

書評 『トラウマケアと PTSD 予防のためのグループ表現セラピーと語りのちから

—国際連携専門家養成プログラム開発と苦労体験学の構築—』

井上孝代・いとうたけひこ・福本敬子・エイタン＝オレン編著、風間書房、2016年

水野修次郎（立正大学特任教授）

本書は国際 NGO イスラエイド(IsraAID)と JISP（日本イスラエル・サポート・プログラム）との国際連携活動で生まれた。国際連携活動は、3つのレベルで実施された。①東日本震災被害者に対する IsraAID の支援活動、②国際連携による支援者支援活動、③さらに援助専門家養成活動である。これに付け加えて、本書が記述するのは、この連携活動のテーマとともに援助者の「語り」に基づく「苦労学」というテーマである。苦労学とは、援助者が援助という体験を通じて何を学ぶかというテーマを追求する学問体系である。

目次を見るとわかるのであるが、3部構成になっている。

### 第1部 トラウマケアの今日的課題

震災被害者は言葉を失い、言語表現力が著しく衰える。これには言語脳の萎縮も関係する。イスラエルは、戦争体験などの長年のトラウマ治療に従事する経験から表現セラピーの必要性に気が付き大学院修士レベルの専門家を育成してきた。IsraAID は震災発生4日後には、すでに専門家チームを派遣していた。日本の集団主義文化や感情表現の乏しさという文化差を超えて、アートセラピー、ムーブメントセラピー、ドラマセラピー、ミュージックセラピー、ビブリオセラピー（読書療法）、グループ・ファシリテーションの専門家が派遣されて、震災被害地で活動した。一方、日本の心理士たちは表現セラピーの教育を受けていなくて、災害被害者への対応に模索を続けていた。特に、PTG(Posttraumatic growth)という心的外傷後成長という概念は当時にはなく、トラウマ体験のポジティブな側面を知らなかった。ここでは、表現セラピーの歴史や基本を解説して、さらに専門家育成プログラム開発について記述する。

第2部では、トラウマのケアと予防の実際について解説をする。イスラエルからの専門家が実施したワークショップの内容やプログラムが記載されている。これらのプログラムは日本の心理士にとって大変参考になる。というのは、アートセラピーの具体的な内容が解説されているのでトラウマケアの具体的な方法を知る貴重な参考となるからだ。この解説には大幅な紙面が使われているので読み応えがある。

第3部では、「語り」に基づく苦労体験学の構築について触れている。被災を体験した人がどのような体験をするのか、また、援助者がどのような体験をするのかという研究を構想する3つの論文によって第3部は構成されている。アミア・リーブリッヒ著のPTGに関連する論文は、ナラティブアプローチによるライフ・ヒストリー研究方法によって「東北の声」プロジェクトで収集した被災者の生な語りを分析する。レジリエンスの存在や「損なうこと」「取り戻すこと」の2つのストーリーの存在について解説する。

いとうたけひこ著の論文は、テキストマイニング法によって、「東北の声」プロジェクトで収集された14事例を分析する。死についての言及があるものとそれがない事例について

分析を進めると、「良い」というポジティブ単語が抽出されたことが特記される。

井上孝代著の論文は、援助体験学を構築する目的で書かれている。この論文で、援助者は援助を与えることで成長するのかを検証する。援助体験によって援助者は、①自己肯定感・自己効力感のレベルが向上する、②他者とのつながりとコミュニティ感覚、③人生の意味を発見する。本論文によって、3つのグループ、①被災者であり、職務（医師、教師）として援助活動をしている（6名）、②被災者で自発的な援助活動をする（4名）、③被災者であり、援助活動を行っていない（4名）、の3グループの経験が分析された。その結果、援助活動をした人のみに、セラピー効果が得られていることが判明した。職業を通して援助活動する人には、充実感・自己効力感が認められた、ボランティアヘルパーには、自己効力感、充実感、将来展望・希望へとつながっていた。

以上、本書の内容について解説をした。本書は、東日本震災の経験が援助者にどのような経験をもたらしたかを総合的に示してくれる貴重な書籍である。イスラエルというトラウマ治療の経験豊かな専門家から学び、日本という風土の中で実際に表現療法を実施して、そこから学んだ援助専門家がこの貴重な知と経験をどう生かしていくのが今後の課題となる。特に、PTGの研究の継続と、苦労体験学の発展にたいする期待は大きなものがある。本書は、東日本震災という体験によって生まれた、まさに苦労体験学の結実でもある。仮設住宅でカウンセリングやグループワークを実施した経験のある専門家は、グループワークや表現セラピーの必要性を実感していると思う。援助専門家あるいは被災体験者は、本書によって新しい生きたスキルと学問を得ることができるので、購読を薦める。