

書評

黒川雅代子・石井千賀子・中島聡美・瀬藤乃理子編著  
『あいまいな喪失と家族のレジリエンス——災害  
の新しいアプローチ』  
(誠信書房、2019年)

川島 大輔

あいまいさを抱えて生きる人々をどう支えるか

あいまいな喪失とは、その名前が示す通り、何を失ったのかがはっきりすることもなく、そのために解決したり、終結することのない喪失とされる。米国ミネソタ大学名誉教授のP. ボス博士が提唱し、日本では東日本大震災後の支援の中で特に注目されるようになってきた概念である。ボス博士の著作はすでに2冊翻訳されているが(Boss, 1999/2005; 2006/2015)、本書は日本の研究者・実践者があいまいな喪失について初めて著したものである。

本書の特徴

本書の特徴をいくつか挙げておこう。まず副題に「災害支援の新しいアプローチ」とつけられていることから明確なように、この本はあいまいな喪失を抱える人々を支える支援者をその宛先として書かれている。それゆえ、この概念を平易に、また事例を示しながら、実践的に理解できるよう工夫されている点に特徴がある。繰り返しを厭わず大事な言葉を示していること、ジェノグラムの具体的な使い方、支援者として気をつけるべきことなどが丁寧に解説されているのもそのためである。

とりわけ印象深いのは、著者らのあたたかな眼差しが本書の至るところに溢れていることである。読者である「自分」に向けて語られていることが強く感じられるのは、著者らのこれまでの経験と人間性あつてのものだろう。あいまいな喪失という荒波を航海する上で、ぜひ傍に置いて読み返したい、「道案内の地図」となる良書である。

改めて、あいまいな喪失とは

詳細な内容は本書を実際にお読みいただきたいと思うが、少しだけあいまいな喪失理論の特徴に触れておこう。まず、あいまいな喪失にはくさよ

ならのない別れ」と〈別れのないさよなら〉の大きく二つのタイプがあるという。前者は身体的(ないし物理的)には存在していないが、心理的には存在している状況で経験する喪失である。後者は、身体的(ないし物理的)には存在しているが、心理的には存在していない状況で経験する喪失である。そして重要なことは、あいまいな喪失は解決できる問題ではないと理解すること、白黒つけるのではなく両義的な(Aでもあり、Bでもある)考え方をもち、そして本人が自らのレジリエンスを高められるよう支えることである。そのために「心の家族」という考え方を重視し、6つのガイドライン(意味を見つける、人生をかじり取る感覚を調整する、など)に沿った支援を提案している。災害支援を元々は念頭において執筆されたものであるが、コロナ禍における喪失への支援に際しても有用な指針となるだろう。

#### あいまいな喪失をさらに学ぶために

あいまいな喪失についてより深く学ぶために、いくつかの視点を示しておきたい。

まず、本書ではレジリエンスを「回復力」(p. 34)、「解決できない状況を抱えながらも安定して生きていく力」(p. 131)などと説明している。一方ボスは、レジリエンスは回復以上のものであり、成長など危機前以上に回復することや、困難な中でも豊かに生きることを意味するとしており(Boss, 2006/2015で詳細に検討されている)、若干の相違があるように感じる。そこには社会文化的な差異があるのかもしれない。

また、レジリエンスは常に理想的な目標とは限らないというボスの諫言には、注意深く耳を傾けるべきだろう。レジリエンスという明るい側面のみ目を向けるのではなく、暗がりへも同等に目を配ることこそが弁証法的な思考であろう。

最後に、あいまいな喪失という「レンズ」は、あいまいさに苦悩する当事者や支援者にとっての光明である。これは疑いない。しかしあいまいな喪失という言葉で梓づけることによって零れ落ちるものがあることも忘れてはならない。ボスの訳書もある南山(2006)も指摘するように、私たちが経験する喪失はどのような種類のものであって

も、明確さとあいまいさを含んでいるのであり、かつその認識は相談者と支援者間でも大きく異なるということを常に肝に銘じておきたい。

#### 文献

- Boss, P. (1999). *Ambiguous loss: Learning to live with unsolved grief*. Cambridge, MA: Harvard University Press. (Boss, P. (2005). 「さよなら」のない別れ 別れのない「さよなら」—あいまいな喪失(南山浩二、訳)学文社)
- Boss, P. (2006). *Loss, trauma, and resilience: Therapeutic work with ambiguous loss*. New York: Norton. (Boss, P. (2015). あいまいな喪失とトラウマからの回復—家族とコミュニティのレジリエンス(中島聡美・石井千賀子、監訳)誠信書房)
- 南山浩二(2016). あいまいな喪失—生と死の〈あいだ〉と未解決の悲嘆 質的心理学フォーラム、8、56-64.