

「震災後の家族に関する実態調査」
子どもの行動に変化あり 43.4%
子どもの震災報道視聴 悩む母親 3割
～震災を受けて、家族の絆は強まる～

『子育てハッピーアドバイス』シリーズの著書で、精神科医の明橋大二とマーケティングリサーチを行う株式会社メディアインタラクティブ（所在地：東京都渋谷区）が共同で震災後の家族間コミュニケーションについての調査を実施しました。

今回の未曾有の大災害の被害も、物質的な被害は少しずつ回復の兆しを見せていますが、精神的なストレスを受けたところの被害の回復はもしかすると、これからかもしれません。特に、ストレスの処理の仕方も未熟な子どもたちにとっては、メンタルケアが今後課題となってくることが想像できます。今回、メディアインタラクティブが実施した調査をもとに「東日本大震災子ども支援ネットワーク」のスペシャルアドバイザーとしても活躍する明橋がその解説を行っております。

ぜひご参考くださいませ。

東日本大震災子ども支援ネットワーク HP：<http://shinsai-kodomoshien.net/>

【調査概要】

1. 調査の方法：株式会社メディアインタラクティブの運営するアンケートサイト「アイリサーチ」のシステムを利用した WEB アンケート方式で実施
2. 調査の対象：全国の2～6才の子どもを持つ母親 500名を対象に実施
3. 有効回答数：500人
4. 調査実施日：2011年5月25日(水)～5月31日(火)

【調査結果概要】

【1】今回の震災は、直接の被災地以外に住む子どもたちにも影響

明橋先生コメント：変化なしが56.6%ということは、逆に言うと、2人に1人が、何らかの変化があった、ということです。回答が、被災地のみならず、全国からの回答だということを考えると、今回の震災は、被災地はもちろんですが、直接の被災地以外に住む子どもたちにも、かなりの影響を与えていることが分かります。

【2】震災が、家族の絆を深める

明橋先生コメント：震災後の家族のコミュニケーションについては、多くは、一緒にいることや、話し合いが増えた、という回答で、おおむね、この震災が、家族の絆を深める方向に作用していることが分かります。

【3】地震の話題、子どもが、話してきたら、それをしっかり聞くことが大切

明橋先生コメント：それぞれの悩みについての私なりの回答ですが、まず、「地震の話題に触れていいものか悩む」とありますが、基本は、子どもが、話してきたら、それをしっかり聞くことが大切で、逆に子どもが話そうとしないのに、こちらから、根掘り葉掘り聞くのはよくありません。話そうとしないのは、話すことでふたたび思い出して、トラウマを深くするのを避けようとしているからで、逆に自ら話したがるのは、話をする事で、自分の気持ちを整理しようとしているのです。

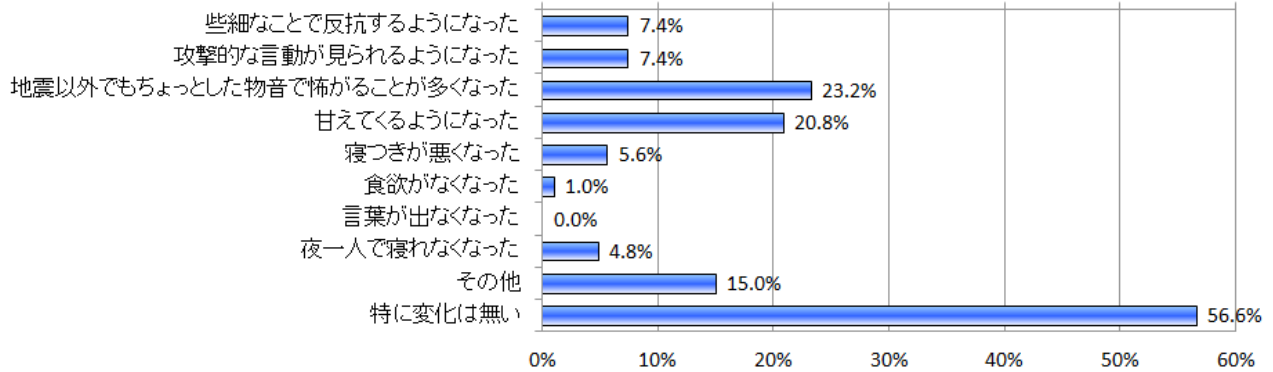
・・・本件に関するお問い合わせ先・・・

メディアインタラクティブ広報事務局 担当：飯村

E-mail：pr@i-research.jp

2011. 7. 21

Q1.震災後、お子様の行動、言動の変化はありましたか。(複数選択可) (N=500)



明橋先生コメント：

変化なしが 56.6%ということは、逆に言うと、2人に1人が、何らかの変化があった、ということです。回答が、被災地のみならず、全国からの回答だということを考えると、今回の震災は、被災地はもちろんですが、直接の被災地以外に住む子どもたちにも、かなりの影響を与えていることが分かります。

また、変化の内容を見ると、「ちょっとした物音で怖がる」「甘えてくるようになった」がそれぞれ約 20%、5人に1人の割合となっています。このような行動は、子どもの不安感を表していて、やはり相当な割合で、子どもたちが今回の震災に対して、不安を感じている様子がうかがえます。「寝付きが悪くなった」「夜一人で寝れなくなった」という、睡眠に関するものも、それぞれ約 5%で、睡眠にも少なからず影響を与えています。

あと、「些細なことで反抗するようになった」「攻撃的になった」というのが、それぞれ約 7%ですが、おびえるだけでなく、このように反抗したり、攻撃的になったりするの、不安感の表れであることが多いです。また、場合によっては、避難所生活や、停電、生活物資の不足などで、子どももストレスをため、その発散として、上記のような行動が出ている可能性もあると思います。

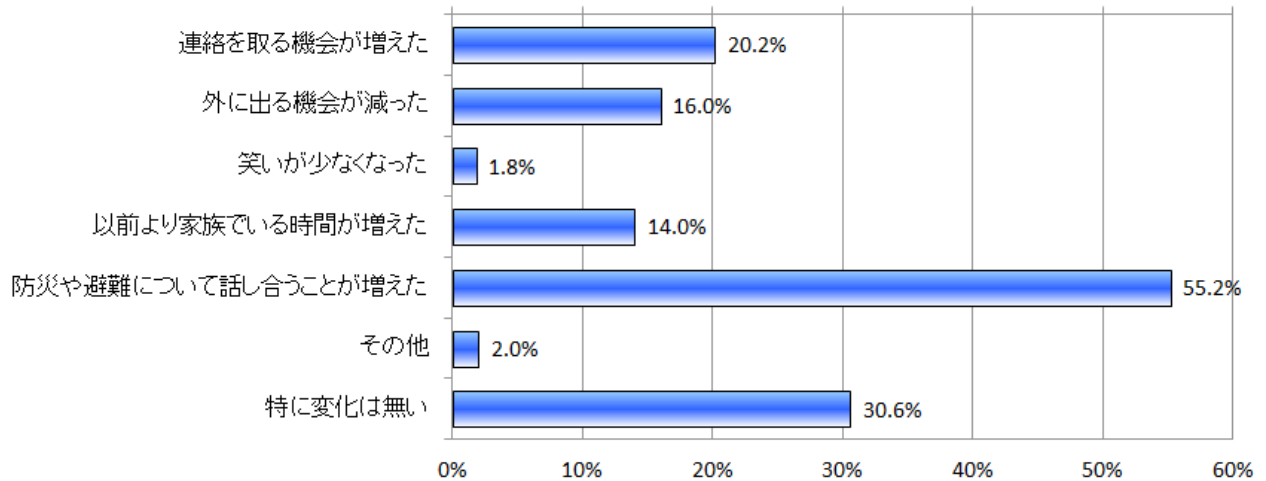
余震や地震速報におびえる、といった直接的なサインのみならず「黒いクレヨンをよく使うようになった」とありますが、これも子どもの不安のあらわれでしょう。それと同時に、「津波や壊れた建物の絵をよく描く」という回答もありますが、絵をかくことで、自分の不安な気持ちを吐き出そうとしている、治療的な意味もあります。

選択肢にはありませんでしたが、「トイレが一人で行けなくなった」「頻繁にトイレに行く」「おねしょをするようになった」という排泄の問題もよく記載されています。これも、やはり不安のサインの一つでしょう。

これらのサインを受け、どう接していいか悩む親御様もいらっしゃると思います。それについては Q3 の回答を例にご説明したいと思います。

2011. 7. 21

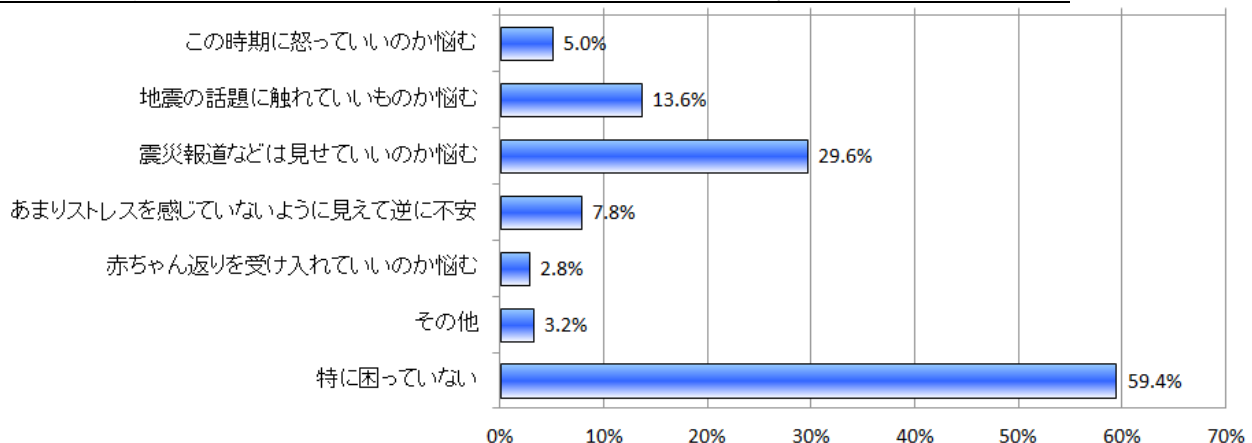
Q2.震災後、家族のコミュニケーションに変化はありましたか。(複数回答可) (N=500)



明橋先生コメント：

震災後の家族のコミュニケーションについては、多くは、一緒にいることや、話し合いが増えた、という回答で、おおむね、この震災が、家族の絆を深める方向に作用していることが分かります。未曾有の大災害でしたが、これをきっかけに、家族の絆を見直すきっかけになればいいと思います。

Q3.震災後、子どもとの接し方で困っていることはありますか。(複数回答可) (N=500)



子どもへの接し方についての悩みでは、震災報道を見させていいのか悩む、という回答がありますが、これは親御さんの適切な感覚が働いていると思います。じっさい、不安になっている子どもに、繰り返し震災の映像を見せることはよくないとされています。その他の質問にも、皆さん少なからず悩んではいますが、わたしは、こういうことに親御さんが気づく感覚（震災報道を見させていいのか、甘えを受け入れていいのか、地震の話題にふれていいのか、怒っていいのかなど）がすばらしいなと思います。

そして、それぞれの悩みについての私なりの回答ですが、まず、「地震の話題に触れていいものか悩む」とありますが、基本は、子どもが、話してきたら、それをしっかり聞くことが大切で、逆に子どもが話そうとしないのに、こちらから、根掘り葉掘り聞くのはよくありません。話そうとしないのは、話すことでふたたび思い出して、トラウマを深くするのを避けようとしているからで、逆に自ら話したがるのは、話をすることで、自分の気持ちを整理しようとしているのです。

・・・本件に関するお問い合わせ先・・・

メディアインタラクティブ広報事務局 担当：飯村

E-mail : pr@i-research.jp

いずれも、子どもが自分で自分の心を回復させようとするはたらきで、大切なのは、子どもの表現を大切にすること、大人が人工的に介入しないことです。

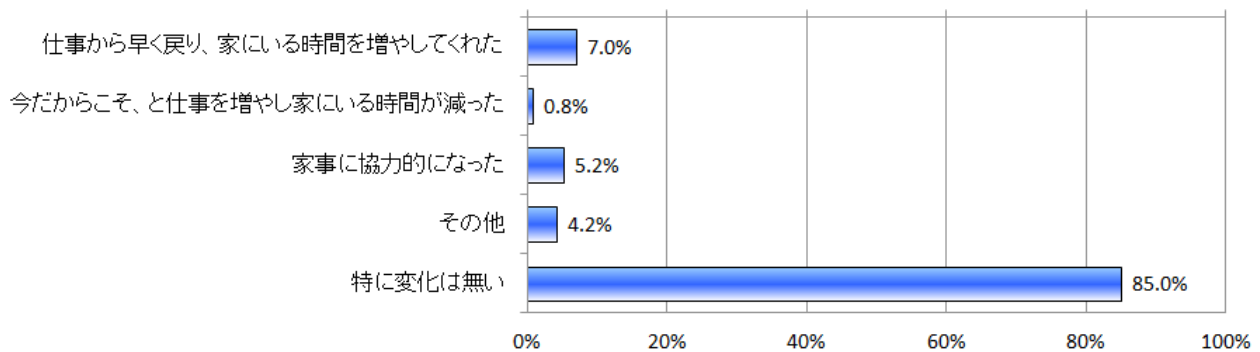
「震災報道は見せていいのか悩む」ということですが、結論から言うと、あまり見せない方がいいです。大人がテレビを見ると、どうしても子どもも見てしまうこともあると思います。しかし、震災の映像を見ることで、子どもはふたたび震災の恐怖を体験することになってしまいます。特に、3～4歳までの子どもは、現実と映像の区別が充分つかないので、たとえば、内陸部に住んでいても、津波の映像を見ることで、「ここにも津波が来るんじゃないか」とおびえたりすることになります。

「赤ちゃん返りを受け入れていいのか悩む」については、答えははっきりしています。受け入れていいです。赤ちゃん返りをするのは、それだけ不安だから、安心感を求めて、赤ちゃん返りをしてきているのです。それをしっかり受け止めることで、子どもは安心感をもらい、また自立してゆきます。自立のもとになるのは、突き放すことではなく、十分な安心感を与えること。その安心感は、赤ちゃん返りや甘えをしっかり受け止めることで、育ちます。

ここで甘やかしていたら、自立心が育たないんじゃないか、と思う人もあるかも知れませんが、そういうことはありません。「甘えた人が自立する」甘えを受け止めてもらって、充分安心感をもらった人が自立するのです。

また、このように赤ちゃん返りを受け止めることが、いわゆるPTSD（心的外傷後ストレス障害）を予防することにもなります。

Q4.震災後、旦那様との関係に変化はありましたか？（複数回答可）（N=500）



夫との関係については、85%が変化ない、と答えているものの、中には、仕事から早く帰り、家にいる時間をふやしてくれた、というお父さんが7%、家事に協力的になった、というお父さんが、5%など、見習うべきお父さんも少なからずおられるのだなと思いました。

しかし、特に変わらない、という85%は若干気になります。いい状態が変わりなく続いているということなのか、ダメな状態が変わらない、ということなのか…何となく後者のような気がするのが、男性としては、微妙にコワイところですね。

【引用・転載時のクレジット表記のお願い】

本リリースの引用・転載は、必ずクレジットを明記していただきますようお願い申し上げます。

<例>「明橋大二とインターネット調査のメディアインタラクティブが実施した調査結果によると・・・」

【詳細資料無料ダウンロードのお知らせ】

■無料独自調査データダウンロードサービス

弊社アイリサーチサイトにて本調査における詳細資料の無料ダウンロードサービスを行っております。

http://www.i-research.jp/report_dl/list.html

■明橋先生プロフィール

昭和 34 年、大阪府生まれ。

精神科医。 京都大学医学部卒業。 国立京都病院内科、名古屋大学医学部附属病院精神科、愛知県立城山病院をへて、現真生会富山病院心療内科部長。

専門は精神病理学、児童思春期精神医療。

・現職

千里金蘭大学児童学科客員教授

スクールカウンセラー

児童相談所嘱託医

NPO 法人 子どもの権利支援センターぱれっと理事長

「東日本大震災子ども支援ネットワーク」スペシャルアドバイザー

診療のかたわら、年 100 回以上の講演活動と執筆活動を行なう。

【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社メディアインタラクティブ

広報事務局 : 飯村崇史

TEL 03-6826-5000 FAX 03-6419-8375

e-mail pr@i-research.jp <http://www.i-research.jp>

〒150-0002 東京都渋谷区渋谷 3-26-18 矢倉ビル 6F

・・・本件に関するお問い合わせ先・・・

メディアインタラクティブ広報事務局 担当：飯村

E-mail : pr@i-research.jp