

自死遺族が支援を求められるようになる動因

小林創¹⁾，栗生田友子²⁾，櫻井信人³⁾，浦山留美⁴⁾

1) 国立病院機構さいがた病院，2) 前新潟県立看護大学

3) 新潟県立看護大学，4) 前国立病院機構北陸病院

キーワード：自死遺族，支援，動因

目的

警察庁の自殺統計では，日本の自殺者数は平成 10 年以降 14 年連続で 3 万人を超えるという状態が続いている．中でも新潟県の自殺死亡率は人口 10 万人あたり 30.5（平成 23 年）と全国平均の 23.9 を上回っている．そのような状況下，研究者らは自殺対策の中でもポストベンションにあたる自死遺族のケアに焦点を当て，新潟県内で研究や活動を続けてきた．その活動の一環として平成 22 年 3 月に自死遺族支援グループ「はじめの会」を設立し，現在まで活動を続けている．

これまでの研究や活動を通して，様々な課題が上がっているが，その一つとして，自死遺族が会へ参加するに至るまでの難しさが上げられている．これまでの調査から，自死遺族は自殺という特殊性や周囲の目もあり，自死について誰にも話すことができず，一人で苦悩を抱え込んで苦しんでいる状況があった．また，自死遺族が分かち合いの場に参加し，語り合いや相談を通して自身を振り返り，気持ちを整理していくには 1 回の参加に限らず，時間をかけた継続的な参加が不可欠であると考えている．しかし，自死遺族の背景は様々であり，親，子供，友人など，亡くした人との関係により反応も異なってくる．実際に自殺があった直後に参加する人もいれば，数年経過した後にようやく来られるようになった人もおり，介入や参加に至るまでの支援が難しいと感じている．そこで，自死遺族が分かち合いの会に参加するようになる動因を明らかにし，自死遺族への効果的かつ継続的な支援を検討したいと考え本研究の構想に至った．

方法

1. 研究デザイン 質的記述的研究

2. 対象者

本研究は自殺という内容を扱うため，対象者の選定には時間や困難を要したが，これまでのフィールドリサーチ等で関係性が築けている他県の 2 団体の支援スタッフにインタビュー協力の打診をし，研究対象者とした．

3. データ収集方法

グループによる半構成的インタビューを実施し，支援スタッフが考える自死遺族が支援を求められるようになる動因を語ってもらった．インタビュー内容は対象者の同意のもとに録音をした．得られたデータは逐語録にし，自死遺族が支援を求められるようになる動因について検討を行いまとめた．

4. 倫理的配慮

本研究は新潟県立看護大学倫理委員会の審査承認を得たうえで実施した。(承認番号 011-10) インタビューの実施にあたっては、研究の主旨を書面および口頭で説明し、承諾及び同意書への署名が得られた対象者に対して実施した。その際の協力は自由意志であり、いつでも中止できることを合わせて説明した。インタビューの内容については、対象者の意思に任せ、語れる範囲で語ってもらうように配慮した。

結果

自死遺族の分かち合いの場には、主に当事者同士で体験や思いを語り合う自助グループと、ボランティアや行政機関の専門職などが加わった自死遺族支援グループとに大きく分けられる。本研究の対象者は、関西地方の自死遺族支援グループのスタッフ 8 名と、関東地方の自死遺族支援スタッフ 2 名とし、それぞれにグループインタビューを実施した。

インタビューの結果、自死遺族が支援を求められるようになる動因として、「支援の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」、「自宅と分かち合いの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」があげられた。

「支援の場所の存在を知ること」

自死遺族が必要な支援を求めるようになるためには、まず分かち合い会の存在や支援内容、遺族の声などを、自死遺族に知ってもらうことが必要であった。その方法としては、市の広報、新聞、ラジオや各地の講演などがあげられ、インターネットの活用も有効であった。

対象者の語り

WA：支援者としてたくさんの人に来てもらおうとすると、一番重要なのは広報と思うんですけども、この会をどうやって世の中に知らしめるかっていうのは一番重要だと思いますので、一番最初はラジオ使って遺族の声を届けた。

WA：一般市民に、遺族が亡くなってこういう哀しみしてますよって話をして、遺族の人が話せる場がありますよとお伝えすると。存在を知らせることですね。

WC：この会をもっと市民の方に知ってもらいたいなって、すごく思ったのね。だから健康だよりに載せたりとか。

EA：「何を見てきましたか」っていう質問には、やっぱりインターネットが圧倒的に多いことと、やっぱり行政の広報とかは、ここなら行っても大丈夫だって。

WB：ポイントは情報をたくさん必要としておられる方に、どれだけ確実に届けられるかっていうところになると思います。たとえ 5 年経とうが 10 年経とうが亡くされてからすぐであるうが、知らなければ来れない。知っていればどれだけ経っていても思いついた時に来れる。

「自死遺族が情報を得たいと思うタイミングの一致」

分かち合いの場に参加するタイミングは人によって様々であり、個別性が大きかった。身内が亡くなってすぐ来る場合もあれば、長い時間が経過してからようやく来ることができる場合もある。また分かち合いの場が必要でない場合もある。一方で、タイミングが合えば参加することもあるため、情報の継続的な発信が重要であった。

対象者の語り

WB：その人それぞれのタイミングですね。だから分ち合いの会の情報をもらっても、その人が行こうと思っていない時にそれを見たって来ないですよ。でも、なんかふと、そういう話をしてみたいと思った時に、その情報が入ればその人は行こうかなと思うこともある。だから情報を一度出したらそれで伝わるきっかけになるっていうのは絶対間違いだと思うんです。

EA：地域の中で「ああ、でもあそこはあるんだな」って、定期的にいつもあそこであるんだなっていうのが一つの力で、行きたくなったら行けるっていうふうにな、それはすごく大事なことだと思うんですね。

「何があるのか見える安心感の存在」

初回参加者にとっては、事前にどのような会なのか分かることで安心感が生まれ、参加してみようと思うことにつながっていた。これには、公的機関が関与している安心感、スタッフの顔がわかる安心感、パンフレットから何をやるのかがわかる安心感が含まれた。

対象者の語り

EA：やっぱり行政の広報とかは、ここなら行っても大丈夫だって。

WC：どんな会かわかんないじゃないですか。で、すごく不安を持ってきてるじゃないですか。その中で「あの人がやっている会なんだ」みたいなのは、とっても安心感ができたのはあるかな。それから行政とか公的な所も一緒にね、一緒に応援しているみたいなのところがわかったと来やすい。

「自宅と分ち合いの会の場所までの距離」

自宅から自死遺族の分ち合いの会が開催される場所との距離が、自死遺族が支援を求めかどうかを判断する動因としてあげられた。しかし、自宅からの距離が近い方が来やすいという人もいれば、一方で近すぎると行きにくく遠い方が良いという方もおり、距離は支援を求めための動因としてあげられたが、近いか遠いかなど、その距離に関しては個別性が強く、近ければいいとは必ずしも言えなかった。

対象者の語り

EB：東京、遠いとか、遠いところにはなかなか。やっぱり近いところへ行きましたね。私は逆にね、近いところに行けない人もあるけれども。

EB：参加してた会の参加日が変更になって、でもこの日はどうしても行きたいって、何月何日自死遺族の集まりっていうのを検索して。もう全国どこでもいいからって来た人もいました。

「会に参加するためのエネルギーの内面」

自死遺族が分ち合いの会に参加したいと思ったとしても、そこから実際に行動に移し参加に至るまでには気力や動力が必要であった。

対象者の語り

EB：なんかそれは家庭の事情もあるでしょうし、体調もあるし、前まで来たけどやめたっていう人もあるだろうしね。前まで来たけど素通りして、何回もこう行って、やっと来たって

いう人もありますしね。

EA：開催日が近づくとね、行こうかどうしようか散々迷って、近づくと胸がドキドキしてくるって。結構時間が経っている方でも、そういうふうにおっしゃる方があったりして。

「初めて参加した際の居心地の良さ」

時間やエネルギーを要して初めて参加した際に、居心地の良さを感じとれた場合、次の参加にもつながり、継続的に支援を求められるきっかけになっていた。支援スタッフも一回のみではなく、継続的に参加してもらえるように意識をしていた。

対象者の語り

WA：初めて来られた人がもう一回来たいなという工夫は、会の中で色々するようになりました。入口のところでこちらですよって案内してたんですけど、それを止めたとかですね。黒い服を着ていかないとか、背広を着て重々しい顔で向かえないとか。そういうような工夫をするようになりましたね。

WC：気持ち良くてね。来てもらえるっていう。温かく迎え入れて。

WA：気持ちよく来てほしいし、気分良く帰ってもらえればなっていう気持ちで。入っていく時に彼らの視線っていうのはどっちに置くべきかっていう所まで考えたりとか、座る時できたら外が見えるようにしてあげたいとかですね。視線をどこに置くべきか、細かいことまで一個一個考えて、

考察

自死遺族が支援を求められるようになる動因は、自死遺族の状況や背景などで個別性が大きかった。支援を求める時期についても範囲が広く、この時期にこの介入といった統一したものではなく、個々の自死遺族がそれぞれのタイミングで参加しようという気持ちになることが全てであると思われた。そのような状況の下、自死遺族が支援を求められるようになるには、まず情報を必要としている人に対してどれだけ確実に情報が提供できるかという点が要点となると考えられた。その方法としては、直接的に自死遺族へアプローチするという手法よりも、広報や新聞、インターネットを用いて不特定多数の人に会の存在を伝えていくこと、加えてこれらの情報を継続して発信していくことが重要であると考えられた。自死遺族が会の存在を把握した場合においても、参加に至るまでの不安は存在している。特に初回参加では参加するためのエネルギーを要していることが自死遺族に求められる。支援者側はその不安を少しでも軽減するために、行政の広報等での周知やスタッフの顔を見せることで、何があるのか見える安心感を提供していくことが必要であると考えられた。また、会が安心できる場であり居心地の良い場とすることで、自死遺族の継続参加につながり、癒しを得て回復のプロセスを踏んでいくことができると考えられた。

結論

自死遺族が分かち合いの会に参加するようになる動因は、個別性が大きく、個々のタイミングが見極めることが重要であった。そのため支援者は、できる限り数多くの手法を用いて継続的に、かつ広く情報発信をすること、分かち合いの会を自死遺族が癒しを得ることのできる居心地の良い場とすることが、効果的かつ継続的な支援となる。