

# 臨床心理学者にとって「災害」とは何か

鶴田 一郎

(広島国際大学心理科学部臨床心理学科)

**【要旨】** 本研究では、これまでの先行研究から今後の災害カウンセリング(Counseling of Disaster)に有用であると思われる知見を再検討していくことによって、災害カウンセリングの実践を開始する日に備えておくことを第一の目的とする。また更に、この一連の研究が将来に再び起こるかもしれない新たな災害を乗り越える際の一つの踏み石となってくれることを切に希望する。これを第二の目的とする。なお、本研究は、一連の災害カウンセリング研究の初回として、臨床心理学者にとって「災害」とは何か、の検討を行う。その際、まず「災害」とは何かについて概念規定と分類を行った上で、次に「災害」の視点から「心理学」を再考し、最後に「災害」に対する臨床心理学者のあり方について考察しまとめとする。

## I. はじめに—問題の所在—

2011年3月11日、東日本大震災が起こった。震災後しばらくして津波に呑みこまれる沿岸部の様子がテレビの画面に繰り返し映し出された。その光景を見ながら筆者は素朴に「何か自分にできないか」と思った。しかし、何もできない自分がいた。その後、断続的に余震が長く続いた。それに原子力発電所の事故が追い討ちをかけた。災害に対して人間や人間が造った物など無力であるように感じられた。

そのような時、同僚の方の御家族が被災されたことを知った。その人に「何かお手伝いはできないか」と尋ねると、その人は「もう少し後に、先生(筆者)に臨床心理士として手伝ってもらう時が来るかもしれない」と答えられた。その言葉で目が覚めた。筆者は「そうだ。その時まで、なるべく急いで、しかし、じっくりと勉強しておこう」と思った。そして、「災害カウンセリング」(Counseling of Disaster)の勉強を開始した。

したがって、本研究では、これまでの先行研究から今後の災害カウンセリングに有用であると思われる知見を再検討していくことによって、実践を開始する日に備えておくことを第一の目的とする。また更に、この一連の研究が将来に再び起こるかもしれない新たな災害を乗り越える際の一つの踏み石となってくれることを切に希望する。これを第二の目的としたい。

なお、本研究は、一連の研究の初回として、臨床心理学者にとって「災害」とは何か、の検討を行う。その際、まず「災害」とは何かについて概念規定と分類を行った上で、次に「災害」の視点から「心理学」を再考し、最後に「災害」に対する臨床心理学者のあり方について考察しまとめとする。

## II. 「災害」とは何か一定義と分類

WHO[世界保健機関: World Health Organization](1995)では、災害とは「生態上および心理社会的側面における重篤な崩壊であり、影響を受けたコミュニティの対処能力を遥かに超えるものである」(p.3)と定義されている。

一方、災害因と地域環境との関係による災害発生の機序の視点から「災害」を定義するならば、次のようになる(広瀬 2004, pp.26-29)。まず、地震・火山の噴火・津波・台風など、いわゆる災害因が生じて地域環境に影響を与える。もし、その影響が地域環境に変化をもたらすほどのものでなければ、災害因はあっても、災害は起こらない。しかし、それが地域環境に広範な損害・被害をもたらす場合、災害となる。つまり、災害になるかならないかは、個人・集団・社会システム・インフラストラクチャーの外部環境変化への頑健性と適応性に左右される。それらが頑健・適応的であれば、災害は起こらないか、軽微な災害で済む。しかし、それらが脆弱・不適応的であれば、災害が起こるのである。

次に災害の分類だが、WHO(1995)では「自然災害: 地震、洪水、サイクロン、ハリケーン、トルネード、崖崩れ、火山噴火、干ばつ。人的災害: 毒物や化学物質による中毒事故、放射能事故、ダムの崩壊、交通機関の事故などの技術的災害」(p.5)と述べられている。

全米被害者援助機構(National Organization for Victim Assistance)の訓練マニュアルでは、上の分類に「産業技術災害」が加えられているが、上の分類では「人的災害」に分類されているものを「産業技術災害」と呼んでおり、「人的災害」には戦争や犯罪などが分類されている。すなわち「自然災害(地震、津波、洪水、噴火、地滑り、雪崩など)、産業技術災害(原発事故、陸・海・空の交通事故、工場爆発、ビル崩壊、空気・水の汚染など)、人的災害(戦争、殺人・傷害などの犯罪、ホロコースト、薬害、虐待、レイプ、いじめなど)」(村本 1995, p.178)となっている。

更に田畑(1995)では、災害の定義と分類を包摂させて次のような表を提示している(表 1)。

表 1 わが国における PTSD の発生源となる事件・事故・災害(田畑 1995, p.191)

| 生活空間<br>引き金 | 家 庭  | 学 校   | 職 場                                  | コミュニティ・<br>地域社会   | 国 際 間<br>(異文化間)  |
|-------------|--|---|--------------------------------------|---|--|
| 人 為 的       | 家庭内暴力<br>(親による児童虐待)<br>(老人への虐待)<br>(子どもから親への暴力)<br>(夫婦間の暴力)<br>家族員の突然死<br>単身赴任 | いじめられ<br>(級友によるリンチ、拷問)<br>教師による体罰<br>(過度の校則・罰則) | 超過勤務による過<br>労<br>労働災害事故<br>(爆発・落下など) | 幼児誘拐・婦女暴<br>行・レイプ<br>交通事故(自動車、<br>地下鉄、電車、航<br>空機、ヘリコプタ<br>ー、船舶、ヨット<br>など) | 戦争(戦闘員、非戦闘員、難<br>民を含む)<br>ハイジャック・人質<br>国外追放<br>テロリズム・大量虐殺・拷<br>問・不法軟禁・拘束・人体<br>実験・リンチ<br>原油流出・付着<br>(食料・飲料水・医薬品不足) |
|             |  |   | セクシュアル・ハ<br>ラスメント                    | 無差別殺人・サリ<br>ン事件・大量虐殺<br>“村八分”   |  |

|      |   |  |  |  |
|------|---|--|--|--|
|      |   |  |  | エイズ<br>工事事故(原発事故を含む)<br>暴力団の抗争<br>公害による汚染                              |
| 自然災害 | 火災<br>盗難・強盗侵入<br>(泥棒侵入)<br>地震<br>火山噴火<br>(火砕流を含む)<br>台風<br>(洪水・高潮を含む)<br>落雷 | 火災<br><br>地震<br>火山噴火<br>(火砕流を含む)<br>台風<br>(洪水・高潮を含む)<br>落雷 | 火災<br><br>地震<br>火山噴火<br>(火砕流を含む)<br>台風<br>(洪水・高潮を含む)<br>落雷 | 火災<br>地震(津波を含む)<br>火山噴火<br>(火砕流を含む)<br>台風<br>(洪水・高潮を含む)<br>落雷<br>自然発火災 |

上の表1は、引き金(人為的か自然災害か)×生活空間(家庭、学校、職場、コミュニティ・地域社会、国際間・異文化間)でマトリックスを構成している点が特に有用である。

### III. 「災害」の視点からの心理学再考

災害は文字通り危機(crisis)であり、人間の心と身体を含むあらゆる領域に深刻で甚大な被害をもたらすが、心理学者にとっては「心理学とは何か」「心理学には何ができて何ができないか」「心理学者として如何に生きるか」などの自己検討を促されるという側面もあり、それが、その心理学者自らのアイデンティティの転換点となることもあるだろう。ここでは村本(1995)の見解を叩き台にして、「災害」の視点から心理学を再考する。

#### 1. 「災害はトータル(全体的)な、ホリスティックな人間理解を求める」(村本 1995,p.179)

災害は「人間の本質(human nature)について」まず第一に再考させる。人間の本質については、主体性・独自性・創造性・歴史性・社会性・超越性・意味性の七つの側面が含まれると考えられるが、伊藤(1996,p.127)によれば、人間の本質を一言で言うならば、これらの側面を統合した「全体的存在」(holistic existence)であるという。

それでは、どのように、上の七つの側面を「全体的存在」の次元まで「統合」できるだろうか。人間存在を考えていく場合、ひとつの視点として「自分自身との関係」「自分と時間・空間との関係」から考えるこ

とができるだろう。なぜなら、人間は「今(時間)、ここで(空間)、この私(自分)」ということを生存の起点にしているからである。

自分自身との関係、ほかならぬ「この私」との関係は、自分の人生の中で、自分が考える、自分が行なうという「主体性」、自分としての存在の「独自性」、自分なりに生きる「創造性」という点に関わっている。さらに「この私」は有限な存在でありながらも、その「超越性」のため、自分の人生の中で、自己をのり越え、自分を成長させている存在である。

一方、自分と時間・空間との関係は、まず時間は「今」を基点にして過去や未来ともつながっている。それは人間が「歴史性」を担った存在だからである。また空間との関係は「ここで」を基点して、自分の家族・友人・学校・職場・近隣社会・母国・諸外国・自然・地球・宇宙とつながっている。それは人間が「社会性」を担った存在だからである。そして、これらが「この私」との関係を基点にする以上、葛藤・矛盾・確執などの「人間性の逆説」を含みながらも、その人が生きる「意味性」にもつながっている。

そして以上を統合する概念として「全体的存在」(holistic existence)ということが挙げられるが、「全体的」(holistic)は全体論(holism)の形容詞であり、本来「全体論的」と訳されるべきものであろう。全体論的(holistic)とは、心理学的に言う場合、人間の心は部分の寄せ集めではなく、はじめからひとつの全体としてまとまった構造と機能を有していると考えを指している。したがって、上述の人間の本質に含まれていて側面である「主体性」「独自性」「創造性」「歴史性」「社会性」「超越性」「意味性」ということも、バラバラに把握されるのではなく、また抽象論のレベルではなく、一人の具体的人間を通して「全体論的(ホリスティック)」に把握される必要があるのである。

2. 「全体性ということで研究対象の全体性だけが問題になっているのではなく、研究主体の全体性、そして、対象と主体の関係自体の全体性も問題になっている」(村本 1995,p.180)。

この点については「主体」と「主観」すなわち subject の問題から考察したい。アメリカ合衆国の精神分析(psychoanalysis)界は、1970年代から現在の2010年代に向って、かつての「ワン・パーソン・モデル」(one-person model)から「ツー・パーソン・モデル」(two-person model)への移行期にある。

ワン・パーソン・モデルとは、分析者(カウンセラー)とは切り離された「客体」(三人称の対象)として患者(クライアント)の心の一つの独立した実体であると見做し、それに対して「分析治療」を行なうというものである。その前提となるのは「患者(クライアント)の心は可知である」という考え方である。従って心の変容は患者(クライアント)のみに起こるとする。

しかし、その一方で「患者(クライアント)の心は不可知である」との前提に立つ精神分析家からは、患者(クライアント)と分析者(カウンセラー)のお互いが「主体」=「全体的存在」としてかかわる相互作用、つまり「二人称のかかわり」にこそ焦点を当てるべきであるとするツー・パーソン・モデルが提唱されている。これでは、相手とのかかわりによって、心の変容は、患者(クライアント)・分析者(カウンセラー)双方に起こるとされる。

木村(1994)は精神病理学の立場から、subject を「主体」「主観」と日本語に翻訳する際のニュアンスの差を次のように述べている。「何らかの判断を『主観的』と見るか『主体的』と見るかは、判断するという事態をどの角度から見るかによって変わってくる。判断の対象から距離をとって、対象を向こうに置いて、対象に巻き込まれない態度でこれを判断しようとする立場に立てば、同じ対象を同じような態度で見ている多くの人たちの判断と違った独自の判断は『主観的』と言われることになるだろう。ところがそれとは違って、状況に密着して状況といっしょに動き、状況の変化に参加する立場から、そこで何らかの行動を起こす判断を下した場合、それが多くの人たちの判断と違っていても、それはむしろ『主体的』と呼ばれることになるだろう」(pp.26-27)。

文中の「判断の対象から距離をとって、対象を向こうに置いて、対象に巻き込まれない態度でこれを判断しようとする立場」これがすなわち「ワン・パーソン・モデル」と言えよう。一方、「ツー・パーソン・モデル」では、お互いが独自の経験世界をもつ「主体」=「全体的存在」としてかわり、相互に自らの独自の考え・感情・思い、すなわち「主観」を開示し合うクライアント・カウンセラー関係に力点が置かれているのである。

3. 「他の人々と同様に自分をもどこからか襲ってくる災害は心理学者に、ハイデッガーの用語を使えば、存在への問い(Seinsfrage)が心理学の故郷であったことを思い出させる」(村本 1995,p.180)。

哲学者の渡邊(1998,pp.298-301)は、意味は「自己への問い」であり、それは裏腹にいつも「無意味」の影を背負うのである、つまり、私たちは「意味と無意味の葛藤」にいつも晒されている存在だと考えられるのであり、その理由として「没意味」「超意味」「逆意味」「非意味」という点を指摘できる、と述べている。

第一に「没意味」とは、この世に生を享けた意味を考えるにしても、そもそもこの生は自分たちの意志によって始められたものではないということである。気がついたときは存在していたのであり、この世界に投げ出され、「涙の谷を歩む」(詩篇 84 編 7 節)存在になったのである。

第二に「超意味」とは、私たちの生存は有限であり、やがて、どこへ行くのか不明のまま、死に晒されて朽ち果てていくのである。つまり如何に己の意味を打ちたてようとしても、自分自身の最期は見届けられない。自己の存在はそれに追い越されていくのである。

第三に「逆意味」とは、人間は自分以外の他者や事象に取り囲まれ、それらと交わりつつ、どうにか折り合いを付けて、自分なりの意味の世界を構築しようとするのだが、その間には、つながりや協調、調和の世界が築かれるばかりではなく、分断や対立や矛盾、確執に悩むこともあるのである。

第四に「非意味」だが、私たちは、時間(今)と空間(ここで)を基点として、自らの人生を歩んでいくのであるが、自己を連続的に創造していく過程では、容易には「自己同一性」(self-identity)を保ち得ず、多様に異なった自己の姿に悩み、自己が分裂して、自分という存在が解体してしまうような危機にも晒される。

以上のような人間存在に関する「意味と無意味の葛藤」に、甚大強烈な災害に遭遇した者は、容易に陥

る可能性がある。しかし、にもかかわらず、そのような被災体験が、却って、他ならぬ「私」＝「自己」は、やはり生きる意味を強く求めざるを得ない人間存在であることに、心理学者自身が再び気づかせる契機になる場合もあるのである。

4. 「災害は人生における否定的なもの(the negative)に対するものの見方、関わり方を変えさせる力を持っているようである」(村本 1995,p.181)。

全体論(holism)の語源はギリシャ語の「ホロス(holos/全体)」という言葉であり、これは同時に、全体(whole)、健康(health)、癒す(heal)、神聖な(holy)などの言葉の語源でもある。この言葉から受けるイメージは「主体性」「独自性」「創造性」「歴史性」「社会性」「超越性」「意味性」といった人間性の肯定面ばかりに焦点が当てられている印象を受ける。しかし、人間性は逆説に満ちており、「主体性」に対しては「非主体性」が、「独自性」に対しては「非独自性」が、「創造性」に対しては「非創造性」が、「歴史性」に対しては「反歴史性」が、「社会性」に対しては「反社会性・非社会性」が、「超越性」に対しては「非超越性」が、「意味性」に対しては「無意味性」が、その表裏一体に潜んでいる。人間性には、肯定的側面と共に否定的側面も必ず含まれているのである。したがって「人間は全体的存在である」という場合の「全体性」にも、肯定的側面(「人間的」と呼ばれる側面)と共に否定的側面(「非人間的」と呼ばれる側面)も含まれている。

これはクライアントにだけ当てはまることではなく、心理学者であるカウンセラーもまたそのような人間としての「有限性」「逆説性」を背負った存在なのである。カウンセラー自身が、この人間性の「有限性」「逆説性」を自覚し、自らの弱さ・無力さを知り、謙虚に、そして真摯にクライアントとかわらない限り、クライアントとの間に「受容しあう関係」「共感しあう関係」「癒し癒される関係」が築けるわけがない。また逆にクライアント側で自身が持つ人間としての「強さ」「健常性」の部分への気づきがない場合、自分自身を肯定的方向に進ませる「治癒への力動」が起こり得ないのである。

しかし、それはカウンセリングの実践者・カウンセリング心理学の研究者である者の立場からすれば、水島(1989)が述べるように『「人間的」であることを自負する実践や研究もそれが幅をきかせてくれば、必ず非人間化する宿命を持ってしまう』(p.20)という逆説に身を晒し耐え抜く姿から浮かび上がるものであろう。ひとりひとりの具体的な人生において、それぞれの人は、自分の弱さ、生きることの大変さ、孤独、悲哀、苦悩、絶望そして死といったことに無縁では生きられない。しかし、カウンセラーが自分自身のそれを心から受け容れ、また同じ有限性を背負うクライアントと共にどうにか前に進もうとする時、私たちの「弱さ」が、むしろ共に生きようとする「強さ」に変わるのである。

5. 人間性心理学は「何よりも主観性、体験を重視し、『此处、今(here and now)』という直接性(immediacy)を大切にしてきた。しかし、災害はこのような直接性の心理学の限界を露呈させてきたのではないだろうか」(村本 1995, p.182)。

村本(1995)が例に挙げるように「被災地から遠く離れている者は、テレビが伝える被災地の映像を見な

がら、here and now のもどかしさ、無力さ、無意味さを感じた」(p.182)と言うが、その無力感は筆者も同様に感じたものだった。

しかし、それを超克する概念として「スピリチュアリティの覚醒」(awareness of spirituality)ということ挙げたい。このスピリチュアリティの覚醒に志向し始めた人は「文字通り、マイペースで『生』の充実感を味わう」(伊藤 1997, p.34)という。言い換えれば、それは「生きていることの喜びを実感するとともに、生きがいある人生を築きつつ、かつ他に尽くすという責任感をもって実践している姿」(伊藤 1995, p.69)である。

これは換言すれば、人間と人間、人間と自然・世界・宇宙、人間と超越存在などは、時空の制約を越えて、「こころ」(spirit)で、すべてつながっており、この「こころ」に目覚めることで、直接的にかかわっている人々だけではなく、世界中の現在に存在している人々のみならず、過去に存在していた人々、未来に存在する人々とまで、連帯が可能になるのである。このような視野の広がりには「私が心理学者として生きる意味」のみならず「私が一人の人間として生きる意味」をも賦活し、少々のことでは折れない強固な動機付けに支えられた新たな生き方に目を開かれるのである。

#### IV. 「災害」に対応する臨床心理学者のあり方

筒井(1995, pp.213-216)では、自身の長野市での地附山地滑り災害での被災体験を基にして、「災害」に対応する臨床心理学者(臨床心理士)のあり方を次の九点にまとめている。

1. 臨床心理士は自分の専門分野のみでなく、他の専門分野の人の言うことも理解し、他の人々の理解を増進することができること。
2. 臨床心理士は純粹、率直、要するに素直であって、嘘をつかないこと。
3. 災害が起り、進行中の時には、臨床心理士は自分自身に落ち着くよう声を掛けると共に、周りの人々に声を掛け、落ち着いて互いに助け合うようにすること。瞬間瞬間に変わる周囲の状況を的確に判断して、対応すること。
4. 避難所では人々が気持ちよく集団生活ができるように、悩める人の悩みをよく聴くこと、また、励ますこと。組織づくりをすること。正確な情報伝達をすることは心の安定のためにきわめて重要である。
5. 被災者としてはお見舞いしてくれる人は有り難いと同時に、うるさい迷惑でもある場合がある。見舞いをする人の心掛けることを書き出すとか、注意の呼びかけが必要で「災害時の状況と心理」とでもいうものを作って講義したり、できればトレーニングしておくといわれる。
6. 個人の人格構造とその人が受けた被害の程度にもよるが、精神的にひどく混乱する人と、それほどでもない人とがいる。それらの違いに対応するのは容易ではないが、できるだけ読んで実行する必要がある。案外、感情的に大きく反応する人がその後ケロリとして立ち直りが早い場合もあるし、表面的には強そうに見えて安心していた人が深刻に参っている場合もある。
7. 時間が経過するにつれて、被災者の会の各人の状況はそれぞれに変わってくる。意識のズレが生

じてくる。そのズレを伝えあうこと、できれば組織のリーダーは一步先にそのズレを感じとり、対応してゆくことが肝要である。

8. 高度工業化社会にわれわれは生きており、その意識が災害時の心理を考える時の障害になることがあるということを臨床心理士は自覚していること。
9. 臨床心理士は災害時に対応するばかりでなく普段から地域住民のネットワーク形成を心掛けるべきである。

さらに Gordon,R.,Wraith,R.(1990, p.573)では、臨床心理士を含む支援者の「処遇の方略」(strategies for treatment)について次の八点を挙げている(但し日本語訳は田畑 1995, p.192, p.193 を参照した)。

1. 聞くことをしないで、機会を聴いてとり上げよ(Don't expect what to hear ; listen and pick up opportunities.)。
2. 空想を同定し処理し、情報を与えよ。現実には常に空想よりも容易なのである(Identify and deal with fantasies and give information ; reality is always easier than fantasy.)。
3. 時間的展望を保て。そして統合を決して急ぐな(Keep the time perspective ; don't rush integration.)。
4. 子どもの共通の理解を伴うネットワークを創れ(Create a network with a common understanding of the child.)。
5. 予防的接近を採用せよ(Take a preventive approach.)。
6. 正常な見通しを維持せよ。しかし障害のサインは決して無視するな(Maintain the normal perspective, but do not ignore signs of disturbance.)。
7. 通常のルーティン、ネットワークおよび関係を支援せよ(Support normal routines, networks, and relationships.)。
8. 象徴と儀式(リチュアル)を通して意味を促進せよ(Promote meaning through symbols and ritual.)。

以上の見解は、単に災害時だけの臨床心理学者のあり方のみならず、臨床心理士その人の普段の生き方も問われていると言えるだろう。つまり、普段から、上のことそのままではないが、その骨子を、心に留め置きながら、心理臨床活動を行っていなければ、いざ災害となった時、十分に動けないと思うからである。これはいわば新渡戸稲造の言う自らの人生や生き方に対する「静かなる勇気」(calm courage)といった態度であろう。



## V. おわりに—まとめにかえて—

本研究では、災害カウンセリング研究のイントロダクションとして、臨床心理学者にとって災害とは何か、について検討した。その際、まず「災害」という言葉の概念規定と分類を行った上で、「災害」の視点から「心理学」を再考した。これらを踏まえて「災害」に対する臨床心理学者のあり方を最後にまとめた。

なお、今後の課題だが、今回は「災害カウンセリングとは何か」と題して、災害カウンセリングの概説を試みたいと考えている。

## 文 献

- Gordon,R., Wraith,R.(1990) “Responses of Children and Adolescents to Disaster” In  
Wilson,J.P.,Raphael,B.(edited)*International Handbook of Traumatic Stress Syndromes*, New  
York : Plenum Press, pp.561-575.
- 広瀬弘忠(2004)『人はなぜ逃げおくれるのか——災害の心理学』集英社。
- 伊藤隆二(1995)「臨床教育心理学の方法論的考察」『東洋大学文学部紀要』48, pp.49-81。
- 伊藤隆二(1996)「教育心理学の思想と方法の視座——『人間の本质と教育』の心理学を求めて」『教育心理学年報』35, pp.127-136。
- 伊藤隆二(1997)「現代の思想とこころの教育の研究——内からの覚醒を主題に」『中央学術  
研究所紀要』26, pp.26-48。
- 木村敏(1994)『心の病理を考える』岩波書店。
- 水島恵一(1989)『「人間的」とは』『人間性心理学研究』7, pp.16-20。
- 村本詔司(1995)「特集：災害と人間 特集を企画するにあたって——危機の心理学と心理学  
の危機」『人間性心理学研究』13(2), pp.178-185。
- 田畑治(1995)「PTSD——喪失と歴史」『人間性心理学研究』13(2), pp.186-195。
- 筒井健雄(1995)「新しい心理学あり方——心理学者の被災体験から考える」『人間性心理学  
研究』13(2), pp.211-217。
- WHO(1995)『災害のもたらす心理社会的影響——予防と危機管理』(中根允文・大塚俊弘  
訳)創造出版。
- 渡邊二郎(1998)『人生の哲学』放送大学教育振興会。

**謝 辞**：執筆にあたり、愛知学院大学の田畑治教授より貴重なアドバイスをいただきました。付記して謝意を表します。ありがとうございました。

