

報告

「京都文教大学グリーンケアトポス Co*はこ」による 遺児小学生とその保護者へのグリーンケアプログラム 「ひまわり*こはこ」活動報告

倉西宏、山岸正明、小栗優、小西愛永、大塚佑哉、永井綾菜、
世古口光葉、戸田富美子、山西千賀、今井瑞希、木村百菜

1. はじめに

2021年度から始まった「京都文教大学グリーンケアトポス Co*はこ」の活動では、徐々にその活動の幅を広げていきたいと考えている。ただし、マンパワーの問題からなかなか思ったように広がりを見せ切れていない。現在は成人対象の死別体験をわかちあう会の実施を中心とし、「どなたでも参加できるグループ」「配偶者を亡くした方みのグループ」「18歳以上のお子様を亡くした方みのグループ」「18歳以下のお子様を亡くした方みのグループ」の4グループを実施している。死因別のグループやその他にもニーズに合わせて細分化したグループを実施することを検討している。

その中で2023年度には親を亡くした小学生とその保護者へのグリーンケアプログラム「ひまわり*こはこ」を実施した。継続実施というものではなく、ひとまず今年度実施を試み、次年度以降の実施形態も含めて検討を行う前提で、まずは一回行うということで始めた。またこれは研究プログラムという形式での実施として参加者の募集を行った。本稿ではこの「ひまわり*こはこ」の活動報告を行う。

2. 参加対象

父親または母親を亡くした現在小学1年生～6年生の子どもとその保護者6組とした。死別体験は小

学生になる前に起きたものでもよく、現在小学生であるということを中心とした。また、きょうだい共に参加することも可能とし、小学校未満のきょうだいの託児も行える環境を整えた。

3. 実施内容

(1) 実施回数

- ①実施回数：1回90分のプログラムを合計8回実施した。全回参加できた人もいるが、数回お休みされた方も半数ほどおられ、全員が揃うセッションは3回のみであった。また参加者自身の予定の関係上オンラインだと参加できるという子もいたため、当初予定に入れていなかったオンライン参加の形式も導入したセッションもあった。
- ②実施日程は2023年7月1日～8月26日の毎週土曜日（8月12日は休み）に行われた。
- ③実施時間は14:00～15:30（13:45～受付）であった。

(2) プログラムの大枠

具体的な大枠の時間割は以下に示すが、はじまりの会とおわりの会をそれぞれ10分～15分程度、保護者・子どもが分かれて行う時間が1時間程度という内容であった。

13:45～：受付

14:00～：子ども・保護者合同でののはじまりの会

- 14:15～：子ども・保護者分かれてのプログラム
 15:15～：子ども・保護者合同でのおわりの会
 15:30：解散

(3) プログラムの具体的内容

①子どもグループの内容

同じ遺児同士での遊びやグループワークを取り入れた仲間関係を深めることを目的としたアクティビティと、家族や死別を直接的・間接的に扱っていくグリーフワーク的アクティビティを実施した。

具体的には子ども同士の自己紹介では誰をいつどういったことで亡くしたのかをお話してもらったり、亡くなった親も含めた家族紹介・家族との思い出等、亡くなった親のことについて直接的に触れる機会を設定した。

②保護者グループの内容

親を亡くした子どもの保護者同士でご自身の体験をわかちあう時間を設定した。これまでの体験を共有すると共に、お互いに必要な情報を交換したり、様々なものごとに関してどのように対処されているのか等をわかちあう時間とした。

具体的には保護者プログラムでは毎回開始時にどなたを・どういった原因で・いつ亡くしたのかについてお話してもらった。その話は短くても長くても良いとした。その後の時間は、それぞれが自由に体験をわかち合う時間とした。

③子ども・保護者合同プログラム

1回のみだったが、子どもと保護者が合同で実施するアクティビティを7回目に実施した。具体的には「亡くなった方についての思い出の物をみんなに紹介する」というものである。それに先立って、全員が揃った第4回目に、このグリーフワークを7回目に実施することを伝え、そこまでに保護者と子どもとで相談してもらうように伝えた。

子どものグリーフケアにおいて重要なものの一つとして、死別体験に自由に触れることができるような環境を確保することであると言える。そのためには、家族間で亡くなった家族について自由に話した

り思い出したりできるような空気感を醸成することが必要だと思われる。子ども達は家族の空気を読むことに長けているため、空気を読んで話題に出さない場合がある。反対に、子どもは環境さえ整えれば自ら死別体験に取り組んでいくことができる。そのための土台を作ろうと試みたものである。

このグリーフワークでは「思い出の物」は家族で一つでも良いし、子どもと保護者それぞれ選んでもらっても良いこととした。家族によっては子どもだけの場合もあったり、保護者と子どもそれぞれが別々のものを選択して持ってきてくれた人もいた。

(4) スタッフ構成

①子ども担当スタッフ

子ども一人ずつに臨床心理を専攻している大学院生を担当セラピストとして設定した。さらに全体を運営するファシリテーターは代表著者である臨床心理士・公認心理師資格を持つ大学教員が行い、サブファシリテーターとしては大学院生が担当した。ファシリテーターがプログラムの司会進行などを行い、子ども担当セラピストは子どもに寄り添ってそのアクティビティと一緒に体験した上で、それを共に越えたり共に受け止めたりする役割を担った。そのため、担当セラピストは時には黒子役のようになり、子どもの隣または一歩後ろで支える役割を担った。それは心理療法におけるセラピストの役割とは異なる側面を有している。多くの子どものグリーフケアでは、子どもとスタッフの対応は、1対1のようなマンツーマン型ではなく、複数人の子どもをそれより少ない複数人で見るという「多」対「多」型の場合が多いように思われる。コストの関係やスタッフ集めの問題もあり、なかなかマンツーマン型の形式は難しい場合が多い。ただ、心理臨床として個人々への丁寧なアプローチを考えた時に、できるだけマンツーマン型を目指したいところではある。

②保護者担当スタッフ

臨床心理士・公認心理師両資格保持者がメインファシリテーターを担当し、そこに大学院生2名が

サブファシリテーターとして入った。ただし、導入面接・振り返り面接・事後の追跡面接は同じスタッフが行った。

③託児スタッフ

小学生未満のきょうだいがいる場合、託児を行った。託児スタッフは大学院生または臨床心理学の学部生が担当した。

(5) 事前セッション・振り返りセッション・追跡セッション

①事前セッション

実施前に子ども・保護者別々でインテイクとして事前セッションを行った。事前セッションの担当者がそのままプログラムのセラピストとして担当した。保護者への事前セッションは複雑性悲嘆質問票、マルと家族画、半構造化面接を実施した。複雑性悲嘆質問票は悲嘆の程度を評価するものとして実施した。丸と家族画は亡き人も含めた家族を「丸」で表現する描画法であるが、家族関係や家族力動を評価するために実施した。半構造化面接では、家族、死別体験、子どもの成育歴、等を話してもらった。

子どもにはセラピストと共にプレイセラピー的1対1の遊ぶ時間、マルと家族画、プログラムの説明、死別体験についても可能な範囲で言葉にしてもらった。

マルと家族画については、子どもと保護者共に実施することで、それぞれの視点から家族関係や喪失対象との関係性をアセスメントすることが可能であると考えられ、実施した。

②振り返りセッション

事後セッションは保護者には複雑性悲嘆質問票とマルと家族画を実施してその変化を見ると共に、プログラムを振り返った。振り返りでは保護者自身の振り返りと共に、子どもがどのように体験したかについても想像し話してもらった。

子どもには事前セッションと同様に、1対1でのプレイセラピー的時間とし、その中でマルと家族画を実施し、可能な範囲でプログラムの感想等につい

ても話ってもらった。

③追跡セッション

プログラム終了から5,6か月程度の時間を空けて、振り返りセッションと同様の内容を実施した。

(6) 参加費等

参加費は無料で、研究協力として募集を行ったため交通費は実費を負担した。またプログラムや事前セッション等1回参加ごとに1000円を謝金として支払った。これらの予算は科研費から支出を行った。

4. 実施しての所感や課題

本稿はプログラムの枠組みについての報告であるため、実際のプログラムの検討や事例検討については別の論文で行う予定であるが、全体的な所感を述べておきたい。

スタッフは大学院生を中心としており、託児スタッフも入れると合計で13名が関与したプログラムとなった。これを継続的に実施するとなると、このマンパワーを恒常的に確保することが必要となる。これは現実的ではない人数であると考えられる。

ゆえに継続的に実施するためにはいくつかの工夫が必要であると考えられる。具体的には子ども一人ずつにスタッフを設定することをせずに、グループに対して2,3名のスタッフとすることがその対処方法となるであろう。ただ、臨床的には個別でセラピストがいたからこそ得られた成果や体験もあると考えられる。そのマンパワーの状況ごとでどちらを選択するか判断することが重要だろう。

プログラム内容を検討することの難しさも存在していた。グリーフワーク以外の時間については結論として「自由遊び」で良いと考えられた。今回はグリーフワーク以外の遊びの時間についても遊ぶ内容の枠組みを決めて提案することもあった。ただ自由遊びの方がより他の児童との交流を深めることが可能であると考えられた。

上記等も基づき、コンスタントに継続するための

方策等も検討が必要であると思われる。

おわりに

最後に、当活動に関する連絡先を記載しておきたい。ご参加希望の方や「Co *はこ」を紹介したいと考えられた専門家の方々、スタッフを希望される方がおられましたら、お気軽にお問合せ下さい。

代表者：京都文教大学臨床心理学部 准教授 倉西宏

メールアドレス：h-kuranishi@po.kbu.ac.jp

倉西研究室電話番号：0774-25-2512（留守電設定になっていることが多いので、その場合は必ずお電話番号を留守電に入れていただくようお願いします）

謝辞

本研究はJSPS 科研費 22K03134 の助成を受けたものです。