、その場の研究対象者は頷きながら同意していた。また、Bはスタッフや研究対象者を信頼していると話し、積極的に発言をしなくてもグループに同調することで運営を支えていた。

研究者は、研究対象者の力がついてきていること、スタッフだけでなく研究対象者と共に自死遺族グループを作り上げていることを伝えた。

局面 5【立ち止まり振り返るための停滞】(資料 13)

2021年3月、自死遺族グループの開催日が東日本大震災10年目と同じ日となった。研究対象者の語りでは、全員が東日本大震災の話題を話し、震災時には生きていた故人を振り返り語っていた。この日のBは、涙を流しながら語り、どの話題でも自責の念につながっていた。全体的に重い雰囲気の中での開催となり、涙を流す者や落涙の時間が、研究期間の中では最も多かった。一方、落ち着いて語り、振り返ることができている様子も見られた。研究対象者の反応は記念日反応と捉えることができ、それぞれの研究対象者にとって必要な時間と考えられるが、自死遺族グループとしては、立ち止まり振り返るための停滞の局面と捉えた。

局面 6【研究対象者とスタッフが協力し合い、主体的に自死遺族グループを運営する】(資料 14)

局面 4以降、COVID-19に伴い、蓋然的事態が発生し、研究者が自死遺族グループに入ることができない状況が再び生じた。そのような状況下であったが、スタッフ H は

快く運営やファシリテーターを引き受けており、局面 4 での経験からスタッフとしての自信がついている様子であった。研究対象者も状況を理解しており、受動的姿勢から自死遺族グループを支える姿勢に変容し、相互協力のもとで問題なく開催することができた。局面 4 を乗り越えたことで研究対象者とスタッフ双方の自信がつき、研究対象者も能動的に自死遺族グループを支えるという意識が根付いていた。研究者は、研究対象者の力により自死遺族グループを開催できていること、スタッフも研究対象者を信頼していることを伝えた。

後日、自死遺族グループに関する対話の場での研究対象者およびスタッフの語りは以下の通りである。

C:「何か私もホームページを一応確認、お休みになるのかな、(研究者は)多分来れないと思うけど、どうなのかなって確認はするんですけど、でも(H)は来れるんだからあるだろうと。そこはもう確信しておりました。信頼して。」「うん。それでも集まって話をしたいし、聞きたいっていう思いだけだよ。」と自信をもって話していた。

H:「やり始めた頃のまだ 2, 3 年目ぐらいの頃は、その時は無理ですって言って、尻込みするじゃないけど、でも今だったら全然いいですよっていうので多分やれるかな。」「この会はもう 10 年やってる。その 10 年の経験が一応ありますしね。だからやめるっていう選択肢はなかったです。」「もしこの時に新しい人が来て、個別に話を聞いてもらいたいわってなった場合に、どうするかなっていうのは考えましたよね。」

局面 7【つどいの場への進化】(資料 15)

2021 年 7 月は、久しぶりに参加した E や、久しぶりに会えた F と D および G が声を掛け合う様子が観察された。研究者も久しぶりの参加となり、研究対象者と声を掛け合い、お互いの近況を伝え合った。次の 2021 年 10 月は COVID-19 の影響により、3 か月の期間が空いてからの開催となった。研究対象者は会場に入るとすぐに声を掛け合い、スタッフを含め、お互いに心配していた様子や会えて喜ぶ姿が確認された。研究対象者は語りたい気持ちよりも、他の参加者に会いたいという思いが強くなっていた。自死遺族グループの当初の目的は、安心して語り、感情表出のできる場を設けることであった。研究対象者の初回参加時の目的も語ることであったが、局面 7 では、その当時から目的の変化が確認され、これまでの「語る」場に加えて、「つどい」場の要素が大きくなっていることが、自死遺族グループに関する対話で確認された。

研究対象者の語りは以下の通りである。

D:「F さんが、G さんに久しぶりですね。会えてうれしかったって言われたの聞いて、すごいなんかうれしかったっていうか。私も G さん、久しぶりだなと思って。」

G:「最初のころは、もう本当に自分がこの先どうやって生きていけばいいのかわからないというのが全く分からないというか、先が見えなかったです。(中略)毎月、あるいは最初は 2 か月に 1 回でしたけど、それに行かなくても、また皆さんが迎えていただけることに、安心して会に参加できるなって感じを持っています。」

B:「いつも思っているんですが、息子が亡くなったことは、本当に、本当につらいことで、悲しいことですけども、あの子のそれがなかったら、皆さんとは全然、出

会えていない，今日もこの場にはいないんだな，Cさんにも会ってないし，(研究者)にも会ってないしって本当，思ったんですね。」「(つどうこと)そちらのほうが強いかも。何だかもう，勝手に仲良しです。(中略)同じ気持ちになれるのはこの人たちだけ。そばにいて，見てて，分かってくれてる友達がいても，この気持ちはここでしか分かってもらえない部分ってやっぱりいっぱいあるので。(ここは)私の一番です。」

F:「話す場所が他になくて。でも，一番苦しいことだから。だから，とても重要で。1人で参加させてもらったっていうのは，何月か空いてしまうと，ずっと皆さんにお会いできなくて，お話しできないっていうのもそうですけど，皆さんの顔が見たいというか，どうしていらっしゃるかなと思って，勝手に心配してみたり。前に会わなかった方が，次はお会いできるかなとか。それで結局，参加しているところも勝手にある。次はお会いできるかなとか思ったり。」

局面 8【自死以外の話題による喜びの分かち合いの展開】(資料 16)

自死遺族グループは，悲しみを分かち合い，感情を表出し，語りを通して気持ちの整理をしていくことを大きな目的としている。一方，本研究の対象者は継続的な参加を通して，ある程度語りつくし，気持ちの整理をしてきた者である。自死遺族グループの語りの場では，自死の話や亡くなった故人を振り返る語りを中心とするが，研究対象者の中では自死以外の話題を話す割合が増えてきていた。局面 8 では，G の身内が就職したという報告があった。その者は G の語りの中で度々出てきており，研究対象者はこれまでの経過を知っていた。G の身内の就職の話をお聞き，研究対象者と研究者からは驚きと喜びの声が出て，自然と拍手が起こり，全員で喜びを共有した。

自死遺族グループへ継続的に参加をすることで，研究対象者やスタッフの近況をお互いに知ることとなる。そのため家族のことや自身に変化があると，共に喜び分かち合う様子が見られた。局面 8 では，参加者やスタッフとしての関係ではなく，個々の人間対人間の関係が展開されていた。自死遺族は自責の念を抱きやすく，楽しいことや喜ぶことに対しても罪悪感が生じやすいが，自死遺族グループを通して喜びを全員で共有できていた。

局面 9【『願い』と運営の再確認】(資料 17)

局面 2 で出された『願い』を局面 3 で実践し，その後 COVID-19 の影響を受けながらも研究対象者の協力の下で自死遺族グループを維持してきた経過について，研究者が振り返りながら研究対象者に伝えた。その上で，研究対象者の自死遺族グループに対する『願い』について再確認を行った。研究対象者は，今の自死遺族グループの状態を維持し，存続させていくことが『願い』であると語った。この『願い』は全員が同意し，スタッフも研究対象者と同じ『願い』のもとで，協働することが確認された。さらにこの『願い』の実現のための自死遺族グループ運営についても話し合いを実施した。研究対象者とスタッフは，『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』に向けて，新規参加者が加わった場合は，医療的な視点を踏まえた関わりのできるスタッフと，自死遺族当事者の立場から語ることで研究対象者の双方が協働して補完し合い，それぞれの役割を遂行することを確認して共有した。また，今後も COVID-19 の

影響により、スタッフが参加できない事態が予測されるため、その場合の対応についても話し合い、研究対象者がスタッフ役割を補完しながら自死遺族グループを運営していくことが確認された。

研究対象者の語りは以下の通りである。

A: (自死遺族グループに対する『願い』について)「特に変わったことじゃなくて、こうやって普通にみんなが安心して集まれる場があって、という、これまでの活動を未永く続けていただきたいわけでありまして、特別な何かをやりたいとか、呼びたい講師もないし。」「基本は本当にこうやって集まってお話ができることが、何より大事だということをそれぞれがおそらく感じているから、あまり欲張らずに、まして月1回になっていることだし、十分だと私は思うから(中略)無事に毎月ここにみんなが集まれることを祈りながら続けていければ十分だと私は思っております。」

C: (『願い』の実現に向けて)「自助グループの性格も持ちつつ、一応プロ(看護師)もいるというところで、初めての方とかはスタッフとお話しする時間を取ったりするじゃないですか。そこも大事なのかなと思うので。でも、同じ困難を乗り越えてきた仲間として、自分の経験からお互いに話を聞き合うっていうのはすごく力になることなので、そういう2つの面があってもいいんじゃないかなと思います。」

A: (新規参加者がいた場合について)「スタッフと一対一があればかなと思ったら、私もくっついて行きますけど。残った側はみなさんで何とか。」C:「できると思います。」

局面 10 【『自死遺族グループを未永く維持していく』という『願い』の実現に向けた自死遺族としての役割の発揮】(資料 18)

2021年12月の自死遺族グループの開催日に、新規参加者が急遽加わることとなった。研究者が個別対応をしたが、あまり話さず警戒心も強く、対応に困難を感じた。そのため、個別対応よりも全体の場に入り、参加者の様子や自死遺族グループの雰囲気を知ってもらうことが最善であると考え、全体の場へ移動することとなった。事前に研究対象者に状況を説明すると、研究対象者は研究者が困っている状況を察知し、座席の配置を考えるなど、新規参加者を迎え入れる体制をとった。研究者が新規参加者と共に全体の場に入ると、研究対象者は「こんにちは」、「どうぞ」と発言をし、Fが椅子まで誘導するなど、新規対象者を温かく迎え入れた。その後、D、C、Bが自身の参加当初のことを話し、参加するまでに時間がかかったこと、参加したことで救われたこと、少しずつ気持ちが楽になっていったことを話した。研究対象者の能動的な関わりにより、新規参加者は最後まで参加をすることができた。最後にDが腹話術を持参したと申し出があり、全体で披露をした。この時、常に表情の硬かった新規参加者の口角が少しだけ緩んだ瞬間があった。この出来事を自死遺族グループに関する対話の場で研究対象者に伝えると、研究対象者全員がその瞬間を把握していた。研究対象者の意識は新規参加者に集中して向けられており、新規参加者を全員で支えようとする姿勢が見られた。研究対象者は、参加当初の支援を受ける立場から、自らの判断で自死遺族を支える立場へと成長していた。自死遺族グループにおいて、スタッフにはできない当事者としての役割を発揮しており、研究対象者とスタッフが共働しい、新規参加者を支えるという体制が確立した。これは研究開始時には見られなかった自死遺族グループとしての大きな変

容であった。この変容が確認され、自死遺族グループとして大きく進化した局面 10 を本研究の終結とした。

4. 自死遺族グループの研究対象者とスタッフの関係の変容

研究期間を通して、研究対象者とスタッフの関係の変容も見られた。本研究の対象者は、自死後 1 年以上経過している者であり、自死遺族グループへの参加回数が少なくとも 6 回以上の者、かつ自身のことを落ち着いて話すことが可能な者である。これは、継続的な参加を通して気持ちの整理を実践し、落ち着きを取り戻した状態であると言える。そのため研究開始時点での研究対象者は、スタッフからのサポートをそれほど必要とせず、より対等な関係となっていた。さらに本研究は研究手法として MAR を参考にしており、対等な関係でパートナーシップを結び、対話を通して自死遺族グループを発展させながら進めていくことを基本としている。研究開始時の局面 1 では、研究の説明および同意を得てパートナーシップを形成し、自由に意見を交わす対等な関係を構築した。研究対象者とスタッフの関係は図 2 のとおりである。

局面 6 では、局面 4 での経験を踏まえて研究対象者の自信が付き、自死遺族グループに対してより能動的に関与できるようになった。それと共に研究対象者とスタッフの関係も発展し、双方が協力し合いながら、主体的に自死遺族グループの運営ができるようになった。局面 6 での研究対象者とスタッフの関係は図 3 のとおりである。

局面 7 では、これまでの「語る」場に加えて、「つどう」場の要素が大きくなっていった。さらに局面 8 では、自死遺族グループ内における参加者とスタッフという立場での対等な関係に留まらず、人間関係も加わり発展していることが確認された。局面 7 および 8 では、研究対象者同士の関係が強化されているが、これらの土台にあるのは当事者同士という共感できる経験である。当事者同士が安心できる場を設けていくことで結びつきが強まり、喜びの共有にも発展していた。局面 7 および局面 8 における研究対象者とスタッフの関係は図 4 のとおりである。

新規参加者が加わった局面 10 では、研究対象者とスタッフが『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』の実現に向けて相互協力し、それぞれの役割を発揮することで相互関係の発展が見られた。スタッフは新規参加者を中心に自死遺族グループの運営を進め、研究対象者は当事者の立場から新規参加者を受け入れ、自身の体験を話した。研究対象者は、当事者であるからこそ自死遺族の立場から話を傾聴し、新規参加者と体験を共有していた。加えて、新規参加者の様子や周囲の状況を察知し、自死遺族グループの中での自身の役割を判断した上で新規参加者へ関わっていた。これらは研究開始当初には見られない、研究対象者の PTG でもあった。局面 10 での研究対象者とスタッフの関係は図 5 のとおりである。

Ⅶ. 考察

本研究で得られた結果を踏まえ、自死遺族グループの変容過程と研究対象者の PTG の 2 つの視点から考察する。

1. 自死遺族グループの変容過程

本研究は、遠藤らによって考案された MAR の手法(遠藤, 新田, 2001)を参考にし, 参加者の『願い』の実現に向けて自死遺族グループを運営した. その結果, 研究対象者の集合体としての自死遺族グループの変容として 10 の局面が可視化された. この 10 の局面は, 停滞や減速をしながらも前進していく過程として示された. 主な局面を考察する.

局面 1 の【研究への参加同意とパートナーシップ形成】では, MAR 実施の条件となるパートナーシップを形成した. 三次, 遠藤(2021)は, MAR について, Newman の拡張する意識としての健康の理論(Newman, 1994/1995)に導かれ, 参加者およびスタッフがパートナーシップを形成する重要性を述べている. MAR について先行研究を見ると, クラブハウスモデルを用いたうつ病者の当事者グループ運営(Oe & Hasegawa, 2013)や, 緩和ケア病棟をフィールドとした研究(宮原, 2018), アルコール依存症患者を対象とした竹内, 加藤(2019)の研究など, どの研究もグループを設立し, 関係性の構築から進めている. 本研究はこれらの先行研究とは異なり, 設立から 10 年に及ぶ自死遺族グループ活動の蓄積がある. 研究対象者とスタッフの関係は既に構築されていたが, さらに MAR に基づき研究を進めるためのパートナーシップを形成した. 研究開始時のパートナーシップ形成は, 本研究の根幹となる局面である. 研究対象者が自死遺族グループのあり方について考える機会となり, 主体的に自死遺族グループに関与し, スタッフと役割補完ができる関係が形成されるなど, その後の変容の大きなきっかけとなったと考えている. このパートナーシップが形成されなければ, 研究対象者はこれまでの受動的な参加者としての立場に留まり, 自死遺族グループの変容は大きく進まなかったと思われる.

遠藤らの提唱する MAR は, 共同で創出した『願い』の実現を目指していくものである(三次, 遠藤, 2021). この手法に則り, 局面 2 においては【自死遺族グループに対する『願い』の確認と共有】を実施した. パートナーシップを形成し, 研究対象者とスタッフが自由に対話のできる環境を土台としているが, この時点では, 研究対象者からの発言はあまり多く出なかった. 研究対象者にとって, MAR を用いた『願い』の概念が分かりにくかったことや, 参加者という受動的立場で, 自死遺族グループに長く参加してきたことも影響していると思われる. 長期的な関わりの中で, 研究対象者とスタッフの関係は築けており, パートナーシップは形成しやすい一方, 積極的な発言といった能動的参加へのパターン変容には時間を要したと考えられる.

そのような自死遺族グループが変容する契機となったのが局面 4 である. 局面 4 の【研究対象者が協力し合い, 自死遺族グループの開催に向けて主体性を育む】は, 全局面で見ると, 自死遺族グループにとっての大きな転換点(ターニングポイント)となった. COVID-19 の影響により研究者の参加ができない状況であったが, 自死遺族グループとしての力量および研究対象者の行動力は, 研究者の思い描く範囲を超えており, 開催に繋げることができていた. 本研究では, 研究者が MAR に準じた研究手法を説明し, 研究対象者およびスタッフの同意のもとで実施してきた. 宮原(2016)は, MAR の実施にあたってはメンターの存在が重要であり, 不在の場合は MAR の期間や達成度に違いが

生まれることを指摘しているが、本研究においては必ずしも当てはまらなかった。その背景には、自死遺族グループ設立からの長い経過や、研究対象者の初回参加時からの経過が関与している。設立から10年に及ぶ自死遺族グループ活動の蓄積を土台として、さらに研究実施におけるパートナーシップを形成し、自死遺族グループについて話し合う機会を持った。その結果、研究対象者が主体的に自死遺族グループに関与するという意識が芽生え、COVID-19がきっかけとなり、そうせざるを得ない状況から実践に移行したと考えられる。研究対象者が自死遺族グループに参加して間もない時期であれば、COVID-19の影響により開催を中止し、自死遺族グループ存続の危機となった可能性も考えられる。COVID-19による危機的状況を乗り越えたことは、自死遺族グループの持続可能性を高めることにもつながり、同じ状況が生じた局面6では、局面4の経験をもとに問題なく開催できていた。杉万(2006)は、アクションリサーチのプロセスを、一次モードと二次モードの連続的交替プロセスであると述べている。これについて八ツ塚(2018, p. 244)は、「一次モードは、当事者としては自覚することのできない気づかざる前提に影響されながら実践している段階であり、二次モードは、気づかざる前提の存在に理解が及び、変化が生じる段階である」と説明している。本研究では、研究の実施以前が一次モードであり、予測し得なかったCOVID-19の影響の中で自死遺族グループを開催でき、できたという認識の下で主体的に動いた局面6が二次モードであると捉えることができる。

局面7の【つどいの場への進化】は、自死遺族グループに参加する目的の変化が確認された局面であると言える。自死遺族グループを設立した当初の目的は、自死遺族が安心して語ることのできる場の確保であった。自死遺族は多くの困難に直面し(Tal et al., 2017), 複雑性悲嘆を示す者もいる(河西, 2010)。そのような自死遺族にとっての自死遺族グループは、自死のことを安心して語ることのできる数少ない場所となっていた。一方、本研究の対象者は、継続的に自死遺族グループに参加している者である。自身のことを落ち着いて語ることができしており、自死遺族グループに参加する目的は、本研究を通して当初の語るという目的から変化していた。局面7では、COVID-19による自死遺族グループの活動制限を経て、久しぶりの再会を喜び、研究対象者同士の結びつきの強さが確認された。これは研究対象者の意識が、自身から他者や自死遺族グループに拡張してきたと捉えることができる。研究対象者は自身のことを話すという視点から、他者を気遣う視点へと変容し、自死遺族グループに参加する目的としては、他の参加者に会うという「つどい」の要素が強くなっていた。さらに局面8では、【自死以外の話題による喜びの分かち合いの展開】が確認された。自死遺族は自責の念が強く、楽しむことに対して罪悪感を抱きやすい(Testoni et al, 2019)が、局面7を経て相互作用が深まり、楽しいことや喜びを全員で分かち合うことが安心してできるようになっていた。局面7では、COVID-19による活動の制限という危機に瀕して自死遺族グループの存在意義を意識させ、局面8では、自死遺族グループが楽しいことや喜びを共有できる場に変容した。これは、スタッフを含めた研究対象者間の相互作用が強化されることに繋がり、その後の自死遺族グループの変容を進めさせたと考えられる。

局面9は、研究対象者の『願い』を再確認することでパートナーシップが強化され、研究者と研究対象者の双方が同じ『願い』のもとで加速的に進んだ局面である。三次、

遠藤(2021)の研究では、最初に『願い』を確認した上でMARを進めている。本研究では、局面2において卒業者の話を聴きたいという『願い』が出され、局面3では実施に至った。その後COVID-19の影響を受けながらも自死遺族グループを維持し続け、局面9において『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』が確認された。この局面9で確認された研究対象者の『願い』は、局面9において生じたのではなく、以前から研究対象者の中に内在しており、表出されたのが局面9であると捉えている。これまでの局面を見ると、主体性が育まれた局面4において『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』を抱いていたと思われる。COVID-19による自死遺族グループの存続の危機に直面し、研究対象者同士の協力により乗り越えたことで自信へと変わり、主体的に自死遺族グループに関与していく中で『願い』が強化されていった。局面9ではその『願い』を再確認し、全員で共有することにより、自死遺族グループとしての動きが前進し、一方向へ進化したものと思われる。

『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』の実現のために、研究対象者がスタッフと共に役割を發揮したのが局面10である。研究期間を通して、研究対象者の自死遺族グループに対する考え方や参加の仕方は大きく変わっており、これまでの自己を中心とした参加の仕方から、他者や自死遺族グループに視点が拡大していた。これは支援される側から支援する側への変容であり、新たな可能性を見出し、他者との関係が発展するというパターン変容と解釈することができる。Oe & Hasegawa(2013)は、うつ病者の自助グループにおいて、自身の体験を他者と共有することで、他者の回復に役立ち、自身の居場所を見つけることができると述べている。本研究においても、研究対象者は新規参加者に対してサポートする姿勢を見せていた。自死遺族グループの中での自身の役割を認識することで、存在意義を感じることもつながっており、継続的に参加し続ける意味を見出していたと思われる。自助グループでは、役割の割り当てが自主性を高めるために効果的である(Oe & Hasegawa, 2013)が、本研究では研究対象者が自発的に自死遺族グループ内の役割を遂行していた。これは研究開始当初には見られなかった動きである。研究対象者は、『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』を達成するため、自死遺族グループ内での自身の役割を遂行することで、自死遺族グループの変容に寄与していた。

本研究を通して、自死遺族グループは大きく変容した。相互作用により、スタッフを含め全員が、『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』に向かっていく。これは研究対象者だけでなく、参加者全員を含む自死遺族グループ全体へと波及していた。この変容は、MARを参考にして、自死遺族グループについての対話を実施したことが大きいと考えている。研究対象者はこれまで受動的に参加し、スタッフが中心となり進行をしていたが、本研究を実施したことで自死遺族グループについて話し合う機会が生じた。伊藤(2018)はアクションリサーチについて、リフレクションの要素があることを指摘している。本研究においても、研究対象者とスタッフが自死遺族グループについて話し合い、振り返りを行った。これにより今までの個々の視点から、自死遺族グループの中での自身という意識が芽生え、能動的に関与が出来るようになり、自死遺族グループの変容につながったと考えられる。加えて、この変容に至った背景には、10年に及ぶ自死遺族グループ活動の蓄積が土台としてある。各研究対象者の初回参加時か

らの経過があり、研究対象者同士やスタッフとの関係の構築もできていたため、研究開始後の協働や相互性が得やすかったと考えている。

自死遺族グループの進化のプロセスと共に研究対象者の力は強化されたが、本研究では自死遺族のみで運営を行う自助グループに進むことはなかった。研究対象者とスタッフがそれぞれの役割を認識し、お互いを必要としており、当事者として自死遺族を支えることのできる研究対象者と、看護師であり医療的な視点で関わることのできるスタッフがいるという強みを活かしながら発展していた。その結果、これまでにない先駆的な自死遺族グループが創造されたと考えている。

2. 自死遺族グループの変容過程を通して見出された自死遺族の PTG

自死遺族は他の死の場合と比べ、多くの困難に直面する(Tal et al. , 2017)。さらに、自死遺族は全体的な幸福感の低さに加え、自殺念慮が生じやすく、うつ病の有病率も高いことが明らかとなっており(Griffin et al. , 2022)、他の死と比較すると回復に時間を要することが想定される。そのような自死遺族が、自死遺族グループの変容過程を通して獲得した PTG を考察する。

伊藤ら(2016)は、死別への対処として、生活の再建に加え、悲しみに向き合うことの重要性を述べており、他人の目を気にせずに感情表出することの必要性を指摘している。本研究の対象者は、自死遺族グループへの参加を通して自らの思いを外在化し、現在は落ち着いて語ることができている者である。ここを基点とし、研究を開始した。PTG という視点から各局面を見ると、局面 3 の【卒業者の体験を共有する機会の設定】では、それぞれが自身の体験やこれまでの経過を振り返る機会となった。Calhoun & Tedeschi(2014)は、PTG の包括モデルにおいて、PTG に至る経過を述べており、その中で「*ruminatio*n」が必要であると述べている。近藤(2022)はこの「*ruminatio*n」を、沈思黙考・反すうと訳している。本研究の局面 3 では、卒業者の体験を自身に取り込み、振り返りを行う機会となっており、沈思黙考や反すうと捉えることができる。特に研究対象者 A は卒業者との関わりが長いので、経過を共有することで振り返りができたと考えられる。卒業者の話を聴くことで、自死遺族グループからの卒業というパターンが開示されたが、各研究対象者は卒業という選択はしなかった。語りを通して気持ちの整理ができた後も参加を続けており、局面 3 では「*ruminatio*n」に加えて、卒業せずに参加し続ける意味、その先の希望や展望を見出すきっかけにもなっていたと考えられる。Tedeschi et al. (2018)は、体験から意味や学びを見出そうとする熟考が PTG に必要であると述べている。局面 3 は自死遺族グループの中での役割を見出すための契機となり、その後の PTG に繋がるものであったと考えている。

一方、局面 5 では、記念日反応が見られ、【立ち止まり振り返るための停滞】となった。自死遺族グループとしては停滞の局面であったが、研究対象者個々で見ると、立ち止まり振り返る機会になっており、「*ruminatio*n」とも捉えられる。Supiano et al. (2017) や Miers et al. (2012)は、自死者と向き合うことの必要性を述べており、局面 5 は必ずしも否定的な意味を持つものではないと考えられた。全体の過程をみた際に、故人を振り返る反すうの時間は、PTG に寄与する必要な時間であると思われた。

局面 4 は自死遺族グループにとっての「ターニングポイント」であったが、研究対象

者の PTG が築かれる局面でもあったと捉えられる。局面 4 では困難な状況を前に、研究対象者が支え合いながら乗り越えることができた。これまで内包していた力を発揮した局面であるが、この成功経験が自信となり、同じ状況が生じた局面 6 では主体的な動きが確認されている。危機的な状況を乗り越えることができた人間としての強さや、自死遺族グループに主体的に関わっていくという新たな可能性が見出されており、自死遺族の PTG と捉えることができる。

次に局面 7 である。大切な人を自死で亡くした自死遺族の喪失感が大きく、複雑性悲嘆が生じることもある。伊藤ら(2016)は、複雑性悲嘆の者に対して、心理的・身体的な安全の拠り所の必要性を述べており、自死遺族グループがその安全の拠り所として機能している。また、伊藤ら(2016)は、複雑性悲嘆の状態にある者に対し、悲哀のプロセスを共にしてくれる者の存在の重要性を述べており、本研究では看護師であるスタッフが当てはまる。看護師が存在し、安全の拠り所でもある自死遺族グループに継続的に参加することで、研究対象者の参加目的の変化や相互作用の進展が確認されている。自死遺族グループは、安心して「語る」ことのできる場の要素に加えて、「つどう」場の要素が加わり発展した。これは研究対象者の意識が自己ではなく、他者に向けられた結果であり、研究開始時には見られなかった PTG であると言える。この点について Calhoun & Tedeschi(2012)も、PTG には人間的な関わりが重要であると述べている。この他者への視点の広がり、程度の差はあるが研究対象者全員に確認された。

局面 7 および局面 8 になると、研究対象者とスタッフの関係も変容している。伊藤ら(2016)は、自死遺族支援において Expert Companion の存在が必要であると述べ、専門家としての立場から自死遺族を支え、ナラティブの再構築を手助けする役割が求められると指摘している。一方、本研究で見ると、スタッフは Expert Companion(看護専門職者)であるが、局面 7 になると、人と人との関係が加わっている。研究対象者は受動的参加者ではなく、スタッフと一体化して自死遺族グループを進めていた。この変容は、MAR を参考にして研究を実施し、パートナーシップを形成したことで進んでいる。しかし、双方の関係の深まりにとどまったわけではない。スタッフはスタッフとして、研究対象者は自死遺族としての役割を認識し、自死遺族グループを進めることができおり、両者がお互いを必要としていた。Oe & Hasegawa(2013)は相互支援により自己評価が高まり、人生の目的意識を引き出すと述べており、菊地ら(2016)は、活動を通しての肯定的な感情を元に自己成長を遂げていることを述べている。局面 10 において、研究対象者は主体的に自らの役割を発揮しており、自死遺族グループへの参加が新たな役割獲得、さらには生きがいにもつながっていたと考えられる。これは参加当初には見られない精神的な変容であり、新たな可能性を獲得し、人間としての強さも加わった PTG であった。その結果、自死遺族グループは自律的に動き出している。

宮原(2016)の研究では、研究者と参加者の明確な役割の区別がなくなり一体化していく時期を、MAR のパートナーシップの終了を予期できる時期と説明している。本研究も研究対象者とスタッフが一体化し、『願い』を確認した上で、その実現に向けて役割を発揮した局面 10 を終結とした。

本研究期間を通して、研究対象者全員が積極的に自死遺族グループに参加し、受動的ではなく能動的に関わる様子が見られた。自死遺族グループの中で役割を見つけ、能動

的に役割を遂行し、自死遺族を支える側に移行した点は新たな可能性の獲得であり、PTG として捉えることができる。また、リフレクションを通して自己を振り返ることによる精神的な変容や、自死遺族同士の結びつきが強まることによる他者との関係の発展、さらに自死を乗り越えて他者を支える人間としての強さも確認された。研究対象者個々により参加の状況は様々であり、PTG の進捗は異なっていたが、自死遺族グループとしての変容が研究対象者全員に波及し、PTG を促していた。自死遺族グループへ継続的に参加し、気持ちを語りつくした者に対しては、自死遺族グループに関する対話を通して、自己だけでなく他者やグループに意識を拡大することが、自死遺族の成長やグループの発展を促進すると考えられた。そのためにスタッフは、時期を見極めながら受容的な態度で支持的に関わり、自死遺族と対等な関係で運営を進めていくことが求められる。自死遺族グループへの参加は、語りを通して気持ちを整理することだけでなく、継続的に参加をすることで PTG にも寄与することが、本研究により明らかとなったと言える。

3. 本研究の限界と今後の課題

本研究により、自死遺族グループの変容過程が明らかとなり、その変容過程を通して、自死遺族グループ内での役割獲得や主体性、他者との関係の発展や人間としての強さ、精神的な変容など自死遺族の PTG を明らかにすることができた。一方、研究対象者個々のプロセスからの詳細な PTG は明らかとなっていない。研究対象者個々の PTG については、さらに時間をかけてデータ収集をする必要があり、今後の課題となっている。また、本研究では MAR を参考にして研究を実施した。MAR は、研究対象者との対話を通して自己のパターンを認識し、そこに意味を見出し共有しながら進んでいくものである。本研究の対象者は、身内の自死という外傷体験を負った自死遺族であり、研究同意を得る難しさに加え、成長に対する懐疑的な考えもあり対話の難しさがあった。そのため MAR を用いた他の研究と比較して、本研究においてはデータ収集が不足していた点がある。

本研究の対象は、1つの自死遺族グループの参加者である。研究開始の時点で設立してから10年以上が経過している点は、他のアクションリサーチと異なる。各県に設立されている自死遺族グループの形式は様々であり、本研究結果をそのまま活かすことはできないが、COVID-19 流行下における自死遺族グループの変容過程、および語りを通して気持ちの整理ができた後の自死遺族の成長という新たな視点を見出すことができた。本研究で明らかとなった自死遺族グループを通じた自死遺族の PTG は、自死遺族支援の新たな可能性を示すものであり、他グループの参考資料になるものと考えている。そのため、今回の研究結果を他の自死遺族グループに広げていくことが課題となる。

本研究により、自死遺族グループおよび自死遺族が変容したことは大きな成果であり、実践的手法である MAR を参考に研究を進めた成果でもある。自死遺族グループは本研究で終了するものではなく、今後も継続して活動をしていく。本研究結果が還元され、自死遺族グループとしての更なる飛躍が期待される。

Ⅷ. 結論

本研究の目的は、自死遺族グループの変容過程を明らかにし、その変容過程を通して自死遺族が獲得した PTG を見出すことである。研究手法は、プロセス重視型の実践的看護研究である MAR を参考にし、パートナーシップを形成した上で、共同で創出した『願い』の実現に向けて自死遺族グループを進めた。

その結果、自死遺族グループの変容過程として、10 の局面が見出された。それは、局面 1 の【研究への参加同意とパートナーシップ形成】から始まり、局面 2 では【自死遺族グループに対する『願い』の確認と共有】を行った上で、局面 3 の【卒業生の体験を共有する機会の設定】をした。そのような中で COVID-19 による蓋然的事態が発生したが、局面 4 では【研究対象者が協力し合い、自死遺族グループの開催に向けて主体性を育む】機会となり、自死遺族グループとしてのターニングポイントとなった。その後、局面 5 の【立ち止まり振り返るための停滞】を経て、局面 4 と同様の事態が生じた局面 6 では、【研究対象者とスタッフが協力し合い、主体的に自死遺族グループを運営する】ことができ、自死遺族グループとしても大きく前進した。局面 7 では、COVID-19 の感染拡大により、自死遺族グループの活動が制限された期間を経て、自死遺族グループの「つどう」場の要素が大きくなるという【つどいの場への進化】が確認された。そして、局面 8 では悲しみの共有だけでなく、【自死以外の話題による喜びの分かち合いの展開】が見られた。局面 9 では【『願い』と運営の再確認】を行い、『自死遺族グループを末永く維持していく』ことが全員の『願い』であり、その『願い』に向けて相互協力していくことが確認された。そして局面 10 では、【『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』の実現に向けた自死遺族としての役割の発揮】ができ、研究開始時には見られなかった自死遺族グループとしての大きな変容が確認された。

自死遺族グループの変容過程を通して、研究対象者とスタッフの関係も変容し、研究対象者全員が積極的にグループに参加し、受動的ではなく能動的に関わる様子が見られた。自死遺族グループの中で役割を見つけ、能動的に自死遺族としての役割を遂行し、他の自死遺族を支える側に移行した点は新たな可能性の獲得であり、自死遺族の PTG であった。また、リフレクションを通して自己を振り返ることによる精神的な変容や、自死遺族同士の結びつきが強まることによる他者との関係の発展、さらに自死を乗り越えて他者を支える人間としての強さも確認され、自死遺族が継続的に自死遺族グループへ参加することは、PTG を促すことが確認された。

本研究の対象となった自死遺族グループは、研究終了後も継続的に開催している。今回明らかとなった PTG が自死遺族グループに還元され、自死遺族および自死遺族グループが今後さらに成長していくことが期待される。

謝辞

本研究に同意し、協力いただいた研究対象者の皆様に深く感謝致します。本研究はミ

ューチュアル・アクションリサーチの手法を参考にしており、研究対象者の協力がなければ実現できませんでした。自死遺族グループを末永く維持していくために尽力いただいた研究対象者の皆様に感謝し、今後も自死遺族支援に取り組んでいきます。

本研究実施にあたって、研究計画の段階から最後まで丁寧にご指導頂いた新潟県立看護大学の前教授である長谷川雅美先生に深く感謝申し上げます。また、論文完成に向けて最後までご指導頂いた小泉美佐子教授に深く感謝申し上げます。

引用文献

- Alison, M. C. (2000/2005). 岡本玲子, 関戸好子, 鳩野洋子(訳). ヘルスケアに活かすアクションリサーチ, 医学書院.
- Arianna, P. , Johann, R. K. , Stefania, M. , Sara, M. , Cristina, C. , Paolo, C. (2019). Rorschach assessment in suicide survivors: Focus on suicidal ideation. *Front Public Health*, 6, 382. doi: 10.3389/fpubh.2018.00382
- Brent, D. , Melhem, N. , Bertille, D. M. , Walker, M. (2009). The incidence and course of depression in bereaved youth 21 months after the loss of a parent to suicide, accident, or sudden natural death. *American Journal of Psychiatry*, 166(7), 786-794.
- Calhoun, L. G. , Tedeschi, R. G. (2012). *Posttraumatic growth in clinical practice*. Routledge.
- Calhoun, L. G. , Tedeschi, R. G. (2014). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. Routledge.
- Cerel, J. , Padgett, J. H. , Reed, G. A. (2009). Support groups for suicide survivors: Results of a survey of group leaders. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 39(6), 588-598.
- Cerel, J. , Maple, M. , van, V. J. , Moore, M. , Flaherty, C. , Brown, M. (2016). Exposure to suicide in the community: Prevalence and correlates in one U.S. State. *Public Health Reports*, 131(1), 100-107.
- 千葉敦子, 大山博史, 坂下智恵. (2010). A 市自治体が運営する自死遺族自助グループの支援活動における保健師の役割, *保健師ジャーナル*, 66(3), 252-261.
- Cvinar, J. G. (2005). Do suicide survivors suffer social stigma: a review of the literature. *Perspectives in Psychiatric Care*, 41(1), 14-21. doi: 10.1111/j.0031-5990.2005.00004.x
- Drapeau, C. W. , Lockman, J. D. , Moore, M. M. , Cerel, J. (2018). Predictors of posttraumatic growth in adults bereaved by suicide. *The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*, 30, 1-7. doi: 10.1027/0227-5910/a000556
- 遠藤恵美子, 新田なつ子. (2001). 看護におけるアクションリサーチ: ミューチュアルアプローチの理論. *看護研究*, 34(6), 465-470.
- 遠藤恵美子. (2018). Newman の「拡張する意識としての健康の理論」が生まれた背景

- とその概要, *がん看護*, 23(6), 608-611.
- Feigelman, W. , Feigelman, B. , Kawashima, D. , Shiraga, K. , Kawano, K. (2017). Comparing facilitator priorities of suicide survivor support groups: A cross-cultural comparison between Japanese and American groups. *journal of Death and Dying*, 75(3), 219-229. doi: 10.1177/0030222816652799
- Feigelman, W. , Cerel, J. , Sanford, R. (2018). Disclosure in traumatic deaths as correlates of differential mental health outcomes. *Death Studies*, 42(7), 456-462. doi: 10.1080/07481187.2017.1372533
- 藤井千太, 明石加代, 松田一生, 青木豊子, 長崎靖, 加藤寛. (2012). 自死遺族の心の健康状態: 兵庫県監察医務室を介して行った自死遺族支援の試みから, *精神医学*, 54(2), 191-200.
- 藤田卓郎. (2014). アクションリサーチ再考: 結果の一般化に焦点を当てて. *外国語教育メディア学会メソドロジー研究部会報告論集*, 6, 117-129.
- Griffin, E. , Oconnell, S. , Ruane-McAteer, E. , Corcoran, P. , Arensman, E. (2022). Psychosocial outcomes of individuals attending a suicide bereavement peer support group: A follow up study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 1-12. doi: 10.3390/ijerph19074076
- 芳賀博. (2016). 地域におけるアクションリサーチへの期待, *老年社会科学*, 38(3), 357-363.
- 原見美帆, 坂口幸弘, 白川教人. (2019). 全国都道府県・政令指定都市における自死遺族支援事業の実態調査報告. *自殺予防と危機介入*, 39(1), 118-123.
- 東村奈緒美, 坂口幸弘, 柏木哲夫. (2001). 死別経験による成長感尺度の構成と信頼性・妥当性の検証. *臨床精神医学*, 30(8), 999-1006.
- Holter, I. M. , Schwartz, B. D. (1993). Action research: What is it? How has it been used and how can it be used in nursing?. *Journal of Advanced Nursing*, 18(2), 298-304.
- 飯村周平. (2016). 心的外傷後成長の考え方: 人生の危機とポジティブな心理的変容. *ストレスマネジメント研究*, 12(1), 54-65.
- 伊藤恵美, いたうたけひこ, 井上孝代. (2014). 自死遺族の手記とその分析方法に関する考察: 心的外傷後成長に焦点を当てて. *静岡県立大学短期大学部研究紀要*, 27W, 1-9.
- 伊藤久美. (2018). フィールドにおいてアクションリサーチのもたらす意味. *看護研究*, 51(4), 366-374.
- 伊藤正哉, 中島聡美, 新明一星. (2016). 複雑性悲嘆における心的外傷後成長, 宅香菜子 (編), *PTG の可能性と課題*(p. 186-195). 金子書房.
- John, R. J. , John, L. M. (2011). *Grief after suicide: Understanding the consequences and caring for the survivors*. Routledge, 43-80.
- Karl, A. , Karolina, K. (2011). Essential questions on suicide bereavement and postvention. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 9(1), 24-32. doi: 10.3390/ijerph9010024

- 河西千秋. (2010). 自殺の三次予防. 臨床精神医学, 39(11), 1417-1422.
- 河野由美. (2013). 遺族の死別後の主観的変化とその影響要因: ストレス関連成長の視点から. ヒューマンケア研究, 14(1), 12-20.
- 川島大輔, 川野健治, 小山達也, 伊藤弘人. (2010). 自死遺族の精神的健康に影響を及ぼす要因の検討, 精神保健研究, 23, 55-63.
- 警察庁. (2022). 令和3年中における自殺の状況. <https://www.npa.go.jp/safetylife/seianki/jisatsu/R04/R3jisatsunoujoukyou.pdf>(検索日 2022年10月20日)
- 菊地沙織, 神田清子, 藤本桂子, 二渡玉江, 角田明美, 堀越政孝, . . . 塚本憲史. (2016). ピアサポート活動遂行によるがんピアサポーターの役割の認識に関する研究. 群馬保健学研究, 37, 31-39.
- 小林創, 粟生田友子, 櫻井信人, 浦山留美. (2013). 自死遺族が支援を求められるようになる動因, 新潟県立看護大学看護研究交流センター活動報告書, 24, 100-103.
- 小泉典章, 松本清美, 出澤総子, 小山せつ子. (2009). 長野県精神保健福祉センターにおける「自死遺族交流会」設立支援について. 信州公衆衛生雑誌, 4(1), 89-94.
- 近藤卓. (2022). PTGと心の健康: 傷つきを持った存在としていきるために. 金子書房.
- 厚生労働省. (2009). 自死遺族を支えるために: 相談担当者のための指針. https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12200000-Shakaiengokyokushougaihokenfukushibu/03_2.pdf(検索日 2019年9月1日)
- 厚生労働省. (2022). 令和3年(2021)人口動態統計月報年計(概数)の概況. <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai21/dl/gaikyouR3.pdf>(検索日 2022年10月20日)
- 幸若晴子. (2012). 自死遺族における死別経験後の成長: 当事者へのインタビューを通して. 東洋大学大学院紀要, 49, 423-441.
- 黒澤美枝, 井上綾子, 小館恭子, 長澤由美子, 豊間根美恵, 小野田敏行. (2007). 岩手県精神保健福祉センターにおける自殺者遺族交流会支援方法の検討, トラウマティックストレス, 5(2), 149-155.
- 黒澤美枝, 佐々木志帆子, 上田光世, 中島聡美, 金吉晴. (2018). 複雑性悲嘆の集団認知行動療法の実践, トラウマティックストレス, 16(1), 17-23.
- Levi, B. Y. (2017). Relationship with the deceased as facilitator of posttraumatic growth among suicide-loss survivors. *Death Studies*, 41(6), 376-384. doi: 10.1080/07481187.2017.1285372
- Levi, B. Y. (2019). With a little help from my friends: A follow-up study on the contribution of interpersonal characteristics to posttraumatic growth among suicide-loss survivors. *Psychological Trauma*, 11(8), 895-904. doi: 10.1037/tra0000456
- 松崎倫子, 徳田智代. (2017). ソーシャル・サポートが死別経験への意味付けを介して大学生の成長感に与える影響. 久留米大学心理学紀要, 16, 49-56.
- Miers, D. , Abbott, D. , Springer, P. R. (2012). A phenomenological study of family needs following the suicide of a teenager. *Death Studies*, 36(2), 118-133. doi: 10.1080/07481187.2011.553341

- 嶺岸秀子, 遠藤恵美子. (2001). 看護におけるアクションリサーチ総説. 看護研究, 34(6), 3-15.
- Mitchell, A. M. , Sakraida, T. J. , Kim, Y. , Bullian, L. , Chiappetta, L. (2009). Depression, anxiety and quality of life in suicide survivors: A comparison of close and distant relationships. Archives of Psychiatric Nursing, 23(1), 2-10. doi: 10.1016/j.apnu.2008.02.007
- 三次真理, 遠藤恵美子. (2021). ミューチュアル・アクションリサーチ: M.ニューマン拡張する意識としての健康の理論にもとづく質的・実践的・協働的看護研究法. すぴか書房.
- 宮原知子. (2016). 緩和ケア病棟における患者・家族にとっての意味深いケア環境の創出過程の可視化: ミューチュアル・アクションリサーチの手法を用いて. 武蔵野大学博士論文.
- 宮原知子. (2018). 緩和ケア病棟における患者・家族にとっての意味深いケア環境の創出過程の可視化: ミューチュアル・アクションリサーチの手法を用いて. 日本がん看護学会誌, 32, 78-87.
- 宮本なぎさ, 太田尚子, 堀内成子. (2005). 死産を経験した母親を支えるケア: セルフヘルプミーティングがもたらす人間的成長, 聖路加看護学会誌, 9(1), 45-54.
- 宮島ひとみ, 北山三津子. (2011). 配偶者と死別した高齢男性の成長感に影響を与える要因. 岐阜県立看護大学紀要, 11(1), 37-44.
- 鳴海紗恵. (2018). 今ここに棲むグループな力: それぞれの現場からの活動報告, 集団精神療法, 34(2), 160-162.
- Newman, A. M. (1994/1995). 手島恵(訳). マーガレットニューマン看護論: 拡張する意識としての健康. 医学書院.
- 西野明樹, 沢崎達夫. (2015). 性別違和を有する者の性別移行と心理的成長に関する研究, 目白大学心理学研究, 11, 55-71.
- Oe, M. , Hasegawa, M. (2013). Nurses management of a clubhouse model-based self-help group for people with depression. Journal of Tsuruma Health Science Society Kanazawa University, 37(1), 1-14.
- 岡本洋子. (2017). 自死遺族における二次被害とは何か: 聞き取り調査による実態と背景. 社会関係研究, 23(1), 39-83.
- 奥芝祐子, 島谷まき子. (2014). 自死による死別経験後の心理的過程: 悲嘆からの回復後の変化に着目して. 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, 16, 33-43.
- 大倉高志, 引土絵末, 市瀬晶子, 田邊蘭, 中山健夫, 木原活信. (2013). 配偶者を亡くした自死遺族が望む情報提供と支援: 地域における支援実践への寄与. 同志社大学研究紀要論文, 評論社会科学, 104, 51-87.
- 大倉高志, 白井蘭, 引土絵末, 市瀬晶子. (2017). 子どもを自殺で亡くした親が望む情報提供と支援: 自死遺族を対象とした質的調査の結果から. 東海学院大学研究年報, 2, 11-32.
- 大塚俊弘, 濱田由香里. (2009). 自死遺族を支えるために: 相談担当者のための指針, <https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12200000-Shakaiengokyokushouga>

- ihokenfukushibu/03_2.pdf(検索日 2022 年 11 月 29 日)
- Oulanova, O. , Moodley, R. , Seguin, M. (2014). From suicide survivor to peer counselor: Breaking the silence of suicide bereavement. *Journal of Death and Dying*, 69(2), 151-168. doi: 10.2190/OM.69.2.d
- Pitman, A. L. , Osborn, D. P. , Rantell, K. , King, M. B. (2016). Bereavement by suicide as a risk factor for suicide attempt: A cross-sectional national UK-wide study of 3432 young bereaved adults. *BMJ Open*, 6(1), 1-11.
- Rubey, C. T. , McIntosh, J. L. (1996). Suicide survivors groups: Results of a survey. *Suicide and life-threatening behavior*, 26(4), 351-358.
- 坂口幸弘, 柏木哲夫, 恒藤暁. (2001). 配偶者喪失後の精神的健康に関連する死別前要因に関する予備的研究. *死の臨床*, 24(1), 52-57.
- 櫻井信人, 粟生田友子, 浦山留美, 小林創. (2008). 自死遺族が必要とする看護ケアのニーズ: 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*, 19, 5-6.
- 櫻井信人, 粟生田友子, 小林創, 浦山留美, 鈴木香苗. (2010). 自死遺族のピアグループ ネットワーク構築に関する研究: グループ形成に向けたアクションリサーチ. *新潟県立看護大学看護研究交流センター年報*, 21 巻, 13-14.
- 櫻井信人, 粟生田友子, 小林創, 浦山留美. (2011). 自死遺族支援グループの活動に関する研究. *平成 22 年度新潟県立看護大学看護研究交流センター活動報告書*, 61-62.
- 櫻井信人, 小林創. (2018). 自死遺族のつどいを運営・継続するために必要な要素. *関西国際大学研究紀要*, 19, 17-25.
- Sanford, R. L. , Cerel, J. , Frey, L. M. (2018). Survivor of suicide loss support group facilitators: Do peers and professionals differ?. *Social work with groups*, 41(4), 306-322.
- 佐野知美, 草島悦子, 白井由紀, 瀬戸山真理子, 玉井照枝, 廣岡佳代, ... 岡部健. (2014). 在宅終末期がん患者家族介護者の死別後の成長感と看取りに関する体験との関連, *Palliative Care Research*, 9(3), 140-150.
- 澤田康幸, 崔允禎, 菅野早紀. (2010). 不況失業と自殺の関係についての一考察. *日本労働研究雑誌*, 52(5), 58-66.
- Scocco, P. , Preti, A. , Totaro, S. , Corrigan, P. W. , Castriotta, C. (2019): Stigma, grief and depressive symptoms in help-seeking people bereaved through suicide, *Journal of Affective Disorders*, 244, 223-230. doi: 10.1016/j.jad.2018.10.098
- Sheehan, L. , Corrigan, P. W. , Alkhouja, M. A. , Lewy, S. A. , Major, D. R. , Mead, J. , ... Weber, S. (2018). Behind closed doors: The stigma of suicide loss survivors, *Journal of Death and Dying*, 77(4), 330-349. doi: 10.1177/0030222816674215
- Shields, C. , Russo, K. , Kavanagh, M. (2019). Angels of courage: The experiences of mothers who have been bereaved by suicide. *Journal of Death and Dying*, 80(2), 175-201. doi: 10.1177/0030222817725180
- 新里美智子, 鈴木啓子. (2018). 自死遺族会を立ち上げた自死遺族の体験と求める支援: 自死遺族 1 事例の語りの分析をとおして. *名桜大学総合研究*, 27, 117-130.

- Spino, E. , Kameg, K. M. , Cline, T. W. , Terhorst, L. , Mitchell, A. M. (2016). Impact of social support on symptoms of depression and loneliness in survivors bereaved by suicide. In *Archives of Psychiatric Nursing*, 30(5), 602-606. doi: 10.1016/j.apnu.2016.02.001
- 末木新. (2010). 自死遺族の心理的変化の過程に関する事例研究: 家族との関係性が悲嘆プロセスに与える影響に注目して. *東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要*, 33, 95-101.
- 杉万俊夫. (2013). *グループダイナミクス入門: 組織と地域を変える実践学*. 世界思想社.
- 杉本脩子. (2017). グループの力: 自死遺族のわかち合い, *こころの科学*, 192, 73-77.
- Sugrue, J. L. , McGilloway, S. , Keegan, O. (2014). The experiences of mothers bereaved by suicide: An exploratory study. *Death Studies*, 38(2), 118-124. doi: 10.1080/07481187.2012.738765
- Supiano, K. P. , Haynes, L. B. , Pond, V. (2017). The transformation of the meaning of death in complicated grief group therapy for survivors of suicide: A treatment process analysis using the meaning of loss codebook. *Death Studies*, 41(9), 553-561. doi: 10.1080/07481187.2017.1320339
- Sveen, C. A. , Walby, F. A. (2008). Suicide survivors' mental health and grief reactions: A systematic review of controlled studies. *Suicide Life-Threatening Behavior*, 38, 13-29. doi: 10.1521/suli.2008.38.1.13
- 高橋祥友, 福間詳. (2004). *自殺のポストベンション: 遺された人々への心のケア*. 医学書院.
- 高井美智子, 川本静香, 山内貴史, 川野健治, 小高真美, 福永龍繁, . . . 竹島正. (2019). 自殺発生から間もない遺族に求められる支援の探索的検討: 心理学的剖検研究における自死遺族の語りから. *自殺予防と危機介入*, 39(1), 124-131.
- 武富由美子, 田渕康子, 熊谷有記, 坂本麻衣子, 鐘ヶ江寿美子, 矢ヶ部伸也, 山本洋子. (2020). 在宅でがん患者を亡くした遺族の心的外傷後成長と関連要因. *死の臨床*, 43(1), 193-198.
- 竹内陽子, 加藤真由美. (2019). 断酒に向き合う患者と看護師の相互作用から生じた意識改革: Margaret Newman 理論を踏まえたミューチュアルアクションリサーチの実践. *看護実践学会誌*, 31(2), 21-34.
- 宅香菜子. (2016). PTG とは, 宅香菜子(編), *PTG の可能性と課題*(p. 2-17). 金子書房.
- Tal, I. , Mauro, C. , Reynolds, C. F. , Shear, M. K. , Simon, N. , Lebowitz, B. , . . . Zisook, S. (2017). Complicated grief after suicide bereavement and other causes of death. *Death Studies*, 41(5), 267-275. doi: 10.1080/07481187.2016.1265028
- 田中浩二, 長谷川雅美, 長田恭子, 河村一海. (2012). ナラティブアプローチを基盤とした看護実践によるうつ病高齢者の語りの変化に関する研究. *金沢大学つるま保健学会誌*, 36(2), 35-47.
- Tedeschi, R. G. , Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455-471.

- Tedeschi, R. G. , Finch, J. S. , Taku, K. , Calhoun, L. G. (2018). Posttraumatic growth theory, research, and applications, Routledge.
- Testoni, I. , Francescon, E. , Leo, D. , Santini, A. , Zamperini, A. (2019). Forgiveness and blame among suicide survivors: A qualitative analysis on reports of 4-year self-help-group meetings. *Community Mental Health Journal*, 55(2), 360-368.
- 手塚千恵子, 以倉康充, 下田裕子. (2012): 自死遺族相談における絆の回復: 生きる力再生の検証と援助方法について, 自殺予防と危機介入, 32(1), 70-79.
- Torres, S. A. (2018). Making sense of it all: An interpretative phenomenological analysis of bereaved survivors' coping experiences following intimate partner suicide, University of Hull.
- 筒井真優美. (2018). アクションリサーチの意義と魅力: 人々とともに, 人々のためにある研究方法. *看護研究*, 51(4), 288-301.
- 我妻孝則, 嶺岸秀子. (2015). M.Newman 理論に基づく看護介入による中年期進行肺がん患者の変化: 自分らしく生きることへの支援. *日本がん看護学会誌*, 29(1), 24-33.
- 渡邊照美, 岡本裕子. (2005). 死別経験による人格的発達とケア体験との関連. *発達心理学研究*, 16(3), 247-256.
- 山田健斗, 新井邦二郎. (2016). 青年の死別経験に対する意味の付与と死別経験後成長感. *東京成徳大学臨床心理学研究*, 16, 21-29.
- 山口和浩. (2015). 自殺対策の現状: 自死遺族への支援, *精神医学*, 57(7), 547-552.
- 山中亮, 田上恭子. (2009). 自死遺族に対する大学生の態度に関する探索的研究: KJ 法による分析. *臨床心理学*, 9(3), 382-387.
- 山中亮. (2009). 自死遺族に対する大学生の否定的態度に関する研究. *臨床死生学*, 13(1), 41-49.
- 山内朋子. (2018). 看護におけるアクションリサーチの研究動向. *看護研究*, 51(4), 316-333.
- 矢守克也. (2010). アクションリサーチ: 実践する人間科学. 新曜社.
- 八ツ塚一郎. (2019). アクションリサーチ, サトウタツヤ, 春日秀朗, 神崎真実(編), 質的研究法マッピング: 特徴をつかみ活用するために(p. 241-246). 新曜社.
- 横山聖美. (2017). 子育て中にながんで配偶者を亡くした母親が死別後に子どもと生きていく生活の中での体験, *日本がん看護学会学会誌*, 31, 82-91.
- 良原誠崇. (2009). 自死遺族サポート・グループ運営者の喪失をめぐる物語的構成. *心理臨床学研究*, 26(6), 710-721.
- 吉本和樹, 兎澤恵子. (2017). アクションリサーチを用いた研究の動向について. *千里金襴大学紀要*, 14, 183-190.
- 吉野淳一. (2011). 自死遺族の自らを納得させようとするストーリーの萌芽抽出: 自死遺族の思いを語る集いにおける逐語分析, *集団精神療法*, 27(1), 66-74.
- 吉野淳一. (2018). 癒しの会の自死遺族支援に関する考察, *北海道生命倫理研究*, 6, 13-18.
- 全国自死遺族総合支援センター. (2013). 自死・自殺の表現に関するガイドライン. <https://www.izoku-center.or.jp/images/guideline.pdf> (検索日 2019年7月21日)

全国自死遺族総合支援センター. (2019). 遺族のつどい—わかちあいの会—. <http://www.izoku-center.or.jp/bereaved/wakachiai.html>(検索日 2019年7月21日)

Zhang, J. , Tong, H. Q. , Zhou, L. (2005). The effect of bereavement due to suicide on survivors' depression: a study of Chinese samples. *Journal of Death and Dying*, 51(3), 217-227.

図目次

- 図 1. 自死遺族グループの進化のプロセス
- 図 2. 研究開始となる局面 1 での研究対象者とスタッフの関係
- 図 3. 局面 6 での研究対象者とスタッフの関係
- 図 4. 局面 7, 局面 8 での研究対象者とスタッフの関係
- 図 5. 局面 10 での研究対象者とスタッフの関係



図1. 自死遺族グループの進化のプロセス

局面1

- 研究の参加同意を得てパートナーシップを形成する
- 研究対象者は自死遺族グループの中で自由に意見を述べる
ことができる

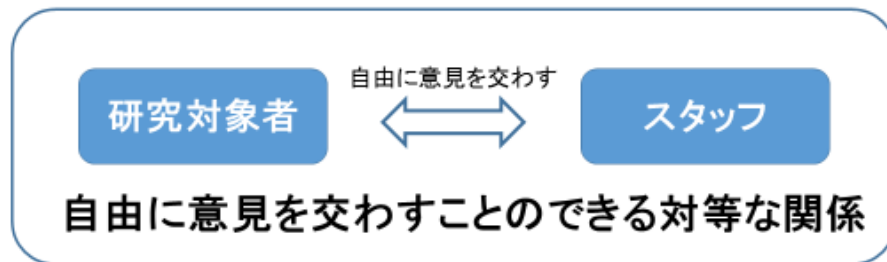


図 2. 研究開始となる局面 1 での研究対象者とスタッフの関係

局面6

- 研究対象者は受動的姿勢から自死遺族グループを支える姿勢に発展し、能動的な動きで関与する
- 研究対象者とスタッフが相互協力しながら、自死遺族グループを運営する

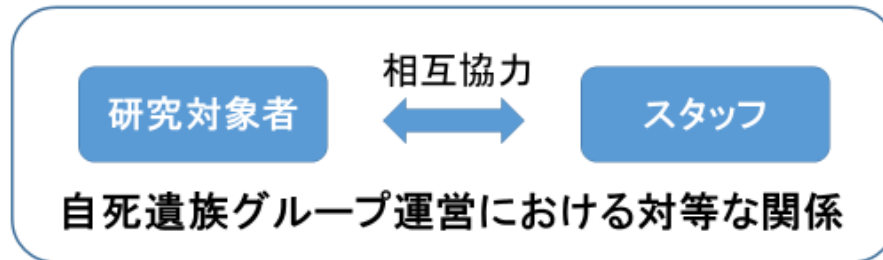


図 3. 局面 6 での研究対象者とスタッフの関係

- 局面7, 局面8
- ・語りの場に加え, 「つどう」場の要素が拡大する
 - ・喜びの分かち合いが加わる
 - ・自死遺族グループの中での対等な関係に, 人と人との関係が加わる

研究対象者

スタッフ

自死遺族グループの中での対等な関係
+
人と人との関係
(研究対象者同士, 研究対象者とスタッフ)

図 4. 局面 7, 局面 8 での研究対象者とスタッフの関係

局面10 ・新規参加者に対して、研究対象者とスタッフが相互協力をしながらそれぞれの役割を発揮する

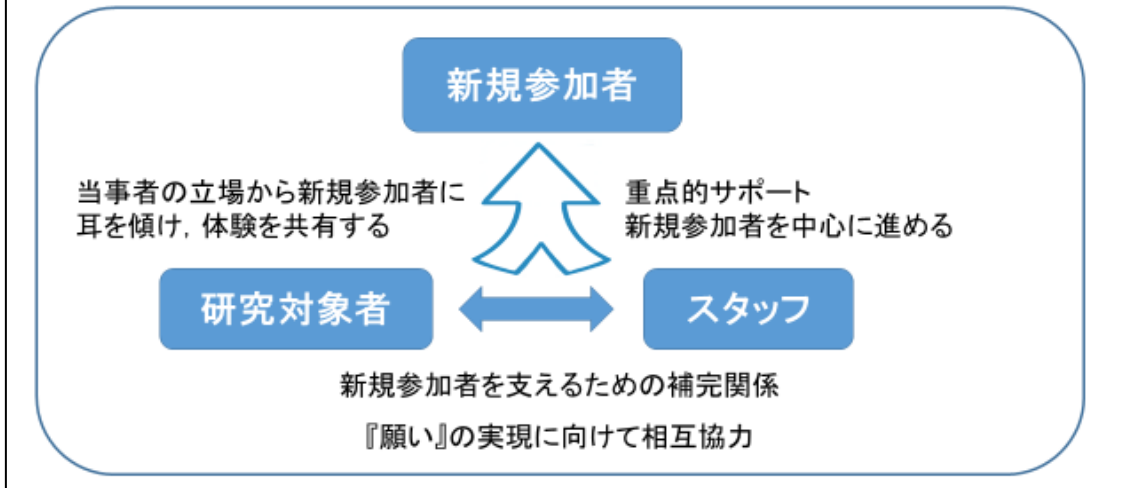


図 5. 局面 10 での研究対象者とスタッフの関係

表目次

表 1. 研究対象者の概要

表 2. 自死遺族グループの参加者数の推移

表 1. 研究対象者の概要

研究対象者	年齢性別	研究対象者から見た自死者との関係	自死遺族グループへの初回参加時からの年数
A	50 歳代女性	母、兄弟	10 年
B	50 歳代女性	子ども	8 年
C	60 歳代女性	子ども	8 年
D	50 歳代女性	子ども	8 年
E	60 歳代女性	子ども	6 年
F	30 歳代女性	兄弟	6 年
G	50 歳代女性	子ども	4 年

表 2. 自死遺族グループの参加者数の推移

	2020年								2021年							
	4月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	2月	3月	4月	6月	7月	10月	11月	12月
参加者		4名	7名	3名	4名	7名	5名	5名	6名	5名	5名	5名	6名	5名	8名	9名
研究対象者の参加状況		A … … D E F …	A B C … E F G	… … C … E F …	… B C … E F …	A B C D E F …	A B C … … … …	A B C D … … … …	A B C D … F …	A B C … … … G	… B C D … … F G	A B C D … … F …	… B C D … E F …	… B C … E F …	A B C D … E F G	… B C D … E F G
スタッフの参加状況	H 研究者	H 研究者	H 研究者	H 研究者	H 研究者	… 研究者	H 研究者	H 研究者	H …	H 研究者	H …	H …	H 研究者	H 研究者	… 研究者	H 研究者
変容の局面	局面 1 研究への参加同意と パートナーシップ形成		局面 2 自死遺族グループに対する『願い』の確認と 共有			局面 3 卒業者の体験を共有する 機会の設定		局面 4 研究対象者が協力し 合い、自死遺族グループの 開催に向けて主体性を 育む	局面 5 立ち止まり振り返る ための停滞	局面 6 研究対象者とスタッフが協 力し合い、主体的に自死 遺族グループを運営する	局面 7 つどいの場への進化		局面 8 自死以外の話題による喜 びの分かち合いの展開	局面 9 『願い』と運営の再確 認	局面 10 『自死遺族グループを末 永く維持していく』とい う『願い』の実現に向けた 自死遺族としての役割の 発揮	

資料目次

- 資料 1. 参加者用研究説明書
- 資料 2. スタッフ用研究説明書
- 資料 3. 研究参加同意書
- 資料 4-1. 事前アンケート説明文
- 資料 4-2. 事前アンケート
- 資料 5. 同意撤回書
- 資料 6. 過去の経過記録の使用不許可願い
- 資料 7. 自死遺族グループの参加者全体への説明書
- 資料 8. 研究の流れフロー図
- 資料 9. 局面 1 自死遺族グループの変容分析シート
- 資料 10. 局面 2 自死遺族グループの変容分析シート
- 資料 11. 局面 3 自死遺族グループの変容分析シート
- 資料 12. 局面 4 自死遺族グループの変容分析シート
- 資料 13. 局面 5 自死遺族グループの変容分析シート
- 資料 14. 局面 6 自死遺族グループの変容分析シート
- 資料 15. 局面 7 自死遺族グループの変容分析シート
- 資料 16. 局面 8 自死遺族グループの変容分析シート
- 資料 17. 局面 9 自死遺族グループの変容分析シート
- 資料 18. 局面 10 自死遺族グループの変容分析シート

資料 1. 参加者用研究説明書

参加者用 研究説明書

本研究は下記の目的で行うものです。研究の趣旨を御理解の上、ぜひとも御協力をよろしくお願い致します。以下の項目をお読み頂き、本研究に協力することに同意して頂ける場合は、研究参加同意書にご署名ください。ご協力お願いします。

記

1. 研究課題名「自死遺族グループへの参加を通じた自死遺族の心的外傷後成長」

2. 研究の目的と意義

本研究の目的は、自死遺族グループへの参加を通じた自死遺族の心的外傷後成長を明らかにすることです。自死遺族グループの開催を通して評価を行ない、修正を繰り返しながら進めていきます。結果はその都度自死遺族グループに反映され、参加者に還元することができます。本研究結果は、自死遺族支援の充実に繋がるとともに、自殺死亡率の高い本県の自殺対策にも大きく貢献でき、現在発展途上である我が国の自死遺族に向けた支援組織における運営上の貴重な示唆になると考えています。

※心的外傷後成長＝自死という非常に辛く苦しい出来事を体験した遺族が、自死遺族グループへの参加を通して体得した肯定的な心理的変容を指します。

3. 研究方法について

これまで2か月に1回、奇数月に開催していた自死遺族のつどいを偶数月にも開催し、月に1回の開催とします。参加は任意ですので、参加可能な時にご参加ください。活動内容についてはご意見を伺いながら実施し、実施後の振り返りや評価を通してさらに修正を加えていきます。これらの活動を通して参加者の皆様の変化を検討していきたいと考えています。

研究方法の詳細は以下の通りです。

1) 対象者

大切な方を自死で亡くされてから1年以上が経過し、自死遺族のつどいに6回以上参加されている方で、本研究の同意を得られた方とします。なお、同意されない場合でも自死遺族のつどいは今まで通り参加できます。

2) 研究期間

データ収集期間は2021年3月31日、研究期間は2022年3月31日までを予定しています。

3) データ収集方法

データとして、これまでの活動記録、自死遺族のつどいの参加観察記録、研究対象者の経過記録、研究対象者へのアンケート、振り返り記録を取らせていただきます。活動についてはこれまで通り開催します。回数が月 1 回となりますが、具体的な活動内容については、参加者の皆様の意見をもらいながら実施し、評価修正を繰り返しながら続けていきます。参加に同意された方であっても自死遺族のつどいへの参加は任意です。ご都合のいい時にのみご参加ください。

4) データ分析方法

これまでの活動記録、自死遺族のつどいの参加観察記録、研究対象者の経過記録、研究対象者へのアンケート、振り返り記録をまとめ分析していきます。活動経過や皆さまの変化について記録を取らせていただきますが、内容はその都度、参加者の皆さまと共有させていただきます。今後の活動に活かしていきます。

5) 協力内容について

今までどおり自死遺族のつどいにご参加ください。参加は任意ですので、ご都合の良い時にご参加ください。開催にあたっては皆様のご意見を頂きながら修正を繰り返し進めていきます。分析した内容はその都度皆様にお伝えします。

研究方法に関しては以上となります。下記の倫理的配慮事項・約束事項をお読み頂き、研究へのご協力を頂ける方は、別紙研究同意書への署名をぜひお願い致します。

4. 倫理的配慮事項・約束事項

1) 研究への参加・協力の自由意思

研究に協力するか否かは、自由な意思によって決定できます。協力して頂ける場合には、研究同意書への署名をお願い致します。研究に参加しない場合は、この書面と同意書を破棄して頂いて構いません。**研究に同意しない場合も、自死遺族のつどいの参加を制限するものではありません。参加に対して不利益を被ることもありません。同意しない場合もこれまで通りご参加ください。**

参加に同意された場合でも参加途中で撤回することも可能です。その際はお声かけください。同意撤回書について説明させていただきます。なお、研究終了後は同意撤回できませんのでご了承ください。

2) 個人情報等の取り扱い

個人情報の保護に関する法律は遵守します。得られたデータの内容は、名前や個人の特定につながらないように匿名でまとめます。データ収集時のメモ・内容等に関しては研究者が厳重に管理し、データとしての使用が終了した後は一定期間保存し、その後全てシュレッダーにて適切に破棄します。

3) 研究に参加・協力することによる期待される利益と予測されるリスク

研究結果は、今後の自死遺族のつどいの運営に直接活かすことができます。また、自死遺族のつどいに参加することによる効果を高めることが期待できます。

一方で、自死遺族のつどいに参加することは、自死された方との思い出を想起することになります。話をすることで感情の表出や気持ちの整理ができますが、その日の体調によっては話すことが負担になる事も考えられます。その場合は、無理に話さないでください。途中退席や欠席は自由です。私どもも早めに察知して対応します。

4) 研究結果の公表方法

収集したデータは研究のみに使用し、論文としてまとめ学会等で発表することはありませんが、その際は個人や地域が特定されることのない形で公表させていただきます。

5) 研究についての問い合わせについて

研究についての不明点や疑問点、同意についてなど、本研究に関することで何かありましたら以下の問い合わせ先までご連絡ください。

	研究実施者	研究責任者
機関	新潟県立看護大学大学院	新潟県立看護大学大学院
住所	〒943-0147 新潟県上越市新南町 240	〒943-0147 新潟県上越市新南町 240
所属 氏名	看護学研究科 博士後期課程 大学院生 櫻井信人	地域生活看護学領域精神看護学 教授 長谷川雅美
連絡先	メール：d18302@niigata-cn.ac.jp	メール： 電話番号：

スタッフ用 研究説明書

本研究は下記の目的で行うものです。研究の趣旨を御理解の上、ぜひとも御協力をよろしくお願い致します。以下の項目をお読み頂き、本研究に協力することに同意して頂ける場合は、研究同意書にご署名ください。ご協力お願いします。

記

1. 研究課題名「自死遺族グループへの参加を通じた自死遺族の心的外傷後成長」

2. 研究目的

本研究の目的は、自死遺族グループへの参加を通じた自死遺族の心的外傷後成長 (PTG) を明らかにすることです。

3. 研究の意義

本研究では、自死遺族の心的外傷後成長 (PTG) を明らかにすることを目的として、ミューチュアル・アクションリサーチを研究手法に用います。ミューチュアル・アクションリサーチを用いることで、結果はその都度自死遺族グループに反映され、参加者に還元することができ、自死遺族の新たな成長や生き方といった心的外傷後成長 (PTG) の視点を取り入れた運営につなげていくことが期待できます。本研究結果は、グリーフワークのさらなる促進に繋がるとともに、自殺死亡率の高い本県の自殺対策にも大きく貢献でき、現在発展途上である我が国の自死遺族に向けた支援組織における運営上の貴重な示唆になると考えています。

4. 研究方法について

これまで2か月に1回、奇数月に開催していた自死遺族のつどいを偶数月にも開催し、月に1回の開催とします。活動内容についてはご意見を伺いながら実施し、実施後の振り返りや評価を通してさらに修正を加えていきます。これらの活動を通して対象者の変化を検討していきたいと考えています。

研究方法の詳細は以下の通りです。

1) 対象者

自死後1年以上が経過し、自死遺族のつどいに6回以上参加されている方で、本研究の同意を得られた方とします。なお、本研究はミューチュアル・アクションリサーチを用い、対象者とスタッフの相互作用についても見ていくため、スタッフにも研究依頼をさせていただきます。

2) 研究期間

データ収集期間は2021年3月31日とし、研究期間は2022年3月31日までを予定しています。

3) データ収集方法

データとして、これまでの活動記録、自死遺族のつどいの参加観察記録、研究対象者の経過記録、研究対象者へのアンケート、振り返り記録を取らせていただきます。活動については、これまで通り開催します。回数が月1回となりますが、具体的な活動内容については、スタッフや対象者の意見をもらいながら実施し、評価修正を繰り返しながら続けていきます。これらの活動経過や対象者の変化について記録を取っていきます。内容はその都度、対象者やスタッフと共有させていただきます。

4) データ分析方法

これまでの活動記録、自死遺族のつどいの参加観察記録、研究対象者の経過記録、研究対象者へのアンケート、振り返り記録をまとめ分析していきます。まとめたデータは今後の活動に活かしていきます。

5) 協力内容について

今までどおり自死遺族のつどいにスタッフとしてご参加ください。参加は任意です。開催にあたっては皆様のご意見を頂きながら修正を繰り返し進めていきます。分析した内容はその都度皆様にお伝えします。

研究方法に関しては以上となります。下記の倫理的配慮事項・約束事項をお読み頂き、研究へのご協力を頂ける方は、別紙研究同意書への署名をぜひお願い致します。

5. 倫理的配慮事項・約束事項

1) 研究への参加・協力の自由意思

研究に協力するか否かは、自由な意思によって決定できます。協力して頂ける場合には、研究同意書への署名をお願い致します。研究に参加しない場合は、この書面と同意書を破棄して頂いて構いません。研究に同意しない場合も、自死遺族のつどいの参加を制限するものではありません。不利益を被ることもありません。同意しない場合もこれまで通りスタッフとしてご参加ください。

参加に同意された場合でも参加途中で撤回することも可能です。その際はお声かけください。同意撤回書について説明させていただきます。なお、研究終了後は同意撤回できませんのでご了承ください。

2) 個人情報等の取り扱い

個人情報の保護に関する法律は遵守します。得られたデータの内容は、名前や個人の特定につながらないように匿名でまとめます。データ収集時のメモ・内容等に関しては研究者が厳重に管理し、データとしての使用が終了した後は一定期間保存し、その後全てシュレッダーにて適切に破棄します。

3) 研究に参加・協力することによる期待される利益と予測されるリスク

研究結果は、今後の自死遺族のつどいの運営に直接活かすことができます。また、自死遺族のつどいに参加することによる効果を高めることが期待できます。

一方で、自死遺族のつどいの振り返りやインタビューなど、これまでよりも時間やお手数をお掛けすることになります。スタッフのご都合に合わせますが、難しい場合はお知らせください。

4) 研究結果の公表方法

収集したデータは研究のみに使用し、論文としてまとめ学会等で発表することはありませんが、その際は個人や地域が特定されることのない形で公表させていただきます。

5) 研究についての問い合わせについて

研究についての不明点や疑問点、同意についてなど、本研究に関することで何かありましたら以下の問い合わせ先までご連絡ください。

	研究実施者	研究責任者
機関	新潟県立看護大学大学院	新潟県立看護大学大学院
住所	〒943-0147 新潟県上越市新南町 240	〒943-0147 新潟県上越市新南町 240
所属 氏名	看護学研究科博士後期課程 大学院生 櫻井信人	地域生活看護学領域精神看護学 教授 長谷川雅美
連絡先	メール：d18302@niigata-cn.ac.jp	メール： 電話番号：

資料 3. 研究参加同意書

研究参加 同意書

この度、私は「自死遺族グループへの参加を通じた自死遺族の心的外傷後成長」に関する研究について、研究者から、別紙の文書により説明を受け納得しましたので、研究に参加することに同意します。

説明を受け理解した事項（□）の中にチェックを付けてください。

- 研究名は「自死遺族支援グループへの参加を通じた自死遺族の心的外傷後成長」であること
- 研究目的と意義
- 研究方法（対象者、研究期間、データ収集方法）

倫理的配慮について

- 研究への参加が任意であること
- 研究への参加に同意しなくても何ら不利益を受けないこと
- 研究に同意した場合でもこれを撤回できること
- 個人情報の取り扱いについて
- 研究に参加することで期待される利益と予測される不利益
- 研究成果の公表について
- 研究についての問い合わせ先

説明日 令和 年 月 日
新潟県立看護大学大学院博士後期課程

説明者 _____ (署名)

令和 年 月 日

本人氏名 _____ (署名または捺印)

資料 4-1. 事前アンケート説明文

研究対象者の皆様へ アンケートのお願い

このアンケートの回答は自由意志です。回答をしなくても自死遺族グループにはいつも通り参加でき、不利益を被ることはありません。得られた情報は、本研究の目的以外には使用しません。アンケートは無記名であり、個人用の ID を付与しますが、分析にあたっては個人が特定されないように配慮を致します。このアンケートは自死遺族グループの活動の検討や個々の変化を見る際に使わせていただきます。その際は他者に個人が特定されないように配慮します。同意いただけない場合は、この調査用紙に回答はせず、破棄をしてください。本アンケートの回答に要する時間は 5 分くらいです。

ご協力いただける場合は、アンケート同意のチェック欄に○を記入いただき、回答をお願いいたします。チェック欄に記載いただきましたらアンケートへの同意とさせていただきます。

アンケートについての不明点や疑問点、同意に関する質問など、本研究に関することで何かありましたら、以下の問い合わせ先までいつでもご連絡ください。

	研究実施者	研究責任者
機関	新潟県立看護大学大学院	新潟県立看護大学大学院
住所	〒943-0147 新潟県上越市新南町 240	〒943-0147 新潟県上越市新南町 240
所属 氏名	看護学研究科 博士後期課程 大学院生 櫻井信人	地域生活看護学領域精神看護学 教授 長谷川雅美
連絡先	メール：d18302@niigata-cn.ac.jp	メール： 電話番号：

資料 4-2. 事前アンケート

研究対象者の皆様へ

本日はご参加いただきありがとうございます。

はじめの会は、隔月に1回のペースで開催しています。今後の開催・運営の参考にさせていただきますので、ご意見や感想などを教えてください。尚、アンケートで得られたご意見等は、今後の活動の評価や修正をするためにまとめ外部に公表することがありますが、その際は個人が特定されないように配慮します。同意されない場合も参加は自由であり制限されることはありません。

研究活動に同意される場合は□にチェックをお願いします。

チェック欄

同意されない場合は空欄のままにしてください。

今後の活動に向けてどうぞご協力をお願いします。

前回参加から本日までに、気持ちの変化や体調面での変化、その他何か出来事などがありましたらお書きください。

今回参加された目的（個別に相談がしたい、他の人の話を聞きたいなど）や希望すること、相談内容、希望するスタッフ、その他ご意見などがありましたらお書きください。

記入が済みましたら、スタッフにお渡しください。

ありがとうございました。

資料 5. 同意撤回書

同 意 撤 回 書

この度、私は「自死遺族グループへの参加を通じた自死遺族の心的外傷後成長」に関する研究に参加することに同意しましたことを撤回いたします。

令和 年 月 日

本人氏名 _____ (署名または捺印)

資料 6. 過去の経過記録の使用不許可願い

過去の経過記録の使用不許可願い

この度、私は「自死遺族グループへの参加を通じた自死遺族の心的外傷後成長」に関する研究に参加しましたが、研究参加前の経過記録のデータについては、使用することには同意しません。

令和 年 月 日

本人氏名 _____ (署名または捺印)

資料 7. 自死遺族グループの参加者全体への説明書

自死遺族のつどい はじめの会 参加者の皆様へ

本日はご参加いただきありがとうございます。私どもの活動は、自死遺族のつどいの運営を主とし、その他に一般市民を対象とした普及啓発活動、調査研究活動を行っています。

主な活動である自死遺族のつどい「はじめの会」の目的は主に以下のとおりです。

- ・自死遺族が安心できる場、安心して語れる場を確保する。
- ・これまで表出できなかった感情や思いを安心して表出できるよう支援する。
- ・絶対に一人ではないことを知ってもらい、孤独感の軽減を図る。
- ・いつでもお話を聞いたり、相談できる場を確保し、安心感を提供する。
- ・自死遺族のつどいを通して、次の一步を踏み出す成長を図る。

上記の自死遺族のつどいの他にも、調査研究活動も実施しています。現在進めているものとして、自死遺族支援グループへの参加を通じた自死遺族の心的外傷後成長を明らかにすることを目的とした研究があります。これは、自死遺族のつどいの活動を実践しながら評価、修正を繰り返し、研究対象者の変化を検討していくものです。研究対象者は個別にお願いをしており、同意された方を対象に活動を通しての変化を見ていきます。自死遺族のつどいの活動の場と研究の場が同じであり、研究も同時に進めていますが、研究対象者以外の方のデータを取ることはありません。個人情報保護は徹底しており、研究対象者以外の方がつどいの中で話された内容を使用することはありません。何卒ご理解ご協力の上、これまで通りの参加をよろしくお願ひします。

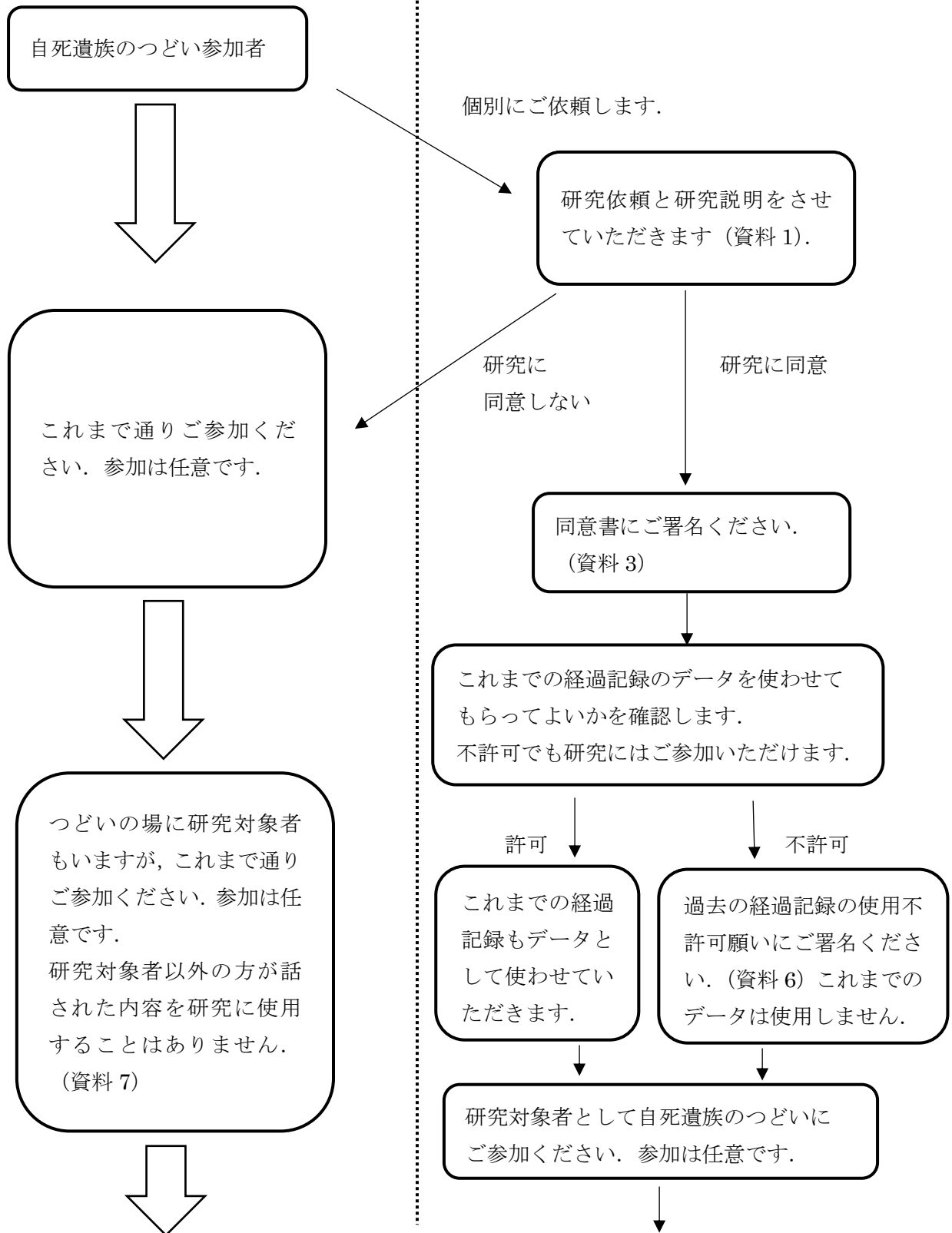
ご意見やご質問がありましたら、いつでも櫻井までご相談ください。どうぞよろしくお願ひします。

研究実施者（第一問い合わせ窓口）	
機関	新潟県立看護大学大学院
住所	〒943-0147 新潟県上越市新南町 240
所属・氏名	看護学研究科 博士後期課程大学院生 櫻井信人
連絡先	メール：d18302@niigata-cn.ac.jp 電話：

資料 8. 研究の流れ フロー図

自死遺族のつどいの参加者

研究対象者



自死遺族のつどいの参加者

研究対象者

自死遺族のつどいの開催

これまで2ヶ月に一回開催していた自死遺族のつどいを月一回として開催します。
参加は任意ですので、お時間があるときにどうぞご参加ください。

これまでと同様に、自死遺族のつどいの開始時に事前アンケートを取りますが、このアンケートを研究に使用することはありません。

自死遺族のつどいの開始時に事前アンケートを取ります(資料4)。内容はこれまでと同様ですが、記載いただいた内容は研究に使用させていただきます。アンケートは任意ですがご協力よろしくお願ひします。用いるデータは研究説明書(資料1)をご覧ください。

途中で研究対象者を外りたい場合

参加者としてご参加ください。
これまでのデータは破棄し、今後のデータを研究に用いることはありません。

研究の同意撤回書にご記入ください(資料5)
2021年3月31日までにご連絡をお願いします。

自死遺族のつどいの終了後、振り返りを行います。この振り返りは研究対象者も入ることができます。お時間がありましたらどうぞご参加ください。研究実施中にご自身のデータを確認することも可能ですのでお声かけください。

研究終了
データ収集期間は2021年3月31日、
研究期間は2022年3月31日までを
予定しています。

資料9 局面1 自死遺族グループの変容分析シート

(自死遺族グループ開催中の参加観察記録, 自死遺族グループ開催後の振り返り記録 (スタッフ間) より抽出)

	収集したデータ	研究対象者, スタッフの言動についての分析	自死遺族グループの変容
局面1	<p>2020年6月</p> <p>研究開始後, 最初の開催となった。</p> <p>天気は曇り, やや蒸し暑い。最初窓を開けていたが, 開始前に冷房に切り替えた。</p> <p>13時20分より会場を確認し, 準備を始める。スタッフHに研究の説明書, 同意書を渡し, 説明の上で書名をもらい本研究への同意を得た。</p> <p>14時開始, 参加者は4名であった。(A, D, E, F)</p> <p>データ: 自死遺族グループ開催中の参加観察記録</p> <p>最初に研究の説明と依頼の時間を設け, 資料に沿って説明を行う。この自死遺族グループの活動目的は, 自死遺族支援を中心に, 一般市民を対象とした普及啓発活動, 調査研究活動も行なっていることを伝え, 今回はその研究依頼をしたいことを伝えた。</p> <p>研究参加の同意は自由意思であり, 途中で辞退することも可能であること, 同意しない場合でも自死遺族グループには引き続き参加をしてほしいことを伝えた。Aはその場で同意をし, すぐに署名をもらった。Aは研究に協</p>	<p>Aは自死遺族グループの中で最も長く参加している者である。過去にインタビュー協力をお願いをしたことがあり, その時も快諾した。今回も研究に対して, とても協力的であった。</p> <p>D, E, Fは研究対象者になる事に対して, 抵抗や戸惑いがある。特に研究という言葉に抵抗が見られ, また研究同意書の書類が多く, 説明も複雑であったため, 参加してよいか戸惑っている印象を受けた。</p> <p>A以外の者は, 研究同意に対し迷っている部分はあったが, MARの手法に準じて, 皆で自死遺族グループを作り上げていく点を丁寧に説明し, 研究同意を得ることができた。</p>	<p>【研究への参加同意とパートナーシップ形成】</p> <p>研究同意を得た上で, パートナーシップを形成しながら自死遺族グループを進めていく研究がスタートした。</p> <p>開催頻度が増加し, これまでよりも参加しやすい状況を作った。</p>

力的であり、他の参加者に対し、参加してあげようと声をかけていた。しかし、D、E、Fは研究という言葉に抵抗があり、迷っている様子が見られた。その場では返事をせず、一旦持ち帰って次回返事をもらうこととなった。

データ：自死遺族グループ開催後の振り返り記録（スタッフ間）

今回より開催場所を変更して初めての開催となった。部屋は非常に静かな空間であり、語りの場として使用するには適切であるとスタッフ間で一致した。

2020年7月

研究開始後、2回目の開催。

前回から月1回の頻度での開催となった。天気は雨。

14時開始、参加者は7名であった。（A、B、C、E、F、G、研究対象外の参加者1名）

データ：自死遺族グループ開催中の参加観察記録

前回同様、自死遺族グループの開始前に研究依頼と研究の説明をした。今回は、自死遺族グループを作り上げていく点を強調して説明を行った。研究同意については最後に聞くこととし、語りの場に移った。

15時50分、語りの場の終了後、再度研究の説明を実施

	<p>し、前回説明した者を含めて、6名から研究の同意を得ることができた。(内1名は研究対象から外れたため、B, C, E, F, Gより同意を得た。Dは欠席となったため、Dのみ研究同意は10月となった。)</p> <p>研究の同意を得た上で、次回以降、研究対象者とスタッフが協力しながら、自死遺族グループを作り上げていくことを伝えた。</p>		
--	---	--	--

資料 10 局面 2 自死遺族グループの変容分析シート
 (自死遺族グループに関する対話記録から抽出)

	収集したデータ	研究対象者，スタッフの言動についての分析	自死遺族グループの変容
局面 2	<p>2020年7月</p> <p>参加者は7名。(A, B, C, E, F, G, 研究対象外の参加者1名)</p> <p>データ：自死遺族グループに関する対話記録</p> <p>局面1で研究への同意を得た後，自死遺族グループに関する話し合いの場を設け，研究対象者が望む自死遺族に対する『願い』について話し合った。</p> <p>最初はあまり話が出なかったが，他の話題の後に，卒業者の話を聞きたい，食事会をしたいといった話が聴かれた。研究者は研究対象者の意見の全てを受容する姿勢で関わり，実施の検討を行なった。</p> <p>自死遺族グループに対する『願い』について</p> <p>C：(卒業者の話になった後)「OB会じゃないけどそれを拡大してちょっと，少しコロナが落ち着いたらできるもんね。」</p> <p>A：(Cの話に対し)「せっかくこんなに広い会場が使えるんだったら，早めに連絡をして，できるだけ彼らの都合の</p>	<p>研究対象者が望む自死遺族に対する『願い』について確認した。積極的な対話にはならなかったが，Cから卒業者の体験を聴くこと，Aから食事会，Fからは他の会を見てみたいという話が出された。これらは新たに実施したい要望として出されている。研究者は，研究対象者の発言を尊重しながら関わることで，今後の発言にも繋がると考えた。また，要望を実践することで自死遺族グループの発展につながる可能性もあると考え，まずは実践することにした。</p> <p>積極的な話が出なかったことについては，研究を開始して間もないこと，これまでなかった自死遺族グループについて考える時間を作</p>	<p>【自死遺族グループに対する『願い』の確認と共有】</p> <p>研究対象者の自死遺族グループに対する『願い』を確認した結果，これまでの自死遺族グループの内容とは異なる卒業者の話を聴く場を設定することを確認し，共有した。</p>

<p>いい日にしてやったらいいんじゃないでしょうか。希望者はまた別にレストランで会食するとかのほうが。」「もう今年春前半は全然宴会も何もなかったわけですし、忘年会やクリスマスじゃなくてもいいんだけど、年末のあまり忙しくなる前に例えば来ていただいて、ご飯食べられる人は、上に上がって来てこの部屋で食べると。ここ、せっかくだからいい会場があるから有効に使えばいいんじゃない。」</p> <p>研究者は C と A の発言を繰り返し、他の研究対象者の発言を促したが出なかったため、卒業者の話を聴く機会と食事会について話を進めた。食事会については、COVID-19 の状況を見ながら今後検討していくこととなり、まずは卒業者の話を聴く場を設定することになった。研究者が対象となる卒業者に連絡を取り、日程を調整することとなった。</p> <p>自死遺族グループの開催頻度について</p> <p>C：「月に 1 回になって、それが張り合って言えばそうだし、(中略) 何か 1 か月に 1 回になってからのほうがずっと落ち着いていられる感じがします。」</p> <p>A：「1 か月に 1 回だと 1 回休んじゃうと、次はもう 2 か月って。」</p> <p>C：「そうなの、2 か月会わないことになるもんね。」</p>	<p>ったこと、『願い』がイメージしにくかったことが考えられる。自死遺族グループについて研究対象者と話をすることは、これまでになかったことである。研究対象者は参加者としてこれまで参加していた。本研究により自死遺族グループについて考える機会が生まれており、今後の変化が期待される。</p> <p>開催頻度については、月 1 回になったことを肯定的に捉えていた。2 か月に 1 回の場合、欠席すると期間が空くが、月 1 回であれば欠席による空白の期間が少なくなる。研究対象者のペースで参加しやすくなったと思われる。毎月開催しているという安心感にもなっているようであった。</p>	
--	---	--

B:「だから. 毎月っていいよね.」

C:「いいね. もし, どうしても用事で来れなくても, 来月もまた会えると思うと.」

B:「うん. そう, またね.」

2020年8月

研究開始後, 3回目の開催となった. お盆前ということもあり, 参加者はC, E, Fの3名であった. いつもと比較して少ない参加者であった.

14時に開始し, これまで通り語りの場を設けた.

15時10分に終了し, その後, 自死遺族グループに関する話し合いの場を設けた.

データ: 自死遺族グループに関する対話記録

自死遺族グループに対する願いについて

F: (沈黙の後)「ちょっと思ったのが, 違うかなとは思いますが, 近隣の他の遺族会を見たい.」「(他の会の人と) お話してみたりとか.」(中略)「(地名)と(地名)とかは(自死遺族グループが)ある?」

研究者:「いや, (地名)や(地名)にはないですね.」

F:「ない. ないですね.」

研究者:「(地名)や(地名)とかにはあるので, もしどこか気になる会があれば.」

F:「はい、そうですね. 見つけたら.」「どういうふうで開催されているのか. 別にいいんですけど, ちょっと思ったんで.」「でも, ほんとに何でもいいんですけど. 何かあるかなって考えたら.」と遠慮がちに話す.

自死遺族グループの開催頻度について

C:「特に. 月 1 回になったのが, 1 回抜けても 2 か月後には入るといのがいいかなと思ってるので.」

F:「月 1 回ってというのはありがたいですよね.」

研究者:「選択肢の幅は増えたんで, ご自由に空いてるときに顔を出していただければという形でやらせていただきます.」この日の参加者は, 皆, 開催頻度が増えたことを肯定的に捉えていた.

2020 年 9 月

研究開始後, 4 回目の開催. 天気は曇り.

参加者は B, C, E, F の 4 名であった.

自死遺族グループに関する対話の場では, 卒業者の話を聴く場の設定について話し合った. 研究対象者の予定や希望日を確認し, 次回 10 月に実施することで決まった.

資料 11 局面 3 自死遺族グループの変容分析シート
 (自死遺族グループ開催中の参加観察記録から抽出)

	収集したデータ	研究対象者，スタッフの言動についての分析	自死遺族グループの変容
局面 3	<p>2020年10月</p> <p>研究開始後，5回目の開催。天気は曇り。</p> <p>この日の参加者は7名（研究対象者A, B, C, D, E, F, 研究対象外の参加者1名）とその他に見学者が2名であった。この日はこれまでの自死遺族グループとは内容を変え，自死遺族グループに関する対話の中で出された卒業者の話を聴く内容を実践した。長年この自死遺族グループに参加していた卒業者を呼び，これまでの体験を語ってもらった。</p> <p>データ：自死遺族グループ開催中の参加観察記録</p> <p>14時開始 卒業者が中心に座り，皆で卒業者の話を聴くという形式で進める。</p> <p>卒業者は，初めて参加した時からの経過や気持ちの変化，最近の近況から卒業に至った経緯を話した。</p> <p>その後，研究対象者より一人ずつ順番に卒業者に向けて感想を述べた。全員が卒業者の変化および最近の近況から卒業に至ったことを喜び，「おめでとうございます」「自分も嬉しい」といった言葉や，「お疲れ様」といった</p>	<p>研究対象者と卒業者の関係性はそれぞれ違うが，皆一様に卒業者の変化を喜んでいる。卒業者の話を聴くという新たな内容を取り入れたことは，卒業までの体験を全員で共有することになり，研究対象者自身の振り返りや卒業のイメージを考えるきっかけになったと思われる。</p> <p>自死遺族グループとしても，新たな内容を取り入れたことは新鮮であった。今後も新たなプログラムを実施することが可能性として考えられ，自死遺族グループが発展するきっかけにもなったと思われる。</p> <p>卒業者を送り出し，おめでとうの</p>	<p>【卒業者の体験を共有する機会の設定】</p> <p>自死遺族グループに関する対話の中で出された『願い』を踏まえ，これまでの自死遺族グループで実施していた内容とは異なる卒業者の話を聴く場を設定した。</p>

	<p>ねぎらいの言葉をかけていた。</p> <p>A は卒業者との関わりが研究対象者の中で最も長く、お互いの経過を良く知っている。これまでの経過に触れながら、卒業に至ったことを喜んでいる様子が確認された。「良かったね」「おめでとう」といった声かけや、「いつでも会の様子を見に来てください。」といった発言があった。</p> <p>この日の自死遺族グループは笑顔があふれ、明るい雰囲気が進んだ。在校生が先輩を送り出す卒業式のようにもあった。スタッフも卒業者の話を懐かしみ、卒業を喜んだ。</p>	<p>言葉を伝えるだけでなく、これまでの卒業者の経過を振り返ることで、参加した研究対象者それぞれの振り返りにつながった。また、卒業者自身も卒業の場を設けたことで、一つの区切りとなったと考えられる。卒業者を送り出すスタッフにとっても自死遺族グループを運営するやりがいにつながった。</p> <p>卒業者を送り出したが、研究対象者は継続的に参加をしている。卒業者の話を聞いたことがきっかけで、今後、研究対象者から卒業者が出ることも考えられる。</p>	
--	---	---	--

資料 12 局面 4 自死遺族グループの変容分析シート

(H からの申し送り, 自死遺族グループに関する対話記録 (3 月) から抽出)

	収集したデータ	研究対象者, スタッフの言動についての分析	自死遺族グループの変容
局面 4	<p>データ: H からの申し送り</p> <p>2021 年 2 月</p> <p>研究開始後 8 回目の開催. 天気は晴れ.</p> <p>1 月は大雪で中止となったため, 2 か月ぶりの開催となった. また, COVID-19 による緊急事態宣言中のため, 研究者は参加自粛となった. H がファシリテーターとなり開催した.</p> <p>事前に研究者と H が連絡を取り, 開催について協議した. H は開催を躊躇して迷っていたが, 最終的には参加者がいる限りは開催するという判断で開催した.</p> <p>当日の参加者は 6 名であった (A, B, C, D, F, 研究対象外の参加者 1 名).</p> <p>1 月の大雪の話題から始まり, その後語りの場を進めた. 終了後, H より, 研究対象者の協力の下で無事終了したという報告があった.</p> <p>データ: 自死遺族グループに関する対話記録 (3 月)</p> <p>2021 年 2 月の開催について, 3 月に振り返りを行い, 研究対象者より以下の語りが聴かれた.</p>	<p>COVID-19 により, これまでとは異なる状況が発生したが, H は開催の決断をした. 開催の判断に至ったのは, これまでの長い経過があったこと, 研究対象者の協力が期待できたことがあったと思われる. 実際に研究者の協力の下で無事に終了することができている.</p> <p>H にとっては一人で進行し, ファシリテーター役を務めるという初めての経験となったが, 研究対象者が状況を察知して協力の下で進められていた. 研究対象者は, 自然に自死遺族グループを支える視点になっていたのかもしれない.</p> <p>COVID-19 による事態をきっかけに, 研究対象者の主体性が育まれた.</p>	<p>【研究対象者が協力し合い, 自死遺族グループの開催に向けて主体性を育む】</p> <p>COVID-19 により, 研究対象者が自死遺族グループに能動的に関与しなければならぬ事態が生じた.</p> <p>全員で自死遺族グループを支えながら開催をした.</p> <p>研究対象者の主体性を育むきっかけとなった.</p>

<p>研究者：「(H) がやってくれるだろうっていうのと、あともう一つはこの (H) がやるのを皆さんもサポートしながら多分2月開催できるのかなっていうのを思ったんで。」</p> <p>A：「サポートというとは何かそんなに大げさじゃないんだけど、自然と皆さん顔見知りだし、(研究者) がどうしても来られないっていうことならば、それでもちゃんと何とかなるよっていう。」</p> <p>A：「コロナは関係なく。もしそういう場合が今後あったとしても、(H) がこうやってやれるっていうことが(分かったの)で、私たち何の不安もありませんよね。」</p> <p>B：「そうですね。信頼してます。」</p> <p>その他の者も A の発言に頷きながら同意していた。</p> <p>研究者は、研究対象者の力がついてきていること、スタッフだけでなく研究対象者と共に自死遺族グループを作り上げていることを伝えた。</p> <p>研究者：「これまでの経過があつてのこの会が出来上がってるっていう、みんなの相互作用があつてできているなっていうのはすごく感じましたね。」「そういった意味でも会としての力も付いてるっていうのは思ったりもします。特に長く、繰り返し参加されてる方は、ほんとに最初の頃と違って、今はどちらかっていうと聞いたりとか、他の人の話を聞くことができています。」</p>	<p>今回実施できたということは、研究対象者、スタッフの自信につながったと思われる。自死遺族グループにとっても大きな進展であった。</p> <p>今後、自死遺族グループがさらに発展した場合、スタッフが不在でも実施可能になるかもしれない。自助グループに移行する可能性も出てきた。</p>	
---	--	--

資料 13 局面 5 自死遺族グループの変容分析シート

(自死遺族グループ開始前に実施したアンケート, 自死遺族グループ開催中の参加観察記録から抽出)

	収集したデータ	研究対象者, スタッフの言動についての分析	自死遺族グループの変容
局面 5	<p>2021年3月</p> <p>研究開始後9回目の開催。天気は曇り。</p> <p>1月は大雪で中止, 2月は研究者が参加自粛となり, 久しぶりの通常開催となった。当日の参加者は5名であった(A, B, C, G, 研究対象外の参加者1名)。</p> <p>データ: 自死遺族グループ開始前に実施したアンケート</p> <p>この日は東日本大震災10年目と重なり, テレビや新聞などのメディアは, 震災の話題を多く取り上げていた。自死遺族グループ開始前に実施したアンケートの中には震災の記載があり, 語りの場においても話題になることが事前に予想された。</p> <p>データ: 自死遺族グループ開催中の参加観察記録</p> <p>14時から語りの場を進めた。語りの場では全員が震災の話題を話した。10年前の震災のことを思い出し, その当時は生きていた自死者のことを話し, 涙を流す者が多かった。涙を流す時間がいつもより多く, 自死遺族グループとしては全体的に重い雰囲気で行った。</p>	<p>東日本大震災10年目と重なったため, 必然的に震災の話が話題の大部分を占めた。震災の時に生きていた故人を思い出し, 自責の念が生じるなど, 記念日反応が見られている。特にBの反応が強く確認された。</p> <p>本研究の研究対象者は, ある程度語りつくし, 気持ちの整理ができた者である。この日は涙を流すこともあり, 重い雰囲気であったが, 故人を振り返る機会にもなったと思われる。故人を懐かしむことはできないが, AやCは落ち着いて語ることができていた。</p> <p>自死遺族グループとしては, 停滞と表現できるが, 否定的な意味を</p>	<p>【立ち止まり振り返るための停滞】</p> <p>全体的に重い雰囲気となり, 自死遺族グループとしては, 停滞の局面であった。</p> <p>振り返りの機会にもなっており, ここでの停滞は進みが遅くなる意味だけでなく, 立ち止まるという意味が含まれると捉えた。</p>

	<p>研究対象者が語った内容は以下の通りである。</p> <p>A：自死をした母や兄弟は震災を経験していない。それを自分は経験している。生きていてくれれば、頼れただろうし、生きていてほしかった。いつも通り落ち着いて話をするが、兄弟に対してはなぜ自死を選んだのか、死なないでほしかったという思いを語る。</p> <p>B：大雪、震災、そして8年前の自死のことを思い出して胸が詰まる思いの日が多かった。震災の時、亡くなった息子は家に一人いた。その頃、一人で受診をしたことがあった。今思うと、そこまで追い詰められていたのかなと感じる。時間が経ち、冷静に考えるとそのように思ってしまう後悔している。この日は涙を流しながら話をしており、どの話題でも自責の念につながっていた。Cの話の際も、共感しながら涙を流していた。</p> <p>C：震災の時期が来ると、その翌年に亡くなった息子のことを思い出す。震災のときは息子と電話が通じなかったが、フェイスブックを通して安否確認することができ、ホッとしたことを思い出す。息子は自死の前にメールをくれた。翌日、兄が無事を確認した後に自死をした。あの時もっとこうしておけば良かったと思ってしまうと語る。落ち着いて話をしており、自責の念が残っているが、故人を振り返り、語るができている。</p> <p>G：震災発生時は卒業式の日であった。心配そうに自分</p>	<p>持つのではなく、故人を思う時間や振り返りにもつながる必要な停滞であった。</p>	
--	--	---	--

	<p>のもとに駆け寄ってきてくれたことを思い出し、泣けてくると話す。死に対する考えが変わり、亡くなったら息子のところに行けるとも話す。昨年 4 月から仕事が変わり時間的に余裕ができており、今後は参加頻度が増えることを語った。</p>		
--	--	--	--

資料 14 局面 6 自死遺族グループの変容分析シート

(H からの申し送り, 自死遺族グループに関する対話記録 (7 月, 11 月) から抽出)

	収集したデータ	研究対象者, スタッフの言動についての分析	自死遺族グループの変容
局面 6	<p>2021 年 4 月</p> <p>研究開始後 10 回目の開催. 天気は晴れ.</p> <p>緊急事態宣言は明けているが, 研究者居住地域で蔓延防止等重点措置が出ていることから, 会場主より, 直前に参加自粛の要請が入った. 研究者は参加自粛となり, H がファシリテーターとなり開催した.</p> <p>データ: H からの申し送り</p> <p>当日の参加者は 5 名であった (B, C, D, G, 研究対象外の参加者 1 名). A は欠席の連絡があった.</p> <p>事前に研究者と H が連絡を取り, 開催について協議した. H は開催することを迷いなく決断し, やりますよと述べた. 開催後, 研究対象者の協力のもとで問題なく開催できたと H より報告があった.</p> <p>2021 年 6 月</p> <p>研究開始後 11 回目の開催. 天気は晴れ.</p> <p>緊急事態宣言が延長されたことから, 研究者は参加自粛となった. 4 月同様に H がファシリテーターとなり開</p>	<p>局面 4 を経て, 開催できたという実績が, 研究対象者, スタッフ H の自信になっており, 2021 年 4 月と 6 月は研究対象者の主体性のもとで開催することができていた.</p> <p>研究対象者もお互いを信頼し, 支え合いながら開催していた. またスタッフも研究対象者を信頼していた. その中で研究対象者の主体性が育まれ, 能動的に自死遺族グループに関与するようになってきた.</p> <p>この背景として, これまでの長い開催経験や, 研究対象者の参加経験がある. これまでの経験を踏まえ, 局面 4 を経て局面 6 に至り, 自死遺族グループとして発展的に</p>	<p>【研究対象者とスタッフが協力し合い, 主体的に自死遺族グループを運営する】</p> <p>研究対象者とスタッフが支えあいながら自死遺族グループを運営している.</p> <p>研究対象者は, 主体的に自死遺族グループに関与するようになってきた.</p> <p>COVID-19 の影響により, これまでと異なる状況が生じて, 対応できる力が自死遺族グループに生まれている.</p>

<p>催した。開催にあたって、研究者は参加自粛となる事を H に伝え、すぐに H から大丈夫ですと返信があった。</p> <p>2 月と 4 月も研究者が参加自粛となり、H がファシリテーターとなって進めた。滞りなく進んだこともあり、今回も快く引き受けることにつながった。</p> <p>データ：H からの申し送り</p> <p>当日の参加者は 5 名であった (A, B, C, F, 研究対象外の参加者 1 名)。語りの場を設け、問題なく終えることができた。研究対象者が主体的に進めており、スタッフがサポートすることはほとんどなかったと報告があった。</p> <p>データ：自死遺族グループに関する対話記録 (7 月)</p> <p>2021 年 4 月と 6 月の開催について、7 月に振り返りを行った。研究対象者の語りは以下の通りである。</p> <p>C：「何か私もホームページを一応確認、お休みになるのかな、(研究者は) 多分来れないと思うけど、どうなのかなって確認はするんですけど、でも (H) は来れるんだからあるだろうと。そこはもう確信しておりました。信頼して。」「うん。それでも集まって話をしたいし、聞きたいという思いだけだよ。」と自信をもって話す。</p> <p>H：「やり始めた頃のまだ 2, 3 年目ぐらいの頃は、その時は無理ですって言って、尻込みするじゃないけど、でも今</p>	<p>進んでいる。</p> <p>これまでの長い経験がなければ、開催には至らなかったと思われる。また、中止の期間が続くことで自死遺族グループから離れていく者もいたと思われる。</p>	
---	---	--

だったら全然いいですよっていうので多分やれるかな。」
「この会はもう 10 年やってる。その 10 年の経験が一応ありますしね。だからやめるっていう選択肢はなかったですし。」
「もしこの時に新しい人が来て、個別に話を聞いてもらいたいってなった場合に、どうするかなっていうのは考えましたよね。僕は。それはここに皆さん残してやってもらって、僕は 1 人でっていうふうにしようという。でも、これがもし今までの長い歴史がなければ、そういうこともできないですよ。ここに残してっていうのが。みんなそれぞれ話をきちっとできるから、もしそういうことがあっても安心して残していけるとい。たまたま誰も来なかったですけど。」
研究者：「今年はコロナで参加できないということもあったんですけども、でも参加できなくても H がやってくれて。その中でも、参加者の皆さんがうまくこの会を動かしてってくれてるなっていうのを非常に感じております。」
その他に、研究対象者の協力のもとで開催できたことに対して、研究者は謝意を伝えた。また、研究者を含めスタッフも研究対象者を信頼していることを話し、研究対象者と一緒に自死遺族グループを作り上げていることを伝えた。

	<p>データ：自死遺族グループに関する対話記録（11月）</p> <p>A に対しては 11 月に振り返り，話を聞いた。</p> <p>A:「もちろんお二人が揃った場面でそれはいいんですが，どっちな片方だって，最悪もし 2 人が来れなくても，もう私たちだけでやっちゃおうよっていうことが恐らくできるんじゃないかと思います。」「皆さんほんとに順繰りに自分も話したい時は話すんでしょうし，でもちょっと落ち着いてきてればまた新しい人の話も聞いて，また考えることもあるし，自然とこの場ではうまくいってると私は感じてますから。」</p>		
--	---	--	--

資料 15 局面 7 自死遺族グループの変容分析シート

(自死遺族グループ開始前に実施したアンケート, 自死遺族グループ開催後の自死遺族グループに関する対話記録から抽出)

	収集したデータ	研究対象者, スタッフの言動についての分析	自死遺族グループの変容
局面 7	<p>2021年7月</p> <p>研究開始後12回目の開催。天気は曇り。 研究者は3月以来の参加となる。 当日の参加者は6名であった(B, C, D, E, F, G)。 Aは欠席の連絡があり, Eは久しぶりの参加である。 FはDやGと会うのが久しぶりであり, 開始前, 研究者を含めて, お互いに「久しぶり」といった声を掛け合う姿が確認された。研究者も久しぶりの参加となり, 研究対象者と声を掛け合い, お互いの近況を伝え合った。</p> <p>データ: 自死遺族グループに関する対話記録</p> <p>自死遺族グループに関する対話では, 参加当初と比較して, つどうという目的が大きくなっていることについて話し合った。研究対象者の語りは以下の通りである。</p> <p>F:「皆さんがどうしてらっしゃるか気になって, 元気かなとか。それが一番。お会いしたいなと思って。日にちが経つにつれて, どんどん皆さんにお会いしてないから, どうしてるかなと思って。皆さんに会わないのが本当, 勝手に心配してて, あ, 何々さん, 最近会ってないけど, ど</p>	<p>久しぶりに会った研究対象者同士が声を掛け合う様子が確認されており, 研究対象者は自身のことではなく, 他者へ意識が向いている。他の研究対象者はどうしているのか, 元気かな, 会いたいという思いが強くなっていた。</p> <p>自死遺族グループに参加する目的が当初より変化している。自死遺族グループの本来の目的は語る場であった。現在も語るという目的がなくなったわけではないが, 研究対象者は語るという目的につどうという目的が加わり, つどう目的が大きくなっている。</p> <p>自死遺族グループでつどい, 久しぶりに会えたことを喜ぶ中にはス</p>	<p>局面7【つどいの場への進化】</p> <p>自死遺族グループへ参加する目的につどうことが加わり, つどうことが主な目的になってきた。</p> <p>自死遺族グループ内のつながりが深まってきている。</p>

<p>うしてるかなとか、前元気なかったから、どうしてるかなとか、なんか変なことになってたら嫌だなとか。それがやっぱりとても強くなって。」</p> <p>D：「Fさんが、Gさんに久しぶりですね。会えてうれしかったって言われたのを聞いて、すごいなんかうれしかったっていうか。私もGさん久しぶりだなと思って。」「私は本当に救われますけど、皆さん、どうされてるのかなっていうのは、思います。私は本当、この会があってよかったです。」</p> <p>G：「最初のころは、もう本当に自分がこの先どうやって生きていけばいいのかっていうのが全く分からないというか、先が見えなかったです。私はこういう悲しみがあるとか、苦しんだっていうのを、たとえ友達だとしても話せないんですよ。言ったところで友達だって何て返してみようもないし。たとえ家族であっても、夫に話しても、娘に話したとしても、傷のなめ合いみたいなのところもあったりするところもあって、お互いに遠慮しちゃったりしていたんですね。でも、ここ来ると、自分のいろんな考えていることを遠慮なく話せる。話してもいいんだっていうふうに、最初るときからそんな感じが持てて。毎月、あるいは最初は2か月に1回でしたけど、それに行かなくても、また皆さんが迎えていただけることに、安心して会に参加できるなって感じを持っています。」</p>	<p>スタッフも含まれており、参加者とスタッフという関係ではなく、人と人との関係でお互いを心配し再会を喜んでいた。</p> <p>研究対象者同士の関係は、自死遺族グループ外にも広がっている。BとCは、地域のイベントへ一緒に参加した後、自死遺族グループに参加している。以前は自死遺族グループに参加すること自体にエネルギーを要していた。行くか行かないか迷うこともあり、行くとしても気持ちが沈んだ状態であることもあった。しかし、Bからは自死遺族グループの開催が楽しみという発言があり、この日の様子を見ても参加の仕方が明らかに変わってきていると思われた。加えて、他のイベントがあっても自死遺族グループに参加している。2人にとって、この自死遺族グループが意味のあることであり、また</p>	
--	---	--

	<p>2021年10月</p> <p>研究開始後13回目の開催。</p> <p>当日の参加者は5名であった(B, C, E, F, 研究対象者外の参加者1名)。A, D, Gは欠席の連絡があった。</p> <p>COVID-19の影響により、8月9月は中止となり、10月は3か月ぶりの開催となった。スタッフ自身も久しぶりの開催と感じており、スタッフを含め研究対象者は皆、それぞれに会った瞬間「お久しぶりです」や「元気だった」と声を掛け合っていた。</p> <p>データ：自死遺族グループ開始前に実施したアンケート</p> <p>BとCは、午前中地域のイベントに参加していたことがアンケートに記載されていた。イベントの参加後に移動し、自死遺族グループに参加していた。</p> <p>データ：自死遺族グループに関する対話記録</p> <p>研究者より、自死遺族グループが語る場から、つどう場へ変化している様子が見られることを伝え、研究対象者とつどうことについて話し合った。研究対象者からは以下のような語りが聞かれた。</p> <p>F：「話す場所が他になくて。でも、一番苦しいことだから。だから、とても重要で。1人で参加させてもらったっ</p>	<p>掛け持ちできるだけの活力が存在している。</p>	
--	--	-----------------------------	--

ていうのは、何か月か空いてしまうと、ずっと皆さんにお会いできなくて、お話しできないっていうのもそうですけど、皆さんの顔が見たいというか、どうしていらっしゃるかなと思って、勝手に心配してみたり。前に会わなかった方が、次はお会いできるかなとか。それで結局、参加しているところも勝手にある。次はお会いできるかなとか思ったり。」

B:「いつも思っはいるんですが、息子が亡くなったことは、本当に、本当につらいことで、悲しいことですがけれども、あの子のそれがなかったらば、皆さんとは全然、出会えていない、きょうもこの場にはいないんだな、Cさんにも会ってないし、(研究者)にも会ってないしって本当、思ったんですね。だから、人との出会ってっていうのは、会いたい、会いたって思って、人生、その人と巡り合えるわけでも絶対ないので、そういう出会いがここで生まれて。たまに新しい方が見えてあれですけども、どんどん増えればいいという問題ではないんだけども、また違う感覚をお持ちの方、考え方をお持ちの方、つらい状況の方、落ち着かれた方、いろんな方が、条件は本当にみんなそれぞれに違っている方が、こうやってお話を、うん、うんって黙って聞く、静かに聞く。きょうも皆さん、静かに聞いてくださるでしょ。その穏やかさがすごく私は心地よいというか、うれしいという気持ちがあるんで

す。なので、本当にこういう場を知れたこと、皆さんに会えたことをよかったことだなんて思っています。」

B: (語るよりもつどうことについて)「そちらのほうが強いかも。何だかもう、勝手に仲良しです。(中略)同じ気持ちになれるのはこの人たちだけ。そばにいて、見てて、分かってくれてる友達がいても、この気持ちはここでしか分かってもらえない部分ってやっぱりいっぱいあるので。(ここは)私の一番です。」

E: (上記 **B** の発言に対し)「うれしい。ありがとう。」

C: (最初の参加したときについて)最初って、本当に勇気を出して来たのを覚えている。私。チラシはだいぶ前に持ってたんだけど、行こうか、どうしようかって。やっぱり初めての所ってすごく勇気が要るじゃないですか。でも、何にでもすがりたいという思いなんだけど、かといって、初めての所に一步を踏み出す、その勇気ってすごく必要だったなって。今、思えばね。来てみればこんなにいい所だったのに。」

資料 16 局面 8 自死遺族グループの変容分析シート

(自死遺族グループ開始前に実施したアンケート, 自死遺族グループ開催中の参加観察記録, 自死遺族グループ開催後の自死遺族グループに関する対話記録から抽出)

	収集したデータ	研究対象者, スタッフの言動についての分析	自死遺族グループの変容
局面 8	<p>2021年11月</p> <p>COVID-19の影響により, 8月9月は中止となった. 前回10月は3ヶ月ぶりの開催となり, 続けて11月も開催ができた. 前日は雨であったが, この日は晴れ間が見える. やや寒い気候であった.</p> <p>参加者は8名(A, B, C, D, E, F, G, 研究対象外の参加者1名) スタッフHは欠席となった.</p> <p>データ: 自死遺族グループ開始前に実施したアンケート</p> <p>Gのアンケートには, Gの身内が就職をしたことが書かれていた. 語りの場において, このことをGが発言できるように研究者は進行した.</p> <p>データ: 自死遺族グループ開催中の参加観察記録</p> <p>語りの場では, Gの語りを皆で喜び合う様子が確認された. 概要は以下の通りである.</p> <p>G: 前回7月以来の参加となる. 10月で息子を亡くして5年が経過した. これまでの振り返りを含めて話をす</p>	<p>研究対象者, スタッフの言動についての分析</p> <p>研究対象者はGのこれまでの経過を知っている. Gの話の中で身内に関することも度々出てきていたため, その身内の良い出来事を皆で共有し喜びあうことができていた. そこにはスタッフも含まれ, 対等な関係で喜びを分かち合っていた.</p> <p>自死遺族は楽しむことや喜ぶことに対して罪悪感を抱きやすいが, 自死遺族グループを通して喜ぶ姿が自然と出ていた.</p> <p>自死について語るだけでなく, 楽しい話や喜びを共有する場にもなり始めており, 自死遺族グループの参加目的が変化してきている.</p>	<p>自死遺族グループの変容</p> <p>【自死以外の話題による喜びの分かち合いの展開】</p> <p>自死遺族グループは自死のことを語り合う場であるが, 喜びを共有しても良い場に変容している.</p>

<p>る。その後、身内の近況を話し、家に戻ってきて就職したこと、免許を取ったことを報告する。それを聞いた他の研究対象者からは驚きと喜びの声が上がり、研究者を含め、皆で拍手をしながら喜びを共有した。研究対象者は自分の事のように喜んでいる様子が見られた。また、近況を具体的に知りたいと就職や免許に関する質問が出ていた。Gの話は最後にあったので、明るい雰囲気以て終えることとなった。</p> <p>データ：自死遺族グループに関する対話記録</p> <p>自死遺族グループに関する対話では、Gの語りの際に研究者が捉えたグループの様子について、悲しみだけでなく、嬉しいことも分かち合える場になっていることを伝えた。自死遺族グループの場は、悲しみの共有が中心であるが、楽しい話や特技を披露するのも良いといった話が研究対象者からも出され共有した。その中でDより腹話術をしていると話があり、亡くなった子どもがきっかけで始めたことなどの経過が語られた。研究対象者やスタッフからは、今後、Dの腹話術を一度見てみたいという話が出た。</p>	<p>研究対象者間で自然と拍手が起こり喜び合うことは、関係の深まりも影響していると思われる。</p>	
---	--	--

資料 17 局面 9 自死遺族グループの変容分析シート

(自死遺族グループ開催後の自死遺族グループに関する対話記録から抽出)

	収集したデータ	研究対象者，スタッフの言動についての分析	自死遺族グループの変容
局面 9	<p>2021年11月</p> <p>参加者は8名(A, B, C, D, E, F, G, 研究対象外の参加者1名) スタッフHは欠席となった。</p> <p>語りの場の後に自死遺族グループに関する対話を実施し，自死遺族グループへの『願い』について話し合った。</p> <p>データ：自死遺族グループに関する対話記録</p> <p>2020年7月に話し合った『願い』を10月に実践し，その後COVID-19の影響を受けながらも研究対象者の協力の下で，できる限り開催を続けてきた経過を研究者が振り返りながら話した。その後，現時点における研究対象者の自死遺族グループに対する『願い』について，対話を行った。研究対象者からは以下のような語りが聞かれた。</p> <p>A：「特に変わったことじゃなくて，こうやって普通にみんなが安心して集まれる場があって，という，これまでの活動を末永く続けていただきたいわけでありまして，特別な何かをやりたいたか，呼びたい講師もいないし。」「基本は本当にこうやって集まってお話ができることが，何より大事だということをそれぞれがおそらく感じている</p>	<p>現時点での研究対象者の自死遺族グループに対する『願い』は，新たなことを実施するよりも，今の自死遺族グループを末永く続けていくことであると確認できた。今の自死遺族グループに居心地のよさを感じており，語り，つどえる場を今後も末永く続けることを望んでいた。</p> <p>研究対象者の『願い』には，安心してつどうことのできる場を継承するという意識が働いていると思われる。研究対象者はつどうことを主な目的として参加しているが，新規参加者が加わった際には，先輩として支えていくという自死遺族グループ内での役割意識が出ている。研究対象者が卒業せず，継</p>	<p>【『願い』と運営の再確認】</p> <p>現時点における『願い』を再確認し，『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』が確認された。</p> <p>『自死遺族グループを末永く維持していく』ために，自死遺族グループの中での研究対象者の役割が確認された。</p>

<p>から、あまり欲張らずに、まして月 1 回になっていることだし、十分だと私は思うから(中略)無事に毎月ここにみんなが集まれることを、祈りながら続けていければ十分だと私は思っております。」</p> <p>A：「自助グループは自助グループの良さもあるんだろうとは思いつつ、この会はこの会が、ちょっと独特のやり方でやっていって、こうやって 10 年続いたということは大変素晴らしいことだと思います。」</p> <p>研究者：「自助グループというのと、看護師もいる専門的などという、その 2 つの良さを生かしながら現状を維持していくみたいなところですね。もし今日、仮に新しい方が来られた場合でも、スタッフとまずは個別でやりとりはしていたと思うんですけども、ただ、それだけじゃなくて、やっぱりこの会の雰囲気も知ってほしいので、皆さんの中にちょっと入ってもらったりというのも考えています。皆さんもこの会の運営というか、この会をつくり上げている部分はあるかなとは思っています。」</p> <p>A の話に全員が同調し、自死遺族グループを末永く維持し、継続的に開催していくことが研究対象者の『願い』であることが確認され、全員で共有した。これをもとに、自死遺族グループを末永く維持していくための今後の運営について話し合った。COVID-19 の影響により、スタッフが一名となった時の体制についても話し合った。研究</p>	<p>続的に参加している意味も見出しているのではないかと考えられる。</p> <p>この自死遺族グループには、メンタルヘルスを専門とする看護師がいる強みと、自死遺族を支えることのできる研究対象者(自死遺族)がいる強みがある。それぞれの強み、役割を發揮していくことで、新規参加者を支えることができる。研究対象者の力がついたことで、専門職と自助グループの要素、両方の強みを兼ね備えている自死遺族グループになったと思われる。</p> <p>『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』は、この局面 9 で生じたものではなく、局面 9 では確認されたと捉えている。『願い』自体は、局面 4 において生じていたと思われる。</p>	
---	---	--

<p>対象者の語りは以下の通りである。</p> <p>C：(『願い』の実現に向けて)「自助グループの性格も持ちつつ、一応プロ(看護師)もいるというところで、初めての方とかはスタッフとお話する時間を取ったりするじゃないですか。そこも大事なのかなと思うので。でも、同じ困難を乗り越えてきた仲間として、自分の経験からお互いに話を聞き合うっていうのはすごく力になることなので、そういう2つの面があっていいと思います。」</p> <p>A：「もし初めてここに参加する方が来られて、スタッフがじっくり相手をしたほうがいいなという雰囲気的时候は、残った我々だけでも十分やっていけるというか、何とかなる程度に皆さんお付き合いが深まっているので、そのところは臨機応変でできそうな気はしますよね。」</p> <p>C：「うん。何とかなるよね。」</p> <p>A：「スタッフと那个人が1対1であれかなと思ったら私もくっついていきますけど、そのところは皆さんが自分たちで何とか。」</p> <p>C：「できると思います。皆さんを信頼して。」</p> <p>A：「(H)の負担があまり重くなったらかわいそうなので、私たちも頑張ります。」</p> <p>スタッフと研究対象者のそれぞれの強みを確認し、お互いが協力し合って運営していくことを確認した。</p>		
---	--	--

資料 18 局面 10 自死遺族グループの変容分析シート

(自死遺族グループ開催中の参加観察記録, 自死遺族グループ開催後の自死遺族グループに関する対話記録から抽出)

	収集したデータ	研究対象者, スタッフの言動についての分析	自死遺族グループの変容
局面 10	<p>2021年12月</p> <p>COVID-19の影響のため, 8月9月は中止となったが, 10月11月は開催し, 12月も開催できた. 久しぶりに継続しての開催となった. 天気は曇り, 小雨が降ることもあるが, 気温はあまり寒くはない.</p> <p>12時に新規参加者からの電話問い合わせがあり, 内容の説明および本日の参加を促した. 事前に面談をするために13時30分に来てもらうこととなった. スタッフは13時より会場に待機をして準備を進める. しかし, 13時30分以降も新規参加者は来なかった.</p> <p>13時50分以降, 本日の参加者が集まり始める.</p> <p>14時, 自死遺族グループの開催.</p> <p>参加者はB, C, D, E, F, G, 研究対象外の参加者1名の計7名となった. Aからは事前に欠席の連絡があった.</p> <p>データ: 自死遺族グループ開催中の参加観察記録</p> <p>14時より, 語りの場を進めた.</p> <p>14時10分頃に新規参加者2名が来る. 急遽, 研究者が</p>	<p>新規参加者より連絡があった時点では, 事前にスタッフ2人と面談をして話を聴き, 状況を確認してから, 自死遺族グループに入ってもらおうことを想定していた. しかし, 自死遺族グループの開始後に急に来たため, スタッフは慌てて, 急遽, 二つに分かれて実施することになった.</p> <p>初回参加時は, これまでの経過や思い, 困っていることなどをたくさん話す者が多いが, 今回の新規参加者は何も話さなかったため, 研究者は対応に困難を感じていた. 研究者は, この自死遺族グループを知ってもらうには, 全体の雰囲気を見ってもらうこと, 今の研究対象者の姿を見ってもらうことがよいと考えたが, これは今の自</p>	<p>【『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』の実現に向けた自死遺族としての役割の発揮】</p> <p>『自死遺族グループを末永く維持していく』という『願い』を研究対象者が実践した.</p> <p>研究対象者は, スタッフをサポートし, 全員で自死遺族グループを進めていた.</p> <p>研究対象者は自死遺族としての役割を発揮し, 参加者ではなく, 自死遺族を支える側として, 自死遺族グ</p>

<p>新規参加者と別室に行き、スタッフ H と他の参加者は主会場で始めることとなった。</p> <p>別室：研究者と新規参加者 2 名、最初に自己紹介と自死遺族グループの説明をして、体調の確認をした後、話を聴く。別室で話をするが、あまり話をしない。話せる状況にないことに加え、氏名も明かしておらず、どういう所なのか、不信感を抱いている様子であった。1 時間ほど経過したが、内容も重く、話も続かなくなり、重い雰囲気漂う。この後、全体会場に行くことを提案するが、今日は面談だけして帰ると話す。ここで終わると次につながらない（次回は来ない）と研究者は考え、全体会場を見てほしいことを伝えた。それでも躊躇している様子が伝わったため、何も話さなくて良いこと、見るだけや、その場にいらただけでよいこと、輪の中に入らなくても外から見ていただけでもよいことを保証し伝え、何とか了承を得た。</p> <p>先に研究者が主会場に行き、研究対象者に状況を説明し、協力をお願いした。参加者は状況をすぐに察知し、了承した。別室に戻り、新規参加者を主会場に誘導する。恐る恐る主会場に入る様子であったが、研究対象者が皆「こんにちは」「どうぞ」と穏やかに発言し、温かく迎え入れる姿勢をとっていた。この日は新規参加者を含めると 9 名の参加であり、座席が一杯となったが、F が椅子まで誘導し、研究者の隣の席に椅子を用意した。</p>	<p>死遺族グループの研究対象者の力がついているからこそである。</p> <p>新規参加者を全体会場に入れた際、研究対象者はすぐに状況を察知し、新規参加者を迎え入れる体制をとっており、新規参加者を支えることに意識が向いている。研究者が困っている状況も察知していたと思われる。</p> <p>新規参加者に対し、D, C, B が、自身の初回参加時の頃を振り返り話した。スタッフにはできない同じ体験をした当事者だからこそこの話であるが、グループの中での役割を認識し、グループを支える力が付いた研究対象者だからこそこの語りでもある。研究対象者は新規参加者に寄り添い、今の辛い気持ち理解できることを伝え、同じ自死遺族の立場から話をしていった。</p> <p>11 月に話し合った内容を踏まえて、D が腹話術を持ってきてお</p>	<p>グループに貢献した。</p>
---	--	-------------------

研究者から簡単に紹介をして、初めての参加であり、会の様子を見に来たこと、今日は話をしないが、他の人の話を聞いてどんな場なのか知りたいことを説明した。

D, C, Bが自身の参加当初のことを話し、この会を知っても来るまでに時間がかかったこと、参加したことで救われたこと、気持ちが楽になったことなど自身の体験を話す。新規参加者は頷きながら話を聞いていたが、途中大声で泣くことがあった。その状況にBやDも少し涙を流す。

その後、全体のまとめに入り、欠席者Aの近況を伝えた。最後にDが手を挙げ、腹話術を持ってきたと話す。

(11月に自死の話だけでなく、楽しいことや喜びの分かち合いをしても良いことを共有した。それを踏まえ、この日、Dは腹話術を持ってきていた。)

皆が見てみたいと言い、距離を空けて実演をすることになった。最初に腹話術を始めたきっかけが、自死をした息子であることを話した上で実演した。ここで非常に雰囲気緩和が和らいだ。このときに一瞬であるが、ずっと硬い表情であった新規参加者の口角が緩んだ時が見られた。Dの腹話術により、雰囲気が和らいだところで、次の日程の確認をして終了した。新規参加者は、丁寧にお辞儀をして帰った。

データ：自死遺族グループに関する対話記録

り披露したが、息子がきっかけで始めたエピソードを含めて、雰囲気作りに貢献した。喜びの分かち合いができる場になったことが、新規参加者に対しても良い影響を与えた。

研究対象者の意識は、新規参加者に集中して向けられており、研究対象者全員が新規参加者の様子を気にしていた。スタッフだけでは対応できない状況の中、研究対象者が新規参加者と関わり、笑顔を引き出すこともできていた。研究対象者とスタッフが協力し、お互いの役割を遂行することで新規参加者を支え、自死遺族グループを進めることができた。11月に話し合った内容から、研究対象者とスタッフそれぞれの役割を実践できており、研究開始前と比べ、自死遺族グループは大きく変容した。

研究対象者を含めて、この日の振り返りを実施した。まず、研究対象者の協力により新規参加者が最後までいることができたこと、温かく迎え入れ雰囲気作りをしてくれたこと、研究対象者自身の初回参加時の体験を話してもらったことに対し、スタッフより感謝を伝えた。また、研究者自身が対応に苦慮していたことを伝え、研究対象者の協力の下で終えることができたこと、研究対象者とスタッフが協力し合いながら新規参加者に関わったこと、今の自死遺族グループだから対応できたことを伝えた。また、腹話術が雰囲気作りにととても貢献したこと、最後に雰囲気が大きく変化したことを話し、Dに謝意を伝えた。Dは子どもがきっかけで始めた腹話術が人の役に立ち、D自身も嬉しくなったと話す。腹話術の際に新規参加者の表情が一瞬緩んだことを研究者が話すと、研究対象者全員が「それぞれ」や「一瞬だけだったよね」などと答え、研究対象者全員が新規参加者の様子を把握していた。

前回話し合った『自死遺族グループを末永く維持していく』ための研究対象者の役割が発揮できたこと、研究開始当初に比べ、自死遺族グループおよび研究対象者の双方が大きく変容していることを伝え、新規参加者の様子や今後の対応を話し合った上で終了した。