

Compassion

コンパッション

コンパッションとはその語源から「苦しみと共に」という意味です
最愛の人を亡くして苦しむ人と共にあること、それは GCC のミッションと考えます

2010.12
第4号

特集

- ・ グリーフ・ケアとグリーフ・
カウンセリング学
- ・ 「IWG ラインランド」に
参加して

目次

ごあいさつ	1
グリーフ・ケアとグリーフ・ カウンセリング学	2
GCC 活動報告	3-6
「IWG ラインランド」へ参加して	
GCC の輪	7-9
「共にあること、寄り添うこと」 「私のグリーフ体験」 「真命山」	
支援者の声	10
「ベリネイタル・ロスの グリーフケア」	
書籍紹介	11
グリーフ・カウンセラー 強化セミナーの報告	11
今後のイベント予定	12

ごあいさつ

グリーフ・カウンセリング・センター
代表 鈴木 剛子



都心の銀杏の葉がゴールドに色づいて、秋の日射しにキラキラと輝いています。年の瀬が直ぐそこですが、皆さま秋の名残りを惜しんでいらっしゃる頃でしょうか？しかし、今年の夏の炎暑は堪え難いものでしたね。「喉もと過ぎれば熱さを忘れる」と言いますが、あの異常気象で、寿命を縮めたお年寄りが多かったことは心が痛みます。私ごとながら、夏の終わりに母が94歳の生涯を閉じました。最後まで自立してしっかり生きてくれた母でしたが、きっとあの暑さが身にこたえたかと思うと切ない気持ちになります。

この半年間、GCCの特筆すべきこととして、7月に認定グリーフ・カウンセラーを対象に第1回「強化セミナー」を2日間実施しました。（詳細は本誌、11頁に掲載）一日は、宗方比佐子先生が「グリーフ・カウンセリングへの各種カウンセリング技法の応用」という画期的なテーマで講義と演習をご指導下さり、もう一日は、私自身が「構成主義ナラティブ・アプローチ」の理解を深めること、実技を身につけることの指導に当たりました。受講生たちのひたむきな学習意欲、熱意、向上心がセミナーを活気溢れる、意義深いものにしたと思います。

カウンセラーにとってクライアントの世界は『未知の世界』であり、それを理解することは容易ではありません。常に謙虚さを忘れずに、しかし少しでも相手の世界に近づくために、今後も、こうした強化セミナーを通して、互いに自己研鑽を積んでいきたいと思っています。

次に、私自身は5月にドイツで開催された死生学の国際学会（International Work Group on Death, Dying, and Bereavement）へ参加し、世界各地で臨床と研究に励む専門家たちから、多くの学びと激励の両方を戴いて帰りました。ニーメヤー先生がリードされたテーマ別勉強会「複雑化したグリーフ」に参加しましたが、トラウマを伴うハイ・グリーフとその対応についてあらゆる角度から検証し、トラウマからの癒しと再起について、包括的で示唆に富む討議が行われました。（詳細は本誌、3-6頁に掲載）

最後に、グリーフとスピリチュアル・ケアについて触れたいと思います。前号で紹介したトム・アティグ先生の「グリーフ・フレンドリーなセラピー」は、限りなくスピリチュアル・ケアであると述べました。その後、この分野の第一人者ウワルドマール・キップス先生との出会いがあり、先生から「鈴木さん、グリーフ・ケアはスピリチュアル・ケアそのものです。がんばって下さい」と激励されました。キップス先生独特の「禅問答」のようなお言葉ですが、「やはりそうか」と納得しました。スピリチュアリティの定義は多岐に渡りますが、ここではその一つ、ジョン・モーガン先生（カナダ留学中の私の恩師、北米における死生学のパイオニア）の解釈を引用します。「スピリチュリティとは、ものごとや経験に意味づけをする人間の能力、また、それに基づき行動する意志」というものです。

構成主義ナラティブ・アプローチでは、まさしく「意味の探求」という人間の特性を生かせるように、すなわちクライアントが喪失に何らかの意味を見出せるように支援をします。このアプローチを重視するグリーフ・カウンセリングは、モーガン先生流に考えると、まさしくスピリチュアル・ケアということになります。ただし、グリーフ学の分野では「スピリチュアル・ケア」という用語はあまり使わず、むしろ「スピリチュアル・クエスト（探求）」とか「スピリチュアルな反応」などと言っています。

用語はともかくとして、グリーフ・カウンセラーの皆さん、またこれから志す方々、私たちはスピリチュアル・ケアの専門家志望でもあり、誇りをもって言えそうです。そして、さまざまな意味のスピリチュアル・ケアについても、今後、学習を続けていきましょう。



グリーフ・ケアとグリーフ・カウンセリング学

水野 治太郎

麗澤大学名誉教授 臨床人間学専攻



「わたしのために泣ける場所を用意してくださったのですね」「ここしか泣ける場所がないんです」「他人の話に気づかぬうちに共感していました。私の心の痛みは誰も理解できないと思っていたのですが、誰もが同じような痛みを共有していたのですね」

私は地元で「生と死を考える会」を主宰してきたが、その活動の一つが「痛みの分かち合い」である。

参加者の典型的な生の声を冒頭に紹介させてもらった。この18年間にわたってボランティアでの、のべ2千人にのぼる人々の心の痛みに向き合ってきたことになる。しかし10年くらい前から、こうした泣ける場を提供することで痛みの心に癒しを提供するという、グリーフ・ケアの営みに、臨床的な技法として、それだけで十分といえるのかという疑問をもちはじめた。その疑問がグリーフ・カウンセリングに出会わせてくれた。

最初の疑問は、痛みが痛みを癒す、つまり喪失による悲哀に誠実に向き合うことで、悲嘆のエネルギーがやがて自らを癒す力になるという視点だけでは、人々の悲嘆過程の多様性には対応しきれない、とする疑問であった。

日本で普及した「痛みの分かち合い」の思想的・方法論的基盤は、悲しみのプロセスにはほぼ一定の形があり、すべての人は同じ過程を歩むのだとする、普遍思想に依拠していたと思う。私の会でも、はじめてこられる人には、必ず苦悩があり抑うつ的だとする前提から始められていた。しかし実際には、ある男性は悲嘆から早く脱出したいと願っており、別の女性は、ある種の開放感を実感しており、悲しみよりも新しい人生への展望を語りたいと言っていた。それに対応するスタッフは、「一緒に泣きましょう」というだけで、相手に応じて基本姿勢を変更することはできなかった。つまり実際に現場で知り得た喪失体験者の悲嘆は実に多様で、個人的な色調を帯びていた。

第二の疑問は、元来、日本の伝統的な悲嘆教育理論には、仏教的ニヒリズムを内包していたのではないかと思う。西田幾多郎は早くからそこに注目していた。「哲学は我々の自己の自己矛盾の事実より始まるのである。哲学の動機は、驚きでは

なくして深い人生の悲哀でなければならない」とする悲哀の哲学として表現されてきた。彼の喪失体験者の友人に送った文章にも「骨にも徹する痛切な悲哀は寂しき死をも慰めて余りあるものと思う」と締めくくっている。愛する者との死別は、悲哀の感情によってこそ癒され慰安されるものとする思想である。人生への深い受動の知恵を基調とする人生哲学である。起こった出来事から逃れようとする能動の知ではなく、他の道は諦め、悲嘆に没頭することで、新しい出口が自ら見出されるとする思想といえる。それを万人に押し付けることはできない。能動の知も受動の知も人生には欠かせないからである。

第三の疑問点は、自己満足・自己正当化の問題である。人々から深く感謝されることは悪いことでない。しかし「痛みの分かち合い」に参加してくれるだけで自己満足しがちである。ではどうしたらいいのか。一言でいえば、グリーフ・ケアがグリーフ・カウンセリング学に依拠すべきだとする結論がでてくるのである。学問は人間のためにあるのであって、人間が学問のためにあるのではない。

しかし、グリーフ・カウンセリング学の欠けた単なる他者へのお節介は、ケアを標榜していても、落とし穴に入る危険性がある。自らのグリーフ・ケアは自ら反省するしかない。そこに人間自身の行としての学問が求められる。筆者自身は臨床人間学を志してきたが、喪失体験者を対象とする以上は、グリーフ・カウンセリング学が求められる。

こんなことを考えながら、ささやかな学問的行とグリーフ・ケアの実践に努めている。



(写真提供：Emiko Sugita)

GCC 活動報告

『IWG ラインランド』に参加して ～緑ゆたかな歴史の町ケルンにて～

報告者：鈴木 剛子

はじめに

死生学の国際会議、IWG の学会が今年、5月9～14日にかけてドイツ、ケルン市にて開催されました。本学会は、オリンピックのように開催地が持ち回り制で、世界の五大大陸を巡回します。18ヶ月に一回集い、近年は、香港（2006）、ブラジル（2008）、アメリカ（2009）で行われ、今回はヨーロッパでした。私は、ドイツを訪れたことがないので（フランクフルト空港での乗り継ぎ以外）、この国の歴史や文化に触れる良い機会でもあると参加を決め、学会終了後にはドイツ国内小旅行も予定しました。

ドイツについて：「この国について何を知っているだろうか？」と思ったとき、実は馴染みがあるようであまり知らないことに気づきました。限られた知識といえば、カナダの大学院で教会史を履修し、「ドイツのキリスト教化」というテーマで論文を書いたことがあるくらいです。そこで出発前、にわか勉強で何冊かの旅行ガイド、紀行書、文化史の図書などを読んでみました。その中で、ドイツ文学者、小塩節の著書『ライン河の文化史』（講談社学術文庫、1998）は、ドイツについて著者の造詣の深さと思い入れが本書の全体から感じられ、単なる学術図書というより、読み物としての魅力がありました。その中で、ドイツ人が「なぜ森を大切にするか」についての記述は特に印象的でした。

ドイツ人は、森林をリクリエーションのために重視する。それはただ『見る』ためのものでなく、その中を歩き（ヴァンデルン）、人間的な安息をえるところだと考える。この発想は日本にはない。森を歩くということが、ドイツ人には何にもかえがたい喜びである。だから公有林でも私有林でも、徒歩の森歩きの人には、立ち入り禁止がない。ドイツ人は森の中で深々とした孤独と自然への愛を楽しむのだ。

孤独と自然を愛するドイツ人氣質、それが世界有数の偉人たちー音楽家であったり、哲学者であったり、宗教家であったりーを輩出したのかと改めて思いました。

ラインランドについて：ケルンと言えば、尖塔が天を貫くようにそびえる代表的なゴシックの大聖堂が町のシンボルですが、かつてローマ帝国の要塞が配置され、中世都市として繁栄し、キリスト教文化が開花し、古代ローマンと中世の遺産を今に伝えています。地理的には、ライン河（ドイツとフランスの国境を分かち南北に走る、全長1320キロの大河）沿いにあり、大西洋に流れ込む手前500キロほどに位置しています。かの有名な「ローレライ」まで車で1時間くらい、近郊の都市、デュッセルドルフ、ボン、マインツなどとともに、この一帯は『ラインランド』と呼ばれ、まさに「緑ゆたかな地」です。河の背後には、青々とした森林、丘陵、牧草地、畑

地が控えています。特にドイツ政府は、治水の為に林業を重視してきたと言われます。

IWGのメンバーたちはそのような緑ゆたかな地で1週間、寝食を共にし、勢力的に人類普遍のテーマ、死と死に逝くこと、喪失とグリーフについて議論を重ねました。



緑ゆたかなラインランド



IWG 学会を省みて

今回は、世界18カ国から100名あまりのメンバーが参加しました。日本からはドイツ出身のデーケン先生をはじめ総勢6名が、またアメリカからはGCCの皆さんにもおなじみのニーメヤー、アティグ、ウォグリン、ランドー、ドーカ、コール、シルバーマン先生、カナダからデービス先生、イギリスからはパークスとストロープ先生、イスラエルからはルビンとマルキンソン先生などが遠路遙々の出席でした。

会場はケルンの中心から電車で2-3駅離れた郊外のホテル。その建物は元枢機卿の館だったそうで、中世の修道院の雰囲気が残っています。ロビーから中庭を渡ると修道女「エディス・シュタイン」の名を冠したチャペルがあり、会期中、毎朝そのチャペルで黙想の時間がもうけられていました。

□ ホロコーストの傷跡

エディス・シュタインはユダヤ人で哲学者、後にカトリックに改宗し修道女になりましたが、ナチスの迫害にあいアウシュビッツ収容所で殺害されました。今ではドイツの聖人に列福されています。

またこのホテルには、戦時中、ナチスの本部が置かれていたようですが、今回、シンポジウムのテーマが『ホロコーストから60年：現代ドイツへの影響』ということを考えあわせると、主催者（ドイツの会員たち）はあえて象徴的な場所を会場に選んだのかと勘ぐりたくなりました。チャペル入口には、シュタインの写真と悲劇的な生涯を記載したパネルが置かれていましたが、この国が背負っている負のレガシーを垣間見る思いでした。IWGのメンバーにはユダヤ人の学者が多いことから、ホロコーストのテーマは安易に語れるものではなく、学会の準備段階から「議題としてとりあげるのはどうなのか」という反対意見もあったようでした。

□ ラインランド初日



ローレライ、ライン河が急カーブ

初日の昼間はフリー、私はケルンの大聖堂を見学に行きました。まず建物の広大さに圧倒され、そばで写真を撮る観光客がガリバーに群がる小人のように見えました。近づく和外壁は戦火をくぐったかのように黒くすすけています。しかし、

聖堂内に一歩足を踏み入れると、そこには神業的とも言うべきゴシック建築の壮大にして優雅な美の世界がありました。精巧なハイ・アーチや華麗なステンドグラスと壁画に目を見張っていると、折しも日曜日、「主日ミサ」が始まりました。パイプオルガンの大音響と聖歌隊の歌声が聖堂内にこだまし、全身全霊を揺さぶられるようでした。「ああ、基督教国にやって来た」と実感させられた瞬間でした。

ご一緒した石井千賀子先生とともに、地元の大会衆に混じってミサに潜り込ませてもらいました。一時、単なる見学者ではなく、地元の信者さんの仲間入りができたことは、偶然とは言えこの国に歓迎された気分でした。ドイツ語が分かればもっと感動的だったかもしれせん。

夜は、学会の歓迎パーティと総会があり、メンバーたちは久々の再会を喜び合いました。余興に地元のグリー・クラブが出演し、ドイツ民謡の数々を披露してくれました。総勢 100 名からなる男性ボーカルは、パワフルで、素人とは思えぬ絶妙なハーモニーでした。さすが音楽の国です。

総会の主たる目的は、翌朝から 5 日間、毎日 2 回集る「テーマ別勉強会」のそのテーマを募ること、そして、各人がどの勉強会に参加するかを決定することです。このプロセスは毎回同様ですが、参考までに今回は次のようなテーマが提案されました。

- 1) 言語と言語意識（または既存のグループ、「言語とグリーフ」の継続）
- 2) スピリチュアリティ
- 3) インターネットとビリーブメント
- 4) 加齢と加齢による知恵
- 5) 複雑化したグリーフの治療
- 6) 調査研究上の課題
- 7) 世代間の経験としての「戦争」
- 8) レジリアンス
- 9) 共同体によるグリーフケア

私は、前回に引き続き「複雑化したグリーフの治療」の勉強会へ参加することにしました。総会が終わる頃には夜も更けて、ディナーで供されたワインも手伝って（もちろんドイツはワインの国！）睡魔が襲ってきました。5 月半ばというのに、夜は底冷えがします。

翌日からのハード・スケジュールに備えて早く就寝することにしました

□ 第 2 日から 6 日のプログラム

会期中には前述「勉強会」が午前と午後合わせて 3-4 時間集い、会期中通算 9 回（約 30 時間）課題のテーマについて討議します。その他に、毎日 2-3 の基調講演やシンポジウムが用意されており、全会員が聴講。また課外活動として名所旧跡へのツアーや、地元の教会、お城、フューネラル・ホーム訪問などの企画があり、夜は、ビアホールやドイツ料理を楽しむ外食の夕べがあって、それはもり沢山のプログラムでした。毎日、日程をこなすだけでもたいへん忙しく、時間に追われると感じたのは私だけではなかったようです。仕事をするのも、楽しむのも、何ごとも勤勉にやるのがドイツ的なのかしれません。あるとき、誰とはなしに「ビデオ鑑賞会をカットしよう」と言い出し、グループの数人でホテルを抜け出し、散歩に出ました。「森歩き」をして、朝から晩までメンタル・ワークに疲れた頭をリフレッシュさせました。

さて 5 日間の充実したプログラムのうち、ここでは「勉強会」での討議や分かち合いのほんの一端と、私にとって最も印象深かったシンポジウム『ホロコーストから 60 年：現代ドイツへの影響』についての感想を記すことで、1 週間にわたる IWG ラインランドの報告としたいと思います。

□ テーマ別勉強会：複雑化したグリーフの治療について

このグループへの参加者は 14 名、進行役はニーメヤー先生、アメリカから 7 名（アティッグ、ランドー先生を含む）中国 1 名、台湾 1 名、ブラジル 1 名、イスラエル 1 名（ルビン先生）、そして日本から石井千賀子先生と私でした。ビリーブメントの分野では世界の第一人者が一堂に会するという感じです。私が師と仰ぎ、彼・彼女らの著書をバイブルのように思っている大先輩を前にして、少々緊張もしましたが、勇気を出して一つの事例を紹介した際には、数人の先生から目から鱗のようなアドバイスをいただき、ここならではの、かけがえのない学びをしました。

勉強会の目標は、複雑化したグリーフとトラウマ的喪失に対する効果的な治療法を検証するという

こと、そして、この議題にまつわる争点をくまなく取り上げ、討議することでした。その一つに、現在、複雑化したグリーフを「DSMV」に導入し、規定するという計画があることから、それが実現した際に、患者やクライアントが被る利点と弊害について様々な意見が出されました。弊害の一例として、一律クライテリアを当てはめることで、患者のホリスティックな側面や特



ケルンの大聖堂



会議の行われたホテル

徴を見逃す心配、問題を過大評価、または過小評価する恐れがあるのではないかということがあります。他方、利点としては複雑化したグリーフに対する一般及びプロの関心と認識が高まり、啓蒙につながるということが言われています。

次に、皆の関心が高かったのは、トラウマ的喪失と「レジリアンス」の関係についてでした。最近、「高度のレジリアンスを備えた人は、トラウマ的喪失を経験しても、比較的短期間で感情のバランスを取り戻し、正常に機能する」と良く言われますが、実態はどうなのか様々な問題点が指摘されました。例えば、

- » 「たいていの人がレジリアンスによって短期間で再起する」という見解は疑ってかかるべきである。
- » クライエントの多数が、グリーフの初期に「レジリアンスによって乗り越えられるから大丈夫」などと言われたくないと思っている。
- » 喪失時に、レジリアンスを強化する方法がいくつかあり、それらを利用すべきである。例えば、呼吸法、イメージ法、喪失に距離を置くこと、ナラティブ法、故人との絆の構築など。
- » 宗教心のある人、スピリチュアルな人はレジリアンスが高い。
- » 外面的にはレジリアントに見える人、大丈夫そうに見える人は、単にグリーフと向き合っていないという心配がある。特に、男性は「再起指向」に集中する人が多いので注意すべきである。
- » トラウマ的体験後、大義名分を掲げ、にわかには社会運動家に転じ、グリーフと向き合わない人がいる。社会運動に邁進している人は、きわめてレジリアンスが高いか、そうすることでグリーフを忘れようとしているか、そのどちらかである。グリーフを避けている限り、本来のその人らしさは発揮されない。

またランドー先生は「ノーマル・グリーフであっても、トラウマの要素があるということに留意すべきである」と指摘しました。すなわち、いかなる死別も心の動揺をもたらし、離別の苦痛は極度のストレスに繋がることから、死別には常にトラウマが伴うと認識すべきであると言うのです。一般的にトラウマ的死とは、心臓発作などの突然死、事故死、自死、災害による死、犯罪による死などですが、これ以外の死の形態であっても（例：予測可能な病死）、体験者にはトラウマの可能性があり、そのケアが必要な場合があるという指摘です。自分の体験からも思い当たることがあり、これは極めて大切なポイントであると思いました。

次に、トラウマ治療について、多岐にわたる方法やアイデアが出されましたが、その専門性の高い内容をまとめるのは、本報告の範囲を越えるので省略します。ただ一つだけ強く印象に残ったこととして、「故人との永続的關係」がグリーフからの再生に多いに活

用できるということがあります。亡き人と愛情の絆を保ち、対話によって自然な形で関係を継続することがいかに大切かということになります。しかし、トラウマが強烈すぎるとか、故人が苦痛のうちに亡くなったとか、その他様々な事情が障害となって故人と接触できない人がいるのも事実です。そのようなケースでは、カウンセラーの支援とガイドが必要であり、そうした介入によってはじめて関係性の復帰が可能になると言います。複雑化したグリーフに関しては、クライアントが自力では解消しにくい感情の纏れや葛藤があることが予測され、その意味でもプロの適切な介入が必要と言えます。

最後に、トラウマの治療に有効な様々な形のスピリチュアル・ケアが話題にのぼりました。インディアンのシャーマンによる特別な儀式を通して故人との和解を果たした事例、バリ島の神秘的な自然の中でトラウマから解放された事例などが紹介されました。私の知る限りでもハーブ・セラピー、コラージュ・セラピー、メディテーションや祈りなどによってトラウマやグリーフから再起したというケースがあります。クライアントに適したスピリチュアル・ケアを薦められるように、色々体験することが大切であると思いました。

5日間の勉強会を省みて、臨床と研究を長年重ねたベテランのメンバーたちは、どのような話題に対しても一家言、いや十家言あり、その発言は間髪を入れずスピーディで、グループの議論は縦横無尽に発展します。第二外国語というハンディがあるものとしては、ついて行くだけでも一苦勞でした。時には話しが広がり過ぎ、脱線して、とりとめがなくなることも。しかし、進行役のニーメヤー先生は絶妙の舵取りで、話しの交通整理をし、ポイントを押さえ、皆の意見を取りまとめて下さいました。

大いにブレイクされ、たいへん刺激的な5日間でした。このような素晴らしい勉強をさせていただき、グループの全員に深く感謝しています。



ニーメヤー先生と筆者



会議の合間に仲間との散歩

□ シンポジウム『ホロコーストから 60 年：現代ドイツへの影響』について

本シンポジウムには、主催国のドイツから 3 名のスピーカーが、またイスラエルからはサイモン・ルビン先生が登場し、あの恐怖と戦慄の史実「ホロコースト」について個人的な経験や特別な思いを発表しました。戦後 60 年経った今も、そのインパクトと影響が継続していることがわかります。ナチスによるユダヤ人の大量虐殺というできごとに、祖先の誰かが犠牲になったとしたら、また加害者だったらどんな気持でしょうか？ 本会議で、かつての加害者（ナチス・ドイツ）と被害者（ユダヤ人）の子孫らが、対峙して語り合う、それは画期的な試みであり深い意義があるように思いました。死生学者がドイツに集合するとき、このテーマに目を背けることの方が不自然だったとも言えるでしょう。ここでは、ルビン先生の発表を中心に記すことにします。

さて、ルビン先生は GCC の皆さんにとっては、「子どもを亡くした親のグリーフ」に関しての長期的研究でおなじみでしょう。ビリーブメントの分野で多大な貢献をしている世界的研究者です。

ルビン先生は、冒頭で「私にとって、また私の世代のユダヤ人にとってホロコーストはあまりにも分りきったことで、背景に流れている音楽のようなものである。いつも意識するわけではないが、何かがかきかきで思い起こすとき、常に重苦しい痛みと、絶望感を伴う」と前置きしました。その痛みは、また極めて「パーソナル」な類いのものであるとも言われました。

先生は、父方の祖父、父方と母方両方の叔父たちをユダヤ人迫害で喪っているということでした。ポーランド人だった祖父と叔父たちは、「ワルシャワ・ゲットー抵抗運動」でユダヤ人武装組織の戦闘員として闘い、ゲシュタポに銃殺されました。「強制収容所の死に比べて、戦死だったことは、体面を保てた死なのか」と問います。抵抗運動は鎮圧され、多くのユダヤ人市民は銃殺ないしは収容所送りとなり、ゲットー全体が抹消されました。墓地まで破壊され、墓石は砕いて軍用資材に利用されたということです。

戦後、ルビン先生の両親は米国に亘り、一家は新天地で根を下ろします。また迫害から生残った多くのユダヤ人はヨーロッパの各地よりイスラエルへ移住し、建国と再生に没頭することで過去の忌まわしい思い出を語ることも、また語る場もなかったそうです。戦後の日本でも、原爆の遺族や目撃者たちは多くを語ることなく、皆ひたすら復興に励み、過去を忘れようとしたのと類似しています。トラウマ的な経験は容易に語れないということもあったでしょう。

戦後、50 年以上経って、ルビン先生は父方の叔母さんに付き添って、ファミリーのルーツであり、一族の数名が射殺されたポーランドのスタニスラボフ（現在、ウクライナのフランコフスク）を訪ねました。叔母さんは、両親や兄弟たちが倒れた

その場所（今は「ユダヤ人の霊園」になっている所）に立寄り、イスラエルから持参した土をその地にパラパラと撒いて、小さなイスラエルの旗を立てました。そして同行したラバイに祈りを捧げてもらいました。このエピソードには痛く心を打たれました。高齢の叔母さんにとって、50 余年振りにルーツに戻り、理不尽な死を遂げた複数の身内を悼むということは、一体、どんな気持だったのだろうか？ 遺族としての務めを果たしたという安堵感なのか、生涯抱えていたグリーフの痛みが追体験され、祈ることで癒された瞬間なのか、他人には到底、測り知れない深い思いだったのだろうと想像しました。

その間、ルビン先生は、花々が咲き乱れ、草木が生い茂る周辺を散策しました。そして偶然、古ぼけた石が転がっているのを目にしました。石の上に刻まれた文字を読んでもと、そこにはなんと「ルビン」の名があったのです。誰も訪れることのない先祖の墓石は風雪にさらされ、長い年月、粗末に棄てられていました。「この地を初めて訪れることによって、そこの空気の匂い、歴史、臨場感、壊れた『ルビン家の墓石』が融合し合い、自分にとって特別なものとしてレミックスされた」と先生は言います。墓石の発見は驚きです。私には偶然に思えず、きっと先祖たちがルビン先生を導いてくれたのではないかと思います。淡々と語られた悲劇的なストーリーに、何か一筋の光を見た思いです。絶望を経験した人たちだからこそ見られる光を。

さてルビン先生の発表を聞いたドイツ人たちの反応が気になるのですが、聴衆は皆、静かに受止め、もの思いに耽っている様子でした。一つの示唆を与えてくれたのが、若いドイツ人のホスピス医、ルーカス氏の発表でした。彼の祖父はナチスに反対し、大学教授の地位を剥奪されたそうです。ナチスに抵抗したドイツ人もいたということです。その子孫としてルーカス氏は物心ついて以来、学校でも家庭でも、毎日のようにホロコーストの史実と、ナチスの犯した犯罪行為について教えられ、一日としてそのことを思わない日はなかったと語りました。直接責任のない世代でありながら、ドイツ人として罪責の念を持ち続けている人々がいるということ、また学校教育でも次世代に負の遺産を伝え続けていることが分りました。

最後に、ルビン先生の発表からユダヤ人の若い世代のコメントを紹介したいと思います。「ホロコーストについて、ドイツ人だけを責める気にはなりません。あの時代に、他の国はどうだったのか、ドイツに加担した国々やその国の人々は、ナチスの暴力に反対することもなく、むしろ支援し、助長していたのではないのでしょうか？」



フェアウェル・ディナー：手前左、ルビン先生、手前右、ウォグリン先生

GCC の輪 ①

稲本 有香

GCC 認定グリーフ・カウンセラー (ID-NO. 0002)

「共にあること、寄り添うこと」

私はこれまでに、自分の人生に大きな影響を与えた3つの死を経験しました。私を慈しみ育ててくれた父、母、そして家族同様に大切な存在だった愛猫の死です。昨年父の23回忌を迎え、今年母の13回忌を迎えます。また愛猫を亡くしてからもうすぐ6年が経とうとしています。

それぞれの死は、私に耐え難い大きな衝撃と悲しみを与えましたが、同時にその後の人生を左右する意味を与えてくれました。それは今思えば、より良く生きるために人生で価値のあることは何かを見つめなおし、現在の私へと導いてくれる機会でもありました。しかしその意味に到達する道は、決して平坦なものではありませんでした。

今その年月を振り返ってみると、それぞれの喪失の当時、家族や親戚、友人、職場の同僚など、まわりの人々が、それぞれの形で様々なサポートをしてきていたことに気づかされます。それらの助けなくしては、私の歩んだ道はさらに厳しく困難なものとなっていたことでしょう。

今回その中でも、特に印象に残っているエピソードについてご紹介したいと思います。

私にとって最もグリーフが長引いたのは母の死でした。母は末期がんの告知を受けてから、わずか2ヶ月で亡くなったのですが、当時は本人に告知をしないことが一般的だったため、最後まで母に真実を告げることはありませんでした。死という重大事について母に隠し事をしなければならない精神的な負担。それに加え、私自身の仕事が職場の人員削減の影響で大変忙しい時期だったことも重なり、気力体力ともに限界まで頑張っても充分納得のいくような別れの時間を過ごすことはできませんでした。そしてそのことが、母親という大きな存在を失った私の悲しみを、さらに重く苦しいものとしていました。

そのような中、私にとって大きな支えになってくれたのは、同僚のKさんの存在でした。Kさんは私が講師として勤めていた米国大学の関連機関で、非常勤講師をしており、週2回ほど顔を合わせる存在でした。実はKさんは、私の母が亡くなる3ヶ月前に、やはり癌でお母様を亡くされていたのです。

当時の私は、ことさらに理性的であることを自分に課しているところがあり、自分のグリーフすら理性で乗り越え、しっかりしなければ、早くもとの自分に戻らなければと気を張っていたように思います。しかしKさんの前では自分を取り繕うことなく、素直に涙を流し、悲しい想いを語ることで

ました。

Kさんと私には、同じように大切に思う母親を失った者として、様々な共通する想いがありました。多くを言葉で語らずとも相手が理解し、共感してくれるという安心感。それは何より大きな慰めとなりました。私たちは時間を見つけてはお互いに多くのことを話しました。母親の病気が分かってから亡くなるまでの日々について、心残りに思うこと、母親の人となりや他の家族について、子供時代の母親とのエピソードなど。

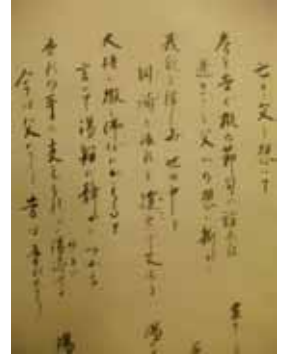
時に涙し、また時には泣き笑いをしながら、思いつくままにありとあらゆることを語り合いました。そしてそんな時間を過ごす中で、ある日、私の中から自然と生まれてくる言葉がありました。

「喪ったことがこんなにも悲しい。それはそれだけの大きな愛情をもらっていたから。それって幸せなことだよね……」それに対してKさんは静かに「そうだよね……」と返してくれました。

私が自分のグリーフと本当の意味で和解するには、それからさらに何年かの年月が必要だったのですが、その日々の中、この言葉は私の支えとなりました。そして私がその言葉を素直に口にできたのは、共にあり、寄り添い、支えあったKさんの存在があったからこそだと思います。

私は2005年の秋より、死生学、ターミナルケア、グリーフ・ケアなどの勉強を始め、2008年12月にGCCで認定カウンセラーの資格をいただきました。

大切な存在を喪った方のお話を伺う機会も以前より増えていますが、Kさんとの経験は私のグリーフ・ケアの原点だと言えるでしょう。かつての私がそうであったように、寄り添い共感する存在があることが支えとなることを知ってもらえたら。その願いが私の原動力なのかもしれません。



母が祖父の七回忌に詠んだ歌です。母十三回忌法要の席で、家族、親族らとともにあらためて読み返し、母を偲びました。

GCC の輪 ②

鈴木 嘉代子

GCC 認定グリーフ・カウンセラー (ID-NO. 0014) / 産業カウンセラー / 家族相談士

「私のグリーフ体験」

夫との最後のドライブは救急車でした。2003年11月14日夜半、夫は自分の車に乗ろうとした際、ドアの前に立っていた時にはねられました。救急車の中で夫は、救急隊員の呼びかけにも反応せず、ただ腹部だけが大きく上下するだけで、眼をつぶったままでした。私はなぜか声を出せません。救急車の中で「事実をありのまま受け止めなくては、セルフカウンセリングをしなければ……」と必死で自分に言い聞かせていました。

運ばれた北里大学病院の医師に脳挫傷、大腿骨骨折、骨盤骨折、出血多量と告げられた時には、重傷を覚悟していたとはいえ、この先どうしたらよいか思い悩みました。とにかく、会社関係には迷惑を最小限にしないで、夫に恥をかかせてはいけないとの思いが脳裏をよぎりました。

一睡もせずにICU病室の待合室につめていた私達が翌朝面会した夫は、身体に計測器をつけ、呼びかけても応答せず、眠ったままの姿でした。その姿を見て茫然としました。家から遠い病院でしたが、17日間、朝9時と夕方6時には必ず面会に通いました。病院には、夕方は息子が、朝は私が車の運転ができない事を知っている友達が交代で連れて行ってくれ、それが私の支えとなっていました。

夫は、会社やバドミントン、ボーイスカウト関係者など、大勢の方々に見送られて旅立ちました。私達親子は、二人の兄夫婦や友達、ご近所の方々のソーシャルサポートをたくさんいただき、その温かい対応に感謝するとともに、人間関係に配慮して生きていく事の大切さを身にしみて感じました。

伴侶との喪失をこんな理不尽な形で経験しなければならぬ運命を恨みました。友達が私たち夫婦の事を80歳まで一緒にいた位の関係性だったと表現するのを聞いて、私達の絆の深さを味わい、心の中に温かいものが流れました。アタッチメントが深いほど失った衝撃は大きいのです。

時間的空間があると思出すので、EAP会社でのカウンセラー、産業カウンセラー協会や市立体育館の仕事を隙間なく入れ社会適応を装いましたが、心の中はボロボロで、企業戦士のうつ病やパワハラなどの相談にのる状態ではありませんでした。

そんな時、NHKのテレビ番組でGCCの存在を知り講座を受けました。置き去りにされていた私のグリーフと直面することになり、毎回講義中に夫のことを思い浮かべ、涙をふい

ていました。基礎、上級、トレーニングコースを学び、崩壊した想定の世界を見つめなおし、それを受け入れ、喪失の意味の再構成をして、社会適応を果たし、何とかグリーフを乗り越えることができると感じておりました。

しかし、今年「ポストトラウマに見る人間

的成長」のご講義をきき、私のトラウマの心理的反応は反事実的思考よりも喪失の因果関係を追及して、認知的に理解しようとするタイプだとわかりました。運転が上手で、慎重な夫がなぜ自動車事故に遭ったのか理解できませんでした。

納得がいかなかった私は、裁判所に事故記録を閲覧に行き、コピーし、警察の方に付き添ってもらい、事故車の撮影に行き、弁護士にそれを見せ、現実を視覚的、客観的に理解しました。非常に冷静に対応してるつもりでしたが、身体の方は蝕まれていき、自律神経に障害が出て、真冬なのに、明け方びっしょりと汗をかく目覚め、睡眠障害にもなっていました。

周囲のソーシャルサポートを得て、前を向いて一生懸命生きることグリーフと和解しようとしていたことに気がつきました。自立への道を歩んでいたつもりでしたが、まだ心の奥底に残っている感情と向き合い、ナラティブする必要があると感じ、実はこれからが本物の自己改革への道になるのだと気がつき、人生のゴールを目指し、私の喪失物語のために納得のいくまで推敲を重ねていくことにエネルギーを注ぎたいと思っています。

私がここまで辿り着けたのも鈴木先生をはじめニーメヤー教授やアティグ教授の教えのお陰と思ひ深く感謝しております。この教えを胸に、様々なグリーフを抱えている人達と痛みを分かち合いながら、グリーフ・カウンセリングの普及と発展のお役に立ちたいと願っております。



他界した年、2003年2月10日の写真です。家族で16年間毎年妙ヶ原にスキーに行っていました。スキーは夫に教えてもらい40代で上達しました。

GCC の輪 ③

井上 量子

GCC グリーフ・グループ・カウンセリング参加者

「真命山」

主人を亡くして半年後の8月、私は一人で旅に出ました。長い梅雨がようやく明けようとしています。早朝から海水浴に向かう車の列で、東名高速道路はすでに渋滞25キロと報じられています。前年まではこの時期、河口湖で主人の誕生日を迎えるため、賑やかに家族で集まっていた。今は何と違うでしょう。一人、真命山に向かいます。

真命山とは住職のいなくなった禅寺で、イタリア人の神父様が座禅とミサを行う黙想と祈りの家です。黙想の中で彼の思い出に浸り、彼と対話して、これから先、一人で生きていく力を取り戻せるだろうか。やらなければならないと思っています。

羽田から福岡空港まで飛んでさらに高速バスで1時間、菊川インターから山に入ります。何度も旅行はしましたが、いつも彼が側にいてくれました。今度は初めての一人旅です。「日本語が通じるのだから何とかなる」と自分に言い聞かせています。

棚田に囲まれた戸数50の蜻浦村を見ながら暗い杉の森、竹の林を抜ける山道を上ること4キロ。ツクツク法師の声、様々な蝶が車の前を横切ります。急に視界が開け、東に阿蘇外輪の山々、南に東熊本、その右手に金峰山がそびえます。西は有明海、島原半島、普賢岳。何とも美しい眺めです。大自然に囲まれて本堂と講堂、周りに質素な神父様とシスターの家、来客用の宿舎があります。冷房もないのに、自然の風が心地よい。東京住まいでは忘れていた大自然を感じさせる風にほっと心が和みます。

午後7時、有明海を臨む西側の縁側で夕べの祈り。神父様が聖書の詩編を読み上げるなか、ふと目を上げると、山の端に、今まさに真赤な太陽が沈もうとしています。「しばらく沈黙の内に夕日を見送らしましょう」

これ以上美しい太陽は見たことがありません。いつか、彼の何回目かの手術の後、ドライブ中に車を止めて、私達は夕日を眺めていました。「この夕日を一緒に眺めた事を覚えていてくれ」と彼は言いました。以来、夕日は彼からのメッセージと思っています。「やっぱり一緒に来てくれたのね。メッセージをありがとう」祈りの内に真っ赤に燃えた太陽は山陰に沈んでいきました。

翌朝は4時半起床。真っ暗な外の闇の中に徐々に木の影が見えるようになってきます。小鳥が寝ぼけて「チ、チ、チ、チ」



と囁き始めます。5時、東の阿蘇外輪山の見える頂まで上って朝の祈り。神父様の祈りと天使の声かと紛うほどの美しいシスターの歌の内に、朝日が顔を出します。まさに『初めに光あれ！と言って神は天地を創造された』と言う聖書の物語を再現しているようです。天地に光が満ち、小鳥のさえざりに包まれています。祈りの後、本堂で座禅。壁に向かって座り、左手を右手に載せて親指で輪を作り、目をつぶります。「私達は神に包まれています。神は私達の中におられます」

朝食の後、散歩に出ました。うっそうと光を阻む杉の森。足をすくうススキの葉を掻き分けて進むと開けた台地に出ました。神道のお社がひっそりとたたずむここは、最近日本最古の古墳が見つかり、邪馬台国北九州説が有望視されている土地。あらゆる宗教を受け入れる土地です。

突然アサギマダラ蝶の群れに囲まれて足を止めると、中の1匹が近くの木に止まりました。覗き込むと昆虫の透き通った目と目が合いました（最期の別れの時の彼の悲しい目を思い出しました）。しばらく見合った後、蝶はどこかに飛び去りました。

「貴女がご主人の永遠の安らぎを望まれるように、ご主人も貴女の喜びと平和を望まれています。絶望しないで下さい。貴女とご主人は永遠に結ばれました」と、神父様の優しい言葉に送られて真命山を後にしました。私は彼を亡くしたけれども、代わりに新しい未来が用意されている。立派な人生を貫き通した彼を誇りに、前向きに生きていきたいと思っています。

支援者の声：「ペリネイタル・ロスのグリーフケア」

太田 尚子

静岡県立大学 准教授／聖路加看護大学ペリネイタル・ロス研究会代表／
天使の保護者ルカの会代表／助産師

死産や新生児死亡など、お産をとりまく子どもの喪失をペリネイタル・ロスといいます。私は、産科病棟における喪失直後のケア経験、大学院での研究、セルフヘルプグループ「天使の保護者ルカの会」の立ち上げと運営、そして、ケアに携わる看護師への教育プログラムの開発と実施など、臨床・研究・教育を統合したアプローチで、この領域のグリーフケアにかかわってきました。今回は、私のこれまでの研究と実践活動の一部をご紹介します。今回は、私のこれまでの研究と実践活動の一部をご紹介します。

ペリネイタル・ロスのグリーフは、他の死別のグリーフと比べて、いくつか異なった特徴があります。第1は、誕生と死が同時に訪れることから、グリーフワークをしながら、同時に、親になる過程をたどっていくことです。そのため、私たち看護師は、両親が子どもと別れることを支援する前に、子どもに出会うことを支援していきます。例えば死産は、胎内で子どもの命が燃え尽き、母親は、亡くなった子どもをお産することによって、この世に誕生させます。死が誕生よりも前にあるのです。新生児死亡の場合は、誕生が死よりも先ですが、子どもがこの世で生きている期間は、大変短いものです。そのため、ご両親は、「私は、本当に親になったのであろうか」「私は、親の資格はないのではないか」などと思い、両親自身のアイデンティティも大きく揺らぎます。私たち看護師は、そのようなご両親に対して、亡くなった赤ちゃんに会うことや、赤ちゃんを抱き、着物を着せ、沐浴するなどの親行動を支援して、ご両親が親になっていくことを支えています。

第2の特徴は、ご両親の子どもとの思い出は、大変少なく、亡くなった後に思い出をつくる時間が必要であることです。火葬までのわずかな時間が、思い出づくりのための時間として、大変貴重です。ご両親は亡くなった赤ちゃんと一緒に写真を撮ったり、手形や足型をとったりします。赤ちゃんと一緒に過ごした時間も大切な思い出になりますから、火葬は急ぐ必要はありません。火葬の時期は、葬儀屋や火葬場の予定によって決められるのではなく、ご両親が子どもと一緒にゆっくり時間を過ごした後、ご両親自身が、お別れができそうだった時にすることが望まれます。2年前、GCCの講座に参加した時、納骨の時期について話題が及ぶことがありました。赤ちゃんを亡くした母親は、四十九日の納骨を早すぎると考えている人がほとんどであることをご紹介しましたが、他の死別との違いを私もその時、再確認いたしました。ご両親にとって、四十九日という期間は、一緒にいた時間が短すぎて、子どもと離れられる気持ちにはなれないのだと思われます。

また、思い出や遺品を残せる時間が少ないことや、その時期が回避の局面であることが多く、支援がないと遺品を残すことができないということが多くあります。後に両親にとって宝物となる遺品を残せるよう、看護師はご両親に情報を提供しながら、遺品を残す支

援をしていきます。この写真は、思い出づくりのケアに活用いただきたいと願い、私が代表を務める聖路加看護大学ペリネイタル・ロス研究会で開発したものです。最近、各病院で独自に作成するところも出てきました。ケアの輪がじわじわと広がりをみせていることを実感しています。

第3の特徴は、ペリネイタル・ロスのグリーフは、社会的に把握することが難しい、「非公認のグ

リーフ」であることです。ペリネイタル・ロスは、社会のなかで隠され、語られることが少ないために、悲しみが理解されにくい状況があります。儀式などを通してコミュニティや親族とともに喪の作業が行われる死別と比べて、語る場がないところか、語ることを禁止されたり、早く忘れるように促されたりします。そのためご両親は、子どもを亡くした悲しみだけでなく、子どもへの愛情を表現できない辛さや、社会のなかでの孤独という大きな苦悩を抱えておられます。そのような辛い状況におかれたご両親に寄り添いたい、亡くなった赤ちゃんのことを語る場・苦悩を少しでも減らせる場を提供したい、そして、ご両親の語りからケアのヒントを得て、ケアの質の向上に反映させていきたいなどの想いを抱きながら、私は6年前、聖路加看護大学看護実践開発研究センターに「天使の保護者ルカの会」を立ち上げました。体験者の生の声から、真に体験者が求めるニーズを探求すること、体験者スタッフと助産師や心理専門職が協働で運営することで、「体験者中心のケア」を目指しています。また、2年前から、「ペリネイタル・ロス看護師研修プログラム」を年2回開講し、医療者への教育活動を行っています。

これからも、皆様とともに、ご両親やご家族にとって、少しでも温かな環境が整うことを願いつつ、ペリネイタル・ロスのグリーフケアの輪を広げるために活動していきたいと思っております。



<天使キット>

亡くなった赤ちゃんとの思い出づくりのために使うボックス。小さな赤ちゃんの着物やお布団、足型・手形・髪の毛など赤ちゃんの遺品を取るキットや、以前に赤ちゃんを亡くした母親が手づくりしたぬいぐるみが入っている。

天使の保護者ルカの会

<http://plaza.umin.ac.jp/artemis/rcdnp/tenshi/index.html>

連絡先

n-ota@u-shizuoka-ken.ac.jp

書籍紹介

「妻を看取る日」 ～国立がんセンター名誉総長の喪失と再生の記録～

著者：垣添忠生（新潮社 2009年 1300円）

評者：法月雅喜 G C C 認定グリーフ・カウンセラー（ID-NO. 0017）

自らの家族が重い病に倒れたとき、家族は様々な種類の不安にさいなまれるが、その中でも医療への不安は大きな不安である。治療は適切なのか。この病院でよいのか。セカンドオピニオンは。医者は正直どのくらいの死の確率をみているのか。

がんの専門家ががんの妻を看取る体験を語る、という本書の要約を見て、「医療の不安を取り除かれたとき、人は死ともっとピュアに向き合えるか」といった期待感をもって本書を読んだ。

本書は、著者の医師としての経歴と妻とのなれそめ、そして妻の闘病、妻の死後の生活に大きく分かれているが、そのすべてにおいて、記述の表現は淡々としており、事実が中心に書かれている。感情の表現は少なく、読者はその乾いた表面から時々じみ出てくる著者の妻への愛情と妻の死の衝撃を汲み取る必要がある。

著者にとって妻の死は「長年、死を身近に感じる場所で働いていたものの、妻を亡くした喪失感、これまでに経験したことのない、また想像をはるかに超えるもの」だった。そして最初の3ヶ月を他者との交わりを避け、酒びたりの「自死できないから生きている」状態で過ごす。

しかし著者は、3ヶ月を過ぎると精力的に回復の道を歩み

始める。料理をこなし、相続を片付け、海外出張を利用して思い出の地を訪れ人と語り合い、山登りやカヌーといった妻と一緒に楽しんだ活動を再開し、妻が描いた絵の遺作展を開く。

著者のグリーフからの回復の過程が非常に遅く、自己完結しているのが特徴だと私には思えた。自分の考えや感情を客観的にみつめられるのは医師ならではなのか、著者のナラティブは他者との会話ではなく、自己と妻の思い出との対話によるものだ。もう少しその「自己との対話」の内容を聞いてみたいような気がする。



垣添忠生

1941年生まれ。1967年東京大学医学部卒業。都立豊島病院、東大医学部泌尿器科助手などを経て、1975年から国立がんセンター病院に勤務。同センターの手術部長、病院長、中央病院長などを務め、2002年総長に就任。2007年に退職し名誉総長になる。財団法人日本対がん協会会長、財団法人がん研究振興財団理事



「GCC 認定グリーフ・カウンセラー・2日間強化セミナー」開催

2010年7月17日(土)、18日(日)、ちよだプラットフォーム・スクウェア（東京・千代田区）にて、「GCC 認定グリーフ・カウンセラー・2日間強化セミナー」を実施しました。

GCCでは、「認定グリーフ・カウンセラー」の学術的、実技的レベルの保持と向上を目的として「資格更新制度」を導入しております。GCCが主催する勉強会やセミナーの参加などグリーフ・カウンセリングに関する様々な活動をポイントとして換算し、それが資格更新につながる制度です。更新は、3年毎に義務付けております。

第一期生を認定した2008年12月以降、GCCでは、勉強会、講演会、セミナーなど様々なフォローアップ研修を企画・提案してきましたが、認定資格取得者のみを対象としたセミナーは今回が初めての試みでした。

酷暑のなか、9名の認定グリーフ・カウンセラーが参加しました。

第1日目：2010年7月17日（土）10:00～16:00、金城学院大学人間科学部心理学科教授の宗方比佐子先生を講師としてお招きしました。演題は、「カウンセリング各種技法の紹介とグリーフ・カウンセリングへの応用」でした。第2日目：2010年7月18日（日）10:00～16:00、鈴木剛子が講師を務めました。演題は、「ポスト・トラウマ成長への道：事例検討」で構成主義アプローチによる各種グリーフ演習も行いました。

2011年にも同様の強化セミナーを継続する予定です。

お詫び

前号「GCCの輪」で掲載された松家かおりさんの文章の一部に、編集作業上補足説明を加筆した件について、著者の最終確認のないまま掲載されてしまいご迷惑をおかけしました。紙面をお借りして深くお詫び申し上げます。

現在の活動及び今後のイベント予定 (9～2月)

グリーフ カウンセリング センター

東京都千代田区神田錦町 3-21
ちよだプラットフォームスクウェア



(写真提供: Emiko Sugita)

ひとりで苦しんでいる方、悩んでいる方、思い切ってGCCの扉をノックしてみてください。あなたの痛みをGCCは共に支えます。

GCCのカウンセリング、講座、勉強会のお問い合わせ先

Tel : 03-5259-8072

Fax : 03-5485-4762

E-Mail : suzuki@gcctokyo.com

URL : www.gcctokyo.com

編集後記

『コンパッション』は、GCCと利用者の皆様を結ぶ会報です。思いやりと共感をもって苦しむ人に寄り添うこと、およびグリーフの啓蒙・普及活動というGCCのミッションに基づき、編集・発行しています。皆さまからのご意見、ご感想をお寄せ下さい。またご投稿も歓迎します。

2010年9月～

- 9月2日～12月16日 第10期GCCグリーフ・カウンセラー養成講座基礎篇開講
講師 GCC 鈴木剛子
- 9月14日～12月14日 第5期GCCグリーフ・カウンセラー養成講座上級篇開講
講師 GCC 鈴木剛子、ほか専門家3名
- 9月28日～12月14日 麗澤大学オープンカレッジ「グリーフ・カウンセラー養成講座」
講師 GCC 鈴木剛子 (4回担当)
詳細は、麗澤大学オープンカレッジホームページへ
<http://rock.reitaku-u.ac.jp/>

2010年10月～

- 10月7日～12月16日 2010年秋期 上智大学グリーフケア講座
GCC 鈴木剛子講演
演題:「ホリスティックなグリーフ理解」
<自己の癒しと再生に向けて>
詳細は、上智大学ホームページへ
<http://www.sophia.ac.jp>

2010年12月

- 12月4日 (13:30～17:00) 第14回GCCグリーフ入門篇「1日講座」
講師 GCC 鈴木剛子
- 12月5日 (13:00～16:30) GCC 鈴木剛子講演
講演会&ワークショップ「流産・死産グリーフケアを考える」
詳細は、流産・死産経験者で作るポコズママの会ホームページへ
<http://pocosmama.babymilk.jp>

2011年1月～

- 1月13日～4月21日 第11期GCCグリーフ・カウンセラー養成講座基礎篇開講
講師 GCC 鈴木剛子
- 1月25日～4月19日 第6期GCCグリーフ・カウンセラー養成講座上級篇開講
講師 GCC 鈴木剛子、ほか専門家3名を予定

2011年2月

- 2月5日 (13:30～17:00) 第15回GCCグリーフ入門篇「1日講座」
講師 GCC 鈴木剛子

グリーフ・カウンセラー養成講座ご案内

入門篇: 1日講座。喪失、グリーフ、その後の再生について、概略的に、また正確に基礎知識を身につけます

対象者: グリーフに興味がある一般及び支援者のどなたでも

基礎篇: グリーフに関する基礎知識を学び、あらゆるテーマを包括的に考察し、ナラティブ・アプローチによるカウンセリング概論を理解します。全15回

対象者: 将来仕事としてグリーフ・カウンセラー、サポートグループのファシリテーター、グリーフ講座の講師などを希望される方、職業上ご遺族との接触が多い方など

上級篇: 死生学概論、ホスピス理念、カウンセリングにおけるナラティブ・アプローチ、家族療法、集団療法など講義と演習で理解を深めます。全12回

対象者: 原則的に基礎篇修了者、審査の上有資格と認められた方

トレーニング・コース: グリーフ・カウンセラー資格取得を目指す受講生最終コース。一日ワークショップ形式

対象者: GCC講習、基礎篇、上級篇修了者

※詳細は、<http://www.gcctokyo.com/> をご覧下さい。