

I. 目的

被災地でのボランティア活動について、「個人のレジリエンスの程度によって、被災地で生じたストレスに対する不安の回復性や、小集団活動への参加態度が異なるのか。」を明らかにすることを目的に行われた研究。レジリエンスとは「困難で驚異的な状態にさらされることで一時的に精神的不健康な状態に陥っても、それを乗り越え、精神的病理を示さず、よく適応する」状態のことを指す概念である。

II. 方法

1. 研究参加者

研究参加者は、2013 年度の被災地ボランティアに参加した 7 名の学生（男性 1 名、女性 6 名）で平均年齢は 19.8 歳であった。参加者の全てが災害看護並びに災害救護演習の単位は未修得であった。

2. データ収集方法

(1) 測定項目

a. レジリエンス

先天的に獲得しているとする資質的要因 4 因子（楽観性・統御性・社交性・行動力）と、後天的に獲得できる獲得的要因三因子（問題解決思考・自己理解・他者理解）の合計 21 項目から構成される「二次元レジリエンス要因尺度」を用いて測定し、その総得点と下位尺度得点を算出した。

b. 活動後のストレス

活動後のストレスの状況をとらえるために、「STAI(State-Trait Anxiety Inventory)不安検査の改良日本語版」を用いて活動前後の不安を測定した。ただし、被災地あるいは活動から生じる不安に焦点を当てるため、この検査法ののうち状態不安尺度のみを使用した。

c. 小集団活動への参加態度

小集団活動への参加を測定する尺度として、「日本語改良版 SYMLOG(a System for the Multiple Level Observation of Group)」を用いた。

(2) 手続き

レジリエンス尺度は 1 回目の小集団活動の直前と 2 回目の活動直後に測定した。小集団活動は「語る会」と命名し、60 分程度でボランティアの体験を自由に話す場として 2 回設定した。

3. データ分析方法

個人のレジリエンスの程度によってストレスによる不安レベルが異なるのかを検討するために、一回目の小集団活動後の一度目のレジリエンス尺度総得点から高得点軍と低得点軍にわけ、二回目の小集団活動で高得点軍が低得点軍にどのような影響を与えるのかを SYMLOG を使って分析した。

4. 倫理的配慮

参加者には研究の主旨と方法、個人情報の保護について説明後、研究参加の同意を得た。個人情報の特定のため、参加者を匿名化し、参加者から得られたデータは番号化した。

III. 結果

(1) レジリエンスの尺度得点

1 回目のレジリエンス尺度総得点の結果、研究参加者は高得点群 4 名と低得点群 3 名に分けられた。2 群間

を比較したところ、総得点と資質的得点において高得点群が低得点群に比べ有意に高かった。下位尺度においては資質的得点の‘楽観性’で高得点群が低得点群と比べ有意に高かった。

1回目と2回目のレジリエンス尺度の獲得的要因を比較すると、レジリエンスの高得点群では差がなかったが、低得点群の‘他者理解’得点が有意に高くなっていた。

(2) レジリエンス高得点群・低得点群による状態不安尺度得点

2群間のボランティア参加前と活動1ヶ月後、2ヶ月後、3ヶ月後の状態不安得点を比較した結果、高得点群の点数は低得点群に比べ有意に低い結果となった。

(3) 小集団活動における参加態度得点 (SYMLOG)

a. 参加態度 (SYMLOG) 得点

2群間に有意な差は見られなかった。

b. 三次元ダイアグラム

各人の参加態度得点から、三次元ダイアグラムを作成した結果、それぞれの群の参加態度に共通の特徴は見出せなかった。

IV. 考察

結果(1)について

今回のレジリエンス高得点群は低得点群と比較し、資質的得点が高く、下位尺度の‘楽観性’が高かったという特徴があった。この‘楽観性’という項目は複数存在するレジリエンス尺度で共通するものであり、重要なパーソナリティーの一つである。レジリエンスの下位尺度における資質的要因のうち、他の要因に有意差がなかったことから、本研究の参加者では個人的に備わっているパーソナリティーとしての楽観的な思考が、レジリエンスの高・低を決定付けたと考えられる。

結果(2)について

本研究においては2群間に資質的要因のみの差が見られていたことを踏まえ、状態不安尺度得点の比較結果を考察すると、ストレスからの回復性はレジリエンスの種類ではなく、その人にとってのレジリエンス要因の強みに導かれることがわかった。

結果(3)について

小集団活動の参加態度からはレジリエンスによる特徴は掴めなかった。

レジリエンス低得点群の‘他者理解’の向上については、今回の小集団が友好的で同調性が高いという特徴があったため、低得点群が小集団活動そのものに影響を受け、参加者間の共感性が生じたためであると考えられる。

V. 結論

本研究で得られた知見は以下の5つである。

1. 二次元レジリエンス要因尺度の総得点が高得点の学生は4名であり、低得点の学生3名と比較して、資質的要因の‘楽観性’が有意に高かった。
2. 二次元レジリエンス要因尺度の総得点の低い学生は、小集団活動前に比較して、二回目の小集団活動に、獲得的要因の‘他者理解’が有意に高くなっていた。
3. 二次元レジリエンス要因尺度の高得点群は、低得点群と比較し、活動の2・3ヶ月後の状態不安得点が有意に低くなっていた。
4. SYMLOGで評価した小集団活動参加態度については、レジリエンスによる特徴は見出せなかった。
5. レジリエンスの高い学生は被災地で受けたストレスフルな状況を時間経過とともに回復し、精神的健康状態を良好に保つことができると考えられた。また、小集団活動においては、レジリエンスの低い学生が、友好的で同調性の高い小集団の影響を受けやすいことが示唆された。