

震災による幼児のストレス反応 (II) ～保護者の動揺と幼児のストレス反応に関する考察～

大野 雄子 吉村 真理子

Stress reaction in small children caused by
the Great East Japan Earthquake disaster (II)

Yuko OHNO Mariko YOSHIMURA

本稿は、震災後の幼児の心身の変化と、それに影響を与えた環境要因に注目した。特に被災状況と保護者の動揺の有無が幼児の示したストレス反応にどのような影響を与えたかについて調べた。それによると幼児には被災状況に加えて保護者の動揺がストレスサーとなり、心身に影響を及ぼす可能性が高いことがわかった。また、幼児のストレス反応は、退行、過覚醒、身体化等が挙げられている(吉村・大野2012)。これらの反応は、保護者に向けて表出される場合が多く、保護者のストレスは相乗的に作用し、新たな動揺を生む。親子間でストレスの悪循環という二次的な被害が生ずる。よって、保護者に対する早期の心理教育的介入が有効であることを指摘した。

I. 問題と目的

未曾有の震災後の幼児のトラウマ反応については、『震災後の幼児のストレス反応 (I)』(2012) に述べた。しかし、幼児を取り巻くストレス要因はそればかりではない。日常生活の変化はその大きな要因の一つといえよう。住居が変わることや幼児が目にする大人の不安を呈した姿は、幼児にとっての安心・安全の喪失体験となり、環境要因からの二次的な被害として幼児の心の変化に影響することが考えられる。

本稿は、家屋の倒壊等被災の状況と保護者の動揺を取り上げ、これらが幼児に影響を与えるであろうと想定し、その関係性について探ることを目的とする。

II. 方法

調査の方法は、『震災後の幼児のストレス反応 (I)』(2012) と同様に「子どものこころとからだのアンケート(幼児用)」を用いた。その中に示された(項目Ⅲ) 保護者の動揺と(項目Ⅳ) 幼児のストレス反応の結果の関係性を分析した。分析の方法は、以下の通りである。

1. アンケート回答結果を「被害にあった時に保護者が動揺した群」と「変わらなかった（動揺しなかった）群」に分類し、親の動揺の有無と幼児のストレス反応について t 検定を行う。
2. 震災による家屋の倒壊等被害の有無と保護者の動揺の有無より4つの群に分け、幼児のストレス反応について一元配置の分散分析、Tukeyによる多重比較を行う。

Ⅲ. 結果

1. 保護者の動揺の有無と幼児のストレス反応

幼児のストレス反応について、被害後に「保護者が動揺した群」と「変わらなかった群」において尺度得点の群間差を見るために t 検定を行った。その結果「1. 心配でおちつかない」「2. むしゃくしゃしたり、いらいらしたり、かっとしたりするようになった」「3. 眠れなかったり夜泣きがある」「8. 地震のことが頭から離れないようだ」「11. 落ち着きがなく、他動である」「13. 頭やおなか痛くなる」「15. 幼稚園や保育園に行きたがらない」「17. 遊びが変わった」「18. 少しのことで泣くようになった」の項目において0.001%水準で有意であり（Table 1）、また、「14. 食欲がない」の項目では0.01%水準で有意差が見られた。「4. 小さな音にびくっとする」「6. ふいにこのことを思い出し話すことがある」「7. 母親（身近な人）から離れない」の項目については0.05%水準で、「5. 怖い夢を見ているようだ」「9. 怖くて一人でいられない」については、0.1%水準で有意差が見られた。以上より19項目中15項目において震災直後に動揺をした親は、動揺しなかった親に比べ、幼児のストレス反応が有意に高いと認識していることが分かった。

Table 1 保護者の動揺の有無と幼児のストレス反応 t検定結果

	動揺した (n=253)	動揺しなかった (n=16)	t値
1. 心配でおちつかない	1.38 (0.67)	1.06 (0.25)	4.33*** 動揺した>動揺しなかった
2. むしゃくしゃしたり、いらいらしたり、かっとしたりするようになった	1.16 (0.46)	1.00 (0.00)	5.66*** 動揺した>動揺しなかった
3. 眠れなかったり夜泣きがある	1.20 (0.53)	1.00 (0.00)	5.88*** 動揺した>動揺しなかった

震災による幼児のストレス反応(Ⅱ)～保護者の動揺と幼児のストレス反応に関する考察～

4. 小さな音にびくっとする	1.61 (0.85)	1.25 (0.58)	2.36* 動揺した>動揺しなかった
5. 怖い夢を見ているようだ	1.20 (0.49)	1.06 (0.25)	1.94† 動揺した>動揺しなかった
6. ふいにこのことを思い出 し、話すことがある	1.73 (0.75)	1.27 (0.46)	3.60* 動揺した>動揺しなかった
7. 母親(身近な人)から離れ ない	1.55 (0.85)	1.13 (0.50)	3.14* 動揺した>動揺しなかった
8. 地震のことが頭から離れ ないようだ	1.63 (0.82)	1.06 (0.25)	7.05*** 動揺した>動揺しなかった
9. 怖くて一人でいられない	1.54 (0.84)	1.13 (0.50)	3.07† 動揺した>動揺しなかった
11. 落ち着きがなく、他動で ある	1.18 (0.46)	1.00 (0.00)	6.08*** 動揺した>動揺しなかった
13. 頭やおなか痛くなる	1.09 (0.34)	1.00 (0.00)	4.27*** 動揺した>動揺しなかった
14. 食欲がない	1.04 (0.20)	1.00 (0.00)	3.22** 動揺した>動揺しなかった
15. 幼稚園や保育園に行きた がらない	1.15 (0.40)	1.00 (0.00)	5.97*** 動揺した>動揺しなかった
17. 遊びが変わった	1.08 (0.33)	1.00 (0.00)	4.01*** 動揺した>動揺しなかった
18. 少しのことで泣くように なった	1.25 (0.61)	1.00 (0.00)	6.60*** 動揺した>動揺しなかった

() 内は標準偏差 † p<.10, * p<.05, ** p<.01, *** p<.001

2. 震災被害の有無と保護者の動揺の有無が幼児に及ぼす影響

震災による家屋の倒壊など被害の有無と保護者の動揺の有無より4つの群に分け、幼児のストレス反応について一元配置の分散分析を行った結果、有意なF値が得られたので、Tukeyの多重比較を行った。その結果、「6. ふいにこのことを思い出し、話すことがある」の項目については0.01%水準、「8. 地震のことが頭から離れないようだ」「18. 少しのことで泣くようになった」の項目については0.05%水準、「2. むしゃくしゃしたり、いらいらしたり、かっとしたりするようになった」「4. 小さな音にびくっとする」の項目については0.1%水準で有意差が見られ、幼児のストレス反応への親の認知は、被害にあったか否かが関連している。一方で、数値に注目すると、概ね「被害なし、動揺なし」「被害あり、動揺なし」「被害なし、動揺あり」「被害あり、動揺あり」の順となっており、被害にあったか否かに加え、親の動揺があったか否かが関連していることが考えられた。尚、この分析に関しては、各カテゴリーの人数分布にかなりの偏りがあるため、資料のみにとどめることとする。

Table 2 被害の有無、親の動揺の有無と幼児のストレス反応

	群1 (n=11)	群2 (n=145)	群3 (n=5)	群4 (n=108)	F 値	多重比較 結 果
2. むしゃくしゃしたり、いらいらしたり、かっとしたりするようになった	1.00 (0.00)	1.11 (0.38)	1.00 (0.00)	1.23 (0.54)	2.24 †	4 > 2
4. 小さな音にびくっとする	1.18 (0.60)	1.52 (0.74)	1.40 (0.55)	1.73 (0.96)	2.45 †	4 > 1・2
6. ふいにこのことを思い出し、話すことがある	1.30 (0.48)	1.63 (0.70)	1.20 (0.45)	1.85 (0.80)	3.80**	4 > 1・2
8. 地震のことが頭から離れないようだ	1.00 (0.00)	1.52 (0.75)	1.20 (0.45)	1.79 (0.89)	2.91*	4 > 2 > 1
18. 少しのことで泣くようになった	1.00 (0.00)	1.18 (0.52)	1.00 (0.00)	1.35 (0.70)	2.61*	4 > 2

() 内は標準偏差 † $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$

※群1・・・被害なし、動揺なし 群2・・・被害なし、動揺あり

群3・・・被害あり、動揺なし 群4・・・被害あり、動揺あり

Ⅳ. 考察

1. 親子間のストレスの悪循環

幼児のストレス反応は、退行、過覚醒、身体化等として現れる(吉村・大野 2012)が、日常に共に多くの時間を過ごす母親に向けられ表出される場合が多い。母親は、震災被害や余震に対する不安に加え、幼児の日常と異なる反応に困難を極めることとなろう。ベネッセ次世代育成研究所の調べによれば、「東日本大震災後乳幼児を持つ母親(首都圏/首都圏・東北以外)で「子どもが煩わしくてイライラしてしまうこと」が「よくある」「時々ある」と答えた人は7割に達するとされている。また、同誌によれば、「子どもの言動の変化について首都圏の母親に尋ねると、震災後2週間に母親に甘えることが増えたのは0～2歳児の32%, 3～5歳児の41%。震災2カ月後でも0～2歳児の31%, 3～5歳児の26%は甘えが続いた」としている。(毎日新聞2011.9.11)

ここから考えられることは、保護者の動揺や不安は、子どものストレス反応につながり、その子どもの行動が、さらに保護者(母親)のストレスとなるという悪循環が成立することである(Fig1)。

2. 早期の心理教育的支援の重要性

幼児が示したストレス反応は、異常な状況における正常な反応である。今回の震災のような大きな恐怖を経験した後、子どもに想定できる容態を伝え、保護者が早期に理解したうえで幼児に接することがストレスの悪循環を未然に防ぐ手だてと言えよう。

緊急支援のあり方は、状況や子どもの年齢により、様々であろう。しかし、幼児を対象とする文献は少なく、今回緊急支援として幼稚園に伺うにあたり、対象を幼児とするか、保護者とするかということは、大きな課題であった。幼稚園の園長をはじめ、先生方と打ち合わせることにより、ニーズを知り、状況アセスメントを行い、いつどのような方法で誰を対象に介入をすべきかを決定することは言うまでも無い。今回は、相談の結果、保護者に対する心理教育的支援を行うことができたことは、大変意義深かった。

結論として、幼児に対する緊急支援の中心は園へのコンサルテーションと保護者支援ということになる。そして、幼児ということを考え、表現手段が発達していくことも考慮に入れ、支援者は長期的な構えを持つことが重要といえる。

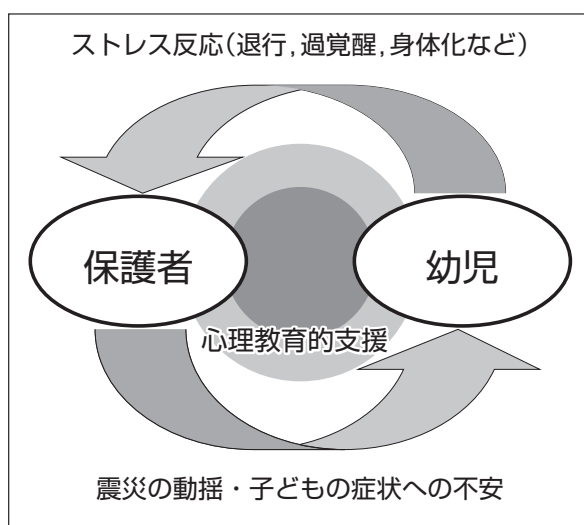


Fig1 幼児と保護者間のストレスの悪循環と介入

【引用文献】

1. 毎日新聞2011.9.11 東日本大震災:「子ども煩わしい」7割 母親対象に影響調査

【参考文献】

1. 服部祥子 山田富美雄 1999 阪神・淡路大震災と子どもの心身 災害・トラウマ・ストレス 名古屋大学出版会
2. ピーター・リヴァン マギー・クライン (訳) 浅井咲子2010 子どものトラウマ・セラピー 雲母書房
3. 大野太郎 高元伊智郎 山田富美雄(編) 2002 ストレスマネジメント・テキスト 東山書房
4. 大野太郎(編) 2003 ストレスマネジメント フォーキッズ小学生用 東山書房
5. 杉村省吾 本多修 富永良喜 高橋哲(編) 2009 トラウマとPTSDの心理援助 心の傷に寄り添って 金剛出版
6. 吉村真理子 大野雄子 2012 震災による幼児のストレス反応(I) 千葉敬愛短期大学紀要 第34号