震災遺児の死別の悲しみ

株本　千鶴＊

要約

阪神淡路大震災によって両親の一方あるいは双方を亡くした震災遺児たちが経験している死別の悲しみの多様性と、その多様な悲しみのかたちに影響を及ぼしている要因について、震災遺児を対象としてその心理と生活について設問調査を行った結果を用いて分析する。まず、遺児たちが亡くなった家族の死に対して持っている感情と悲しみの感情の占める割合を確認する。つぎに、悲しみの経験のしかたを、【タイプ1】悲しみの変容、深まりを経験しているタイプ、【タイプ2】喪失の直後にもっとも強い悲しみを経験しているタイプ、【タイプ3】同程度の悲しみの深さの維持を経験しているタイプ、【タイプ4】悲しみを経験しなかったタイプに類型化する。そして4つのタイプの悲しみの経験のしかたとそれに影響を及ぼす要因、(1) 性・年齢、(2) 親のストレス・災害による後遺症・表面化された行動、(3) 生者とのコミュニケーション・死者とのつながり、との関係をクロス集計の結果から検討する。

キーワード：震災、遺児、死別、悲しみ

1. はじめに

阪神淡路大震災による被災者の生活と心理の実態は、各学問領域における調査や研究によって部分的に明らかにされているが、遺族のそれに焦点を当てた研究は稀少である。筆者は今回、震災による遺族と遺児を調査･研究する機会を与えられた。病気・災害・自死遺児等に奨学金貸与事業を行っているあしなが育英会は、震災発生直後にローラー調査によって、震災によって両親の一方あるいは双方が死亡して残された震災遺児569人と震災遺児家庭335世帯の名簿を作成していた。これら震災遺児家庭に対して同会は、平成7年度と8年度に調査を行った[1]。後者の調査では、回答者である保護者からみた遺児の体験や心理を知ることができたが、遺児自身が語る体験や心理を理解するために、同会は2000年度にその調査に着手し、それを筆者を含む調査チームに委託したのである[2]。

遺児は死別を経験している。死別の経験は喪失体験のひとつであり、経験者には様々な形で悲しみの感情がもたらされていると推測される。震災後5年間に震災遺児たちは死別の悲しみをどのようなかたちで経験したのか、悲しみのかたちにどのような要因が影響を及ぼしているのか。本稿は、先の調査でこれらを明らかにするために設けられた設問への回答結果を用いて、遺児が経験した死別の悲しみについて分析する。具体的にはまず、遺児たちが亡くなった家族の死に対して持っている感情と悲しみの感情の占める割合を確認し、次に悲しみの経験のしかたを類型化し、類型化された悲しみの経験のしかたとそれに影響を及ぼす要因との関連を検討する。本調査は大量観察としては比較的実数が少ないため、予備調査のインタビューで得たケースや自由回答の記述も分析材料として活用したい。

分析の前に参考までに調査概要を示しておく。対象は16歳以上の震災遺児で、方法は全37問からなる調査票を用いた郵送調査。299人に協力を依頼して121人から回答をえた。有効回答率は40.5%。回答者の基本的属性は、性別は「男性」45.5%、「女性」54.5%、年齢は「19歳以下」35.5%、「20歳

＊東京都立大学

以上」64.5%で、最高年齢は27歳であった。世帯類型の構成は、「母子世帯」34.7%、「父子世帯」26.4%、「その他世帯」19.8%、「単身世帯」14.9%、「結婚して創設した世帯」4.1%となる。遺児からみた死者の続柄は、「父親」53.7%、「母親」50.4%、「きょうだい」11.6%、「祖父母」11.6%、「その他」3.3%であった。

2. 死別に起因する感情と悲しみ

震災遺児たちは、亡くなった家族の死に対して現在どのような感情をもっているのか、そしてその中で悲しみの感情を抱いている遺児はどの程度いるのだろうか。亡くなった家族の死について現在もっている感情を3つまでの複数回答をゆるしてきいたところ、結果は「さびしい」52.1%、「悲しみ」45.5%、「納得できない」25.6%、「かわいそう」18.2%、「無力感」14.9%、「怒り」10.7%、「生き残っているのは罪だ」4.1%、「家族が死んだのは自分のせい」3.3%であった。約半数の回答者が悲しみの感情をもっている（表1）。

（表1）亡くなった家族の死に対する感情×性別、年齢階層別（%）

	合計（実数）	悲しみ	怒り	納得できない	無力感	家族が死んだのは自分のせい	生き残っているのは罪だ	かわいそう	さびしい
合　計	100.0（103）	53.4	12.6	30.1	17.5	3.9	4.9	21.4	61.2
男　性	100.0（48）	54.2	20.8	29.2	20.8	6.3	2.1	20.8	39.6
女　性	100.0（55）	52.7	5.5	30.9	14.5	1.8	7.3	21.8	80.0
χ^2値		n. s.	5.497*	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.	n. s.	17.626**
19歳以下	100.0（37）	54.1	18.9	24.3	27.0	2.7	−	24.3	54.1
20歳以上	100.0（66）	35.2	9.1	33.3	12.1	4.5	7.6	19.7	65.2
χ^2値		n. s.	n. s.	n. s.	3.653*	n. s.	2.946*	n. s.	n. s.

* $p<0.1$、** $p<0.001$

欧米においては、遺族の心理過程や悲嘆に関する研究が死別の形態別に行われているが、日本ではこれは未だ発展途上の分野である。特に災害遺族を対象にした研究は少ないことが知られている。このような状況を踏まえて国内外の災害遺児に関する研究をレビューした松井豊らは、先行研究を参考に災害遺族の心理段階に関する仮説をたてている（表2）。3段階9反応に区分されるこの仮説を参考に、本調査の選択肢にある感情が9反応のどれに相当するかを考えてみると、ほぼ全てが死別直後の感情ではなくその次の、喪失への直面の段階での感情であると考えられる。回答者が適応と希望の段階にある可能性も想定されるが、本調査では「あきらめと受容」「希望」に相当する選択肢を設けなかったためそれは確認できない。しかし、震災から5年たった時点で、遺児の多くは死別直後の心理状況から、喪失の事実に直面し適応と希望の段階に移行する状態にあるとはいえるだろう。

性別とのクロスをみると、「怒り」「さびしい」との関連性が有意である（表1）。「怒り」は男性によって、「さびしい」は女性によって感じられやすい傾向がある。松井らの仮説によれば、怒りを中心とする強烈な情動は災害に特徴的な反応であるとされるが[3]、死別の原因という要因とともに、男性が攻撃的な表現方法をとりやすいという性質など、性差を起因とする要因の影響についてもさらに考察を深める必要性があるだろう。

（表2）災害遺族の心理段階に関する仮説

死別直後	①精神的打撃と麻痺
	②精神的パニックと不安
	③否認
喪失への直面	④怒りを中心とする強烈な情動：怒り・不当感・恨み・罪意識
	⑤思慕と探索：空想・侵入的記憶再生・愛着と思慕
	⑥混乱と抑鬱：不安・孤独・絶望・精神的混乱
	抑鬱・思考や行動力の低下
	虚脱・消極化・無力感
	⑦死の意味の探究・死の社会化
適応と希望	⑧あきらめと受容
	⑨希望：希望・ユーモア・新しいアイデンティティの形成・将来の計画

出所：松井豊他（1996）「日本における災害遺族の心理に関する研究の展望　2」p.238

年齢とのクロスでは、「無力感」「生き残っているのは罪だ」との関連性が有意である（表1）。「無力感」は19歳以下で、「生き残っているのは罪だ」は20歳以上で感じられやすい傾向がある。親の死を受容しようとする行為のなかで、その原因を究明し納得しようとする試みが行われたと推測されるが、その原因は災害であり、自然的・人為的事故であり、いずれにしても子どもの力では抵抗できない対象である。抵抗できないという事実の前に、年少者は自己の非力を強く感じるのにたいし、年長者では自己を抵抗の対象とみなして自己非難的な罪悪感を強く抱く傾向があると考えられる。高校生以下とそれ以上の年齢という区分による分析は恣意的であり、一般化には無理があるとは思われるが、発達段階による感情表出の特徴の一部を指摘することはできるだろう。

「悲しみ」の感情については、性、年齢のどちらとも有意な関連性はなかった。では、「悲しみ」の感情のみに焦点をしぼった場合、その多様な経験のしかたとの関連性はどうだろうか。以下では「悲しみ」の経験のしかたを類型化し、性、年齢を含む影響要因との関連性を分析する。まず、「悲しみ」という言葉の内実を検討しておこう。選択肢として用いた「悲しみ」という言葉は、多義的な言葉である。嘆き悲しむ悲嘆の意味もあれば、哀悼する悲哀の意味もある。悲嘆（grief）や悲哀（mourning）の研究成果をまとめた平山は、「悲哀は喪失体験後の心理的過程であり、悲嘆は症状ないし反応をさし、前者は悲しみを縦断的に見、後者はそれを横断的に見ているという点において差があるように思われる[4]」という。また、「しかし実際の臨床の場ではこの区別は難しい[4]」とも付言している。本調査で用いた「悲しみ」という言葉も、おそらく回答者によって悲嘆の意味にもとられ、悲哀の意味にもとられているだろう。したがって、先の設問でこの回答肢を選択した回答者には、嘆き悲しむ症状や反応が現在もある場合や、そのような症状や反応は少なく死別の事実を受容する悲哀の過程にある場合が考えられるが、その客観的な判別は不可能である。しかし、両者を含む悲しみのいくつかのタイプを示して、遺児の悲しみの経験のしかたの特徴を解釈する方法を試みることはできるだろう。

悲しみが悲嘆か悲哀かの判別は、主観的にも困難なようである。たとえば26歳女性の自由回答には、「この6年間で私自身の親を亡くした悲しみはなくなりはしませんが、はっきりとしていてズキズキと痛いような形をしていたものが少しずつ丸みをおびてきたような感じがしています。でも悲しみが薄れているわけではなく、突然なみだが流れたりすることもあります」と記されていた。悲

しみの緩和が自覚されていることから推察すると、彼女は悲哀の過程にあると客観的に判断できるし、主観的にもそう実感していると思われる。しかし彼女は同時に、「突然なみだが流れる」行為を悲しみが薄れていない証拠であるとかんがえ、悲しみの緩和を否定するという矛盾した感情も持っている。実感が否定される要因としては2つが考えられる。

ひとつは、自己の行為に対する否定的な認識である。彼女は涙が流れる行為は悲しみの反応、すなわち悲嘆の症状であると理解していて、それが悲しみが薄れていない証拠であると感じていると考えられる。しかし、泣く行為にはカタルシス効果があり、また、深いレベルで泣くことが悲しみの緩和をもたらすことも悲嘆研究によって明らかにされているため、その行為自体によって彼女が悲哀の過程に到達していないとはいえない[5]。もうひとつは、自己の存在に対する否定的な認識である。あくまで仮説ではあるが、自分が生き残ったことの自責感や罪悪感によって、自分は悲しまなければならない存在であるという潜在的な自己規定意識が働いていることが考えられる。

以上のような悲しみの特性や事例の分析から、回答者の主観的な悲しみの経験のしかたとその解釈のしかたとして、以下の4つのタイプを仮説的に設定する。

【タイプ1】悲しみの変容、深まりを経験しているタイプ

喪失の直後よりしばらくたって深いレベルで涙を流せるようになった者を含む。悲嘆をへて悲哀の過程にある可能性が高い。

【タイプ2】喪失の直後にもっとも強い悲しみを経験しているタイプ

23歳男性の「泣きたい気持ち、悲しい気持ちは、5年たって薄れてきてるんですよ。以前は、一人になってよう涙は出てきましたね」というインタビューでの語りや、21歳男性の「自分のことを考えようとすると何も思いつかない。無意識に閉じこもっているのかもしれない。人に話す時も同じ。心から『つらい』とか『うれしい』とかいえない。『面倒くさい』という理由が一番楽だから。その言葉で済ますようにしていたら、感情が表現できなくなってしまった」という自由回答から、①喪失直後の悲嘆が最も強くその後は徐々に悲しみが減少して悲哀の過程にある場合、②喪失直後の悲嘆が最も強くその後は悲しむこと泣くことを回避している場合が考えられる。

【タイプ3】同程度の悲しみの深さの維持を経験しているタイプ

①喪失直後の悲嘆が長期間継続している場合、②悲哀の過程にあるけれども悲哀の行為を悲嘆と自己認識している場合、③自己を悲しむべき存在と規定していて悲哀の段階にあることを自己否定している場合が考えられる。病的悲嘆の状態にある可能性もある。

【タイプ4】以上のどれにも属さない、悲しみを経験しなかったタイプ

災害時の恐怖体験や亡くなった親の死に方の悲惨さなど、強烈なショック体験が原因で感情をもてない麻痺の状態にある場合や、悲しみ以外の感情が強い場合、親の死を否認する感情が強い場合、親の死に安堵の感情をもった場合など多様な要因が考えられる。

以下、これら4つのタイプの悲しみの経験のしかたと、影響要因としての（1）性・年齢、（2）親のストレス・災害による後遺症・表面化された行動、（3）生者とのコミュニケーション・死者との

つながりとの関係を順にみていく。

3. 悲しみの経験のしかたと影響要因との関係

(1). 性・年齢との関係

まず「大震災で親御さんが亡くなった悲しみは、震災直後よりも、しばらくたって深くなった、あるいは、たくさん涙を流したという経験はありますか」という設問に対する回答結果を用いて、回答者の悲しみの経験のしかたが仮説としてあげた4つのタイプのどれに当てはまるのかを確認する。結果は、そのような経験が「ある」34.8%、「ない、震災直後がもっとも悲しかった」32.1%、「ない、悲しみの深さは変わらない」26.8%、「ない、悲しみの気持ちはなかった」6.3%であった(表3)。

性別とのクロスでは、悲しみが深まったことが「ある」と「震災直後がもっとも悲しかった」との関連性が有意である（表3)。悲しみが深まった経験は女性で多く、震災直後が最も悲しかった経

(表3) 悲しみの経験のしかた×性別、年齢階層別（%）

	合計（実数）	悲しみが深まったことある	直後が最も悲しかった	悲しみの深さは変わらない	悲しみの気持ちはない
合　計	100.0 (112)	34.8	32.1	26.8	6.3
男　性	100.0 (53)	20.8	47.2	22.6	9.4
女　性	100.0 (59)	47.5	18.6	30.5	3.4
χ^2値		8.772**	10.416**	n. s.	n. s.
19歳以下	100.0 (41)	22.0	41.5	24.4	12.2
20歳以上	100.0 (71)	42.3	26.8	28.2	2.8
χ^2値		4.720*	n. s.	n. s.	3.901*

* $p<0.1$、** $p<0.01$

験は男性で多く表れる傾向がある。すなわち、女性では【タイプ1】が多いことから、女性のばあい、悲哀の経験を体験しやすい、あるいは実感しやすい傾向があるといえる。年齢階層別とのクロスでは、悲しみが深まったことが「ある」と「悲しみの気持ちはなかった」との関連性が有意である(表3)。悲しみが深まった経験は20歳以上で多く、悲しみの気持ちがなかったのは19歳以下で多く表れる傾向がある。年長者で【タイプ1】が多い理由としては、年長者は年少者より自己の感情の深層を探ることに熟練しているということがあるだろう。年少者で【タイプ4】が多く表れる傾向については、それに影響を及ぼす様々な要因が考えられるが、この調査結果からは確認できない。仮説としては、悲しみを表出できない程のショックを体験している可能性、年少で感情表出が不得手なため表現しやすい他の感情を強く感じている可能性などが考えられる。

(2). 親のストレス・災害による後遺症・表面化された行動との関係

20歳女性の自由回答には、他者の言動に無意識に適応する自己の姿が表現されている。「私は父を

亡くし、父のいない家庭で今後どうやって母を支えていけばいいのか、考えてきました。『強いね』『しっかりしてるね』と言われる度に、私は知らず知らずのうちに変わってしまったのだな…なんて思います（中略）震災は辛かったけれど、過ぎた過去だけに捕らわれず、前向きに、そこで得た全てのことを最大限に活かして生活していきます」26歳の女性は、インタビュー時に震災直後の様子を生々しく語った。「寝た直後にどーんてやられて、天井までベッドごと飛んだんですよ」。後遺症で足の付け根の関節が外れやすい。地震に対する恐怖は今も続いている。「地震がくるというか、そういう嫌な予感がくるので夜は起きてる」だから睡眠時間は少なく食事も不規則で、休日や時間のある時は「寝てるのがいちばんいいかな。しんどいから」涙を流したことについて訊ねられると、「葬式のときには泣いたかもしんないけど…。わかんない。自分も挟まって、ああ自分ももう少しでそうやったんやろうなあとかって、なんか違うことが…」と語っていた。ショックの強い恐怖体験が、悲しむこと泣くことを抑制する作用を及ぼしていることがわかる。

それぞれの被災体験や被災後の生活経験が異なるため、遺児の悲しみの経験のしかたの違いや、悲しみの気持ちを持たない原因は容易に判断できない。しかし、上記のようなケースから、遺児の生活や感情が大人の言動や、震災による心身後遺症やトラウマの影響を受けているだろうことは考えられる。また、前者のケースにみられる前向きな生活態度や後者のケースにみられる無気力な生活態度のように、遺児の感情が行動として表出されやすいことも確認されるため、震災後の感情と行動との間に関連性があることも考えられる。このような仮説的な考えに基づき、以下、悲しみの経験のしかたと親の言動、災害による後遺症、震災後の表面化された行動との関係を検討する。

親の言動については、調査の制約上、親のストレスに限定して検討する。親のストレスの有無は、遺児がそれを反映した言動を認知しているかを確認する設問で把握している[6]。親のストレスの有無と悲しみの経験のしかたとのクロス集計をみると、「悲しみの深さは変わらない」との関連のみが有意である（表4）。すなわち【タイプ3】は親のストレスが「ない」場合で多く表れる傾向があるといえる。【タイプ3】は悲しみの深さが変わらないタイプで、このタイプには悲哀の過程を遅らせる行為や認識があることが考えられた。この解釈によれば、親のストレスが「ない」場合で、悲哀の過程を遅らせる行為や認識が表れやすくなる傾向があるといえる。これは、親や大人のストレスを反映した言動は子どもの言動や感情に否定的な影響を及ぼすという一般的仮説とは逆の傾向のようにみえる。

（表4）悲しみの経験のしかた×親のストレス、心身後遺症、トラウマ反応（%）

		合計（実数）	悲しみが深まったことある	直後が最も悲しかった	悲しみの深さは変わらない	悲しみの気持ちはない
	合計	100.0（112）	34.8	32.1	26.8	6.3
親のストレス	あり	100.0（73）	38.4	35.6	20.5	5.5
	なし	100.0（39）	28.2	25.6	38.5	7.7
	χ^2値		n. s.	n. s.	4.159*	n. s.
心身後遺症	あり	100.0（82）	35.4	30.5	28.0	6.1
	なし	100.0（30）	33.3	36.7	23.3	6.7
	χ^2値		n. s.	n. s.	n. s.	n. s.
トラウマ反応	あり	100.0（65）	41.5	27.7	21.5	9.2
	なし	100.0（47）	25.5	38.3	34.0	2.1
	χ^2値		3.079*	n. s.	n. s.	n. s.

* $p<0.1$

しかし、ここでの親のストレスの有無は回答者である遺児が認知し回答した結果である。したがって、遺児が親のストレスを見逃している場合、親がストレスを子どもに見せないようにしている場合など、遺児が親のストレスが「ある」事実を認知できず、親のストレスが「ない」と回答した場合も含まれると推測できる。そうするとこの逆説的な傾向はみせかけの傾向である可能性もある。しかし、ここでこの仮説を検証することはできない。【タイプ3】の回答者は悲しみの深さは変わらないと自己認識する、いわば悲哀過程を否定するという常識的な回答を選択する傾向にあると仮定し、その関連性から、親のストレスの有無についても、自分の親にはストレスを反映するような言動は「ない」という常識的な回答を選択する傾向が同様にあらわれ、親のストレスが「ない」に対する回答率が高くなったのではないか、とのみここでは分析しておく。

つぎに、災害による後遺症についてであるが、それは心身後遺症とトラウマ反応に分けられる。これら経験の有無は調査によって把握されている[7]。心身後遺症と悲しみの経験のしかたとのクロスでは有意な関連は見出せず、トラウマ反応と悲しみが深まったことが「ある」との関連のみが有意であった（表4）。すなわち【タイプ1】はトラウマ反応がある場合で多く表れる傾向がある。【タイプ1】の解釈によれば、トラウマ反応がある場合、悲哀の過程にある可能性が高くなるといえる。

しかし、トラウマ反応という精神的苦痛を伴う症状の経験者が、なぜ悲哀の感情を経験できる可能性が高いのか。明確な回答は出せないが、2つの仮説的解釈を提示する。ひとつは、ここで扱うトラウマ反応の主たる症状がフラッシュバックを伴っていることから、過去の記憶が蘇る時に改めて悲しみが深まり、時に涙を流す行為が経験されるという解釈。もうひとつは、トラウマ反応の強さが原因で、それが続いている間は悲しみを十分に感じられなかったが、症状が緩和されて改めて悲しみの深まりが経験されたという解釈である。

震災後に表面化された行動は積極的行動と不適応行動に分けられる。これら行動についてはその経験の有無を問う設問で確認している[8]。それぞれの行動の有無と悲しみの経験のしかたとのクロスをみると、積極的行動との関連性で有意なものは全くなく、不適応行動では悲しみが深まったことが「ある」と「直後がもっとも悲しかった」との関連性が有意である（表5）。【タイプ1】は不適応行動がある者で多く、【タイプ2】は不適応行動がない者で多く経験される傾向があるといえる。【タイプ1】のばあい、悲嘆をへて悲哀の過程にある可能性が高いが、この時間的変容に準拠すれば、不適応行動がある者では喪失の直後は強い悲嘆を感じながらも感情表出がうまくできず、不適応行動という形でそれを表現していたが、時間の経過とともに感情表出に習熟して悲しみの深まりを経

（表5）悲しみの経験のしかた×不適応行動、積極的行動（%）

		合計（実数）	悲しみが深まったことある	直後が最も悲しかった	悲しみの深さは変わらない	悲しみの気持ちはない
	合計	100.0（112）	34.8	32.1	26.8	6.3
不適応行動	あり	100.0（53）	45.3	22.6	24.5	7.5
	なし	100.0（59）	25.4	40.7	28.8	5.1
	χ^2値		4.852*	4.164*	n. s.	n. s.
積極的行動	あり	100.0（75）	38.7	30.7	24.0	6.7
	なし	100.0（37）	27.0	35.1	32.4	5.4
	χ^2値		n. s.	n. s.	n. s.	n. s.

* $p<0.1$

験できるようになったと解釈できる。【タイプ2】のばあい、喪失直後の悲嘆が強くその後は徐々に悲しみが減少して悲哀の過程が進行したという解釈によれば、悲哀への過程を順調にたどっていったために不適応行動を表出することがなかったと考えられる。反対に、喪失直後の悲嘆が最も強くその後は悲しみを回避しているという解釈に従うと、不適応行動がないばあいで【タイプ2】が表れやすいのは、悲しみを回避するため、あるいは悲しみを表現しないために不適応行動をあえて行わない遺児がいる可能性も推測される。

(3). 生者とのコミュニケーション・死者とのつながりとの関係

死別の悲しみの感情や経験は、それを他者に表明し共感するというコミュニケーションの行為によっても緩和されうる。そしてそこから、積極的に生きる志向性が生まれることもある。インタビューに応じてくれた23歳の女性は恋人や親戚、友達が自分を気遣ってくれ、「家族はいなくなったけど、一人じゃないというのは感じた。それがあったんで好きなことを自分からしたいと思える」と語った。コミュニケーションは死者との間でも行われる。22歳の女性はインタビューで「最初の頃は仏壇の前で話しかけていたが、だんだん大学生になったときくらいから、仏壇の前でなくても、いつも、心の中で話かけるようになりました」と話してくれた。彼女は自分は「強くなった」という。死者とのつながりも遺児が死を受容し成長する過程で効果的な作用を及ぼしていると考えられる。

反対に、生者、死者に関わらず他者とのコミュニケーションが確立されない場合、悲しみは表明されず、したがって緩和されることもなく、心理的不安定がつづくことがある。22歳の女性は自由回答に「自分一人で考える時間をもてるようになった。しかし、悩んだり泣いたりするのが怖くなった。しんどくなった。自分の悩みは人を頼らず自分で考えたいと思うが、本当の所は、この先、悪い道に進むのではないかとか楽しいだけでいいんかとか、不安になったり、嫌な子、優しくない子だと自分をせめてしまいます」と記した。内的に感情を処理しようとする青年の性質が、かえって彼女を苦しめている。

ハーマンによれば、心的外傷からの「回復の基礎はその後を生きる者に有力化empowermentを行い、他者との新しい結びつきを創るcreation of new connectionsことにある[9]」。他者との新しい結びつきが心理的回復と関連をもつことは、先のケースや自由回答からもわかる。反対に他者との新しい結びつきを創れない者には回復の契機が与えられない。心理的回復を悲哀の過程の進行とみなせば、本稿の悲しみの経験の類型では、【タイプ1】と部分的に【タイプ2】と【タイプ3】で回復の兆しが認められるだろう。

遺児全体の傾向としては他者との結びつきが悲哀の過程、あるいは心理的回復にどう影響しているだろうか。まず、生者とのコミュニケーションについて、亡くなった家族の死について生き残った家族の間で話すかをきいた設問結果と悲しみの経験のしかたとのクロスをみると、「直後がもっとも悲しかった」「悲しみの深さは変わらない」「悲しみの気持ちはなかった」との関連が有意であった。しかし、前二者については話す頻度による段階的な傾向が見られず解釈が困難なため、ここでは「悲しみの気持ちはなかった」のみに言及する。「悲しみの気持ちはなかった」のは「あまり話さない」「まったく話さない」者のみで、「しょっちゅう話す」「ときどき話す」者では皆無である。す

なわち、家族間でコミュニケーションが少なかったり、ない者で、悲しみが経験されない傾向があるといえる。【タイプ4】の解釈では、その原因が多様であることが分かっている。その原因のひとつとして家族、すなわち生者とのコミュニケーションの不在がここで確認される（表6）。

死者とのつながりと悲しみの経験のしかたの関連はどうか。本調査では亡くなった家族についての気持ちを訊ねる設問で死者とのつながりを示す選択肢を設けた[10]。その中でつながりを肯定的に受けとめていることを示す「見守ってくれている」と、つながりの拒否を示す「死んだ家族をおもってもしかたがない」「死んだ家族をおもい出したくない・おもい出さない」のみを用いる。クロス集計の結果は（表7）である。

（表6）悲しみの経験のしかた×亡くなった家族について話すか（%）

	合計（実数）	悲しみが深まったことある	直後が最も悲しかった	悲しみの深さは変わらない	悲しみの気持ちはない
合計	100.0（111）	34.2	32.4	27.0	6.3
しょっちゅう話す	100.0 （7）	71.4	−	28.6	−
ときどき話す	100.0 （50）	38.0	42.0	20.0	−
あまり話さない	100.0 （42）	28.6	26.2	31.0	14.3
まったく話さない	100.0 （8）	25.0	50.0	12.5	12.5
家族がいない	100.0 （4）	−	−	100.0	−
χ^2値		n. s.	9.242*	13.244*	9.151*

* $p<0.1$

（表7）悲しみの経験のしかた×亡くなった家族に対する気持ち（%）

		合計（実数）	悲しみが深まったことある	直後が最も悲しかった	悲しみの深さは変わらない	悲しみの気持ちはない
	合計	100.0（112）	34.8	32.1	26.8	6.3
見守ってくれている	あり	100.0 （66）	39.4	34.8	22.7	3.0
	なし	100.0 （46）	28.3	28.3	32.6	10.9
	χ^2値		n. s.	n. s.	n. s.	2.843*
死んだ家族をおもい出したくない・おもい出さない	あり	100.0 （9）	44.4	−	11.1	44.4
	なし	100.0（103）	34.0	35.0	28.2	2.9
	χ^2値		n. s.	4.636*	n. s.	24.365**
死んだ家族を思ってもしかたがない	あり	100.0 （10）	20.0	20.0	40.0	20.0
	なし	100.0（102）	36.3	33.3	25.5	4.9
	χ^2値		n. s.	n. s.	n. s.	3.543*

* $p<0.1$、** $p<0.001$

「見守ってくれている」とのクロスでは「悲しみの気持ちはなかった」との関連性が有意であった。「見守ってくれている」と思っていない者で悲しみが経験されない傾向があるといえる。生者とのコミュニケーションと同様に、死者とのつながりの不在も【タイプ4】の悲哀の過程が経験されないことの原因のひとつになりうることが確認される。

「思い出したくない・思い出さない」とのクロスでは「直後が最も悲しかった」「悲しみの気持ちはない」との関連が有意である。「思い出したくない・思い出さない」気持ちがない者のみで「直後が最も悲しかった」と経験されていて、それがある者では「直後が最も悲しかった」経験は全くない。死者とのつながりが不在の場合、【タイプ2】は経験されないのである。該当する回答者数が少

ないため断定的にはいえないが、少なくともいえるのは、死者とのつながりが不在のばあい、【タイプ2】の2つの解釈、すなわち当初の悲しみが減少して悲哀過程が進行している、最も強い悲しみを経験した後悲しみを回避しているという解釈は成立しないということである。また、「思い出したくない・思い出さない」気持ちがある者で、悲しみを経験しない者が多く表れる傾向がある。このことから、死者とのつながりの不在が【タイプ4】の悲哀の過程が経験されないことの原因のひとつになりうる可能性が考えられる。「死んだ家族を思っても仕方がない」とのクロスでも「悲しみの気持ちはない」との関連は有意であった。「死んだ家族を思っても仕方がない」とおもう者で、悲しみを経験しない者が多く表れる傾向がある。この結果からも、死者とのつながりの不在が【タイプ4】の原因のひとつになりうるだろうことが確認される。

以上の結果から、死者とのつながりの存在は悲哀の過程を促進させる要因になりうるといえるが、その相互作用の効果を調査結果から確認することはできなかった。しかし、それは自由回答の記述からよみとれる。24歳女性は「我に返ってみると『あーお母さんいなくなったんだ』と思いますが、いつも見守ってくれているので側にいるんだと感じます」、21歳女性は「母を忘れることは一度もなく、家族も協力し合って日々頑張っています。思い出すとやはり悲しくなりとても淋しい気持ちになりますが、母がいつも見守ってくれていると思っているので、落ち込むことはあまりないです」と記していた。死者はいまも、悲しみからの心理的回復過程にある遺児を支えているのである。

4. おわりに

震災遺児たちが経験した死別の悲しみのかたちを4つのタイプに類型化し、震災後5年の間に遺児たちがどのような死別の悲しみを経験したのか、またそれにどのような要因が影響を及ぼしているのかを分析し、また部分的にではあるが、要因との関係から悲しみが経験される具体的なプロセスについての仮説的解釈も試みた。分析において用いた影響要因は調査で確認されたものに限定されている。災害時の恐怖体験や死別の状況、亡くなった親との生前の関係など、検討すべき重要な影響要因は他にも多数ある。これらと災害遺児の感情との関連を分析し、悲しみの類型を再検討することはこんごの課題として残る。

また、青年期の遺児の心理を理解するということは、青少年を対象とした生活上、心理上のケアを行ううえで不可欠な前提作業である。青少年の教育や福祉の実践にどう結び付けていくかを考えるうえでも、その複雑な心理についてさらに考究を深めていきたい。

(注)

1）あしなが育英会（1996）『震災遺児家庭の震災体験と生活実態－平成7年度調査結果報告』、同会（1997）『震災遺児家庭の震災体験と生活実態－平成8年度調査結果報告』参照。

2）あしなが育英会『震災遺児の心と生活に関する調査』（近刊）参照。本稿は同報告書の調査結果を用いたものである。調査結果の個人的使用にご了解下さった、副田義也、樽川典子、加藤朋江、時岡新、遠藤恵子、阿部俊彦各氏に記して謝意を表します。

3）松井豊他（1996）「日本における災害遺族の心理に関する研究の展望2」『聖心女子大学論叢』第87集、pp.41-66、p.60。

4）平山正実「死別体験者の悲嘆について」松井豊編（1997）『悲嘆の心理』サイエンス社、pp.85-112、p.86。

5）「深いレベルで緊張を緩和してくれるような涙は、喪失したものをすすんで手放すことができるようになってはじめて訪れてくるものである」といわれる（N・レイク、M・ダヴィットセン＝ニールセン、平山正美・長田光展監訳（1998）『癒しとしての痛み－愛着、喪失、悲嘆の作業―』岩崎学術出版社、p.23）。また災害で死別経験をした者においては「安堵のためだけではなく、自分が耐えたこと、死にそうになったこと、他者が死んだこと、そして死に対してもはや無心ではいられなくなったことのために、初めて悲しみの涙を流す時が、その被災体験をみずからの感情生活に同化・統合する転機になるかもしれない」ともいわれる（ビヴァリー・ラファエル、石丸正訳（1989）『災害の襲うとき』みすず書房、p.153）。自己の心情の深層に近づき深いレベルで泣き悲しむ行為の発生は、死別や被災体験によって生じた感情の変容や、それら体験と感情の統合という一連の心理過程がある程度進行していることの表われともいえる。

6）ストレスを反映した言動としてあげた選択肢は「疲れている」「辛そうにしている」「いらいらしている」「ぼんやりしている」「悲しそうにしている」「叱りすぎる」「暗くなる」「物をなげる、ぶつ」「その他」。

7）心身後遺症としてあげた選択肢は「うまく寝つけない」「眠りが浅い」「こわい夢でうなされる」「揺れに敏感になる」「小さな音に反応する」「火・熱がこわい」「暗闇がこわい」「狭い所がこわい」「その他」。トラウマ反応としてあげた選択肢は「とつぜん、恐い体験の記憶がよみがえる」「くり返し夢にみる」「おもい出すと、いらいらして、おちつかない」「おもい出すと、気がたかぶる」「おもい出すと、集中できない」「おもい出すと、なげやりな気持ちになる」「おもい出すと、さめた気持ちになる」「おもい出すと、家族といるのもつらくなることがある」「恐い体験をおもい出せない」。

8）積極的行動としてあげた選択肢は「家事を自分でするようになった」「家事を手伝うようになった」「きょうだいの世話をするようになった」「家計を支えるようになった」「家計を助けるようになった」「弟妹の親代わりをするようになった」「その他」。不適応行動としてあげた選択肢は「勉強や部活でがんばりすぎる」「勉強や部活がつまらなくなる」「部活を休みがちになる」「遅刻・早退が増えた」「不登校になる」「学校をやめる」「家にいたくないと思う」「拒食症・過食症になる」「家にひきこもる」「その他」。

9）ジュディス・L・ハーマン、中井久夫訳（1999）『心的外傷と回復<増補版>』みすず書房、p.205。

10）死者とのつながりとしてあげた選択肢は「家族を助けてくれた」「家族の身代わりになってくれた」「見守ってくれている」「話しかければきいてくれる」「自分の中に死んだ親がいる」「死んだ親の分まで生きたい」「もっと話をしておけばよかった」「ひとりぼちのような気がする」「死にたい、死ねばよかった」「死んだ家族をおもってもしかたがない」「死んだ家族をおもい出したくない、おもい出さない」。

Sadness of Bereaved Child

Chizuru Kabumoto

Summary

Using a questionnaire on emotions and the lives of children who lost parent(s) in the Great Hanshin-Awaji Earthquake, this paper examines the diversity of sadness of bereaved children during the 5 years following the earthquake and the factors which have influenced their emotions.

Firstly, the paper clarifies the variety of the emotions of the bereaved children for death of their family and marks the level of their sadness.

Secondly, the paper categorises their experiences of sadness into 4 types: 1) experience of the deepening sadness; 2) experience of the strongest sadness right after the event; 3) experience of maintaining the same depth of sadness; 4) experience of no sadness.

Lastly, the paper discusses the relation between these 4 types of sadness and the factors that influenced them. The factors are: 1) sex and age; 2) living parent's stress levels, physical and mental disability, positive and negative behaviours expressed by the bereaved children after the earthquake; and 3) communication with the living family, feeling of being with the dead.

Keywords:
earthquake, disaster, bereaved child, bereavement, sadness