

## 被災地での学校内で支援できるための学校心理士に必要な事項 —首都直下地震と東海・東南海・南海地震に備えて—

岩手大学 我妻則明

東日本大震災が発生した直後から2年目に至るまでの経験から、震災発生直後、学校再開直後、中・長期的支援の期間の3つの時期に分けて、学校心理士に必要な事項を考察した。これらは、近い将来必ず起こる首都直下地震と東海・東南海・南海地震などに備える事項である。

### (1) 震災発生直後

- 日本学校心理士会として、退職教員の活用などで人手を供給できる対策をとること。
- サイコロジカル・ファーストエイドの基本をあらかじめ習得しておくこと。

### (2) 学校再開直後

- 医療に繋ぐため、あらかじめPTSDの症状をよく理解しておくこと。
- 阪神・淡路モデルが適用できない地域では、学校心理士を各学校に配置しておくこと。
- 外部からの支援ではなく、学校内部に支援活動が可能な学校心理士を配置しておくこと。
- 心的外傷後成長が図られる防災教育、福祉教育、ボランティア教育を推進すること。

### (3) 中・長期的支援の期間

- 学習支援のため、退職教員で学校心理士の有資格者が支援を行える体制を整備すること。
- 心理支援のため、例えば森田療法のような現地に受け入れられる方法を習得すること。

キーワード：学校心理士、東日本大震災、首都直下地震、東海・東南海・南海地震

## 1 はじめに

本書が発行される2013年5月は、東日本大震災から、2年2ヵ月が経過する。最近のテレビなどの全国報道では、震災関連のニュースはほとんど報道されなくなり、被災地以外の地域では、被災地はすでに復興がなされているのだらうと考えられているかもしれない。しかし、被災地に実際に行ってみると、瓦礫こそ仮置き場に集積されて街中からなくなっているが、家の土台だけがむき出しで放置されていて、津波被害を受けた状態のままで時間だけが経過している。被災者は仮設住宅に住んでいるし、被災した学校は、仮設の校舎や被災を免れた学校に間借りして授業を行っている。被災地の復興は、まだまだ時間がかかることを、被災地に行くと実感する。

しかし、さすがに2年目になると、1年目の当座の混乱状態からは脱し、時間はかかっているが、復興に

向けての着実な歩みが始まっている。時々、被災して壊滅した工場や水産加工場が再建されたというローカルニュースが流されてくる。

こうした着実な歩みを取戻しつつある状況の中で、震災発生から今日までの学校を取り巻く状況の変化を冷静に顧みながら教訓を引き出して、近い将来に必ず起こる首都直下地震や東海・東南海・南海地震などに備えるために、学校心理士として何を準備しておくべきかを考察しておくことも必要であると考えられる。本論では、岩手県を中心として、筆者の個人的な経験とそれに基づく見解ではあるけれども、今回の東日本大震災後の学校を取り巻く状況とそれへの対応を継続的に報告し、今後起こる自然災害への学校心理士としての対応について教訓を導き出していきたい。

## II 震災発生直後

### 1. 人手の補充

震災が発生した直後は、大混乱である。児童生徒を高台に避難させた教職員も含めて、たとえ全員無事であっても、その後の救援が来るまで、一晚、寒さと飢えをしのいだ学校もあった。また、保護者に児童を引き渡した後、津波が襲ってきて、複数の保護者と児童がともに犠牲となった学校もあった。

児童生徒の家ばかりでなく、先生方の家や住んでいたアパートも津波で流され、先生自身も学校の避難所や職員室で生活することを余儀なくされた方もいた。

学校の体育館は避難所となり、給食室や家庭科調理室は炊き出し場所となり、保健室は医務室となって、そこで検死された遺体は実験台が棺桶を置くのに適当であるという理由で理科室へ運ばれ、理科室は遺体安置所となった。このように学校は、被災直後は、野戦病院のような戦場となり、先生方の仕事は、児童生徒の安否の確認、場合によっては遺体の確認、避難所の運営、援助物資の集積と仕分け等々、普段の業務と異なった仕事をしなければならない。しかも、先生方も被災者であり、職員室に寝袋で宿泊し、約一週間、風呂にも入れず、下着も取り替えられずに業務をこなしていた学校もあったとのことであった。

このような状況下では、何も特別なことをする必要はなく、日々の生き抜くための業務をすることが最も大切なことである。その一方で、教師としての重要な仕事としては、一日でも早く学校を再開して、児童生徒へ安心感・安全感を与えるための業務がある。この件は、学校としては一番の優先課題となるため、学校以外の機関からも支援を仰ぎながら、校長のリーダーシップのもと、学校再開の準備をする必要がある。

こうした際、一番必要となるのは人手である。岩手県では、内陸の津波被害を受けなかった学校の教員から志願者を募り、一人当たり三日間被災した学校に派遣した。派遣された教員は、寝袋、三日間の食料等、自力で生存できる装備を携帯することが条件とされた。この教員の派遣は、3月末まで続けられた(高橋, 2011a)。

4月に入ると、文部科学省(2011)は、教員の加配を行った。岩手県には、小学校78名、中学校56名、高等学校21名、計155名が加配された。これらは、主に

退職者を中心として臨時採用教員として配置された。

こうしたことから、日本学校心理士会としても、例えば退職教員を活用して、被災地に人材を派遣するといった対策を考えておく必要があるのではないだろうか。

### 2. サイコロジカル・ファーストエイド

こうした震災発生直後の心理的支援で現在推奨されているものに、サイコロジカル・ファーストエイド(アメリカ国立子どもトラウマティックストレス・ネットワーク, アメリカ国立PTSDセンター, 2011)、略してPFAがある。「PFAの基本目的は、被災直後から数週間以内に早期支援を提供すること」とされている。このPFAの詳細は成書に譲るが、学校心理士としては、PFAの基本は身に着けておくべきであると考えられる。なぜならば、自然災害が発生し学校が被災した場合、学校現場にいるのは教員であり、被災直後から学校心理士は早期支援を提供できることが可能であるからである。しかし、残念ながら、「学校心理士ガイドブック」(学校心理士資格認定委員会, 2012)に、PFAは記載されておらず、従来までは、学校心理士が学ぶべきものの対象とはなっていなかった。今後の「学校心理士ガイドブック」の改訂の際には、ぜひ一項目を起こしてPFAを記載し、同時に、認定試験にも出題する必要があると考える。

なお、10年ほど前まで、被災直後の心理的支援として実施されてきた心理的デブリーフィングは、「自然経過で見られた回復がなく施行前よりも状態を悪くしているかもしれない」(van Emmerik et al, 2002)と効果が否定されている。そのため、現在では、心理的デブリーフィングを被災者にやってはいけないことになっている。この点を、学校心理士ははっきりと認識しておかなければならない。

## III 学校再開直後

岩手県内の被災地の学校は、4月下旬から5月上旬にかけて順次に再開した。しかし、学校の体育館はまだ避難所となっており、家庭科調理室も炊き出し場所となっている状況は変わりなかった。校舎が使用できなくなった学校は、他の学校に間借りしたり、廃校を再利用したり、廃業した保養施設を使用したりと苦肉の策でなんとか再開にこぎつけた。子どもたちも、避

難所から通学する者もあり、また、自宅から通学する者でも学校の場所が変わったため、通学に困難を持ちながらも通学する者もいた。

### 1. 学校支援カウンセラーの派遣

このような中、岩手県教育委員会は、教員の教育相談活動等の支援を行う目的で、県外の臨床心理士を、岩手県内被災地の小学校58校、中学校33校、高等学校15校、特別支援学校2校へ派遣するように日本臨床心理士会に要請した。派遣期間は、平成23年5月10日から6月17日までの6週間で、名称は学校支援カウンセラーとし、派遣人数は58人とされた（岩手県教育委員会、2011a）。しかし、実際にこの事業を始めてみると、県外の臨床心理士は、自分の仕事を休んで派遣されるため、一週間しか滞在することができず、週替わりで人が入れ替わる形態となった。そのため、派遣された実人員は300名を超えていた。

この学校支援カウンセラーは、次のような3点を残していったと個人的には考えている。

#### (1) 子どもたちは全員PTSDになるという誤解

私が講師をした8月に開催された震災対応の研修会で、「アメリカのデータでは、自然災害によるPTSDの有病率は約4%で、トラウマを起こすできごとの中では最も低い（Kessler et al., 1995）」とグラフを示して説明したところ、「それはアメリカのデータで、今回は子どもたちが全員PTSDになって、たいへんなことになるのだ。」と数名の先生の怒号が飛んだ。一方で、大部分の先生は、「なんだ、そんだことだったのか。」と安堵のため息をついた。つまり、先生方は「子どもたちは全員PTSDになって、たいへんなことになる」という誤解を持っていたのであった。この誤解は、この後の各種の研修会等で幾度となく聞かれた。

日本のデータである阪神・淡路大震災の際のデータ（兵庫県教育委員会、2011）でも、要配慮児童生徒の割合は、「震災直後から続く『震災の恐怖によるストレス』に、恒久住宅である復興住宅への転居などの『住宅環境の変化』や『通学状況の変化』が加わってピークとなった」、「ピークは平成11年の8.2%」となっている。これは、アメリカのデータ4%（震災の恐怖によるストレス）に住宅環境の変化や通学状況の変化が加わって8.2%になったものと合理的に説明できるのである。しかも、PTSDは日本語では「心的外傷

後ストレス障害」と言い、アメリカ精神医学会が定めた「精神疾患の診断・統計マニュアル」（高橋他、2003）に掲載されている精神疾患なのである。すなわち、教育で何とかなるものではなく、医療の対象となる病気なのである。教師がすべきことは、PTSDに罹っている子どもを発見して医療に繋ぐことなのである。このために、学校心理士としては、PTSDの症状をよく理解したうえで、アンケートなどで要注意となった子どもとの面接を的確に行い、医療に繋ぐようにできなければならないのである。

#### (2) 阪神・淡路モデルの破綻

「教職員向けこころのサポート研修会資料」（岩手県教育委員会、2011b）では、心のケアとは、教育による心のケア、臨床心理による心のケア、医療による心のケアの三者が連携して行うものであるとしている。

しかし、岩手県においては、臨床心理を担う約120名の臨床心理士のほとんどは、県庁所在地である盛岡市から南の新幹線沿線の内陸に居住しており、津波被害のあった沿岸にはほとんどいないのである。しかも、内陸から沿岸へ行くには、北上山地の山岳道路を片道2時間半ほど自動車の運転をしなければならない。さらに、積雪期には路面が凍結し時間がかかるばかりでなく、スリップ事故を起こしやすい極めて危険な道路となる。このため、内陸から沿岸の学校へスクールカウンセラーとして通勤する臨床心理士はほとんどいない。そこで、岩手県教育委員会は、巡回カウンセラーと称する一年契約の県外のカウンセラーを沿岸に配置している。しかし、広大な沿岸に対して絶対数が不足しているため、一つの学校に2週間に一度、あるいは月に一度しか訪問できないというのが現状である。

医療については、岩手県沿岸は元々医療過疎であるうえに、病院自体が被災して仮設診療所で医療を行っている所もある。身体科ですら、十分な医療が行われていないのであり、精神科、特に児童精神科は皆無と言ってよいのが現状である。岩手県こころのケアセンターが岩手医科大学精神科内に設けられたが、沿岸に設けた四か所の「地域こころのケアセンター」は、平成24年12月20日現在で、震災から1年9か月も経つというのに、いまだに職員募集案内のホームページが欠けている現状である。

つまり、連携すべき三者のうち、臨床心理による心のケアと医療による心のケアが機能しないのである。

そもそも、阪神・淡路大震災は、活断層による都市直下型地震であり、非常に狭い範囲に地震そのものによる被害が集中していたのである。一方で、その周辺には、都市機能が健全に残ったため、近距離から臨床心理と医療との支援が十分に可能だったのである。

しかし、東日本大震災は、プレート型の地震であり、過疎地である太平洋沿岸に津波による広範囲な被害をもたらしたのである。このため、臨床心理と医療が機能せず、阪神・淡路モデルというべきものが当てはまらないのである。この東日本大震災モデルというべきものは、やはり広範囲な津波被害が想定されている東海・東南海・南海地震には、当てはまると推測できる。

では、臨床心理と医療とが機能しない場合は、どのようにしたらよいのであろうか？この場合は、残っている機能である教育、すなわち学校心理士が心理教育や個別相談を行って可能な限りPTSDの予防を行い、それでも重症のPTSDに罹った子どもを遠方ではあるかもしれないが内陸の医療機関に繋ぐという方法しかないのではないかと考える。

これに近い形態を想定して、学校心理士認定運営機構は文部科学省復興教育支援事業を活用して、岩手県立総合教育センターと連携し、教育相談コーディネーター（学校心理士）を育成して沿岸部へ配置する事業を平成24年度に行っている。こうした取り組みは、東海・東南海・南海地震の被害が想定される地域では、今からでも取り組んで、学校心理士を養成して配置しておく必要があると考えている。

### (3) 支援を受ける側が負担を実感

学校支援カウンセラーは、支援を受ける側の学校にとっては、一番多忙な時期に派遣され、学校支援カウンセラーの世話をするのが過重負担と感じられた。すなわち、派遣された平成23年5月10日から6月17日までの時期は、まだ避難所の運営をしていると同時に、学校を再開したばかりで、普通のことを普通にやり、子どもたちを日常に早く戻すという学校の再建を目指して、山積している課題を何とか解決している最中であつたのである。しかも、週替わりで違った心理士が来るので、コピー機の使い方から始まって一から毎週教えなければならず、また、引き継ぎも毎週しなければならないので負担であつたとのことである。さらに、当時は津波被害を免れた内陸にある遠方の旅館やホテルしか宿泊場所はなく、通勤手段も公共交通が十分に

機能していないため、学校によっては先生方が1時間かけて自動車を運転して学校支援カウンセラーの通勤手段を確保していた場合もあつたと聞いている。

こうしたことから、支援を受けるのは支援を受ける学校にとっては過重な負担になる場合もあるという教訓を学校に植え付けてしまい、支援を受けるのに消極的となったのである。一例として、高橋（2011b）が沿岸のある小学校の校長へ支援の申し入れを行った際、「（筆者注：校長の）お話からは『外部との対応が大変である』という苦衷（中略）が伝わってきた。」と述べ、「学校の復興に必要な支援はなんだろうかということについて考えさせられた」と続けている。この後、高橋（2011b）は、自校の子どもたちによる被災地の子どもたちへの復興支援という子どもたちを主体とした支援活動で優れた実践を展開していった。

もし、学校心理士が元々教師として被災地の学校に配置されていれば、その学校心理士は内部の人間として、かつ学校と地域の実情を詳しく知る者として、学校に負担をかけることなく支援活動をすることが可能となるであろう。つまり、外部から支援に入るのではなく、内部に支援活動が可能な人材を元々配置しておくのである。こうした配慮は、首都直下地震と東海・東南海・南海地震ともに必要であろう。

## 2. 学校支援カウンセラーの効果

このような多額の予算をかけ、受け入れ側にも過重な負担を強いた学校支援カウンセラーが、効果があつたならば、その意義は存在する。しかし、それを示すようなデータは、未だ出ていないように思われる。以下の表1は、岩手県教育委員会が記者発表資料として平成23年9月に公表したものの一部である（岩手県教育委員会、2011c）。

表1 優先的に教育相談をしてほしい児童生徒の人数と割合

	内陸 21 市町村		沿岸 12 市町村	
	人数	割合	人数	割合
小学校	8,821人	15.8%	2,397人	18.1%
中学校	3,521人	12.4%	946人	12.7%
高等学校	2,922人	12.7%	1,079人	14.8%
合計	15,264人	14.3%	4,422人	15.8%

この「優先的に教育相談をしてほしい児童生徒」とは、「心とからだの健康観察」という岩手県内のすべ

ての小学校、中学校、高等学校に実施したアンケートに記載してある4種類のストレス反応項目のうち、1項目でも該当する児童生徒を指す（岩手県教育委員会, 2011c）。表1を見れば分かる通り、その割合は、学校支援カウンセラーが配置された沿岸12市町村が配置されなかった内陸21市町村よりやや高いというものであった。もし、学校支援カウンセラーが「教員の教育相談活動等の支援を行う」という本来の目的を達成して効果を挙げたならば、表1のうち学校支援カウンセラーが配置された沿岸12市町村の割合が配置されなかった内陸21市町村の割合よりも、低く出なければならぬのではないだろうか。つまり、この岩手県教育委員会が公表した資料からは、学校支援カウンセラーの効果があったことは読み取れないのである。

### 3. 心的外傷後成長

今まで述べたように、災害後のこころのケアは、すなわちPTSDの予防と治療が中心になっている（岩手県教育委員会, 2011b）。しかし、これは医療モデルとして考えられており、必ずしも学校という場に馴染むものではないように思われる。

一方で、「心的外傷後成長」、英語では、Posttraumatic Growth、略してPTGと言われているものがあり、この概念が学校という場、そして学校心理士に馴染むものと考えている。PTGとは「心的外傷を負うようなつらい体験のなかから、より人として成長していくこと」と定義されている（近藤, 2012）。科学的なPTG研究はアメリカ合衆国では20年ほどにすぎならず、“Handbook of posttraumatic growth: Research and practice”（Calhoun & Tedeschi, 2006）が、これまでのPTG研究の集大成と言われている。しかし、日本ではPTG研究は10年に満たず、ほとんど知られていない。ここでは、阪神淡路大震災の記録から、PTGと考えられるものを取り上げ、説明したいと思う。

1995年1月17日に起こった阪神・淡路大震災後の神戸市教育委員会などの記録をひも解くと、そこにはPTGに該当すると思われる多くの記述がすでに見られるのである。もちろん、当時はPTGという言葉も概念もないのであるが、そこに記述されていることは、まさにPTGと思われるものである。以下に、それに該当するある中学1年生の手記を引用する（神戸市教育委員会, 1996）。

「今思えば、16日までのあたりまえだった生活が、すごく大きな幸せだったんだと思います。私は、すごく大きな幸せを『あたりまえ』というふうに考えていました。

今すぐにも、ガス屋さん、電気屋さん、水道屋さんで働いていた人たちみんなに『ありがとう』の一言を言いたいです。それとお父さんやお母さんにも。（中略）

この阪神大震災は、こわかっただけでなく、友達は何よりの宝だということがわかりました。そして、人間いざというときは、みんなで助け合えるということ、また何となく過ごした生活は、本当は幸せなんだということもわかりました。これからも、命を大切にします。

それから、もとの美しい神戸に早く戻そうと、一生懸命がんばっている人もたくさんいるので、私も身近なことから協力していこうと思います。」

また、神戸市立全校園長に対する意識調査において、幼児・児童生徒が震災体験から得たものは、表2のとおりである（神戸市教育委員会, 1996）。

表2 全校園長対象アンケート調査「震災から子どもたちが得たもの」（複数回答 単位 %）

命の大切さ	86.5
助け合う心	66.0
家族の絆	56.0
人とのふれあい	28.4
生きるたくましさ・勇気	23.5
ボランティアのすばらしさ	18.5
物の大切さ	17.3

これは「震災の苛酷な状況の中で子供たちが、人間としての生き方の根幹にかかわる価値にふれ、また、他者との関わり的重要性を、身を持って経験したこと」（神戸市教育委員会, 1996）によるものであるとされている。

そして、同じ調査で「最も力を入れるべき教育活動」を校園長に尋ねた結果は、表3のとおりである。

このことから、PTGを促進させ人間として成長するためには、防災教育、福祉教育、ボランティア教育を実施する必要があることが示唆されるのである。

一方で、不幸なことに岩手県から宮城県にかけての三陸地方と言われる太平洋側沿岸は、古くから大きな津波に何度となく襲われている。今回の東日本大震災

表3 全校園長対象アンケート調査「最も力を入れるべき教育活動」(複数回答 単位 %)

防災教育	52.6
福祉教育	20.5
ボランティア教育	18.7
道徳教育	11.2
地域教育	5.4
健康教育	3.6

をきっかけとして注目されるようになった貞観地震は、約1,100年前の869年(貞観11年)に起こった地震であり、その津波と被害の大きさは今回の東日本大震災に匹敵するものであったろうと言われている。近代的な記録として残されている明治以降でも、表4のように、およそ30年に一度、大きな津波被害を受けている。この頻度は、人の一生の長さを考えれば、一生のうち一回か二回は大きな津波被害を受けていることになる。

表4 明治以降の三陸地方を襲った津波被害

発生年	名称	死者・行方不明者数
1896(明治29)年	明治三陸津波	21,959人
1933(昭和8)年	昭和三陸津波	3,064人
1960(昭和35)年	チリ地震津波	142人

(理科年表より)

こうした中で、岩手県沿岸の三陸地方の学校では、防災教育に力を入れてきた。例えば、自分たちの住む町の湾の模型を作り、それに実際水を通して、津波がどのあたりまで来るのかという実験をしたり、津波被害を体験した高齢者の体験談を聞いたり、当時の新聞記事を読んだりなどである。

また、他の防災教育の一例として、今回の東日本大震災でも20mを越える大津波により甚大な被害を受けた岩手県宮古市田老地区にある宮古市立田老第一中学校校歌(詞・駒井雅三)には次のように歌われている。

防浪堤を仰ぎみよ  
 試練の津波 幾たびぞ  
 乗り越えたとし 我が郷土  
 父祖の偉業や 跡つがん

この歌詞を校歌として、震災前から入学式や卒業式など折に触れて歌ってきたのであり、こうした心意気

は、この中学校のみに留まるものではなく、三陸沿岸一帯に文化的伝統として根づいているのである。そのため、地震・津波発生直後の絶望的な状況の中でさえも、略奪や暴動が起こることもなく、食料の配給などでも高齢者や子どもを優先して相互に助け合い、整然と列をなして並び秩序が保たれたのである。こうした行動に対して、逆境の中で人間として示した品位と礼節ということで国際的に高く賞賛されたのは報道などで周知の通りである。これらの行為は、度重なる津波被害という逆境の中で、三陸沿岸の人々が人として成長してきたPTGの証ではないだろうか。

以上のことから、学校心理士が中心となって防災教育、福祉教育、ボランティア教育を実施し、万一、災害が発生した場合に、子どもたちの人間としての成長が図られ、PTGが促進されるようにすべきであると考えている。

#### IV 中・長期的支援の期間

この期間は、平成23年度の夏休みが過ぎて二学期となり、仮設住宅の建設により学校の避難所が閉鎖され、ようやく平穏な学校となって学校行事も再開されるようになった時期以降である。そして、この時期は、現在も続いている。この時期についての支援について、以下に述べる。

##### 1. 学習支援

被災地の子どもたちは、当然のことながら、学校が仮設校舎であったり間借りしている校舎であったりして、十分な教育環境にあるわけではない。もちろん、現場の先生方は、そうした劣悪な環境の中でも創意工夫をして教育活動を行っているのである。しかし、例えば、仮設住宅に居住している子どもたちは、仮設住宅の狭さ故に、兄弟で一室に過ごし、十分に学習できる空間がないのが現状である。

そこで、岩手大学では、釜石市、宮古市、大槌町の要望を受けて、放課後の学習支援事業を始めた。これは、一つには、学生のボランティアを募り、上記3市町の中学3年生を対象に、教育委員会、NPO、「いわて高等教育コンソーシアム」のボランティア活動と連携して学習支援を実施したものである。具体的な実施日程等は以下の通りである(岩手大学, 2012)。

○釜石市

連携機関：釜石市教育委員会，NPOキッズドア  
 実施期間：平成23年12月25日（日）～27日（火），  
 平成24年1月5日（木）～7日（土），22日（日），29  
 日（日），2月5日（日），26日（日），3月4日（日），  
 18日（日）

実施場所：釜石市教育センター

対象生徒：釜石市立釜石中学校14名，釜石市立釜石東  
 中学校13名，釜石市立甲子中学校7名

学習支援ボランティア学生：延べ36名参加

○大槌町

連携機関：大槌町教育委員会，NPOカタリバ  
 実施期間：平成23年12月25日（日），27日（火）～29  
 日（木），平成24年1月5日（木）～8日（日），2月  
 19日（日）

実施場所：大槌町上町ふれあいセンター

対象生徒：大槌町立大槌中学校78名，大槌町立吉里吉  
 里中学校7名

学習支援ボランティア学生：延べ29名

○宮古市

連携機関：宮古市立田老第一中学校

実施期間：平成24年1月4日（水）～6日（金）

実施場所：宮古市立田老第一中学校

対象生徒：40名

学習支援ボランティア教員：延べ11名

学習支援ボランティア学生：延べ40名

二つには，春休みに仮設校舎で学べなかった小学生  
 に居場所を作るとともに，科学のおもしろさを伝える  
 ことを目的に，日本科学未来館・日本化学会が大槌町  
 で開催した「さわって遊べる展覧会」に岩手大学ブー  
 スとして参加した。具体的な実施日程等は以下の通り  
 である（岩手大学，2012）。

実施期間：平成24年3月18日（日）～20日（火）

実施場所：岩手県大槌町中央公民館

入場者：619名（保護者含み・3日間の総計）

ボランティア教員・職員：延べ50名

平成24年度は，釜石市と大槌町の要望を受けて，23  
 年度と同様に教育学部学生のボランティアを募り，学  
 習支援を行った。また，クラブ活動の支援も行った。  
 具体的な実施日程等は以下の通りである。なお，以下  
 は学習支援ボランティア一覧（岩手大学教育学部，  
 2012）より筆者が作成した。

○釜石市，大槌町

実施期間：平成24年8月4日（土）～12日（日），  
 8月17日（金）～19日（日），21日（火），22日（水），  
 24日（金）～27日（月），29日（水），31日（金）

対象生徒：釜石市内と大槌町内の中学3年生

学習支援ボランティア学生：延べ67名参加

○岩手県立高田高等学校

実施期間：平成24年6月7日（木），7月1日（日）

支援活動：吹奏楽部レッスン

学習支援ボランティア学生：延べ9名参加

○宮古市立田老第一中学校

実施期間：平成24年7月27日（金），7月31日（火），  
 8月7日（火）

支援活動：体育のクラブ活動

学習支援ボランティア学生：延べ9名参加

以上の学習支援活動に，学校心理士は連携しなかつた  
 のであるが，今後，こうした学習支援にこそ，学校  
 心理学を活かして学校心理士が活躍できるのではない  
 かと思われる。そのため，退職教員で学校心理士の有  
 資格者が学習支援を行えるような体制が必要なのでは  
 ないだろうか。

## 2. 中・長期の心理支援

中・長期の心理支援としては，地震・津波の恐怖体  
 験による心的外傷（トラウマ）からの回復を支援する  
 必要がある。学校心理士としては，精神科医と同等の  
 ことをする必要性はないが，子どもあるいは保護者か  
 ら，地震・津波の恐怖体験による心的外傷について相  
 談を受けた際に，基本的な対応はできなければならない。  
 また，他の教師から相談を受けた際にもコンサル  
 テーションができなければならない。

心的外傷（トラウマ）に対する心理療法としては，  
 トラウマに焦点を当てた認知行動療法が効果的とされ  
 ている。事実，American Academy of Child and  
 Adolescent Psychiatryは児童期のPTSDに対して，  
 Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapyを第  
 一選択肢として認めている（Wekerle et al., 2006）。

しかし，下山（2012）は，東京大学で開催された日  
 本森田療法学会での会長講演で，次のように述べてい  
 る。

「被災地では，トラウマ反応やPTSDの症状を示す  
 人々が数多く存在した。そのような反応や症状に対し  
 ては，認知行動療法の技法である暴露法の有効性が効

果研究によって実証されている。私自身も、ヨーロッパで有効性が実証されている『子どものトラウマからの回復を支援する認知行動療法プログラム』の日本版を作成し、それを用いて現地で支援することを試みた。しかし、それは受け入れられなかった。(中略) 認知行動療法については、いくらエビデンスがあっても、拒絶する傾向を示した。そのような支援は、個人にとっただけでなく、地域の集団にとっても侵襲的なものとして受け取られたからである。」

このことから分かるように、日本とは人種、民族、文化、宗教などの異なった欧米で、厳密な実験計画に基づいた研究でいくらエビデンスがあっても、それを地球の裏側の日本の、しかも保守的な三陸地方に導入しようとしても、拒絶されることは当然であるような気がする。例えて言えば、木に竹を接ぐようなものである。

一方で、日本森田療法学会は、災害対策委員会を設置して、2011年に岩手県宮古市、2012年に宮古市と釜石市で被災地支援を行っている(黒木、我妻、2011、黒木他、2012)。この場合、森田療法は被災地で受け入れられた。それは、日本で約90年前に開発され、それ以後、営々と発展してきた森田療法は、日本人にとっては至極自然なことを言っているものであり、文化的にまったく違和感はないことから当然であると考えられる。

このように学校心理士は、例えば森田療法のように現地に受け入れられる心理支援の方法を習得する必要があると思われる。

## V おわりに

これまで述べ来たった自然災害発生の際に学校心理士に必要なことをまとめると次のようになる。

### (1) 災害発生直後

○日本学校心理士会として、退職教員の活用などで人手を供給できる対策をとること。

○被災地の学校に勤務する学校心理士が、すぐさま心理支援を行えるように、サイコロジカル・ファーストエイドの基本をあらかじめ習得しておくこと。

### (2) 学校再開直後

○アンケートなどで要注となつた子どもとの面接を的確に行い、医療に繋げるように、あらかじめPTSDの症状をよく理解しておくこと。

○阪神・淡路モデルが適用できない東海・東南海・南海地震の被害が想定される地域では、学校心理士を養成して、各学校に配置しておくこと。

○東海・東南海・南海地震ばかりでなく首都直下地震でも、外部から支援に入るのではなく、学校内部に支援活動が可能な学校心理士を元々配置しておくこと。

○学校心理士が中心となって、心的外傷後成長が図られる防災教育、福祉教育、ボランティア教育を推進すること。

### (3) 中・長期的支援

○学習支援のために、退職教員で学校心理士の有資格者が学習支援を行えるような体制を整備すること。

○心理支援のために、学校心理士は、例えば森田療法のような現地に受け入れられる方法を習得すること。

## 文献

- アメリカ国立子どもトラウマティックストレス・ネットワーク、アメリカ国立PTSDセンター 兵庫県こころのケアセンター(訳)(2011). 災害時のこころのケア サイコロジカル・ファーストエイド実施の手引き 医学書院
- Calhoun, L. & Tedeschi, R. (Eds.) (2006). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. London: Lawrence Erlbaum Associates.
- 学校心理士資格認定委員会(2012). 学校心理士ガイドブック 第3版 風間書房
- 兵庫県教育委員会(2011). 災害を受けた子どもたちの心の理解とケア研修資料
- 岩手大学(2012). 小中学生放課後の学習支援事業 国立大学協会平成23年度震災復興・日本再生支援事業報告書
- 岩手大学教育学部(2012). 学習支援ボランティア一覧
- 岩手県教育委員会(2011a). 学校支援カウンセラー配置実施要項
- 岩手県教育委員会(2011b). 教職員向けこころのサポート研修会資料
- 岩手県教育委員会(2011c). 「こころのサポート授業2」心とからだの健康観察(19版, 31版)の集計結果について
- Kessler R, Sonnega A, Bromet E, Hughes M, Nelson C. (1995). *Posttraumatic stress disorder in the*



- National Comorbidity Survey*. Archives of General Psychiatry 52: 1048-1060.
- 神戸市教育委員会 (1996). 阪神・淡路大震災 神戸の教育の再生と創造への歩み 神戸市教育委員会
- 近藤卓 (2012). PTG心的外傷後成長—トラウマを超えて 金子書房
- 黒木俊秀・我妻則明 (2011). 東日本大震災の被災者支援における森田療法の役割 第29回日本森田療法学会プログラム・抄録集, 61.
- 黒木俊秀, 我妻則明, 三ヶ田智弘, 中村敬 (2012). 東日本大震災の被災者支援: 日本森田療法学会災害対策委員会報告 第30回日本森田療法学会プログラム・抄録集, 126.
- 文部科学省 (2011). 報道発表 東日本大震災への対応のための教職員の加配定数について
- 下山晴彦 (2012). 会長講演 日本の近代化と心理療法—認知行動療法, 森田療法, そして被災地支援
- 第30回日本森田療法学会プログラム・抄録集, 37.
- 高橋三郎, 大野裕, 染矢俊幸訳 (2003). DSM-IV-TR 精神疾患の診断・統計マニュアル 医学書院
- 高橋知己 (2011a). 被災地の現状報告 日本学校心理士会北東北支部研修会
- 高橋知己 (2011b). 子どもたちによる子どもたちへの復興支援の実践—復興教育の一つのかたち—日本学校心理士会年報, 4, 145-154.
- van Emmerik AAP, Kamphuis JH, Hulsbosch AH, Emmelkamp PMG (2002). *Single session debriefing after psychological trauma: a meta-analysis*. Lancet, 360, 766-771.
- Wekerle, C., Miller, A. L., Wolfe D. A., Spindel, C. B. (2006). *Childhood Maltreatment, Advances in Psychotherapy Evidence-Based Practice*. Cambridge, MA: Hogrefe & Huber Publishers.

### **The Matters that School Psychologists Need to Help Students in Natural Disaster Stricken Areas to Prepare for Earthquakes that Directly Hit Tokyo Area, and Tokai, Tonankai, and Nankai Areas**

Noriaki AZUMA (*Faculty of Education, Iwate University*)

Based on the experience of two years from the Great East Japan Earthquake, I divided the two years into three phases: immediately after the earthquake, immediately after schools started again and the medium and long-term help. I studied the matters that school psychologists need at each phase.

Phase 1: immediately after the earthquake

a. The Japanese Association of School Psychologists prepares necessary human resource such as retired teachers to help the stricken areas.

b. School psychologists learn the basics of Psychological First Aid.

Phase 2: immediately after schools started again

a. School psychologists learn the symptoms of PTSD in order to identify students who need medical care.

b. School psychologists are placed at each school in the areas where the model of Han-Shin Awaji Earthquake has not been adopted.

c. School psychologists are placed inside the schools.

d. School psychologists promote education for protection against disasters, welfare and volunteerism to facilitate post traumatic growth.

Phase 3: medium and long-term help

a. The Japanese Association of School Psychologists sets up a system in which retired teachers with school psychologist license can help students with learning needs.

b. School psychologists learn therapies such as Morita therapy that can be applied in the stricken areas.

**Keywords :** School psychologists, Great East Japan Earthquake, Earthquake that Directly Hits Tokyo Area, Tokai, Tonankai and Nankai Earthquake

(2013年1月21日受稿 : 2013年2月17日受理)