

# 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

## 2011.6 Vol.5

### 東日本大震災特集

- ロバート・ニーメヤー教授から  
東日本大震災被災地の方々への  
お見舞いのメッセージ
- GCC 岩手・盛岡訪問支援報告

### 目次

ごあいさつ	1
ロバート・ニーメヤー教授 から被災地の方々への お見舞いの言葉 「トラウマ的喪失にどう向き合うか」	2-3
GCC 活動報告 岩手・盛岡訪問支援報告	4-6
グリーフ・カウンセラーに 期待すること 「大学カウンセラーの視点から」	7
GCC の輪 「三世代にわたるグリーフ」 「私のグリーフ」 「父が伝えたかったこと」	8-10
支援者の声 医療の現場から 「臓器提供におけるグリーフケア」	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



コンパッション 5 号を当初の予定より 1 カ月遅れて、「東日本大震災特集」としてようやくお届けする運びとなりました。3 月初旬、編集作業に取り組もうとしていた矢先に、日本の国は東日本大震災に見舞われました。全ての想定が崩れた瞬間でした。映像が映し出す大津波の猛襲、頑健な建物や大木がへし折られ、流されていく様はこの世の光景とは思えず、息をのみました。東北沿岸部の町の多くが跡形もなく消え去り、あの風光明媚なリアス式海岸は過去の幻影と化してしまいました。

大津波は、国内災害史上類を見ないほど多くの命を奪い去りました。現時点で、災害の犠牲となった死者の数は、1 万 4817 人、行方不明者 1 万 171 人です（5 月 5 日午後 4 時現在、警視庁まとめ）。行方不明という言葉に当初は一縷の希望を感じていた人々も、時が経つに連れて絶望感を募らせていったことでしょうか。一瞬のうちに 2 万 4988 人の命が奪われたという厳粛な出来事を、いかに受けとめたらよいか戸惑いを禁じえません。非業の死を遂げた方々を悼み、その魂の平安を祈り、頭を下げるばかりです。

そして、最愛の身内や知人を大津波に奪われた被災者に思いを馳せるとき、胸が塞がり、彼らの悲痛な叫びを報道で聞かされたときに涙が込み上げてきます。「家がなくても、電気がなくてもそんなこと何とも思わない。あの子さえ見つければ」と必死に我が子を探していた父親。「息子と夫が行方不明なんです。早く見つけてもらわなければ、やるべきこともできないんです」と顔をこわばらせて語った年配の女性。次々と語られる悲しみ、しかし私たちが耳にするのはほんの氷山の一角に過ぎません。恐らく被災地には、2 万 4988 人の 10 倍近い人々がグリーフを抱えたことになるからです。

大震災の前と後では、人々の心境がすっかり変わってしまったといっても過言ではないでしょう。地震と津波の一次災害に加えて、福島第一原子力発電所事故の問題は二次災害の不安までもたらしました。私自身、「3.11」の前に計画していたことはペンディングにし、以来、今、やるべきことは何であろうかと自問自答する日々が続きました。多くの日本人がそうだったように。ましてや、死生学を学び、グリーフケアに携わる私どもにとっては、今、サポートを必要としている方々のために役に立たなければという思いが日増しに募りました。

そんな私たちに機会が到来しました。4 月中旬、私は GCC の仲間たちと共に、被災地、岩手県へ支援訪問することになったのです。盛岡市を訪れ、岩手県社会福祉協議会、盛岡市医師会、岩手県警察、県立盛岡第一高等学校などを訪問し、現場でトラウマケアやグリーフケアに従事する支援者たちから実情を聞き、助言や講演をさせてもらうことになりました（詳しくは本誌 4、5 ページをご参照ください）。盛岡で出会った県教育委員会のある方が、「盛岡市内はさしたる被害がなかったのですが、盛岡の人間で沿岸部の被災地に知り合いのいない者はいません。盛岡全体がグリーフしています」と言われたことが心に深く刻まれました。

今回の訪問を第一歩として、必要などころに、必要な相手にどのように支援の手を差し伸べていけるのか、今、私たちはその課題に取り組み始めました。皆さまのご助言やご協力をいただければ幸甚に思っております。



## GCC が師と仰ぐロバート・ニーメヤー先生より お見舞いと激励のメッセージが届きました

2011年3月11日、東日本を襲った地震と津波による大災害のニュースは日本国内のみならず、世界中の人々に衝撃を与えました。多数の国々から義援金、救援物資、救助隊が殺到したことからも、その反響がいかに大きかったかが分かります。これまで日本は「支援をする立場」として世界的な役割を担い続けてきましたが、今回は「支援をされる立場」になりました。通常、外交面では口下手で損をしているといわれる日本ですが、今回ばかりは「もしかして、世界中から愛されているのかもしれない」と勇気づけられた瞬間でもありました。苦しみにあり、国家間も人と人の関係も、より思いやりと慈愛が増すのかもしれない。

さて、私自身のところには、震災以来、海外の死生学関係者からお見舞いのメールが多数届きました。私の安否を気遣う言葉や、悲嘆にある被災地の人々への哀悼の気持ちなどを受け、感謝でいっぱいになりました。中には、今後必要とされるトラウマケアについて、膨大な研究論文を送ってくださった方々もありました。「ぜひ、手助けしたいので、いつでも何なりとってください」「you are not alone」という心強いメッセージも添えられていました。

そして、私が敬愛し、師と仰ぎ、GCCの関係者にもおなじみのロバート・ニーメヤー先生からも、温かいメッセージが届きました。



ニーメヤー先生の「ナラティブ・セラピー」とその基礎概念である構成主義は、GCCのカウンセリングの拠りどころになっています。その考え方は、どんなに悲劇的な経験にも人は意味を見出し、物語を織りなして再生していくという強い信念と、そうした信念のもとに苦しみを共有し、物語作りに協力するのがカウンセラーの役割であるというものです。

私は、震災後まもなく被災地、岩手県の精神科医、智田文徳先生の後方支援を始めたのですが、ト

GCCで行われた2007年のニーメヤー先生、来日ワークショップで。右はGCC代表の鈴木剛子。

ラウマケアについてメールのやりとりをする中で、智田先生にニーメヤー先生のメッセージをお送りしたところ、「たいへん感動しました」という感想が寄せられ、そしてまもなく同メッセージが地元紙、岩手日報記者、黒田大介さんの目に留まり、特別記事として掲載される運びとなったのです（3ページ写真参照）。

ここにニーメヤー先生のメッセージの全文を紹介します。ニーメヤー先生の基本姿勢は、最愛の人を、また住み慣れた家や町を、そして仕事まで津波に奪われた被災者の方々に希望の光を与えるものと確信しています。先生の教えは、再生に向けて歩いて行く励ましとなることでしょう。（鈴木剛子）

## 大災害に遭遇した日本の皆さんへ： トラウマ的喪失にどう向き合うか

ロバート・ニーメヤー

人の世は移ろいやすく、人の命は有限であると知りつつも、誰かと愛着の絆で結ばれて生きようとするのが人の定めです。今の生活がずっと続くことを願い、不測の事態やコントロール外のことなど起こらないようにと願いながら皆生きているのです。

そんな私たちの願いがにわかに虚しくされることがあります。自分やかけがえのない人が重い病に倒れる、大切な人間関係や仕事を失う、しかも突然に。そんなとき「そうか、永遠に保障されたものなんか何もないのだ」といたく思い知らされるのです。

さて、この度日本を突然に襲った大災害は、皆さんに想像を絶するトラウマと悲劇をもたらし、信じていたことが何もかも覆される瞬間であったとお察しします。まさに悲劇としか言いようがありませんが、しかし、この一大悲劇が私たちに人生の教訓を知らしめるともいえるのです。「人生とは変化の連続、有為転変なのだ」「予測もコントロールも、そんなもの幻想なんだ」という教訓を。

だとするなら、豹変してしまった世界で、人生最大の喪失に打ちめされつつもそれに抗して生きて行く術（すべ）などあるのでしょうか？

私は死別の苦しみを負って、必死で再起・再生を図ろうとする数多くの方々に支援してきましたが、その経験から皆さんにいくつかのアドバイスをしたいと思います。ただし、その術を見出すのは他ならぬ皆さん自身なのであり、それは一人ひとりの心の中に秘められているのです。また、皆さんの苦しみを理解し、共感してくれる信頼できる人たちと



### ロバート・ニーメヤー教授 (Dr. Robert A. Neimeyer)

米国メンフィス大学心理学部長。死、グリーフ、喪失、自殺への介入について広範囲な研究を修めてきた。臨床家、雑誌『Death Studies』の主筆者、ワークショップの講演者としても国際的に活躍している。日本の学会にも招かれ、過去2回来日。2回目の2007年は、GCC認定グリーフ・カウンセラー対象のワークショップ指導のため来日した。著書に『大切なものを失ったあなたに 喪失をのりこえるガイド』（鈴木剛子訳、春秋社）がある。【メッセージ全文は、GCC ウェブサイトでも紹介しています (<http://www.gcctokyo.com>)】

## 東日本大震災特集

話すこと、有意義な対話のできる相手と話すことから生まれてくるものです。

以下、私からのアドバイスです。

- \* まず、荒れ狂う嵐からちょっとだけ逃れて、リスパイト（小休止）を求めて下さい。最愛の人を失ったことでグリーフ（悲嘆）の真ただ中にいるとしても、一瞬でも安堵することは大切です。友人とお茶をする、つかの間の瞑想にふけるなど、なんでもよいので現実の過酷さを和らげてくれることを試みて下さい。気がかりでどうしようもない気持ちを抱きかかえて、心を静め、平安を得る術をぜひ見つけてください。
- \* 次に、どんなに些細なことでも何かひとつ行動に移して下さい。自分や家族の安全確保のために動いてみる、そんな行動は混沌の世界に秩序をつけることになります。自分と同じように被災して打ちひしがれている誰かのためにもなるかもしれないのです。あなたの慈愛や親切な行いによって、他の人までが「この世界にはまだ愛がある」ということに気付くでしょうから。誰かのために役立つことは、他ならぬあなた自身の魂の救済なのです。
- \* 第三に、感謝の思いを表してはどうでしょうか。何かひとつでも、よいことを探すのです。悲劇の暗雲にさえ微かな光が射すことがあります。苦しみにあって、人の親切が身にしみたということがありませんか？ そんな時、「あの人のどうお礼をしたらよいだろうか」とか「本当に大切な人は、誰なのだろうか」と自問自答するかもしれません。そして礼状を書く、電話をする、ささやかな贈物を用意する、こんなことを週に3回も実行したら、「こんな辛いときにも、人の善意がまだ残っていた」と、この世を見直すことでしょ。
- \* 第四は、この喪失体験の意味、生きることの「意味」を探ってみることです。あなたの人生観や人生哲学では、この喪失を許容できるのか、たとえ完全にはできないにしても、なんとか喪失と折り合いをつけられるのかと反すうしてみることでしょ。受難に遭遇し、自分の信条はもろくも揺らいでしまったのか、逆にますます深まったのか、多少の修正が必要なのか、それは人によりさまざまでしょう。しかし、大切なことは、今かみしめている痛みを、何かひとつ肯定的な意味を見出すことなのです。その意味は、個人レベルで、また、家族や広く地域レベルで考えられることかもしれません。もし、この喪失に何か肯定的な意味づけが可能になれば、喪失をいさぎよく、尊厳をもって受け入れるようになるのです。



『岩手日報』平成23年4月7日、8日の2回に分けて掲載されたニーマヤー先生の記事。避難所で配布される新聞は被災者の方々にとって貴重な情報源だそうで、多くの方がこの特別記事を読んでくださったこと、また、たいへん大きな反響をよんだことを、黒田大介記者から伺いました。

宮古市の読者の方からは、「暗闇のなかで微かな光を見た思いです。ありがとうございました」とメールをいただきました。また、その後、盛岡市医師会主宰の研修会で講演（4ページ参照）をさせていただいた際は、ある医師の感想文に、「毎週、被災地に出向いていますが、帰路、運転をしながら何度も自問自答し、思い悩んでいました。そんなある日、ニーマヤーさんのメッセージと出会い、自己納得しました。そして涙がこみ上げてきました。あの記事を切り抜いて大切に持っています」とうっていただきました。

ニーマヤー先生の教えは深淵で、すぐには理解されないかもしれませんが、喪失と真摯に向き合い、真剣に思考し、苦悩した者にとっては心に響くのだと改めて感じました（鈴木剛子）。



- \* 最後のアドバイスとして、この被災経験を転機ととらえ、歓迎できない変化から何かを学ぶために変化を「センセイ」として迎え入れてください。この大災害が人の生死について、一体何を私たちに教えようとしているのでしょうか。

移ろいやすい世にあって、ほんのつかの間かもしれませんが、人をいとおしみ、今いる場所を愛し、未来への抱負を大切に、そして手中にある物に感謝するなら、そして世をすねることも苦々しく思うこともせず、欲にくらむこともなく生きていくことを、今こそ考える時なのではないでしょうか。喪失からの学びを生かせるなら、真の「叡智」に向かって、大きな第一歩を踏み出すことになると思います。

2011年3月27日

（翻訳：鈴木剛子）

## GCC 活動報告 岩手・盛岡訪問支援

東日本大震災後の4月中旬。鈴木剛子代表の呼びかけのもと、GCCでは認定グリーフ・カウンセラーをはじめとする仲間たちが岩手県盛岡市へ訪問支援に向かいました。アドバイザーとして水野治太郎先生（麗澤大学名誉教授、東葛・生と死を考える会代表）もご同行くださり、総勢12名での訪問となりました。

東北新幹線が盛岡まで不通だった当時、余震による停電の不安もあり、各自、仕事を調整しつつ移動手段の確保することは、常時には考えられないほど難しいものでした。それでも被災地の方のために少しでも役に立ちたいという強い思いから、往復深夜バスの日帰り強行軍で参加したメンバーもありました。

支援活動は、盛岡市の精神科医、智田文徳医師（岩手医科大学医学部神経精神科学講座非常勤講師、社団医療法人智徳会理事長）のご紹介により実現。県立盛岡第一高等学校の特別授業でのファシリテーター役をメインの活動に、盛岡市医師会では鈴木代表がグリーフ・トラウマケアについて講演、岩手県警察本部厚生課では、被災地で救援活動に従事する警察官の事後のケアについて討議を行いました。

以下にその内容を報告します。また、私たちは後日知ったのですが、鈴木代表の祖父は岩手県出身の政治家で、盛岡第一高等学校の前身、旧制盛岡中学校の卒業生だったことから、ご縁を強く感じさせられる訪問となりました。今回、私たちに訪問の機会をくださった智田医師に、誌面をお借りして御礼を申し上げます。

### ■ 盛岡市医師会主催 メンタルヘルス研修会



「トラウマ・喪失・意味の探求：新しいグリーフの視点から」の演題で講演した鈴木代表。

4月19日。盛岡で実現された鈴木代表の講演は、医療、教育関係者を対象にした盛岡市医師会主催のメンタルヘルス研修会「震災に伴う喪失と受容～グリーフケアの実際」の一環として行われました。

医師会によると、1週間という短い告知期間にも関わらず、約320名の方々が参加された

とのこと。案内に添付されたロバート・ニーメヤー先生の岩手日報掲載記事（3ページ参照）への反響もさることながら、切迫した現場のニーズを伺わせました。

開会の挨拶では、白井康雄会長から震災への盛岡市医師会

の対応や、盛岡周辺に避難された方が1000人余ある現状の報告。「最初の頃、被災された方は状況を力一杯、元気に話してくださいました。しかし、1カ月経つとそうでもなくなってきたことが分かります。我々は心のケアを勉強しなくてはならない」と述べられました。



約320人が参加。岩手県医師会館大ホールほか、別室にサテライト会場が設けられました。

智田医師による講演では、トラウマについての解説、早期介入によるPTSDの予防法、トラウマ反応への対処法などが紹介されました。智田医師は「震災後、私たちは自責感情を抱えてきたのではないのでしょうか。罪の意識や無力感など、生き残った人特有の思いはサバイバー・ギルトといって自然な反応です」と述べ、「トラウマ反応は異常な体験に対する正常な反応と、患者や周囲の方に伝えていただきたい。また被災者の体験を聞くだけでもトラウマの代理受傷が起き、不安になったり眠れなくなることもある。ケアする側のセルフケアも必要」と強調されました。

続いて鈴木代表は、「トラウマ・喪失・意味の探求」の演題で60分講演。グリーフの基礎理解、トラウマ的死別とそのグリーフの特異性、喪失の意味づけ（意味再構成）、その後の再起再生について講演しました。多くの方々が最愛の身内や知人、家や仕事、町までも喪失した被災地の現状に思いを馳せ、その内容は「被災者の方々が絶望の中に少しでも希望を見出してほしい」という思いを込めた構成となりました。終了後、鈴木代表は、「難しいという感想もいただきましたが、講演を通じ、ニーメヤー先生の言う『喪失の意味の探求』にはナラティブが有効ということを記憶にとどめていただけると嬉しい」と語りました。

また、智田医師の計らいで設けられた懇親会の席には、スクールカウンセラーの三浦光子さんと中学校養護教員の多田淳子先生、岩手日報の黒田大介記者が参加。「学級の安心感を養うプログラムと並行し、グリーフケアも考えなければと講演を聞いて思った。すでに教員から、行方不明の生徒の席をどうしたらよいか、亡くなった生徒のことをどう話すかなど戸惑いの声がある…」（三浦さん）など現場の状況を伺い、意見交換させていただく貴重な機会となりました。

## 東日本大震災特集

## ■ 岩手県警察本部 厚生課

## 警察官のケアについての討議

20日は智田医師とともに岩手県警察本部を訪問。警察官の健康支援を担う厚生課から、保健師を含む5名が参加されました。



左後ろから時計回りに、岩手県警察本部厚生課長の菊池晃光さん、水野治太郎先生、鈴木代表、岩手県警察本部厚生課主任保健師の藤沢五百子さん、GCC受講生の脇坂三位子さん。

グリーンケアに馴染みがないという現場の事情を考慮し、水野治太郎先生が15分ほどのオリエンテーションを受け持ってください

ました。水野先生は、「喪失に向き合い、語ることで、負の精神的な葛藤がプラスに転じ、創造的な生き方につながる」と事例とともに説き、また、今回、不休不眠で救援活動に当たった警察官のトラウマ・グリーンケアとして、グループセラピー（分かち合いの会）が効果的であると提案されました。

その中で、保健師の方から「喪失状況に違いがあり、また職務柄、人に弱さを打ち明けることができない警察官にとって、分かち合いは難しさもあるのでは」という意見があり、これについては鈴木代表から、「認知的、教育的アプローチも交え、彼らが『悲しむ、涙する』ことを自己に許すようにリーダーが指導するのが大切」と説明がありました。加えて、水野先生は「弱さをさらけ出すことが不得手な人、それが立場として難しい方に効果的なセルフケア」として、日記を書くことを提案。左ページに本音や泣き言を書き、右ページには自分の弱い面を包み、応援するメッセージを書く形式の日記を紹介されました。

討議の後、水野先生は、「現地では、被災者の心のサポートと警察官のケアという2つの課題が混在し、難しい状況にあることを感じました。今はトラウマ初期の混乱期で、想定外の経験を内面で消化する時期。3カ月も経過すれば状況に慣れ、警察官同士、被災者同士が互いに対話できる可能性も出てくるでしょう。本当の心のケアはこれからです」と語られました。

## ■ 盛岡第一高等学校 ワーク体験授業支援

今回のGCCのメインの活動となった県立盛岡第一高等学校のワーク体験授業は、入学式から5日目となる4月20日、1

年生約300人を対象に午後の授業の1コマを利用して行われました。

ファシリテーター役としては、GCCのほか、県教育センターから10数名が参加。事前に学校から「盛岡では大きな被害はなく、多数が以前と変わらない生活を送る中、被災した沿岸部から入学した生徒

が数名いる。家が全壊したり親族を亡くしたり、同級生を亡くした生徒もいる。様々な意味で心のケアが必要と考えており、今回はその初の試みになる」と説明がありました。

授業では、智田医師によるトラウマについての講義後、ストレス対処法として、呼吸法や絆体験のワークが紹介されま



第一体育館で行われたワーク体験。GCCはファシリテーターとして支援参加しました。

した。ファシリテーター役のGCCのメンバーは、構成が守られているかに留意し、また、生徒4人1組とした分かち合いが安全に行われるよう適宜介入、支援する役目を担いました。

終了後、教職員や県教育センターの方々と交流の機会を持ち、震災後の生徒の心のケア、被災地出身者のトラウマ・グリーンケアについてなど、急を要する教育現場の課題

について意見交換が行われました（GCCメンバーからの報告は次ページをご覧ください）。

◇ ◇ ◇

今回は、被災者の救援に直接、間接に携わっていらっしゃる医療職、教育関係者、心理職、行政の方々などから、被災地の現状やそれを支える苦闘について、生の声を伺うことができました。今後、長期に渡り、GCCとしてどのような協力ができるのか、熟慮・熟考する貴重な材料を与えられた訪問となりました。

（報告・構成：GCCコーディネーター／朱亀佳那子）



130余年の歴史を持つ伝統校、岩手県立盛岡第一高等学校。

## GCC 活動報告 岩手・盛岡訪問支援

### ■ 盛岡第一高等学校リラクゼーションワーク体験授業支援 GCC 参加者の報告・感想

◆ 校風として「困難に対しては、後ろを振り返るのではなく前向きに取り組み乗り越えていこう」という積極的な姿勢を感じました。それは困難に際しての前向きな対処法として評価すべきものであると思います。しかしその一方で、今回のような大規模な災害においては、そのような一元的な対処では限界があることもまた事実かと思われまます。うまく適応できる学生もいるかもしれませんが、「理解されない」「置き去りにされた」という孤独感を被災学生に与えてしまうのではないのでしょうか。(GCC 認定カウンセラー／稲本有香)

◆ 第一印象は「知的レベルの高い、お行儀のよい生徒さんたち」でした。反面活力に乏しい感じがしました。震災の影響が態度に表れているように思いました。(GCC 認定カウンセラー／鈴木嘉代子)

◆ 非常にマイルドなワークショップにも関わらず、大きく感情の揺れ動く生徒がいた事に今後の被災者メンタルケアの難しさを感じる。被災地から離れた盛岡でこの様子であれば、被災率 100% の被災地でのワークを想像するのは難しい。学校の先生だけでは対応がしきれないのでは。専門家がごく小さなグループで根気よくやっていく必要があると感じた。(GCC 認定カウンセラー／法月雅喜)

◆ 生徒の皆さんは服装の乱れもなく、講義もよく聞いており、さすが名門高の生徒と思いました。ワークの方法も理解できており、戸惑いながらも素直に参加していたという印象です。中にはリラックス

スすることに抵抗を感じる生徒もおり、何か深い思いがあるようにも感じました。また、感情がこみ上げて退場された生徒がいたことを終了後に知りました。しっかりしているからこそ、感情を出せずにがんばっていた生徒もいたのですね。彼らの心に受けた衝撃の深さに胸の痛くなる思いがしました。(GCC 認定カウンセラー／柳玉江)

◆ 被災生徒は、単身で寮あるいはアパートで生活しており、しかも新入生なので友人・師弟関係はこれから形成されることから、被災という現実・悲嘆を同級生、教師に吐露しにくく抑圧してしまう。グリーフを抱えたまま、お互いに事実を知りながら、触れることなく人間関係が形成される可能性がある。(GCC グリーフ・カウンセラー養成講座上級篇受講生／坂元達也)

このほか、松家かおりさん、福原幸子さん、福田千加子さん、脇坂三位子さんもファシリテーターとして参加。コメントをお寄せくださいましたが、誌面の都合上、掲載できなかったことをお詫びとともにお断りさせていただきます。(編集担当)



盛岡第一高等学校 1 年生担任の及川純哉先生（前列左）、菅原靖先生（後列左から 2 番目）、智田文徳医師（前列右）、水野治太郎先生（後列右から 4 番目）と訪問に参加した GCC メンバー。



## 追悼

GCC 第 1 期認定グリーフ・カウンセラーであり、スピリチュアル・ケアの講師も務められた榎林郁夫さんは、病氣療養中でしたが、奥様、康子さんの献身的な看病のかいもなく平成 22 年 11 月 18 日逝去されました。郁夫さんの生前のお働きに深く感謝し、ここに謹んで哀悼の意を表します。

榎林郁夫さんと奥様の康子さんは、20 数年前、可愛い盛りの坊ちゃんをご病気で亡くされたのがきっかけで、グリーフに関心をもち、ご夫妻で米国に留学。特にスピリチュアル・ケアを修学されました。GCC 講座にもカップルで参加。ひと一倍、研究熱心な郁夫さんの死は、GCC にとって多大な喪失であり、今後、講師として、カウンセラーとして大いに期待されていただけに、惜しんでも惜しみきれません。今頃、天国で待ちに待った坊ちゃんとの再会を楽しんでおられることでしょう。郁夫さんが遺された康子さんを常に見守ってくださるよう祈ります。(鈴木剛子)



### GCC の仲間より、榎林郁夫さんを偲ぶ言葉

- ◆ 郁夫さんを思って浮かぶのは、にっこり優しい笑顔、安心させてくれる温かい雰囲気、穏やかな話し方…。私にとって郁夫さんの存在は、GCC のお父さんです。郁夫さんの講義では多くの気付きを与えていただきました。郁夫さんにたくさんの感謝を送ります。(GCC 認定カウンセラー／佐伯香織)
- ◆ お父さんのような包容力と、いたずら少年のような天真爛漫さがあり、一緒にいると楽しく、安心しました。連絡しますね、と言いつつそのままになってしまい、お会いできなかったこと、後悔しています。寂しいです。(GCC 認定カウンセラー／前田智夏)
- ◆ 先日は、榎林さんへの思いを奥様の康子さんや皆さんとわかちあうことができ、とても心をなぐさめられました。あるセッションで、榎林さんを鮮明な映像でイメージする機会があり、ときどき心のなかで話しかける日々を過ごしています。(GCC 認定カウンセラー／稲田亜希子)
- ◆ 学問に取り組む姿は「真摯な紳士」、奥様の横ではいつもニコニコ、ご機嫌斜めな時の様子は少し“おこちゃま”…な感じで。素敵な声も忘れません。色々ご指導下さり有難うございました。御冥福をお祈り申し上げます。(GCC 元コーディネーター／水谷美佳)

## グリーフ・カウンセラーに期待すること「大学カウンセラーの視点から」

### 小泉敬子

臨床心理士／国際基督教大学カウンセリングセンター 大学カウンセラー

コンパッションへの投稿をお引き受けし、グリーフ・カウンセリングについて思いを巡らしているさなかに、東日本大震災が起きて日本が未曾有の事態に直面しました。被災地の方々は地震や津波で家族や身近な人々、家や街などを失うのみならず、原発事故から安全感をも失いました。ごく当たり前前に続いていくと思っていた「日常」のすべてが一瞬のうちに失われ、「想定の世界」が崩壊しました。

連日新聞やテレビを通して報道される被災地の様子を見ながら、2007年に受講したグリーフ・カウンセラー養成講座(基礎篇)で学んだことが思い出されました。死者・行方不明者の数が報道されるたびに、数えきれないほどの方たちが死別体験をしていること、あるいはその可能性に直面していることに心が痛みます。また家屋が倒壊したりライフラインが断たれたりしたことや、原発の安全性の問題から避難生活を余儀なくされた人々もあり、被災地の方々は数々の喪失を体験しています。

しかしながらまずは生活に必要な物資を手に入れることが優先課題になっています。これはStroebe & Schut (2001)の「死別へのコーピングの二重過程モデル」で言えば、喪失志向コーピングよりまずは生活面の回復志向コーピングで対処せざるを得ない状況であろうと推察します。生活の最低限を確保するためにグリーフ・ワークは横に置かなくてはならない状況であり、グリーフの複雑化が懸念されます。

震災後間もない時期に、学生相談関係者間で震災にかかわるメーリングリストが立ちあげられました。そこでは震災後の心のケアに役立つ資料の情報交換が活発に行われました。それらの資料には「悲嘆反応」とその対応について記されているものが多く、グリーフに関する知見が被災者を支援する人々に周知されつつあることを心強く思いました。

アメリカの国立PTSDセンターと国立子どもトラウマティックストレス・ネットワーク作成の「サイコロジカル・ファーストエイド実施の手引き(日本語版作成:兵庫県こころのケアセンター)」には、「悲嘆反応」について「災害で様々なものを喪失した人たちに広くみられるものです。大切な人、家屋、財産、ペット、学校、地域社会など失われるものは様々です」と記され、被災者への対応として、「悲しみ方には正しいも間違いもなく、『正常な』悲嘆の期間があるわけでもありません。家族や友人にとって最も大切なことは、それぞれがお互いの悲しみ方を尊重し、理解しあうことです」など、グリーフ・ワークに大切な対応のポイントが挙げられています。

今回の震災後の大学での学生のカウンセリング面接の場面では、どの学生も震災にかかわる自分の思いを語ります。直接被災した学生でなくても、今回の事態に不安を感じていたり被災者に対して何もできない自分に無力感を感じていたり、少なからず影響を受けていることがわかります。

日頃の学生のカウンセリングをグリーフ・

カウンセリングの観点からとらえてみると、必ずしも死別体験ではなくても、学業生活や対人関係や就職活動などの悩みから、学生がアイデンティティの揺らぎを体験したり、想定した進路を見失っていたり、喪失体験をしているととらえられることがあります。学生はカウンセリングを通して、自己の世界の意味の再構成という作業に取り組んでいきます。今回の震災で、東京に住む学生たちであっても、これまでの当たり前前の「日常」が当たり前ではないということに直面し、学生たちが自分のありようを見直す機会となっています。

被災地が復興に向かうプロセスには、被災された方たち、直接被災はしてなくても影響を受けた人たちのグリーフ・ワークが伴います。グリーフ・カウンセリングが教えてくれている知見は、悲嘆反応は一人ひとり違うこと、そしてその人その人の時があることです。グリーフ・カウンセラーはその痛みを少しでも和らげることに寄与できる存在であると期待しています。

2011年3月31日



大学の広報センターの学生記者のインタビューに答える筆者。

#### 参考文献

Stroebe M.S. & Schut, H. (2001). Meaning making in the dual process model of coping with bereavement. In R. Neimeyer (Ed.), Meaning reconstruction and the experience of loss. Washington, DC: American Psychological Association. (富田拓郎・菊池安希子(監訳)(2007). 喪失と悲嘆の心理療法 金剛出版.)

## GCC の輪 ①

篠崎 久美子

GCC 認定グリーフ・カウンセラー (ID-No.0013)

### 「三世代にわたるグリーフ」

私のグリーフ体験は、7歳の頃から始まる。

私の祖母は病院嫌いで、私たち孫と離れたくないと、寝たきりになっても病院には行かず、母が家で面倒をみていた。しかし、母と私にとって後の人生に影響を与える衝撃的な一日が来る。3月24日、小学校の終業式が終わり、帰宅すると、家の前に救急車が止まっていた。祖母は病院に運ばれ、一時は家に帰るはずが急変し、その日に亡くなったのだ。

そして、私は一生忘れられない光景を目にする。霊安室で祖母の遺体を前に涙を流している母の姿であった。その時、初めて母が泣く姿を見た。私は、この光景を思い出すだけで、今も涙が溢れてくる。

突然の別れであったため、母は喪失感と自責の念で精神的に辛い毎日だった。生きてはいるが半分は祖母の逝った世界に心が向かい、祖母の元に早く逝きたい思いがあったようだ。

私は7歳の時に見た母の後ろ姿と、最期まで祖母の意思を尊重した母の姿、そして、母のように悲嘆に暮れる人の支えになりたいと、15歳の時、ホスピスナースになろうと決意をした。泣いている母の姿を見たことがきっかけであることは、亡き母にも誰にも、未だに言っていない。

祖母が亡くなって23年後、5月20日、母は祖母の元へ旅立っていった。病院嫌いは祖母と同様で、母も最期の日まで家で過ごした。そして、また、運命の日が巡ってくる。母は夜中に苦しくなって救急車で運ばれ、意識がなくなったその日、私の夢の中に閃光と共にはっきりと現れた。

久しぶりに会った母は人工呼吸器を付け、記憶の中の姿ではなかった。悲嘆で苦しむ人の支えになりたいと思っていたのに、結局、私は母を救うことができなかった。親不孝な自分を責めた。「ごめんね、ごめんね」と意識のない母に謝った。

祖母の時は母が側で支えていたが、母の時に私は側で支えていなかった。自分がこの不運な巡り合わせを断ち切れなかったと、後悔の念と罪責感に苦しんだ。

祖母を亡くした経験から幼少の頃から死が身近な存在であり、母が抱えたグリーフによって私も苦しんできた。母の死後、私はグリーフを抱え、グリーフとはどういうものか体系的に勉強したいと思っていたとき、GCCに出会うことができ、本当に感謝している。母が出合わせてくれたと思っている。

自分が親を失くすということは想定外の出来事だったが、人に語り、言葉として表わすことで浄化されていった。お墓参りをし、語りかけることで精神的安寧を図ることができ、

生きていた時より母を身近に感じることができた。

今は「こういう私を創ったのはお母さんなんだからね」と冗談交じりに問いかけることもある。祖母が遺したメッセージを母や私が受け取り、母が遺したメッセージを私が受け取り、意味づけし、生きようとしている。母は、中学生の時に失くした祖父の最期の日や祖母との思い出をよく語っていた。どうしてもっと早く祖母を病院に連れて来なかったのか、と医者に怒鳴られたことなど何度も話していた。それが、母のグリーフでもあった。私は母のグリーフと共に生きてきた。そして、私のグリーフは生まれる前からのものを受け継ぎ、背負っていたのである。

「命」があれば何でもできる。母の死は、この世で一番大切なのは「命」であるという真実を私に気付かせてくれた。私は人生をリセットでき、再生の道を歩むことができた。

これからは、大切な人を失くして一人で苦しんでいる人たちに、「思うように生きられず、死にたい、夜も眠れない、朝は起きられない、子供の学校の行事にも参加できない、親としての役割を十分に果たせない、と思うことはあっても、ただ、生きているだけでいい」と伝えたい。「生きているだけ」であっても、「生きているからこそ」周りの誰かの生きる支えとなっていることがある。そして、いつか必ず、理解し合える人に巡り会うこともできる。

私は、生まれ変わったら、また、祖母と母と一緒に家族で、今度は孫孝行、親孝行をしたいと願っている。



母の好きだったひまわり。私が建てた母の墓碑には、「ありがとう」の言葉と、ひまわりの絵が描かれている。写真は、山梨県北杜市のひまわり畑。母の死後、私が実際に行つて癒された場所でもある。



## GCC の輪 ②

添田 明子

GCC 認定グリーフ・カウンセラー (ID-No.0015)

## 「私のグリーフ」

「私の人生は何だったのかしら」「死んだらどうになってしまうのか」最後の入院中、母がよく言っていました。長い闘病中、毎晩のように「死にたい」と言われ、私は困惑し、「人が生きる理由」を探しました。

棺が炉の中へと進む瞬間、「泣くな！」と父に一喝され、私の時の流れと涙が止まってしまいました。憤った父は、調停を起こし、私も巻き込まれました。しかし、お陰様で、深くは考えない事にして、仕事と家庭の両立に没頭し、やってきました。

一方、コンパニオン・アニマルの医療という仕事の中で抱いた様々な生命と死についての疑問、動物への虐待の意味、ペットと家族関係と家族のイベントとの密接な連鎖を体験し、人間と人間の、人間と動物の、人間と自然の「関係」とは何なのだろうかという思いも積み重なっていました。

最も衝撃を受けた出来事は、飼い主として出会った、ある若いお嬢さんの死でした。頸椎損傷で死んだ猫の看病がきっかけで、結婚することになった若いカップルの式に光栄にもご招待をいただきましたが、その方は突如として髄膜炎になり、結婚式当日に亡くなられたのです。頂いた招待状、やりとりした手紙を読み返し、信じられない思いでお葬式に伺いました。さらに母の死後、実家の犬が、猫が死に、痛飲する父を横目に、その度に、私は無力感に打ちのめされました。生き物は死ぬのです。

そして、3年半前、なんとかして「人が生きる理由」を考えない訳には今度は、自分の人生が立ち行かなくなりました。押し込めてきた胸の中の塊をほどかないと、生きていこうと思えなくなりました。人生で出会った数多くの「死」が、私に生きていけるとはどういうことか思い出すように告げたのです。暗い井戸の底にでもいるように感じていましたが、ある出来事から、旅に出よという声を聞いたように思い、声の告げるまま、学びたいと思った様々な場所へと、夢中で歩き回りました。

学んだことを理解はできても、自分自身の記憶を整理して語ることは、煙突が詰まったかのように困難でした。実行しようとするたびに訪れる苦痛に寄り添ってくれる人と時間、それを促してくださる様々な人との出会い、体験を得て、蓋を開ける決心がやっとなりました。

アティグ教授の講義のあと、勇気をだして、母を看取った病院に、17年ぶりに、足を踏み入れました。自分の眼で全

ての変化を確かめ、母の死に直面化しました。待合室で滂沱の涙を流して、身も心も悲しみに預けることができたことは、大きな転機となりました。

まず、母の人生について、正確な事実を知らなかった自分に気がつきました。その人が生きた時代や社会の背景、女性の人生への圧力、そのときの「空気」に眼が向くようになりました。この人は何を、何を聴いたのか。結核と戦争が大きな影響を与えた、大正13年生まれの一女性の人生と選択について、家族関係を含めて考えてみよう。さらに、自分が引き継いでものや、自分の子供達に渡そうとしているものを考えるようになりました。

「自分の母」の人生を、長所も欠点もある一人の人間としてありのままに受けることは、時に受け入れがたいことでしたが、その作業は私に自己洞察と共感、ある確信をもたらしました。事実と記憶の整理を通して、コンステレーションへの試行錯誤が続きましたが、その過程を通してできえ、起こった全てのことに意味があると確信するようになりました。宇宙・地球・生命が生まれ、私の母が、父が生き延び、色々あったけれど、とにかく今ここに自分がいるということ自体が奇跡だということ確信です。私は井戸の底から這い出て、日が昇り、日が沈むのを、季節の訪れを、感じられるようになったのです。

今、心から実感していることは「いのち」とは愛すること。それは、まなざしとぬくもり。笑って泣くこと。「いのち」は美しく儂い。「いのち」は触れ合い、関わり合い、繋がってゆく(食物連鎖を含む)。「悲しむことは暖かい。泣けるとき、人は癒される」「あなたが失った大事な何かは、あなたが生き延びることを望んでいる」ことです。GCCの輪に支えられて、行き会った全ての機会、出逢った全ての方に、深く感謝申し上げます。



26歳で婚約直後、結核と診断され、7年に及んだ療養生活後、33歳で結婚、34歳で私を、37歳で妹を生みました。結核の手術時の輸血が原因でC型肝炎になったということで、55歳で肝硬変と診断され、68歳で亡くなりました。

## GCC の輪 ③

吉久 小夜子

GCC グリーフ・カウンセラー養成講座 上級篇修了生

## 「父が伝えたかったこと」

6年前の5月、父は永遠の世界に旅立っていった。病室で父の最期を見届けた直後の私はまだ父の死を喪失とはっきり意識できず、父と過ごした3年間が終わったことだけをぼんやりと感じていた。

ナースとヘルパー数人が父の病室に入り死後の処置を手早く済ませ、霊安室にストレッチャーで運んでいった以外、病院は何事もなかったかのように静まりかえていた。老人病院では、死はごく日常的なことで特別なことではない。家族もこの雰囲気の中で、最後の大切な日々を計器の数値が下がっていくのを眺め続けるだけで過ごしていく。

「お父さんが少し変なの」と母から電話がかかってきたのは死の3年前で、父は85歳になっていた。「あのしっかりした父が痴呆症?」。にわかには信じがたい現実であったが、診断結果はアルツハイマー型の認知症。その日から、私と父の新たな日々が始まった。頼りになる父から守らなければならない父へ、3年間で父は変わっていった。その間変わらなかったのは家族への溢れんばかりの思いと、私への信頼感だけであった。しかし今、父の晩年を思うと私は父の信頼に答えられなかったことに気付く。

「自分で自分の面倒をみるのが出来なくなったら、老人ホームに入る」。父はまだ頭がしっかりしていたころ、気丈にそう言っていた。だが痴呆がすすむにつれて父の気持ちは建前ではなく本音になり、前向きな変化ではなく今のままの継続を望むようになった。「自宅で過ごしたい」。それが父の本音であった。しかし虚弱な母が父をみることは難しく、亡くなる1年前に父は私の町の老人ホームに入所した。父を説得できたわけではなく、ホームに入るその日に「お母さんが病気になるから」と、ごまかしての入所だった。



亡き人の冥福を祈りつつ、晩秋に種を蒔き、育てている忘れな草。毎年我が家のベランダで花を咲かせる。

「我が家から歩いて2分、毎日会いにいけるし、娘の私の自宅で昼間は過ごせる。ホームで過ごすのは夜だけ。月に一度は父の家に連れて帰ろう」。父の望まぬ老人ホームに入所させた申し訳なさを、私なりの理由をつけて正当化した。しかし、父

がホームで過ごしたのはわずかに3カ月だけで、残り9カ月は体調不良で老人専門病院で過ごすことになった。認知症を持ち、しかも病気になった患者を手厚く看護し、入院させてくれる病院は少なく、病院探しがまずは一苦労であったが、老人専門病院として、特に認知症患者の扱いを高く評価されているところに入院でき、とりあえずほっとした。

けれども、父にとっては酷すぎる日々をその後過ごす結果になった。

散歩が趣味で痴呆になってからも歩くことを楽しみにしており、入院するまで父の足腰はしっかりしていた。一步一步地面を確かめるように歩くことで自分の命の輝きを確かめているようにも見え、散歩は父だけでなく私にも楽しみな時間だった。しかし入院後は歩くことを禁止された。認知症の老人がベッドから降りて歩くと、看護する側に手がかかることなる。24時間完全看護で家族の付き添いは認めず、しかし人手の充分ではない現状の看護体制では致し方ないことだった。

自分がまだできることを止めなければならないことを、父はどれほど理解できたのだろうか。当初は何とかベッドから降りようと試みていた父だが、いつの間にかその気力が消えていった。

入院後しばらくして、しばしば誤嚥性肺炎を起こすようになり、中心静脈栄養に切り替えられた。それから亡くなるまでの半年間は水も食事も摂れず（認知症ゆえ何故に食べることが出来ないのかを理解もできず）、管に繋がれたまま、体力が落ち、ひどい床ずれができ、毎日のガーゼ交換の痛みに耐える日々のあげくに、院内感染であろう緑膿菌による多臓器不全で亡くなった。

父はこの間どんなことを思い、ベッドに横たわっていたのだろうか。よりよい治療を、よりよい介護をと専門的なケアを探し求めた私の至らなさを悔やむ。最後の日々をどのように過ごすか、人間の尊厳を保つとはどうあることなのか、無言の父は多くのことを伝えたかったに違いない。



父と散歩を楽しんだ川沿いの道の桜。

## 支援者の声：医療の現場から「臓器提供におけるグリーフケア」

朝居 朋子

社団法人 日本臓器移植ネットワーク 臓器移植コーディネーター

GCC グリーフ・カウンセラー養成講座 上級篇修了生

私は、臓器移植コーディネーターになり13年目になります。聞きなれない職名かと思いますが、簡単にいうと、亡くなった方から提供された臓器が適切な患者に移植されるよう、調整（コーディネート）する仕事です。

日本では、1997年成立の臓器移植法に基づいて、亡くなった方からの臓器提供が年間100件ほど行われています。臓器を提供する人を「ドナー」といいます。私たちの重要な任務は、ドナーの家族に十分な説明を行い、臓器提供する・しないという意思決定を支援すること、提供すると決意されたなら臓器提供が円滑に行われ移植につながるよう調整することです。

臓器提供の話ができるような場面では、患者はいわゆる突然死、重篤で意識がなく救命できない状態、家族は突然の発症に混乱している状態です。「朝に、『行ってらっしゃい』と駅まで送ったのが最後の会話で、次、会った時には、ベッドで意識のない状態だった」というのは、臓器提供ではよくある話です。

そのような中で、家族は「本人がドナーカードを持っていた」「いつも人の役に立ちたいと言っていた」という理由で、臓器提供を考えます。一番の望みは助かってほしいこと、でもそれが叶わないならばせめて本人の意思をいかしたい、またはどこか一部でも生きてほしい、社会の役に立ってほしい、という理由で臓器提供を承諾されます。

ドナーの多くが発生する救急医療においては、死別悲嘆ケアの議論はまだまだ発展途上ですが、最近の関係学会で「救急医療におけるグリーフケア」が取り上げられ、死亡退院時に遺族に死別悲嘆外来の案内を渡すなど、救急医療関係者も突然死によるグリーフケアを意識し始めています。私は、臓器提供は突然死の患者家族にとって1つのグリーフケアになりえると考えています。

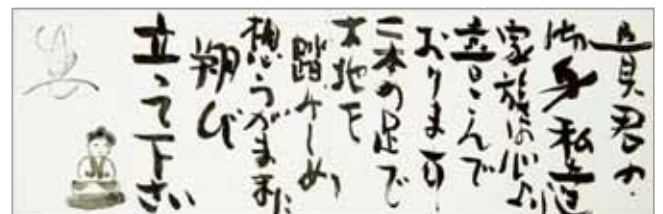
お子さんを突然亡くした男性は、本人がドナーカードを持っていたこともあり、臓器提供を承諾されました。提供された腎臓と角膜は移植者の中で生き続け、その方たちの人生に大きな意味をあたえています。臓器移植で救われるのは第一には臓器不全の患者ですが、二次的にドナー家族を救います。愛する人を失うという究極かつ最大の悲嘆の中で、臓器提供により故人の死を生かせたと思え、遺された人が心の安らぎや癒し、支えをえることもあるからです。

この男性は、移植者が元気であることで死が無駄ではなかったと思え、「他の人を助けることは自分が助けられること」と

移植者への感謝を示されています。臓器提供により死別の悲嘆が軽減するわけではありませんが、この方のように別の意味を見出すこともあります。

究極の悲しみの中でなされる臓器提供という決断が、ドナー家族にとって意味あるものとなり、後悔することがないように、“something positive”、つまりなにか肯定的な意味付けを実感できるような関わりをすることが必要です。医療者や移植コーディネーターは、最期の看取りの時間に配慮しつつ、臓器提供・移植の成功につながるようにプロセスを進めます。また、移植コーディネーターは提供後も継続してドナー家族とコンタクトをとり、移植者の状況報告や思いの傾聴、ドナー家族の集いの開催などの関わりをしています。もちろん、ドナー家族に対する周囲の温かい理解も欠かせません。

『コンパッション』では、様々な分野のグリーフケアが紹介されています。共通するのは、死別悲嘆者をいかに支えていくのかが真摯に述べられていることです。ケアギバーの仕事は大変ですが、それ以上にえられるものが大きいと思います。私が続けてこられた理由は、私自身がドナー家族からのフィードバックでケアされているから。ドナーとその家族との一期一会や究極の優しさに触れ、移植者の「生きる」ということへの思いの強さや深い感謝の気持ちに感動したからだと思います。医療関係者として、個人として、私にどんなケアができるのか、今後も考えていきたいと思っています。



臓器提供後、臓器移植コーディネーターはドナー家族を訪れ、臓器提供に対する厚生労働大臣の感謝状（写真上）を届けたり、移植を受けた方からの手紙を届けたり、移植を受けた人の経過の報告などをします。ドナー家族とは、おおむね1年ほど、長いときには数年にわたり、かわり続けます。写真下は、ドナー家族から移植を受けた方へのメッセージ。

# GCC イベント・カレンダー (4～9月)

## 2011年4月

- 4月6日 (13:30～17:00) 第16回 GCC グリーフ入門篇「1日講座」開講  
講師 GCC 鈴木剛子
- 4月19日～20日 岩手県へ東日本大震災後の支援訪問  
・盛岡市医師会主宰 メンタルヘルス研究会  
講演 GCC 鈴木剛子「トラウマ・喪失・意味の探求」  
・岩手県警察本部警務部厚生課 警察官のケアについての討議  
・県立盛岡第一高等学校 リラクゼーションワーク体験授業支援
- 4月26日～7月19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」  
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>

## 2011年5月

- 5月7日～6月25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 (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://www7.obirin.ac.jp/academy>

## 2011年6月

- 6月4日 (13:30～17:00) 第17回 GCC グリーフ入門篇「1日講座」  
講師 GCC 鈴木剛子
- 6月24日～25日 GCC 認定グリーフ・カウンセラー2日間強化セミナー開講  
『トラウマとグリーフからの癒しについて』  
講師 GCC 鈴木剛子、ほか専門家1名を予定

## 2011年7月

- 7月17日 日本ホスピス・在宅ケア研究会(全国大会・沖縄)  
講演 GCC 鈴木剛子
- 7月30日 ダーシー・ハリス教授による「GCC1日ワークショップ」開催
- 7月30日～12月3日 第3回 GCC グリーフ・カウンセラー養成講座  
トレーニング・コース開講  
講師 GCC 鈴木剛子、ほか専門家6名を予定

## 2011年8月

- 8月21日 (13:30～17:00) 第18回 GCC グリーフ入門篇「1日講座」開講  
講師 GCC 鈴木剛子

## 2011年9月

- 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

## 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](mailto:info@gcctokyo.com)  
URL : [www.gcctokyo.com](http://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び会報です。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。

## GCC1日ワークショップ：ダーシー・ハリス教授を招いて あらゆる喪失に目を向ける：変化、喪失、転機を大切に生きてために



30年余の伝統を誇る世界有数の『死生学・グリーフ学講座』で知られた King's University College (カナダ・オンタリオ州) より、その総責任者、ダーシー・ハリス教授をお招きし、1日ワークショップ(通訳付き)を開催することになりました。

ハリス教授は、死別喪失・トラウマ・グリーフの分野で研究者、教育者、またケアの臨床家として多くの実績を積まれてきました。特に、ペリネイタル・ロスの研究では第一人者。

本ワークショップは、少人数制で、海外一流講師より直接指導を受ける希有なチャンスです。支援に携わる方々、教育、医療、研究分野の方々に、ぜひ、ご参加をお薦めします。

日時：7月30日(土) 9:00 開場 9:30～16:00

場所：幼きイエス会ニコラバレホール(四ッ谷)

東京都千代田区六番町14-4 (JR・東京メトロ四ッ谷駅すぐ)

参加費：18,000円

お問い合わせ・お申し込み先：[info@gcctokyo.com](mailto:info@gcctokyo.com)