

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 28 年 6 月 15 日現在

機関番号：13401

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2013～2015

課題番号：25463293

研究課題名(和文) 災害初期から中長期における被災者および支援者の継続的な心理的支援体制の構築

研究課題名(英文) Construction of continued psychological support system for victims and supporters from the early phase in recovery from natural disaster

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

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,300,000円

研究成果の概要(和文)：東日本大震災発生から復興期の被災者の心理的变化を調査した結果、災害後の心理的回復過程には、死の受容や住宅再建決定プロセス、生活環境ストレス、健康状態の変化、人間関係の変化、自立などの影響が関与していた。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複雑な要因に対して被災者の自立に向けた地域住民との協働による心理的支援体制の重要性が示唆された。

研究成果の概要(英文)：As a consequence of the longitudinal examination towards psychological changes of the disaster victims from the early phase in recovery from the Great East Japan Earthquake, it revealed that the process of psychological recovery can be affected by the factors, such as stresses from living environment, changes in health status and community, and independence from disaster reliefs. It showed that it is significant to understand the features of psychological changes first then construct psychological support system aiming to confront complex factors such as daily life stress, social stress and necessity of predicting appropriate timing for intervention to victims, as cooperating with community members, which also help them be independent from disaster reliefs.

研究分野：基礎看護学

キーワード：災害 被災者 心理的变化

1. 研究開始当初の背景

国内における自然災害などによる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)で、PTSD やこころのケアという用語が一般的になり、以来、災害や事件の度に心理的支援に関わる報告が行われている。PTSD 関連の症状は、震災そのものから発症するのではなく、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、要配慮者(災害時要援護者)に対しては、生活ストレス、社会的ストレスなどの多くの要因に対して、他職種が連携した生活支援が課題となっている。したがって、支援の方向性としては、被災地域および被災住民と協働した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。国外では、スマトラ津波地震(2004) 中国四川大地震(2008) ハイチ大地震(2010) などの経験は、多くの心理および災害の専門家に大きなインパクトを与え、長期的な心理的支援の重要性が認識されている。

しかし、このように国内外では、数多く大規模災害を体験してきているにもかかわらず、国内外で報告されてきた心身の健康問題に関する縦断的な研究は、そのほとんどが災害直後から5年後までであるため、今後、予測されている大規模災害については、長期的にどのような影響があり、それがどの程度持続するのかという長期的な時間的推移の解明が課題となる。

研究代表者は、基盤研究(B)「被災者への実際的かつ組織的的心理的支援体制の構築に関する研究(2004-2006)、基盤研究(A)「災害時における効果的的心理的支援のための連携協力に関する研究(2007-2009)、基盤研究(C)「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」

(2010-2012)、基盤研究(C)「災害初期から災害中長期における被災者および支援者の継続的な心理的支援に関する研究」

(2013-2015)において、他機関と連携し、中長期的な支援体制を検証する研究を実施し、被災住民の災害発生当時から現在までの心理的变化の特徴および要因を分析した(酒井:2009、2012、2014)。2000年以降の複数の災害事例を災害発生直後から縦断的に調査した結果、被災住民のうち2年で平常の心理状態に戻った人は約半数であり、3年後も平常の心理状態に戻っていないと感じている人が22%であった。心身の健康問題の変化に影響を及ぼす要因は、災害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による心身への影響、人間関係(家族関係)、経済的問題が影響していることが明らかとなった。

これらの研究成果をもとに、更に長期的な視点で災害初期から被災地域住民と協働した他職種連携による心理的支援体制を構築するための基礎的資料として、継続発展させる必要がある。

2. 研究の目的

災害は、生命の危機であり、被災者のみならず、支援者にもトラウマなどの外傷体験をもたらす危機的状況であり、長期的に継続する問題である。

本研究は、国内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。

3. 研究の方法

本研究では、東日本大震災で甚大な被害を受けた被災3県(岩手県、宮城県、福島県)

の被災者（家族と死別および家屋が倒壊）の震災後5年間の心理的变化および心理に及ぼした影響要因の分析と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、地域力を活用した実際的で効果的な心理的支援について検証した。

(1) 国内において過去に発生した災害に関して、災害発生時から現在までの心理的变化のラインを描いてもらい、ラインの経過に沿って心理的变化のインタビューを行い、心理状況、現場状況の語りから共通性と特徴を考察する。

(2) 災害発生直後から中長期にかけて、実際的で効果的な支援のニーズと活動内容を考察する。

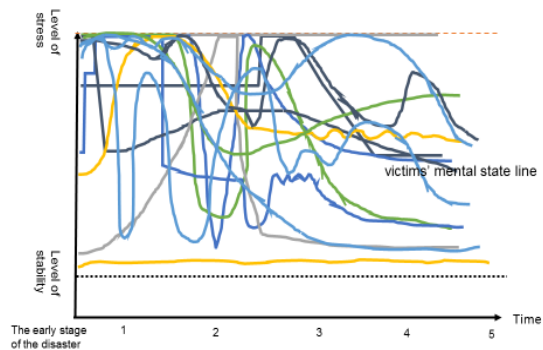
4. 研究成果

東日本大震災（2011）後の被災者の心理的变化を東日本大震災発生から復興期5年間（1年、1年半、2年、3年、4年、5年後）の被災者の心理的变化を被災地域および被災住民と現地で協働的実践活動を継続しながら分析した結果、災害後の心理的回復過程には、死の受容や住宅再建決定プロセス、生活環境ストレス、健康状態の変化、人間関係の変化、自立などの影響が関与していた。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、複雑な影響要因に対しては、被災者の自立に向けた地域住民との協働による心理的支援体制の重要性が示唆された。

(1) 心理变化の特徴

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、再上昇、②直後より遅れて反応が高くなり、復興期にかけて下降、③直後から復興期にかけて変動なし④直後に反応が高く、その後下降するが、再度上昇し、復興期にかけ

て下降、⑤直後に反応が高く、復興期にかけて徐々に下降。5年経過後も震災前の安定レベルには戻っていなかった。



東日本大震災における被災者の心理的变化

(2) 心理变化に影響する要因

心理变化に影響する要因は、【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。

(3) 災害発生後の長期的心理的变化

災害時には、急激な物理的時間の変化と共に、人々の生命と生活を破壊する程の重大な影響が発生し、複雑な要因を巻き込みながら時間が経過していく。被災者個々の認識主体に現れてくる時間の意味を知るために東日本大震災で被災した複数の人々に、時間経過を追って複数回心理変化ラインを継続的に描いてもらい、心理変化ラインに沿った語りの意味について時間論をもとに分析し、実際の有効な心理的支援の在り方を検討した。

ID20の事例は、一人息子を亡くした母親である。1年目は、かけがえのない一人息子を失い、毎日、息子の制服を洗濯する行動を繰り返していた。3年目になると、行方不明である方々への思いと子供の最期の姿について語り始めた。4年目には、外出も増え、隣人との交流も自然になされるようになり、生前の子供との会話から自己を振り返る言動がみられた。(図1)

ID7の事例は、妻を亡くし、自宅がすべて流された高齢者である。1年目は、このような地震では気持ちはぶれないといい、3年目は、過去の避難所での生活の辛さや現在の辛さを語り始めている。4年目には自宅も冷静に再建し、生活が安定し、災害時の自己を振り返り始めている。(図2)

ID8の事例は、自宅が流され、災害発生後に妻を亡くした事例である。体調が悪くなり、ストレスは高いが、具体的な心理は語ってい

ない。3年目になると妻の死を仕方ないと語り始めているが、4年目には、自宅も安定し、喪失体験を具体的に語り始めている。(図3)

ID:20 YM氏 2012.9と2014.2と2015.2の比較

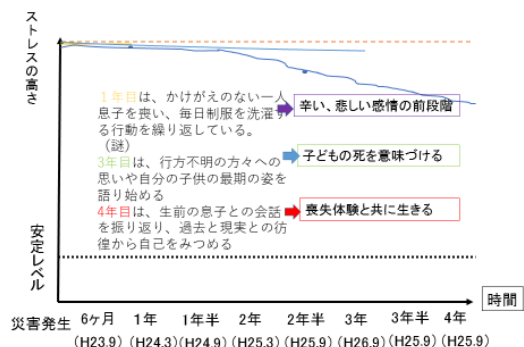


図1. 長期的な心理的变化 (ID20)

ID:7 YS氏 2012.9と2014.2と2015.2の比較

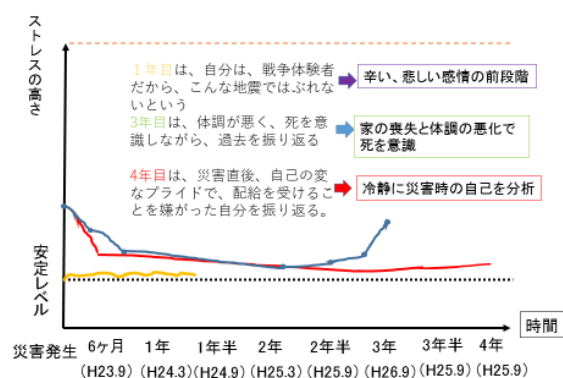


図2. 長期的な心理的变化 (ID7)

ID:8 〇氏 2012.9と2014.2と2015.2の比較

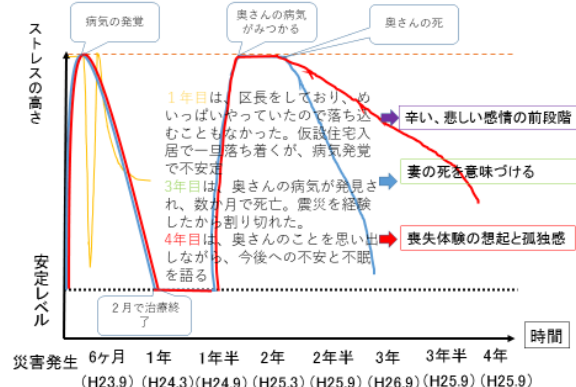


図3. 長期的な心理的变化 (ID8)

事例に共通することは、1年目は、自己にとって災害体験は、辛い悲しい体験であるが、感情を表出する前段階であること、3年目になり、災害体験への意味付けが始まること、4年目になると、現実的で冷静に自己を振り返る言動が聞かれることであった。

[考察]

東日本大震災発生から復興期の被災者の心理的变化を調査した結果、災害後の心理的回復過程には、死の受容や住宅再建決定プロセス、生活環境ストレス、健康状態の変化、人間関係の変化、自立などの影響が関与していた。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複雑な要因に対して被災者の自立に向けた地域住民との協働による心理的支援体制の重要性が示唆された。

5. 主な発表論文等

[雑誌論文] (計 0 件)

[学会発表] (計 3 件)

1. 清水誉子、酒井明子他：慢性疾患をもつ老年期の被災者の健康管理—被災者の生活に焦点をあてて—，日本災害看護学会第16回年次大会，2014. 8. 19，東京
2. A. Sakai, S. Shigeta : A Study of the Meaning of Discourse on Disaster Experiences for Victims of the Great East Japan Earthquake, WDSN2014, 2014. 06. 08, Beijing, China
3. 清水誉子、酒井明子他：慢性疾患を持つ東日本大震災における老年期の被災者の健康管理，日本災害看護学会第15回年次大会，2013. 8. 23，北海道

[図書] (計 1 件)

酒井明子: 南江堂, 災害看護, 2015 (185-200)

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

繁田 里美 (SHIGETA SATOMI)
福井大学・医学部・准教授
研究者番号：20446165

(3) 研究分担者

月田 佳寿美 (TUKIDA KAZUMI)
福井大学・医学部・准教授
研究者番号：50303368

(4) 研究分担者

麻生 佳愛 (ASOU KAWAI)
福井大学・医学部・講師
研究者番号：80362036