

“東日本大震災からの復興のための実践活動及び研究” 成果報告書

1. 実践活動・研究の名称

災害時における心理学的支援のガイドライン作成の試み

2. 実践活動・研究の成果

(1) グループ代表者

①氏名：氏家達夫

②所属・職名：名古屋大学大学院・教授

③構成メンバー（ ）人

氏名：

所属・職名：

氏名：

所属・職名：

氏名：

所属・職名：

(2) 実践活動・研究の成果

概要

災害支援に関わる心理学及び関連組織が作成、あるいは翻訳して公開しているマニュアルや情報、書籍、論文などを収集・分析し、North & Pfefferbaum (2013) が提案しているガイドラインを参考に、災害時に起り得る問題と時間経過の中での変化についての見取り図を、成人と子どもに分けて作成した。現在公開されているマニュアル類の特徴、限界、課題などを明らかにし、それらを補足する視点とそのための研究の方向性を提案した。

心理学者として、災害の問題に向き合うこと

災害時に利用される心理学的支援のガイドラインやマニュアルに示されている行動原則は、多くの支援活動を通して経験則として認識されるようになったものである。それらは、支援が、支援の必要な人々にとって有意味であるために不可欠な条件をまとめたものであり、災害時における心理学者の活動もその行動原則にしたがうべきであることに疑いの余地はない。

心理学的支援プログラムの基本原則は、相手の安全を確保し、尊厳と権利を尊重することである（ケア宮城・プランジャパン, 2012）。具体的な行動原則例もある（Zagurskiら,

2005)。傷つけない、地域を基盤としたアプローチを用いる、その地域に固有のヒーリングネットワークや方法を理解し利用する、訓練された人材を活用する、被災した人々をエンパワーする、地域への参加を促進する、適切なことばを用いる、被災した人々自らのイニシアティブやアクティブさを重視する、早期の介入の重要性を認識する、実行可能な介入方法を用いるという10の原則が示されている。このプログラムでは、さらに、支援プログラムを評価するという原則も追加されている。

災害時に起ることと心理学者がすべきこと

災害時に起ることと心理学者がすべきことについて、North & Pfefferbaum (2013)、Hobfollら (2007)、Franks (2013) は示唆的である。

North & Pfefferbaum (2013) は心理学的支援について公刊された報告をレビューし、メンタルヘルスに関わって被災した人々の必要や状態の判定と必要な、あるいは可能な対応レパートリーを組み合わせてチャート化している。対応レパートリーは、集団で実施可能な心理社会的介入（PFAや心理学的デブリーフィング、心理教育）と専門的な精神医学的治療（認知行動療法やexposure-based療法）や薬物療法である。判定は複層的に行われる。

North & Pfefferbaumの提案にしたがえば、われわれは、人々の必要や状態を心理学的、精神医学的にできるだけ適切に判定しなければならない。その上で、人々の必要や状態、さらには問題の変化に応じて、心理学的、精神医学的に必要な技法や療法を提供しなければならない。

Hobfollら (2007) は、災害直後から数ヵ月間の心理学的、精神医学的介入の要点を5つにまとめ、効果が検証されている介入の方法をリストアップしている。彼らが示す5つの要点とは、安心感、平静さ、自己および集団的効力感、つながりや連帯、希望を生み出し後押しすることである。

Franks (2011) によれば、第1に、災害が、さまざまな年齢、発達段階の子どもに直接及ぼす影響と、それらから子どもを守る有効な方法が何かを知っておくことが必要である。第2に、発達は継続的で前進的なものであり、災害の経験は、より長期的で発達的な観点で理解されなければならない—その理解には、子どもの傷つきやすさや発達的問題だけでなく、子どもの発達の柔軟性や回復可能性や、子どもの発達の環境についての理解が含まれる。第3に、子どもは、災害の経験を自らの発達軌跡の中に統合することで自己を発達させ、世界についての見方を作り上げていく—このような統合プロセスは、子どもの発達の仕組みに本来備わっている適応であると考えられるが、それは、大人の関与や手助けを前提とした仕組みでもある。災害における心理学的支援を考える時、子どもが災害の経験を子ども自身の発達軌跡の中に統合していくプロセスにさまざまに関与・援助することが含まれるべきである。

発達的な観点で心理学的支援を実施するために、発達的に有意な長い期間、子どもの発達に関与し続けることが求められる。それはおそらく、地域の学校組織との協働という形をとる。実際、ハリケーン・カトリナの後、複数の研究グループが、学校との協働の仕組みを作り上げ、効果を上げていることがわかっている（例えば、Osofskyら, 2009; Salloum & Overstreet, 2008; Terranovaら, 2009; Weemsら, 2009）。

心理学的に起こることと変化の見取り図

North & Pfefferbaum (2013) のチャートを参考に、わが国で入手できる、あるいは公刊されているマニュアルやガイドライン、さらには海外で公刊されている研究論文をレビューして、災害時に起こると想定されている心理学的問題を整理したものが、図1と図2である。図1は成人の見取り図、図2は子どもの見取り図である。見取り図を構成する視点は、災害からの時間経過、災害で起こると想定されることとその変化、対象となる人々の年齢、発達的特徴の3つである。

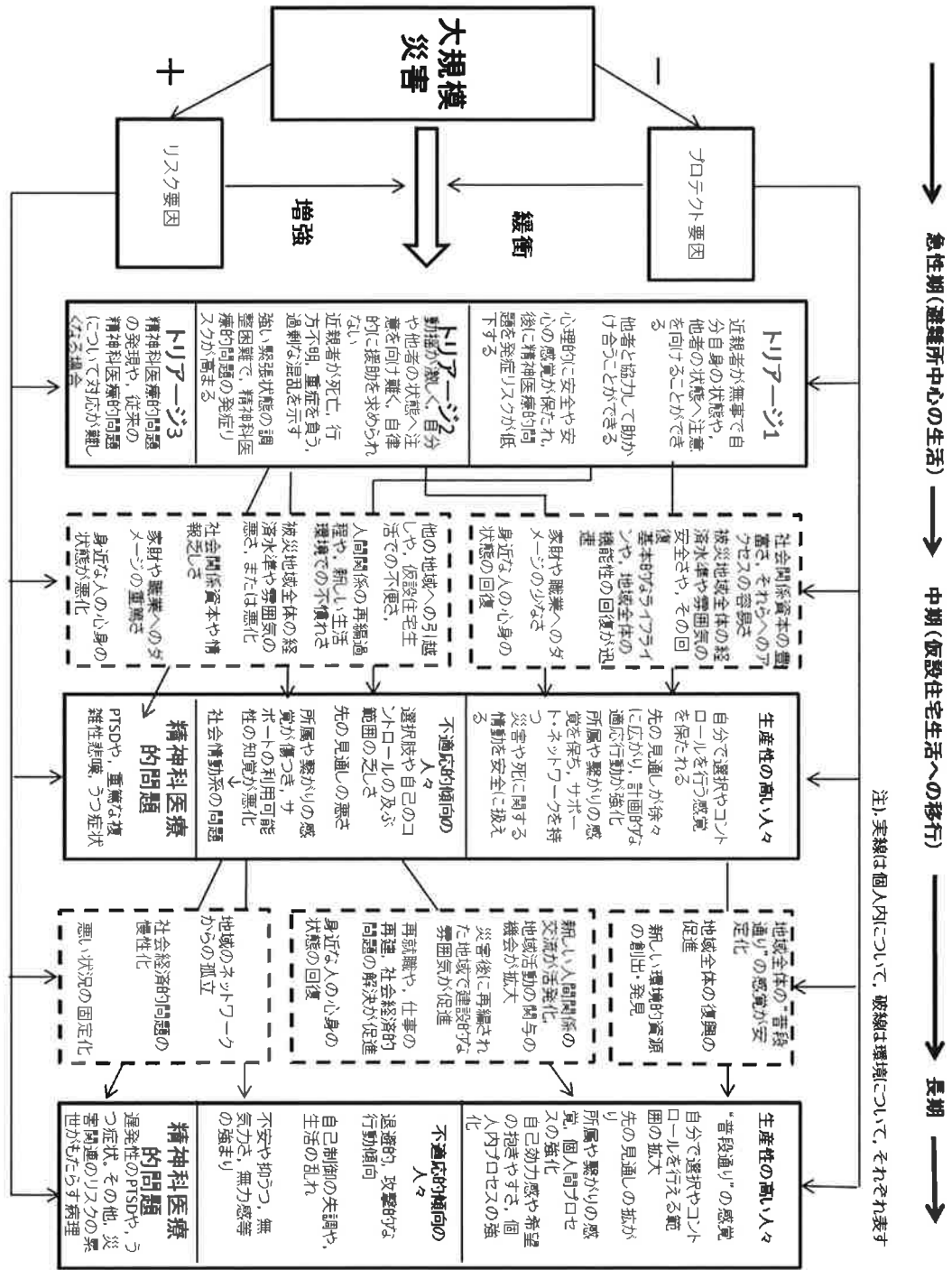


図1 成人の見取り図

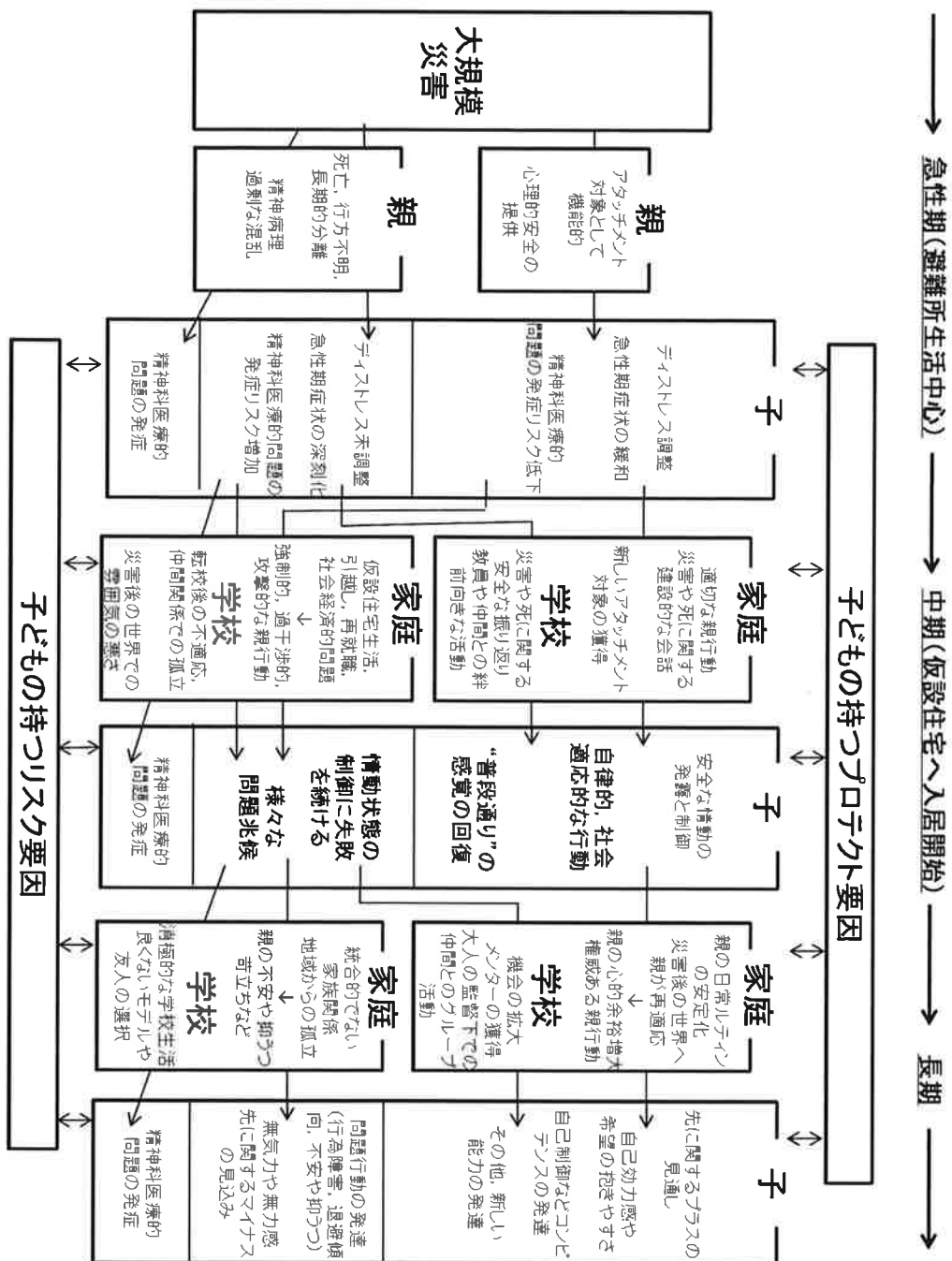


図2 子どもの見取り図

心理学的支援のマニュアルやガイドラインは、後述するように、災害に関する心理学的研究が少ないこともあり、わが国での経験的裏づけの上に作成されたものは少ない。海外で作られたものを翻訳して、一般に閲覧できるように公開しているものが多い。本研究の試みを含め、わが国独自の心理学的支援のマニュアルやガイドライン作成が望まれる。

心理学的支援のマニュアルやガイドラインは、その用途からいって、問題解決や問題の予防に力点が置かれる。災害直後、問題の兆候のない人々やリスクの小さい人々を対象としないことは理に適っている。しかし、特に子どもの場合、支援対象となる問題がないことやそれらがなくなることは、支援が不要であることや支援の必要がなくなったことを意味しない。多くの発達科学者が指摘するように、災害が子どもに及ぼす影響は長期にわたる可能性が高い（例えば、Franks, 1013; Masten & Osofsky, 2010; Mastenら, 2015）。

多くのマニュアルでレジリエンスが強調されている。しかし、その十分な説明はない。その仕組みや発達の視点の理解や、適応を促進する要因や仕組みについての十分な理解が

必要である。

災害の影響は、それを経験した時の年齢や発達段階で異なるし、災害の影響の予防や回復のための条件も年齢や発達段階の制約を受ける (Masten & Osofsky, 2010)。災害は、子どもの発達にとって重大なリスクとなる (Ager, 2010)。子どもは、災害の直接的な影響を受けるだけでなく、長期間の発達の影響を被るリスクが大きい。心理学的支援を行ったり準備したりする人々は、特に支援対象に子どもが含まれる場合に、子どもの心理や発達について十分な知識を持っている必要がある。

災害時に起こることとしてPTSDが焦点化されることが多い。しかし、問題はそれだけではない (North & Pfefferbaum, 2013)。子どもの場合には、家庭生活や仲間関係や学校適応など、その後の子どもの発達に関わる問題が起こる。それらの問題の解決や予防は心理学的支援の重要な目標となる。災害時に起り得ることをより多角的に示し、それらへの発達の対応策を具体的に準備しておくことが重要だろう。

場や状況の制約は大きいものの、問題や対象者の年齢や発達段階に関わらず、もっとも効果的な方法が具体的に提供可能でなければならない。それらは、効果が科学的に検証されているものでなければならないことはいうまでもない。

心理学の研究について

研究を行う時には、被災した人々の負担を最小化しメリットを最大化する努力が不可欠である。仮に短い質問に答えるだけであっても、被災した人々の負担になる。それは災害時にわれわれがしたがうべき行動原則に反する。

災害は不測の事態であるが、準備は可能だし、有効でもある。われわれは、過去のさまざまな災害から多くのことを学び、次の災害に備えなければならない。心理学的健康の問題が災害被害の中核の1つだと認識されている現在、災害が人々に及ぼす心理学的影響を明らかにすることは、心理学の重要な責務といえる。災害時に人々がどのような経験をし、どのような反応を示すのか、それらはどのような要因と関わるのか、適応に貢献する要因は何かなどを心理学的に明らかにする必要は高いが、わが国では研究は少ない。このような長期的な観点からの利益と、直接の被災者や被災した地域の負担の間の利益相反は、乗り越えなければならないむずかしい課題となる。

研究を行うことで、被災した人々に有意味な新たな事実や問題が明らかになる場合がある。例えば、福島大学の研究チームは、福島第一原発事故の直後から、事故が子どもやその保護者に及ぼす影響を懸念し、子どもと保護者の放射能汚染についての不安やストレスを継続的に調査してきた。その結果は、保護者が子どもの被曝の影響を心配していること、事故の影響は幼児にさえ認められることを示唆している。原発事故の後の、県や市町村の施策の中心は、被曝による身体的健康への対応であり、原発事故が保護者や子どもの心理的健康に及ぼす影響にほとんど焦点化されていない。福島大学のチームの試みは、災害時に、心理学が、直接の支援活動だけでなく、政策決定においてもっと影響力を持つべき領域があることを示唆している。

災害時に心理学は何をするべきか

災害時に心理学は何をするべきか、心理学的支援のためのガイドラインとなるポイントを整理する。

1. 災害時に支援活動を行う人々に求められる行動原則は、心理学者が心理学的支援活動や研究を行う時にも適用されるべきである。
2. 災害時に何が起こり、どのような対応が可能・必要なかを明確にしておくことが重要である。その際、①災害からの時間経過、②災害で起こると想定されることとその変化、③対象となる人々の年齢、発達の特徴を考慮することが有効だろう。
3. 問題や対象の年齢に応じた心理学的支援のための具体的方法が準備されるべきである。それらは、効果が検証されたものでなければならない。
4. レジリエンスは災害時の人々の適応を理解するためのキー概念である。レジリエンスの仕組みや、適応を促進する要因や仕組みについての十分な理解が必要である。
5. 心理学的支援を行う時、今そこで起こっていることに焦点化することは重要だが、特に子どもが対象の場合には、長期的で発達的な支援が重要である。そのために、学校との継続的な協働が重要である。
6. 研究を行う時に、被災した人々の負担を最小化しメリットを最大化する努力が不可欠である。将来に向けて、災害から多くのことを学ぶために、科学的研究は不可欠であるし、支援のみならず政策決定に関与することも心理学の貢献の一つとなる。

文献

- Ager, A. et al. (2010). Defining best practice in care and protection of children in crisis-affected settings: A Delphi study. *Child Development*, 81, 1271-1286.
- ケア宮城・プランジャパン. (2012). 被災者の心を支えるために：地域で支援活動をする人の心得.
- Franks, B. A. (2011). Moving targets: A developmental framework for understanding children's changes following disasters. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 32, 58-69
- Hobfoll, S. E. et al. (2007). Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: Empirical evidence. *Psychiatry*, 70, 283-315.
- Masten, A. S., et al. (2015). Children in war and disaster. In M. H., Bornstein., & T. Leventhal (Eds), *Ecological settings and process* (pp. 704-745). Vol. 2, *Handbook of child psychology and developmental science* (7th ed.). Wiley.
- Masten, A. S. & Osofsky, J. D. (2010). Disasters and their impact on child development: Introduction to the special section. *Child Development*, 81, 1029-1039.
- North, C. & Pfefferbaum, B. (2013). Mental health response to community disasters: A systematic review. *Journal of the American Medical Association*, 310, 507-518.
- Osofsky, J. D., et al. (2009). Posttraumatic stress symptoms in children after Hurricane Katrina: Predicting the need for mental health services. *American Journal of Orthopsychiatry*, 79, 212-220.
- Salloum, A. & Overstreet, S. (2008). Evaluation of individual and group grief and trauma interventions for children post disaster. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 37, 495-507.
- Terranova, A. M., et al. (2009). Factors influencing the course of posttraumatic stress following a natural disaster: Children's reactions to Hurricane Katrina. *Journal of Applied*

Developmental Psychology, 30, 344-355.

Weems, C. S., et al. (2009). Effect of a school-based test anxiety intervention in ethnic minority youth exposed to Hurricane Katrina. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30, 218-226.

Zagurski, R., et al. (2005). Nebraska psychological first aid curriculum. University of Nebraska Public Policy Center. ([http://www.nebhands.nebraska.edu/files/Psych%20 first%20aid%20trainers%20manual%20%2005.pdf#search='Nebraska+Psychological+First+Aid+tarining+program'](http://www.nebhands.nebraska.edu/files/Psych%20first%20aid%20trainers%20manual%20%2005.pdf#search='Nebraska+Psychological+First+Aid+training+program')).

平成27年8月31日

“東日本大震災からの復興のための実践活動及び研究” 会計報告書

活動・研究名称	災害時における心理学的支援のガイドライン作成の試み	
代表者 氏名・所属	名古屋大学 大学院教育発達科学研究科	氏家達夫

1. 助成額	¥900,000
2. 支出合計	¥900,000
(1) 機器・備品	¥0
1)	
2)	
3)	
(2) 消耗品	¥110,400
1) フラットベッドスキャナ	¥34,800
2) ソフトウェア	¥75,600
(3) 旅費・交通費	¥406,961
1) 氏家達夫（名古屋－東京）計4日間	¥65,580
2) 氏家達夫（名古屋－福島）計8日間	¥161,360
3) 坂田桐子（名古屋－東広島）1日間	¥28,720
4) 大久保諒（名古屋－宮古－仙台）3日間	¥48,840
5) 二村郁美（名古屋－神戸）2日間	¥25,960
6) 石井僚（名古屋－東京）2日間	¥30,860
7) 大久保諒（名古屋－宮古）4日間（打ち切り支給）	¥45,641
(4) 謝金	¥337,639
1) アルバイト 4名×2ヶ月	¥297,639
2) 指導助言謝金 2名×各1回	¥40,000
(5) その他	¥45,000
1) 事務処理経費	¥45,000