

セクションE：悲嘆 — 事故や災害の後に

※ 喪失の後の悲嘆、特に殺人による喪失についての理解とその対処について

E-1 悲嘆について—人間的な経験

悲嘆は普遍的な人間の経験であり、私たちはみな、喪失に続く痛みや悲しみの感情に馴染みがある。私たちは悲劇について、毎日のように新聞で読み、テレビで目にし、友達の不幸を耳にするし、あるいは誰か親しい人を病気や老齢で亡くすという経験をする。私たちの文化は、死と痛みを無視するよう奨励し、私たちはみな若く美しく、正しく生きれば永遠に幸せでいられるという神話を勧める傾向にある。

多くの人が、エリザベス・キューブラー・ロスと他の専門家による「死ぬ瞬間 (on death and dying)」という著作を読んだり耳にしたことがあるだろう。私たちは、衝撃、否認、怒り、絶望、そして最終的な受容という悲哀の段階をよく知っている。この分野が研究され、通り過ぎなければならない場所をいかに旅するかについて地図があることに安心するかもしれない。強い信仰心、意義と目的、そして死後に愛する人に会えるという固い信念によって、この旅路はより容易になるかもしれない。

様々な時、葬儀や追悼式、遺族を訪ねた時などに、悲嘆にくれる人々と接触する。いたわるような言葉をかけ、同情し、実際的な援助や、時には愛情も提供するが、その後それを終えて自分の生活を続ける。

私は、一番年長の一人娘が殺されたという突然の知らせをうけ、意味のない暴力、悲嘆と苦悶の世界に投げ込まれた。それは全くのショック状態と、信じられないという思い、そして間違いが起きたのだというほんのわずかな希望で始まった。ショックと不信は4年が過ぎても未だに時折私をとらえる。もちろん、ひどい間違いが起きたのだ。どこかの残忍で心得違いをした男が、人生と人間と動物を愛していた一人の若い女性の命を絶ったのである。彼女は捨てられた子犬を拾い、子どもを愛し、輝く太陽のような笑顔を持ち、精神の発達が遅れた子どもや精神障害の子どものためのキャンプを始めたいと思っていた。彼女と共に私の一部も殺された。二度と再び以前と同じにはならないだろう。

私たちはみな、「なぜ」と問う。自分たちのもろさに急に気がつくようになる。世界は突然、不公平で危険な場所になる。信頼感や秩序の感覚、そして自分が正しくよい生活を送っていれば何も悪いことは起きないのだという信念は粉々に砕ける。

しかし、私たちはみな個別であり、そして悲嘆の長さやパターン、環境が違うということを思い出すことが大切である。悲嘆にくれている人に私たちが提供できるものは、苦悩に対処するその人特有の方法を配慮しながら受け入れることと、快く耳を傾けることである。

「悲しみ (Sorrow Words) を話そう」というのは、「子どもを殺された親の会」という自助グループのメッセージである。その人の話を繰り返し語り、痛みや怒り、絶望を体験することによって、自分に許すことによって、癒しが促進される。私たちのほとんどは自分の強さと対処能力に気がついていない。人間の魂が持つ回復力と力は、畏敬の念を覚えるほどである。

子どもを殺された家族と接し、グループの中で同情と気にかけてもらうことを経験して、人間の魂に対する私の信頼感は回復している。子どもや配偶者、友達を殺されたサバイバーは、お互いに極めて多くのものを与え合い、聖職者やメンタルヘルスの専門家より助けになることも多い。

私は、悲嘆の最中にある自分を援助する最も重要な要素は、恐らく、大きな優しさを持って自分を扱うことと、自分に不公平な期待を抱かないことであると言いたい。時間の長さや悲哀の強さは一人一人違うかもしれない。悲嘆の様々な段階は固定化した順序に従って進むのではなく、私たちは、期限を設けたり傷を与えるような裁定を下すことなく、自分自身の時間の中で自分の苦悩を経験することを許す必要がある。

想像もできないような心痛と悲しみの中で生きる時というのは、優しさのための時であり、自分の怒りや自己中心性を許す時であり、自分が望むだけ長く、何度でも泣くことを自分に許す時である。

生活のための仕事をうまくやるように、つまり悲嘆にくれることを短くしたり抑えたりするように、社会一般や友達、メンタルヘルスの専門家、特に聖職者が、圧力をかけないようにすることが大切である。早くいろいろなことができるようになったり、前のように笑ったり朗らかになったりすることを遺族に期待する善意の人たちは、大きな害になっているかもしれないし、既にある孤独感や傷つき、疎外感を確実に増加させるのである。

悲嘆にくれること、痛みを経験すること、泣くこと、喪失の衝撃を認識することは大切である。悲嘆にくれることを自分に許すことは、長い期間における癒しである。それは、自分の生活を、自分の状況の中でできうる最上の状態に組み立て直すことを可能にする。

E-5 病死と殺人によって子どもを亡くした家族の喪の過程の違い

病死した子どもの死を悼む 家族の喪のプロセス	殺人による子どもの死を悼む 家族の喪のプロセス
<p>1 死によるショックと麻痺</p> <p>2 死は家族や社会に受容される</p> <p>3 死を予期することで、家族や友人、社会は喪のプロセスを支えることが出来る</p> <p>4 子どもを失ったことに対する気持の強さは深い</p>	<p>1 死によるショックと麻痺</p> <p>A) 事件へのこだわり 捕まっている場合</p> <p>B) 事件へのこだわり 捕まっていない場合</p> <p>C) 残忍さと苦しみに対する心配（懸念）</p> <p>D) 子どもの死に関する状況や周囲に に対する怒り</p> <p>E) 小さな子どもを死なせたことへの 罪悪感</p> <p>2 死は認められないものとして、家族 や社会に受けとめられる</p> <p>A) 被害者の過失をほのめかす</p> <p>B) 家族の過失をほのめかす</p> <p>3 予期せぬ死は喪のプロセスを助けず 親の対処機能の範囲を超えてしまう</p> <p>A) 友人、同僚、専門家から遠のくこと で悲哀の歪曲を生じる。</p> <p>B) 葬儀や埋葬の細々した作業が困難に なる</p> <p>4 子どもを失ったことに対する気持の 強さには以下の事が加わる</p> <p>A) 事件の状態 —解決しているか —未解決か</p> <p>B) 裁判の状態</p> <p>C) 死の残忍さに関連した悪夢</p>

病死した子どもの死を悼む 家族の喪のプロセス	殺人による子どもの死を悼む 家族の喪のプロセス
<p>5 死に関する情報がコーピングプロセスを助ける</p> <p>6 特別な時に、感情的な問題が起こることがあるが、それは適応への1ステップとなる (例 誕生日、記念日、祝日など)</p> <p>7 立ち直り始める</p> <p>8 感情的に強さと弱さの間を行ったり来たりし、動揺が起こる</p>	<p>5 死に関する情報を得るために、次のところとつながる</p> <p>A) 事件の状態 —解決しているか —未解決か</p> <p>B) 警察との関係</p> <p>C) 検察との関係</p> <p>6 感情的な問題が起きる。あるいは次のような理由で遅れて生じる</p> <p>A) 死への適応</p> <p>B) 初期の感情的問題</p> <p>C) 事件の状態</p> <p>D) 殺人に関する感情的な問題</p> <p>7 立ち直りは阻害され、進み方は遅く、歪む</p> <p>A) 暴力をイメージすると思考が止まってしまう</p> <p>B) 起訴の遅延は痛ましい記憶を甦らせる</p> <p>C) メディアの注目によって痛ましい記憶が甦える</p> <p>D) 裁判は新たな苦しい体験となる</p> <p>8 以下のことにより、唐突に、歪んだ動揺が起こる</p> <p>A) 殺人を悼む</p> <p>B) 事件の過程の状況</p> <p>C) 裁判の過程の状況</p> <p>D) 殺人者の判決</p> <p>E) 殺人者の処罰</p> <p>F) 特赦</p>

病死した子どもの死を悼む 家族の喪のプロセス	殺人による子どもの死を悼む 家族の喪のプロセス
9 慢性的な悲しみが続くが、より痛み の少ない、改善されたものになって いる	9 慢性的な悲しみは、以下の状況によ って全く異なる A) 裁判や処罰の後に家族が経験する 感情の状態 B) 裁判の状況 C) 家族や友人、専門家からのサポート を受けられる能力
10 悲哀は穏やかになり、引き続いて生 きるための他の要素に中心が移って いく	10 悲哀は続き、引き続いて生きるため の問題と競合する。刑事訴訟のシス テムにおいては以下のことに大きな 関心を寄せる A) 殺された子どもの遺品 B) 殺人の防止 C) 同様の状況にある他の家族への支援
11 葬儀、埋葬、医療に関わる限られた 経済的負担	11 次のような限りのない経済的負担 A) 葬儀、埋葬、医療 B) 弁護士 C) 民間の調査員 D) 長期に渡る専門家によるカウンセ リング E) 失業 F) 女性における離婚や関係の悪化
12 考え方、感じ方、行動に変化は起き るが、自分自身や家族を愛する力が 戻ってくる	12 鬱によって、思考、感情、行動が支 配され、再び人を愛することが非常 に難しくなっている
13 用心深さを伴いながらも、将来に対 する信頼感がもどって来る	13 将来に対する信頼感は極めてもろい 刑事司法制度との苦痛な関わりによって