

あいまいな喪失と家族支援

石井家族療法研究室・代表

石井 千賀子

家族という視点から人々が直面する問題や喪失を理解しようと、家族療法家として臨床活動と教育に取り組んできました。特に、死別体験をした子どもや家族のグリーフ・プロセスの支援に力をいれてきました。

そのような中、東日本大震災が起きました。行方不明者のご家族や故郷をなくした方々の喪失体験の支援には、それまでの死別体験の支援では、限界がありました。そのため、「あいまいな喪失 (Ambiguous Loss)」の概念とそれに対する支援方法の重要性を感じ、本格的にトレーニングを受けその後も活動を続けています。

ミネソタ大学の名誉教授Pauline Boss博士は「不明瞭なまま継続し、解決や終結がみえない喪失」を、『あいまいな喪失』と名づけました。たとえば行方不明者のいる家族が、身体的には見つからないけれども、さよならを言っていないので、心理的には存在しているように感じる喪失です。濃霧のなかに迷い込んだようなあいまいな喪失体験は不安や混乱を招きます。当初災害時に用いられてきたこの概念は認知症の方のご家族や、コロナウイルス感染症の拡大による日常生活の変化等のなかにおいても、応用されています。

また、死別を体験している家族のなかでも、あいまいな喪失に直面している家族メンバーがいるかもしれません。たとえば、一家の大黒柱だった夫を亡くした妻が仕事に就いた家では、子どもは夜遅くま

で帰宅しない母親を、あいまいな喪失として体験しているかもしれません。

このようにあいまいな喪失を抱えながら、前に歩み続けるレジリエンスを家族はもっています。Bossは「ネガティブ・ケイパビリティ (答えのない事態に耐える力)」とも呼びます。家族がもつ耐える力・レジリエンスを私たち支援者は、どのように浮かび上がらせることができるでしょうか。その家族のコミュニケーションに目を向けると、耐えていこうとする変化のきざしが見つかるかもしれません。あるいは家族メンバーと支援者とのコミュニケーションのなかに、変化のきざしが見えるかもしれません。

また、あいまいな喪失に耐える家族を見守る支援者も、あいまいな喪失を体験することがあります。私たち支援者自身のセルフケアに目を向けることも大切となります。

参考資料

- Boss, P. (中島聡美・石井千賀子監訳「あいまいな喪失とトラウマからの回復：家族とコミュニティのレジリエンス」誠信書房 (2015)
- Boss, P. & Ishii, C. Trauma and Ambiguous Loss: The Lingering Presence of the Physically Absent. In K. E. Cherry (ed.) Traumatic Stress and Long-Term Recovery: Coping with Disasters and Other Negative Life Events. Springer (2015)
- 黒川雅代子, 石井千賀子, 中島聡美, 瀬藤乃理子編著「あいまいな喪失と家族のレジリエンス：災害支援の新しいアプローチ」誠信書房 (2019)