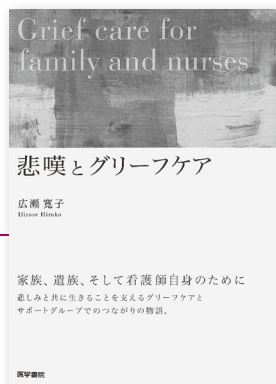


## 悲嘆とグリーフケア

著 広瀬寛子

定価 2520 円(本体 2400 円+税 5%)  
医学書院



### 看護師として、遺族のひとりとしての悲嘆

筆者はこれまで助産師として産婦人科病棟に 20 年以上勤務し、多くの出産に立ち会い、小さな幸せをたくさん感じてきました。でも、助産師として 2 年目。小さな命の灯が消えたとき、涙をこらえるのが精一杯で、母親の悲しみに寄り添うことができなかったことは、20 年経った今でも後悔の一つとなっています。

その後、看護師長として病棟に勤務するようになってからは、産婦人科とは違う患者との別れを経験しました。昨日まで元気だった人が、突然倒れて亡くなってしまう。家族にとってはなおさらのこと、その死を受け入れることは簡単なことではありません。

そして、2011 年 3 月 11 日の東日本大震災。従兄の娘が若くして命を落と

しました。被災地から地元に戻り、そつと茶毘に付した従兄の気持ちはどれほどつらかったことか。

### 語りを通した命のリレーが回復を促す

本書では、遺族の語りを通して、グリーフケアとは何か、遺族が悲嘆から回復していく過程をわかりやすく教えてください。語り、泣き、ときには怒り、それらを誰かと共有したり、受け止めてもらったりすることで、自らの力で回復していく。年齢には関係なく遺族の悲しみが、さまざまな命の物語があります。亡くなった人から今を生きる人への命のリレー。

第Ⅰ部では、遺族の悲しみや孤独、後悔、亡くなった人への思慕など、さまざまな思いが遺族の言葉で語られています。数十年経っても、死にゆく母親の身体をさすってあげなかったことを後

悔している 80 代の男性。「あなたよりもっと大変な人がいるんだから」と言われて傷つく遺族。私たちは、普段そんなことを口にしていないだろうか。

第Ⅱ部では、遺族のためのサポートグループをつくる際の具体的な方法が書かれています。対象者や案内方法、グループの形態からスケジュール、プログラム内容、そして、参加者の声。亡き夫との思い出の品を持ってきて、語ることで回復していく女性。「君に会ったら力いっぱい抱きしめたい。もう絶対に離しません」という手紙を書いた 60 代の男性。グループの人たちと語り合うことによって、悲嘆から回復し卒業を迎えます。

第Ⅲ部は、看護師自身のために書かれています。看護師は泣いてはいけなしいと思ひ、患者が亡くなったとき、必死で涙をこらえていないだろうか。著者が、実際に関わった患者への思いや亡くなったときの悲しみを通して語られています。読み終わったとき、自分の気持ちが少し楽になっていることに気がつきました。

これから、サポートグループをつくりたいと思っている方はもちろん、緩和ケアやターミナルケアで悩んでいる方、自分自身が傷ついた経験がある方にも参考になると思います。ぜひ、読んでほしい 1 冊です。

## もう涙はこらえなくていい —— 悲しみを通して今を生きるために

〔評者〕 菅原典子 むつ総合病院 看護師長