

4

用語集

あ

■ 愛着理論 (attachment theory)

ボウルビィが提唱した乳児と養育者の絆を形成する愛着行動に関する理論。愛着行動の観察研究から、自らの安全を確保するために、特定の対象との近接を維持しようとする行動を「愛着」と呼び、それが社会行動や人間関係などの内的ワーキングモデルの基礎となると考えられている。

■ あいまいな喪失 (ambiguous loss)

ポーリン・ボスが、死別のような確実な喪失とは異なる、あいまいで終結をみることのない喪失に対して提唱した概念。行方不明に代表される「さよならのない別れ」と、認知症に代表される「別れのないさよなら」の2つのタイプがある。

■ 遺族 (bereaved family)

一般的に「死者の後にのこった家族・親族」を意味することば。「重要他者」と呼ばれるような人を失った恋人や友人・知人なども深い悲嘆を経験するため、死別を経験するのは遺族だけではない。

■ 遺族ケア

死別に直面した人々への援助や支援。日本ではビリーブメントケア、グリーフケア、グリーフサポートといった用語も、同義的に用いられている。

■ 意味再構成モデル (meaning reconstruction model)

ニーマイヤーが提唱した考え方で、構成主義の観点から、悲嘆の過程における中心的な課題は、喪失の意味づけや、人生の意味・生きがいの再構築であると捉える。死別体験の個別性と能動性を強調する。

■ うつ病 (depression)

抑うつ気分、興味・喜びの減退、意欲低下、および不眠や食欲不振などの症状が随伴することもあり、日常生活・社会生活（仕事や人間関係など）に支障が出てしまうこと。本ガイドラインでは、学術用語である「うつ病」のほかに、抑うつ、うつ症状、抑うつ症状などの表現が慣用表現として使用されている。

か

■ 解離症 (dissociative disorders)

強いストレス因などによって生じる、意識、注意、認知（行動）の一過性変容で、意識、記憶、同一性、情動、知覚、行動などの正常な統合が破綻または不連続となる障害。強いストレス因としては、心的外傷体験、解決しがたく耐えがたい問題、あるいは障害された人間関係などが考えられている。解離症の患者では、自傷行為や過量服薬、自殺企図を起こしやすい。

■ 課題モデル (task model)

ウォーデンが提唱した概念で、死別後の適応過程を一連の課題の達成と考える。現象の生起に固定した順序を規定していない。課題の遂行

は死別を経験した人自身によって着手し、達成されなければならない。

■ 記念日反応 (anniversary reaction)

故人の命日や誕生日、故人との結婚記念日などが近づくと、故人が生きていた頃の記憶がよみがえり、気分の落ち込みなどの症状や悲嘆反応が再熟されること。命日反応とも呼ばれる。

■ グリーフケア (grief care)

⇒遺族ケアの項を参照

■ グリーフワーク (grief work)

リンデマンの造語であり、フロイトが述べたモーニングワーク (mourning work)、悲哀の仕事、喪の作業と同義語。グリーフワークを行うことで、死者へのとらわれから解放され、故人が存在しない環境に再適応し、新たな人間関係を形成していく。

■ 継続する絆 (continuing bond)

クラスらが提唱した概念で、死別後も心のなかで故人との関係性が継続することを「絆」という言葉で表現した。物理的には存在しない故人との関係性は以前と同じではないが、絆は保たれる。

■ 向精神薬 (psychotropic drug)

精神疾患や精神症状の治療に用いられる薬物の総称。これらの薬物は通常、主な臨床適応によって命名される。抗うつ薬、抗精神病薬、気分安定薬、抗不安薬、睡眠薬、認知機能改善薬、精神刺激薬などがある。複数の適応をもっている薬物も多くあり、例えば選択的セロトニン再取り込み阻害薬 (selective serotonin uptake inhibitor: SSRI) は、抗うつ薬でもあり、抗不安薬でもある。

■ 公認されない悲嘆 (disenfranchised grief)

ドカが提唱した概念で、公に喪に服する場や社会的サポートが得られにくい状況下の悲嘆のこと。社会的に悲しむ権利を剥奪されたという意味あいでは disenfranchised が用いられている。代表的な例として、恋人や婚約者、同性愛者がパートナーを失った場合、流産や死産、自死やエイズによる死など。

■ 抗不安薬 (anxiolytics)

主に神経症やうつ病、身体疾患 (心身症) などに使用される薬剤。マイナートランキライザーとも呼ばれる。比較的軽度の不安の緩和や、気分を落ち着かせることができる。眠くなることが多いため、睡眠補助薬として使われる場合もある。

さ

■ サポートグループ (support group)

同じような経験をもつ人たちによる相互支援のための集まり。精神保健の専門家など当事者ではない第三者が組織して運営を行う。同じメンバーで一定期間行う閉鎖型のグループと、毎回メンバーの入れ替わりがあり、継続的に行われる開放型のグループがある。

■ 持続性複雑死別障害 (persistent complex bereavement disorder)

複雑性悲嘆に関して、DSM-5において、公式な精神疾患としての採用は見送られたが、「さらなる研究を要する疾患」として位置づけられた名称。持続性複雑死別障害という疾患名と診断基準が提示された (DSM-5-TR の診断基準は P119 を参照)。

■ 死別, 死別反応=ビリーブメント (bereavement)

死によって重要他者を亡くすという経験をした個人の状況、およびそれに伴う反応。

■ 重要他者 (significant others)

最愛の家族や大切な人。

■ 心身症 (psychosomatic disease)

身体疾患のなかで、その発症や経過に、心理・社会的因子が密接に関与し、器質的病変、ないし機能的障害が認められる病態をもつ身体疾患。ただし、神経症やうつ病など、他の精神障害に伴う身体症状は除外する。

■ 心的外傷後成長 (posttraumatic growth)

テデスキらが提唱した概念で、死別などの外傷的な出来事をきっかけとした精神的なものがきの結果、経験される肯定的な心理的变化や人間的な成長。

■ スティグマ (stigma)

ある特定の間人や集団に、心ない偏見や差別が向けられることによる羞恥や恥辱、不名誉な烙印を表す用語。拒絶されたり、差別されたり、社会の異なる領域に参加することを拒否されたりする。

■ セルフヘルプグループ (self-help group)

同じ悩みや障害をもつ人たちによって作られた小グループ。当事者同士が支え合いながらグループを運営し、みずからの問題に向き合うことを目的とする。故人との続柄別や死因別の遺族のグループもある。

■ 遷延性悲嘆症 (仮訳) (prolonged grief disorder)

世界保健機関 (WHO) の ICD-11 において、複雑性悲嘆に関して、精神障害として新たに位置づけられた診断名。また、DSM-5-TR でも、持続性複雑死別障害 (DSM-5) に代わり、この診断名が採用された (P119 参照)。中核症状は、故人を嘆き求めること、故人に対するとらわれであり、持続的な強い悲嘆反応が心理的苦痛を継続させる。

■ 喪失 (loss)

生活や人生にとって大切と思う何かを失い、それが本人にとって重大な意味をもつ体験。愛着および依存、あるいは自己愛の対象を失う体験は「対象喪失」とも呼ばれる。

た

■ 段階モデル (stage model)・位相モデル (phase model)

ボウルビィやパークスらによって提唱された概念で、主に遺族の精神内界や行動に関する性質や順序について描出し、原則として喪失後の反応を時間に沿って順序づけようと試みるものである。

な

■ 二重過程モデル (dual process model)

シュトローベらによる、遺族が死別に対処する過程を示したモデル。死別の対処過程は、故人との関係や絆に焦点を当てた「喪失志向コーピング」と、現実の新しい生活に注目した対処を行う「回復志向コーピング」の両方が揺らぎながら進むことで、心理的な回復過程が進むというもの。

■ 認知行動療法 (cognitive behavioral therapy)

人間の気分や行動が認知のあり方 (ものの考え方や受け取り方) の影響を受けることから、認知の偏りを修正することで、問題解決を手助けすることを目的とした精神療法。

は

■ 悲嘆, 悲嘆反応=グリーフ (grief)

喪失に対するさまざまな心理的・身体的・行動的な変化や症状を含む情動的反応。通常、重要他者の死によって経験される悲嘆は、次第に

減弱する正常な反応である。反応や症状の種類や強さ、持続期間に関しては個人差が大きく、個人内でも変動する。

■ 非薬物療法 (non-pharmacological treatment)

薬物を用いない治療的なアプローチ。リハビリテーション、心理療法、アロマセラピー、音楽療法、アニマルセラピー、ウォーキングなど、さまざまな治療法の総称。

■ ビリーブメントケア=死別のケア (bereavement care)

⇒遺族ケアの項を参照

■ 不安症 (anxiety)

不安・心配の感情が強くなり、そのことで日常生活・社会生活（仕事や人間関係など）に支障が出てしまう、最もよくみられる精神疾患の一つ。限局性恐怖症〔例：動物（虫など）、自然環境（高所など）、血液・注射・負傷（注射針など）〕、社交不安症、パニック症、広場恐怖症、全般不安症などが代表的な病態である。

■ 複雑性悲嘆 (complicated grief)

通常の悲嘆に対して、症状の持続期間と強度が通常の範囲を超え、心理的、社会的、職業的、その他の重要な領域において、悲嘆によって深刻な機能の低下が継続している状態。

ま

■ 喪・服喪 (mourning)

悲嘆の公の表明であり、社会や文化のなかで宗教的信念や慣習に基づき形成された悲嘆を表す表現あるいは行動。死を受けて、喪服を着たり、喪章をつけること、遺族が一定期間、儀礼的に日常生活を慎みやかに送ることなどがある。

■ 喪の作業 (mourning work)

⇒グリーフワークの項を参照

や

■ 予期悲嘆 (anticipatory grief)

患者の死が近いことが予期される時に、実際の死別が起こる以前から患者・家族が経験する悲嘆。否認される傾向があることや希望を含むことが特徴である。

ら

■ レジリエンス (resilience)

「ストレスに対する復元力・回復力」という意味で用いられる概念で、広義には、個人、あるいは集団（例えば家族）が本来、もっている強さ、特長などを表す。もともと物理学の分野で使われていた用語が、現在は医療・福祉などさまざまな分野で、「自らの力で回復し、健康に生きる力」「良好な適応力」などを示す用語として広く使用されている。

欧文

■ DSM

「Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders」の略称。米国精神医学会が作成している精神障害の診断と統計マニュアル。2013年5月に第5版（DSM-5）が発行され、2022年現在、使用されている。

■ ICD

「International Classification of Diseases」の略称。世界保健機関（WHO）が作成している国際疾病分類。2019年に約30年ぶりに第11回改訂版（ICD-11）を公表し、2022年現在、使用されている。

■ PTSD（心的外傷後ストレス障害）

「posttraumatic stress disorder」の略称。実際にまたは危うく死ぬ，深刻な怪我を負う，性的暴力を受けるなど，精神的衝撃を受けるトラウマ

（心的外傷）体験にさらされたことで，再体験・回避や麻痺・過覚醒などの特徴的なストレス症状を示す。

（松岡弘道，坂口幸弘，瀬藤乃理子）