

Title	東日本大震災において救助・支援活動を行った自衛隊員のレジリエンス
Author(s)	内野, 小百合
Journal	2016
URL	http://hdl.handle.net/10470/31487

氏名	: 内野 小百合
学位の種類	: 博士 (看護学)
学位記番号	: 甲第 30 号
学位授与年月日	: 平成 28 年 3 月 22 日
学位授与の要件	: 学位規則第 4 条第 1 項該当
論文題目	: 東日本大震災において救助・支援活動を行った自衛隊員のレジリエンス : Exploring the Resilience among Japan Self Defense forces personnel who engaged in disaster relief activities in Great East Japan Earthquake
論文審査委員	: 主査 教授 田中美恵子 副査 教授 柳 修平 副査 教授 守屋 治代

論文内容の要旨

I. はじめに

2011年3月11日発生した東日本大震災は、地震と地震に伴う津波により、東日本に甚大な被害をもたらした。日本全国からは警察や消防など、多くの救助者が駆けつけ、救助・支援活動が行われた。防衛省・自衛隊も、発災当初から最大時約10万7000人の態勢で隊員を派遣し、救助活動、輸送支援活動、生活支援活動、応急復旧活動を行った。

災害のような甚大なストレスへの曝露は個人の対処能力を上回り、身体面や感情面、行動面に多くの影響を及ぼす。多くは一過性に経過するが、反応が遷延した場合、うつ病や心的外傷後ストレス障害 (Posttraumatic Stress Disorder、以下 PTSD) 等へ移行する。被災者のみならず、災害救助者も災害の暴露により約1割が PTSD と診断されると言われるが、精神的な安定を維持する災害救助者も多い。

近年、同じ体験を有しながらも、精神的不調に至らなかった人のレジリエンスが注目されている。レジリエンスとは「トラウマ、悲劇的な脅威、ストレスの重大な原因などの逆境に直面した時、それにうまく適応するプロセス」と定義されている。また、レジリエンスは誰でもが学習し発展させることができると言われる。

そこで、災害救助後も精神的に安定している救助者を対象に、何をストレスと感じ、どのように適応に至ったかをレジリエンスの観点から明らかにしたいと考えた。

II. 研究の目的

本研究は、東日本大震災において派遣され、救助・支援活動を行った自衛隊員の活動での経験を聴き、何をストレスと感じどのように対処していったか、レジ

リエンスの観点から明らかにすることを目的とする。

「レジリエンス」については、American Psychological Association の「トラウマ、悲劇的な脅威、ストレスの重大な原因などの逆境—家族や重要他者との関係性の問題、深刻な健康問題、職場や経済的なストレス—などに直面した時、それにうまく適応するプロセスである」という定義を用いる。

Ⅲ. 方法

1. 研究参加者

研究参加者は、以下の 1) ~ 3) を満たす 20 名であった。

1) 東日本大震災において、被害の大きかった宮城県・岩手県において直接救助・支援活動を行った自衛隊員。

2) 部隊長によって、日常勤務状態や受診状況、活動 1 年間に自衛隊内で行ったスクリーニングテスト（改訂出来事インパクトスケール：IES-R、K10 日本語版、ツング式うつ自己評価尺度）を参考に精神的健康が保たれていると判断された隊員で、研究者が研究説明を行った後、研究参加に同意した隊員。

3) 東日本大震災による、自身や家族、親戚の被災体験がない隊員。

2. 研究デザイン

本研究の研究デザインは、解釈学的現象学を理論的前提としたナラティブ・アプローチによる、質的帰納的研究デザインである。

3. 研究方法

インタビューガイドを用いて、研究参加者に約 1 時間半の半構成的インタビューを 1 回実施した。分析及び解釈は、Heidegger、Dreyfus らの解釈学的現象学を理論的前提とした Benner のテーマ分析の手法を参考に行った。データ収集期間は、平成 26 年 4 月 22 日から 7 月 28 日の間であった。なお、本研究は東京女子医科大学倫理委員会、および自衛隊中央病院医学倫理委員会の審査を受け、承認を得ている（承認番号：3008-R、受付番号：25-021）。

Ⅳ. 結果

本研究で得られたテーマを【】、サブテーマを<>、Heidegger, M. や Dreyfus, H. L. による概念や言葉はゴシック体で示す。研究参加者はすべて男性で、平均年齢は 38.4 歳（範囲：24~53 歳）、自衛隊隊員歴の平均は 19.1 年（範囲：4~34 年）であった。

研究参加者は、被災地に入った直後から<被災地の凄まじい光景や状況>、<ご遺体に接すること>、<時間と空間のあいまいさ>、<余震による不安定感>、<活動の制約>、<大切な人とのつながりが絶たれること>、<生活面の不自由>などのストレスを感じ、【日常性の崩壊に戸惑う】経験をしていた。しかし<制約を引き受け出来ることを行う>、<怪我をしない、させない>という【淡々と行動する】ことと、<メリハリをつける>、<身体を意識する>という【緊張を解く】ことのバランスを取る中で<人の強さを感じる>、<通常感覚を取り戻す

>という【人への信頼・通常感覚を取り戻す】ようになって行った。また、あらゆる場面で<同僚・家族に支えられる>、<国民の評価に存在意義を感じる>という【他者の存在に支えられる】ことを通して、【未来に目を向ける】に至る適応のプロセスをたどっていた。このプロセスは、全ての研究参加者に共通していた。

ただし、適応までの期間の違いによって3つのグループに分けられた。救助・支援活動の初期に適応に至った「早期適応グループ（15名）」、活動初期に迷いが見られたが、徐々に気づきや学びを得て活動半ばから適応していった「適応遅延グループ（3名）」、そして活動が終了し、所属部隊に帰ってから辛さを伴う夢や被災地の報道からの回避を経験し、適応に時間がかかった「PTSD境界域グループ（2名）」の3つである。3つのグループの違いにはそれぞれの研究参加者の背景が関連し、特に【淡々と行動する】、【緊張を解く】のバランスが崩れた時、適応までに時間がかかることが示唆された。

V. 考察

派遣された自衛隊員のストレスとレジリエンスの意味を Heidegger, M. の解釈学的現象学をもとに、以下のように解釈した。

派遣された研究参加者たちは、災害発生により日常世界の中から、不安の気分と**良心の呼び声**に呼び覚まされ、自身の死の可能性を突き付けられていた。また、被災地の壮絶な光景の中で、**時間**や**空間**を見出すことができず、進むべき方向性もわからずにいた。大切な**共同現存在**とのつながりが絶たれる辛さや生活上の大きな変化によって、緊張を強いられていた。

そのような中、研究参加者たちは自身の死の不安と**負い目**をも引き受け、目的に向かい行動をし、時間と空間のあいまいな中で、自身の**関心**によって方向性を見出し、安心感を得ていた。また、**身体に根ざした知性**と、**身体の内蔵感覚**に注意を向けることにより身体の緊張を解き整えていた。さらに、**共同現存在**としてある他者、**時間性**を持つことが力となっていた。

これまでの災害救助者研究では、PTSD や心理的問題の発症率やその要因、レジリエンス因子が明らかにされてきた。本研究によって、ストレスとレジリエンスの意味を解釈したことにより、何の要因や因子が、どのように適応に影響するかについて説明が可能となったと考える。

VI. 結論

1. 研究参加者のストレスとレジリエンスについて【日常性の崩壊に戸惑う】、【淡々と行動する】、【緊張を解く】、【人への信頼・通常感覚を取り戻す】、【他者の存在に支えられる】、【未来に目を向ける】の6つのテーマが見出された。
2. 研究参加者は適応までの期間により3つのグループに分けられた。3つのグループの違いには、それぞれの研究参加者の背景が関連し、特に【淡々と行動する】、【緊張を解く】のバランスが崩れた時、適応までに時間がかかることが示唆された。
3. 研究参加者のレジリエンスの意味は、「自身の死の不安と負い目をも引き受け、

目的に向かい行動する」、「時間と空間のあいまいな中で、自身の関心によって方向性を見出し、安心感を得ていく」、「身体に根ざした知性と、身体の内部感覚に注意を向けることにより身体の緊張を解き整える」、「共同現存在としてある他者、時間性を持つことが力となる」の4側面であると解釈された。

4. 研究参加者の語りをもとに、ストレスとレジリエンスの意味を解釈したことにより、被災地以外から救助に入った災害救助者に限定されるが、何が、なぜ精神的健康に影響するかの説明が可能となった。
5. 看護師が行える災害救助者への教育として、メンタルヘルスの知識、身体の内部感覚に気づくトレーニングや効果的な健康管理方法などの情報提供、死生観教育が有効であることが示唆された。
6. 災害救助者の精神的健康を保つためには、組織による活動時の丁寧な情報提供、休息できるシステム作り、シミュレーションの実施、背景の考慮やサポートが重要である。

論文審査結果の要旨

本研究は、2011年に発生した未曾有の災害である東日本大震災において救助・支援活動を行った自衛隊員を対象に、心的外傷後ストレス障害（Posttraumatic Stress Disorder : PTSD）に陥らなかった隊員に着目し、何をストレスと感じ、どのような適応プロセスを辿ったのか、その経験をナラティブ・アプローチによって聴取し、Heideggerの解釈学的現象学の立場からテキスト解釈を行い、レジリエンスの意味を明らかにしようとしたものである。

災害研究、PTSD研究、レジリエンス研究が各々交差する地点に位置づけられる研究であり、本研究の結果は、多方面の研究領域に新たな知見を提供する可能性を持つものである。狭義には災害救助活動でストレスに晒される自衛隊員のメンタルヘルスに関する研究としても意義を有するが、災害に限らず紛争や戦争など、甚大なストレスを伴う現場に赴く自衛隊員のメンタルヘルス支援に関する知見をも提供するものである。他方でより広い文脈からみれば、PTSD発症率やその要因に関する研究が多い中、どのように適応に至ったのか、レジリエンスの観点からその経験の過程を質的に丹念に明らかにしようとした本研究は、自衛隊員のみにとどまらず、災害救助者全般のメンタルヘルスに対し、予防的観点から貴重な示唆を提供するものである。

文献検討を通して、ストレス・コーピングへの要素論的アプローチを超えて、「人が何をストレスと感じ、どのように対処するかは、その人の持つ背景的意味と関心による」として、文脈を通して理解する必要性を論じ、ストレス経験を現象学的観点から捉えることの重要性や、救助者の生きられた経験を理解することの重要性を説くに至る論旨には説得力があり、ストレスとレジリエンスを経験の意味として捉える本研究の着想の独自性が示されている。

方法として、本研究のこうした立ち位置を貫くために、ナラティブ・アプロー

チを採用し、Heidegger, M の哲学的立場に立つ Benner, P の手法を分析手法とした点で、目的と方法に一貫性が認められた。また本研究におけるインタビューそのものが、先行研究で否定されている「強制的デブリーフィング」に代わるものとして、災害救助者への「ナラティブ・アプローチ」による介入のあり方を提示するものとなっていた。

結果は、丁寧な聞き取りから得られたテキストの分析と解釈に基づき、意味に関わる部分が的確に抽出されており、読み手に研究参加者 1 人 1 人の体験の追体験を促すものとなっている。語りから読みとられるのは、一人ひとりの隊員が今までに経験したことのない被災現場をどう生きのびたのかという実存そのものであった。したがって、本論文においては、語りがもつその実存的内実研究者自身もまた向き合い、その語られた世界を生きようとするスタンスと、そこから距離を置き対象化するスタンスを往還する分析作業自体が、緊張を伴う精力的な活動であったことが推察され、その意味で、本研究の研究プロセスそのものが高く評価された。

抽出された各テーマには、一定の妥当性が認められたが、テーマとサブテーマで採用された表現に、抽象度や語られた内容の反映のばらつきが見受けられるなど、今後さらに洗練していくことが期待された。しかしながら、全体としては、ストレスやレジリエンスを要因分析的ではなく、プロセスとして解釈することにより、レジリエンスのダイナミックな理解を可能とするものとなっていた。

考察では、Heidegger, M の哲学に依拠し、人間の生死、その有限性が顕わになる場面における人間の経験について実存論的考察が展開され、レジリエンスの意味が実存論的に解釈されている。最終的に、「自身の死の不安と負い目をも引き受け、目的に向かい行動する」、「時間と空間のあいまいな中で、自身の関心によって方向性を見出し、安心感を得ていく」、「身体に根ざした知性と、身体の内部感覚に注意を向けることにより身体の緊張を解き整える」、「共同現存在としてある他者、時間性を持つことが力となる」という 4 側面として結実しており、Heidegger, M の哲学的立場に依拠する解釈には、まだ深める余地があるものの、一定の普遍妥当性が確認された。

さらに、実際には PTSD には陥らなかったものの、適応の時間に差のみられた 3 つのグループの発見とその違いに関する考察は、今後の災害救助者の PTSD 予防対策に実際的な示唆を提供するものとなっていた。一方で、組織の危機管理の観点から、レジリエントな共同体がどのように作られていくのか、「集団のレジリエンス」についても、今回得られた豊かなデータから、今後、時間をかけて踏み込むことが期待される。

以上のともすれば抽象的な結果・考察をさらに深め、災害救助者の PTSD 予防のためのメンタルヘルス教育の具体的な内容や、自衛隊の組織活動への示唆にまで落とし込み、特に死生観教育の重要性の提言に至った点は、看護職が果たせる役割を具体化した点でも評価できるものであった。今後、「死の主観化」や死生観教育の課題について深めていくことで、本研究で得られた知見はさらにさまざまな集団に応用可能な汎用性の高いものとなると期待される。

総じて本研究は、未曾有の災害に救助者として立ち会った人々の貴重な経験の聞き取りとその解釈として、災害救助者の PTSD 研究、レジリエンス研究の分野に貴重な知見を提供するものであった。加えて、ナラティブ・アプローチによる解釈学的現象学に基づく災害研究として、方法論的にも、今後の看護研究に1つの範を提供するものとなっていた。

以上から、本論文は、学位規則第4条第1項に定める博士（看護学）の学位を授与するに値するものであり、申請者は看護学における研究活動を自立して行うに必要な高度な研究能力を有すると認められ、論文審査および最終試験に合格と判定する。