

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成25年 5月 31日現在

機関番号：13401

研究種目：基盤研究（C）

研究期間：2010～2012

課題番号：22592367

研究課題名（和文） 災害初期から災害中長期における実際的かつ有効な心理的支援に関する研究

研究課題名（英文） **A study of practical and effective psychological supports between the early stage after the disaster and the revival stage in the Great East Japan Earthquake**

代表者

酒井 明子（SAKAI AKIKO）

福井大学・医学部・教授

研究者番号：30303366

研究成果の概要（和文）：

本研究は、国内および国外における災害直後の危機的状況から災害復興期にある人々の心理的ニーズを検証し、被災地域および被災住民と協働して、より実際的で有効な心理的支援の在り方を明らかにすることを目的としている。対象者は、東日本大震災で被災し、現在仮設住宅で生活する被災者のうち、研究参加に協力の得られた高齢者 10 名程度とした。災害（東日本大震災）発生直後の被害の程度や災害発生時に抱いた無力感の継続や災害発生後の長期に渡る生活上のストレスが人々に及ぼす心理的变化を明らかにするため、面接内容は年齢、家族構成、被害状況、仮設住宅での生活状況、災害発生時からの心理的变化の経緯等とし、災害発生直後の思いを表現する際に対象者に心理的变化のラインを描いてもらった。東日本大震災発生直後から復興期の被災者の心理的变化を調査した結果、心理的变化に影響する要因として、家族の死や家屋の倒壊状況、生活環境によるストレス、疾病の変化、人間関係などの関与が明らかとなった。以上の結果から、心理的变化の特徴を捉え、適切な時期に予測的に介入することの必要性、生活ストレス、社会的ストレスなどの多くの要因に対する生活支援への必要性および地域住民との協働による被災者の自立に向けた心理的介入の必要性が示唆された。

研究成果の概要（英文）：

This study aimed to examine psychological needs of disaster victims in both Japan and other countries, at a period between early stage after disaster and revival stage, and to clarify practical and effective psychological supports cooperating with victims and communities at damaged areas. This study conducted a qualitative research, and 10 elder participants who live in temporary housings and have agreed to take part in this research participated in this study. In order to reveal mental status changes which are influenced by anxiety for livings, senses of helplessness, levels of damages (throughout experiences of the East Japan Earthquakes), the researcher asked them some questions such as ages, family structures, levels of damage, livings in temporary housings and

changes of mental status in the interview. And also they were asked to draw a line to show how their feelings have shifted throughout the experiences of the earthquakes. As a result, it was shown that the factors which had influences on their mental status were the death of their families, the collapses of their houses, the anxieties over their livings, the changes of epidemics and the human relationships. According to the investigation of the mental status changes, continual care at appropriate periods, supports for victims' difficulties such as anxieties over livings and occupations, and mental care to help victims to separate from any supports in cooperation with regional communities were considered to be significant for victims.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2010年度	900,000	270,000	1,170,000
2011年度	1,000,000	300,000	1,300,000
2012年度	900,000	270,000	1,170,000
年度			
年度			
総計	2,800,000	840,000	3,640,000

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学・基礎看護学

キーワード：災害 災害看護 心理 被災者

1. 研究開始当初の背景

国内における自然災害などの緊急事態時の心理的影響と支援に関わる研究は、現実の被災や支援の体験とともに進歩発展してきた経緯がある。わが国では、阪神・淡路大震災（1995）以降、PTSD やこころのケアという用語が広く浸透し、災害や事件の度に心理的支援に関わる報告が行われ、徐々に概念的整合性が図られるようになってきた。PTSD 関連の症状は、震災そのものから発症するわけではなく、避難時の体験や避難所や仮設住宅での環境や復興ストレスなど多要因が関与している。特に、災害時要援護者の犠牲者は多く、生活ストレス、社会的ストレスなどの多くの要因に対する生活支援への必要性が迫られている。したがって、支援の方向性としては、ストレスマネジメントや心理教育、社会的支援が必要かつ有効で、生活条件が安全かつ安楽であることが重要である。

支援者

しかし、圧倒的な破壊力により緊急事態に巻き込まれた人々への中長期的心理的支援という実際のおよび社会的要請に対する取組みとして、災害発生後、長期的な心理変化過程を扱った研究は意外に少ない。

Raphael(1986)は、災害後の時間的な段階における反応について「警戒」「衝撃」「ハネムーン」「幻滅」について説明しているが、災害時の心理的变化は、避難時の体験や避難所や仮設住宅での環境や復興ストレスなど多要因が関与しており、心理ラインだけで反応を説明することはできない。心理的变化の特徴や要因から、適切な時期に予測的に介入すること、地域住民との協働によって、被災地および被災者の自立に向けた心理的介入を行うこと、緊急事態時および中長期的な心理的支援体制を充実させることは国内・国際的にも共通課題であり、得られた知見は、災害看護学および災害医療、心理社会的学問の国

内外の発展に寄与できるものである。

## 2. 研究の目的

本研究は、国内および国外における災害直後の危機的状況から災害復興期にある人々の心理的ニーズを検証し、被災地域および被災住民と協働して、より实际的で有効な心理的支援の在り方を明らかにすることを目的としている。

本研究では、研究課題を大きく2つの方向性から調査し検討する。

## 3. 研究の方法

1) 本研究では、過去に実際に災害が発生した地域で被害の程度と支援活動の実態の調査を行い、被災者および援助者の心理的变化および心理に及ぼした影響要因を分析し、現状におけるニーズを明らかにする。また、平常時における災害対策、支援体制、生活実態の調査を行い、心理的な安定や安楽に及ぼす要因を明らかにする。

2) 調査で得られた心理的要因をもとに、被災地および被災者の自立を考慮し、地域力を活用した实际的で効果的な心理的支援を地域の人々との協働で企画・実施評価し、その効果を検証する。

## 4. 研究成果

東日本大震災の災害急性期から災害復興期における被災者および支援者の心理的变化と心理的变化に影響する要因を、以下の3つの視点から分析した。

### <研究1>東日本大震災の災害急性期から災害復興期における被災者の心理変化

**目的:** 東日本大震災(2011)発生1年後までの被災者の心理的变化を明らかにする。

**対象:** 研究目的および趣旨を説明し同意が得られ、調査時に仮設住宅に入居している14名の被災者を対象とした。

**データ収集方法:** データは半構成的面接法により収集した。「被災後一番辛かった時

期はいつ頃か」を導入とし、災害発生時から現在までの心理的变化ラインを記入してもらった。

**データ分析方法:** 対象者の心理的变化のラインを重ね合わせて特徴を分析し、共通するパターンを見出し、パターンごとに心理的变化と変化の時期との関係を分析した。

## 結果

**対象者の属性:** 被災者14名は60代4名、70代5名、80代5名であり、家族との同居10名、独居は4名であった

**心理的变化の特徴:** 対象者14名の心理的变化のラインは、次の①~⑤の5つのパターンに分類された。①直後反応の高い状態から一度落ち着き始めるが、現在にかけて再上昇、②直後より遅れて反応が高くなり、現在にかけて下降、③直後から現在にかけて変動なし④直後に反応が高く、その後下降するが、再度上昇し、現在にかけて下降、⑤直後に反応が高く、現在にかけて徐々に下降。

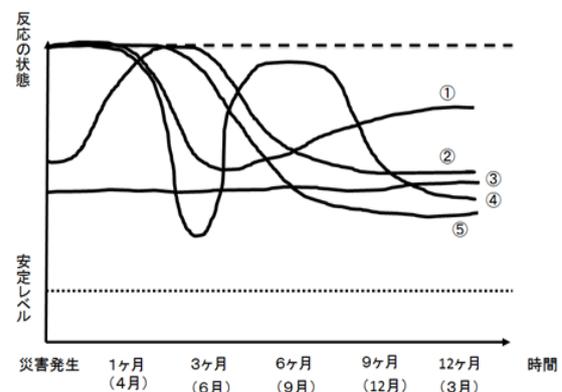


図2. 震災後1年の心理的变化

(図2のラインの上昇・下降とは、ストレスなど反応が高い状態をラインの上昇、安定レベルに近づくことをラインの下降とした) 心理的反応が、①現在にかけて再上昇している人は1名で、3ヶ月後に一度下降するが現在にかけて徐々に再上昇している。②直後より遅れて高くなる人は4名で、

高くなる時期は6日～5ヶ月後と様々であった。③変動なしは2名であり、高い状態の持続、低い状態の持続が各1名であった。④下降後再上昇した下降する人は4名で、最初の下降時期は3日～2ヶ月後で、再上昇は3～5ヶ月後に起きていた。⑤直後に高く徐々に下降している人は2～3ヶ月後、7ヶ月後に下降し始めていた。また、対象者14名中13名は1年経過後の現在も震災前の安定レベルには戻っていなかった。

**考察：**被災者の災害発生直後から現在までの心理的变化のラインは5つのパターンが見られた。震災直後の高い反応は2～3ヶ月後に下降し始めており、この時期は仮設住宅への入居が始まった時期と重なるため、住環境の変化が影響している可能性がある。また、直後より遅れての上昇や、一度下降後再上昇の時期は6日～5ヶ月後であり、物心両面での喪失体験が個々の背景で異なっていることや災害後の時間的経過に伴う心理の回復過程の違いなどが推測された。また、発災1年後安定レベルに戻っていないことから、今後ともストレスが慢性化するなど精神的な二次災害を視野に入れた支援体制の必要性が示唆された。

## <研究2>東日本大震災で被災した支援者の心理的变化に影響する要因

**目的：**東日本大震災(2011)発生1年後までの被災した支援者の心理変化に影響を及ぼした要因を明らかにする。

**研究方法：**対象：研究目的および主旨を説明し同意の得られた4名の被災者を対象とした。

**データ収集方法：**半構成的面接法。対象者には個々に災害発生時から現在までの心理変化のラインを記入してもらい、心理変化に影響した要因について、自由に語ってもらった。面接時間は約1時間。

### データ分析方法：内容分析方法

分析単位は、被災者の心理に影響をした要因に関する

一つ一つの記述内容である。心理に影響した要因をコード化し、内容を高次元の抽象レベルにまとめ、サブカテゴリーとし、更に抽象度を高めてカテゴリーとした。心理的变化の要因と心理的变化ラインとの関係を確認しながら分析した。

**結果：**対象者の属性：被災した支援者4名の年齢は、40代1名、50代3名であった。職業は、看護師2名、家庭・婦人・療育相談員1名、社会福祉士1名、既婚者3名、家族との同居3名であった。災害発生時に家屋が全壊・半壊した人は2名であった。

**心理的变化の特徴：**対象者4名の被災1年後までの心理的变化のラインは、災害直後は、全ての対象者が高いストレス状態にあったが、その後、精神的な変化を繰り返しながらも安定に向かっていった。災害発生1年後は、災害直後の50%以下の安定レベルにあったが、平常の安定レベルには戻っていなかった。

(図2)

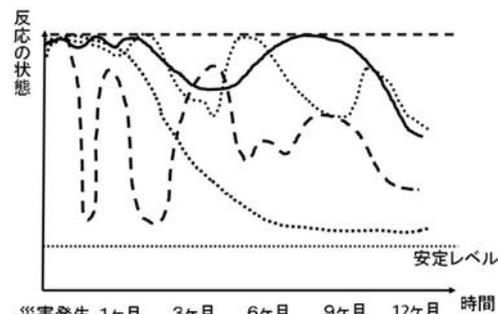


図2. 震災後1年の心理的变化

**心理変化に影響する要因：**心理変化に影響する要因は70コードが得られ、それらは、意味の類似性から【生きるか死ぬかの決断と対応能力を超える活動】【急激で悲惨な死別や住居の損失や見捨てられ体験】【家族や頼りになる他者との助け合いや別れ】【一人で見つめる自分自身の心】【心身が癒されやりがいを感じる体験】【住居環境の変化と喪失に直面】【立場の違いによる様々な葛藤】の7つのカテゴリーに分類された。このうち、【生きるか死ぬかの決断と対応能力を超える活動】は、「死ぬかもしれない」「寝る時間も休む時間もなくて」などのコードを含み全体の20%であった。

**考察：**被災した支援者の災害発生当時から 1 年後までの心理的变化のラインで、平常のラインに戻ったと感じている人はいなかった。また、心理変化に影響する要因には、生きるか死ぬかの決断や死別や住居の喪失、対応能力を超える活動など、緊急的で長期的かつ不確かな問題への対処など社会や個人の葛藤が含まれる一方で、心身が癒される体験もあった。生きるか死ぬかの決断を迫られながら、次々の来院する患者に不眠不休で多くの問題を解決し、対応能力を超える活動を実施したり、【急激で悲惨な死別や住居の喪失や見捨てられ体験】をしながら、自分自身の内面で葛藤する場面もあり、しかし、仲間に支えられ仕事があることがやりがいにもつながっていた。被災者と支援者という二重の役割をもち、災害時の猛威を体験しながら支援する支援者の心理に配慮した支援の在り方と課題が示唆された。

### <研究 3>東日本大震災の災害急性期から災害復興期における被災者の心理変化に影響する要因

**目的：**東日本大震災（2011）発生 1 年後までの被災者の心理変化に影響を及ぼした要因を明らかにする。

**研究方法：対象：**研究目的および主旨を説明し同意の得られた 14 名の東日本大震災の被災者を対象とした。対象者は、岩手県、宮城県、福島県の被災者で調査時に仮設住宅に入居している者とした。

**データ収集方法：**半構成的面接法。対象者には個々に災害発生時から現在までの心理的变化のラインを記入してもらい、心理変化に影響した要因について、自由に語ってもらった。面接時間は約 1 時間。

**データ分析方法：**内容分析方法。分析単位は、被災者の心理に影響をした要因に関する一つ一つの記述内容である。心理に影響した要

因をコード化し、内容を高次元の抽象レベルにまとめ、サブカテゴリーとし、更に抽象度を高めてカテゴリーとした。心理的变化の要因と心理的变化ラインとの関係を確認しながら分析した。

**結果：対象者の属性：**対象者 14 名の年齢は、60 代 4 名、70 代 5 名、80 代 5 名であった。性別は、男性 11 名、女性 3 名であり、独居者は 4 名であった。

**心理変化に影響する要因：**心理変化に影響する要因として 247 コードが得られ、22 のサブカテゴリーに分類された。さらに、意味の類似性から【自分を支えてくれる家族、友人、仲間（被災者）の存在】【未来への希望と見通しのつかなさ】【やりがい感と喪失】【やむを得ない仮住まいでの生活体験】【体調の変化と医療者からの支援】【愛着のある土地や住居の喪失】【情報不足や情報の真実性の欠如】の 7 つのカテゴリーに分類された。このうち、【自分を支えてくれる家族、友人、仲間（被災者）の存在】は、<家族の存在><今まで共に生きてきた人の存在><同じ苦境にある人の存在>のサブカテゴリーからなり、全体の 25% を占めていた。コードとしては、「家族バラバラになって生活する」「隣近所の人とお互いに励まし合う」などを含んでいた。また、【未来への希望と見通しのつかなさ】には、<未来への希望と目標><見通しのつかない未来と進まない現状>の 2 つのサブカテゴリーからなり、18% を占めた。また、【やりがい感と喪失】は、<人の役に立つための意欲的な役割の遂行><仕事や趣味ができなくなったことによる張り合いの喪失>など 4 つのサブカテゴリーからなり、15% を占めた。【やむを得ない仮住まいでの生活体験】は、<ライフラインの途絶と食料・物資の供給制限><気候や地形による活動制限>など 4 つのサブカテゴリーからなり、15% を占めていた。【体調の変化と

医療者からの支援】は、＜被災後の体調の変化と健康への思い＞＜医療者からの支援＞の2つのサブカテゴリーからなり、14%を占めた。【愛着のある土地や住居の喪失】は、3つのサブカテゴリーからなり、うち＜残っていても荒れ果てた我が家＞＜放射能に汚染された使えない田畑＞の2つは福島県の対象者のみにみられた。

**考察：**本研究において、心理的变化に影響する要因からは、うらはらな気持ちもたらされておられ、心理的变化ラインは揺れ動いていた。例えば、【自分を支えてくれる家族、友人、仲間（被災者）の存在】では、存在の有無やその存在との関係性等によって、ラインが上昇する場合も下降する場合もあった。

中でも、福島県の対象者らは、【情報不足や情報の真実性の欠如】の中で避難を余儀なくされ、故郷にはもう戻れないかもしれないと諦めながらも、希望を抱き続けるというアンビバレントな状態であると推測された。心理変化に影響を及ぼす要因の有無のみならず、それが心理的变化ラインにどのように影響しているのかを見極め、揺れ動く複雑な心理に配慮した支援の必要性が示唆された。

以上の研究結果から、被災者および援助者のうらはらな気持ちや揺れ動く心理、心理に及ぼした影響要因が明らかとなり、心理的な安定や安楽に影響する要因が抽出された。調査で得られた心理的要因を考慮し被災地および被災者の自立を目指し、地域力を活用した心理的支援プログラムの実施を今後も継続していく予定である。

## 5. 主な発表論文等

[学会発表] (計6件)

①Akiko Sakai: What we can do for victims from outside the devastated area, International Hiroshima conference on Caring and Peace, 2012,8,22

②Akiko Sakai Satomi Shigeta Kawai Asou

Takako Urushizaki Yuko Mori: The study of mental status changes from the point of disaster to the point of revival, Research Conference of World Society of Disaster Nursing, Cardiff, UK, 2012, 8, 22

③漆崎誉子、酒井明子、繁田里美、麻生佳愛、森祐子：東日本大震災における被災者の心理的变化、第14回日本災害看護学会誌、2012.7.28.P242

④森祐子、酒井明子、漆崎誉子、繁田里美、麻生佳愛、：東日本大震災における支援者の心理的变化要因、第14回日本災害看護学会誌、2012.7.28.P243

⑤麻生佳愛、酒井明子、漆崎誉子、繁田里美、森祐子：東日本大震災における被災者の心理的变化、第14回日本災害看護学会誌、2012.7.28.P244

⑥漆崎誉子、磯見智恵、酒井明子：慢性疾患を持つ老年期の被災者の健康管理に関する研究、日本災害看護学会第14回年次大会会誌、査読有、1巻、2011.7.28.P179

## 6. 研究組織

### (1)研究代表者

酒井 明子 (SAKAI AKIKO)

福井大学・医学部・教授

研究者番号：30303366

### (2)研究分担者

磯見 智恵 (ISOMI CHIE)

京都橘大学・看護学部・准教授

研究者番号：40334841

繁田 里美 (SHIGETA SATOMI)

福井大学・医学部・准教授

研究者番号：20446165

月田 佳寿美 (TSUKIDA KAZUMI)

福井・医学部・准教授

研究者番号：50303368

麻生 佳愛 (ASOU KAWAI)

福井大学・医学部・講師

研究者番号：80362036