

松 山 大 学 論 集  
第 29 卷 第 2 号 抜 刷  
2017 年 6 月 発 行

ソーシャルワーカーの新しい機能：  
ペット・ロスが飼い主に与える影響と  
ソーシャルワーク・サービスの可能性  
—— 先行業績レビューを通しての考察 ——

佐 藤 亜 樹

# ソーシャルワーカーの新しい機能： ペット・ロスが飼い主に与える影響と ソーシャルワーク・サービスの可能性 —— 先行業績レビューを通しての考察 ——

佐 藤 亜 樹

## は じ め に

近年、ペットを失った悲しみから抜け出せず、社会生活に支障をきたす人々が注目されている。ペットを家族の一員とみなし、その関係から情緒的・物理的サポートを得て生活している人々は少なくない。ペットとの間に強い絆を感じている人々にとって、ペットを失うこと（ペット・ロス）は、人間の家族メンバーを喪失した時と同じような強い身体的、情緒的、認知的なストレスをもたらす。にもかかわらず、ペット・ロスによる悲嘆に直面している飼い主に対して、ソーシャルワーカー等の対人援助専門職がどのようなサービスを提供すべきかについての十分な理解があるとはいい難い。本稿では、「人間の生活における動物の役割」や「ペット・ロスによって引き起こされる飼い主の悲嘆と喪のプロセス」について概観し、最後に、そのような飼い主に対するサービスの可能性やソーシャルワーカーの役割について言及する。

## 1. 人間の生活における動物の役割

### 日米におけるペットの数 vs. 子どもの数

人と動物の関係研究が盛んな米国では、1990年代半ばには既に、子どもを養育している人の数よりもペットを飼育している人の数が多いとの指摘がなさ

れている (Lagoni, Butler, & Hetts, 1994)。全米ペット製品協会 (American Pet Products Association [AAPA], 2015) の調査によれば、全米の犬・猫の飼育総数は9,700万頭 (犬: 5,400万頭, 猫: 4,300万頭) である。それに対して17歳以下の子どもの総数は7,360万人 (Child Stats. gov, 2016) となっており、ペットの総数が子どもの総数を上回っている。この傾向は現在も続いている。

我が国においても、ペットとして飼育されている犬・猫の総数は、2003年から2015年現在に至るまで一貫して15歳未満の子どもの総数を上回っている。例えば、アニコンの「家庭どうぶつ白書2016」内の最新データ (2015年) によれば、犬・猫の総数は1,979万頭 (犬: 992万頭, 猫: 987万頭) であり、15歳未満の子どもの総数1,605万人 (総務省統計局, 2016) を上回っている。因みに、我が国の2015年における「ペットの数に対する子どもの数の比率」は81.1%であり、米国の2015年における「ペットの数に対する子どもの数の比率」の75.8%と似通っている。

### 日米の全世帯におけるペットの飼育状況

では、日米の全世帯におけるペット飼育率はどうかであろうか。AAPA (2015) によれば、全米の65%の世帯 (7,970万世帯) が少なくとも1頭のペットを飼育している。我が国においても、犬飼育世帯は全世帯の14.2%、猫飼育世帯は全世帯の9.9%にのぼる (一般社団法人ペットフード協会, 2016)。また、我が国における別の調査 (保険クリニック, 2015) では、回答者の30.4%がペットを飼育していると答えている。このように少なく見積もっても、米国では3世帯のうち2世帯が、我が国では4世帯のうち1世帯 (もしくは3世帯のうち1世帯) がペットを飼育している。

また、前述の一般社団法人ペットフード協会 (2016) が我が国において実施した20代から70代を対象とした『犬・猫の年代別現在飼育状況調査』では、犬・猫飼育率は50代 (犬: 16.7%, 猫: 11.3%) が最も高く、次いで60代 (犬: 14.7%, 猫: 10.4%), 40代 (犬: 13.9%, 猫: 9.8%), 20代 (犬:

13.4%，猫：8.8%）となり，30代（犬：12.0%，猫：9.1%）の犬・猫飼育率が最も低い結果となった。昨今の日本では，30代で出産する人も多く，そこに育児や職場復帰が重なれば，子育て中の30代には，犬・猫の世話をする時間的・経済的余裕はないのかもしれない<sup>1)</sup>。一方，子育てが一段落した世代は子どもが巣立った後の物理的・心理空間を，また，未婚者・高齢者等の単独世帯は一人暮らしの孤独を埋めるためにペットを飼育するかもしれない。

### 家族の一員としてのペット

近年多くの実証研究が，ペットを飼育している人々は，自分のペットを重要な家族の一員と見なしていると報告している（American Veterinary Medical Association [AVMA]，2013；Cohen，1998；Risley-Curtiss，Holley，Cruickshank et al.，2006；Risley-Curtiss，Holley，& Wolf，2006；Robin & Bensel，1985，Voith，1985）。北米での質問紙調査（Risley-Curtiss，Holley，& Wolf，2006）によれば，全回答者（ $N=587$ ）の62.6%（ $n=368$ ）が，調査を実施した時点においてペットを飼育していると答えた。また，「ペットは家族の一員である」という問いには，同ペット飼育者（ $n=368$ ）のうち97%の回答者が「そうである」と回答した。白人以外の女性回答者（ $N=15$ ）を対象にしたインタビュー調査（Risley-Curtiss，Holley，Cruickshank et al.，2006）でも，87%が自分のペットを家族の一員だと答えた。犬を飼育している50歳以上のヒスパニック系米国人（ $N=24$ ）を対象とした質問紙調査（Johnson & Meadows，2002）では，参加者の79%が「飼い犬は家族の一員である」と回答した。このように，米国ではペットを家族と見なす傾向は，白人だけではなく，人種・民族を超えて一貫している。

では，我が国ではどうであろうか。内田（2001）は，「ペットがコンパニオン・アニマルと呼ばれる時代が到来し，人間と飼育動物とのきずなが強く結ばれるようになった現在，ペットの家族における位置を飼い主に尋ねるならば『パートナー』『子ども』『家族の一員』という答えがほとんどであろう（200頁）。」と述べている。また，横山（2005）は，日本人の動物観に関する二つの

調査（亀山，石田，高柳，若生，1992；石田，横山，上條，赤見，赤見，若生，2004）の比較分析を行い，この10年間における日本人の12種類の動物観（「家族的態度」，「生態的態度」，「自然的態度」，「倫理的態度」，「宿神的態度」，「審美的態度」，「分析的態度」，「支配的態度」，「実用的態度」，「開発的態度」，「否定的態度」，「無関心」）の変遷について報告している。その結果，0～5の尺度内で「家族的態度」が3.03から4.02に上昇しており，他の動物観と比べて劇的に変化していることが明らかになった（石田ら，2004；横山，2005）。「家族的態度」を構成する設問の中でも特に，「家族の一員として飼う」と「生活が充実する」という設問のポイントの上昇が顕著であった（石田ら，2004）。また，一般社団法人ペットフード協会（2013）が，犬・猫の飼い主に「生活に喜びを与えるもの」について尋ねたところ，犬の飼い主では，「家族（82%）」がトップとなり，「ペット（80%）」はそれに続き，「趣味（65%）」は三番目となった。一方，猫の飼い主では，「ペット（82%）」がトップであり，次いで「家族（78%）」，「趣味（70%）」の順であった。この調査が「家族」をどのように定義したのかは不明であるが，少なくとも回答者は，ペットを人間の家族メンバーと同じくらい重要なものかそれ以上と捉えていることがわかる。

では，災害が起こった際，欧米諸国の飼い主はペットをどのように扱うのだろうか。ある北米での研究（American Pet Products Manufacturers Association [APPMA], 2007）によれば，犬の飼い主（ $N=580$ ）の75%，また，猫の飼い主（ $N=492$ ）の68%が，災害時にはペットを連れて避難すると回答した。また，ニューヨーク市の大規模動物病院に通うペット飼育者（ $N=201$ ）のうちの44%が，緊急時の救助の際は他のどの家族メンバーよりもペットを優先すると答え，続いて32%の回答者が配偶者・パートナーが最優先であると回答した（Cohen, 1998）。ペットが死んだ後も，飼い主のペットへの愛情は続く。例えば，飼い主は遺骨を入れるための壺を購入したり，記念石を作ったり，ペットを偲んでグリーフ・ブック（grief book）を作ったりする（APPMA, 2007）。このように，北米での調査では，災害時はもとより，ペットが死んだ後も人間の家族メンバー

と同様か、もしくはそれ以上に扱われていることがわかる。

一方、我が国のペットのための防災対策はどのように進められているのだろうか。前述の一般社団法人ペットフード協会（2013）によれば「家庭どうぶつのための防災対策」に関する問いに対して、65%（サンプル数は記述なし）の飼い主がキャリーバッグやリード等を「準備している」と回答し、ペットとの同行避難を意識していることが窺える。このように、日米両国において、日常生活場面だけでなく災害が起きた際もペットは家族同様に扱われているといえよう。

### 飼い主の日常生活におけるペットの役割

ペットの飼い主は、身体的、情緒的、認知的な恩恵をペットから受けている（AVMA, 2013；Cohen, 1998；Risley-Curtiss, Holley, Cruickshank et al., 2006；Risley-Curtiss, Holley, & Wolf, 2006；Robin et al., 1985；一般社団法人ペットフード協会, 2013, 2016）。ペットが飼い主の生活の中で果たす役割は、重要な他者としての「保護者」や「兄弟姉妹」、「友人」、「配偶者」と同等であると指摘されている。米国の調査研究では、ペットが子どもに与える影響について多数の報告がなされている。例えば、家で一人ぼっちで過ごすことが多い子どもにとって、ペットは単なる「遊び友達」（Melson, 2001；Robin et al., 1985；Siegel, 1995）にとどまらず、「秘密を共有する親友」でもある（Fogle, 1983；Melson, 2001；Turner, 2005）。また、ペットとの絆の強さは、子どもの共感性の発達やコミュニケーション・スタイルの習得の際に、両親や兄弟姉妹、また、同年代の仲間から受ける影響と同様の影響を及ぼす（Melson, 2001）。

ソーシャルワーク・サービスの対象となる子どもたちにとっても、ペットは情緒的サポートの源となる。入所施設で過ごしている子どもにとって、施設内で飼育されているペットの存在は、重要な愛着対象として、親の不在を補償している（Mallon, 1994）。入院中の思春期の子どもにとっては、ペットは友人やセラピストとして機能することはもとより、院内に家庭のような雰囲気を作

りだす効果がある (Bardill & Hutchinson, 1997; Tedeschi, Fitchett, & Molitor, 2005)。このように、子どもにとってのペットは、ストレスフルな状況下において、愛情や再保証はもとより情緒のサポートを提供し、その機能は親や兄弟姉妹、友人と変わらない (Beck & Katcher, 1983; Melson, 2001)。また、家庭から遠く離れた場所にいる子どもたちにとってのペットとの交流は、脅威を感じることはない接触や愛情をもたらす (Tedeschi, et al., 2005)。

米国の調査では、成人にとってもペットはその生活上でさまざまなニーズを満たす存在であることが報告されている。特に、限られた社会的ネットワークの中で生活している人々にとって、ペットは「重要な他者」の代わりとして捉えられている (Stammach & Turner, 1999)。例えば、ペットを飼育している一人暮らしの高齢女性と、ペットを飼育していない一人暮らしの高齢女性とを比較した調査では、前者の方が孤独感が低く、より楽観的で、将来について計画することに関心があり、動揺しにくいという結果が示された (Goldmeier, 1986)。新婚夫婦や子どものいない女性、もしくは子どもが既に巣立った女性にとって、ペットは子どもの代わりになり得るとの報告もある (Levinson, 1978; Turner, 2005)。このように、ペットは成人に「必要とされている」という感覚をもたらす (Sable, 1995; Turner, 2005)。

災害時には、ペットを残して人間だけが避難することを拒否する飼い主が少なからず存在する。2005年に北米大陸をハリケーン・カトリナが通過した際には、ペットを飼育している人々の多くが、ペット可のシェルターやホテルだけでなく、重要な移動手段であるバス等の公共交通機関がペットを連れて乗車することを拒否したため、避難勧告が出ているにもかかわらず、ペットと家に留まることを余儀なくされた (Anderson & Anderson, 2006)。また、家庭内暴力の被害女性は、彼女らが大事にしているペットに対して加害者が危害を加えることを恐れ、家に留まった結果、女性もペットも殺されたという事例が多数報告されている (Faver & Strand, 2003a, 2003b)。入院している高齢者は、ペットのことを心配するあまり、病気から十分回復する前に、退院を決意する

こともある (Ebenstein & Wortham, 2001)。このように、ペットの生命や幸福 (well-being) を自分の幸福よりも優先する飼い主は少なくない。

## 愛着対象としてのペット

飼い主にとって、ペットは重要な情緒的サポートの源である (Beck et al., 1983; Cohen, 1998, 2002; Johnson et al., 2002; Kidd & Kidd, 1985; Melson, 2001; Risley-Curtiss, Holley, Cruickshank et al., 2006, 2006; Risley-Curtiss, Holley, & Wolf, 2006; Stambach et al., 1999; Triebenbacher, 2000)。人々は動物との交流によって癒される。ペットは飼い主を批判しないばかりか、飼い主からの最小限の愛情や注意だけで十分に幸福と感じてくれるからである (Cohen, 1998, 2002; Triebenbacher, 2000)。

ペンシルバニア大学付属動物病院で実施されたペット飼育者 ( $N = \text{約 } 1,500$ ) への調査 (Voith, 1985) では、98%の犬の飼い主及び91%の猫の飼い主が、自分が飼っている動物は人間の情緒的变化に気づいていると感じると回答した。ニューヨークの動物病院での調査 (Cohen, 1998, 2002) では、参加者 ( $N = 201$ ) の81%が飼い犬は重要な情緒的サポートの源であると答えた。学齢期の子どもを対象にした調査 (Heath & McKenry, 1989) では、誰に援助を頼むかを尋ねたところ、「動物」との答えは「母親」について二番目に多く、「父親」は三番目であった。他の質的調査 (Risley-Curtiss, Holley, Cruickshank et al., 2006) ( $N = 201$ ) でも、ペットは飼い主の気分に敏感であり、ある被験者が悲しみに沈んでいる時には、飼い猫が寄り添ってくれたと話した。また、別の被験者は、彼女の幼少期には、飼い犬の面白い仕草が最大の救いだったと話した。このように、飼い主にとって、ペットは情緒的サポートの源泉であり、飼い主に無条件の愛を提供するという点では、民族や人種を超えた一貫したものとして報告されている。

複数の欧米の研究者 (Lagoni et al., 1994; Toray, 2004; Turner, 2003) が、人とペットとの絆が飼い主に与える影響を**愛着理論**に基づいて説明している。



愛着とは「個人の一生を通じて継続する情緒的な絆であり、ストレス下において特定の愛着対象を捜し求め、近接性を希求する傾向にその特徴が認められる (Collin, 1996; 7頁)。」と定義されているが、元来は乳児とその養育者（主として母親）との間に結ばれる永続的な情緒的絆であると理解されてきた (Ainsworth, 1973; Bowlby, 1969/1982; Colin, 1996)。ペットの存在やペットとの関係が、飼い主に「居心地の良さ」や「守られている」という安全・安心の感覚を与えたり信頼感をもたらししているとすれば、その飼い主は、**愛着対象**としてのペットから情緒的な安定を得ているといえよう。人と動物の絆の研究の第一人者である米国の児童精神科医の Levinson (1978) も、ペットを飼育することは、飼い主の自己概念形成を促し、自己評価や自立性、共感性を高めると指摘している。

## 2. ペット・ロスによって引き起こされる飼い主の悲嘆と喪のプロセス

上記のようにペットを重要な家族の一員と見なし、愛着を感じながら日常生活を送っている飼い主が、ペットを何らかの理由で失った場合、どのようなことに直面するのであろうか。また、ペットを失った際に飼い主が感じるストレスは、重要な他者としての人間を失った場合とどのように異なるのであろうか。ここでは、「ペット・ロスと悲嘆 (grief)」, 「ペット・ロスによる悲嘆が深刻化する要因」, 「残された飼い主が迎える悲嘆のプロセス」について概観する。

### ペット・ロスと悲嘆

「ペット・ロス」とは、文字通り飼い主にとっての「ペットの喪失」であり、病気や老衰、安楽死等の**死別**や失踪、盗難、遺棄、譲渡等の**離別**によって引き起こされる。我が国では「ペット・ロス」を、喪失にまつわる飼い主の情緒的、身体的、行動的変化等の**悲嘆反応**をも含むものとして捉えてきた経緯がある

(安藤, 2001; 藤田, 2010; 新島, 2001; 杉田, 2001; 竹下, 2006; 横山, 1996)。  
しかし、この論稿では、「ペット・ロス」を文字通り「**ペットの喪失**」として  
捉え、残された飼い主の**悲嘆反応**とは分けて論述していく。

米国の心理学者であり、急性悲嘆反応を呈している人々への専門的援助や調  
査研究をおこなってきた Worden (2002) は、**悲嘆**を「愛する人を死によって  
失った人の経験(the experience of one who has lost a loved one to death) (10 頁)」  
と定義している。また、悲嘆は、(1)感情的な反応、(2)身体的反応、(3)認知的  
反応、(4)行動の変化として出現する (Worden, 2002)。京都グリーフケア協会  
で講師を務める飯田 (2014) は、悲嘆が長引けば、社会的機能や日常生活機能  
などの低下や停滞が起こることを示唆している。以下の表 1 は、悲嘆反応の例  
である (飯田, 2014)。

表 1 悲嘆反応の例 (飯田, 2014, 16–18 頁の各表に基づき、筆者が再構成を行った)

身体的反応	睡眠障害、浅眠、熟睡感がない、食欲低下、嚥下障害、胃腸症状、胃部 不快感、膨満感、嘔気、頭痛、頭重患、腹痛、動悸、呼吸のしづらさ、 疲れやすさ、疲労感、故人と同じような身体症状、病気にかかりやすく なる
心理的・精神 的反応	思慕の念、切望、抑うつ気分、不安感、恐怖、絶望感、落胆、罪責感、 自責感、敵意、怒り、いらだち、現実感の喪失・離人感、願望充足的な 幻覚や錯覚
認知的反応	思考判断力の低下、注意の障害、記憶力の低下、決断困難、思考制止、 故人が生きているといった錯覚や幻想
行動面の変化	涕泣、号泣、疲労感、易疲労感、社会的接触の回避、ひきこもり、アル コール乱用、アルコール依存、過活動、日常生活が困難になる、行動パ ターンの変化、現実への逃避
その他の行動 面の変化 <sup>2)</sup>	故人の話題を避ける、位牌を肌身はなさず持ち歩く、仕事や学業に専念 する、死の細部にこだわる、遺品をすぐに処分しようとする、重大な決 定を急ぐ、宗教にのめりこむ

一方で、**子どもの悲嘆反応**はどうであろうか。大人の場合は、激しく強い  
悲嘆反応が喪失体験直後から数か月にわたって続くが、これらの悲嘆反応は時  
間の経過とともに和らいでいく (Japan Disaster Grief Support [JDGS] Project,

2017)。一方で、子どもの場合は、誕生日や学校入学、卒業、就職、結婚といった節目に、故人がいない現実直面し、悲しみや孤独感を感じることが多い(JDGS Project, 2017)。また、不安や悲しみを強く表出する子どももいれば、何事もなかったかのように振る舞う子どももいる(石井, 左近, 2010; 瀬藤, 黒川, 石井, 2011)。例えば、ある子どもの悲嘆は、引きこもり、睡眠障害、不安、集中力の低下、退行等によって示される(Goldman, 2004)が、別の子どもは感情麻痺や、気分の変動、落ち着きのなさ、学業不振、大人びた振る舞いによって示される(石井ら, 2010; 瀬藤ら, 2011)。このように、子どもの悲嘆表現は多様であり発達段階によっても異なる(表2を参照)。

表2 子どもの発達段階と悲嘆表現の違い(出典: 石井, 左近, 2010, 345頁より一部抜粋)

年 齢	悲 嘆 表 現
0～2歳	思いを言葉にはできず、不安な思いを「眠れない」、「食べられない」、「泣きやまない」といったかたちで表すことがある。
3～6歳	幼児期は物事に集中して取り組む時間が短いため、何事もない様子で過ごしていても、急に何か(悪夢、類似した出来事との遭遇)をきっかけとして怖がったり、はしゃぎ始めたりすることもある。また、「遊び」の中で気持ちを表現していくことが多くなる。
7～10歳	不安を抱くことで、頭痛や腹痛を起こすことがある。また、「自分が悪い子だったから、死んだんじゃないか」と、事実とは無縁な罪悪感を抱くこともある。
11歳以降	心と身体の成長がかみ合いにくい思春期の時期であり、「どうでもなれ」という思いが起きやすい。感情の動きに波があり、非行的な行動をすることもある。

では、ペットを重要な他者として捉えて生活している人々がペットを失った場合には、どのような身体的、情緒的、認知的、行動的な変化を来すのであろうか。米国州立テネシー大学において展開されている獣医療ソーシャルワーク資格プログラム(Veterinary Social Work at University of Tennessee Certificate Program [VSWUT-CP], 2015)では、ペットを喪失した際に飼い主が経験する悲嘆反応の例を挙げている(表3を参照)。

表3 ペットの飼い主に現れる悲嘆反応の例（VSWUT-CP, 2015）の配布資料より抜粋

身体的反応	胸の締め付け，睡眠障害，食欲不振，全身の痛み
心理的・ 精神的反応	怒り，悲しみ，抑うつ，罪の意識，安堵，他者を非難する気持ちの高まり
知的・認知的 反応	混乱，幻覚，集中力の欠如，死んだペットへの思いにとらわれる

このように，ペット喪失の際に飼い主が経験する悲嘆反応は，重要な他者（人間）を喪った人々が経験する悲嘆反応と似通っている（Netting, Wilson, & New, 1987；Quackenbush & Glickman, 1984；Crocken, 1981）。

### ペット・ロスによる悲嘆が深刻化する要因

ペットの喪失後に飼い主が直面する悲嘆は，重要な他者（人間）を失った人々が直面する悲嘆と共通するものが多い反面，ペット・ロス特有の悲嘆を深刻化させる要因もいくつか存在する。ここでは，(a) **ペットの死因や死に至らしめるプロセス・手段**，(b) **曖昧な喪失**，(c) **社会的サポートの欠如**，(d) **ストレスフルな出来事の累積**，(e) **飼い主とペットとの関係の強さ・深さ**が，飼い主の悲嘆反応に与える影響について概観していく。

まず，(a) **ペットの死因や死に至らしめるプロセス・手段**は，飼い主の悲嘆の激しさや深さに影響を及ぼすと考えられている（Planchon, Templer, Strokes, & Keller, 2002）。ペットは何の前触れもなく突然死んだのか，それとも予期された死であったのか，また，自然死だったのか安楽死であったのかも，飼い主の悲嘆反応の強さや深さに影響を及ぼす。北米では，**安楽死**によるペットとの死別が多く見受けられ，その意思決定を行った飼い主は，時として自責の念にかられる。ある動物病院での質問紙調査（ $N=106$ ）（Adrian, Deliramich, & Fruch, 2009）によれば，最近ペットの安楽死を選択した飼い主（ $n=39$ ）のうち，13.1%が「しばしば」もしくは「いつも」その選択を後悔していると回答した。このようにペットの**安楽死**を最善の選択として飼い主が選んだとしても

自責の念にかられる等、下した判断に対して飼い主の苦悩が深くなる場合がある。

次に米国の獣医師である Lagoni と Butler と動物行動学者の Hetts (1994) は、(b) **曖昧な喪失** (ambiguous loss) を「飼い主が明確にペットの死を認識できない、もしくは死に関して疑問が残る状況であり、ペットを失ったという事実直面することを難しくさせる状況 (34 頁)」と定義し、このような場合は残された飼い主の悲嘆が深刻化する可能性を示唆している。例えば、ペットの「失踪」や「誘拐」は、**曖昧な喪失**である (Lagoni et al., 1994)。このような場合は、ペットの生死に関する情報が不足しており、飼い主はペットが安全に戻ってくる望みを捨てがたい (Lagoni et al., 1994)。また、いつ搜索を打ち切るべきか、いつ悲嘆プロセスに入るべきかについても迷いが生じる (Lagoni et al., 1994)。**曖昧な喪失**には、里親が見つからないことによる「動物シェルターでの滞在の長期化」や「原因不明の突然死」等も含まれる (Lagoni et al., 1994)。言うまでもなく、このような状況も、残された飼い主の悲嘆反応の表出時期の遅滞やその激しさに影響を及ぼす。

ペット・ロスを経験している飼い主の心情への周囲の無理解をはじめとする (c) **社会的サポートの欠如**も、飼い主の悲嘆を深刻化させることがある。Doka (1989) は**剥奪された悲嘆** (disenfranchised grief) を「重要な他者を失ったことを隠し立てすることなく承認することが難しい喪失、もしくは公然と喪に服することができない喪失、または社会的なサポートが得られない喪失が起こった際に、残された人々が経験する悲嘆 (4 頁)」と定義している。**剥奪された悲嘆**は、(1) 喪失対象との関係が一般に周知されていない場合や、(2) 喪失自体が認識されていない場合、(3) 悲嘆に暮れている人々が周囲に認識されない場合に起こる (Doka, 1989)。Toray (2004) や Turner (2003) は、このような**剥奪された悲嘆**の基準のいくつかもしくはすべてが、ペット・ロスによる悲嘆に直面している飼い主にも当てはまるとしている。例えば、ペットの死に関連した悲しみを、ペットとの関係を軽視する友人や同僚、家族の前で吐露することは

難しいため、ペット・ロスに直面している飼い主は、それにまつわる考えや感情を隠すかもしれない (Toray, 2004)。結果として、ペット・ロスにまつわる飼い主の悲嘆は周囲から認識されず、飼い主は孤独の中で喪のプロセスを進めるかもしれない。実際、「たかが犬のことなのに」、「また新しいペットを飼えばいいじゃない」、「ペットの死ごときで病気になり、欠勤するなんて」などの言葉を浴びせられた経験のある飼い主も少なくはない (Lagnoni et al., 1994; Toray, 2004; Turner, 2003; 新島, 2001; 横山, 1996)。獣医師でさえも、飼い主にとってのペット・ロスの衝撃を低く見積もる傾向がある (Hart, Hart, Mader, 1990)。

次に、(d) **ストレスフルな出来事の累積**であるが、Grosse と Barnes (1994) は、ペット以外の喪失や複数の喪失に遭遇している人ほど、ペットの病気や死への対処はより困難なものとして受け止められると分析している。Quackenbush と Glickman (1983) の調査では、ペット・ロスにまつわる強く激しい悲嘆を経験している飼い主の多くが、ペットを失う前（過去1年以内）に飼い主自身の医療的な問題や入院、重要な他者の喪失やこれら複数の要因を同時に経験していたことが報告されている。このように、ペット・ロスに直面している飼い主にとって、他のストレスフルな出来事が連続して起こったり重なったりすることは、その悲嘆の程度や深刻さに多大な影響を及ぼす。

最後に、(e) **飼い主とペットとの関係の強さ・深さ**であるが、Lagoni ら (1994) は、飼い主がペットに強い絆を感じている場合、激しい悲嘆反応を引き起こす可能性を示唆している。以下はその例である (21 頁)。

- (1) 飼い主が、自分がペットを死の淵から助け出したと信じている場合
- (2) 飼い主が、ペットのおかげで抱えていた困難を切り抜けることができた  
と信じている場合
- (3) 幼少期をペットと過ごしたことがある場合
- (4) ペットが飼い主にとって、最も重要な社会的サポートの源泉である場合
- (5) 飼い主が、自分のペットを擬人化している場合

(6) 飼い主がペットの長期にわたる医療的ケアのために多くの時間や労力、金銭を費やした場合

(7) 飼い主がペットとの関係を、この世を去った人々との象徴的なつながりとして見なしている場合

また、Grosse ら (1994) は、過去 1 年以内にペットを喪った飼い主 ( $N = 207$ ) に質問紙調査を実施し、飼い主がペットに親密な態度や感情を抱く(愛着を感じている) 度合いが強いほど、ペット喪失後に絶望や社会的孤立をより深く感じ、身体的症状がより多く現れると分析した。

このように、飼い主がペットの安楽死を決めて実行した場合や、ペットの生死が明らかではない場合、周囲の人々がペット・ロスにまつわる悲嘆を理解していない場合、ストレスフルな出来事とペット・ロスが重なって起こった場合、また、ペットとの愛着関係が強い場合は、残された飼い主の悲嘆反応が長引いたり、延期される等、悲嘆が深刻化する可能性がある。Turner (2003) は、その論文の中で、高齢女性が死亡した犬を冷凍庫に保管し、いつの日か復活することを願っていたため犬の死を認めず、悲嘆作業が 6 か月以上延期された事例を挙げている。Turner (2003) はこの事例の悲嘆表出が遅れた理由を明らかにしていないが、喪失が社会的に認知されず、周囲からのサポートが欠落していることや、相次ぐ複数の喪失体験の影響、飼い主のペットとの愛着の強さや本人の精神病歴(うつ病、その他の精神障害)等も影響している可能性がある。

### 残された飼い主が辿る悲嘆のプロセス

大切な人を亡くした場合、**残された人々**が悲嘆からどのように立ち直っていくのかを説明するいくつかのモデルが存在する。研究者の多くが、死別にまつわる悲嘆はユニークで非常に個人的なプロセスではあるものの、よく似た経過を辿ると指摘している (Kubler-Ross, 1969; 飯田, 2014)。このことは、ペットを失った飼い主の悲嘆にも当てはまる (Toray, 2004; Turner, 2003; 横山, 1996)。また、悲嘆のプロセスは、それを経験している個々人の性別、年齢、



文化、性格、過去の喪失体験、対処能力等を含む様々な要因から影響を受けるため、そのプロセスを完全に説明する唯一の理論やモデルは存在しない (Toray, 2004 ; Turner, 2003)。ただ、それらの理論やモデルには共通する部分も多いことが指摘されている (Turner, 2003)。ここでは、「**五段階モデル** (Kubler-Ross, 1969)」、「**課題モデル** (Worden, 2002)」、「**二重過程モデル** (Strobe & Schut, 1999)」を取り上げ、ペットの飼い主を含む重要な他者を失った人が辿る悲嘆のプロセスを概観する。

### 五段階モデル (Five Stages of Grief)

このモデルの提唱者は、Kubler-Ross (1969) であり、段階モデルと呼ばれる。重要な他者を失った人々が、どのような時間経過の中でどのような心理的变化を辿り、どのような行動を取りながら、最終的に喪失を受容するのかに焦点を当てたモデルである。本来は「死にゆく人々」が自分の置かれた状況をどのように感じ、捉え、受け入れていくのかを説明するモデルであるが、残された側の悲嘆も同様のプロセスを辿ると考えられている (Kubler-Ross, 1969 ; 飯田, 2014 ; 藤田, 2010 ; 横山, 1996)。

まず、この五段階モデル (Kubler-Ross, 1969 ; 飯田, 2014) の第一段階は、死という事実を認めようとしないう「**否認 (denial)**」の段階であり、自己を守るための自我防衛機能が強く働く段階である。第二段階は、「**怒り (anger)**」の段階と呼ばれ、病院のスタッフ等を含む何等かの形で当事者の死に関わった人々に対して「どうして私なのか」という怒りの感情を表出することに、その特徴がある。第三段階は、死者に関わる誰かを責めたり怒りをぶつけたりする代わりに、この「避けられない結果」を先に延ばすべく何とか交渉しようとする「**取引 (bargain)**」の段階である。第四段階は、「**抑うつ (depression)**」の段階であり、希望を失い、大きな喪失感にさいなまれ、憂鬱な気分になる。この「抑うつ」の段階を経て、第五段階である「**受容 (acceptance)**」に到達し、ようやく死を現実のこととして受け入れていくことになる。ペットを失った飼い



主も、このプロセスを経て、対象喪失とそれにまつわる関係性や環境の変化と向き合い、ペットの死を受け入れ乗り越えていく（横山，1996）。

### 課題モデル（Task-Based Model）

このモデルの提唱者である Worden（2002）は、悲嘆とは段階や局面ではなく、一連の課題への対処であると指摘している。このモデルは、悲嘆を時間軸で説明しようとする段階モデルに対して、残された人々が、重要な他者が存在しない社会に再適応し、さらなる成長・発展のために必要な課題に焦点を当てている（Toray, 2004； Worden, 2002； 飯田, 2014）。この課題モデルも段階モデルや次に紹介する二重過程モデルと同様、もともとは「大切な人」を喪った人々がその対象であるが、かけがえのないペットを失った飼い主にも適用可能であると考えられている（Toray, 2004）。また、精神保健分野の専門家は、この課題モデルの枠組みから、ペット・ロスにまつわる悲嘆をより深く理解し側面的支援を行うための手がかりを得ることができると考えられている（Toray, 2004）。

このモデルは、四つの課題で構成されている。まず、最初の課題は、「**喪失の事実を受容する（accept reality of the loss）**」ことである。Toray（2004）によれば、ペットの不在は日常生活の遂行を困難にする。決まった時間に餌を与えたり、散歩をしたり、ペット仲間と交流することは、ペットなしには成立し得ない。ましてや予期せぬペットの突然死や行方不明等から起こる感情に対処するには、「ペットがいらない」という事実を受容することなしには始まらないのである。この「受容」がスタート地点であるという考え方は、「受容」を到達地点とした Kubler-Ross（1969）の段階モデルとは対照的である。

このモデルの第二の課題は、「**悲嘆の苦痛を処理する（work through the pain of the grief）**」ことである。「苦痛」は最も本質的で重要な悲嘆の構成要素であり、避けて取ることはできない（Toray, 2004）。「苦痛」に圧倒される飼い主もいれば、仕事に熱中したり他の用事で忙しくすることで、気を紛らわせよう

とする飼い主もいる (Toray, 2004)。しかし、遅かれ早かれこの「苦痛」に直面することなしには、飼い主自身の精神の健康を維持することは難しい (Toray, 2004)。

第三の課題は、「**個人のいない新しい環境に適応する** (adjust to a new environment in which the deceased is missing)」ことである。大切なペットを失った場合、その存在以外に何を失ったのかを明確に把握することは難しい (Toray, 2004)。しかし、空っぽの籠やベッド、減らないペットフードや玄関での出迎えがないことに直面し、そのような状況に慣れていくことが求められる (Toray, 2004)。

第四の課題は、「**死者を情緒的に再配置し、喪失したものを忘れることなく生活続ける** (emotionally relocate the deceased and move on with life without forgetting the lost object)」ことである。Toray (2004) によれば、ペットの飼い主、特に子どもの場合、愛着を持って接していたペットを忘れてしまうことを恐れていることがある。従って、ペットの存在を忘れないように写真を飾ったり、肉球を型取ったオブジェを作ったり、ペットの被毛の一部を取っておくことも、失ったペットとの関係を今までとは異なる別の形で持続させることを助ける (Toray, 2004)。

## 二重過程モデル (Dual Process Model)

二重過程モデルは、Strobe と Schut (1999) によって提唱されたモデルであり、悲嘆プロセスの力動的な側面を適確に表現している (Toray, 2004)。このモデルは認知的ストレスモデルの影響を受けており、死別後の対処方法にその焦点が当たっており (飯田, 2014)、その点は上記の課題モデル (Worden, 2002) と似ている。

このモデルは、悲嘆を経験している人々が能動的に(1)喪失そのもの (**喪失志向対処**: loss-oriented)、また、(2)喪失によって生じた様々な生活上の問題 (**回復志向対処**: restoration-oriented) に対処することの重要性を指摘する

(Toray, 2004)。残された人々は、**喪失志向対処**のプロセスを通して、喪失当初、死別した人に対する悲しい気持ちを表現したり、繰り返し考える等の喪の作業を通して、失った対象と今までとは違う繋がりを構築する (Toray, 2004; 飯田, 2014)。それに対して**回復志向対処**のプロセスでは、重要な他者を喪失した後、話し相手のいない生活に慣れつつ、一方では新たな社会関係を構築し、新しい環境で自分らしい生活を送ることを含む (Toray, 2004; 飯田, 2014)。

ペット・ロスに直面している飼い主にも、この二重過程モデルは適用可能である。Toray (2004) によれば、**喪失志向対処**として、飼い主は病気を治療することができなかった獣医師への怒りや、かけがえのないペットのいない生活への恐怖、ペットを失う(った)ことへの悲しみを表現し、今では存在しないペットとの関係を再構築する必要がある。一方で、**回復志向対処**として、ペットの死後、ペットのいない生活に少しずつ慣れ、仕事や社会的な場所へ徐々に戻ることができるようになることが、その課題となる。

すべてのモデルに共通していることは、悲嘆に直面している人々が、モデル通りに悲嘆を経験し克服していくのではないということである。いくつかの段階や課題、プロセスを行きつ戻りつしながら、重要な他者のいない世界を受け入れ、日常生活に再適応していく (Ray & Prigerson, 2007)。ペットを喪失した飼い主も、同様のプロセスを経て、ペットのいない現実に再適応していくと考えられる。

### 3. ペット・ロスによる悲嘆を経験している飼い主に対する 対人援助職 (ソーシャルワーカー) の役割

上記で紹介したさまざまな文献が指摘している通り、重要な他者 (人間) を失った際、残された人々が悲嘆反応を示すのは自然なことであり、**通常は専門的治療を必要としない**<sup>3)</sup>。同様に、飼い主が「ペット」を重要な他者として捉えていた場合、ペット・ロスの直後から悲嘆反応を示すことは自然なことで

あり、通常は専門的な介入や治療は必要としないであろう。しかしながら、ペット・ロスによって引き起こされた悲嘆が社会的な理解や承認サポートを得にくいことを考慮すれば、ペットとの死別・離別後の早い段階から専門的な介入や援助が提供されることは、飼い主の悲嘆表出を促し、ペットのいない日常生活に再適応することを促すであろう。ここでは、まず重要な他者（人間）を失った際に、残された人々に提供される(a) **悲嘆カウンセリング**や(b) **喪の儀式**、(c) **セルフ・ヘルプグループ**を紹介し、その後、これらの社会資源がペットの死に直面している飼い主の悲嘆反応の軽減に応用可能かどうかを考察する。

### 悲嘆カウンセリング

Worden (2002) は、重要な他者を喪った後、**通常の悲嘆**を経験している場合でも、悲嘆カウンセリング等の専門的援助は、残された人々が喪の課題を進めていくには有効であると指摘している。この悲嘆カウンセリングは、(a) 親や子どもと死別した場合、(b) 残された人々が何のサポートもないと感じる度合いが強い場合、また、(c) 死が心的外傷をもたらすような状況で起こった場合、(d) 故人と残された人の婚姻関係が両価的であった場合、(e) 現時点で同時並行で起こっている生活上の危機がある場合には特に有効である (Raphael, 1977)。悲嘆カウンセリングは、早い場合は葬儀後1週間程度で開始される (Worden, 2002)。

Worden (2002) によれば、悲嘆カウンセリングの目的は、残された人々が(1) 喪失を現実のもとして捉えられること、(2) 自身の感情を認識し感じることができると、(3) 故人のいない生活に適応すること、(4) 喪失の意味を見出すこと、(5) 故人を情緒的に再配置すること、(6) 深く悲しむための時間を提供すること、(7) 正常な悲嘆行動についての理解を増やすこと、(8) 悲嘆に関する個人差を許容すること、を助けることである。また、援助する側には、(9) 残された人々の防衛機制や対処方法を吟味し、(10) 残された人々の行動や症状が病的かどうかを判断し、必要に応じて抗うつ剤の使用や認知行動療法等の治療に

繋げることが求められる (Worden, 2002)。これらの悲嘆カウンセリングの目的や援助者に求められることは、「悲嘆からの回復プロセス」で紹介した Worden (2002) の課題モデルと一致している。

また、石井ら (2010) や瀬藤ら (2011) によれば、悲嘆を経験している子どもを援助する際には、以下のことに注意を向ける必要がある。まず、援助者や周囲の大人には、(1) 死別について事実を曖昧に表現したり、ごまかすのではなく、一緒に答えを見つけようとする姿勢が求められる。次に、(2) 子どもが感じたり考えたりしていることに関心があることを伝え、むやみに指示やアドバイスを与えないことが重要である。また、(3) 子どもの発達段階に応じて、死をどのように、どの程度理解しているかを把握するだけでなく、死に対する表現方法が子どもによって異なることを理解し、子どものペースを尊重することが求められる。

瀬藤ら (2011) によれば、子どもは同じ質問を何度もすることがあるが、それは普通のこととして理解すること、子どもは「どうしてこんなことが起こったの」と質問してくることがあるが、明確な答えを期待しているわけではなく、他者に尋ねることで自問自答していることを理解する必要がある。加えて、子どもは6歳を超える頃には、自分と死を関連づけ自責の念を感じることがある。よって、「あなたが悪いことはない」、と大人が何度も伝えていくことが大切である (瀬藤ら, 2011)。

## 喪の儀式

Rando (1993) によれば、**治療的な喪の儀式**とは、「残された人々が死を認識すること、失った人々を思い起こすこと、もしくは、失った人々に対する様々な考えや感情を探索し、明確化し、表現し、統合し、最終的にはそれらを表明する機会を提供するための構造化された方法 (314 頁)」であると定義している。この定義に照らし合わせると、**葬儀**は、社会的に許容された最も治療的な儀式であるといえる (Rando, 1993)。他の研究者らも、**葬儀**や**葬儀**のよう

**なもの**は、残された人々が故人との関係を再確認し、心を落ち着かせ、故人を手放さなければならないことを認識するために役立つと指摘している (Podrazik, Shackford, Becker & Heckert, 2000)。

Brown と Brown (1996) は、子どもが故人を忘れないようにするための方法として、「お墓参りをする」、「植樹を行う」、「亡くなった人の誕生日にピクニックに出かける」、「お祈りをする」、「思い出のものを集めたノートを作成する」、「思い出を詩に書く」、「思い出を絵に描く」、「特別な場所に持ち物を飾っておく」、「一緒に行った面白かったことを思い出す」、「家族や友人と思い出を話す」、「写真を見る」、「教わったことを練習し続ける」、「ペットやぬいぐるみにその人の名前をつける」、「新しい友達を作る」、「生きている素晴らしさを実感する」等を挙げている。

### セルフ・ヘルプグループ

セルフ・ヘルプグループは、重要な他者を失くした人々が抱える問題を、同じ立場で理解し支援することを促す (飯田, 2014)。セルフ・ヘルプグループへの参加が遺族にもたらす効果について飯田 (2014) は、「同じ心の苦しみを持つ者同士が集まり、苦しい胸の内を語り、他の人の苦しみを聴く中で、お互いに支え合い、苦しみを分かち合い、この苦しみは自分一人ではないことを知り悲嘆から立ち直っていくことができるようになる (31 頁)」と述べている。また、瀬藤ら (2011) は、死別を経験した子どもへの援助として、同じ死別体験を持つ子どもたちと時間を共有させることの重要性を指摘している。子どもは、同じ経験をした人にしか気持ちを理解できないと感じていることが多く、そのような場でのやりとりは、子どもの感情表出を促し、死への理解を深める助けとなると考えられる (瀬藤ら, 2011)。このように、残された遺族にとって、セルフ・ヘルプグループへの参加は、生活の大きな変化や社会への再適応への過程の中で、問題を解決することに役立つ (飯田, 2014)。

### ペット・ロスを経験している飼い主への専門的援助の重要性

Weisman (1991) は、飼い主にとってのペット・ロスへの対処は、重要な他者（人間）を失った際の対処よりも困難であると指摘している。飼い主にとっては、必要な時に変わらぬ態度で接してくれるペットは特別な存在であり、代わりを見つけることは難しい。また、ほとんどのペットの寿命は、人間の寿命よりも短いため、飼い主は人生の中で必ずといっていいほど、大事なペットの喪失を経験する (Morley & Fook, 2005; 横山, 1996)。また、ペットにより強い愛着がある飼い主ほど、悲嘆反応は深く激しくなる (Barnard-Nguyen, Breit, Anderson, & Nielsen, 2016; Planchon, et al., 2002)。にもかかわらず、**剝奪された悲嘆**でも述べたように、ペットを失った飼い主の悲しみが深刻であることへの社会的な認識や理解が十分でないため、飼い主が適切な時期に悲嘆を表出することには困難が伴う。

このように、現今の社会では、動物との相互作用は人間同士の相互作用と比べてあまり重要でないと考えられているため、ペットを失った飼い主が悲嘆作業を進めるためのサービスはあまり存在しない (Morley et al., 2005)。また、対人援助専門職の多くが、ペット・ロスによる悲嘆に直面している飼い主の悲嘆を矮小化する傾向があり、そのことが飼い主をますます追い詰め、その悲嘆反応を遅延・長期化させ、日常生活に再適応することを困難にさせる (Hart ら, 1990; Weisman, 1991)。つまり、ペットの死に対する飼い主の悲嘆への理解のなさや社会的サポートの欠落により、対人援助の場面においてさえ、ペットの飼い主はペットの役割とペットを失った悲しみについて語ることを躊躇するかもしれない (Toray, 2004; Weisman, 1991)。

Sharkin と Knox (2003) は、心理学者等の対人援助専門職は、ペットへの愛着が飼い主の生活の質に与える影響や飼い主にとってのペットの役割を理解し、臨床場面において、ペットの価値を認識し敬意を表する必要性を指摘している。つまり、ペットを失った人々に対する**悲嘆カウンセリング**の最初期には、ペットを失ったことによる飼い主の悲嘆を**承認・妥当化**することが求めら



れる（Sharkin ら、2003）。飼い主が**喪失に関わる事実や感情を整理し、喪のプロセスを遂行すること**を促すためには、**ペットに関連する質問を準備しておくことが重要である**（表4を参照）。

**表4 飼い主のペットとの愛着関係を査定するための質問**  
(Toray, 2004, 249 頁を筆者が表として再編)

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>(1) 飼い主の対処能力を確認するために、過去及び現在のペット飼育歴に関する情報を集めること</li><li>(2) 飼い主の生活においてペットがどのような役割を果たしている（た）のか（例：孤独の回避、話し相手等）</li><li>(3) 飼い主はペットをどのように呼ぶのか（例：ペットの名前で、親友として等）</li><li>(4) 飼い主は自分のペットを家族の一員として考えているのか、あるいは子どものように捉えているのか</li><li>(5) 飼い主は他の家族メンバーや友人よりも、ペットを近いものとして感じているのか</li><li>(6) 飼い主は自身の生活におけるペットの意味について理解している友人や家族メンバーを持っているか</li><li>(7) 飼い主は自身のペットと同じ病気で死んだペットを飼っていた友人や家族メンバーを持っているか</li><li>(8) 飼い主に子どもがいるのなら、彼らの子どもとそのペットとの関係はどのようなであったのか</li><li>(9) 飼い主はペットを情緒的サポートの拠り所としていたのか</li><li>(10) 飼い主はペットを安楽死させたのかどうか、その手続きの際、飼い主はどのような経験をしたのか</li><li>(11) 飼い主がペットの死を経験しているのなら、その死はどのような状況で起こったのか（例：事故、自然死等）</li><li>(12) ペットの死は、飼い主に近い人の死以上のものをもたらしているのか</li></ul> |
|--|

このように、目の前にいるクライアントに対して、「その人の生活における重要な他者」を査定する際に、ペットについても尋ねることが対人援助専門職には求められるかもしれない（Sharkinet al., 2003）。目の前にいるクライアントの症状や問題が、ペット・ロスによって引き起こされている場合には、(1) **クライアントをサポートすることが可能な周囲の人々のリストを作成したり**、(2) **ペットの死後の埋葬方法について話し合う機会を提供したり**、(3) **ペット・ロスに関する文献を紹介する等の援助が有効である**（Sharkin et al., 2003）。これらの援助は、飼い主がペット・ロスにまつわる自身のストレス反応を理解し、そこから回復し、ペットのいない現実<sup>1</sup>に再適応することを促す（Sharkin et al., 2003）。



表5 ペット・ロスを経験している飼い主への悲嘆カウンセリングの目的  
(Turner, 2003, 76 頁を表として再編・加筆。)

ソーシャル・サポートの提供	「ばかげた」、「気が狂っている」と感じている飼い主に対して、彼らの経験は正常な悲嘆反応であると伝え、不安を軽減させること。	
ペット・ロスに関する語りの受容	ペットを失った際の感情や考えを言語化することそのものに、治療的効果がある。家族や友人が耳を貸さないことが多いため、対人援助職による積極的な傾聴は、ペット・ロスによる心理的・社会的・認知的変化や影響を飼い主自身が整理することを促す。	
問題解決や意思決定への支援	課 題	注意事項
	(1) 子どもに、ペット・ロスをどのように伝えるのか	発達年齢を考慮すること
	(2) 次のペットを迎えるべきか否か	喪のプロセスの進行具合を査定すること、新しいペットの名前や種類を、失ったペットと同様にするのかを熟考すること
	(3) 残されたペットにはどのように接し何をすべきか	遺されたペットも、悲嘆を経験することを理解すること
	(4) 病気のペットを安楽死させるべきか	ペットが感じている苦痛の度合いや文化によって異なることを理解すること
	*正しい答えは存在しないが、対人援助専門職は、動物関連の知識を持つことが求められる。	

以上のように、ペット・ロスによる悲嘆の場合は、それが**正常な範囲の悲嘆**であっても、悲嘆カウンセリング等の専門的な援助の対象になり得る。ただ、Adrian ら (2009) や Turner (2003) が指摘しているように、対人援助専門職は、「人と動物の関係」をどのように捉えるかは**飼い主によって異なる**ことを理解する必要がある。ある飼い主は、ペットを人間のように捉えたり扱ったりするが、そうでない飼い主も存在する。つまり、対人援助専門職者は、飼い主がペットに期待する役割や愛着の程度、ペットとの関係には個人差があることを理解した上で、ペットを失った人々が、悲嘆から日常生活に復帰するためには何が必要なのかを見極め、支援の方向性を探る必要がある。

## ペット・ロスと喪の儀式

ペット・ロスによる悲嘆の長期化や複雑化を防ぐために、悲嘆カウンセリングは有効な手段ではあるが、それ以外にも、飼い主をサポートするために文化的・社会的に許容された方法や儀式は存在する。**喪の儀式**については、重要な他者としての「ペット」を失った飼い主の悲嘆の軽減にも応用可能であると考えられる。ペット・ロスにまつわる**喪の儀式**には埋葬・火葬以外にも、植樹、ペット記念基金の設立、メモリー・ボックス（思い出の品々を収納する箱）の収集等があり、ペットへの愛着を内在化し、情緒的に再配置することを促す（APPMA, 2007; Podrazik, et al., 2000）。また、カトリックの記念追悼集会のような宗教的行為やペット・ロス・サポート・グループ等は、失ったペットとの繋がりを認識し、社会的文脈の中での癒しを提供する場にもなり得る（Podrazik, et al., 2000）。

「ペット・ロスと悲嘆」に関する講座を開講している米国州立テネシー大学獣医療ソーシャルワーク部門（VSWUT-CP, 2015）は、ペットの写真を使用したコラージュの作成や追悼のためのキャンドル・サービス、ペットへの手紙の執筆等を、ペット・ロスによって引き起こされた飼い主の悲嘆を軽減するために役立つ**喪の儀式**として紹介している。Brown ら（1996）が示している子どものための**喪の儀式**（「植樹を行う」、「お祈りをする」、「思い出のものを集めたノートを作成する」、「思い出を詩に書く」、「思い出を絵に描く」、「特別な場所に持ち物を飾っておく」、「家族や友人と思い出を話す」、「写真を見る」等）も、ペット・ロスを経験している子どもには有効であろう。このように**喪の儀式**は、悲嘆反応を軽減し、喪のプロセスを辿り、社会に再適応するための安全な手段として、ペット・ロスを経験している飼い主にも利用可能であると考えられる。

## ペット・ロスとセルフ・ヘルプグループ

筆者は、2017年3月に東京にて開催されたペット・ロスによる悲嘆に直面

している人々のセルフ・ヘルプグループの会合に参加した。この会合は、ペットの抗がん剤治療のために日本獣医畜産大学付属病院（現日本獣医生命科学大学付属動物医療センター）に通っていた飼い主らによって組織されたもので、1999年以降、年4回、1回2時間という設定で開催されている（Pet Lovers Meeting, 2017）。ペットを失った人々がその経験を語り痛みを共有することを通して、心を整理するための糸口を見つけ出すことがその目的の一つである（Pet Lovers Meeting, 2017）。各回ごとに参加者は異なるが、今回の参加者は成人女性が15人、成人男性が1人であった。すべての参加者に共通していたことは、(1)死別したペットを愛情深く育て、重要な家族の一員として捉えていたこと、(2)家族を含む周囲の人々の当事者の悲嘆への無理解や、獣医療関係者からの共感的態度のなさ等に見られる**社会的なサポートの欠落**が顕著であり、そのことが飼い主の悲嘆を一層深く激しくさせ、ペットがいない生活への再適応を阻んでいることであった。例えば、参加者の幾人かは、(a)安楽死の選択についてそれが唯一最善の選択であったと自負しているが、(b)今も周囲から心ない反応が返ってくることへの混乱や、(c)ペットのことでこんなに悲しんでいることが明らかになれば、周囲は気が狂っていると思うだろうから誰にも話すことはできない、(d)誰にも会いたくないため、数か月間自宅に引きこもっていた、(e)家族間でのペットの死に対する温度差があり苛立つ等、飼い主が、悲嘆反応を自然な形で表出することを難しくさせる状況にあることが窺えた。尚、今回の会合の中で重要な他者との死別・離別後、辛く激しい悲嘆が長く続く**複雑性悲嘆**<sup>4)</sup>の診断基準の一つである「重要な他者の死後、6か月を経過しても」ペットのいない環境に再適応することが難しいと話した参加者は、37.5%（ $n=6$ ）であった。

### 獣医療ソーシャルワーカーに求められること

獣医師や動物看護師等は、動物行動や治療に関する専門的な訓練を受けた動物の福祉（well-being）に携わる専門職である。しかしながら、ペットの飼い

主に共感を示したり、飼い主の意思決定を促すための訓練を、その教育過程において必ずしも受けているわけではない。そのような獣医療関係者が、対人援助の知識や技能を修得し、それを飼い主支援に生かすことは、動物の福祉を高める上でも有効である (Turner, 2003; Toray, 2004)。

ペットを失うことは、ペットに愛情を注いできた飼い主にとっては深刻な問題であり、その悲嘆の大きさは計り知れない。米国のペンシルバニア大学付属の動物病院では、1980年代以降、獣医師がソーシャルワーカーや他の精神保健専門職と連携し、飼い主への専門的支援を行っている (Quackenbush et al., 1984; Ryder, 1984; Turner, 2003)。現在北米では、州立テネシー大学を始め、デンバー大学、アリゾナ州立大学、ミシガン州立大学等の獣医学部がソーシャルワーク学部と提携して、ペット・ロスによる悲嘆に直面している飼い主への専門的援助を展開している。ペンシルバニア大学付属病院内での獣医師からソーシャルワーカーへの送致で、当初最も多かったのは、死にゆくペットを世話する際に飼い主が経験する**予測される悲嘆** (anticipated grief) (Fulton & Gottesman, 1980) への対処であった (Quackenbush et al., 1984; Ryder, 1984; Turner, 2003)。これらの**予測される悲嘆**に対して、ペットの死後儀式を行うのか、生前にペットを含む家族写真を撮影しておくのか、限られた貴重な時間を死にゆくペットと共に過ごすのか等を、飼い主が対人援助専門職と予め話し合っておくことは、癒しのプロセスにもなると考えられている (Toray, 2004)。

また、獣医療従事者に対して、悲嘆教育や悲嘆へのサポートの方法を教授し、飼い主との間で問題が起こった際の送致先に関する情報提供を行うことも、対人援助職の重要な機能である (Toray, 2004)。例えば、(1) 正常な悲嘆及びそのプロセスについての知識を獣医療スタッフに提供すること、(2) ペット・ロスによる悲嘆に直面している飼い主への情緒的サポートの方法について、ロールプレイ等を通して獣医療スタッフが学ぶ機会を提供すること、(3) ペット・ロスに直面している飼い主や獣医療スタッフにとっての「喪の儀式」の意義やその重要性について話し合う機会を設けること (例：動物病院側が、

お悔やみカードや花束をペットの飼い主に贈ることや、追悼のためにキャンドルを灯すことの意義やその重要性について等の話し合い)、(4)喪失や悲嘆についてのパンフレットを作成しておくことを獣医療スタッフに助言すること等は、獣医療分野における対人援助専門職の重要な機能であろう (Toray, 2004)。

我が国では、獣医師資格を持つ阿部美奈子が、「**獣医療ソーシャルワーカー**」と名乗り、「**待合室診療**」として動物病院内において飼い主の話を傾聴するグリーン・ケアを展開している。阿部 (2016) は、病院関係者等へ向けられる飼い主の怒りは、ペットを失った悲しみの極限の表現方法であり、それらを表出する飼い主に対して、共感的態度を示しながら、優しい一言を掛けることは飼い主の安堵感を高め、ペット喪失への対処能力を高めると指摘している。特に、ペットの死亡直後等の衝撃期には、獣医療従事者は、事務的な対応や早急に死因を伝える姿勢を避け、飼い主の混乱した気持ちや不安をありのままに受け止める姿勢を示すこと、パニックのあまり落ち着いて考えられないことへの理解を示すこと等が求められる (阿部, 2016)。阿部は、全国各地の動物病院を回り、飼い主の悲嘆を軽減するためのコミュニケーション方法についての研修や講演を獣医療専門職に対して行っている。このように、対人援助に関わる専門職が、ペット・ロスが飼い主に与える影響とペット・ロスにまつわる悲嘆を深刻化させる要因を理解し、早期介入や予防も含めた援助方法を発展させていくことが望まれる。

## お わ り に

ペットの寿命は人間の寿命よりも短いため、飼い主は人生の中で必ずといっていいほど大事なペットの喪失を経験する。少なく見積もっても4世帯に1世帯がペットを飼育している我が国において、ペットを喪失し悲嘆に暮れている人々に、ソーシャルワーカー等の対人援助専門職が、その援助場面において遭遇する可能性はゼロとは言えない。対人援助専門職は、ペットの人間生活

における重要な役割を理解し、ペットを失った際に飼い主が経験する悲嘆や喪のプロセスを妨げる要因についての知識を持ち、飼い主が失ったペットを自身の生活の中に再配置し、日常生活に再適応するための支援を行うことが求められる。

## 文 献

- 阿部美奈子 (2016) 『動物と人の心に寄り添う：動物医療グリーンケア』 インターズー
- Adrian, J. A. L., Deliramich, A. N., & Frueh, B. C. (2009). Complicated grief and posttraumatic stress disorder in human's response to the death of pets/animals. *Pet Loss and Bereavement*, 73 (3), 176-187.
- Ainsworth, M. D. S. (1973). The development of infant-mother attachment. In B. M. Caldwell & H. Ricciuti (Eds.). *Review of child development research*, Vol. 3, (pp. 1-94). Chicago : Chicago University Press.
- American Pet Products Manufacturers Association (APPMA). (2007). *2007-2008 APPMA national pet owners survey*. Greenwich, CT.
- American Pet Products Association (APPA). (2015). *2015-2016 APPMA national pet owners survey*. Greenwich, CT.
- American Psychiatric Association (APA). (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition : DSM-5*. American Psychiatric Publishing, Washington D. C.
- American Veterinary Medical Association (AVMA). (2013). Vital statistics. Retrieved on 5/19/2017 from <https://www.avma.org/news/javmanews/pages/130201a.aspx>
- Anderson, A., & Anderson, L. (2006). *Rescued*. Novato, CA : New World Library.
- 安藤隆敏 (2001) 「高齢者とペット動物」『老年社会科学』 23(1), 25-30.
- アニコム 『家庭どうぶつ白書 2016』 (2016)  
[https://www.anicom-page.com/hakusho/book/pdf/book\\_201612.pdf](https://www.anicom-page.com/hakusho/book/pdf/book_201612.pdf) (2017 年 5 月 19 日)
- Bardill, N. & Hutchinson, S. (1997). Animal-Assisted Therapy With Hospitalized Adolescents. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 10(1), 17-24.
- Barnard-Nguyen, S., Breit, M., Anderson, K. A., & Nielsen, J. (2016). Pet loss and grief: Identifying at-risk pet owners during the euthanasia process. *Anthrozoös*, 29(3), 421-430.
- Beck, A., & Katcher, A. H. (1983). *Between pets and people : The importance of animal companionship*. New York : G. P. Putnam and Sons.
- Bowlby, J. (1969/1982). *Attachment and loss : Vol. I. Attachment*. New York : Basic Books.
- Brown, L. K., & Brown, M. (1996). *When Dinosaurs Die*. Boston, MA : Little, Brown and Company.

- Child Stats. gov. (2016). Popl child population : Number of children (In millions) ages 0-17 in the United States by age, 1950-2015 and projected 2016-2050. Retrieved 5/19/2017 from <http://www.childstats.gov/americaschildren/tables/pop1.asp>
- Cohen, S. P. (1998). The role of pets in some urban American families. *Dissertation AbstractInternational-A*, 59/10. (UMI No. 9910568).
- Cohen, S. P. (2002). Can pets function as family members ? *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 621-638.
- Colin, V. L. (1996). *Human attachment*. New York : McGraw-Hill.
- Crocken, B. (1981). Veterinary medicine and social work : A new avenue of access to mental healthcare. *Social Work in Health Care*, 6(3), 91-94.
- Doka, K. J. (1989). Disenfranchised grief. In K. J. Doka (Ed.). *Disenfranchised Grief : Recognizing hidden sorrow* (pp. 3-11). Lexington, MA : Lexington Books.
- Ebenstein, H., & Wortham, J. (2001). The value of pets in geriatric practice : A program example. *Journal of Gerontological Social Work*, 35(2), 99-115.
- Faver, C. A., & Strand, E. B. (2003a). Domestic violence and animal cruelty : Untangling the web of abuse. *Journal of Social Work Education*, 39, 237-253.
- Faver, C. A., & Strand, E. B. (2003b). To leave or to stay ? Battered women's concern for vulnerable pets. *Journal of Interpersonal Violence*, 18(12), 1367-1377.
- Fogle, B. (1983). *Pets and their people*. New York : The Viking Press.
- 藤田典子 (2010) 「第 16 回学術大会シンポジウム 2 : 『ペットロス』探求 : 研究からみる「ペットロス」の現状」『ヒトと動物の関係学会誌』 25, 26-30.
- Fulton, R., & Gottesman, D. J. (1980). Anticipatory grief : A psychosocial concept reconsidered. *British Journal of Psychiatry*, 137, 45-54.
- Goldman, L. (2004). Counseling with children in contemporary society. *Journal of Mental Health Counseling*, 26(2), 168-187.
- Goldmeier, J. (1986). Pets or people : Another research note. *Gerontologist*, 26, 203-206.
- Gosse, B. H. & Barns, M. B. (1994). Human grief resulting from the death of a pet. *Anthrozoös*, 7, 103-112.
- Hart, L. A., Hart, B. L., & Mader, B. (1990). Humane euthanasia and companion animal death : Caring for the animal, the client and the veterinarian. *Journal of American Veterinary Medical Association*, 197, 1292-1299.
- Heath, T. & P. McKenry. (1989). Potential benefits of companion animals for self-care children. *Childhood Education*, 65(5), 311-314.
- 保険クリニック (2015) 「保険を学ぶ : IQ ぐんのなんでも調査隊 : ペット保険にはほとんど加入していない ! (アンケート概要 : サンプル数 500 名, 20~60 歳, Web アンケート, 2015 年 2 月 26 日~3 月 3 日実施)」<https://www.hoken-clinic.com/teach/expedition/detail10.html>

- (2017 年 5 月 19 日)
- 飯田英晴 (2014) 「グリーフケア概論」 三上良次編 『グリーフケアガイドブック』 京都グリーフケア協会, 6-72.
- 一般社団法人ペットフード協会 (2013) 『平成 25 年度全国犬・猫飼育実態調査結果』  
<http://www.petfood.or.jp/topics/img/140101.pdf> (2017 年 5 月 19 日)
- 一般社団法人ペットフード協会 (2016) 『平成 28 年度全国犬・猫飼育実態調査結果』  
<http://www.petfood.or.jp/topics/img/170118.pdf> (2017 年 5 月 19 日)
- 石田戡・横山章光・上條雅子・赤見朋晃・赤見理恵・若生謙二 (2004) 「日本人の動物観－この 10 年間の推移－」 『動物観研究』 8, 17-32.
- 石井千賀子・左近リベカ (2010) 「【どうしたらよい？ 死別ケア】 子どもの悲嘆とその対応 積極的な受け身の姿勢で寄り添う」 『緩和ケア』 20(4), 343-347.
- Japan Disaster Grief Support (JDGS) Project (2017) 「悲嘆のプロセス」  
[http://jdgs.jp/about\\_grief/grief\\_process.html](http://jdgs.jp/about_grief/grief_process.html) (2017 年 5 月 19 日)
- Johnson, R. A., & Meadows, R. L. (2002). Older Latinos, pets and health. *Western Journal of Nursing Research*, 24, 609-620.
- 亀山章・石田戡・高柳敦・若生謙二 (1992) 「日本人の動物に対する態度の特性について」 『動物観研究』 3, 1-24.
- Kidd, A. H., & Kidd, R. M. (1985). Children's attitudes toward their pets. *Psychological Reports*, 57, 15-31.
- 国土交通省 (2013) 「第 2 章第 1 節(3) 女性の就業状況の変化 1, 図表 58: 年齢階級別女性の就業率の推移」 『国土交通省白書 2013』 24.  
<http://www.mlit.go.jp/hakusyo/mlit/h24/hakusho/h25/> (2017 年 5 月 19 日)
- Kubler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying*. New York: MacMillan Publishing.
- Lagoni, L., Butler, C., & Hetts, S. (1994). *The Human Animal Bond and Grief*. Philadelphia: W. B. Saunders Co.
- Levinson, B. M. (1978). Pets and personality development. *Psychological Reports*, 42, 133-146.
- Mallon, G. P. (1994). Some of our best therapists are dogs. *Child & Youth Care Forum*, 23(2), 89-101.
- Melson, G. F. (2001). *Why the wild things are: Animals in the lives of children*. Cambridge, MA: Harvard University.
- Morley, C. & Fook, J. (2005). The importance of pet loss and some implications for services. *Mortality*, 10(2), 127-143.
- 内閣府 (2015) 「第 1 章 3 婚姻・出産等の状況第 1-1-10 図: 平均初婚年齢と母親の平均出産時年齢の年次推移」 『少子化社会対策白書 2015』 11.  
<http://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/whitepaper/measures/w-2015/27pdfhonpen/pdf/sl-3.pdf>  
(2017 年 5 月 19 日)



- Netting, F., Wilson, C., & New, J. (1987). The human-animal bond: Implications for practice. *Social Work*, 32, 60-64.
- 新島典子 (2001) 「ペット喪失体験 (ペットロス) はなぜこんなにつらいのか? — リアリティ分離・封殺とペット喪失者のつらさの強化について —」『現代社会理論研究』 11, 225-238.
- Pet Lovers Meeting. (2017). 『PLM について: PLM の成り立ち』  
<http://www.ddtune.com/plm/aboutus> (2017 年 5 月 19 日)
- Planchon, L. A., Templer, D. I., Strokes, S., & Keller, J. (2002). Death of a companion cat or dog and human bereavement: Psychosocial variables. *Society & Animals*, 10(1), 93-105.
- Podrazik, D., Shackford, S., Becker, L. & Heckert, T. (2000). The death of a pet: Implications for loss and bereavement across the lifespan. *Journal of Personal and Interpersonal Loss*, 5, 361-395.
- Quackenbush, J., & Glickman, L. (1983). Social work services for bereaved owners: A retrospective case study in a veterinary teaching hospital. In A. H. Katcher & A. M. Beck (Eds.). *New perspectives on our lives with companion animals*. (pp. 377-389). Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Quackenbush, J. & Glickman, L. (1984). Helping people adjust to the death of a pet. *Health and Social Work*, 9(1), 42-48.
- Ray, A. & Prigerson, H. (2007, 2<sup>nd</sup> ed.). Grieving. In G. Fink et al. (Eds.). *Encyclopedia of Stress*, 4, 238-242, Elsevier Inc.
- Rando, T. A. (1993). *Treatment of complicated mourning*. Champaign, IL: Research Press.
- Raphael, B. (1977). Preventive intervention with the recently bereaved. *Archives of General Psychiatry*, 34, 1450-1454.
- Risley-Curtiss, C., Holley, L. C., Cruickshank, T., Porcelli, J., Rhoads, C., Bacchus, D. N. A., et al. (2006). "She was family": Women of color and animal-human connections. *Affilia*, 21, 433-447.
- Risley-Curtiss, C., Holley, L. C., & Wolf, S. (2006). The animal-human bond and ethnic diversity. *Social Work*, 51(3), 257-268.
- Robin, M., & Bense, R. T. (1985). Pets and the socialization of children. in M. Sussman (Ed.). *Pets and the family*. (pp. 63-78). Binghamton, NY: Haworth Press.
- Ryder, E. (1984). Development of a social work service to deal with grief after loss of a pet. In W. Kay, H. Nieburg, A. Kutscher, R. Grey, and C. Fudin (Eds.) *Pet Loss and Human Bereavement*. Ames, Iowa: The Iowa State University Press.
- Sable, P. (1995). Pets, attachment, and well-being across the life cycle. *Social Work*, 40, 334-341.
- 瀬藤乃理子, 黒川雅代子, 石井千賀子 (2011) 「死別を経験した子どもたちへの援助—悲嘆

- の複雑化を防ぐために－」『腫瘍内科』8(1), 51-56.
- Sharkin, B. S. & Knox, D. (2003). Pet loss : Issues and implications for the psychologist. *Professional Psychology : Research and Practice*, 34(4), 414-421.
- Shear, K., Frank, E., Houck, P. R., & Reynolds, C. F. III (2005). Treatment of complicated grief : A randomized controlled trial. *JAMA : Journal of the American Medical Association*, 293, 2601-2608. doi : 10.1001/jama.293.21.2601
- Shear, M. K. (2010). Complicated grief treatment : the theory, practice and outcomes. *Bereave Care*, 29(3), 10-14.
- Siegel, J. M. (1995). Pet ownership and the importance of pets among adolescents. *Anthrozoös*, 8 (4), 217-223.
- 総務省統計局 (2016)『統計トピックス No.94 我が国のこどもの数－「こどもの日」にちなんで(「人口推計」から)』<http://www.stat.go.jp/data/jinsui/topics/pdf/topics94.pdf> (2017年5月19日)
- Stammbach, K. B., & Turner, D. C. (1999). Understanding the human-cat relationship : Human social support or attachment. *Anthrozoös*, 12(3), 162-168.
- Strobe, M., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement : Rationale and description. *Death Studies*, 23, 197-224. doi : 10.1080/074811899201046
- 杉田陽出 (2001)「なぜ人はペットの死を悲しむのか－ペットロスに見られる人と動物の関係－」『大阪商業大学論集』120, 41-56.
- 竹下遥 (2006)「ペットロスに関する研究－悲嘆と精神的ショックに関連する要因の検討－」『臨床発達心理学研究』5, 3-12.
- Tedeschi, P., Fitchett, J., & Molidor, C. E. (2005). The incorporation of animal-assisted interventions in social work education. *Journal of Family Social Work*, 9(4), 59-77.
- Toray, T. (2004). The human-animal bond and loss : Providing support for grieving clients. *Journal of Mental Health Counseling*, 26(3), 244-259.
- Triebenbacher, S. L. (2000). The companion animal within the family system. In A. H. Fine (Ed.). *Handbook on animal-assisted therapy : Theoretical foundations and guidelines for practice*. (pp. 357-374). San Diego, CA : Academic Press.
- Turner, W. G. (2003). Bereavement counseling : Using a social work model for pet loss. *Journal of Family Social Work*, 7(1), 69-81.
- Turner, W. G. (2005). The role of companion animals throughout the family life cycle. *Journal of Family Social Work*, 9(4), 11-21.
- 内田佳子 (2001)「動物の飼育とペット・ロス(喪失)症候群」岩本隆茂・福井至共編『アニマル・セラピーの理論と実際』培風館, 200-207.
- Veterinary Social Work University of Tennessee Certificate Program [VSWUT-CP]. (2015). *Pet Loss & Grief Program Online Course Material*.

Voith, L. V. (1985). Attachment of people to companion animals. *Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice*. 15(2), 289-295.

Weisman, A. D. (1991). Bereavement and companion animals. *Omega*, 22, 241-248.

Worden, J. W. (2002). *Grief counseling and grief therapy* (3<sup>rd</sup> ed.). New York, NY, Springer Publishing Company.

横山章光 (1996) 『アニマル・セラピーとは何か』 NHK ブックス.

横山章光 (2005) 「第10回大会記念企画／ヒューマン・アニマル・ボンド再考：人と動物の絆への想い」『ヒトと動物の関係学会誌』15, 8-16.

## 注

- 1) 内閣府 (2015) による『少子化社会対策白書 2015 (第1-1-10図)』によれば、2013年度の女性の平均初婚年齢は29.3歳であり、第1子の平均出生時年齢は30.4歳、第2子は32.3歳、第3子は33.4歳であった。また、国土交通省 (2013) による『国土交通省白書 2013 (図表58)』によれば、1975年度の女性の就業率は45.0%、2011年度は46.2%と横ばいにも関わらず、1975年度の30～34歳女性の就業率は43.0%、35～39歳は53.1%が、2011年度には30～34歳女性の就業率は64.2%、35～39歳は63.8%となり、30代の既婚女性は就労と子育てを同時期に経験しており、日常生活の多忙さが窺える。
- 2) 飯田 (2014) は、「その他の行動面の変化」は一般的ではないが病的とはいえない行動であり、場合によっては出現する行動であると規定している。
- 3)・4) 「通常でない悲嘆」は、**複雑性悲嘆** (遷延的悲嘆, 異常悲嘆, 非定型悲嘆, 病的悲嘆等) と呼ばれ、専門的な治療介入が必要になる。複雑性悲嘆とは、DSM-5やDCI-11の診断基準によれば、重要な他者との死別後**12か月** (ICD-11では**6か月**となっており、その診断基準はDSM-5と若干異なる。ただ、VSWUT-CP (2015) は、**6か月**基準の方が実証データに基づいており、実践でも広く使われていると指摘している) を過ぎても故人に対する持続的な集中が続き、他者との関係の維持・形成が困難な状態を指す。複雑性悲嘆治療のために開発された認知行動療法 (Shear, Frank, Houck, et al., 2005; Shear, 2010) は、我が国でも導入されている。故人への悲嘆反応と併行して、抑うつ症状が出現している場合は、抗うつ剤の投与も検討される。以下 (表6) は、DSM-5 (American Psychiatric Association [APA], 2013) の持続性のある複雑性喪失障害 (複雑性悲嘆, 病的悲嘆) の診断基準である。

表 6 持続性のある複雑性喪失障害（複雑性悲嘆）の診断基準  
(American Psychiatric Association [APA] による DSM-5, 2013: 790 頁から引用, 翻訳)

- A. 近い人の死を経験している
- B. 近い人の死以来、少なくとも 12 か月間（子どもの場合は 6 か月間）、ほぼ毎日継続して深刻に下記の症状を少なくとも一つは呈している
  - (1) 継続して死者を切望している
  - (2) その死に対する激しく集中した悲しみ及び精神的苦痛
  - (3) その死者のことが最大の関心事である
  - (4) その死者に関わる環境が最大の関心事である
- C. 下記のうちの少なくとも 6 つ以上の項目が大人は継続して 12 か月、子どもの場合は 6 か月継続する
  - (1) その死を受け入れられない
  - (2) その死以来、不信感が募り、感情がなくなったようになる
  - (3) 死者について肯定的なことを思い出せない
  - (4) その死に関連する恨みや怒りが強くなる
  - (5) 死者や死に対する誤った自己評価（自責感）が強くなる
  - (6) 死の現実を思い出させるものや場所を極端に避ける
  - (7) 死者に再会するために自分も死んでしまいたいという願望が強くなる
  - (8) その死以来、他者を信頼することができなくなる
  - (9) その死以来、孤独であり、他の人々から隔絶されたように感じる
  - (10) 人生に対する空虚感や無意味感、故人なしの人生は機能しないという考えにとらわれる
  - (11) 自分の役割に対する混乱、あるいは自己感覚が減退する
  - (12) 将来の計画を立てたり、楽しみを見つける等を考えることが難しかったり、億劫である
- D. 社会的機能、職業的機能、もしくはその他の重要な領域での機能の遂行が臨床的に見て困難である
- E. 悲嘆反応が、文化的、宗教的、年齢的基準から逸脱している、もしくは一貫性が見られない