

悲しみの先にある 「生きる」をサポートする会社

— 株式会社 ジーエスアイのご紹介 —



 株式会社ジーエスアイ
代表取締役 橋爪謙一郎



死別によって苦しんでいる方へ… グリーフワークショップ

大切な人を忘れるのではなく、その人との思い出とともに
自分らしく生きていくために・・・

■グリーフワークショップとは？

大切な人を失った悲しみの中で生み出される、なんと叫びたいのかわからない、今まで味わった事のない様々な感情や体験について人に話し、それを聴いてもらうだけでなく、同時にその湧き上がる感情や思いは何なのかを学ぶ事で、悲しみを整理していくセミナーです。

しかしその作業にたった一人で苦しみが向き合うことは、あまりにも辛い作業です。ワークショップでは、私達スタッフがそばに寄り添って一緒に進んでいきますので、安心して参加できます。そして、お互いに支えあえる仲間がいることにも気づくはずですよ。

グリーフワークショップの1日の流れ

セミナー形式
グリーフを学ぶ
Input

グループ
カウンセリング形式
グリーフを共有
(自分の気持ちを話す)
Output

■グリーフプロセスにおける「10のタッチストーン」

1. 死別向き合うこと
2. グリーフについての誤解を取り除くこと
3. あなたのグリーフをあなたらしさとして受け取ること
4. 自分の感情と向き合うこと
5. 自分がおかしくなっている訳ではないことを知ること
6. 自分が癒されるための6つのニーズについて理解すること
7. 自分を大切にすること
8. 人に助けを求めること
9. 悲しみを解決したり乗り越えたりするのではなく、折り合いをつけること
10. 自分変わったことを褒めてあげること

■「10のタッチストーン」とは？

悲しみを整理する作業を進める中で、自分が今何と向き合っているのか、どこにいるのかを確認するための目印やチェックポイントになるものです。

ジーエスアイでは、この「10のタッチストーン」をもとに、前半を「グリーフ」を学ぶ時間、後半を「グリーフ」を共有する時間として進めていきます。共有の時間では、学んだ事について参加者と話をしたり、書いたりするワークを行います。毎回この10のタッチストーンに沿って「グリーフ」とは何か？を知ることによって、今の自分がどんな状態なのか気づいてもらうことから始めています。

■どんな人が参加できるの？

身近な方を亡くして戸惑いを感じたり、辛い思いをされている方であれば、どなたでも参加できます。ジーエスアイでは、死別からの年月、故人との関係性、年齢や性別などによって参加者をグループ分けすることは特に行っておりません。それは、たとえ同じような境遇や状況で亡くされたとしても、悲しむ気持ちは人それぞれで、同じ悲しみは一つもないからです。また、友人、恋人や同僚などを亡くした悲しみを抱えていながらも、「自分は遺族ではないから」と既存のグループには入りづらいと感じている方たちにも、是非参加して欲しいと思っています。

■橋爪謙一郎からメッセージ

大切な人を亡くした悲しみは、100人いれば100通りあります。
たとえ同じような境遇や状況で大切な方を亡くしても、同じ悲しみは一つもありません。
また、悲しみは時間が経ったら消えて無くなる物でもなく、経過した時間、年齢や性別などで比べることもできません。大事なことは「悲しみと向き合えるかどうか」なのです。
このワークショップに参加いただければ、必ずご自身で心の中に悲しみの置き場所を見つけて、故人の思い出と共に、意味のある人生を生きていくことができるようになります。



⇒ 日程等、詳しくは別紙をご覧ください

株式会社GSI CSRレポート デスエデュケーションの普及

GSIは、人が死ぬということはどういうことか？という人間が必ず考えなくていけない深いテーマの教育を若者たちに学んでもらうため、出前授業（無償）をしております。

◎2010年1月20日 都立飛鳥高校授業レポート

去る、2010年1月20日に飛鳥高校にてGSI橋爪謙一郎によるデスエデュケーションの授業がおこなわれました。

はじめに自身の葬儀屋さんで生まれた話や、「チケットぴあ」を辞めてエンバミングを勉強するために単身アメリカ留学を決意した話など、人生の経験について話がありました。

その後、自身がエンバマーやグリーンカウンセラーとして出会ったご遺族がどのようなことをおもい、考え、悩んでいたか、またその悲嘆とどうのように向き合って新たな人生を送れるようになったのかを、高校生でもわかる表現で語っていきました。

50分の授業が終わって橋爪が教室を出て行った後、生徒たちは胸にこみ上げるものがあったのか、担任の先生に「すごい感動した」と口々に言っていました。

まだ若い彼らにとって、「死」とは遠いものかもしれませんが、この授業での学びは必ず彼らの「生きる」ことに繋がってくると思っています。（今回の授業は2コマ実施しました）



◎生徒たちの声

亡くなった人を送るために化粧したりするだけではなく、大切な人を亡くしてしまった人のサポートもするんだと思っただけの私も小さいとき、祖父が亡くなって、祖父の葬儀を思い出して泣いたり、化粧して来たのを近くで見ている、不快な思い出になった。逆に「キレイにして来てありがとう」という気持ちが強くなったのをすごく覚えてる。葬儀の2日にも大おばを亡くし、葬儀をした。時も感謝の気持ちがあったのも、私がこの仕事をやっていたら誇りに思う仕事になっていると思う。

遺族の人の話を聞いたりして、安全なところを作り、その後、しっかり生きていけるようにする。(娘さんを亡くした母親のように) ・グリーンサポートという心のケアは、とても良いことだと思いました。このことにより、救われた人が、たくさんいると思います。遺族の人に、我慢をさせずに、話を聞くことは、すごいことだと思いました。

この企業は自分にできることをやしていくという、一見簡単そうに見えて皆がなかなかできないことをやっていく仕事で、中でも悲しんでいる人や苦しんでいる人たちを助けるところがとても大切で良いところだと思います。不幸のどん底にいますような人でも、人並みに回復させられる人、人並みに思える人が集まる企業があるのだと思いました。グリーンサポートやエンバミングなど人を大切に思うことからできたのかなと思いました。

GSI 担当者より

GSIとしては、前回の小学生に続き、2回目の出前授業となりました。今後も10年後・20年後の葬儀業界やご遺族のために、GSIはデスエデュケーションの普及に力を入れてまいります。また訪問先の学校も募集しておりますので、よろしくお願いたします。

GSI グリーフサポート法人研修 参加者の声

J A虹のホールグループ 1級葬祭ディレクター

山口 裕貴さん



【グリーフ】を勉強した一人としてご遺族に対しても、また、スタッフに対しても良きメッセージャーとして伝えていきたいと思ひます

【Q1】 どういった経緯でGSIに研修を依頼されましたか？

最初の動機は、実体験からきているのですが、昔に自死の葬儀を執り行う機会があり、自分としては精一杯の葬儀をしたつもりでした。ところが、その後遺族の方が後追い自死をしてしまったのです。

そこから、葬儀とは何なのか？ということを考えるようになり、ご遺族の心のケアや本当の葬儀のあり方のようなことを教えてくれる研修を探していました。

そして何名かに研修にきていただきましたが直接求めるものではなく、いろいろ調べた結果GSIの橋爪さんにたどり着きました。

【Q2】 研修は内容やその後の成果としては？

私は、求めていたことが具体的にわかり、かなり満足しています。あと、特に良い変化が見えたのが現場を運営するスタッフでした。

スタッフは皆、ご遺族を中心にした考えが明確さを増し、「ご遺族のために私たちがどのように寄り添う姿勢が求められているのか？」…ということを考えて行動・言動に日々重点を置くようになりました。

この傾向は、ご遺族と直接触れる機会が多いものほど顕著に表れました。ただ、正直に言えば全スタッフがグリーフサポートを念頭に置いた行動・言動が常に出来ているのか？というと一部の方々には理解するのにまだ時間が必要であることは否めません。

確かに研修成果がひとり一人に明確に表れるのには個人差もあり、まちまちなのは当然です。

今後は、【グリーフ】を勉強した一人としてご遺族に対しても、また、スタッフに対しても良きメッセージャーとして伝えていきたいと思ひます。

【Q3】 さいごに

今回、GSI橋爪さんと社内をつなぐコーディネーターができたことは研修の内容以外での大きな学びとなりました。

今後の個人的な目標としては、例えば、おじいさんを失い独居となったおばあさんをサポートするといったこともやっていきたいと思ひます。



修了証を持つての記念撮影