

自死遺族が必要とする看護ケアのニード —ネットワーク構築のための基礎調査—

櫻井信人¹⁾、粟生田友子¹⁾、浦山留美¹⁾、小林創²⁾
1)新潟県立看護大学、2)国立病院機構さいがた病院

キーワード：自死遺族、体験、語り、遺族ケア

目的

本研究の目的は、自死遺族が必要としている看護ケアを検討するために、身内を自殺で亡くした後、自死遺族がどのような体験をし、それをどのように捉えているのかを明らかにすることである。

研究方法

研究方法是自死遺族への面接に基づく質的記述的研究である。まずフィールドワークとして、自死遺族のつどいや行政機関など様々な場所へ行き、情報収集や活動調査を行った。それらを踏まえた上で、協力が得られた対象者に対しインタビューを行った。データ収集方法は、個別又はグループによる半構成的インタビューとし、自殺後に遺された遺族の体験を自由に語ってもらった。データはすべて逐語録にし、その中から自死遺族に強く残っている思いと、自死遺族に共通の感情を抽出した。

研究にあたっては、対象者に研究の趣旨、プライバシーの保護、自由意志での参加等を文書と口頭で説明し、同意を得た上で実施した。また研究の実施にあたっては、新潟県立看護大学倫理委員会の承認を受けた。

結果

自死遺族へのインタビューは、情報の入りにくさや、語り可能な状況にあるかどうかという点もあり実施に至るには非常に困難を要したが、今回3名の当事者の協力を得ることができた。対象者は自死遺族3名であり、個別インタビューとグループインタビューが各1件であった。対象者の概要と主な語りを表1に示し、身内を自殺で亡くした後の体験を振り返った自死遺族の語りから、最も残っている思いとして抽出されたテーマを表2に示す。

表1 対象者の概要と主な語り (抜粋)

Aさん女性

30歳代の時に兄を自殺で亡くした。兄は成績もよく優秀な人であったが、仕事先での出来事をきっかけにうつ病を発症し、入院治療を受けていた。

語り：「区切りがあるかどうかはわからないんですけど、私の事よく知っている先生に、あなたはあなたでいいんだよって言われた時がふっとおちたかな。認めなのかな。」「でももうちょっと違う死に方ってなかったのかなとか、同じ死ぬでもこうマイナスイメージじゃない形で死ねなかったのかなと、ふと考えてしまったり。」

Bさん女性

結婚して1年半後に夫がうつ病になり療養生活となるが、5年後に夫を自殺で亡くした。

語り：「子供が6歳の時に主人亡くなってしまった。その時の気持ちを思うと、ほんとに孤立無援というか、嫁ぎ先を出たんですよ。いられない状況になりましたね。(中略)ずいぶん困って、生活的にも。」「結婚する時に一番心配なのは、お父さんのことをどういうふうにするか。(中略)息子にどう言ったら聞いてたら、病死って言ったって。だからそれが今でも尾を引いている。このような思いをまだしなきゃならないのかと思うと、そんなのも惨めですよ。」

Cさん女性

4年前に父親を自殺で亡くした。自殺現場にはメモが残されており、そのメモの中に自分の名前が書かれていたことに関して、ずっと理由が知れない苦しさが残っている。

語り：「(他人にも)辛さをわかってくれるだろうと思って話すんだけど、ふーんそれでみたいな感じで言われたり、そういうのを何回か経験して、こういうふうなことって言うべきじゃないし、言わない方がいいなとか、遺族じゃないとわからないんですよ。」「家族はやっぱり私と同じように辛いんですよ。だから・・・言葉に出して言わなくても、みんながもう辛いから、もうそれ以上に言えない。」

Aさんの語りの中では、「いいんだと言ってもらえた」という言葉に表現されるように、許されたい、認めてもらいたいという思いが根底に存在している。自殺という死に方をした兄や、そう死なせてしまった家族としての罪の意識があり、それを乗り越えるために必死でやってきた自分自身も周りから許されたい、頑張ってきたことを認められたいという気持ちを持ち続けていたと理解できた。

Bさんは亡くなったのが夫である。幼い息子がいる中で他に頼れる相手もなく、自分が頑張るしかない状況にあった。経済的にも大変な中、孤立無援でとにかく一人で精一杯ここまで頑張ってきたという思いが非常に強い。また、自殺に関することでの子供への対応や、結婚のときにどうするかなど、人生における様々なイベントの度に迷い続けている。この問題は、自殺が起きたその時だけでなく、その後の生活の中の様々な場面で生じていた。

Cさんは最初、他の人に理解して欲しいという思いがあり話をしたが、その期待に反して他の人の理解を得ることができなかった。他の人に話すことによって、傷ついたり、苦しみがよけいに増えることとなり、その結果、言わないことが自分を守るためにも必要だという考えが強くなっていったと考えられる。一方、家族に対しての思いを見ると、家族も同様の苦しみを抱えており同じ思いをしているため、言わなくても分かり合えているという気持ちがあるが、意図的に言わないようにしている部分もあり、話せないこともあった。

表2 自死遺族に最も残っている思い

Aさん女性

1. 話したいような、話せないような、うまく言い切れない思いの中で、いいんだと認めてもらいたいと強く思い続けていた。
2. もっと違う死に方をしていたら、色々なことが違っていたと思う。
3. 自殺に触れられないことで周囲の偏見や差別を感じ取り、語るができない自殺の現実を実感する。
4. 自殺を知らされていない人たちはどのように伝えるかに悩む。
5. 癒されることは自分が生きている限りはないと思える。
6. 家族が皆どうやって乗り切っているかも触れられずに時間が経っている。

Bさん女性

1. 生活を送るのに精一杯であった。
2. 何も言わずに無難にやり過ごすか、話すべきかを迷い続ける。
3. 身内はわかってくれるだけでいい。あえて言わないし、言えない。
4. 周りからの偏見に苦しむ。
5. 他人に語ることで辛い思いを経験し、誰にも話せないという気持ちになっていった。

Cさん女性

1. 他人に理解してもらえないという思いが強くなっていく。
2. 触れなくても家族はわかり合えているのでいい。
3. 周囲からの偏見に苦しむ。

自死遺族3名に共通して見られた感情としては、1. どうして自殺をしてしまったのかという後悔の念や理由を知ることができない苦しさ。2. 自分を責める、自殺した人を責める気持ち。3. 周りはどうせわかってくれないという気持ちがあげられた。

考察

自死遺族の感情は自殺者に対する後悔の念がある一方、「何で」という疑問や憎しみの感情も混じっていた。また自分自身を責めるような気持ちも生じているなど、様々な感情の中で悩み苦しんでいた。さらに、自死遺族のこれまでの体験からは、話したい、認めてもらいたいという気持ちはあるが、他者にはその気持ちを分かってもらえず、自殺の事を口に出すには相手を選んで話すしかなかった。しかしそのような相手や語れる場もなく、話すことができない中で孤独に苦しんでいるという状況があった。

これらの苦しみを軽減するためには、自死遺族が安心して語るができる場が必要であり、その場の要件として、同じ体験を持つ者同士が最も効果的であると考えられた。今後は自死遺族を中心としたネットワーク作りに向けて、場の要件をさらに明確にしていく必要がある。