

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

2011.12
Vol. 6

東日本大震災 特別寄稿

・「いわてから」

目次

ごあいさつ	1
東日本大震災特別寄稿 震災後のメンタルヘルスケア 智田文徳医師からのメッセージ 「いわてから」	2-3
GCC 活動報告 ・ダーシー・ハリス教授 1 日ワークショップ ・IWG メルボルン大会に 参加して	4-5 6-7
GCC の輪 「また会う日まで」 「誕生死した次男と共に生きた日々」	8-9
グリーフ・カウンセラーに 期待すること 「共感的なコミュニティ・メンバーとして の役割」	10
GCC 認定 グリーフ・カウンセラー紹介	11
GCC イベント・カレンダー	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



2011 年も暮れようとしています。皆さまはどのような思いで年の瀬をお迎えでしょうか。今年を省みて、3.11 の大災害に思いを馳せずにはいられない、たとえ直接に被害を受けなくてもあの衝撃は忘れられない、そんな思いで年越しされる方も多いのではと想像します。

ましてや、最愛の人を、住み慣れた家や町を、そして仕事を一瞬にして失った被災地の方々は今、この瞬間どうしておられるのでしょうか。今年の冬は、寒さがひとしおなのではと気がかりです。中には、喪失のあまりの大きさに、「復興」や「再生」という言葉さえ虚しく聞こえたり、その果てしない道のりを思って、圧倒されそうになったりする方もあるかもしれません。

そんなとき、重大な喪失からの再生には、時間がかかって当然であり、決して焦る必要はないということ、ぜひ、心に留めてほしいと思います。そして、大嵐が去った後には、日がまた昇り、母なる海の賛歌を口ずさむ日がやって来ることを、信じて歩んでいただきたいと願ってやみません。私は被災地の方々の底力を信じています。

私は、7 月末に岩手県沿岸部の被災地を訪れましたが、地元有志の方々にお話を伺った際、この地には、数百年にわたる災害の歴史があり、先祖代々伝わる自然との共存共栄の教えや、防災文化が育っていることを知りました。地元特有の叡智と日頃の訓練によって、今回、救われた命も多数あったことを知りました。地元の方々のレジリエンスを実感し、以来、きっと再起再生してくださると信じるようになったのです。

また東北地方では、この数年、自殺予防を目的としたサポートネットワークが根付き、震災後は、この仕組みが被災者のグリーフケアに向けて始動していると聞いています。こうした地元の自主性に多いに期待したいです。とはいえ、支援する方々の負担は想像以上にハードだろうと推察しますので、私は、支援者の支援と教育という役割を積極的に担っていきたいと思っています。その方向で既にご提案をしており、いつでも馳せ参じる心づもりでいます。

さて、GCC の活動に関して、2011 年後半は、カウンセリングおよび講座ともども、活発な動きがありました。最近、グリーフ・カウンセリングの有効性が、一般に認識され始めたようです。GCC 認定グリーフ・カウンセラーの活躍の機会も増えつつあり、来談者の方々には高い評価をいただいています。

講座については、6 月に第 2 回「認定グリーフ・カウンセラー向け強化セミナー」を 2 日間の日程で実施。今回は、カナダからアート・セラピストの上原英子先生をお招きし、アートによるトラウマ・グリーフケアの画期的な手法をご教授いただきました。また 7 月には、第 3 期トレーニング・コースを開始し、初回はカナダ King's University College よりダーシー・ハリス先生を招聘。1 日ワークショップを開催しました（詳細は本誌 4、5 ページ）。

私個人としては、7 月に日本ホスピス・在宅ケア研究会沖縄大会にてワークショップを指導しました。打ち解けやすい気質の沖縄の参加者たちは積極的にワークに取り組んで下さり、講師である私が多いに支えられました。また 10 月には死生学の国際学会 IWG メルボルン大会に出席したことをご報告します（詳細は本誌 6、7 ページ）。

最後に、来年こそは平和で穏やかな一年になりますように、特に、被災地の方々が希望の光を見出してくださることを祈念して、年末のごあいさつとさせていただきます。



東日本大震災特別寄稿

「いわてから」

智田文徳

特定医療法人智徳会 岩手晴和病院 理事長、社会福祉法人盛岡いのちの電話 理事

■ はじめに

早いもので、東日本大震災からもうすぐ10カ月が過ぎようとしています。今回の津波により、岩手県内では死者行方不明者合わせて約6000人の犠牲者を出しています。このことは、同時に数万人の方々が突然の喪失とグリーフを経験したことを意味します。震災後に私たちが行ってきた支援活動を紹介することで、被災地の今を皆さまにお伝えできればと思います。

■ 自己紹介に代えて

当院は、今回の地震と津波で甚大な被害を受けた三陸海岸から、約100kmの内陸に位置しています（病院の詳細は、当院HPをご覧ください <http://www.i-seiwa.com/>）。

盛岡市内では3月11日に震度6弱の揺れに襲われ、それから数日間は停電と共に深刻な物資不足を経験しました。それでも幸いにして人的被害や建物への直接的な被害はありませんでした。震災直後から自院の入院・通院患者さんへの対応に忙殺されましたが、沿岸地域の被災状況がメディアを通じて明らかになるにつれ、一刻も早く被災地に赴き、何らかの活動を行いたいと考えようになりました。

■ 警察官への惨事ストレス対策の実施

そんな中、私が嘱託医を務める岩手県警察職員共済組合から、岩手県警察職員約3000名を対象とした惨事ストレス対策についての相談をいただきました。すぐに実施に向けた協議を開始し、4月には全職員を対象としたスクリーニング（IES-R：改訂出来事インパクト尺度、K-10）を実施することができました。

ちだ・ふみのり●精神科医。岩手県盛岡市生まれ。特定医療法人智徳会岩手晴和病院（精神科病院、440床）理事長。滋賀医科大学医学部卒業、岩手医科大学大学院医学研究科修了。東京都立松沢病院、北里大学附属病院高度救命救急センター、岩手県高度救命救急センターにて研修。2年間の救命救急センター勤務を経て自殺問題に関心を持ち、岩手県内で地域住民、中高生を対象に医療アプローチによる講演活動に取り組む。震災後は岩手県釜石市内に臨時的診療所を開設。被災者を支援する警察官、行政職員ら支援者の心のケアにあたる。社会福祉法人盛岡いのちの電話理事、社団法人盛岡市医師会理事、岩手医科大学医学部神経精神科学講座講師なども兼務。



スクリーニングの結果、ハイリスク者と判定された方々は全体の1割弱でした。私たちは4月9日より週末を利用し、延べ67名の職員（看護師・保健師22名、精神保健福祉士10名、臨床心理士11名、事務職・



大津波に襲われ、全壊した岩手県大槌町役場。町長を含め、多くの命が失われた現場でもある。

運転手など）と精神科医3名を交代で沿岸の警察署に派遣し、16回の訪問により延べ126名の方の面接を行いました。

面接対象者には殉職した11名と直前まで行動を共にしていた方々も含まれており、その語りを通して私たちもトラウマの衝撃や喪失の悲しみを目の当たりにしました。また、殉職者のご遺族からも面接のご希望があり、数名の方にお目にかかっています。

■ 行政職員への惨事ストレス対策の実施

警察官の次に私たちが取り組んだのが、行政職員への惨事ストレス対策でした。人口約4万人の釜石市とその北隣にある人口約1万5千人の大槌町の行政職員を対象に、警察と同様のスクリーニングを実施しました。

その結果、釜石市では約3割、大槌町では約4割以上の職員がハイリスクとして抽出され、面接の対象者となりました。6月26日より、私たちは延べ97名の職員（看護師・保健師



東日本大震災後の4月9日に、岩手県釜石市内に開設した岩手晴和病院の臨時診療所で。智田医師（右端）をはじめ、看護師、保健師、精神保健福祉士、臨床心理士、事務職員らのチームが、盛岡市から出向き、支援者の巡回診療に乗り出した。行政職員、消防士、警察官ら、現地の支援者の心のケアにあたる岩手晴和病院チームの活動の様子は、地元紙・岩手日報4月11日の記事でも紹介された。（編集部）

39名、精神保健福祉士30名、臨床心理士6名、事務職・運転手など）と精神科医3名を交代で釜石市役所及び釜石保健所に派遣し、23回の訪問（11月28日現在）で延べ190名の方々の面接を行いました。

行政職員は地元生まれ育った方が大半であり、その多くが自らも被災しながら住民への支援を行っておられます。津波によるトラウマに加え、多重の喪失体験を経験されている方が多いため（いわゆるハイ・グリーフ）、岩手県職員である警察官に比べてハイリスク者の割合が高くなったものと考えられます。さらに大槌町では、今回の津波により町長含め全職員の3割に当たる41名が、死亡あるいは行方不明となっています。多くの方が家族を失った悲しみだけではなく、同僚を失った悔しさ、喪失感について語っています。

■ 今、被災地で起こっていること

被災地では、“復興”に向けた様々なスローガンが声高に叫ばれていますが、その陰で被災者の二極分化がじわじわと進んでいます。つまり、震災による喪失を乗り越え、前に進もうとする方々がいる一方で、こころの中の時計の針が3月11日で止まったままという人、つまり「復興の波に乗れない“被災の当事者”であり続けている人たち（安克昌著『心の傷を癒すということ』より。作品社、1996年）」が取り残されています。特にご家族のご遺体が依然として見つからない方たちでは、より深刻な印象があります。

一方で、大きな被害を受けていないが故の苦悩（サバイバーズ・ギルト）や、自分の生まれ育った町が流された喪失感を訴える方もおられました。

■ 今後の支援について

被災地を覆う悲しみはあまりにも深く、グリーフ・ワークにはどれだけの年月を要するのでしょうか。

「災害後のこころ、その多くは究極の状況における当然自然の反応。特に、喪失、悲嘆は人生そのものの問題であり（略）、『わかります』とは決して言えない、言ってはならない人生の



4月19日に盛岡市で開催された盛岡市医師会主催メンタルヘルス研修会で、智田医師は「震災ストレスに伴う精神疾患とその治療」の演題で講演。「余震の前の地鳴りで、3時間おきに目が覚める」「警察官なのに、流されていく人を助けられなかった」「私より優秀な上司が亡くなり、申し訳ない。どうして自分が助かったのか」…など、警察官の診察、面接を行った際の報告がされた。「今は私たちは震災直後の動揺を鎮める段階から、被災された方をケアする方々の心のケアを積極的に行い、PTSDへの移行を防ぐ節目に来ている。そのためにはトラウマ、心的外傷を少しずつ語っていただき、言葉にして体験を再構成していただく。そういった方々を前に、私たち医療従事者は、第一に害を与えてはいけないということを肝に銘じた」と語られた。同研修会では、GCCの鈴木代表による講演（本誌5号で報告）も行われた。（編集部）

領域（白川美也子）」である以上、こころに傷を負った人の主体性を損なわず、その人の回復のスピードを尊重した上で傍に寄り添い続け、その人たちが自らの力で「苦悩から何らかの意味を探求し、人生の意味を再構築（V.E. フランクル）」していけると信じ続けていきたいと願っています。

“心の傷を癒すということ”は精神医学や心理学に任せてすむことではない。それは社会のあり方として、今を生きる私たち全員に問われている（安克昌、同）

同じ岩手に住む者として、息の長い自分たちなりの支援活動を、これからも続けていきたいと考えています。

※大槌町の「槌」は、本来二点しんじょうですが、システム環境の都合により表示できないため、常用漢字の「槌」で代用しました。



GCC と智田文徳先生



本誌5号にて、GCCの有志12名が岩手県盛岡市へ震災後の支援に向いたことをご報告しましたが、この活動が実現したのは、他ならぬ地元の精神科医、智田文徳先生とのご縁でした。智田先生とは、2008年、『日本自殺予防学会』岩手大会で初めてお会いし、以来、グリーフ・ケアに理解のある精神科医の一人として、私は、先生に尊敬と期待の念を寄せています。また地元の方々からは「人の心の痛みに涙する」医師として慕われていると伺っています。

3.11大震災直後より、智田先生は、沿岸部で救助にあたる

県警察官のトラウマケア、市庁舎の職員のトラウマ・グリーフケアに、精力的に従事して来られました。自ら理事長を務める病院の激務のかたわら、土曜・日曜は盛岡から沿岸部へ出張し、多数のハイリスク者と面接し、PTSDの予防に奔走する智田先生の熱意と献身には、頭の下がる思いでした。

このたび、先生の寄稿文を掲載することで、被災地のメンタルヘルスの現状とニーズに対してより多くの方々が理解を深めてくださり、また支援者にとつての貴重な学びとなることを願っております。（鈴木剛子）

ダーシー・ハリス教授 GCC1 日ワークショップ

「日々、喪失と向き合い、生きる」

報告者 朱亀佳那子 (GCC コーディネーター)

GCC では、第3期トレーニング・コースの一環として、世界でも有数の『死生学・グリーフ学講座』で知られる King's University College よりダーシー・ハリス教授をお招きし、2011年7月31日に1日ワークショップを開催いたしました。

今回が初来日のハリス教授は、京都大学での講演を皮切りに、東京大学で開催されたシンポジウム「お産をめぐる喪失と生きがい」では、専門分野であるペリネイタルロスに特化した基調講演(演題「生殖をめぐる喪失とグリーフ」)及びディスカッションに参加。翌日行われたGCCでのワークショップは、ハリス教授に少人数で直接指導を受ける唯一の貴重な機会となりました。

ハリス教授は、講義の冒頭で「重大喪失とは死別に限らず、思い入れのあるもの全てが喪失の対象になりえます。東日本大震災以降の出来事にも思いを馳せ、人生の様々な喪失について今日は考えていきたい」と語られました。誌面の都合上、一部になりますが、講義のエッセンスをお届けします。

■喪失は人生につきもの

私は、喪失を「目に見えるもの、見えないものを含め、何かが二度と元に戻らない状況」と定義しています。今回、日本で出会った皆さんは、必ず私に地震と津波のお話をされました。生命が失われただけでなく、皆が安全だと思っていた「想定の世界」が崩れたのです。そのこと自体が大きな喪失を意味します。

重大な喪失によって「想定の世界」が崩壊すると、安心感が脅かされ、身辺が激変します。人の善意や世の正義も信じられなくなり、人生への期待や計画も粉々になり、自己認識も否定的になります。喪失は人生につきもので、物事は日々変化しますが、私たちは「何かが変わることに」抵抗します。それは、おそらく自分でコントロールできない状況を避けた



会場は、ニコラバレ・ホール(東京・四ツ谷)。右からダーシー・ハリス教授、通訳の木村綾子さん、同じく近藤正臣さん、鈴木代表。通訳2人の熱演は、大好評でした。

と思うからです。

平均寿命が伸びた分、私たちはより多くの人生体験に直面しています。たとえば、心身ともに就労可能な人がリタイアを迫られたり、慢性疾患を抱えて生きたりといったことは、以前には考えられなかった喪失です。ただ、人生途中で遭遇する出来事の影響をどう評価するかは、その人次第です。私たちは自己の想定に基づいて出来事を評価し、それには文化や社会の違いも反映されます。つまり、クライアントの喪失に関し、他者が評価を下すことに意味はありません。クライアントの人生を熟知するエキスパートは、他ならぬクライアント自身だからです。

■喪失を広義にとらえ、クライアントを支える

私は、グリーフとは『「想定していた世界」が壊れ、その世界の再構築を迫られる状態である」と定義し、さらに、「期待に反して変容した世界を学び直すプロセス」としています。また、愛する人の死だけでなく、期待や夢が破れることから発生するグリーフもあると考えています。

たとえば、私が面談した不妊治療中の女性のうち、9割もが治療のために仕事を辞めたり、勤務時間を短縮したりしています。子どもを産み、育て、その成長を見届けるといった期待が叶わないばかりか、経済的な喪失に加え、子どもを持つ人々への見方も変わり、自分の人生をコントロールできないという喪失も経験します。生殖をめぐる喪失は、他人の目から隠されている場合が多く、たとえば、流産に関しては妊娠という事実さえ知られていないことがあります。周囲に認識されない喪失は、社会的支援が得られないことを意味します。そのため、当事者のグリーフは容認されず、大きな苦痛を伴うこととなります。

夢や希望を失うことも、重大な喪失です。この種の喪失は、「意味の喪失」とみなすことができます。クライアントは「私の内面に秘められた何かがなくなった」という表現をしますが、手に触れることも他人に見せることもできないため、説明しにくいことがあります。この場合、支援者の役割としては、まず喪失に「呼び名を与えること」があります。クライアントが言語化によって喪失を認識できるようにし、喪失経験を検証する手助けをします。その過程で、クライアントに備わったレジリエンスと一緒に探そうにします。

他に、特殊なグリーフとして身体機能の一部や認知機能を失うといった「終わりのない喪失」(Bruce and Schultz)があります。いわば「生き続ける喪失」であり、喪失感の根柢が継続する限り、深いグリーフが続き、グリーフが慢性化する



ワークショップにはトレーニング・コース受講生をはじめ、GCC認定グリーフ・カウンセラー、医療関係者、支援者など34名が参加。写真は、喪失が自分にどのような影響を与えたかを知る演習。年齢を横軸に、引っ越し、失恋、死別など、経験した喪失を書き込む。

こともあります。また、ポーリン・ボス教授によって導入された「あいまいな喪失」という概念は、例としてはまず認知症が挙げられます。家族から見ると、本人の身体は存在するのに、心は存在しない状態です。それに対し、家族が行方不明という場合—今回の大震災のように—、残されたものにとっては心の中に愛する家族がいるのに身体がない状況もあります。喪失がはっきりすればグリーフを始められますが、あいまいな状態では当事者はどう反応したらいいかわかりません。

カウンセリングでは、私はクライアントの喪失をこうした概念で区別することはありませんが、この概念を説明することでクライアントが自分の経験を理解しやすくなるがあります。つまり、私たちは死別に限定せず、様々な喪失に思いを馳せ、クライアントと接することが大切なのです。

グリーフは健全な反応であり、病気ではありません。確かに、「想定の世界」が崩壊し、その後の現実に適応するのは、痛みを伴う困難なプロセスです。しかし、苦痛は人生の一部でもあります。ただ、「複雑化したグリーフ」に限っては、うつ病を発症した場合など、医学的な介入が必要になることもあります。悲しみに有効な処方薬はありませんが、不眠、集中できない、食欲不振などには薬があります。通常、精神医学やグリーフケアの訓練を受けていない人でもある程度の支援はできますが、複雑化したグリーフでは、体験者は話せば話すほど泥沼にはまるように辛くなることもあり、そうした兆候が見えたときは専門家の介入が必要であり、注意する必要があります。



ポストイットに書かれたのは、受講生が「喪失の経験を振り返った結果、学んだこと」。鈴木代表が読み上げ、通訳を介してその言葉を聞きながら、「喪失から学び、成長があると知っている支援者は、今喪失にある人に希望を提示することができます」とハリス教授。

■クライアントに「人生」を学ぶ

最後に皆さんにお願いします。グリーフにあるクライアントを前にしたとき、死別に限らず、様々な喪失があるということを忘れないでください。ク

ダーシー・ハリス先生をお迎えして

2000年から2年間、私はKing's Univ. College (カナダ)で『死生学と喪失およびグリーフ学』のプログラムを履修しましたが、当時、本プログラムの総責任者であったジョン・モーガン先生の右腕として教鞭をとられていたダーシー・ハリス先生を、このたび日本にお招きできたことはこの上ない喜びでした。私は両先生にたいへんお世話になり、お二人のおかげで今の自分があると思っております。

前述のプログラムは、死生学のパイオニアであるモーガン先生が30年前に立案実施し、私が留学した当初、世界でも類をみない充実した死生学の総合プログラムという評判でした。2003年以降、モーガン先生の後任者としてハリス先生が、恩師の築いたKing'sの死生学の伝統を守り、さらに発展させた功績は高く評価されています。

さて、ハリス先生はこの10年間に目覚ましい飛躍を遂げ、特に近年、自著も次々に上梓しています。直々に聴講できることに、私自身、期待がふくらみ、「モーガン先生じこみの格調高い死生学の哲学的基盤に、最新の実践理論を熟知し加味した講義」、ハリス先生にそのようなイメージを描いていました。そして、GCCの受講生はもとより本分野に関わる多くの方々に、ぜひハリス先生のワークショップを提供したい、そんな熱い思いから実現した今回のイベントでした。

ハリス先生が、難解な内容を研ぎすまされた簡潔さで語るスタイルには、さすが教育者として長年培われた実力が光りました。また個人的にはハリス先生と旧交を温めた感動の1週間で、先生が「今は亡きモーガン先生が今のあなたの働きを見て、あの世でどんなに喜んでいらっしゃるでしょう」と言われたときには、胸に熱い思いが込み上げてきました。(鈴木剛子)



GCCが共催した東京大学のシンポジウムで。ダーシー・ハリス教授(右)と鈴木代表。

ライアントには友人や同僚がいるかもしれませんが、彼らのグリーフに寄り添うことができるのは、あなただけかもしれないのです。

私は、グリーフ・カウンセリングを聖なる仕事だと思っています。皆さんの前に、クライアントは最も脆弱な状態で現れます。周囲から疎まれたり、自分自身にもうざりしているときを、皆さんは共に過ごすのです。共にいることで、クライアントは重大な喪失を経験していることに気付くと同時に、廢墟から立ち上がる不死鳥のように希望を見出すこともあるでしょう。私たちは、クライアントが未来の世界を創造する手伝いをしているのではないかと思います。

皆さんは、喪失により自分の人格が形成され、人生が深みを増したことに気付いているでしょう。大きな喪失を経験したクライアントといくと、私たち自身も人生を思い切り生きていこうと思うようになります。クライアントが人生の大切さを教えてくださるからです。皆さんも同じように思っていたらと思います。ご清聴、ありがとうございました。

「IWG メルボルン大会」に参加して

報告者 鈴木剛子

2011年10月23日から28日にかけてIWG (International Work Group on Death, Dying and Bereavement—『死生と悲しみを考える国際学会』) がメルボルンで開催され、参加して来ました。本誌4号では、IWG ラインランド(ドイツ)のご報告をしましたが、この学会は18カ月に一度、世界の5大陸を順に巡ります。ヨーロッパに次いで今回はオセアニアでした。

さて、日本からメルボルンはとても遠く感じました。直行便がなく、シドニー空港で乗り継ぎ、入国手続きをした後、バスで国内線ターミナルへ移動。成田からメルボルン空港まで、正味14～15時間の旅程でした。さらにIWGの会場は、メルボルン市の北西60KMに位置する、ヤラ・バレーというワインの産地だったので、空港からさらに1時間半、車に揺られることになりました。

■野性味あふれる自然の中で

会場のホテルは、風光明媚なゴルフ場の敷地内にあり、遠路遙々やって来ただけあって豊かな自然と静寂の中にたたずんでいました。時は春爛漫。見渡す限り青々とした芝生と、ユーカリなど珍しい樹木や野草が目を和ませてくれます。朝は、小鳥のさえずりで目を覚まし、ゴルフコースを散歩すれば、カンガルーに出合います。夜は、満天の星を頭上にいただき、幻想の世界に誘われます。ツインの部屋は、もったいないほど広々しているのですが、広大なオーストラリアでは標準なのかもしれません。

主催者が力説するIWGメルボルンのホスピタリティとは、「雄大な自然、閑静な環境、静寂さ、コアラやカンガルーなどの野生動物、新鮮な食べ物、ワイン、そしてフレンドリーなスタッフです」ということでしたが、その言葉に偽りはありませんでした。しかし、「海、大好き人間」で、犬以外の動物に馴染めない私は、ヤラ・バレーだけではオーストラリアを満喫したとはいえ、今回、カンタス航空のストというハッピーングもあって、予定時間



会場の地、ヤラ・バレーにはワイナリーが無数に点在。有名なChandon社へ見学に。

を繰り上げての帰国となり、メルボルン市内見物さえできなかったことは心残りではありました。この国をもう少し知っていたかったです。

■臨床家の心のふるさと、IWG

死生学を志す世界の方々と再会し、親交を深め、グリーフケアについて意義深い議論をし、有益な学びをし、目的を同じくするメンバーたちと励ましあうという経験は、IWGならではのもの。何ものにも代え難い、貴重な宝物をおみやげにいただきました。アクセスがハードでも参加したいと思う理由は、この点に尽きるのだと思います。限られた誌面で、通算、6日間の会議の全容をつまびらかにご紹介はできませんが、私の心に強く残った事柄2点についてお話しし、多少なりとも学会の雰囲気をご想像いただければ本望です。



写真上/学会での緊張感を解くゴルフ場ののどかな風景。下/緊張して発表する筆者

■世界の関心が集まる日本の災害

第1の点は、今回、主催者より東日本大震災のその後、特に被災者のケアの状況について、日本人のメンバーたちに発表してほしいと依頼がありました。それを受けて、石井千賀子先生(ルーテル学院大学)、得丸定子先生(上越教育大学)と私の3名で、日本出発直前に、急遽、発表内容の打ち合わせをし、スライドの制作まで何とかこぎ着けました。『世界の自然災害』と題したセミナーで、本年大規模災害を被ったオーストラリア(水害)、ニュージーランド(地震)、そして日本(地震と津波)、これら3カ国の代表が夫々経験談を語りました。

司会は、災害支援ではその道40年の大ベテラン、パークス先生でした。先生は9.11のテロ事件やスマトラ沖地震の事後にも現地におもむき、被災者のトラウマ・ケアに従事され、関連の報告書や論文も多数あります。3.11の直後から、被災者支援に関する様々な文献を送って下さいました。ルビン先生やマルキンソン先生からもトラウマ・ケアに関する膨大な論文が届き、ニーメヤー先生からは『被災地の方々へのお見舞いのメッセージ』(本誌5号でご紹介)を頂戴し、その他

IWGの多くの方々が日本に心を寄せて下さったので、今回の発表は、皆さんに謝辞を述べるよい機会ともなりました。

さて、私たち日本チームの発表内容ですが、災害後のケアについて現時点(10月末)で包括的かつ断定的なことを語るのは早計であり、またそのような立場でもないの、自らの支援活動から考察した範囲で、急性期の『心理的ファーストエイド』『東北沿岸地方のレジリエンスと支え合い』『災害と日本人のスピリチュアリティ』などのテーマでまとめました。その結果、多くの方々が感銘を受けたと評価して下さい、安堵いたしました。「苦難に直面し、希望を棄てない日本人」というイメージを世界に向けて発信できたかと思えます。

■テーマ別グループ討議へ参加

第2の点は、IWGの特色であるテーマ別グループへの参加についてです。初日に、討議したいテーマを全員から募り、挙手をしてどのグループに参加したいか意思表示しますが、その結果、今回は8テーマ、8グループが結成されました。私は、石井千賀子先生とご一緒に、前回同様、「複雑化したグリーフの心理療法」を選びました。参考までに、他の7テーマは、1) 職場と死の話題、2) 死生とビリーブメントの社会学、3) グリーフの用語、4) 人の有限性と向き合う、5) 身内を亡くした子ども、6) 終末期に関わる倫理的問題、7) 複雑化したグリーフとDSMV文書化の問題、などです。

私が参加した「複雑化したグリーフの心理療法」グループには、GCCの受講生にもお馴染みのデーケン、ニーメヤー、ルビン、マルキンソン、ウォグリン先生をはじめ、子どものグリーフの専門家3名、小児ホスピス医(オーストラリア)、精神科医(台湾)、心理療法家(アメリカ、オーストラリア、オランダ)など、多国籍、多種多彩の顔ぶれで総勢14名でした。

私にとってIWGの最大の魅力は、こうして世界各国の第一線で活躍する経験豊富な臨床家たちから、具体的なグリーフ・トラウマ介入の示唆に富むアドバイスをいただけることです。今回も、グループメンバーのうち、4名が自身が担当した困難な事例を紹介し、それに対してグループで検証しました。



東日本大震災についての発表を終え、司会役のパークス先生と。鈴木剛子、石井千賀子、得丸定子(敬称略)。

その過程で国籍を問わず、臨床家の抱える悩みや疑問の普遍性が明らかになりました。

■仲間から学び、支えられて

多くの学びの中から2~3挙げると、1) クライエントの文化的、社会的、成育上の背景を理解

せず、行動面に現れたことだけで、グリーフ反応をノーマルか複雑か、安易に判断することは正しくない。2) 慢性化したグリーフの困難性は、クライアント自身が変革や改善を望まず、グリーフの状態に固執することにあり、カウンセリングが行き詰まることもある。カウンセラーはそのことでジレンマを感じたり、自己を責めたりする必要はない。3) カウンセリングの結果が全て良好とはいえなくても、カウンセラーは全ての結果について予測し、コントロールすることなどできないと納得すべき。以上ですが、熱意、慈愛、思いやり、責任感に満ちたカウンセラーほど、様々なジレンマを抱える傾向がありますが、1~3のアドバイスはこの仕事に関わるものにとって大変参考になります。

この議論の中で、デーケン先生がガブリエル・マルセルの「プロブレム(問題)」対「ミステリー(神秘)」論を紹介され、解決できないことに対する謙虚さをもつことと、人知では解決できないことが神秘の力で解消することがあることを認識する必要性について話され、グループは多いに納得しました。

こうして4日間、通算9時間を臨床家たちが共に過ごし、ワークすることによって、グループの間には親密感と信頼感が増していきました。最終回が近づくと、誰が始めるともなくメンバーたちは個人的な喪失体験を語り始め、まるで「分かち合い」の会のようになりました。皆さんが「心に傷を負った癒し手」であることを知りました。会期中に感じたグループの包容力、温かさ、居心地のよさは一体どこから来るのでしょうか。「まるで魂のふるさとへたどり着いたようだ」「もっとここにいたい」、そんな去り難い思いを持ったのは私だけではなかったようです。2013年、カナダ・ビクトリア島での再会を誓いあい、グループは散会しました。

まとめとして、実に活発に、忙しく働いたIWGメルボルン大会でした。特に全体会の発表は、居並ぶ大先輩を前に、英語で、時間の制約の中で話すこととなり、多いに緊張しました。しかし日本の代表として大役を無事に果たしたことで、私たちチームは達成感も味わいました。ご褒美にいただいたヤラ・バレエのシャンパンは絶品だったことを申し添えます。



ニーメヤー先生と再会。筆者が参加したグループのリーダーでした。

「また会う日まで」

梅谷養二

GCC グリーフ・カウンセラー養成講座 トレーニング・コース受講生



「またね」という言葉を最後に私に残し、2011年2月に召天された妻。60年間連れ添ったかけがえのないベターハーフ。

私が、グリーフ・カウンセリング・センターの存在を知り、そして鈴木剛子先生とお会いしたのは、数年前のことでした。

それは、「東葛・生と死を考える会（現 NPO 法人千葉県東葛地区 生と死を考える会）」が鈴木先生を講師としてお招きし、講演会を開いたときでした。それ以前に、私は、「ecc」と呼ばれているキリスト教カウンセリングセンターでカウンセリングを学び、資格を取得し、ecc の認定カウンセラーとして奉仕してきました

その間、米国のウィリアム・グラッサー博士が提唱した選択理論を、柿谷正期先生が日本に導入され、日本リアリティセラピー協会を設立されましたが、私は、そこでも学ぶ機会が与えられたことは幸いでした。私は、長年にわたり、喪失を体験して苦しんでいる人や、またターミナルケアの患者さんと『共にいるもの』という役割を務めることを願っていました。けれども、その道が開かれていませんでした。

しかし、鈴木先生との出会いで、私にその道が開かれ、希望の光が与えられたのです。そして、早速、グリーフ・カウンセリング・センターでの学びが始まりました。基礎篇、上級篇、トレーニング・コースへと学び進んでいきました。

それは、文字通りの「八十の手習い」であり、私が住んでいる千葉県我孫子市から、東西線竹橋駅にあるグリーフ・カウンセリング・センターへの通学は、夏の日照りや寒い冬の日には、かなり重荷となりました。しかし、私の心の中は、「魚が豊かな水の中に返されたように」生き生きとして、心はずむ日々でした。その学びの中では、著明なロバート・ニーメヤー先生との出会いもありました。トレーニング・コースでカウンセリング界の諸講師を迎えての学びが与えられたことは、まことに幸いでした。

今年の2月、私は60年間連れ添った妻を天に送りました。かけがえのないベターハーフともいわれる妻を老いの坂で失ったグリーフは、まことに耐え難いものでした。しかし、この辛い体験は、私にとって天から与えられた幸いな学習の場でもあったのです。

高齢でしたが、健康であった妻が、突然、医師から告げられた病状は、肺がん第4ステージであるということでした。

私たち夫婦とファミリーの皆が、時として私たちの人生に起こりえる想定外の出来事を体験したのです。

私たちのファミリーは、幸いクリスチャンでありましたので、死と向き合うことを恐れたり、避けたりすることなく、医師の宣告から召天までの一年間、別れの備えをすることができました。

召される前日、妻が私に残した最後の言葉、それは、「またね」という言葉でした……。そのとき、私たちが最後に言い交わす言葉、また言い残す言葉は、とても大切であると思われました。この「またね」という妻の言葉に、私はどれだけ慰められているか分かりません。なぜならば、その言葉は、「もう会えない」というのではなく、「また会える」ということを語っているからです。そしてまた、その言葉は、大事な別れの時の言葉でありながら、いつも生活の中でよく使われている言葉であるという幸いを、思わずにはおれません。

2011年12月3日は、トレーニング・コースの修了試験の日で、そこでは筆記試験と個別面接が行われました。

結果発表はこれからですが、幸いに合格したとしても、それで、グリーフワークの学習が終わるわけではないと思います。「生涯学習」という言葉の通り、私は、いつまでも学び続けつつ、たとえ私にとって残された日々がそう多くなかろうとも、悲嘆の中にある人々と共に歩むことができるとするならば、まことに幸いであると思っています。そのような経験をみやげ話として、いつの日か天国にいる妻と再会するときに話せることを、楽しみにしています。



自身の近況を伝える小冊子「あらか野 四季の歌」。2011年5月に発行した第1号は妻を天に送ったばかりの時につくり、人生の秋や冬を思わせる歌が多かったが、8月に発行した第2号（写真）はその温度がいくらか違ってきたと感じている。



筆者の住む「あらか野」は自然の姿が美しく、四季折々に花の歌声が聞こえてくるよう。花は生活に彩りを添えてくれるだけでなく、私たちの心がうなだれている時、明るい笑顔を向け、慰めてくれる。写真は小冊子「あらか野 四季の歌」第2号より筆者撮影の「夏の草花」。

GCC の輪 ②

「誕生死した次男と共に生きた日々」

川島恭子

GCC グリーフ・カウンセラー養成講座 基礎篇修了生

1984年6月1日夜。陣痛を感じ、夫と共に病院に行くと、超音波映像を見ながら医師に、「これが赤ちゃんの心臓です。これが心臓の弁です。ご覧のように弁は動いていません。残念ながら赤ちゃんは亡くなっています」と宣告されました。

驚愕し、泣き叫びました。私が上手に産んだら元気に産まれて来るかもしれない……そう思い、苦しい出産に耐えました。上の子たちと同様に夫は立ち会いました。産まれてきた子は可愛い男の子で陽介と名付け、夫と私で抱っこし、4歳のお兄ちゃん、3歳のお姉ちゃん、おばあちゃん方にも会いました。

産科病棟での入院は辛い日々でした。どこかで猛獣が吠えていると思った声は、私自身の泣き声でした。「お母さんは目を開けている陽介の顔を見たい」。そう思うと、陽介は眩しそうに可愛い目を開けて私を見てくれました。「陽介、どこへ行くの?」。そう思うと、陽介が寝ている揺りかごは真白い布に包まれ、鳩たちがその布をくわえて空高く上って行きました。空は真っ青で、陽介を守るように天使が導いてくれました。「どんな声をしているの?」。そう思うと、野原から「お母さーん」と走ってきて可愛い声を聴かせてくれました。自分が寝ているのか起きているのかも分かりませんでした。部屋にきた看護師は「他のお母さん方もいるので、あまり大きな声で泣かないで」と言い、私は小さなお骨になった陽介を連れ、早めに退院しました。

「神様は私の罪のせいで我が子を死なせるはずがない」と、頭では分かっているけど、罪悪感や自責の念が沸きあがってきました。早くあの子の側に行きたい、でも上の子たちを思うとそれさえ出来ない自分に絶望しました。神様はなぜ私ではなく我が子と呼んだのか、起こってしまった事の「意味」を探し求めること、それは避ける事が出来ない大切な「仕事」になりました。

ある時、夫が「これを陽介だと思って付けていけば、いつも一緒だよ」と、真珠と小さなダイヤをあしらったハート型のペンダントをプレゼントしてくれました。うれしくて陽介が帰ってきたように思い、身につけました。「いつか天国で陽介に会うとき、お互いに分かるかな」と夫に聞くと、「ちゃんと分かるようになってから大丈夫」と答えてくれました。この言葉に私はとても安心しました。幼い兄姉は、きれいな葉っぱやおやつを「はい、陽ちゃん」と仏壇に供えました。

料理をしていると急に背中が重くなり、陽介がおんぶにきたのが分かり、歩いていると陽介が私と手を繋いでいるのが分かりました。5年半後、同じ病院で妹が生まれ、陽介はお

兄ちゃんになりました。分娩台で生まれたばかりの次女を抱きしめながら、「陽介は二度と戻って来ない」と改めて思いました。日々を重ねる中、時々、重い買い物袋が急に軽くなり、「陽介が持ってくれている」とあの子の成長を感じました。

我が子の死産から22年後、私はある大学のカウンセラー養成コースの受講生



夫からのペンダントや子どもたちからの押し花を入れた陶器の入れ物。

になっていました。その授業で、苦しかったけれども死産を追体験しました。級友の一人が陽介役をし、私は「上手に産んであげられなくてごめんね」と謝りました。当時、私のベッドの枕元には可愛い人形のパジャマ入れがあり、お骨を包んだ産着とひよこ模様のバスタオルが入れてありました。授業から数日後のよく晴れた日、それらを産湯に入れるように優しく洗うと、パジャマ入れは形がなくなるほどバラバラになってしまいました。それは、まるであの子が「僕はもう大きくなったよ。心配しなくても大丈夫。」と親離れをしたようでした。産着とバスタオルを干しながら、「お母さんの子どもでもありがとう。いつまでも覚えているからね。また会おうね」と語りかけた時、あの子が微笑みながら天国へ「帰っていく」のを感じました。私の「グリーフとの和解」はこの時だったと今思っています。

その後に機会を得たGCCでの学びは、「あの時は、ああ思っても仕方なかった。むしろ当たり前の感情だった」と私に安心と勇気を与えてくれました。そして現在に生きる過去を、現在を生かす過去にするためにも積極的にグリーフと向き合い、気持ちを整理する大切さを学びました。またこの夏、私は在宅での叔母の看取りを通じ、GCCで学んだように、死に行く人の人生の総括と死への恐れ、限りない惜別の思いを受け止めるには、自分が死生観をきちんと持つことが重要と改めて実感しました。

この原稿を作成中、長男夫婦に初めての子どもが誕生しました。次男が誕生死した病院です。幸せそうな夫婦を見ると、私もうれしく安堵の思いがします。でも、今この時どこかで泣いている親がいると思うと心が痛み、側に行きたくて抱きしめたくくなります。この時期に原稿を書く機会を与えられた事に特別な意味を感じ、深く感謝しております。

グリーフ・カウンセラーに期待すること

コンパッションネット

「共感的なコミュニティ・メンバーとしての役割」

山崎浩司

信州大学医学部 准教授

私が初めてグリーフ・カウンセラーに出会ったのは2007年で、それは幸運にも鈴木剛子先生でした。東京大学の死生学講座に講師として着任したばかりだった私は、ちょうどグリーフへの関心を強めていたところでした。いのち教育研究で著名な上越教育大学の得丸定子先生に鈴木先生をご紹介いただき、翌年一緒にマウント・アイダ大学全米死の教育センターのキャロル・ウォグリン先生をお招きし、東大でワークショップを共催することになりました。

その後、私が東大を離れるまでの4年半の間に、GCCの方ならどなたもよくご存じのロバート・ニーマイヤー先生、ご夫婦でグリーフワーク/ケアの専門家であるトーマス・アティッグ先生とエリザベス・デイヴィス先生、そして鈴木先生の大学院時代の恩師であるダーシー・ハリス先生を、やはり共同で日本にお招きすることができました。こうした超一流の死生学者のお話を聴く機会を皆さんに提供させていただけたのも、鈴木先生が日本のグリーフをめぐる現状を少しでも改善しようとカウンセリング・ルームを飛び出して具体的な行動を起こし、東大死生学と連携してくださったからです。非常に感謝いたしております。

ところで、「カウンセリング」という語にはプライバシーが保たれた室内で1対1で向き合う、というイメージがあるかと思えます。精神科医などによる「臨床」のイメージと重なるからなのかもしれません。しかし、グリーフ・カウンセラーの皆さんに私が期待することは、死別を悲しむ人びとに対して閉じた空間で臨床的な支援をすること以上に、誰もが心おきなく死別を悲しむことができるようなコミュニティを作り、発展させていってくださることです。

私は最近、オーストラリア出身の社会学者、アラン・ケリヒア先生が提唱する「コンパッション・シティーズ」(Compassionate Cities)という概念をもとに、心おきなく逝ける・看取れる・死別を悲しめる社会を作っていく可能性について検討しています。お気づきのように、この概念には、本誌のタイトルである「コンパッション」の語が含まれています。表紙の説明のとおり、語源から「共苦」と訳されたりもしますが、私は「共感」の語を選び、「共感都市」と訳しています。共にすることの中心は、同じコミュニティに属する他者の苦しみやうれいかもれませんが、やはり喜びも含め彼らが感じたこと、さらには観たことや観ようとしていることでもあってほしいと思うのです(共感、共患、共歓、共観、すべて「きょうかん」と読めます)。

ケリヒア先生によれば、この意味での「共感(コンパシ

ン)」は、個人の喪失をコミュニティ全体の喪失ととらえ、喪失を経てなおコミュニティのメンバー全員が健康に生活できる環境を作るために、具体的な行動を起こさせる倫理的な基盤であ



2008年9月のロバート・ニーマイヤー先生の東京大学での講演会後に記念撮影。左から島菌進東大教授、ニーマイヤー先生、鈴木剛子GCC代表、筆者

る、といえます。つまり共感的(コンパッション)なコミュニティ・メンバーは、共感を個人的な感情のレベルにとどめず、自分の住む町、職場、学校、地方行政などの環境を、人が心おきなく死別を悲しむことができ、なおかつ必要な人には支援が行き届くように変えていく責務があるというのです。

3・11を体験した今の私たちには、この意味がよくわかるのではないのでしょうか。しかし、こうしたコミュニティ作りは、大災害のときにだけ必要とされるものではなく、私たちが何気ない日常を送っているときにも、継続的に行われねばならないことです。なぜなら、喪失とそれによる悲しみは、形は異なっても時代や状況にかかわらず、すべての人間が必ず経験する普遍的なものだからです。

現代日本で具体的に環境を変えていくことは容易なりませんが、誰もが健康に心おきなく死別を悲しめる共感都市を作り支えていくうえで重要な役割を果たせるのが、喪失に対する共感力を持ち、共感を強め、具体的な行動に転換する技をもつグリーフ・カウンセラーだと思うのです。鈴木先生が東大死生学に対してしてくださったように、皆さんにもGCCで築かれている共感的コミュニティを、外の社会に広げていただくことを期待しています。

山崎浩司先生へ「はなむけ」の辞

このたび、山崎浩司先生が東京大学大学院人文社会系研究科の要職を辞され、新天地、信州大学医学部にご就任されましたことを、心よりお喜び申し上げます。省みれば、東京大学ご在任中、GCCと私は、山崎先生に感謝してもしきれないほどお世話になりました。GCCがヨチヨチ歩きを始めたころよりご寛大にもお引き立て下さり、東京大学とのイベント共催などという榮譽ある機会を度々与えていただきました。「世の7不思議」などといわれても当然至極ですが、今後とも微力ながらグリーフ・ケアの分野発展のために励むことで、山崎先生に賜りましたご厚誼にお応えしたく思っております。先生の益々のご活躍を確信し、ご期待申し上げております。(鈴木剛子)

GCC 認定グリーフ・カウンセラー紹介

現在、GCC 認定グリーフ・カウンセラーは 19 名。本年さらに数名が資格取得予定です。GCC で基礎篇、上級篇、トレーニング・コースで修練を積み、現在、GCC での委託カウンセリング、講師をはじめ、各界で活躍する認定カウンセラーを紹介します。

榎林康子 (ID-No.0004)

● GCC での学びのきっかけと感想

個人的に看取りの体験が多く、中でも一人息子を亡くしたことがきっかけです。自分の喪失感を癒しつつ、心理学や心理療法を学んできましたが、それまでに学問的に整理して学ぶ機会のなかったグリーフ・カウンセリングについて習得するよい機会と思い、参加しました。グリーフを専門に本格的に学べたことは、様々な心理療法を用いてグリーフケアやグリーフカウンセリングを実践する時にも、理論的な確かな支えになっています。

● 現在の活動

現在、児童相談所の一時保護所で心理療法士として働いています。保護されている児童のほとんどは親や家族、自分の居場所をなくして、様々な喪失にさらされています。子どもはグリーフに伴う感情をそのまま表面には出しません。子どもたちの抱える喪失感を汲み取った上で接することが、傷付きやすい彼らとカウンセラーの関係性を安全にしてくれます。

その他、子どもとのグループワークで命の教育を取り入れたり、大人のワークショップでも必要な時はグリーフを扱ったり、グリーフケアについてお話することもあります。

● 認定グリーフ・カウンセラーとしての今後の抱負

カウンセリング自体がまだ日本では根付いているとはいえませんが、特にグリーフに関しては、辛い感情に対処できないまま、長い時間が経過しても傷が癒えないことが多いように思います。クライアントが大切な人やものをなくした現実や、それに伴う喪失感を受け入れて、そこからどのように再出発するか。単に悲しみを癒すだけではなく、クライアントが人生を再構築するプロセスに、安心感を与えつつ、寄り添わせていただけるセラピストでありたいと思います。



9月に熊本で開催された日本尊厳死協会主催『日本尊厳死協会くまもとの市民フォーラム』で、看取りの体験から学んだことについて特別講演。

うめばやし・やすこ ●横浜市立大学国際関係学科卒。一人息子を白血病で亡くし、その喪失体験を機に様々な心理療法を学び、米国でビジョン心理学のトレーナーコースを修了。併せて大学で心理学を学び直して学位取得。夫婦で15年間、毎月、癒しと成長に関わるワークショップを主催。昨秋に夫を亡くし、現在はマインドビジョンの代表として、グループワーク等を継続しつつ、児童相談所で思春期児童の心のケアと自立支援にも携わる。産業カウンセラー、心理相談員

柳玉江 (ID-No.0010)



キャリアに関する講師を中心に、個別カウンセリングでは一人一人を心から尊重し、一緒に「働くこと、人生」をデザインしている。クライアントの笑顔が何よりの宝物。

キャリアに関する講師を中心に、個別カウンセリングでは一人一人を心から尊重し、一緒に「働くこと、人生」をデザインしている。クライアントの笑顔が何よりの宝物。

● 現在の活動

財団法人にてセミナー講師の仕事をしています。また産業

● GCC での学びのきっかけと感想

私は6年前、愛する夫を亡くしました。そのあまりのショックに呆然としてしまったのです。それまで20年以上もカウンセリングの勉強をし、カウンセラーとして活動をしていましたが、今までの知識と経験の範囲を越え、知らない世界へ放り出されたように感じたのです。

そんな時、鈴木先生に出会えたのは幸運でした。私の求めていたものがGCCにはありました。グリーフについて

鈴木先生をはじめ、国内外の第一線で活躍されている専門家の方々から直接講義を受け、最新のグリーフ理論を学ぶことで、自分の悲嘆の正体分かりました。さらにグリーフケアの実際を学び、自分の心の状態も明確になり、生きていく意味も新たに見出すことができたのです。

カウンセラー協会ではカウンセリングの実技指導と理論講義をしています。昨年以來、当該協会にて産業カウンセラー対象のグリーフ・カウンセリング講座を立ち上げ、GCC 講座で学んだことを伝え、グリーフについて理解を深めてもらうことに尽力しています。そしてGCCでは昨年からはグリーフ・カウンセラー認定資格を実践に生かす機会をいただき、クライアントさんを担当させていただくようになりました。

● 認定グリーフ・カウンセラーとしての今後の抱負

今後はグリーフケア、サポートの実践はもとより、自身のグリーフ・カウンセリング専門知識の向上に努めていきたいと思っています。また、広く社会に対してグリーフについて関心をもっといただき、志をもって実践して下さる方々と共に、一人でも多くの方が笑顔を取り戻していただけるように力を尽くしていきたいと思っています。

やなぎ・たまえ ●労働省東京労働局・公共職業安定所に約30年勤務。うち2年間労働省労働研修所(現労働大学校)の教官として全国職業安定行政職員の教育に携わる。退官後はキャリア研究所YANAGIの代表として、キャリア・カウンセリング、講義を実施。現在は財団法人で、各種セミナー講師等を実施。シニア産業カウンセラー、国家検定2級キャリア・コンサルティング技能士、MBTI認定ユーザー、交流分析士、DISC認定コンサルタント等の資格を有する

GCC イベント・カレンダー（9～2月）

2011年9月

- 7月31日～12月3日 第3期GCCグリーフ・カウンセラー養成講座トレーニング・コース全課程
10講座開講
講師 GCC 鈴木剛子／招聘講師 ダーシー・ハリス、中村俊規、田代順、石井千賀子、福井至、水野治太郎（敬称略、講座開講日程順）
- 9月1日～12月15日 第12回グリーフ・カウンセラー養成講座基礎篇開講
講師 GCC 鈴木剛子
（10月27日 代行講師 GCC認定グリーフ・カウンセラー 法月雅喜）
- 9月9日 日本産業カウンセリング学会第16回大会 自主シンポジウム内
講演 GCC 鈴木剛子
演題 「トラウマとグリーフへの介入～トラウマ的死別からの再生に向けて」

2011年10月

- 10月3日 岩手県盛岡市訪問 聞き取り及び支援打ち合わせ GCC 鈴木剛子
- 10月12日 上智大学主催、上智大学グリーフケア研究所協力
第3回 東日本大震災に関わるグリーフケア・セミナー
報告者（講演）GCC 鈴木剛子
演題 「ケアにかかわる人びとの意義と役割・被災者の再生と創造を支援する」
- 10月23日～28日 国際死生学学会IWG オーストラリア・メルボルン大会
参加および「東日本大震災後のケア」について共同発表 鈴木剛子

2011年11月

- 11月5日～11月26日 桜美林大学アカデミー
「喪失・悲嘆に向き合うグリーフ・カウンセリング（初級～中級）」
講師 GCC 鈴木剛子（全3回担当）
詳細は、桜美林大学アカデミーホームページへ
<http://www.obirin.ac.jp/extension/school/academy/>
- 11月8日～11月22日 麗澤大学オープンカレッジ
「グリーフカウンセリング講座（初級から中級へ）」
講師 GCC 鈴木剛子（全3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/>

2011年12月

- 12月3日 第3期GCCグリーフ・カウンセラー養成講座トレーニング・コース
修了および認定資格試験（筆記及び個別面接実施）
- 12月11日 第19回 GCCグリーフ入門編「1日講座」開講
講師 GCC 鈴木剛子

2012年1月

- 1月17日～4月17日 第7回グリーフ・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3～4名
- 1月28日 第20回 GCCグリーフ入門編「1日講座」開講
講師 GCC 鈴木剛子

2012年2月

- 2月9日～5月24日 第13回グリーフ・カウンセラー養成講座基礎篇開講
講師 GCC 鈴木剛子

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：杉田恵美子）

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 : info@gcctokyo.com

URL : www.gcctokyo.com

編集後記

『コンパッション』は、GCCと利用者の皆さまを結ぶ会報です。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、ご感想をお寄せください。またご投稿も歓迎します。

編集人 鈴木剛子

編集 朱亀佳那子

デザイン 法月雅喜

英国の雑誌『Bereavement Care』に GCC代表の鈴木剛子の寄稿が掲載されました。

英国グリーフケアの全国ネットワーク、CRUSE（クルーズ）の発行する雑誌『Bereavement Care』Vol.30（December2011 No.3、Routledge刊）に、GCC代表・鈴木剛子の寄稿が掲載されました。題名は『Our quest for meaning in the face of nature's wrath: reflections on the Tohoku earthquake and tsunami』です（P.2～4に掲載）。詳細は下記、関連サイトをご覧ください。
<http://www.crusebereavementcare.org.uk/BCinside.html>

