

〔第30回学術集会 実践促進委員会・将来構想委員会共同企画〕

## 子どもを亡くした家族のグリーフ支援

藤田 紋佳<sup>1) 2) 3)</sup> 濱田 裕子<sup>1) 2)</sup> 森口 晴美<sup>1)</sup> 相星 香<sup>1) 4)</sup>

### I. はじめに

この度は、2023年度家族看護グッドプラクティス賞に選出いただき、誠にありがとうございました。また、選考に関わった皆さまに厚くお礼申し上げます。そして、今回寄稿という形で私たちの活動について紹介する場をいただき、大変感謝申し上げます。

子どもの活動のきっかけは、子どもを亡くされたご家族の体験を大学の講義で話していただいたことでした。数名のご家族にご自身の体験を学生に話していただき、講義後に家族と茶話会を設けた中で、「語りたいけど語れない」、「語る場がない」といったお話がありました。そこで、語れる場を作るための取り組みを開始したことが本活動の原点となっています。その後、遺族を対象にした研究で、インタビューに参加されたご家族から、論文よりも私たちの支えになるような何かを作ってほしいと声があり、書籍「空にかかるはしご」(濱田, 2017)を2017年に出版しました。さらに、この活動の継続と発展のため、当時より活動していたNPO法人福岡子どもホスピスプロジェクトの活動の1つとして現在も継続しています。

### II. 子どもを亡くした家族のグリーフ支援：グリーフの会「空にかかるはしご」について

#### 1. 概要

前述のような経緯を経て、現在は、子どもを亡くし

た遺族が集う場、語る場を作ることを目的とした「グリーフの会 空にかかるはしご」を2017年より年に2回程度開催しています。対象は、子どもを亡くした家族(親、きょうだい児等)で、1回あたり2時間で実施しています。2020年のCOVID-19の感染状況下では、大人のつどいのみですが、オンラインに切り替え、実施を継続しました。2023年からは、感染状況を見ながら参集形式の会を再開し、それと同時に、子ども(きょうだい児)の集いも再開しました。

現在は、オンライン、参集形式それぞれの利点・欠点を考慮し、交互に開催しています。これまで12回実施し、1回あたり、3~10家族が参加しました。元々は、活動拠点である福岡近郊に在住の方の参加が中心でしたが、オンラインの会を開催してからは、関東や関西、東北、そして海外在住の日本人の家族の参加もありました。さらに、オンラインの会を通じて、その後、参加者同士の個人的な交流に繋がるケースもありました。

#### 2. グリーフの会の環境づくり

参集形式のグリーフの会は、大人と子どものグループに分けて実施しています。また、環境づくりは、大人も子どもも参加者が安心して過ごせるように留意しています。

大人のつどいでは、室内の装飾やティッシュ、茶菓子の準備等を行うとともに、退室しなくなった状況を想定し、可能な限り別室を用意しています。

子どものつどいでは、静かな遊びや、逆にエネルギーを放出できるような遊びを子ども自身が選択できるように、2部屋以上は用意し、それぞれの部屋に合った玩具を準備しています。個々の子どもが、自身の状況にあったスペースで過ごせるように配慮しています。

1) NPO法人福岡子どもホスピスプロジェクト

2) 第一薬科大学看護学部

3) 日本学術振興会

4) 九州大学大学院医学研究院保健学部門

### 3. グリーフの会の内容

#### 1) 大人のつどい

最初にアイスブレイクとして、簡単な自己紹介で交流し、会のルール（会の中での話を口外しないこと、途中入退室自由であること、話したくないことは無理に話す必要はないこと、他者の話したことを批判したり、評価しないこと等）を確認した後は自由に語ってもらうようにしています。会には、スタッフがファシリテーターとして入り、話を遮らないように、参加者の語りを傾聴し、時にはお互いに聞いてみたいことなど、参加者が話しやすいように支援しています。1グループの人数は、5名程度としており、参加人数が多い場合は、小グループに分かれて語り合い、最後に、参加者全員で各グループの話題を共有して終了しています。

#### 2) 子どものつどい

大人同様に、アイスブレイクを行い、会のルールを説明したあとは、子どもがやりたいことを選んで過ごします。ファシリテーターは、話し相手になったり、遊び相手をしたり、子どもの主体性に合わせて、一緒に過ごしています。後半におやつタイムを設け、その後終了しています。

### 4. グリーフの会の運営

筆者らが中心となって運営を行っていますが、参集形式の会の当日運営においては、場所の設定や子どもに関わるファシリテーター等多くのボランティアが必要です。そこで、現在は、ボランティア参加希望者に向けて、事前研修をオンラインで実施し、研修受講者にファシリテーターとしての協力をお願いします。また、当日もファシリテーターとしての自身の準備ができていないか確認するとともに、会の終了後もミーティングを行い、役割から日常への切り替えがスムーズにできるように支援しています。なお、大人のつどいには、スタッフ及びボランティアを数名、子どものつどいには、子どもの人数+ $a$ のスタッフ及びボランティアの人数を配置するようにしています。なお、これまでのボランティア参加者の職種は、看護職・心理職・介護職・看護学生等でした。

### 5. 今後の課題

これまで、試行錯誤をしながら会を継続してきましたが、いくつかの課題も見えてきました。運営資金・場所の確保、人材の確保、個別支援の充実です。会の運営は、基本的にはボランティアスタッフに頼っており、今後も継続していくためには、当然ながら運営資金も必要ですが、それと同時に運営に関わることでできる人材の育成と確保が必須です。支援の特性上、関わるスタッフも知識だけではなく、自身の精神的・身体的準備が欠かせません。そこで、今年度からは、人材育成のための研修を、研究助成を得て試験的に開始しています。さらに、グリーフの会に参加が難しい当事者向けのWebコンテンツも作成する予定です。これらの活動を通して、グリーフへの理解、そして支援の継続、拡充に繋げていきたいと考えます。

### III. おわりに

この度、2023年度家族看護グッドプラクティス賞に選出されたことは、我々の活動の大きな励みとなりました。グリーフは人によって異なり、支援の難しさを感じることもあります。毎回ご家族の語りを聴くたびに、新たな学びがあります。まだまだ試行錯誤を繰り返しながらではありますが、今後も長く活動を継続していくとともに、質の向上を目指し、さらなる家族看護の発展に貢献していきたいと考えます。

#### 用語の説明

NPO法人福岡子どもホスピスプロジェクト：NPO法人福岡子どもホスピスプロジェクト (<https://kodomu-hospice.com/>) は、2010年より看護に限らず、多様な背景を持つ大学院生とともに立ち上がったプロジェクトである。2014年からは、NPO法人として活動している。これまで、子どもホスピスが受け入れられるための土壌づくりのため、教育・啓発活動として、フォーラム、セミナーや勉強会、LTC (Life Threatening Children) の発達支援、QOL向上支援 (イベント開催や交流等)、LTCの子どものいる家族支援・交流、エンドオブライフケア (個別相談支援)、グリーフサポート、ネットワーク形成等を行ってきた。

#### 文 献

濱田裕子監修、空にかかるはしご編集委員会編：空にかかるはしご 天使になった子どもと生きるグリーフサポートブック、九州大学出版会、福岡、2017