



自死遺族支援総合対策

～支援策のフレームワークを考える～

NPO法人 ライフリンク

代表 清水 康之



項 目

1. 自死遺族支援のフレームワーク
2. 個) 自死遺族の痛みを理解する
3. 個) 人間の回復力を信頼する
4. グ) 回復できる場をどう作るか
5. 地) 遺族一人ひとりへの支援
6. 地) グループへの支援
7. 自殺総合対策における遺族支援

自死遺族支援のフレームワーク

「自殺対策基本法の柱のひとつ」として自死遺族支援を考える際には、支援策を3つのレベルに分けて考える必要がある。
①個のレベル、②グループのレベル、③地域のレベルである。

【支援策における③レベル】

- ①個のレベル：自死遺族が必要としている「支援」とは何か
- ②グループのレベル：個々人が「回復する場」に必要な要件とは
- ③地域のレベル：地域（社会）が、個・グループへ何をできるか

個) 自死遺族の痛みを理解する

- 1) 自死遺族が抱えている「痛み」は、極めて人間的なものであり、それぞれに個性があることを、まず理解すること
- 2) 人が大切な人を自殺で亡くした時に抱く感情は個性的で、“自死遺族の痛み”として安易に一括りにはしないこと（これは、自殺を特異な死としてタブー視しないということでもある。）
- 3) 「痛み」が個性的であることを踏まえた上で、はじめて共通点に目を向ける。
- 4) 悲しさ、寂しさ、疑問、怒り、恐怖、自責の念など。さらに特徴的なのが「社会の偏見」に対する怯えが強くあり、そのため体験を自ら物語ることができず苦しんでいる人が多いということ。

個) 人間の回復力を信頼する

→ 「人間の回復力」とは・・・

どれだけ辛い体験をしようとも、その体験について繰り返し語ることで、人生という物語を紡ぎ直していくことで、辛い体験をもやがて自分の過去として受け入れられるようになっていくチカラのこと

◆ 社会の抑圧から解放されれば「回復力」は発揮される

→ 自死遺族は、「自殺は弱い人間のすること」といった一般化された物語を、無言の圧力によって押し付けられている

→ そうやって個性的な“痛み”を物語れずに「回復力」を発揮できずにいる

◆ 自死遺族が「回復力」を発揮しやすい環境を、

いかに整えることができるかが鍵となる

→ 自死遺族が必要としているのは、「治療」ではなく、回復するための「場」である

グ)「回復できる場」をいかに作るか

- ◆ 「回復できる場」の代表的なものが、**自死遺族同士**が集まり体験を語りあえる「分かち合いの場」ある
- ◆ そこでは、自死遺族は**誰からも批判されることなく、**また一般化された**物語を押し付けられることもなく、****安心して自らの体験と向き合うことができる**

【遺族支援の「そもそも論」】

自死遺族が社会の中で体験を語れないということは、見方を変えれば、私たちが語れないようにさせているということでもある。社会が遺族の足を引っばっているのなら、社会が回復できる場所を作っていくべきである。→第18条

地)遺族一人ひとりへの支援

地域（社会）レベルの自死遺族支援は、
自殺対策基本法が求めるレベルでもある

◆自死遺族が孤立しないようするための支援

- 警察・僧侶などが、遺族を孤立させないために遺族支援の情報（クリアファイル）を手渡す
- 遺族がいつでも相談できる支援窓口（受け皿）を開設する（HPも活用）

◆孤立してしまっている自死遺族への支援

- マスコミや行政の広報誌を通して、遺族支援の必要性を訴えると同時に、支援窓口を広く伝える
- 地域ネットワークを立ち上げて、連携しながらサポートする（弁護士、保健師、教師、葬儀屋、行政、警察、民間団体など）

地)グループへの支援

◆ 「自死遺族のつどい」の設立・運営への支援

① 行政がやるべきこと：

- 財政的な支援
- 会場（月一度）の確保
- 設立のきっかけ作り（シンポジウムの開催など）
- 広報面での支援
- 医療面での後方支援（精神保健福祉センター）

② ライフリンクがやっていること：

- ファシリテーターの派遣・養成
- 情報提供と、情報の共有化（紹介しあえるよう）
- 広報面での支援
- シンポジウム等の開催（全国キャラバン）

自殺総合対策における遺族支援

自殺総合対策とは「地域づくり・社会づくり」でもある。そのことを念頭におきながら、自殺に対する誤解・偏見を払拭するための「啓発的アプローチ」と、自死遺族が安心して悲しむことのできる（回復することのできる）場を提供する等の「実務的アプローチ」と、その両面から自死遺族への支援を社会全体で推進していく必要がある。

ライフリンクでは、両面から行う自死遺族支援の具体策として「自死遺族支援全国キャラバン」を提案中