

資料1 「自然災害発生時に日本赤十字社から派遣された  
国際救援派遣要員のストレス分析」の調査への  
ご協力のお願い

研究者

齋藤和樹 日本赤十字秋田短期大学（臨床心理学）

前田 潤 室蘭工業大学（災害心理学）

災害時の救護の際に被災者に対する心のケアと救護者側のメンタルヘルスが最近話題となっています。

私たちは、自然災害発生時に海外で救援活動を経験された日本赤十字社の国際救援派遣要員の皆さんが体験されたストレスについて教えていただき、救援者側のメンタルヘルスについて考えていきたいと思っています。また、できれば救援者の皆さんのメンタルヘルスのお役に立つようなこととしていければと考えています。

2003年に私たちは「赤十字国際救援派遣要員のストレス要因分析」の調査研究を行いました。そこでは①派遣が決まってから出発まで、②現地に到着直後、③任務中、④帰国が決まって帰国するまで、⑤帰国してからの5つの時期に分けてどのようなストレスがあるかをお聞きしたところ、それぞれの時期に特徴的なストレスがみられると同時に、いくつかの時期にまたがって共通にみられるストレスがあることがわかりました。いくつかの時期に共通しているストレスは、「情報不足」「言葉・コミュニケーション」などの問題でした。さらに、ストレスへの対処については、帰国後の方が他の時期よりも有効な対処が行われていないという興味深い結果も得られました。

先の調査結果をふまえ、さらに研究を進めるために、今回は対象を「自然災害発生時の国際救援経験者」に限らせていただき、上記5つの時期のストレスの程度やストレス軽減のために周囲にしてもらいたい対応などについてお教えいただきたいと思います。そしてそれらのデータは、国際救援要員のメンタルヘルスのための体制作りを考える資料にもさせていただきますと思います。

この調査用紙は、日本赤十字社から派遣された自然災害発生時の国際救援経験者にお送りしています。お忙しいとは存じますが、ぜひ調査にご協力いただきたくお願い申し上げます。

本調査へのご回答は匿名でお願いいたします。本調査で得られたデータは、統計的に処理され、個人の特定はできないようになっています。また、データは研究目的および日本赤十字社への私たちからの提言というかたち以外で使用されることはありませんので、感じておられるまを率直にお答えいただければ幸いです。

複数回派遣された方は、その中でもっとも心理的負担が大きかったと思われる派遣をひとつ選んでお答えください。

返信には同封の返信用封筒をご使用のうえ、〇月×日までに郵送して下さい。

アンケート用紙と返信用封筒に回答者の住所・氏名等を書いていただく必要はありません。

なお、この調査研究は、日本赤十字秋田短期大学から共同研究費助成を得て行っています。また、研究の趣旨については、日本赤十字社にもご説明申し上げ、了解を得ております。

\* 以前同様の調査にご協力いただいた方も、お手数ですがまたご協力ください。

自然災害国際救援アンケート 2006

①.

以下の項目について、当てはまる番号に○印をつけてください。また、「具体的にお書きください」という項目には自由記述でお答え下さい。

あなたに当てはまるところを○で囲んでください。派遣期間は日数をお書きください。

性別：1. 男性 2. 女性

職種：1. 看護師（保健師・助産師） 2. 医師 3. 事務 4. 技師 5. その他

海外救援派遣経験回数：1. 1回 2. 2回 3. 3回 4. 4回 5. 5回以上

派遣期間：（ ）日間（これから回答しようとする派遣任務の期間を記入してください。）

あなたが主に一緒に働いたのは：1. 日赤のチーム 2. 海外の赤十字・赤新月社のメンバー

派遣時期：初動期・中期・撤収期（差し支えなければ派遣された時期を○印で囲んでください。）

I 海外派遣が決まってから出発するまでの間に感じたストレス（心身の負担や苦痛）を10段階評価で表すとしたらいくつですか。数字を○印で囲んでください。

ストレスが全くない 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ストレスが最も強い

この時期のストレス（心身の負担や苦痛）を軽減するために所属組織や上司・同僚・家族などからやってもらいたいこと（して欲しい対応）はどのようなことですか。具体的にお書きください。

II 現地に到着した直後の時期（1～2日間）に感じたストレス（心身の負担や苦痛）を10段階評価で表すとしたらいくつですか。数字を○印で囲んでください。

ストレスが全くない 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ストレスが最も強い

この時期のストレス（心身の負担や苦痛）を軽減するために所属組織や上司・同僚・家族などからやってもらいたいこと（して欲しい対応）はどのようなことですか。具体的にお書きください。

- Ⅲ 現地での任務中に感じたストレス（心身の負担や苦痛）を10段階評価で表すとしたらいくつですか。数字を○印で囲んでください。

ストレスが全くない 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ストレスが最も強い

この時期のストレス（心身の負担や苦痛）を軽減するために所属組織や上司・同僚・家族などからやってもらいたいこと（して欲しい対応）はどのようなことですか。具体的にお書きください。

- Ⅳ 現地を離れることになってから帰国するまでの間に感じたストレス（心身の負担や苦痛）を10段階評価で表すとしたらいくつですか。数字を○印で囲んでください。

ストレスが全くない 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ストレスが最も強い

この時期のストレスを軽減するために所属組織や上司・同僚・家族などからやってもらいたいこと（して欲しい対応）はどのようなことですか。具体的にお書きください。

- Ⅴ 帰国後や職場に復帰してからのストレス（心身の負担や苦痛）を10段階評価で表すとしたらいくつですか。数字を○印で囲んでください。

ストレスが全くない 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ストレスが最も強い

この時期のストレス（心身の負担や苦痛）を軽減するために所属組織や上司・同僚・家族などからやってもらいたいこと（して欲しい対応）はどのようなことですか。具体的にお書きください。

②.

あなたは、回答した派遣のときに、派遣要員自身のメンタルヘルスやストレスマネジメントに関する内容を含む事前のブリーフィング(派遣前の心のケア)や事後のデブリーフィング(派遣後の心のケア)を専門家(臨床心理士や精神科医などのメンタルヘルスの専門家)から公的(国際赤十字・日赤本社・職場などで公式に行われたものに参加したなど一帰国後日赤本社の精神科医紹介制度のみを利用した方も3)の「公的」に〇印をおつけください)または私的に(友人の専門家などに相談したなど)受けましたか。当てはまる番号と公的か私的かに〇印をつけてください。

- 1) ブリーフィングとデブリーフィングの両方を受けた(「公的・私的」に〇をつけてください)
- 2) ブリーフィングだけを受けた(「公的・私的」に〇をつけてください)
- 3) デブリーフィングだけを受けた(「公的・私的」に〇をつけてください)
- 4) どちらも受けていない

③.

海外救援派遣時に派遣要員に対する専門家(臨床心理士や精神科医などのメンタルヘルスの専門家)による派遣要員自身のメンタルヘルスやストレスマネジメントに関する内容を含む事前の「ブリーフィング(派遣前の心のケア)」や事後の「デブリーフィング(派遣後の心のケア)」は必要だと思いますか。当てはまる番号に〇印をつけてください。

- 1) 事前のブリーフィングだけは必要
- 2) 事後のデブリーフィングだけは必要
- 3) ブリーフィングとデブリーフィングの両方が必要
- 4) 両方とも必要ない

④.

この質問には③で1)～3)に回答された方のみお答えください。4)に回答された方は⑤へおすすみください。

心理的ケアの内容を含むブリーフィング(派遣前の心のケア)やデブリーフィング(派遣後の心のケア)を行う場合、あなたなら以下のどれに参加したいですか。当てはまる番号に〇印をつけてください。

- 1) ブリーフィングもデブリーフィングも日赤が行うもので一緒に派遣される(た)要員たちに集団で行われる。
- 2) ブリーフィングもデブリーフィングも日赤が行うもので要員に対して個別に行われる。
- 3) ブリーフィングもデブリーフィングも第三者(日赤との連携はあり被災地等の情報を十分に持っており要員に関する情報については日赤に対してもその守秘義務は十分に保たれるものとする)が行うもので集団で行われる。
- 4) ブリーフィングもデブリーフィングも第三者が行うもので要員に対して個別に行われる。
- 5) ブリーフィングは日赤が集団で行うが、デブリーフィングは日赤か第三者か、集団か個別かを要員が選択できる。

資料2

⑤. あなたは最近6カ月ぐらいのあいだに、次のようなことをどの程度経験しましたか。  
右欄のあてはまると思う番号に○印をつけてください。

	い つ も あ る	し ば し ば あ る	時 々 あ る	ま れ に あ る	な い
1 こんな仕事、もうやめたいと思うことがある。	5	4	3	2	1
2 われを忘れるほど仕事に熱中することがある。	5	4	3	2	1
3 こまごまと気くぱりすることが面倒に感じることもある。	5	4	3	2	1
4 この仕事は私の性分に合っていると思うことがある。	5	4	3	2	1
5 同僚や患者の顔を見るのも嫌になることがある。	5	4	3	2	1
6 自分の仕事がつまらなくて思えてしかたのないことがある。	5	4	3	2	1
7 1日の仕事が終わると「やっと終わった」と感じることもある。	5	4	3	2	1
8 出勤前、職場に出るのが嫌になって、家にいたいと思うことがある。	5	4	3	2	1
9 仕事を終えて、今日は気持ちのよい日だったと思うことがある。	5	4	3	2	1
10 同僚や患者と、何も話したくなくなることもある。	5	4	3	2	1
11 仕事の結果はどうしてもよいと思うことがある。	5	4	3	2	1
12 仕事のために心にゆとりがなくなったと感じることがある。	5	4	3	2	1
13 今の仕事に、心から喜びを感じることもある。	5	4	3	2	1
14 今の仕事は、私にとってあまり意味がないと感じることがある。	5	4	3	2	1
15 仕事が楽しくて、知らないうちに時間がすぎることもある。	5	4	3	2	1
16 体も気持ちも疲れはてたと思うことがある。	5	4	3	2	1
17 われながら、仕事をうまくやり終えたと思うことがある。	5	4	3	2	1

(大阪教育大学教育学部人間行動学講座 久保真人作成質問紙)

ご協力ありがとうございました。