

平成21年3月10日現在

研究種目：基盤研究（B） 海外学術調査

研究期間：2007～2008

課題番号：19402043

研究課題名（和文）インドネシアの津波地震後の心のケアプログラムの作成と適用

研究課題名（英文）Psychological Support Program after Tsunami and Earthquake in Indonesia

研究代表者 富永 良喜(TOMINAGA YOSHIKI)

兵庫教育大学 学校教育研究科・教授

研究者番号：50164033

研究成果の概要：2004年12月に発生したインド洋大津波の被災地インドネシア・アチェの被災した教師36名に対して2007年9月、2日間の心のケア研修プログラムを実施した。また、アチェの中学生及び高校生に対して、心のケア授業を実施した。2008年6月には、アチェの中学・高校生297名に、心理教育のための心のケア・アンケートを実施した。その結果、97%の生徒が「またツナミが来るのではないかと心配だ」と回答した。防災教育の必要性を示唆する結果であった。

交付額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2007年度	3,600,000	1,080,000	4,680,000
2008年度	1,100,000	330,000	1,430,000
年度			
年度			
年度			
総計	4,700,000	1,410,000	6,110,000

研究分野：臨床心理学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：心のケア、災害、トラウマ、ストレスマネジメント、インドネシア

## 1. 研究開始当初の背景

災害の脅威が、日常的になっている。災害には、自然災害と人的災害がある。自然災害として、わが国においては、1995年1月阪神淡路大震災、2004年10月の新潟県中越地震、台風23号豪雨災害などである。国外では、2004年12月のスマトラ沖大地震・インド洋大津波、2005年10月パキスタン北部地震である。

一方、DV・虐待・犯罪被害といった人的災害への対応も急務である。海外では、津波災害を受けたスリランカやインドネシア・アチェでは、内戦のトラウマも抱えていた。そして、被害者が加害者に転ずることはよく知られている。

災害後に、人がどのような思いを抱き行動するかは、その地域や国の将来を左右する。災害によるトラウマに圧倒されて負の

連鎖を続けるか、災害の悲劇から立ち上がり、文化・芸術・科学に止揚するかは、災害後の心のケアのあり方にかかっている (Vermilyea, E.G., 2000)。

本研究の学術的背景

災害後の心のケアは、世界的には、2つの流れがある。感情を吐き出すことをねらいとしたディブリーフィング (Debriefing ; Mitchell, J.T., 1983) と、安心・絆・希望を中心に据えた心理的応急法 (Psychological First Aid ; PFA ; NCCTS, 2005) である。いずれも、西欧社会において開発されてきた技法と理論である。本研究代表者は、阪神淡路大震災以降、被災者支援・被害者支援の臨床と研究に携わってきた。阪神淡路大震災後や神戸児童連続殺傷事件後の心のケア活動に従事した時、トラウマ体験の語りをすぐに求めるディブリーフィングを活用しなかった (富永, 1998)。しかし、9. 11同時多発テロ以降は、世界的にも、ディブリーフィングは否定され、心理的応急法が推奨されつつあるのが現状である。しかし、心理的応急法も西欧社会で開発された理論と技法である。それらの利点を取り入れながらも、それぞれの国や地域の宗教や文化を考慮しながら、新たなシステムを構築しなければならない。

国際的な教員組織である Education International (EI) は、スマトラ沖大地震・インド洋津波被災地スリランカとアチェの子どもたちの心のケアのために、トラウマ・カウンセリング・プロジェクトを企画した。Japan Teacher Union を通じて、兵庫県の EARTH (震災・学校支援チーム ; Emergency And Rescue Team by school staff in Hyogo) がその任務にあたった。阪神淡路大震災を経験した教師2名と臨床心理士2名でチームを組んで、2005年6月20日-29日、7月23日-29

日とスリランカとインドネシア・アチェを訪問した。本研究代表者は、EARTHの臨床心理士のメンバーとして、そのプロジェクトに参加した。そして、その地域の文化と宗教を考慮したトラウマ・カウンセリングの方法と心のケアプログラムを伝達した。

被災地の教師は、自ら家族を失うというトラウマを抱えながら、親を亡くした子どもたちと懸命にかかわっていた。津波のショックによる子どもたちのさまざまな反応と闘っていた。また、スリランカもインドネシア・アチェも長年の内戦を抱えており、そのトラウマと災害のトラウマが重なり合っていた。また、西欧で開発された心のケアのプログラムに対しても、宗教や文化の違いから、異なる意見もかなりみられた。

西欧社会で開発された心のケアプログラムとアジアの風土や文化を尊重したプログラムを融合し作成しその効果を検討することは、意義あるものと考えられる。

海外調査としての対象は、2004年12月に発生したスマトラ沖大地震・インド洋津波被災地・インドネシア・アチェの子どもと教師である。

なお、調査実施時期が、災害後3年目である点については、①半年後(2005年7月)に予備調査をしている、②2年後(2006年12月)に予備調査を予定している、③阪神淡路大震災では、心のケアを要する児童生徒数は、災害から2-3年後がピークであったこと、による。

## 2. 研究の目的

本研究の目的は、その地域や国に応じた災害ストレスに対する心のケアプログラムを現地の教員や心のケアの専門家とともに開発しその効果を検討することであ

る。

#### (1) 地域や国に応じた災害後の子どもの心のケア・プログラムの作成と適用

インドネシア・アチェは、97%がイスラム教徒である。スリランカは、70%が仏教徒である。心のケアプログラムは、宗教を考慮して作成しなければならない。一方で、西欧社会で得られたトラウマと喪失への心のケアプログラムも、参考として取り入れたい。

西欧で開発された心のケアの技法とアジアの被災地で活用されていた方法の最も異なる点は、「身体性」である。わが国では、トラウマへの回復プログラムとして、身体を内包した動作法が開発されている。同様な方法がスリランカでもアチェでも報告された。

西欧で開発された心のケアの理論と技法に、ストレスマネジメントがある。それは、ストレスとストレス反応やストレス障害との関連を学び、有効なストレス対処を実行しようとする。この枠組みは、スリランカでもアチェでも歓迎された。ただし、有効なストレス対処の方法として、スリランカではヨガや瞑想が日常的に活用されており、アチェでは、イスラム教でのお祈りが活用されていた。

また、アチェでは「泣くこと」に対して否定的な文化がある一方、「泣くこと」を肯定的にとらえていた教師もいた。このように、宗教に配慮した災害後の心のケアプログラムを現地の教員や心理学者・医師などと共同で開発作成することが第一の目的である。

#### (2) 教師自身の心のケア・プログラムの作成と検討

教師は子どもの援助者とともに、自らが被災者でもある。家族を亡くし、家屋を失った経験を抱えながら、子どもたちの支援に携わらなければならない。そこで、まず、教師自身がトラウマと喪失に向き合い、トラウマ反応に対処し処理しなければ、安定して子どもたちの支援ができない。そこで、被災した教師への心のケアプログラムを作成し、その効果を検討したい。

#### (3) 被災地の子どもと教師のトラウマティックストレス・アンケートの作成と検討

心のケアプログラムを作成しその効果を検討するためには、有効な心理・教育アセスメントが必要である。トラウマに関しては、22項目からなるスクリーニングテストであるIES-R (Weiss & Marmar,1997) が世界的に用いられている。しかし、子どものトラウマや、子どもの教育的アセスメントツールはまだ充分とはいえない。そこで、災害後の心のアセスメントをインドネシア・アチェの小学校・中学校において、トラウマティック・ストレスアンケートを現地の教員や心理学者と検討する。なお、教育アセスメントは、阪神淡路大震災後に、10年以上にわたって、心のケアを要する児童生徒を抽出する際に用いたチェックリストを英語・インドネシア語に翻訳して、現地の実情にあわせて改変する。

#### (4) 防災教育と心のケアの融合

心のケアは、災害で傷ついた心の回復支援である。一方、災害に強い国づくりにとって、防災教育は不可欠である。防災教育が行われてこそ、安全感の回復がもたらされる。インドネシアでの防災教育と心のケアのプログラムの両輪の実施方法について、検討する。

### 3. 研究の方法

平成19年度 研究計画・方法

(1) 地域や国に応じた災害後の子どもの心のケアプログラムの作成と適用

目的；災害後の子どもの心のケアプログラムを現地教員と共同で作成し、2年間に渡って、その実施の効果を検討することを目的とする。

方法；①対象；津波被害を受けたアチェの教師20名である。いずれも、家族を亡くしたり、家屋が損壊した教師である。

②手続き；3日間の集中研修会の2日間を子どもの心のケアプログラムとする。午前9時から午後6時まで、に実施する（昼食・お祈りの時間は確保する）。

③プログラム内容は、トラウマカウンセリングの理論と実際、ストレスマネジメントの理論と実際、防災教育の3つを柱とした。トラウマカウンセリングは、トラウマを経験した子どもとの個別相談の方法である。ストレスマネジメントは、ストレスとトラウマについて学ぶ授業案である。防災教育は、地震や津波への対処についての教育である。

- i トラウマカウンセリングの理論と実際；過覚醒・回避マヒ・再体験・否定的認知といったトラウマ反応に対するカウンセリングの研修を教師に実施する。体験スケールを用いて、トラウマカウンセリングの習熟を測定する。
- ii 災害後のストレスマネジメント授業の効果の検討；災害後のストレスマネジメント授業案を教師に提案した。災害ストレスに対して、特有の心身反応が生じること、そしてその反応に対処することができることを、発達段階に応じて、授業案を組む。ストレスとストレス反応の関係を学び、津波という災害ストレスに対して、通常のストレス（試験・試合・ケンカ

など）とは、異なる心身反応（トラウマ反応）が生じるが、有効な対処法があることを伝える授業である。小学生には、紙芝居「かばくんの気持」を作成した。

iii 防災教育；地震や津波の仕組み、災害に強い街作り、津波が起こった時の対処の仕方について学ぶ防災教育プログラムを発達段階に応じて作成し、小学校・中学校・高校で検討する。

結果；プログラム評価尺度を用いて、研修会参加者に評定してもらう。

また、参加した教師は、アチェの児童生徒へ心のケアプログラムを実施し、その効果を測定する。

(2) 教師自身の心のケア・プログラムの作成と検討

目的；被災した教師自身への心のケアプログラムを作成し、その効果を検討することを目的とする。

方法；①対象；津波被害を受けたアチェの教師20名である。

②手続き；3日間の集中研修会の1日を教師自身の心のケアプログラムとする。午前9時から午後6時まで実施する（昼食・お祈りの時間を確保する）。

③トラウマ反応の測定；教師自身のトラウマ反応は、IES-Rにて測定する。

④プログラム内容は、i トラウマの心理教育 ii 認知動作療法に基づいたセルフ・カウンセリングである。

⑤セッションのはじめと終わりに、津波を思いだした時の、Suds（主観的苦痛度）を測定する。

⑥同じプログラムを、現地の他の教員に、研修を受けた教師が実施する。

結果；IES-Rの分析、セッションの感想について分析する。

(3) 被災地の子どもと教師のトラウマティックストレス・アンケートの作成と検討  
目的; 津波によるストレスとトラウマを測定するためのアンケートを作成することを目的とする。

方法; ①子どもが自分でチェックするトラウマ反応尺度 (P t s r - C) ; トラウマ反応として、過覚醒、回避マヒ、侵入の P T S D の3症状に加えて、否定的認知、身体反応や登校感情を加えた尺度を作成する。

②教師からみた子どものトラウマとストレス反応チェックリスト (P t s r - T) ; 阪神淡路大震災後に、10年以上にわたって、心のケアを要する児童生徒を抽出する際に用いたチェックリストを英語・インドネシア語に翻訳して、現地の実情にあわせて改変する。

③測定方法; P t s r - Cは、被害の大きな小学校・中学校・高等学校、各2校ずつ実施する。実施の留意点について、事前に、教師への説明を行う。

結果; その結果の見方について、研修し、トラウマカウンセリングに活用する。

#### 4. 研究成果

ツナミや地震で被災した教師へのトラウマカウンセリングプログラムは、参加者の高い評価を得た。アンケートの感想の記述から、トラウマと喪失の心のケアに関する知識と技法が習得されたことが見いだされた。

被災した子どもへのトラウマストレスマネジメント授業によって、トラウマアンケートの実施が、自分の心身の反応を理解するために活用され、二次被害を最小に防止することが見いだされた。

大規模災害後の非侵襲的なトラウマアンケートの実施により、一次的なスクリーニングテストとして、今後、活用する可能性が示唆された。これまで、世界で最も活用されているスクリーニングテストである I e s -

r と P t s r - e d の相関係数は、.78 であった。

#### 5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[学会発表] (計3件)

① 富永良喜: ツナミ被災地でのトラウマティックストレスマネジメント. 日本トラウマティックストレス学会第7回大会・福岡 2008年4月20日

② Tominaga, Y.: The Psychological Trauma of the Children in Aceh struck by the Tsunami. Education International Symposium on Trauma. Trauma in Aceh 2008.8.8

③ Tominaga, Y.: "Kokoronocare" (Psychological Support) after Disaster by Japanese Team. World Conference Psychotherapy in Beijing. 2008.10 the Disaster related crisis intervention and trauma psychotherapy summit meeting during WCP2008 2008.10.15

[その他]

ホームページ等

<http://traumaticstress.cocolog-nifty.com/trauma/>

#### 6. 研究組織

(1) 研究代表者

富永 良喜 (TOMINAGA YOSHIKI)

兵庫教育大学・大学院学校教育研究科・教授  
研究者番号: 50164033

(2) 研究分担者

小澤 康司 (OZAWA YASUJI)

立正大学・心理学部・准教授

研究者番号: 00305939

村本 邦子 (MURAMOTO KUNIKO)

立命館大学・大学院応用人間科学研究科・教授

研究者番号: 70343663

前田 潤 (MAEDA JYUN)

室蘭工業大学・大学院工学研究科・准教授

研究者番号: 90332478