支援者の傷つき体験が支援に与える影響について
―心的外傷後成長と支援者支援の視点から―

京　野　あすか

１．はじめに

児童相談所や児童養護施設、児童心理治療施設にアルバイトやボランティアとして関わる中で、子どもたちが虐待等のトラウマで苦しむ様子を近くで見てきた。また、そのような場で活躍する支援者から、支援者としての傷つきや葛藤、自身の過去の傷つきを抱えながら支援にあたること難しさについて話を伺う機会が多くあった。そのため、本論文では、トラウマ支援を行う支援者の傷つき体験に着目し、回復要因や支援に与える影響、またその過程における成長と今後の支援者支援に焦点を当て、本研究のテーマとした。

２．文献の概観

大澤（2002）は、「トラウマ体験を持つクライエントとのセラピーに従事する臨床家は、自身はそのような体験をしたことがないにも関わらず、クライエントと同じような外傷性のストレス反応を示すことが報告されている」と述べる。このような現象は「二次的外傷性ストレス（STS）」と呼ばれ、「代理受傷」「共感性疲弊」「外傷性逆転移」の３つの現象がある。STSは起こるか起こらないかではなく、いつ起こるかの問題であり、外傷ケースを扱う臨床家にとっては避けられない課題である。そのため、「訓練や経験を積んだ専門家でさえも安全な空間や共感態度を継続的に提供することが困難になる」と大澤（2002）は述べる。STS研究文献には、過去にトラウマ体験をもつ専門家はSTSの影響を受けやすいと示唆している。（Kassam-Adams,1999; 大澤 (2002) からの重引）一般的に掲げられている仮説として、クライエントと同種のトラウマを体験したことがあるセラピストは、そうでない場合よりも害となる影響を受けやすく、逆転移反応を起こしやすい可能性があるとしている。（Wilson & Lindy,1994）

児童福祉現場における職員への支援として、「これまで、攻撃性（特に子ども間暴力や職員への暴力）に対処していくための『職員への支援』という観点は十分ではなかった。技術を身につけた職員が子どもからの攻撃から身を守り、その上で、職員と共に、子どもが攻撃性への対処能力を高めていくことが必要である。」と藤岡（2012）は指摘する。

しかし、現場の支援者を対象とした傷つきからの回復や成長に焦点を当て、具体的に研究されているものはあまりない。

３．目的

本研究では、紙面調査及び面接調査によって児童福祉施設で子どもたちのケアにあたる支援者から傷つき体験や二次的外傷性ストレスについて、支援者の傷つきから回復を助ける要因や支援者の心的外傷後成長の把握及び養育スタイルへの影響、また、支援者支援の今後の展望、について考察する。

４．方法

１）調査研究

①調査対象：児童養護施設職員：男女各３名の計６名（別紙資料 表.1 参照）

②調査方法：援助者のための共感満足 / 共感疲労の自己テストを活用した質問紙調査及び面接調査

③調査項目：自分自身の子ども時代のつまずき

や傷つき、どのように乗り越えたか

支援の中でのつまずきや傷つきを通して自分自身の中の人生に変化をもたらしたか

他、９項目（別紙資料参照）

④調査項目の分析方法：カテゴリー分析を用い、インタビュー調査の内容についてまとめ、質問紙の回答も含めそれらの関係性について考察する。

５．結果

得られた結果を、支援者を志したきっかけ、子ども時代におけるつまずきや傷つき体験、支援者になって体験からのつまずきや傷つき、心的外傷後成長と養育スタイルへの影響、今後の支援者支援を中心に以下にまとめた。また、質問紙調査の結果については別紙資料表.2.3.4 参照。

（１）支援者を志したきっかけについて…カテゴリー１．支援者を志したきっかけ、サブカテゴリー①自分と同じ境遇の子どもの支援がしたい②子どもの支援がしたい③他者からの勧め

（２）子ども時代におけるつまずきや傷つき体験…カテゴリー１．子ども時代におけるつまずきや傷つき体験、サブカテゴリー①施設で暮らす中での傷つき②家族関係③友人関係④その他、カテゴリー２．どのように乗り越えたか①時間の経過とともに癒えた②前向きに自分で考えを変えた③環境の変化④仕返しをする⑤意識していなかった

（３）支援者になってからのつまずきや傷つき体験…カテゴリー１．支援者になってからのつまずきや傷つき体験、サブカテゴリー①子どもからの暴力・暴言②職場の人間関係③子どもへの対応に関する戸惑い④その他、カテゴリー２．どのように乗り越えたか、サブカテゴリー①他の職員からの理解②友人からの理解③時間の経過④前向きに自分で考え方を変えた⑤他のことで発散した⑥乗り越えていない、カテゴリー３．支援者になってからの傷つきに子ども時代の傷つきの影響はあるか、サブカテゴリー①ある②ない

（４）心的外傷後成長と養育スタイルへの影響…カテゴリー１．人生観の変化や成長を感じること、サブカテゴリー①自己解決能力が身に付いた②心が広くなった③子どもたちへの支援にプラスに働いている④支援者という職への満足感、カテゴリー２．自身の人生観の変化や成長が養育スタイルや養育方法へ与える影響、サブカテゴリー①他者を傷つけることへの禁止②感情の表出③子どもの内面を考える④その他、カテゴリー３．過去の傷つき体験が支援に与える悪影響はあると考えるか、サブカテゴリー①最悪の状況を想像する②関係機関との関わり方③子どもとの関わり方④ない

（５）今後の支援者支援…カテゴリー１．子どもの対応のために受けたい研修・指導、サブカテゴリー①子どもの障害への対応②子どもの精神面へのケア③子どもに成長への向き合い方④支援者支援、カテゴリー２．支援者として身につけたい技術、サブカテゴリー①情動のコントロール②役割分担③子どもに寄り添う力④アセスメント力⑤プランニング力⑥福祉に関する専門的知識･資格、カテゴリー３．今後ケアに従事する中で生じるつまずきへの対処方法、サブカテゴリー①施設内の人へ相談する②施設外の人へ相談する③趣味に没頭する④切り替える⑤感情を子どもに正直に伝える

６．考察

質問紙調査及び面接調査における結果より以下の４点について考察した。

１）傷つき体験からの回復と支援者としての適性

子ども時代の傷つきへの回復には、傷つき体験の内容により回復へのきっかけが異なることが考えられる。また、傷つき体験が生じた当時の年齢によっても理解の度合いも異な

り、回復に要する労力や時間が異なると言える。一方、支援者になってからの傷つきへの回復には、職場内のみならず友人等の支援者の周囲の人によるサポートが必要であることが明らかになった。

今回、面接調査の中で傷つき体験について質問すると、時系列や当時の情景など思い出しながらの語りであったためか具体性に大きく個人差が見られた。筆者は、子ども時代に虐待や愛着対象の喪失によってひどく傷ついた経験があっても、その経験を長ずる愛着体験がなされれば「自分と同じような子どもを守りたい」と支援者を志す傾向にあると考える。支援者自身が辛い経験をしている分、同じ境遇にある子どもの気持ちへの理解が進み、「わかってもらえた」と感じる子どもも存在するだろう。誰にも分ってもらえないと心を閉ざし、一人きりで抱え込んでいる子どもにとっても信頼できる支援者として適性が見込めると言える。しかし、この段階に辿り着くまでには支援者自身の心の回復が大前提であると考えられる。

2）心的外傷後成長による養育スタイルの確立

支援者として支援する上でつまずくことは多々あり、必ずと言って言いほどその体験から一人の人間として「成長した」という回答がみられた。この結果から、支援者の傷つきからの心的外傷後成長の存在は認められたと言えるだろう。

自分自身のつまずきや傷つき体験から得た教訓を自身の支援で活かすことは至って自然なことであり、よって成長が養育スタイルに大きく影響を与えると言える。中でも、「他者を傷つけることへの禁止」は、その代表的な例と言える。そのため、傷つき体験がある支援者を周囲が否定的に捉える、または本人が悲観的に捉える必要はないだろう。支援者は様々な課題を抱えていても、子どもの前に居るときには子どもに思いを馳せ、しっかりと統合感の高い支援者にいかになっているか、子どもの課題を一緒に乗り越えていけるかが重要であると考える。

3）支援者が抱える今日の児童養護施設の課題

多様化する子どもたちへの対応のため、本研究の面接調査では受けたい研修や指導について「子どもの障害への対応」「子どもの精神面へのケア」「子どもに成長への向き合い方」「支援者支援」が挙げられていた。この４点については、現在は十分に行われていない、言い換えるならば「児童養護施設内ケアの課題」であると考えられる。日々の業務に追われる直接処遇の職員ではあるが、時代の流れによって変化する子どもの対応へは常に学びなおしの機会が必要であり、専門職として自己研鑽に努めなければいけない。

本研究の面接調査では、支援者が求める専門性の一つとして「役割分担」が挙げられていた。多様化する子どもへの対応のためには、支援者側の多様性も求められている。支援者も当然、以前は子ども時代を過ごしているため、被虐待経験やいじめなど傷つき体験を抱えていることも容易に想像できるだろう。このように様々な背景を抱えた複数の大人が支援者として子どもに関わることで、子ども自身がこの人とは合う・合わないなど相性も含めて学ぶ機会になり、関わり方を模索することとは一種の社会性を身につける機会になると考えられる。

4）支援者を取り巻く今後のサポート体制

本研究の面接調査で「子どもからの暴力・暴言」は共感疲労を強く生み出しやすく、バーンアウトリスクを高める要因のひとつであることが明らかになった。そのような傷つきを抱えた際、傷つきの対処方法として、「周りの人からのサポート」が多く挙げられていた。その中でも、支援者間でのサポートが求められており、必要なときに助けを求める勇気とそれに応えることができる周囲の余裕が支援者のバーンアウト予防には重要である。

支援者は常に自分自身と向き合う非常に孤

独な職業である。自らの体験を分かち合える場所として支援者支援の機会が提供できていれば二次的外傷性ストレスのみならず、直面する職業上のストレスを予防することにも繋がる。その機会は職場内だけに限らないだろう。支援者同士の関係性に寄与しない外部の専門家からのスーパービジョンや定期的なストレスチェックも有効な方法であると言えるのではないだろうか。

７．本研究の課題と今後の展望

本研究はあくまで質的研究であり、量的研究の前段階という位置づけのため、調査対象者であり母集団の数が少ないことが課題として挙げられる。今回の質的研究からは、について一定の理解を得ることができるものの、調査対象者の特徴は様々であり、児童福祉に従事する支援者に広く一般化できる結果を導き出すことができたとは言い難い。支援者の抱える傷つきと回復、その後の成長について広く明らかにされるためには、支援者の一般的な傾向を図っていく量的研究が必要であると考える。

支援者のバーンアウトを最大限予防し、将来の社会的養護の質の保障及び向上のためにも、今後の支援者支援に関する研究の中で、支援者に対してより良いケアが行われることを望んでいる。

８．引用文献

・大澤智子　2002　二次受傷－臨床家の二次的外傷性ストレスとその影響　p143 － 151
一般社団法人日本トラウマティック・ストレス学会「二次受傷」

・藤岡孝志　2012　児童養護施設入所児童の攻撃性への対処支援プログラムに関する研究　日本社会事業大学研究紀要 59 巻　p185 － 220

・Wilson,J.P.6 & Lindy,J.D. (1994) Countertransference in the treatment of PTSD. New York: Guilford Press.

４．方法

１）調査研究

①調査対象

表.1 情報提供者（児童養護施設職員）

Info.	勤続年数	性別	児童養護施設入所経験の有無
1	２年	女	有
2	７年	女	無
3	１１年	女	無
4	９年	男	無
5	９年	男	有
6	１３年	男	無

③調査項目

１．勤続年数をお聞かせください。

２．支援者を志した理由・きっかけについてお聞かせください。

３．子どもを支援する上で大切にしていることや心がけていることはありますか。

４．自分自身の子ども時代におけるつまずきや傷つき（学校や家庭内等）はありますか。
ある場合、それらはどのように乗り越えましたか。

５．支援者になってからのつまずきや傷つきはありますか。
ある場合、それらはどのように乗り越えましたか（方法や支えとなる存在等）

６．支援者になってからの傷つきに子ども時代の傷つきは影響していると考えますか。
（フラッシュバック・再体験 etc.）

７．過去の傷つき体験が支援に悪影響を及ぼしていると思いますか。
どのように乗り越えましたか。周りからのサポートはありますか。

８．過去のつまずきや傷つきを通して自分自身の人生感に変化や成長はありましたか。

９．子ども時代や支援者になってからの傷つき、そして先ほど聞いた人生観の変化は、どのように子どもたちへの養育スタイルや養育方法に影響を与えていると思いますか。

10. 多様化している子どもの対応の為に今後どのような研修・指導を受けたいと考えますか。また、どのような技術や知識を身につけたいですか。

11. 今後ケアに従事する中でつまずきや傷つくことがあった場合、どのように対処していく予定ですか？

資　料

５．結果（質問紙調査）

この質問紙調査は支援者もきつさを乗り越えていく、それを見守る自己チェックという位置づけで実施した。「援助者のための共感満足・共感疲労、バーンアウト、援助者支援項目の自己テスト」の各結果を以下の表 .2.3.4 に示す。

表 .2　援助者のための共感満足・共感疲労

	ID	1	2	3	4	5	6
1	幸せである。	5	4	1	4	2	4
2	私の人生は、満たされたものだと思う。	4	4	1	3	2	4
3	自分を支える信念をもっている。	4	3	3	1	1	4
4	他人から疎遠であると感じる。	1	3	2	4	0	3
5	過去のつらい体験を思い出させるような考えや感情を避けようとしてしまう。	3	3	4	4	0	2
6	過去のつらい体験を思い出させるような活動や状況を避けていると思う。	1	2	3	4	0	2
7	自分が援助している人に関連するフラッシュバック(場面を急に思い出すこと)を体験することがある。	1	1	1	1	0	0
8	強いストレスを感じる体験をふりかえる時に、仲間からのよい支援を受けることができる。	4	4	1	1	5	3
9	大人になってから経験したトラウマとなる出来事を、思い出してしまうような体験をした。	0	3	3	1	0	0
10	子どもの頃経験したトラウマとなる出来事を、思い出してしまうような体験をした。	1	3	1	0	0	1
11	自分の人生におけるトラウマとなる体験を「ふりかえる」必要があると考えている。	1	2	1	2	1	1
12	自分が援助している人たちと関わることで、非常に多くの満足を得ている。	4	2	2	4	5	3
13	自分が援助している人たちと関わった後に、とても元気付けられる。	3	4	1	3	5	3
14	自分が援助をしている人が、私に対して言ったことやしたことにおびえている。	2	3	1	1	0	1
15	自分が援助している人の状況に似た夢に悩まされることがある。	1	1	1	1	0	0
16	自分が援助した人のなかでも、とりわけ難しい人との時間のことで、頭の中がいっぱいになることがある。	1	3	5	1	1	2
17	自分が援助している人と関わっている間、過去のつらい体験を突然、無意識に思いだしたことがある。	1	1	1	1	0	0
18	ささいなことで怒りを爆発させたり、いらいらしたりしてしまう。	1	2	4	4	3	2
19	自分が関わっている人を、どのように援助できるかということを考えるのが楽しい。	2	1	2	3	3	4
20	自分が援助している人から聞いた、トラウマとなるような体験のことが頭から離れず、眠れなくなっている。	0	0	3	1	0	0
21	援助している人たちのトラウマとなるストレスが、こちらに移ったかもしれないと思う。	0	0	3	1	0	0
22	自分自身が援助している人たちの幸福や福祉についてあんまり考えなくなったと思う。	1	1	0	2	0	2
23	援助者としての今の仕事に縛り付けられていると感じる。	1	1	0	2	0	1
24	自分が援助している人たちとの仕事に関連した絶望感がある。	1	1	0	1	0	0
25	自分が援助している人のうちの何人かについては、その人たちと関わるのが特に楽しい。	3	2	2	1	5	3
26	援助者という自分の仕事が好きである。	4	1	4	3	1	3
27	援助者として働く上で必要な手段や資源を持っていると思う。	3	2	3	3	3	2
28	自分は援助者として、「よく、やれている」と思う。	3	2	3	3	0	2
29	仕事仲間と楽しくやっている。	4	3	2	3	4	3
30	私が必要としている時には、自分の仕事仲間に頼って助けてもらえる。	5	4	2	3	5	3
31	仕事仲間は、助けを必要としている時には、私を頼ってくれる。	4	3	3	3	5	3
32	仕事仲間を信頼している。	4	4	2	3	5	3
33	どのように援助していくかという「援助や査定のための技法・知識」の進み具合に遅れずについていくことができていることに満足を感じる。	3	3	1	4	1	2
34	自分が、援助の技術や手順についていくことができていることに満足を感じる。	2	2	2	3	1	2

		ID						
共感満足 ４因子	A1	「仕事仲間や友人との関係における満足」	21	18	10	13	24	15
	A2	「自分が援助している人達との関係の中での満足」	16	10	11	14	19	16
	A3	「援助者の資質としての満足」	11	9	9	13	5	8
	A4	「人生における満足」	13	11	5	8	5	12
		A　共感満足全体の合計	61	48	35	48	53	51
共感疲労 ４因子	C1	「二次的トラウマ」(援助している人達から受ける二次的トラウマ体験)	4	6	14	6	1	2
	C2	「PTSD様状態)」(援助している人達との関わりから引き出される否定的感情;拘束感、脅威、おびえ、いらいら、隔絶)	7	11	7	14	3	9
	C3	「否認感情」(つらい体験を思い出すのを避ける)	4	5	7	8	0	4
	C4	「援助者自身のトラウマ体験」(自分自身のトラウマ体験の想起)	2	8	5	3	1	2
		C　共感疲労全体の合計	17	30	33	31	5	17

表.3　バーンアウト尺度

	ID	1	2	3	4	5	6
1	こんな仕事、もうやめたいと思うことがある。	1	4	3	2	1	2
2	われを忘れるほど仕事に熱中することがある。	1	1	1	2	4	2
3	こまごまと気くばりすることが面倒に感じることがある。	2	3	2	2	1	4
4	この仕事は私の性分に合っていると思うことがある。	4	1	3	2	1	3
5	同僚や、自分が援助している人の顔を見るのも嫌になることがある。	1	2	3	3	1	1
6	自分の仕事がつまらなく思えてしかたのないことがある。	1	2	3	1	1	4
7	1日の仕事が終わると「やっと終わった」と感じることがある。	3	4	4	2	2	2
8	出勤前、活動現場に出るのが嫌になって、家にいたいと思うことがある。	1	3	4	2	1	2
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。	3	3	2	4	5	3
10	同僚や、自分が援助している人と、何も話したくなくなることがある。	1	2	3	1	1	1
11	仕事の結果はどうでもよいと思うことがある。	2	3	1	3	2	3
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。	2	4	3	4	3	1
13	今の仕事に、心から喜びを感じることがある。	3	3	2	4	1	2
14	今の仕事は、私にとってあまり意味がないと思うことがある。	1	1	1	1	1	4
15	仕事が楽しくて、知らないうちに時間がすぎることがある。	1	2	1	1	3	2
16	体も気持ちも疲れはてたと思うことがある。	3	3	4	4	2	2
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。	3	2	2	4	3	2
A	情緒的消耗感	10	18	18	14	9	9
B	脱人格化	13	13	13	11	7	17
C	個人的達成感	15	12	11	17	17	14
	合計値	38	43	42	42	33	40

表.4　援助者支援対策項目

	ID	1	2	3	4	5	6
1	職場の組織・体制の方針と、自分の方針が合わないときがありますか？	3	3	3	1	5	3
2	自分の家族は、仕事上のつらさ・きつさを受けとめてくれていると感じていますか？	1	4	2	5	1	3
3	友人は、仕事上のつらさ・きつさを受けとめてくれていると感じていますか？	4	5	2	3	5	3
4	上司（やそれに近い立場の人）は、仕事上のつらさ・きつさを受けとめてくれていると感じていますか？	4	4	3	5	4	3
5	同僚（やそれに近い立場の人）は、仕事上のつらさ・きつさを受けとめてくれていると感じていますか？	4	4	3	4	5	3
6	組織・体制の責任者は、仕事上のつらさ・きつさを受けとめてくれていると感じていますか？	4	2	2	4	3	3
7	自分が援助者であることで、自分の家族（離れている場合も含む）は疲れたり、いらいらしたりしていると感じますか？	1	1	1	2	1	1
8	仕事と、自分のプライベートな時間を意識的に区別していることがありますか？	3	4	3	5	5	2
9	趣味や自分の楽しみなどで、仕事を忘れることがありますか？	2	4	2	4	2	3
10	家（宿舎）に帰って、家族や友人にいらいらや不満をぶつけてしまうことがありますか？	1	2	2	2	1	2
11	仕事上感じた満足感を同僚（やそれに近い立場の人）に話していますか？	3	3	2	3	1	2
12	仕事上感じた満足感を上司（やそれに近い立場の人）や組織・体制の責任者に話していますか？	3	3	2	2	1	1
13	仕事上感じた満足感を家族や友人に（電話やメールも含めて）伝えたり話したりしていますか？	3	3	2	1	1	1
14	ユーモアや笑いを職場で大事にしていますか？	5	4	4	5	4	4
15	ユーモアや笑いを、（メールや電話も含めて）家族や友人との間で大事にしていますか？	5	4	2	5	4	2
16	寝る、食べる、休憩する、など基本的な生活スタイルを大事にできていますか？	5	4	1	5	5	2
17	気持ちが疲れたときなど、からだをほぐしたり、リラクセイション法を行ったりしていますか？	3	4	2	2	5	1
18	つらいときほど、「つらい」という気持ちを、近くにいる人に言葉で伝えていますか？	3	4	2	2	5	3
19	みんなと居るだけでなく、「一人だけの時間」も確保していますか？	4	4	5	5	5	3
20	人とつながっている感覚（語り合う、一緒に時間を過ごすなど）を大事にできていますか？	4	4	2	4	4	3
21	自分にはできない、限界であると思うことなどを、周りに伝えていますか？	4	3	2	3	5	3
	平均値	3.3	3.5	2.3	3.4	3.4	2.4
	標本標準偏差	1.2	0.9	0.9	1.4	1.7	0.9