

自然災害遺族に対する社会心理学的援助の方策に関する研究

鈴木裕久（東京大学）
齊藤徳美（岩手大学）
川上善郎（文教大学）
高橋和雄（長崎大学）
松井 豊（聖心女子大学）

ABSTRACT

災害で家族を失った人々の悲嘆を和らげるために周囲が利用できる方策を採求することを目的として、日本海中部地震と長崎水害で家族を失った人々、および当時の行政担当者、報道関係者、地域のリーダー、精神医学者、僧侶などを対象に詳細面接調査を行った。次のようなことが有効な方策であった。遺体を早期に発見して対面させ、遺族が事実を確認し、最後の別れを告げる機会を与えること；喪失した愛情の対象の代りになるものを導入すること；悲嘆の放出、転換、分与の促進；故人に対する高い評価の表明；経済的不安と孤独への不安の解消；死の状況の極端な悲惨さを知らせる情報の阻止；天災による死であるという認知の形成；遺族の経済的利益、遺族や故人の責任などに関する悪質な噂の阻止。また、文化的条件、環境的条件、個人特性、災害特性の諸要因の関与が指摘された。

1. 序——研究の性格と目的

自然災害はしばしば人々の財産、身体・生命の損失をもたらす。最悪の場合、人の生命

KEY WORDS

自然災害；遺族；遺体の発見；社会的援助；社会心理学的援助（の方策）；対面；死の確認；最後の別れ；悲嘆；悲嘆の放出、転換、分与；喪失した対象の補填；認知の情動的負荷の低減；マス・メディアの報道；噂

* 本研究は1990年度、1991年度の文部省科学研究費重点領域研究として実施された。研究には本論文執筆者のほかに堀洋道（筑波大学）が参加した。また調査に際しては、遺族をはじめ多くの協力者の援助を受けた。ここに感謝の意を表したい。

が奪われ、残された肉親に大きなショック・悲嘆を与える。その際の遺族の心理的苦痛は、肉親の死が老齢によって、あるいは病気によってもたらされた場合のそれとは比べものにならないほど大きなものであろう。彼らはその死を不条理なものであると考えるから納得できないのである。

彼らがそのような容易には癒されるものではない心理的苦痛、悲嘆に耐え、それを克服していくには時間の助けのほかに本人自身の努力が基本であることは言うまでもないが、周囲からもこれを助けることも必要である。そのような援助のシステムを準備することは社会の当然の責務であろう。実際、どのような社会においても、そのような援助システムは多かれ少なかれ存在する。それらは近隣の相互扶助から福祉団体、奉仕団体の救援活動や行政の組織化された援助に至るまで多岐にわたるが、①公式的——非公式的、②物理的・物質的——心理的、という2つの軸で次のように4つにタイプ分けすることができる。(1)公式的/物理的・物質的援助(たとえば行政の生活保護、住宅貸与、職業斡旋、各種団体の義援金など)、(2)公式的/心理的援助(たとえば social worker の助言・相談、自治体主催の慰霊祭、首長の見舞状など)、(3)非公式的/物理的・物質的援助(たとえば親戚の経済的援助、友人・知人の救援物品など)、(4)非公式的/心理的援助(たとえば近所の人々の慰め・励まし、僧侶の話など)。

現代のわれわれの社会では、もっともシステムティックにおこなわれ、中心的な役割を果たすのはもちろん(1)、さらには(3)である。しかし、肉親の突然の死という他の何物をもってしても償いきれない悲劇によってもたらされた悲嘆は、単に物質的な援助やその後の生活の不安の解消などのみによって速やかに軽減することはない。(2)や(4)のタイプの援助を加えれば十分であるということはもちろんないが、社会としては使える援助の資源を総動員して被災者を助けることは当然である。最近、災害後に行政等が被災者の心理的側面を考慮にいたった対応のための努力をしていることは、そのような認識に基づいている。しかし、物理的・物質的援助においては行政等が主力になることは当然としても、心理的援助においてもそれを期待することは本来無理がある。その面においては親類縁者、知人・友人、隣人などの一般市民レベルでの援助——これをここでは、物質的援助や専門家による心理学・医学的援助と区別して社会心理学的援助と呼んでおく——の方がより有効であろう。

本研究は、そのような認識に基づき、遺族の心理的苦痛・悲嘆の軽減に役立つ方策について検討することを目的としている。心理的方策といってもいろいろなものがあり得るが、たとえば臨床心理学的な治療のような特殊的・専門的なものではなく、防災関係者や遺族の周辺の人々が日常的に配慮すべき範囲のものを考える。われわれにはすでに幾多の経験則や常識の蓄積があり、それらは広い意味での災害文化の一部を構成しているが、ここではそれらも含めてどのような点についての配慮が重要かを被災者遺族の調査から検討し、将来の援助システム構築の準備としたい。

2. 理論的背景

家族や肉親を亡くしたときに現れるさまざまな心理的反応の研究——近親死 (bereavement) の研究——は、医学、とくに精神医学の領域において研究が進められてきた。それらは「対象喪失」 (target loss) や「心的外傷後ストレス障害」 (post-traumatic stress disorder, PTSD) の問題として研究されてきた。最近では、近代医学の発展や家族構成の変化のために、医療施設の中で死をむかえることが増加している。そのため、死をむかえるための医療・看護や、近親を亡くした遺族のケアの問題にも関心が向け始められている [河野、1985]。

近親死の問題はまた、医学や看護学だけではなく、広く社会科学者の関心をも呼び始めているが、それでもまだ十分な研究がおこなわれているとは言いがたい。現在この方面で研究を進めているのは、家族社会学、老年期心理学 [河合、1987]、看護学 [宮本、1989] に限られている。また、社会心理学においては石川が欧米の研究文献を紹介しているのみである [石川、1990]。しかし、近親死の問題が文化と強く結びついていることは明かであるから、日本においても、ただ単に他文化での研究成果を利用するだけではなく、固有の研究が必要であろう。

災害、事故、戦争などによる近親死を扱った研究は、広島原爆における生存者に関する研究 [Lifton、1968] をはじめとして多数発表されているが、Raphael は災害と人との関わりに関する膨大な資料をまとめ、「再建活動への参加」、他者への援助、「トーキングスルー」 (talking through) など、被災後の悲嘆の回復に影響する諸要因を紹介している [Raphael、1986]。また、Raphael 以降にも、交通事故の遺族に関する Lehman らの研究 [Lehman, et al., 1987]、スウェーデンにおける災害や事故の犠牲者の遺族に面接をおこなった Lundin の研究 [Lundin、1987]、セントヘレナ火山の被害に関する Murphy らの一連の研究 [Murphy、1989]、技術災害に焦点を当てて災害後の心理を検討した Hodgkinson の研究 [Hodgkinson、1989] などが発表されている。

日本においては荒木らが1982年の長崎水害のあとに症状変化をおこした精神病患者の症例を報告 [Araki, et al., 1984] しているし、野田が精神科医としての立場から日航機墜落事故の遺族に関する報告を出版している [野田、1992]。しかし、精神病に至らない近親死反応に関する社会科学的研究はいまだ報告されていない。

2. 1. 悲嘆の回復過程

近親死研究においては、近親死直後に生じる悲嘆からどのような段階を経て回復していくかということが重要な研究対象になっている。研究当初から Bowlby, J. による「対象保持 (retention) ・抗議 (protest)」、「抑鬱 (depression) ・絶望 (despair)」、

「離脱 (detachment)」や、Caplan, G.による「喪失予期 (anticipatory target loss)」から「回復 (recovery)」に至る段階などが発表されている [小此木、1985]。

近年においてもいくつかの視点から回復過程に関する理論が提示されている。デーケン は、終末医療におけるカウンセリングの経験から、悲嘆の回復のプロセスを、「精神的打撃と麻痺状態」から「否認」、「パニック」などを経て「立ち直り」の段階に至る12段階に整理している。また、すべての悲嘆の回復過程が、初期に苦痛が強く、それが時間とともに軽減していくというパターンを示すのではなく、「一貫して苦痛が弱い」パターンや、「苦痛がいつまでも持続する」パターンがある、と主張する研究もある [Wortman & Silver、1988]。宮本も、看護学の立場から、死亡した20名の入院患者の配偶者に面接をおこない、悲嘆から回復する過程を、「ありのまま自然」、「積極的なチャレンジ」、「我慢」、「自閉的閉じ込めり」の4パターンに分類している [宮本、1989]。宮本の4パターンと Wortman & Silver のパターンにはある程度の対応関係がみられ、Wortman らの指摘が妥当であることが示唆されている。しかし、東京在住の配偶者を失った老人で配偶者の死の衝撃が「これまで人生で経験した他のショックにくらべて非常に大きい」と受けとめている人が全回答者の55%にも達し、8割以上がなんらかの心身反応を示していることを報告している調査研究 [河合、1987] もあり、悲嘆に強い苦痛が伴うことはやはりかなり一般的な現象であると考えられるべきであろう。

2. 2. 回復に影響する要因

悲嘆の回復過程に関する研究では、回復に影響する要因が検討されることが多い。近親死以前の遺族自身の要因、死者との関係、死の状況の要因、死後の状況的要因などに大別することができる。これまでの研究が示している要因を整理すると表1のようになる。

本研究が関心を持つ周囲の人々の要因についてもいくつかの重要な研究がある。Lopata は近親死後に周囲から与えられるソーシャルサポートの機能を論じている [Lopata、1988]。Vachon & Stylianos は、過剰なソーシャルサポートがかえって遺族のストレスの原因になると警告している。彼らによれば、近親死直後には家族のサポートが重要であり、新しい社会的役割が形成された後には友人のサポートが重要になるという [Vachon & Stylianos、1988]。

医学や精神医学の分野においても、遺族が近親死によってもたらされた悲嘆から回復するために周囲がなすべき働きかけの重要性が強調されている。たとえば [] は、死別の悲しみを癒すための10の指針を挙げ、そのなかで「友人」、「自助グループ」、「カウンセリング」の有効性を強調している []、1986]。平山は悲嘆に対処する方法を9種類挙げ、「悲嘆の心理機序や心理過程について正しい情報を与える」、「健康教育や医学的ケア」、コミュニティの中に十分悲しむことのできる場所と時間を与える」などの重要性について述べている [平山、1985]。

表1 悲嘆の回復に関わる要因

研究者	要因	内容
河野 (1985)	遺族自身	家族成員の人格的成熟度、社会的立場、経済的力 量、宗教、死生観
	死者との関係	死者の家族の中での位置や意味、社会・経済的力 量
	死の状況	死の形態、死者の年齢、看取りの体験、医療との 関わり
Sanders (1988)	遺族自身	年齢、性、社会・経済的地位、パーソナリティ（ 情緒的安定性）、健康
	死者との関係	死者に対する両面的感情や依存、続柄
	死の状況	死の突然性
	死後の状況	ソーシャルサポート、併発する経済的危機
Weiss (1988)	遺族自身	自己評価
	死者との関係	死者への依存、両価性、責任や関与の感覚
	死の状況	喪失の意味
Rosenblatt (1988)	遺族自身	所属する文化（悲嘆の表出に影響）
	死後の状況	家族以外からの短時間の接触、所有物（アルバム、 形見）
河合 (1988)	遺族自身	年齢、健康状態、職の有無、収入、友人数
	死の状況	臥床期間
Stroebe, et al. (1988)	遺族自身	パーソナリティ（内的統御性）
宮本 (1989)	遺族自身	年齢、ライフステージ、意義ある仕事、将来への 希望、可能性への自信、人に役立ちたいという気 持ち
	死の状況	看取りに対する自他の評価
	死後の状況	ソーシャルサポートネットワークの存在、感情表 出の場、思い出を楽しめる場

3. 調査

序でも述べたように、われわれの研究目的は、自然災害の遺族の心理的苦痛・悲嘆を軽減するために周囲が日常的・一般的に用いることができる心理的方策を探求することである。特殊・専門的（たとえば精神医学的治療など）ではなく、日常的・一般的な方策に着目したのは、（１）遺族の心理的苦痛・悲嘆は確かに深刻ではあるが、ほとんどの場合、精神病理学の対象になるような性格のものではないこと、（２）一般に自然災害においては多数の死者が同時にでる危険性が大きく、したがって同時に多数の遺族の援助をおこなわなければならないので、特殊な専門家に依存する方策は現実には利用しがたいこと、という理由による。

そのような方策を探求するために、われわれは実際に自然災害によって肉親を失った人々及びそれらの遺族を身近に観察した人々に detailed interview をおこない、どのようなことが心理的苦痛・悲嘆の軽減に役立ったか、また逆に心理的苦痛・悲嘆を増大させたかを調べた。主要な調査事項は次のとおりである。

- 1) 個人属性（性、年齢、家族構成など）
- 2) 被災直後の対応（情報の受け取り方、遺体との対面など）
- 3) 葬儀の様子
- 4) 一周忌までの状況（葬儀後の感情など）
- 5) 感情や生活の変化（感情の変化とその時期）
- 6) 周囲の対応（家族の対応、家族の働きかけなど）
- 7) 第三者の対応（地域の対応、会社等の対応など）
- 8) 回復への過程（トーキングスルーなど）
- 9) 現状の評価（現在の感情状態、災害に対する気持ちなど）

調査は次の2つのケースについておこなった。

（１）日本海中部地震のケース

①災害の種類と調査地域：

日本海中部地震は1983年5月26日午後0時頃、秋田県能代市沖で発生したマグニチュード7.7の地震である。この地震により、13都道府県、217市町村が被害を受けた。この地震では津波による被害が大きく、秋田県でも犠牲者93名のうち79名が津波によって命を失っている。

②調査対象者：

能代市および周辺地域に居住する津波の被災者遺族。調査にあたっては能代市役所の協力を得て遺族の名簿（40名）を作成し、個別に手紙と電話によって調査

協力依頼をおこなった。最終的に面接ができたのは10名である。なお、遺族の調査と並行して、当時の行政の担当者1名、取材に当たった地元新聞社幹部2名、民放の放送記者およびニュースキャスター3名にも同内容の面接をおこなった。

③実施方法：

現地在住の面接補助者（教育関係者2名）と本研究グループのメンバーが2人1組になって遺族の自宅を訪問し、半構造化された調査票を用いて面接した。面接状況は遺族の了解のもとに録音した。そして後に、現地の方言に精通した者（秋田市出身の女子大生）によって文書化した。

④実施日時：

1990年11月7日～11日

(2) 長崎水害のケース

①災害の種類と調査地域：

長崎水害は1982年7月23日に長崎市南部を襲った集中豪雨によってひきおこされた。日本観測史上最大の時間雨量187ミリを記録し、長崎市を中心に死者・行方不明者299名、家屋、農林・水産・土木などの総被害額3150億円という大被害をもたらした。死者・行方不明者の88%が土砂崩れによるものであった。

②調査対象者：

長崎市および周辺地域に居住する被災者遺族。調査にあたっては長崎市役所の協力を得て遺族の名簿（51名）を作成し、個別に手紙と電話によって調査協力依頼をおこなった。一部の対象者は居住地域の自治会長の紹介によって面接することができた。最終的に面接できたのは15名である。なお、個々でも遺族の調査と並行して、当時の行政の担当者1名、被災地域の自治会長1名、地元新聞社の幹部1名、僧侶1名、精神科医1名にも、同内容の面接をおこなった。

③実施方法：

前年の能代での調査と同じである。

④実施日時：

1991年10月18日～21日

4. 分析の結果

遺族および当時の関係者の面接調査のテープ、記録の内容を整理し、災害発生－葬儀－現在に至る過程で遺族の心理的苦痛・悲嘆を促進ないし軽減した要因とその作用に關与した *intervening variables* を抽出した。面接内容の詳細は紙幅の都合で省略し、分析によって得られた知見とそれを発展させた考察を以下に箇条書きしておく。

(1) 事実の認識・確認

家族・肉親の突然の死に直面すると、まずその信じがたい事実を実際に起こったことであると認識しなければならないが、これは決して見かけほどスムーズにおこなわれるものではない。ある人々はそのようなつらい情報を受け入れることを心理的に拒否するであろうし、Raphael (1986) も示しているように、本当に家族が死んだと納得するまでに長い年月がかかった例もある。そのように強い心理的抵抗を越えて事実を直視する――これは後の立ち直りにとって重要である――ためには、動かしがたく、強固な証拠を示すことが必要である。そしてそれには、遺体との対面に勝るものはない。速やかに遺体を搜索・発見し、対面させることが必要である。

(2) 最後の別れ

遺体との対面はまた、遺族の「心残り」を少しでも減らすために重要である。予期せぬ死であるから、遺族は死者とその災害の前に通常の別れ方しかしていないであろう。ほとんど顔を合わせることもなく、言葉を交わすこともなしに別れたのが最後になっているかもしれない。病死の際ですら「最後にひと目」、「最後の別れ」をすることが儀式に組み込まれていることからわかるように、この「心残り」の感情は普遍的なものである。災害の遺族が常に遺体の搜索、早期発見、対面――如何に損傷が予想されていても――を強く望むことは至極当然の気持ちであろう。彼らはそのために最大限の努力がなされることを期待し、当然努力すべき（と彼らがみなしている）個人や集団がそれを怠っていると感じると怒る。したがって、遺体の搜索・発見にはでき得る限りの努力をし、しかもそのことを遺族に伝えることが必要である。たとえば大規模災害の際に自衛隊が出動することがあるが、これは遺族に最大限の努力がなされているといった強い印象を与えるようである。

(3) 悲嘆の放出・転換・分与

激しい感情はしばしばそのはけ口を必要とする。悲嘆の原因を取り除くことができない以上、周囲の人々は遺族の「悲嘆の放出」を受容し、あるいは遺族が放出して *catharsis* を得易いように助けてやることが望ましい。遺族が周囲に気兼ねすることなく思いきり悲しみを表出できるような場や機会を設定してやる――短時間でも一人きりにしてやるとか、寝かせてやるとか、遠慮する必要のない身内、親友のみで取り囲んでやるなど――ことが必要であろう。

一方、遺族はある役割を果たそうと努めることによって少なくとも一時的に「悲しみを忘れる」ことができるかもしれない。通夜・葬儀・法要などの儀式にはさまざまな機能があるが、遺族の心的エネルギーをそれに向け、結果的に一時的にもせよ悲嘆を軽減する「悲嘆の転換」機能も持つ。われわれの調査の中での僧侶の観察報告からも、遺族が葬儀ではきちんと役割を果たし、あまり強い悲嘆を表さないことがわかる。あるいは他の緊急を要する活動——たとえば生き残った家族の世話をするなど——も、おそらくはもっとも悲嘆の程度が強い時期にそれをいくぶんかは軽減する効果を持つ。これはおそらく、精神分析における「置換」(replacement) および「現実への逃避」(escape to reality) に近い機能であろう。

自分以外の人々も悲しんでいると感じることは、もちろん本人の悲嘆を強化・促進することもあるが、「自分は一人ではない」、「同じような人がほかにもいる」といった気持ちが大きいに慰めになることがある。これは、結果的に、背負わなければならない悲しみの一部を代わって負担してもらうかのような効果(「分与」の効果)が生じているのであろう。したがって、可能な限りの多くの人々が手助けし、同情し、弔意を表すことが望ましい。また、遺族の話をしつくりと聞いて、彼らの辛さを理解し、受容してやることも彼らの心の支えとなり、トーキングスルーの効果を持つと同時に、悲嘆の分与の効果を持つと期待される。多くの犠牲者がでた場合にしばしば行われる合同慰霊祭も、多数の人々が集まり、同じように家族を失った人々と一緒に悲しむことになるから、結果的にこの面での効果を持つであろうと期待される。とくに遺族が直接には知らない故人の友人・知人の援助は、一緒に悲しんでくれる人々の集合を広げることになるから有効である。見知らぬ人々からの義援金や援助物資の提供、悔やみの手紙も同様の効果を持つ。

これらの悲嘆の「放出」、「転換」、「分与」の条件が満たされなかったり、妨害されたりすると、遺族は怒り、恨みを抱く。たとえば、葬儀に参列する人が少なかったり、日頃親しい人が来なかったりすることは、遺族の気持ちを大いに傷つけることも調査によって示されている。

近隣の人々の同情や援助は非常に重要であるが、しばしば 両面価値的 (ambivalent) であることに注意しなければならない。多人数の近隣の人々が遺族を取り囲むことは、先述の「悲嘆の分与」や「悲嘆の転換」のためには「ありがたい」が、「悲嘆の放出」のためには「迷惑である」危険性がある。

マス・メディアに対する遺族の両面価値的な感情にはとくに注意すべきである。災害時のマス・メディアの取材・報道に対しては遺族の間に強い怒りがある。その怒りの対象は、記者のラフな服装、髭、長髪、乱暴な口調、遺体を跨いだり慰霊碑に登って写真を撮影するなどの非常識な行動——これらはとくに中央から集まってきた報道関係者に多く見られることが、災害地をベースとする地元の報道関係者から指摘されている——など、広範囲に及ぶ。しかし、遺族のマス・メディアに対する感情は決して否定的なばかりでなく、同

時に肯定的でもあることに着目しなければならない。遺族はその災害=家族の死がマス・メディアに大きく取り上げられることを知って、広く社会全体が関心を持ち、悲しみを共有していると感じる。つまり、一種の「悲嘆の分与」が生じるのである。ただ、報道に際しては、遺族の間に不公平感――たとえば、去年の隣町の同じ災害ではもっと大きく取り上げたのとか、一緒に死んだのに自分の家族のことはあまり詳しく扱っていない、など――が生じないよう、十分注意しなければならない。

(4) 「対象の喪失」の補償

人にとって家族は認知体系の重要な要素を構成している。それは認知体系の中にしっかりと組み込まれ、安定している。それが死によって失われることが先に述べた「対象喪失」をもたらすのである。対象喪失は、その認知的要素の「中心性」(centrality)や「顕出性」(salience)が高いほど強いものとなろう。中江 et al. (1986)が疫学的研究で示しているように死別が遺族に及ぼす影響が血縁の強さに関連していることも、常時世話をしていた幼児の死が親に強い対象喪失をもたらすこともこれで説明できる。また、たとえば他に身寄りがないとか一人っ子のケースのように他に代替的对象がない場合の対象喪失も同様である。

認知体系はさまざまなメカニズムでこの対象喪失を克服していくことになるが、別な対象を補填的に用いることが有効な場合がある。いままで関心を持ち、愛情を注いできた死者に代わる何か――別の人間であることもあろうし、動物であることも、信仰、仕事、スポーツや趣味、奉仕などの社会的活動であることもあり得る。また、遺品、形見、墓や慰霊碑もそのような役割を果たすであろう――を見つけることが役に立っているケースがある。コミュニティでさまざまな催し物に遺族を誘い込もうとする努力はこの意味で正しい。時間経過の中での忘却や中心性、顕出性の自然の低下にのみ依存するのではなく、この面での社会の援助が望まれる。

(5) 「家族の死」認知の情動的負荷の低減

遺族は突然の家族の死という事態に当面して、それに対する認知を新たに形成することになる。その認知にはもちろんさまざまな側面が含まれるはずであるが、主要な内容は次の4つの statements で表すことができよう。

- ①愛するものが永久に帰らない
- ②今後の自分の生活が変わる
- ③死に方が悲惨である
- ④この死は不条理である

これらの4つの構成要素は強い負の情動的負荷を持っており、結果的にこの「家族の死」という認知が心理的苦痛・悲嘆につながるのである。したがって、理論的には心理的苦痛・悲嘆を軽減するにはこれらのこれらの statements を否定するか、あるいはそれらの情動的負荷を低減させてやればよい。

しかし、多くの場合、これらの statements は客観的事実に基礎を置いているから、そのような操作はかなりむずかしい。たとえば①は厳然たる事実に基づいており、変更はあり得ないから、この statement 自体を認知から取り除くことはできない。また、それが持つ負の情動の負荷も通常の論理的説得で低減させることは困難である。愛するものの死をどのように受けとめるかを教えることは宗教の領域の問題であり、この面での宗教家の努力に期待するところ大である。周囲のものにとってできることは、「心の中にいつまでも生きている」とか「あの世からあなたのことを見つめ、幸せを願っている」、「また別の世でめぐりあえる」などといった文学的、伝統的表現を用いて死の持つ負の情動の負荷を低める努力をすることとか、遺族の話をよく聞いてその悲嘆を受け入れ、悲嘆の放出を助ける（トーキングスルーの促進）ことによって負の情動の負荷をわずかでも減少させたり、遺族が墓参りや祈りによって故人との仮想のコミュニケーションをおこなって結果的に「ふたたび会うことはできない」という事実の衝撃を弱めるのを側面から助けることぐらいであろう。先述の「転換」に依存して顕出性を低めることも役に立つ。たとえば「孫の世話」、コミュニティの催し物への参加などの社会的活動が「転換」として有効なことは、この調査でもはっきりと示されている。

①に関しては上記のように「死」についての考え方に関わる方策以外に、「愛するもの」についての考え方に関わる方策もあり得る。これには、論理的には2つの方向がある。ひとつは故人の価値を低下させる方向で、「もともとそれほど好きではなかった」、「まわりに迷惑ばかりかける人間であった」などと考えることによって失われたものを過小に評価し、その結果として心理的苦痛・悲嘆の軽減をはかるものである。言うまでもなくこれは特殊なケースに限られ、一般性はなく、周囲のものが容易に使える方策とは結びつくものではない。

いまひとつは逆に故人の価値を増大させる方向である。これは損失を過大に評価するわけであるから、単純な心理学的モデルに従えば心理的苦痛・悲嘆を増加させることになると考えられるが、一方では自分と同一視しているものの価値を高め、これまでの故人の生活が普通の人的一生に勝るほど十分充実していたという満足感と、自分が共に過ごしてきた生活についての満足感を与えることによって得られる好ましい感情が心理的苦痛・悲嘆を和らげ、「諦め」をより早くもたらすであろう。生前の故人に対する他人の賞賛、とりわけ社会的地位が高いとされている他人の賞賛や、大規模な儀式、社会的関心の表明などは、故人の価値を高める手段として利用できる。市長、国会議員、会社のトップなどからの弔辞や手紙、合同慰霊祭、慰霊碑、公的被災の場合の顕彰、叙勲、マスコミの大きな取り扱いなどはすべて、先述の「分与」の機能と同時に、このような機能を果たすと期待される。

③も客観的事実がとくに悲惨であり、しかもそれが遺族の知るところとなっている場合（たとえば津波にさらわれた児童の傷ついた遺体と対面した遺族のケースなど）にはほと

んど手の打ちようもないが、可能な場合にはできる限り悲惨さを和らげて認知させる方法をとるべきである。そのほかには、ここでも「転換」によって顕出性を低めたり、他のより悲惨なケースと比較してそれよりはよかったと思込ませるぐらいのことしかできない。

②については、それが「経済的不安」であれば、外的な援助を与えるか、その利用可能性を示すことが有効である。行政、雇用者、親戚などがもっとも力を発揮する分野であろう。ただし、その際、いかに大きな経済的援助でも故人の死を償い、遺族の心の傷を癒すには十分ではないと社会は感じている、という点を強調することが極めて重要である。遺族の心の中には、自分の家族の死を金銭と結びつけることに対する強い抵抗があるし、また、のちに触れるように、これに関する周囲の悪意ある意見が遺族を傷つける恐れがあるからである。

それが「孤独な生活への恐れ」であれば、他の家族や友人・知人の存在と将来その枠が拡がる可能性があることを示してやる必要がある。また、被災者同士で連絡を取り合ったり、組織をつくることも有効である。被災者仲間で一緒に墓参りをしたり、定期的な合同慰霊祭で顔を合わせることも遺族の慰めである。また、遺族の話聞いてその気持ちを理解し、受け入れてやること（トーキングスルー）も、心の支えを提供し、孤独ではないという安心感を与える。ときどき近くの寺から僧侶が訪問して話相手になるといったことも喜ばれる。

自分は十分な社会的知識・常識などを持っていないので、世間に出て一人前にやっていけないのではないかという「社会的知識欠如の不安」もある。これはとくに家長を失った遺族に生じるであろう。たとえば冠婚葬祭や行政的手続きは家長にすべて任せてきたであろうから、残された家族はほとんど無知であるかもしれない。その場合には被災のその日から困惑することになり、将来の不安にもつながる。これに対しては、被災直後から周辺の援助・助言が必要であるし、行政の窓口の一本化や民生委員等による助言体制の整備とそのことの情報の伝達が必要である。

④は、「こんなことがなければ長生きしていただろうに」、「どうしてうちの家族が死ななければならなかったのか」、「なにも悪いことをしていないのにこんなことになるなんて」などといった内容の「死が納得できない」、「承伏できない」という認知である。

自然災害の場合、遺族はこの「不条理感」を4つの様式で解消しようとする。第1は「行政や企業の責任」などを攻撃する「他罰型」である。第2に、「自分がああとき出勤を止めさせておけば」、「以前から他の場所に転居しようと思っていたがらついついそのままにしていたためにこんなことに」、「すぐそばにいたのに助けられなかった」などと遺族が自分自身の責任だと思込む「自罰型」がある。第3は、「やめろと言ったのに本人が無理するから」、「本人が不注意だから」などといった「本人責任型」である。そして第4が「運が悪かった」、「天災だからしかたがない」、「不可抗力だ」と考える「天災型」である。

「他罰型」の場合、実際に責任の所在が判明しているならば当然、責任主体を攻撃することになる。周囲もそれを助勢すればよい。遺族は家族の死の論理的説明を得るし、攻撃はまた「転換」機能によって心理的苦痛・悲嘆を軽減することもある。しかし、自然災害では多くの場合、責任の所在は明かではないから、この方法は――scapegoatを一時的に利用できたとしても当然長くは続けてはられないから――計画的に使用できるものではない。したがって、時間経過のなかで、もっとも穏当な「天災型」へ移行するのを待つ以外にない。

「自罰型」および「本人責任型」は心理的にはもっとも深刻である。自然災害の場合は通常、遺族が家族の死に責任があるとか、本人自身に責任があるなどということはあまりないが、それを論理的に説得することはかなりむずかしい。他に明らかに有責の事物があればそれを指摘するとか、「天災型」への移行を根気よく説得していく以外にはないであろう。ここではカウンセラーの助力が必要になるかもしれない。

要するに、家族の死の理由が納得できず、不条理であるという感情は、自分が納得できる説明を求めているわけであるから、それを与えてやる必要があるとあり、責任の所在が判明している場合にはそれを指摘し、それが存在していない場合には「天災」という説明を与えてやることになる。

遺族が、これは天災であり、異常な出来事である（がゆえに諦めざるを得ない）という気持ちになるためには、周囲の人々が皆そう考えていると彼らを感じる必要がある。その際、有効なのは、周囲が遺族に対してさまざまな特例的な取り扱いを示すことである。たとえば行政の臨時の組織・制度（対策本部、被災者用総合相談窓口の設置、特別融資など）、企業の勤務時間の融通や休職扱い、寺の無料の世話、他地域の施設の特別利用など、従来の制度・慣行を多少越えた対応が、遺族にとって実質的に役に立つばかりでなく、これが特殊異常な出来事であったと考えるようになることにも役立つ。さらにこのような特例的取扱いは、すでに述べた生前の個人の価値を賞賛するという機能をも持つから、大変有効な手段である。

なお、情動的負荷を低減させる一つの方法として、コミュニティのなかに十分悲しむことができる時間と場所を与えること【平山、1985】や同じ境遇の被災者同士が話し合うことなどが悲嘆の放出の機能を持つであろうから、そのような機会を積極的に設けるべきである。さらに、必ずしも専門家でなくてもよいから、カウンセラーとしての役割を果たし得る人々の活動を求めるべきである。たとえば民生委員、宗教関係者、教師、医師や保健婦などによる臨時のカウンセリング・ネットワークをつくることも一法であろう。

（6）心理的苦痛・悲嘆強化要因の排除

遺族の心理的苦痛・悲嘆を強めるような要因が存在したり、新たに発生することがある。そのような好ましくない要因を排除することも、遺族の心理的な立ち直りを助けるために必要である。

これは、多くはこれまで述べてきたことの裏返しと言える。すなわち、心理的苦痛・悲嘆を軽減するための努力を妨害するものの排除ということである。従ってすでに述べたこととやや重複するが、とくに注意すべきことを以下に示す。

①遺体捜索に十分な力を注いでいないという印象を与える行為・言動——たとえば長時間の休憩、無神経な談笑など——を避ける。捜索活動の現場を遺族が見ているときにはとくに注意が必要である。また、仮に遺体の発見が不可能であることが判明しても、直ちに捜索を一方向的に打ち切ることは遺族の感情を傷つけることになる。誰の目にも最大限と見える努力を傾注したうえで十分な説明をおこない、了解を求める必要がある。

②遺体との対面は、ぜひとも遺族の希望をかなえるべきで、妨害は許されない。ただし、損傷がひどいときには事前にできる限り修復をおこなうなどの工夫が必要である。

③直後のマス・メディアの執拗な取材と周囲の人々の過度な世話は、遺族の悲嘆の放出を妨げる危険性があるので防がなければならない。

④葬儀等で定められた役割を果たすことは悲嘆の「転換」の機能を持つことが期待されるから、遺族が遂行可能ならば止めさせるべきではない。

⑤多くの人々が遺族と同じように悲しみ、同情していることを示す——「分与」の機能を果たす——機会を逸するべきではない。たとえば企業は、おおぜいの社員が弔問や葬儀に出席したり、手つだったりすることを妨げるべきではない。マス・メディアも可能な限り大きく取り上げるべきである。(しばしば批判の対象となる emotional な報道も、この点に関する限り、むしろ望ましい。)

⑥遺族が「心にぽっかり空いた穴」を埋めるために捕填的に利用する新しい行動や事物を、それが遺族に無視できないほどのひどい損害を及ぼさない限り、妨げたり、批判したりすべきではない。

⑦故人の生前の言動について故人の価値を低めるような噂が流れることがあればそれを防がなければならない。これは社会教育の問題である。また、儀式で一部の報道関係者が示す傍若無人の振舞いは故人を卑しめるものと受け取られるから注意すべきである。さらに、報道の量と内容が遺族に不公平感を与えるものであってはならない。

⑧経済的援助や義援金配分、保険金支払いに不公平が生じてはいけないことは言うまでもない。また、それらによる収入について心無い噂が流れることがしばしばある。それを防がなければならない。これも社会教育の問題であろう。

⑨ジャーナリズムの立場からはむずかしい問題であろうが、死があまりにも悲惨な場合にはその報道には遺族の気持ちを十分配慮すべきである。

⑩あたかも遺族ないし故人本人に責任があるかのような悪質な噂が生じる危険性がある。これも直ちに強く否定しなければならない。これも同様に社会教育の問題である。

⑪災害後の混乱した状況を切り抜けるために必要な情報が不足していることが遺族の悲嘆を増大させる(たとえば「夫が生きていれぼうまくできるのに」など)危険性がある。

これを防ぐために周囲の人々や行政が十分な知識・情報を与えることが必要である。

以上、遺族のために周囲が用い得るさまざまな方策を列挙したが、これら以外に、操作可能ではないために援助の方策と直接には結びつかないけれども媒介的に作用して方策の効果を規定する要因がいくつかある。最後にそれらを指摘して本論文の結びとする。

まず第1に、文化的条件が関与している。これは、西欧、アジア、日本、．．．などといったマクロなレベルでのみではなく、コミュニティのレベルでも言える。とくに死生観、災害観を含んだ広い意味での災害文化 (disaster culture) の差が、当然、家族の死に際しての反応を規定するし、周囲の人々の援助に対する反応をも規定する。

第2に環境的条件がある。たとえばコミュニティの構造の差は、周囲の人々の援助行動の差と同時に、援助に対する遺族の期待と反応の差も生み出す。

第3に遺族自身の特性がある。収入、家族構成、年齢、性、パーソナリティは当然として、それ以外にも、いざというときに依拠する価値、信念を持っているか否かが、悲嘆の克服に作用することは、われわれの調査の中でも明らかになっている。

そして第4に、災害自体の特性がある。今回のわれわれの調査では、ある程度地理的に距離をおいたいくつかの家庭で犠牲者がでたケースと、コミュニティがまとまって被災し、死者をだした家庭が近接しているケースという2種類の災害を取り上げたが、そのような差が遺族の心理的苦痛・悲嘆とその快復に差を生み出しているのではないかと感じられた。