

特集 看護学

原著論文

自死遺族のグリーフワークを促進する民間信仰の実態

藤井博英*・柏葉英美**・大山一志***・松下博宣*

要旨：自死遺族のグリーフワークにおいて、青森県の特徴的な民間信仰である「イタコ」の、どのような支えが喪失による悲嘆を乗り越えることができたかを明らかにすることを目的に、イタコを利用したことのある自死遺族で1年以上経過した30歳代～70歳代の女性7名に聞き取り調査を行った。遺族は、イタコの口寄せによって自殺の理由を聞かされたことで、故人の人生に対する価値を見出すことができ癒された。また遺族は、【故人の生き様への共感】、さらに、【故人の加護や繋がりの実感】【相互の赦免の獲得】を経て、【生きることへの託宣】を得て、【心の浄化】ができた。

キーワード：自死遺族, グリーフワーク, イタコ, スピリチュアルペイン

The Way in Which a Folk Belief Facilitates Grief Work by Suicide Loss Survivors

Hirohide FUJII*, Hidemi KASHIWABA**, Hitoshi OYAMA***
and Hironobu MATSUSHITA*

Abstract: Consulting itako [blind female mediums] is the spiritual practice found in the Tohoku region especially in Aomori Prefecture. In order to research how itako helped clients assuage guilt due to loss from suicide, our study interviewed suicide loss survivors who consulted an itako. Itako were believed to channel the soul of the deceased, allowing suicide loss survivors to learn why the family member committed suicide. Suicide loss survivors were comforted by learning how the deceased viewed life. In addition, suicide loss survivors felt “empathy for how the deceased had lived,” they “[believed] that the deceased is protected in the afterlife and [they felt] a connection to the deceased, and they “[felt] that the sins of the deceased and [his or her] family had been washed away.” having received a “divine revelation about life,” suicide loss survivors felt that “[their] soul[s] had been purified.”

Keywords: Survivors, Grief work, Itako, Spiritual pain

*東京情報大学 看護学部

Faculty of Nursing, Tokyo University of Information Sciences

**岩手県立大学

Iwate Prefectural University

***日本赤十字秋田看護大学

Japanese Red Cross Akita College of Nursing

2017年9月20日受付

2018年1月17日受理

1. 緒 言

人が思いがけない人生の危機に直面した時に、「なぜ私が何も悪いことはしていないのに、このようになるのだ」「なぜ私が、こうした不幸に出会い苦しまなければならないのか」という思いが生じ、自己存在の根本的な意味や価値にかかわる“魂の叫び”を発する。その叫びには、孤独感や絶望感や不条理への怒りといった生きることへの痛み、すなわちスピリチュアルペイン〔注1〕が内包されている。このスピリチュアルペインから立ち直るために、人は自分の外にある絶対的な存在や、人間的限界や有限性を持たない世界に新たな“生きる喜び”や“生きる力”“生きる意欲”を求める。また自分にとってもっとも重要なものは何かという視点から“人生の意味”や“目的”をつかもうとするスピリチュアリティ〔注2〕の醸成〔注3〕を図ろうとする(窪寺 2000)〔1〕。このスピリチュアリティの向上と良好な状態の強化のためには「癒しの空間」が必要となる(生田 2011)〔2〕。そこで、補完・代替医療(complementary and alternative medicine; 以下CAM略す)が必要となる。服部は、補完・代替医療(オルタナティブ医療)とは、科学的・分析的な近代医学の限界を指摘し、時にはシャーマンや霊の力を援用しながら、患者の心身全体の調和を取り戻そうとする医療であり、中国医学や漢方医学、アーユルヴェーダもこれに含まれると述べている(服部 2004)〔3〕。

青森県の恐山は、比叡山、高野山と並ぶ3大霊場の一つといわれ、下北半島や津軽地方に、身体に神仏が憑依し、予言や占い、治療などを行う「イタコ」「ゴミソ」「カミサマ」という名称のシャーマンが存在する。CAMである民間信仰「イタコ」は、死者の「口寄せ」を通して、相談にのることによってカタルシスを図り、「癒しの空間」や「救い」を与えており、西洋医学が発展した現代でも、病院受診と平行して、身体的な病気や精神的な問題をイタコに相談するクライアントや家族が多い(服部 2004)〔3〕。科学は、肉体の死とともに靈魂もなくなることを厳然とした学問として確立している。しかし、現実人間社会では、死んだ人の靈魂を信じ、その靈魂と語りたがっていると述べている(藤井 2002)〔4〕。

近代科学は、論理実証的に考究する対象として「死」を隠蔽してきたきらいさえある。いわゆる近代科学の手法は、仮説検証と呼ばれる客観的な実験、観察に基づく経験的手法を重視する。科学的な論証方法には、適切な根拠の提出、証拠と結論を結ぶ適切な推論過程、明確な結論が必要である。演繹や帰納の対象になりにくい「死」には事象としての反復性があるわけでもなく、実験によって検証したり反証したりすることはできない。これら死者とのコミュニケーションの仲介となる口寄せがイタコの重要な職分となっている。特にイタコの口寄せは、民間信仰として世間の信仰が篤い。江戸時代のころ、イタコは遺された家族の、傷ついた心に「癒しの空間」を提供する機能を有していた(津川 1989)〔5〕。亡くなってしまった大切な家族、親族、友人らの言づてとしてイタコらは、口寄せの儀式の中で遺された家族たちの喪失感を解決していた。現代医学でいえば、家族の「喪の仕事」をイタコが口寄せで行っているということになる。

松下によると、キュアを提供するに際して近代科学の一部門であることを志向してきた科学としての看護学は、普遍性、一般性、因果律、効果、効率、根拠、論理を重視する。これに対して、人間的であることを志向するケアには、個別性、特殊性、共時性、意味、物語、情緒、情念といった側面が濃厚であるとして、「キュアを包摂しつつも、キュアを超越するもの。それがケア」であり「ケアシフトが亢進するにつれて、ケアがキュアの諸相を包摂することになる」と述べている。(松下 2017)〔6〕

サイエンス (科学的であること) Cure	ヒューマニティ (人間的であること) Care
外界、物質圏	内界、精神圏
普遍性、一般性	個別性、特殊性
因果律	共時性
効果、効率	意味
根拠	物語
論理	情緒、情念

図1 出所：科学的であることと人間的であること。

松下博宣「医療看護イノベーション」, p179. (2017)

本研究の主題であるイタコの口寄せを契機とするグリーフケアは、このような「ケアシフト」の一端は実は日本文化の辺縁的古層に埋め込まれてきたものであること、そして看護に象徴されるケア並びに精神保健学、精神看護学の可能性を拡張することにおいて一定の示唆を有すると考えられる。

自死〔注4〕は突然死のひとつとして捉えられる。しかし、殺人や事故などの突然死と大きく違う点は、その死が故人の意思によってもたらされるということである。また、自死遺族は社会的なステイグマにより、故人に対する葛藤を抱きながら、語りたくても語れない状況で社会的な孤立が生じ、グリーフワークが上手いかず複雑性悲嘆に陥ってしまい、中には不安障害、うつ病、心的外傷後ストレス障害などを発病している場合もある。最悪の場合は、遺された人々の中に連鎖的に自殺が生じてしまうことがある (Shnedidman 1993) [7]。自死遺族のグリーフワークを促進させる要因として、【こころのよりどころ】があり、自死遺族はそれぞれのやり方で癒しの空間を探し、自らが持っている【レジリエンス】により回復していった (柏葉 2017) [8]。この【こころのよりどころ】として、自死遺族の中にはイタコのもとを訪れている家族が多いことが明らかとなっている (柏葉 2017) [8]。つまり自死遺族は、立ち直るためにスピリチュアリティの向上と良好な状態の強化のために「癒しの空間」を求めイタコを訪れスピリチュアリティの醸成を図ろうとしていることが考えられる。

2. 研究目的

本研究の目的は、自死遺族のグリーフワークにおいて、青森県の特徴的な民間信仰であるイタコの、どのような支えが喪失による悲嘆を乗り越えることができたかを明らかにすることである。

3. 研究方法

(1) 研究対象者の選定条件

自死遺族で1年以上経過し、イタコを利用したことがあり自分のことが語れる状況になった方で、公募等により語ることに同意を得られた20歳以上の遺族とした。なお、選定条件を1年以上とした根拠は、デーケン「基本的な悲嘆のプロセスをたどって立ち直りの段階に到達するまでに、多くの人は1年

かかる」と述べていることにある (デーケン 1986) [9]。また、自死遺族を対象とした先行研究 (渡邊 2006) [10]でも家族を亡くして1年以上経過している遺族を対象としていることから同様に設定した。

(2) 研究対象者への依頼方法

同意が得られた自死遺族に、口頭および文書で協力依頼ならびに本研究の目的・方法・内容・対象者の選定条件を明記した研究計画書および倫理に関する説明を行った。対象となる遺族が十分に理解と納得を受けた上で、本研究への諾否を確認した。研究への承認を得られた自死遺族には、後日あらためて連絡を取り、インタビュー実施の日時と場所を決定した。調査場所についてはプライバシーの確保、遺族が語りやすい雰囲気的空間とし、あらかじめ調査場所を数箇所設定し、遺族が希望する場所を選定してもらった。調査当日のインタビュー開始前に、再度、研究の趣旨と倫理について口頭と書面で説明を行い、研究への諾否の再確認後、研究同意書に署名していただき研究を開始した。

(3) データ収集の方法

対象となる遺族の基礎情報 (年齢・性別・死別者との関係・死別時期・職業) の把握を行い、自死遺族の本質的な経験について、インタビューによってデータを得ることとした。

① インタビュー方法の実際

- (1) インタビューは個人的な経験について詳細に尋ねることになるため、インタビュー場所は対象者の意向に添い、公共施設のカウンセリング室や会議室、自宅への訪問により、経験を自由に語ることができプライバシーが保護できる環境を確保した。
- (2) インタビューは作成したインタビューガイドを基に約60分の半構造化インタビューを実施した。インタビュー内容は、対象者の承諾を得てICレコーダに録音した。基礎情報については、対象者の同意を得て記録した。研究者は傾聴する形を取る事によって、対象者にかかる心理的負担をできるだけ少なくするように心がけた。

② インタビュー内容

- (1) 遺族は自死された後、どのような気持ちで過ごしていたのか
- (2) 「イタコ」を訪れた経緯と理由について

(3) 「イタコ」の口寄せに何を求めていたか

(4) 「イタコ」の口寄せの後、どのようなことで「癒やし」を体験したか

(4) 分析方法

調査で得られたデータをもとにKrippendorffの内容分析 (Krippendorff 2001) [11]。に準拠し質的帰納的に分析した。最初に、インタビュー内容について逐語録を作成し、自死遺族の語りを1意味単位で抽出し、文脈的背景を考慮しつつコード化した。抽出したコードをもとに、意味内容の類似性と差異性に従い集合体を作り、サブカテゴリーとし、その後抽出したサブカテゴリーをもとに同様の手法を用いカテゴリーとした。この手法は人間のコミュニケーションについての認識の変化を、対象者の話す文脈の中から表現することができる手法である。自死遺族の体験の内容を分析し、内容に構造的な定義づけをし概念を生成することにより、民間信仰が自死遺族のグリーフワークをどのように促進させたのか、その要因が導き出されるのではないかと考えた。なお、分析過程においては、精神保健領域の教員（教育経験17年、臨床経験15年）ならびに質的研究の見識者（社会学を専門とする教育歴15年の大学教員）にスーパーバイズを受け、信頼性・妥当性を高めた。

(5) 倫理的配慮

対象者に対して研究の趣旨、匿名性の確保、プライバシーの保護、研究への自由な参加と途中辞退および中断の保証、またそのことによる不利益が生じないことを書面と口頭で説明し、承諾を得るとともに、研究の公表についても承諾を得た。また、故人の想起により心理的に負担となり精神的侵襲が見られた場合は面接を中止することを説明した。精神的支援が必要となった場合、精神科医またはリエゾン看護師によるカウンセリングを受けられるように体制を整えた。なお、本研究は青森県立保健大学倫理委員会の審査を経て承認（承認番号10025）を受け、その内容を遵守し実施した。

4. 結果

(1) 研究対象者の概要

対象となる自死遺族は7名で年齢は30歳代～70歳代で全て女性であった。

表1 自死遺族の基礎情報

年齢	性別	死別者	死別時期
30歳代	女性	父親	6年前
40歳代	女性	夫	2年前
40歳代	女性	夫	3年前
50歳代	女性	夫	3年前
60歳代	女性	息子	3年前
60歳代	女性	夫	6年前
70歳代	女性	息子	1年前

(2) 自死遺族のグリーフワークの導出

自死遺族がイタコを訪れた動機は、誰にも語れず、自責の念にさいなまれ、どうして良いかわからなかったという理由であった。

イタコを訪れた自死遺族のグリーフワークを支えた因子についての記述256件から抽出された209記録単位は36のコードに分類され、そこから16のサブカテゴリーに類型化され、最終的に5のカテゴリーが形成された。抽出されたカテゴリーは【故人の生き様への共感】【故人による加護のつながりの実感】【生きることへの託宣】【相互の救済の獲得】【心の浄化】であった。

なお、【 】はカテゴリー、『 』はサブカテゴリー、<>は意味内容を表すコード、コードを構成する自死遺族の語りからの引用（素データ）は「 」で示し、()は記録単位数を示すものとした。

逐語録からカテゴリー分類の概要を表2に示した。以下、カテゴリーごとにサブカテゴリーを示し、特徴的な内容を抜粋して説明する。

① 【故人の生き様への共感】

このカテゴリーは『自死しかなかった選択肢』『苦悩に満ちた人生』『抱えていた病気に直面』『故人の寿命』の4つのサブカテゴリーより構成され、故人が自死を選ばざるを得なかった状況に対する共感を表していた。

その主な語りを以下に示す。

(1) 『自死しかなかった選択肢』

<生きてくても自死の道しかなかった故人の想い>

「自分は生きたかったけれども、やむを得なかった(3)」

「自分は死ぬしかなかった」(5)

<家族の責任ではなく自死の道しかなかった故人の人生>

「なぜ、このようなことをしたのか知りたい
“自分たちの関わりが悪かったのか”
と絶えず（遺族は）考えていたが、これ
しかなかったと言われた（3）」

《自死する選択肢しかなかった故人の状況》
「解決する方法は、死ぬしかないと思ひ込
んでしまった（3）」

(2) 『苦悩に満ちた人生』

《家族の恨みや怒りに対する「自分さえいな
ければ」という故人の思い》
「恨みや怒りに対して、『自分さえいなけれ
ば皆に迷惑をかけないですむ』と言われ
た（4）」

《とてつもない苦しみを抱えていた故人の人生》
「とてつもない苦しみを抱えながら、自分
なりに必死になって生きてきた（4）」

《自死は借金を作った自分の責任》
「借金をたくさんつuckingてしまい、一文無
しになった。死んで返すしかない。この
原因は、全部、自分にある（2）」

(3) 『抱えていた病気に直面』

《うつ病という心の病気の存在》
「うつ病という、心の病があった（6）」
「うつ病にかかってしまって仕方なかった（6）」

(4) 『故人の寿命』

《自分に与えられた寿命だという故人》
「自分に与えられた寿命だった（4）」

② 【故人による加護やつながりの実感】

このカテゴリーは、『故人からの伝言』『故人との
約束』『先祖供養への願い』の3つのサブカテゴリー
で構成され、故人とのつながりや見守られていると
いう思いを表していた。

その主な語りを以下に示す。

(1) 『故人からの伝言』

《健康に気をつけてがんばって欲しいという
故人の願い》
「健康に気を付けて、頑張ってくれ（5）」
《健康問題に対する故人のアドバイス》
「体調の不良が出てくるかもしれないので
気をつけてくれ（5）」
《健康診断を受けるようにとの故人からのア
ドバイス》
「体の弱いところがあるから、年に1回の

健康診断に必ず行くように（5）」

《精神的に弱ったら早めに精神の薬を飲むよ
うにとの故人からのアドバイス》

「精神的にまいることもあると思うので、我慢
しないで精神の薬を早めに飲んでくれ（4）」

《記念日反応に対する故人からのアドバイス》
「命日が近くなると、心臓がドキドキする
こともあるので気をつけてくれ（5）」

「結婚記念日が近づくと、気持ちが落ち込
むかもしれないので気をつけてくれ（6）」

《気持ちが不安定なときには大事なことは決
めないようにとの故人からのアドバイス》
「気持ちが不安定になるかもしれないが、
不安定になる時には、色々考えても空回
りするだけだ。そんな時は、大事なこと
は決めるな、決断するなよ（3）」

《転倒に気をつけるようにとの故人からの
メッセージ》

「〇月頃、転ぶことがあるかもしれないか
ら気をつけろ（3）」

(2) 『故人による加護』

《お盆には故人の姿をみせるという約束》

「お盆には、枕もとに立って、自分の姿を
見せてあげる（6）」

《傍らで見守り続けるという約束》

「目に見えなくてもいつもそばで見守るっ
ている（6）」

「いつもそばにいて家族を守る（6）」

《危ないことがあったら知らせるという約束》

「何か危ないことがあったら、事前に枕元
に出て知らせるから（5）」

(3) 『先祖供養への願い』

《お仏壇への毎日のおつとめを願う故人の思い》
「毎朝仏壇に御飯、水をあげ、感謝の気持
ちを持って手をあわせてくれ（5）」

《お墓参りを願う故人の思い》

「お墓も機会があったら行って花をたむけ
てほしい（5）」

《誘惑に惑わされず先祖代々の仏様を守って
欲しいという故人の願い》

「新興宗教に誘われることもあるかもしれ
ない。まずは、先祖代々の仏を大事にし
てくれ（3）」

③ 【生きることへの託宣】

このカテゴリーは、『家族の絆』『後追い自殺への懸念』『生きることへの願い』『新たな人生を歩むことへの願い』の4つのサブカテゴリーより構成され、イタコを通して故人からの遺族に対するスピリチュアリティへの醸成へのメッセージを表していた。

その主な語りを以下に示す。

(1) 『家族の絆』

- 〈家族仲良く暮らしてほしいという故人の願い〉
「家族ばらばらにならないで、時には家族で旅行にでも行ってほしい（5）」
「心の中にぽっかり穴が空いた状態だと思うが、家族仲良く暮らしてくれ（5）」
- 〈家族の絆を気遣う故人の思い〉
「遺族から問い詰められ、葬儀に参列出来なかったようだが、自分はその世で修行を積んでいる。見守っているから安心してくれ（6）」
「家族がばらばらにならないように頼む（3）」

(2) 『後追い自殺への懸念』

- 〈後追い自殺はしないでほしいという故人からのメッセージ〉
「後追いは、しないでくれ。自分もあの世で修行をつんでいる。来ても居場所がないから前向きに生きてほしい（4）」

(3) 『生きることへの願い』

- 〈希望を持って生きてほしいという故人の願い〉
「希望をもって生きてくれ（4）」
「あれこれ考えないで、前向きに生きてほしい（6）」
- 〈故人の分まで生きてほしいという願い〉
「自分の分まで生きてくれ（7）」
- 〈現世でがんばって生きてほしいという故人の願い〉
「あの世の生活は、修行の毎日だ。こちらに来て相手にはできないのでそちらで頑張ってくれ（5）」

(4) 『新たな人生を歩むことへの願い』

- 〈外に目を向ける、引きこもらないようにして欲しいという故人の願い〉
「引きこもらないで、徐々に外に目を向けて行けるようにしてほしい（3）」

④ 【相互の救免の獲得】

このカテゴリーは、『自責の念』『故人からの謝罪』

『故人からの感謝』の3つのサブカテゴリーより構成され、故人からの謝罪と感謝のメッセージを表している。その主な語りを以下に示す。

(1) 『自責の念』

- 〈家族の自責の念に対する故人の思い〉
「自分を責めないで、赦してほしいと言われた（7）」
- 〈恨んでいないというメッセージ〉
「恨んでなんかいない（6）」

(2) 『故人からの謝罪』

- 〈自死したことに対する謝罪〉
「見捨てられたと思われても仕方がないが、なんとか赦してほしい（4）」
「自分の命を絶ったことを赦してほしい（6）」
- 〈自死の道しかなかった事への謝罪〉
「何で死んだのかと聞いたら、これしかなかった。赦してくれ（4）」
- 〈申し訳ないという謝罪の気持ち〉
「申し訳ない気持ちでいっぱいだ（6）」

(3) 『故人からの感謝』

- 〈仏をおろしてくれたことへの感謝〉
「ありがたい。今日、話ができ本当に良かった。自分の思いを伝えることができ本当に良かった。ありがとう（7）」

⑤ 【心の浄化】

このカテゴリーは『イタコへの信頼感』『内心の吐露』の2つのサブカテゴリーより構成され、口寄せを通して、イタコを信じ、故人と会話できたことで感じた安堵感を表している。

その主な語りを以下に示す。

(1) 『イタコへの信頼感』

- 〈イタコに見透かされていることを知り深まるイタコへの信頼感〉
「自殺したことを隠してイタコに来たが、(自殺であることを) わかされた。(イタコは) すべてわかるのだと信じる事ができた（4）」

(2) 『内心の吐露』

- 〈故人と話すことができ、晴れた気持ち〉
「行き場のない気持ちだったが、亡くなった人と話すことが出来た（5）」

5. 考察

自死遺族の心理を考察する上で重要なことは、故

人が遺族にとって身近であればあるほど、死別という出来事その人の一生において重要な転機となることである。「公認されない死」である自死によって喪失を体験した家族は、自死について誰にも語る事ができず、心の痛みと孤独に苦しみスピリチュアルペインを感じていた。

自死遺族のグリーフワークにおいて、スピリチュアリティの醸成は重要な意味を持っている。イタコのもとを訪れる自死遺族の多くは、スピリチュアルペインからの脱却やスピリチュアリティの醸成を、青森県の特徴的な民間信仰であるイタコに求めて訪ねていた。

本研究では、イタコを利用したことのある自死遺族がグリーフワークにおいて、イタコとのかかわりから悲嘆を乗り越えることができた5つの要因について考察する。また、イタコを求めた自死遺族のスピリチュアリティの醸成の関連図を図2に示した。

(1) 【故人の生き様への共感】

かつて自死は、「身勝手な死」と捉えられていた。自死した人は「卑怯者」「命を粗末にした者」と非難されることが多かった。しかし、ライフリンクが行った自殺の危機経路の調査（NPO法人ライフリンク 2008）[12]で、自死遺族ひとりひとりの「自殺の危機経路（critical path=自殺でなくなるまでのプロセス）」を分析した結果、一人の自殺背景には平均して4つの要因があることが明らかとなり、共通の「自殺の危険経路」が浮かび上がってきた。例えば、「事業不振」になったことで、「生活苦」となり、それが原因で借金を重ね「多重債務」となり、借金返済に追われるうちに「うつ病」となり、自死の道しか選べない状況に追いつめられるという、いくつかの要因が互いに連鎖しあい自殺が起きていると考えられた。つまり、有末[13]は、自死の多くは「追い込まれた末の死」であり、自死で亡くなる人の多くが、本当は生きる望みを持ち、最後まで何とか生きる道を探そうともがいており、自殺対策は生きる支援であると述べている。有末は、自死を「語りにくいこと」「語られないこと」「語りえないこと」と表現し、遺された家族の悲しみを、「サイレント・グリーフ（沈黙の悲しみ）」と表現している（有末 2013）[13]。「家族の自殺を止められなかった自分が悪いのではないか」という強い自責の念（Survivor's guilt）や、「自分は家族に捨てられたのではないか」という恐怖

心や、自殺現場を目撃したときの記憶が蘇ってくるフラッシュバックなどが見られる。遺された人たちの多くは、さまざまな精神的な苦痛に苛まれながら、家族が自死したことを周囲に知られることに怯えるあまり、つらい思いをひとりで抱え込み孤立せざるを得ない状況であった。自死遺族は、「なぜ死なねばならなかったのか？」とスピリチュアルな疑問を抱き、死の原因を心理社会的側面から追求する。身体疾患と異なり、自殺の場合その原因を死後に分析することがきわめて困難で、遺族は「なぜ」に果てしなく永遠に向き合うことになる（正木 2015）[14]。

「なぜ」と問い続ける自死遺族は悲嘆に対するコーピングのプロセスを進めることができず、イタコのもとを訪れ、口寄せによって、自死以外に選択肢がなかったことを故人のメッセージとして聴くことになる。さらに、遺族は、故人が一生懸命努力をし、人生の不条理や病と闘い続けていたことや、心の病にかかり、自分が苦しいだけでなく他人に迷惑をかけるので、生きてはいけなそうと思ひ命を絶つ他者配慮的動機から、自ら死を選び取っていたことを口寄せによって認識できた。つまり、自死遺族はイタコの口寄せにより自死の理由を聞かされたことで、【故人の生き様への共感】が得られたと考える。故人にとって自死は、その状況を解決する唯一の方法であり、周囲のことを考え、一生懸命に生きたからこそ追い詰められたのであり、「身勝手な死」や「命を粗末にした」ものでもないという考えを持つことができたと言える。故人に対する考え方が変わったことで遺族は、故人やその人生に対する価値を再び見出すことができ、癒されたという心理的効果を得ると考えられる。平山は、もっと自死者の人格を認め、彼らを選び取った死というものを、尊厳ある死として認めても良いのではないかと述べている（平山 2009）[15]。故人の自死という死に方を尊厳ある死として捉える理解ができることが、自死遺族のグリーフワークを支える要因の一つになっているといえる。

(2) 【故人の加護とつながりの実感】

自死遺族は、家族の将来・未来に関して、故人からのアドバイスやメッセージ、約束などを、イタコを通して聞かされていた。

その内容は、「姿、形はないけれども、いつも見ている」という語りに代表されるように、故人が枕元などで遺族の身近に常に存在し、見守っていると

いうものや、健康を気遣うものであった。つまり、遺族は、イタコの口寄せにより、故人の自分への肯定的な想いを知ることができたことで、他者との和解（平山 2009）[15] ができたと考える。また、毎日の仏壇へのおつとめやお墓参り、先祖代々の仏様を守って欲しいという故人の願いを聞かされていた。それは、「線香をあげてほしい」「ぜひ花をたむけてほしい」といった言葉に示されたように、故人の、遺族との繋がり、関係性の継続を願うものであったと言える。

坂口は、グリーフワークの考え方では、「絆の放棄」が正常な悲嘆の目標であり、遺族は新しい人間関係に再投資できるという考え方に対して、近年の研究の多くは、「継続する絆」が、多くの遺族に認められていることを紹介している（坂口 2012）[16]。日本人遺族は長期にわたって故人を身近に感じ、また庇護的な存在として故人を認識している傾向が強いことを示唆している。

多くの一般的日本人は、無宗教と言われながら、正月や祭りは神様に通じ、初詣や神社の祭典に参加する。また、葬儀やお盆などは仏教に通じ、僧侶から読経を貰ったり焼香を行ったり、命日などにはお寺参りをしている。そのような仏事などの喪の儀式のあり方だけでなく、日常生活の中でも仏壇にご飯やお茶を備え、話しかけるといったように、仏壇に仏教信仰の対象として仏を礼拝し、仏からの加護を願っている（坂口 2012）[16]。先祖を思い感謝して加護を祈ることには、死者の御霊と共に在るという心があり、仏壇を介しての先祖に象徴される見えない影の存在を、無意識ではあっても意識していると言える。つまり、あの世とこの世といった住む位置の相違を受け入れつつ、ともに生活しているような感覚を持ち続けていると考える。

自死により遺族は、故人との関係性を一方的に切られてしまうため、助けを求められる関係性や存在になかったという、見捨てられ感や拒否感が生じやすいと考える。しかし、あの世とこの世の繋がりを信じ日常を過ごしている日本人にとって、故人からの「見守っている」という、加護の伝言や、「仏壇に花を添え線香を焚いてほしい」という伝言は関係性の継続を願うものとなり癒やされたといえる。先祖供養をしてゆくことは、遺族にとっても現世の自分と現世にはいない故人とのつながりを実感し、絆

を再構築するという行為になると考えられる。

（3）【相互の赦免の獲得】

窪寺は、人が自分の失敗や過ちに気づき、呵責の念に襲われた時、必要なのは赦しのことばであり、「赦されている」と言ってもらえることで、現状の自分を受容（自己受容、いとおしむ、愛する）できるようになると述べている（窪寺 2000）[1]。

自死遺族は、故人に対して自死したことを責めたり恨んだりしていたこと、故人を救うことができなかったことに対して赦しを願っていた。イタコによって語られた伝言により、故人と遺族は、両者ともに自責と謝罪の気持ちを持っていたことを知らされた。川野は、自死遺族にもっとも占めていたのは罪責感と恨みであったと報告している（川野ら 2007）[17]。また、平山は、悲しみの感情の背後には、怒りの感情が隠されていると述べており（平山 2012）[18]、怒りは罪責感と同じように自然な感情であり、決して悪いものではなく、赦される感情であることを遺族は認める必要があるとしている。自死遺族の中には罪責感から、薬物やアルコールの乱用、過食、非行など、自己破壊行動をとることもあると言われている（Worden 1991）[19]。また、自死遺族は、自分に対する怒りだけではなく、自死を止められなかったという専門家や関係者に対する怒りや恨み、「自分を見捨てて亡くなった」故人に対する怒りを感じている。

死別後の怒りは罪責感と同様自然な感情であると言われているが、デーケンは、癒されるためには赦しと和解が重要なキーポイントになると述べている（デーケン・柳田 2007）[20]。また、赦しの真の意味は、自分自身を変えることによって、相手に対する見方や考え方を変えることであるとも述べている。

自死遺族は、故人が「自分のしたこと＝自死に対して赦して欲しい」と言うことを聴くことによって、家族を非難することなく自分の責任で家族に赦しを請うていることや、家族の一致団結や、前向きに生きて欲しいという肯定的なメッセージをイタコの口寄せにより伝えられたことで赦しと和解の感情が生じ、癒されたのではないかと考える。

（4）【生きることへの託宣】

このカテゴリーは、イタコによって語られた、故人から遺族に対する、今後の人生に対する希望や願いについての伝言であった。ただしその希望や願い

に込められた想いは、余韻を残して生きることの託宣となっていったように考えられる。

【故人の生き様への共感】では、「自死した」「それは追い詰められた死であった」「だけれどもその前に一生懸命やった」「一生懸命やったけれども人生を全うできなかった」という故人への共感であった。そして、【故人の加護やつながりの実感】【相互の赦免の獲得】を経て、「後追いしないで」「前向きに」「自分の分も」「希望を持って」「引きこもらずに外に目を向けて生きてほしい」という言葉が、遺族の耳に素直に入り心に響いて、故人が果たせなかったことを自分が成し遂げて行こう、これからやっていこうという気持ちを喚起させるにいたったのだと考える。つまり、遺族は、【故人の生き様への共感】、さらに、【故人の加護や繋がりの実感】や【相互の赦免の獲得】を経て、【生きることへの託宣】を得るに至ったのである。【生きることへの託宣】は、亡くなったことへの生きる意味づけになり、故人がなしえなかったことをやり遂げようとする新しいアイデンティティが目覚める一つの動機づけや、遺族のスピリチュアリティを醸成させることになっているのではないかと考える。

人は生まれながらにスピリチュアリティという資質が備わっていて、生命の危機に直面した時には覚醒し、失われた生きる土台・枠組み・価値観を再構築する方向で動き始めるといわれている(デーケン・柳田 2007)[20]。人生の意味というものは、どこかに転がっていたり、埋もれていたたりするものをそのまま拾ったり掘り起こしたりして見つかるといった類のものではない。自分なりの解釈のもとに自己を語り、聞き手の解釈を理解する努力をし、その聞き手の理解の枠組みからもわかってもらえるように工夫しながら語り直し、再び聞き手の反応を確認する。こういった作業の積み重ねの中で、自分が経験してきたことからの意味が、ひいては人生の意味が、知らず知らずのうちに生み出されているのである。

故人を亡くした喪失体験によりこれから先どのようにして生きていけばよいか、取り残された自分を感じ、引きこもりなどになっていた自死遺族が、その現状を脱却して、新たな生きる意味を見だし、再生してゆくように変化した。そこには、イタコから伝えられた故人の「前向きに生きる」という言葉と、遺族自身のスピリチュアリティを熟成させる力が作用し

て統合された、新しいアイデンティティが目覚める動機づけへと変わった【生きることへの託宣】があった。

(5) 【心の浄化】

人間は、人と人との関係性の中に自己の意味を見出す生き物である。その意味で、「大切な人との死別体験」は、人生における最大のライフイベントである。しかし日本の社会では、大切な人の「自殺」という理不尽な死を、故人を悼むことすら許されない風潮が厳然と存在している。遺族は、周囲の人々の批判的なまなざしや偏見、差別の烙印にも苦しめられている。「公認されない悲嘆」は、自死遺族の悲嘆をよく示している。自死に対する社会的偏見は遺族にとって恥の烙印となり、遺族は、複雑かつ深刻な心理状況に追い込まれ、自死については他者に語れない状況に追いやられている。その周囲からも拒否されたという思いを抱くことになる。自死遺族は社会的に孤立し、悲嘆は抑圧され、うつ状態となり悲嘆が遷延するという問題も生じやすい(平山 2004)[26]。

今回のインタビューに応じたイタコを利用した自死遺族の想いは、心の内を誰にも語れない状況に、甚大な悲しみと苦悩をもたらし、遺族の心やその生活に影を落としていた。イタコを利用した全員の遺族たちは、イタコの口寄せ時の状況を下記のように述懐している。

「イタコより仏の性別、名前、生没年月日、死因を問われたという。その後、イタコは、熊の爪や寶貝、古銭などがつけられた365珠の数珠を摺りながら仏呼びの経文を唱え始めた。途中、イタコは、突然に数珠の摺る手や仏呼びの経文を止め、仏が降りてこない事を告げられた。イタコは、しきりに首のあたりを摩り、声にならないと告げ、もしかしたら自殺したんでないのかといわれた。もはや、故人が自殺したことを隠すことが出来なかった。」

イタコは遺族が自死したことを告知しなかったため口寄せができなかった。そして遺族は、イタコの「まだ隠していることがあるな」という指摘により、自死したことを認め、話すことに至っている。

自死遺族は、イタコに信頼を寄せ、本音を語りはじめたことにより、イタコに霊が降りて故人の声として「家族に伝えることができた」というのである。この一連のやり取りにより自死遺族は、イタコの口寄せが信頼できるものだと確信し、家族が自死で亡くなったという、今まで語れなかった事実を他者で

あるイタコへ吐露することができ、癒されていたと考えられる。

自死遺族は、今まで他者に語るができず自分の心にだけ閉ざしていた感情や本音を、イタコに話すことができたのである。自死遺族の心情は、恥という感情がついてまわり、近所や友人、ときには親戚などにも自死の事実を隠蔽するといことにつながっていた。また、周りの人は、自死に気づいていても、遺族の気持ちを察知してそれを口にしないのである。

頼れる処、頼れる人もない家族はイタコにしか頼れなかった。「自殺したことを隠してイタコに来たが、わかった。すべてわかるのだと信じることができた」と遺族が言うように、《イタコに見透かされていることを知り深まるイタコへの信頼感》が生じ、心の内を語れるように変化した。そして遺族は、「行き場のない気持ちだったが、亡くなった人と話すことが出来た」という言葉で示されたように、《故人と話すことができて、晴れた気持ち》を得ていた。そして、『会話を通しての心の浄化』を得て癒されていた。

なお、「イタコ」の口寄せは下記のようにとり行われる。「ジャラジャラと、妙な音を立てる大粒の黒数珠を摺りながら、規則的で単調な降ろしの呪文を唱える。次第にイタコは、神仏憑りの状態に、『アッ』という大声を合図に死者の霊が乗り移り、死者の言葉を語りだす。等拍（整えた拍子）の数珠リズム。狭い音域の語り口。それらは、一種独特な響きをもっている。喉をついて出るのは、あの世の肉親の声。」（柴田 1985）[21]「見守っている」とか「仲良く暮らせ」などは決まり文句ではあるけれども、人々は一心に耳を傾け、頷いてはすすり泣く。イタコの口寄せで人々は、語られたことばだけでなく、狭い音域の語り口、強烈な数珠リズムなどの“場”を与えられることにより、抑圧された恐怖や罪悪感をはじめ、無意識に鬱積している欲求、感情、葛藤などを自由に表現し、心の緊張を解いていく。いわゆる、カタルシス的な緊張を発散し、癒されたことにより、生きる力の力や存在の意味、心のよりどころなどスピリチュアリティが醸成されたと考える。

（研究の課題と今後の課題）

本研究は、自死遺族7名の対象者の語りによる分析という限界を持つ。また、研究対象者7名すべてが女性という偏りがあった。

自死遺族からの面接調査は対象者からの協力が得られ難いことや、倫理的配慮の確保など難しい側面があった。調査対象者は7名であったが、イタコのもとを訪れる自死遺族は多く、今後も調査を継続しデータ数を増やしていくとともに、心理尺度を用いた量的検討していく必要がある。

6. 結 論

1. 自死遺族がイタコを訪れる動機は、スピリチュアルペインから脱却し、スピリチュアリティの醸成が目的であった。
2. 自死遺族は、イタコの口寄せによって自死の理由を聞かされたことで、故人の人生に対する価値を見出すことができ、癒された。
3. イタコによって語られた伝言では、故人と遺族は、両者とも自責と謝罪の気持ちを持っていたことが分かったことで、双方の和解ができ、遺族は癒された。
4. 自死遺族は、【故人の生き様への共感】、さらに、【故人の加護やつながりの実感】や【相互の赦免の獲得】を経て、【生きることへの託宣】を得ていた。
5. 自死遺族は、イタコに信頼を寄せ、本音を語り、イタコに霊が降りて故人の声として家族に伝えることで、家族が自死で亡くなったという、今まで語れなかった事実を他者へ吐露することができ、【心の浄化】ができた。

【注釈】

[注1] スピリチュアルペインとは、存在の揺るぎの苦しみであり、「こんな状態で生きている意味があるのだろうか」「もはや生きている意味がないなど」と苦しむことである。自殺してしまう人にも潜んでいる苦痛（大津 2013）[22]。

[注2] スピリチュアリティとは、人生の危機に直面して「人間らしく」「自分らしく」生きるための「存在の枠組み（人生の土台・根拠）」「自己同一性」が失われたときに、それらのものを自分の外の超越的なものに求めたり、あるいは自分の内面の究極的なものに求める機能である。生きる力や存在の意味、心の安寧をもたらす暗黙の認知的な枠組み、あるいは拠り所に関する領域（窪寺 2004）[23]。宗教学・死生学の立場からは、スピリチュアリティとは「個々人が聖なるものを経験したり、聖なるものとの関わりを生きたりすること、また人間のそのような働きを指す」（島蘭 2007）[24]。

- [注3] スピリチュアリティの醸成とは、人が何らかの危機に直面した時、今までの拠り所としてきた価値や信念に疑問を感じ、①宗教的意味（絶対的なものの存在・死後の世界）や、②実存的な意味（幸福感、生への畏敬、生きる力等）に支えられ、新たな生きる力や価値観を作り出していくこと（竹田2006）[25]。
- [注4] 自殺対策基本法など公的には自殺が使われるが、遺族をはじめとした医学研究者や医療従事者の間では、自らの意思で死を選ぶという「自殺」よりも、心の病によってやむをえず命を絶つ以外の選択肢がなかったという「自死」とい言葉が用いられている（平山2004）[26]。

【引用文献】

- [1] 窪寺俊之『スピリチュアルケア入門』, pp.12-15, 三輪書店, (2000)
- [2] 生田奈美可「配偶者を亡くした高齢遺族のスピリチュアリティに関する質的研究」, 日本看護研究学会雑誌, 34(2), pp.97-107. (2011)
- [3] 服部伸『世界史リブレット82 近代医学の光と影』山川出版社, (2004)
- [4] 藤井博英・山本春江・大関信子・角濱春美・坂江千寿子・阿保美樹子・出貝裕子・坂野優子・佐藤寧子・樋口日出子・瓦吹綾子・田崎博一・中村恵子「青森のシャーマニズム文化と精神保健」, 青森保健大学紀要, 4(1), pp.79-87. (2002)
- [5] 津川武一『巫女イタコ 神憑りのメカニズム』, p.52, 民衆社, (1989)
- [6] 松下博宣『医療看護イノベーション』, p.179, メディカ出版, (2017)
- [7] Shnedidman, E.S. *Suicide as Psychache A Clinical Approach to Self-Destructive Behavior*, Velma Clinton Books, (1993), (高橋祥友(訳)『シャナイドマンの自殺学自己破壊行動に対する臨床的アプローチ』, 金剛出版, (2005))
- [8] 柏葉英美・藤井博英「自死遺族のグリーフワークを促進させた要因」, 岩手県立大学社会福祉学部紀要, 19, pp.1-12. (2017)
- [9] デーケン, A『死の準備教育 死を看取る』, メヂカルフレンド社, (1986)
- [10] 渡邊直樹「心理学的剖検のパイロットステディに関する研究」, 「遺族ケアのあり方に関する研究」, 「自殺の実態に基づく予防推進に関する研究」, 平成18年度分担研究報告書, pp.1-5, (2006)
- [11] Krippendorff, K. *Content Analysis An Introduction to Its Methodology*, Sage (1980), (三上俊治・椎野信雄・橋元良明(訳)『メッセージ分析の技法「内容分析」への招待』, 勁草書房, (1989))
- [12] NPO法人ライフリンク「自殺実態白書2008 第1章・自殺の危機経路」, pp.1-7. (2008)
- [13] 有末賢「語りにくいことー自死遺族たちの声ー」, 日本オーラル・ヒストリー研究, 9, pp.36-46. (2013)
- [14] 正木啓子「グリーフケアの必要性和その提供方法: 自死遺族のグリーフケアの現状と課題」, 人間学研究論集, 5, pp.41-54. (2015)
- [15] 平山正実『自死遺族を支える』, pp.103-110, エム・シー・ミュージック, (2009)
- [16] 坂口幸弘『悲嘆学入門 死別の悲しみを学ぶ』, pp.90-92, 昭和堂, (2012)
- [17] 川野健治・川島大輔・小山達也「自死遺族当事者の悲嘆およびケアへのニーズに関する調査研究」, 厚生労働科学研究費助成金(こころの健康科学研究事業)研究協力報告書, pp.37-46. (2007)
- [18] 平山正実『死別の悲しみを学ぶ』, pp.146-147, 聖学院大学出版部, (2012)
- [19] Worden, J.W. *Grief counseling and grief Therapy: A handbook for the mental Health Practitioner*, Springer Publishing Company (1991), (實(監訳)『グリーフカウンセリング』, 川島書店, (1993))
- [20] デーケン, A・柳田邦男『〈突然の死〉グリーフケア』, pp.98-100, 春秋社(2007)
- [21] 柴田生男『津軽のイタコ』, p.21, 緑の苗豆本の会出版, (1985)
- [22] 大津秀一『傾聴力 1000人の患者を看取った医師が実践している』, pp.34-47, 大和書房, (2013)
- [23] 今西二郎「総合医療をめざして」, 京府医大誌, 119(5), p.301-312. (2010)
- [24] 島蘭進『スピリチュアリティの興隆ー新霊性文化とその周辺ー』, p.5, 岩波書店, (2007)
- [25] 竹田恵子・太湯好子「日本人高齢者のスピリチュアリティ概念構造の検討」, 川崎医療福祉学会誌, 16(1), pp.53-66. (2006)
- [26] 平山正実『自ら逝ったあなた、遺された私 家族の自死と向き合う』, pp.6-8, 朝日新聞社, (2004)

【参考文献】

1. 小山達也「特集 自殺を防ぐためにできること 遺族への精神的ケア」, 精神科看護, 34(12), pp.32-37, (2007)
2. 高橋祥友・福岡詳編『自殺のポストベンション』, 医学書院, (2004)
3. 加藤正明「WHO 自殺予防の指針2000」, 自殺予防と危機介入, 23(1), pp.83-93, (2002)
4. 松本俊彦・勝又陽太郎・木谷雅彦・竹島正「特集 自殺を防ぐためにできること 心理学的剖検で自殺の実態を解明し、予防に生かす」, 精神科看護, 34(12), pp.38-44 (2007)

- | | |
|---|---|
| <p>5. 宮林幸江「コミュニティの中のグリーフケア－ワークショップによるグリーフケア－」, 緩和ケア, 15(4), pp.284-288, (2005)</p> <p>6. 谷莊吉「グリーフケアの技術 グリーフケアの行動科学」, pp.47-53, (2000)</p> <p>7. 高橋都「保健医療における質的研究 半構造化インタビューを用いた研究の実際」, 日本保健医療行動科学学会年報 (15), pp.105-114, (2000)</p> <p>8. 高橋祥友「ポストベンションにおけるデブリーフィングの有効性に関する検討」, 労働安全衛生総合研究</p> | <p>事業分担研究報告書, (2000)</p> <p>9. 寺岡征太郎「特集 自殺を防ぐためにできること 自殺未遂者やヘイリスタの患者へのケア」, 精神科看護, 34(12), pp.19-24, (2007)</p> <p>10. 渡邊直樹・岩佐博人・野宮富子・上村昭子・中島聡子「青森県における2次医療圏の自殺死亡率の検討 自殺の実態に基づく予防推進に関する研究」, 平成17年度総括・分担研究報告書, (2007)</p> <p>11. 中山康子「悲嘆プロセスにおけるかかわり」, 月刊ナーシング, 25(7), pp.56-63, (2005)</p> |
|---|---|

表2 グリーフワークを支えた因子

〈コード〉(36)	『サブカテゴリー』(16)	【カテゴリー】(5)
生きてくても自死の道しかなかった故人の想い 生きていたくても自死の道しかなかった故人の人生 自死する選択しかなかった故人の状況	自死しかなかった選択肢	
家族の恨みや怒りに対する「自分さえいなければ」という故人の思い とてつもない苦しみを抱えていた故人の人生 自死は借金を作った自分の責任	苦悩に満ちた人生	故人の生き様への共感
うつ病という心の病気の存在	抱えていた病気に直面	
自分の与えられた寿命だという故人	故人の寿命	
健康に気を付けて頑張ってほしいという故人の願い 健康問題に対する故人のアドバイス 健康診断を受けるようにとの故人からのアドバイス 精神的に弱った時は早めに精神の薬を飲むようにとの故人からのアドバイス 記念日反応に対する故人からのアドバイス 気持ちが不安定な時には大事なことは決めないようにとの故人からのアドバイス 転倒に気を付けるようにとの故人からにメッセージ	故人からの伝言	故人による加護やつながりの実感
お盆には故人の姿をみせるという約束 傍らで見守り続けるという約束 危ないことがあったら知らせるという約束	故人による加護	
お仏壇への毎日のおつとめを願う故人の想い お墓参りを願う故人の想い	先祖の供養への願い	
誘惑に惑わされず先祖代々の仏様を守ってほしいという故人の願い		
家族仲良く暮らしてほしいという故人の願い 家族の絆を気遣う故人の想い	家族の絆	
後追い自殺はしないでほしいという故人からのメッセージ	後追い自殺への懸念	
希望をもって生きて欲しいという故人の願い 故人の分まで生きて欲しいという願い 現世でがんばって生きてほしいという願い	生きることへの願い	生きることへの託宣
外に目をむける、引きこもらないようにしてほしいという故人の願い	新たな人生を歩むことへの願い	
家族の自責の念に対する故人の想い 恨んでいないというメッセージ	自責の念	
自死したことに対する謝罪 自死の道しかなかったことへの謝罪 申し訳ないという謝罪の気持ち	故人からの謝罪	相互の赦免の獲得
仏をおろしてくれたことへの感謝	故人からの感謝	
イタコに見透かされていることを知り深まるイタコへの信頼感 故人と話すことが出来て、晴れた気持ち	イタコへの信頼感 内心の吐露	心の浄化

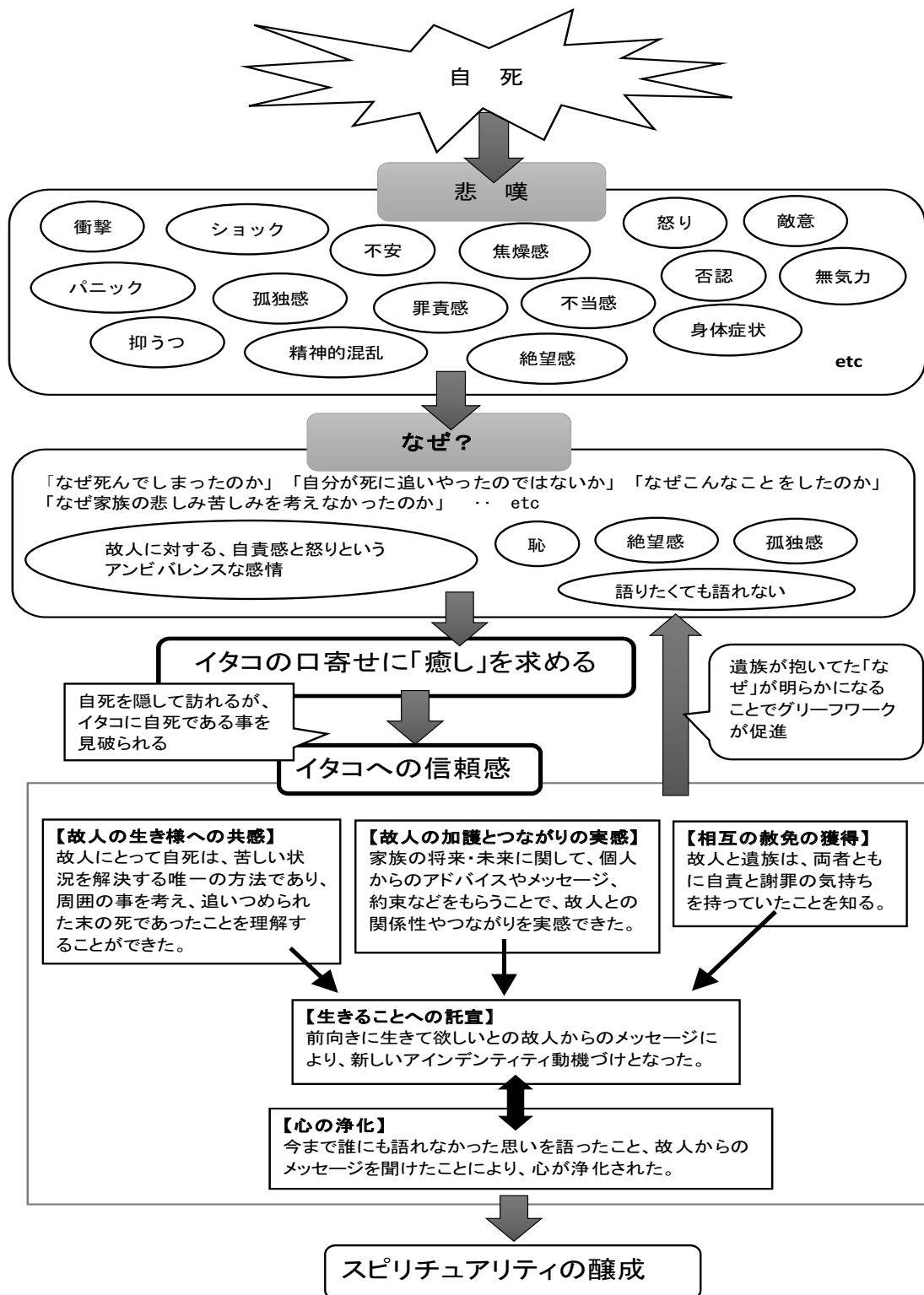


図2 イタコを求めた自死遺族のスピリチュアリティの醸成