

この「研究レターHem21オピニオン」は当機構の幹部、シニアフェロー、政策コーディネーター、上級研究員等が研究活動や最近の社会の課題について語るコラム集です。

(「Hem21」は、ひょうご震災記念21世紀研究機構の英語表記であるHyogo Earthquake Memorial 21st Century Research Institute の略称です。)

発行:(公財) ひょうご震災記念21世紀研究機構 学術交流センター ☎078-262-5713 〒651-0073 神戸市中央区脇浜海岸通1-5-2 (人と防災未来センター)



悲しみの向こうに

理事兼兵庫県こころのケアセンター長

加藤 寛

愛する人の死は誰もがいつかは経験する。悲しみ、喪失感、寂しさなどの感情が、当然生じる反応だろう。看取るまでの時間の中で、家族が死を受け止める準備をするプロセスは、死にゆく人が自分の死を受容する過程とよく似ていることは、キューブラー・ロスが指摘したことであるが、災害や大事故で家族を失った場合は、そのプロセスを経ない突然の死に直面することになる。

通常の死別でも、悲嘆や喪失感とともに強い思慕の感情が生じるが、時間の経過とともに、次第にそれらは背景に退いていく。そして、想起すれば悲しみは感じるものの、死者に関するポジティブな思い出も抱くことができるようになっていく。これが、正常な悲嘆のプロセスとされる。

しかし、突発的で悲惨な死別を経験すると、痛切な思慕の念が続き、死を受け入れることができない状況が生じることがある。特に、自責感や悔悟の念を伴ってしまうと、日常生活や社会機能に大きな影響をもたらす結果となり、精神的な病と認識できる状態にまで至ってしまう。

正常のプロセスをたどらない悲嘆に関して、さまざまな呼称が与えられてきた。たとえば、精神分析学の創始者ジグムント・フロイトは、「悲哀とメランコリー」と題した論文の中で、メランコリーを説明するために、正常な悲嘆反応と比較している。フロイトは、喪失体験から生じる正常な反応として「悲哀」を位置付けた上で、何らかの脆弱性を持った個人が病態を發展させることがあり、基本的な症状構成には差はないものの、著しい自我感情の低下、故人に対する両価的で複雑な葛藤などがメランコリー(うつ状態)の特徴であると解釈している。

その後も、通常のプロセスをたどらない悲嘆については、「病的悲嘆」「慢性的悲哀」「遅発性悲嘆」「未解決の悲嘆」「歪曲された悲嘆」などと呼ばれてきたが、1990年代以降の悲嘆研究でよく用いられるのは「複雑性悲嘆」という言葉である。そして、通常とは異なる悲嘆反応を、精神医学の正式な病名として位置付けるか否かの議論が重ねられてきた。しかし、現在のところ「うつ病」という診断で十分だという考えが趨勢で、来年に改訂が予定されている米国精神医学会の診断マニュアルにも収載されないだろうといわれている。

私たちのセンターには、診療所が設置されており、災害、犯罪、大事故、暴力などの経験がトラウマとなって、PTSDをはじめとするさまざまな精神的問題を抱える人たちの、治療に取り組んでいる。患者さんの中には、遺族の方も多く、その悲嘆の大きさに圧倒されることが多い。確かに彼らの示す症状はうつ病と似ているところもあるのだが、抗うつ薬などの通常のうつ病治療にまったく反応しない人が少なくない。ちなみに、うつ病の治療はこの10年ぐらいの間に飛躍的に進み、副作用が少なく効果も十分に期待できる抗うつ薬が多く使われるようになった。

びくともしない悲嘆に対して、複雑性悲嘆療法と呼ばれる認知行動療法が、十分な効果を期待できることが、最近報告されている。私も、この治療法を学び、ほそぼそと実践してきた。ご自身の悲嘆反応を十分に理解してもらった上で、死の場面を何度も何度も想起し語ってもらおうという作業を繰り返す。このプロセスをおして、どんなに悲惨で衝撃的な死の状況であっても、最期のお別れという大切な瞬間として受容できるようになり、恐怖感や自責感などの苦痛な感情が徐々におさまっていく。同時に、死別後のその人の生活、人生を少しでも豊かにするためのプランを話し合い、実践していく。多くの遺族は「自分は一生悲しみ続けなければならない」という考えにとらわれているが、「悲嘆から回復することは死者を裏切ることはありませんよ」と伝えて、現在、そして将来の人生について、ともに考えていくのである。

しかし、1回2時間ぐらいかかる面接を、約3か月にわたって毎週行っていくので、治療する側も大きなエネルギーを注がなければならず、この治療に取り組んだ日は、通常とは違う疲労を感じてしまうのは、まだまだ、私が未熟であるということなのであろう。

加藤 寛氏

プロフィール

Profile

1958年生まれ

神戸大学医学部卒業 医学博士

(公財)ひょうご震災記念21世紀研究機構理事兼兵庫県こころのケアセンター長

ローカルガバナンスが創る共生社会



研究調査本部
政策コーディネーター

松原 一郎

▶共生社会を阻むもの

自立・自助は社会のエートスとして根強く存在する半面、高齢者への私的扶養から社会的扶養への移行に見られるように、われわれの生活は相互関連性(共生)により成り立っている。

わが国の福祉国家としての歩みは公助を基本としてきたが、経済の停滞や新自由主義の台頭とともに民営化や福祉の見直しが登場し、福祉国家の変容が顕在化して久しい。さらに、人々の生活を守り育てているのは政府だけではなく、同時に市場万能ではありえないという認識が深まっていく中、公共性を担った市民セクターの躍進が顕著である。グローバル経済の進展の下、経済不況や雇用のさらなる不安定化により貧困だけではなく、格差や社会的排除という共生社会構築に当たって避けては通れない障壁が存在している。

▶「ナショナル」から「ローカル」へ

公益財団法人ひょうご震災記念21世紀研究機構においては、2009年度から3年にわたり「共生社会の構築」という大テーマの下、「長寿国にっぽん活性化戦略」の研究を行い、その成果を提言やシンポジウムという形で積極的に発信してきた。この「活性化戦略」の各論ともいべき8つのプロジェクトも多いなる研究成果を生んだ。(11年度末)

これらの成果と社会への貢献に鑑み、また、なにより、わが国が直面しているある種の社会的閉塞状況を打開する処方箋の必要性を考えるならば、この重要なテーマを継続して探究すべきだとした。

研究の新段階に臨むに当たり、これまでの研究プロジェクトや提言が「ナショナル・レベル」での議論であったことと、さらに地方主権・住民主体という今日の流れを認識するならば、地域社会とそこに住む市民、種々の組織からなるコミュニティや、より大きな地理的・社会的単位である都道府県にまで連なる「ローカル・レベル」に調査・研究対象をシフトすることが望ましいと考えた。

とりわけ当研究機構が政策研究に大きく貢献してきた経緯を踏襲するならば、当然今回は、その研究成果の還元先を市民・公益的市民組織・自治体・企業など共生社会の構築の重要な役割を果たすアクターたちに射程を据えることとなった。

▶「ローカル・ガバナンス」への視座

健康で文化的な日常生活を送ることを阻害するアンフレンドリーな社会変動に対し、これを克服しようとする対抗的思想および制御しようとする営為のことを「ソーシャル・ガバナンス」と呼ぶことにする。本来これは自律的であり、創造的な営為の総体として捉えられる。この研究会では、この概念を地方・地域社会や生活者領域における営為の発露に限定して検討することとし、これを「ローカル・ガ

バナンス」と規定した。

アンフレンドリーな社会変動とは、例えば、以下のようなことが挙げられる。

- グローバル経済の進展
- 雇用の不安定化
- 家族形成・維持の困難
- デモクラシーの形骸化
- ボランティア・セクターの成長不全
- 人権保障の衰退

これらに挙げられている社会変動の影響は、地方・地域社会や生活者領域にリスクとなって現れている。

当研究会では、そのリスクを克服するために必要な施策を、専門領域をまたぐ横断的な検討を通じて提言することを目標としている。

▶研究のテーマとメンバー

当面、研究会の以下の課題に向き合っていく予定である。

- 1) 「ローカル・レベル」において、行政が対応できていないリスクとは何かを把握する。
- 2) リスクに対応する中間的集団・組織に着目し、その役割について検討する。
- 3) 多様な意思決定の仕組みについて検討を加える。
- 4) 中間的集団・組織をサポートするための政策を提言する。

研究会メンバーは、田端和彦(兵庫大学・教授)、神吉紀世子(京都大学・教授)、南島和久(神戸学院大学・准教授)、実吉威(市民活動センター神戸理事・事務局長)、穂苅耕介(ひょうご震災記念21世紀研究機構主任研究員)と私自身を含めて6人であるが、毎回エネルギーに、また学際的に議論を深めている。

しかしながら、これだけの大きなテーマに対応するには研究会の力だけでは及ばないので、市民公益団体、行政組織、企業に呼び掛け、研究サポート会員(無料)を募り、WEB上での双方向な議論を深めていくつもりである。

加えて、その方たちと対話を深めるために、21世紀文明研究セミナーにもお越しいただき、直接お知恵を借りたいと望んでいる。

松原 一郎氏

プロフィール Profile

1950年生まれ

関西大学大学院社会学修士

アメリカ ウィスコンシン大学社会福祉学大学院修士

関西大学社会学部教授

(公財)ひょうご震災記念21世紀研究機構研究調査本部

政策コーディネーター