

グリーフワークとしての産着づくりの試み

Attempt of swaddling clothes making as grief work

山下 恵子 清沢 京子 増澤 景子
Keiko YAMASHITA Kyoko KIYOSAWA Keiko MASUZAWA

要旨

本研究は、グリーフワークとしての産着づくりの試みの中から見出された喪失経験者とグリーフワークに関心を持つ協力者の両者が体験をまとめる中から、産着づくりの意味と課題を明らかにすることを目的とした。十数年にわたって行われてきた親の会のお話会の積み重ねから出てきたものであり、グリーフワークの過程として自然な形であった。また子どもを亡くした親が子どもの生命を永続していくこと、すなわち亡くなった子どもを内なる実在として社会の中に新たに生かしていくことにつながっていた。グリーフワークに関心を寄せてくれる協力者は場を共有することで子どもを亡くした親の思いを身近に感じることができたことといたわりの気持ちがあった。また、社会に向けて発信し知ってもらえる機会を作る必要性も示唆された。

【キーワード】 グリーフワーク グリーフ 産着づくり

1. はじめに

グリーフワークとは、Linndemann (1944) が最初に理論化したもので、喪失に伴っておこる一連の心理過程で経験される落胆や絶望の情緒体験で、喪失を受容した新たな自分を見出していくための適応過程であり、喪失に対する愛着から離脱するための現実検討の過程である。一連のグリーフワークは、極度の葛藤、不均衡状態を通過するため、危機を引き起こしやすくその遂行は痛々しいものである。死産・流産・新生児死を経験した母親がグリーフワークを正常に成し遂げるためには、感情を表出することや児の死を現実認識してそれと向き合うことが大切である。そして、その影響要因としては、喪失直後の医療の援助のあり方とその後のソーシャルサポートの質などがあげられる。

三輪(2012)は子どもを亡くした親のグリーフワークとして、(1) 事実を認める。(2) 子どもを定位する。(3) ありのままを引き受ける。(4) 意味を見出す。(5) 内なる実在として新たに生かす。の5つの過程をあげ、親の内的変容について述べている。

筆者が実施している子どもを亡くした親の会では、三輪がいう(1)から(5)までの過程を参加した方々が自身の体験や心境をお話することによって行われ、さらにその中から(5)の内なる実在として新たに生かすという過程まで表出される参加者がいた。これは最終段階として社会の中で子どもを新たに生かしていこうとする過程である。社会の中で子どもを新たに生かすというのは、誰かに子

どものことを語ったり、子どもからのメッセージを託された親が、子どもの死を無駄にしないための社会的活動を他者に向けていくことである。そこでその一つの試みとして洋裁が好きであった親の会の参加者からの提案である産着づくりを試みた。

本研究では、グリーフワークの一つとしての産着づくりの様子と参加者へのアンケートから産着づくりの意味と今後の課題を明らかにすることを目的とした。

2. 方法

1) 対象

親の会では、年6回のお話会が行われ、そのうち2回は事故でお子さんを亡くされた方と死産流産を経験した方の会を開いている。今回はこの会の後に行った2015年1月から12月までの1年間、親の会に参加し、産着づくりを行った参加者45名(延べ人数)。

2) 方法

同意が得られた人のみ、産着づくりを行った後に個人的背景や動機や思い、参加後の感想などを自由に書いてもらった。

調査期間は2015年1月から12月までの1年間。

アンケートの記述内容を分析しまとめた。

3) 倫理的配慮

アンケートに当たっては、研究の主旨を口頭で説明し、提出を持って同意を得たとした。本研究は平成26年松本短期大学研究倫理委員会の承認を得た。

3. 結果

1) 実際の経過

(1) 開催までの準備

産着の型紙とつくり方は、神奈川で活動している「天使のブティック」に依頼し、複写して使用する許可を得た。また産着の見本は親の会の参加者が天使のブティックで作ったものと宮崎県で活動している「天使ママの会」で作っている産着とゆりかごを見本としていただき参考にするようにした。産着の生地を買い揃え、レース、綿テープ、タグ等必要なものを1セットにした。サイズは、10 cm、20 cm、30 cm、40 cmをそれぞれ準備した。産着づくり開催までに4回準備のための機会を持った。



(2) 実施

①主旨の説明と案内

参加者への初回の説明としては、この産着づくりが始まった経過やただ産着を数作るということではなく、子どもを亡くした親の思いや、実際に使う方の気持ちが少しでも癒されるようになることを考えて作成してほしいことを伝えた。

案内は予め会のお便りに産着づくりの主旨や経過、開催のお知らせを掲載し、会の方々には連絡をした。また、一般の方々にも会の存在や活動のことを知ってもらうためにチラシをつくり賛同者には協力してもらう機会を作った。

②経過

今回は親の会に参加してくれている当事者への案内を行った。また、産着づくりに賛同し申し出た方々には当事者の思いを考慮し、親の会とは別の日程を準備した。日程は以下のとおりである。5月、6月、8月、11月（子どもを亡くした親のみ）7月、10月（子どもを亡くした親と主旨に賛同し産



着づくりに協力したいと申し出た方々)

③産科のある病院への寄贈

県内の産科のある病院に連絡をいれ、今回の活動の主旨と会の思いを伝え、県内の2つの病院より希望があれば使っていただける旨の承諾が得られた。



2) 参加者の属性

(1) 参加人数および年代

参加人数は、5月8名、6月3名、7月9名、8月7名、10月12名、11月5名であった。複数回参加した方もおり、延べ44名であった。6回実施したうち、子どもを亡くした親の参加人数はのべ32人、協力者のべ11名。

協力者の中には1名の男性の参加者があった。

参加者の年代は、20代から60代までであった。

(2) 参加者の背景

①体験者

死産流産体験者は、妊娠14週～30週で赤ちゃんを亡くしたおり、また子どもを亡くした経験者は3歳、15歳、14歳、25歳、37歳の子どもを亡くしていた。

②協力者

訪問看護師、看護教員、看護学生、葬祭業者、福祉施設職員などであった。

(3) 参加動機や思い

流産死産の経験者は、「入院中病院にお世話になり、何かしたかった」「流産したときに赤ちゃんに着せてあげる服がなく自分で作りました。このような活動をされていると知り、同じような体験をしたお母さんや赤ちゃんのために私も何かお手伝いができたらと思っていた」と病院への恩返しとしての思いや自分自身が自分で作るしかなかった経験から同じような体験者の役に立ちたいという思いから参加していた。経験の背景は不明だが「産着を作ってみていたときにチラシに出会って」などあげられていた。また子どもを亡くした経験者は、「自身の子どもを亡くした悲しみから立ち上がれなかったが何かしたいと思って参加した」とあまりにも悲しい体験でどうすることもできずにいたが、立ち上がるきっかけを求めての参加であった。さらに「会での紹介で知って」という形で関心も持って参加し

たであった。

協力者は「代表より開催の案内を頂いて」と紹介されたことで関心を寄せての動機や「葬儀にかかわるものとして何かできればと思った」見送る現場での経験から関心を寄せての参加であった。また「身内に経験者がいることと自身は子どもがほしくてできない身体であったから」「いつかグリーフに関することにしたいと思っていたから」身内の状況などからの動機であった。

(4) 参加してみたの感想

①感情表出ができ、語り聞いてもらえる安心感

経験者では「思いっきり泣けたのでうれしかったです。1つの区切りになりそうです。来てよかったですと思います。」「普段話せず、自分の心にしまっていた思いを話すことができよかったです。産着は完成していませんが、この産着を使うことがないことを祈ります。もし、この産着が必要になったときには、おかあさんにも赤ちゃんにも少しでも喜んでいただければうれしいです。」「ホッとしました」と感情や抱えている思いを表出できたことや「家の人に話してもわかってもらえなかったが、皆同じ思いの人たちなので安心して話すことができる。色々な人たちがいることを知ってビックリしています。でも話を聞いてもらい気持ちになります。」同じ体験をした人がいることで安心でき、気持ちも楽になっていた。「参加した方々の思いは様々で・・・」と人それぞれであると感じていた。また協力者からは「ひととき、日常を忘れて夢中になりました。作業しながらだと自然な話ができてよと思います。」と面と向かって話をするより、より自然に思いが表出できる機会になると感じていた。

②経験者の思いを知れたことといたわりの気持ち

協力者からは「お子さんを亡くされた人たちのお話を聞いて、皆さんの悲しみの深さを知りました。」「参加してくれた人たちが少しでも元気になれるように願います。」「この産着にこめられた思いが多くの人々の心に広がればいいなあと思います。皆様が1日も早く幸せに笑える日が来ますように、きっと見てくれる人はいると思います。」など経験者に対してのいたわりの気持ちや「参加者の方が思い出を語っていたので、耳を傾けながら静かな時間を過ごしました。今年親を亡くしたので無念な気持ちには通じるものもありました。」と参加者自身が穏やかな気持ちになったり、自分の体験と重ね合わせて思いを共有していた。また「周りの人の理解が得られないと言うことを人の世だと思いました。」と社会に理解されにくいのではないかと感じていた。

4. 考察

1) グリーフワークとしての親の会でのお話会

Carol(1987)は、悲しみなどの感情を少しでも表に出すようになると、ほっと安堵を感じ、隠れていた感情を吐き出すごとに、安堵の気持ちは次第に大きくなると述べており、悲しみの中にある人が安心できる場で自分の感情が表出できるということは大事なグリーフワークの第一歩であると考えられる。また他人の感情に自分の感情を置き換えて自分のこととして受け止めることは重要であり、環状表出の重要性がわかっていたとしても、場所がなければ意味がない。親の会は15年近くに渡って、定期的にお話会を開催しており、子どもを亡くするという体験を持った者同士が安心して感情を表出できる場所になっていた。三輪(2012)が挙げているグリーフワークの以下の5つの過程(1)事実を認める。(2)子どもを定位する。(3)ありのままを引き受ける。(4)意味を見出す。(5)内なる実在として新たに生かす。ということが、お話会を基盤として会が継続して行われていることによって自然と導かれたと考えられる。お話会の意味は、感情を表出することによって混乱状態を言語化しながら、変えようのない事実を自分なりに認めていく。また子どもの死の事実を認めた親たちは子どもを現実の世界から手放し、どこか自分の納得のいく場所に定位するようになる。またNeimeyer(2002)もまた《喪失の現実を受け入れる》という意味で、喪失について語りや聴いてもらうことで自分の中にある感情に気づくことができるとしていることから、会でのお話会は次の過程に進むうえで大きな意味を持っていると言える。

2) グリーフワークとしての産着づくり

死産経験者のお母さんが「自分は裁縫が大好きで子どもたちのものを手作りすることが好きであった。Kが亡くなった時、息子の身体にぴったりのサイズの産着を用意してくれたことに救われた。私はそれがあったことで悲しかったけれどもこうして過ごしてくることができた。同じような赤ちゃんがいたとしたら、その子にぴったりのサイズの産着を着せてお空に見送ることができたらどんなにいいか。」というある死産経験のお母さんの一言から始まった。子どもを亡くした親たちは自分の子どもにはしてあげることができなかったことを、形を変えて他者に届けたいという想いが出てくる。これは、事実を受け止め、ありのままの現実を引き受け、喪失の中に意味を見出し新たに生かすというグリーフワークの自然な過程であると考えられる。また子どもを亡くした親たちは生きていく中で、亡くなった子どもたちが遺してくれた社会に対するメッセージを受

け取り社会的活動に何らかの形で行動していこうとする。この社会的活動は子どものいのちを永続していくこと、すなわち、子どもを社会の中で新たに生かしていくことになっていくのである。

一方で、お話会とは異なり自分の体験を語ることに集中するのではなく、産着を作るという作業をしながら時には黙々と、時には手を動かしつつ、心の中で我が子を思いながら、ポツポツと自分の体験や想いを口にしながら続けられている。亡くなった子どもたちのこと、この産着を着ることになるかもしれない赤ちゃんやご家族を想って一針一針作成していく作業こそがグリーフワークであり、単に作業になりえない重要な意味が含まれている。

3) 協力者のかかわりの重要性

今回は経験者だけとグリーフワークに関心をよせてくれる方々とも産着づくりを行った。身近に喪失体験者がいる方や自身が喪失体験をしている、死の現場にいるなどの理由から一緒に産着をつくことができた。産着づくりの中で語られる体験者の我が子への悲しみや思いに触れ、心が動かされたり、いたわりの気持ちを持てたことや活動に対しての理解と期待などがあることが分かった。今回の活動で当事者のみの場合は、子どもを亡くすという共通の体験をしていることが根底にあり、気持ちを共有しやすい。しかし、今回のように親の会以外の共感者を増やしていくことは、社会の中で生きている私たちにとっては許される限り社会に向けても発信し、知ってもらえる機会を作ることの重要性や必要性が示唆された。

5. おわりに

グリーフワークとしての産着づくりについてまとめてみると、親の会のお話会という十数年の積み重ねという基盤にあったからこそできた実感した。親の会に参加する方々はそれぞれの背景があり、経過があり、個別であり体験してきたことは千差万別である。グリーフワークは、悲しみが教えてくれるそれぞれの人生の価値や過去でも未来でもない今をともに生きることを私たちに気がつかせてくれる。この産着づくりは子どもたちからのそれぞれのメッセージを産着という形でいのちを吹き込んだ活動であると確信した。

なお、本活動は大和証券福祉財団の平成26年度(第21回)ボランティア活動助成により行いました。

参考文献

Carol Sstaudacher (1987) / 大原健士郎監修 福本麻子訳 (2000) ; 悲しみを超えて. 創元社、大阪.
Catherine M.Sanders(1992):Surviving Grief...and

learning to live again. / 死別の悲しみを癒すハンドブック. 165-187. 筑摩書房 東京
Colin M. Parks(1996) / 桑原治雄、三野善史訳 (2002) :Studies of Grief in Adult Life. Third Edition / 改訂 死別 遺された人を支えるためにメディカ出版、大阪
太田尚子 (1996) : 周産期に子どもを亡くした母親のグリーフ・ワークに関する研究. 茨城県立医療大学紀要. 1 : 39-46
三輪久美子 (2012) ; 子どもを亡くした親のグリーフワーク. ソーシャルワーク研究. 37 (4) : 25-32
Robert A .Neimeyer(2002) / 鈴木剛子訳 (2006) : Lessons of loss : guide to coping / <大切なものを失ったあなたへ. 67-82、春秋社、東京
関谷共未 (2102) : 赤ちゃんを亡くされた遺族へのグリーフケア. ソーシャルワーク研究. 37 (4) : 41-50
山下恵子 (2009) : 悲しみ寄り添って - 子どもを亡くした親の会「たんぼぼの会」の活動から -. 松本短期大学研究紀要. 18. 103-107