危機状況と日本人の反応についての心理学的考察（1）

山　添　　正*

はじめに

前著[1)]と近著[2)]において，自我機能モデルを使用し，日本人の受動的自我機能の問題について，前著では「不登校」の問題を中心に，後著では「しつけ」の問題に焦点を当てて考察してきた。特に後著の宗教の章で「日本的受動的」チャンネルが充分に機能せず，現代日本人が宗教家に不満を持っていることを論じた。本稿では，さらに「日本的受動的」自我機能は，能動的チャンネルを必要とされる「危機的状況」，たとえば「喪失体験」とか「被災体験」とかに直面したときどのような問題が発生するか考察してみることにした。

1．喪失体験と日本人の自我機能

機能障害とは，英語でImpairmentという。WHOによると「構造あるいは機能上の欠損や異常」つまり心理的な記憶，注意力，感情機能などの精神的機能が阻害されていることである。ところで，disability（能力低下）は，「人間として正常と考えられるやり方あるいは範囲内で，ある活動たとえば洗面，着衣，摂食，排泄など日常不可欠な活動が阻害されること」と定義されるが，それは心理的な機能障害の直接的結果である事が多い。またhandicap（社会的不利）とは「個人にとってふつうの役割を遂行する事を妨げたり制限するような，個人にとって不利な条件」[3)]と定義される。これは広く社会的関連の中で機能障害あるいは能力低下のもたらす影響として現れるものであり，文化的影響を甚だしく受けるので，診断には取り入れない。たとえば，肢体不自由者が，あるショッピング街で買い物できない「不利」を負っているとする，この個人のハンディキャップは車椅子でアプローチ可能とすることで解消される障害を言う。

つまり，能力低下とは，機能障害が原因で起こることがあるわけである。「あることができない」と言う能力欠如が発生する場合，以上の議論はある機能的な障害を探ることが可能である事を示している。こうした示唆を受けて，日本人の危機場面での「能力低下」を能動的自我機能の障害から説明しようと思う。

まず，取り上げるのは「日本人は人前で泣けない」と言う問題である。

事例1

「悲しいと言っている暇がない」と地震のあと，夫を失った妻はテレビの取材で語っていた。「次の日から働かねばならなかった。泣いている暇はなかった」と言う。[4)]

「日本人が人前で泣かない」と言うのは，筆者の自我機能論の視点からも言えることである。[5)]「自←他」の受動的チャンネルが優位な日本人の行動傾向は，他者にたいする気遣い（「自←他」てらい）が優先し，たとえ肉親の死に直面して（「自→他」かなしい）も，慟哭することが少ない。「健気に」「耐えている」姿が理想とされる。アメリカの女性は，夫の死後この世もあの世もない程に泣き叫ぶが，その後はけろっとしてすぐに再婚すると言う。一方日本の女性は，大泣きする事はなく静かであるが，再婚することなくいつまでも亡き夫への忠誠のなかで生きるという。[6)]

* 本学教授

事例 2

「確かに海外のマスコミは，これほどの大震災にもかかわらず日本人被災者が比較的平静で，泣き叫ばないと報道していた。それを日本のマスコミは，海外の目は日本人の美徳として感心していると解釈していた。たしかに韓国のように，日本人の長所と説明しているマスコミもあったが，ヨーロッパのマスコミは驚いているだけで，必ずしも美徳とは説明していなかった。複雑な思いをこめた驚きと，それを美徳と思われていると一方的に解釈することとの間には，かなりのずれがある」

野田はこのように前置きして，日本人が泣かないことが事実としてあり，それを日本人が「美徳」と考えていることに疑問を呈する。野田は，自ら大震災のときに，遺体安置所を歩き，「棺の前に2，3人の遺族が静かに座っていた。呆然と座っている人もおれば，瞼を固く閉ざしている人もいる。泣き叫ぶわけではない。それは，93年夏の奥尻島青苗地区の遺体安置所でも見た，同じ光景だった」と言う。「私は，黙祷して安置所を出たのだが，泣き叫ばないことが日本人の美徳である，などと単純に解釈する気持ちにはとてもなれなかった。泣き叫べないことが，はたしてよいことだろうか。人前では泣かないという抑制には，周囲への隠された不信がある。泣き叫べないないことは美徳ではない。人が泣けない社会は必ずしも良い社会ではないと私は思う」と結論付けている。筆者もまったく同じ意見である。[7)]

「日本人が人前で泣けない」と言うことは，日本人が人前で行動の自由を失うことと関係している。この問題は，前著の「組織優先の日本人の自我」と言うテーマの所で少し触れた。筆者の知人は，ユング研究所の研修で分析家より分析を受けているとき，自分の父親の死について話しているとき，少し照れてしまった。すると彼の分析家は「どうして父親の死と言う悲しい話をしているときに笑うのか」と言ってくいさがってきた。「まったく理解できない」と言うのである。友人は，分析時間が終わりに近づいていたのに，「深刻な」話になりそうだったので，言いかけて止める訳にも行かず，つづけるにもどうしょうかと言う気持ちの揺れが，あのような反応になったと言う。深刻な話に対する相手の反応の分からなさも，影響していたかもしれない。分析を始めてから間もないころのことである。その話が自分が悲しいという気持ちの表現よりも，そのお話を聞き手である分析家がどのように受け止めるかに無意識的に心が動く傾向を持っている。

事例 3

「なごやかな雰囲気の場に父親の死という深刻な話題が出てきたので，すこし場の雰囲気が変わってしまう。それでは相手に悪いな（自←他）と思い『まずいかな』と言う気持ちを照れの笑いに出しただけなのだけれども，分析家はこうした気遣いを全然意に止めないで，『だから日本人は分からない』と言ったそうである」[8)]

表 1　泣くことと日本人の自我機能障害

	チャンネル	内面感情	外への表現
本人	自←他　受動的	照らい	場の雰囲気への，相手への気遣い
分析家	自→他　能動的	悲しい	父の死に対する自分の感情の表現

この表を見ても分かるように何故われわれは，父の死の話をしているときに，分析家の言うように「父の死に対する自分の感情」である「悲しみ」を表現することなく，なぜ友人のように「場の雰囲気への相手への気遣い」を優先せざるをえないのか。悲しみを悲しめない日本人の本当の悲しい性格を証明しているように思われる。

さらに「日本人が人前で泣けない」という命題の証明をするための事例をあげてみよう。以下にあげるのは最近問題にされているペット・ロスの問題である。「日本人は欧米人と比べると，悲しみの表し方が下手です。親や配偶者を亡くした場合でも，その訴えはかなり控えめなことがおおい。

したがって，ペットの死の場合には，さらに口にしにくいこともあるようです」とペット・ロスに関心のある精神科医の言葉にあるように，日本人はペットの死の研究家からも「泣けない日本人」の指摘がなされている。[9)]

事例4

「60代の男性Aは，不眠と焦燥感を主訴として，クリニックを訪れた。自分がすでに仕事をリタイアしていること，家族ともうまくいっていることなどを淡々と話す彼に，精神科医は，『何か動物を飼っていますか？』とたずねた。その途端，男性は男泣きし，自分を苦しめている原因について語りはじめた。『実は，最近，飼っていた猫が死んでしまいまして』（中略）猫の死後，深い喪失感に見舞われてしまう。男性は『そうあってはならない』と自分に言い聞かせたし，心のバランスを保とうと懸命に努力もした。それでも主訴にあるような症状を改善できなかったのである。それに対して，精神科医は，『ペットが死んだときも，人のときと同じように喪に服していい，悲嘆にくれていい。早く立ち直ろうと思わず，出来ることをすこしづつやっていればいい』とアドバイスするとともに抗うつ剤を処方している」[10)]

このケースは，4回の通院で回復している。ペット・ロスの回復の方法には大きな違いはないと言う。「悲しかったり，嘆いたりというのは，飼い主の極めて正常な反応です。泣きたいのなら，気が済むまで泣けばいいんです。そして，遠慮しないで辛いことを周囲に打ち明ける。それで気持ちが落ち着いてきたら，ペットに向けて手紙や絵を描いてみるのもいい。それは心の整理にもつながります」[11)]

「人前で泣く」と言うケースで印象的な思い出を持っている。筆者はF中学校のスクールカウンセラーをしていたことがある。その一年の勤めが終わり，3年生を送る会の時である。3年間一日も出てこなかったS子が，A先生の薦めでその会に始めて参加した。A先生はS子のためにその日，「舞台でピアノの弾き語りをするので是非参加して欲しい」と呼びかけていた。

事例5

S子は学校には来れなかったが，学校の目の前にある老人福祉施設を訪問して，老人の介護に3年間従事した。それをA先生が励ましていた。その努力が報われ，ヘルパーの3級免許を取り，福祉科をもつ高校へも推薦で進学が決まっていた。そうした自信が出席を可能にしたのかもしれない。3年生の最後部の席に腰掛けていた。3年生を送る会も次々と出し物が出て，最後にA先生のピアノの弾き語りが始まった。来賓席に腰掛けていた筆者は，A先生の弾き語りが進むにつれ，生徒が一人また一人と，目頭を押さえながら壇上にあがり，A先生の弾くピアノを取り囲んで泣きながら一緒に歌い出した。すると我も我もと壇上に駆け上がり先生の歌声と先生の弾くピアノの音と，生徒たちの悲しみ混じりの歌とが解け合って会場は異様に盛り上がった。そのときふと筆者の目の中にS子の姿が目に入った。S子は，席から動くことなく，顔を手で覆い，肩をふるわせながら激しく泣いていた。これまでのすべての悲しみを吐き出しているかのように激しく泣いていた。周りに友達も先生もいないかのように泣いていた。

A先生は，壇上からおりたあと「あの（S子の）涙は何だったんでしょう？」と質問された。筆者は思わず「先生ありがとう」と言うことではないですかと答えた。そんなにも自然な涙だった。

筆者は，非常に感動した。今時の中学生にこんな先生と生徒のふれあいがあることに感激した。S子の涙は，筆者に映画「24の瞳」を思いださせた。「みっちゃん」という家が貧しくて学校に行けず，四国のうどん屋で働いているところに先生や友達が修学旅行でやってくる。別かれるとき，友達は船の中から「みっちゃーん」と彼女の名前を呼び，別れを惜しむ。その声が港に響き渡り，彼女にも届く，その船を見送りながら彼女は激し

く泣くのである。みんなと一緒に学校にいけなかったことが悲しくて，また名前を呼んでくれることが優しくて，嬉しくて彼女は上体を屈して，エプロンで顔を覆うように涙を拭い泣き続けるのである。映画のカメラはそれをじっと追い続ける。この映画を見た子ども時代の筆者は，彼女の涙に人間としての最高の感動の姿を見るような気がしていた。S子の泣く姿は，映画の「みっちゃん」の泣く姿と同じだった。「みっちゃん」は，家が貧しくて学校に行けなかった。そしてわざわざ来てくれた四国で，友と先生の優しさにふれた。S子は3年間学校に来ることができなかった。しかし今日始めて学校にやってきて，先生と生徒の優しさにふれた。二人の涙には，人間として人間の優しさにふれた深い感動の喜びがある。美しい涙だと思った。

事例6

1月17日の地震で，人を見る目が変わりました。私の家は，見事に全壊しました。壊れた家から逃げだして，呆然と壊れた自分の家を眺めていたとき，親戚のおじさんが，私の家まで，心配で，自転車で駆けつけてくれました。おじさんは，自転車で来るにはあまりに遠いのに……。そして，私の家を見て，泣いてくれました。私は，すごく感動しました。そして，その日の夜に，新潟からも，親戚のおじさんが来てくれたときは，本当に来てくれただけで，ホッとしました。そして私の家は，1階がペシャンコで，2階が，ドーンと落ちてきた状態だったのに，取り出せるものは取り出そうと，親戚の叔父さんは，命懸けで，取り出してくれました。私は，叔父さんたちに，親戚の人達に，一生懸命しょうとおもいます。困ったとき，やっぱりお互いに助け合うことを，改めて感じました。[12)]

「泣く」と言う行為は，人の最も自然な反応としてそれを共有すると事で連帯を高めるのであることをこの事例は示している。人前で自分の悲しみを泣くという，能動的自我機能チャンネルを働かせることは今後日本人の真の連帯を深めるためにも必要である。

ちょうど本稿を書いているとき，テレビニュースで23才の男性が，妻と子どもを殺害され，警察より被害者の家族に何の情報も連絡もないので，裁判所にでかけて事件の裁判経過を傍聴しようとした。殺害された妻と子どもの遺影を持ち込もうとしたら，裁判所より断られたことを報告していた。若い彼は「犯罪被害者の権利が全く無視されている」として，涙を流して妻と我が子を殺された悔しさと悲しみを素直に訴えていた。彼が，その若いエネルギーで司法の偏りを改革するために立ち上がり，「被害者の権利」を法的に確立する運動の中心の一人になっている。人前で悲しいことを悲しいと言うことが運動のエネルギーを生み，人を動かして連帯の輪を広げるためにも必要であると思った。

表2　人前で泣くことの社会的意味

自我機能	泣くこと	社　会
「自→他」	人前で泣く	連　帯
「自←他」	人前で泣けない	不　信

2．危機場面と日本人の自我機能

危機のとき人間は本来自分の持っている傾向を出すといわれる。したがって，危機の時の日本人の反応を調べることで，これまで検証してきた日本人の受動的自我機能をより明確に明らかにできると思われる。

野田は，1985年8月12日群馬県上野村の御巣鷹山に墜落したボーイング747のボイス・レコーダーを分析しながら次のように述べる。

事例7

「客室乗務員から，機体尾部が損傷しているという，客室内からわかる情報さえ連絡されていなかった。コックピット側から調べにいくことも，問いかけることも行われていない。そもそも，こ

のクルーは危機において酸素マスクをつけることも忘れていた。それでも機長は，迷走30分を戦いつづけた英雄として表彰されたのであった。日本人は，具体的な改善に向けての検証よりひたむきな奉職のスタイルが好きだ」[13)]

野田は，危機における日本人の自我機能をこのように明確に規定する。「具体的な改善に向けての検証」よりも「ひたむきな奉職のスタイル」が優位であると主張している。そしてその原因として，「機長は，副操縦士・航空機関士に命令し，副操縦士と機関士は命じられたことに従い，聞かれたことに答えるだけである。3者ともに，上位下達の関係で訓練してきている。このような関係が，異常時におけるちょっとした気づきを言葉にし，その疑問を共有し，一緒に考えながら次善の策を考慮していくことを不可能にしたのである」と説明している。

危機おける日本人の反応は，自分の経験からするとあの阪神淡路大震災の時，スイス・レスキュー隊に対する日本の厚生省の官僚に代表されるように思われる。震災発生後いち早くスイスから駆けつけたレスキュー隊は犬を連れていた。瓦礫に生き埋めになっている人を発見するためである。このレスキュー隊の入国は，犬の検疫が終わってからという制約が課せられ，「検疫に10日かかる」という非常識な発言をして，被災者のみでなく，被災者の救援を実行している世界の人々をびっくりさせた。この非常時においてさえ，人命救助より検疫規則が大事であると主張したのである。

危機に対する認識能力が欠けていると言わざるをえない。いや，「被災者の救済」という発想が無いと言い換えてもよい。その判断をくだしたひとは「役人」であったかもしれてないが，「役人」であるまえに，普通の人としての主体的な現実検証能力が存在していない。現に大地震が起こっているのに，それに対して自分が「被災者救済」でどんな役割を果たせるのか気づいたことも，考えたこともないのだろうか。そもそも自分の「気づき」とか「個人の判断」は存在しないのだろうか。

表3　危機場面と日本人の自我機能分析

自我機能	意志疎通の性質	危機に対する態度
自←他	上意下達	ひたむきな奉職の姿勢
自→他	危機の共有	改善のための現実検証 個人の気づきの行動化

3．危機の体験と自我機能の変化

まず危機の体験過程についての分析をはじめよう。野田によると危機の体験過程はある時間経過が必要であると言う。

「人が耐えがたい精神的外傷を受けたとき，それを緩衝していくために法則的な時間経過をもつ。大震災でかけがえのない人を失った遺族は，ショック，事実の否認，怒り，長いよく鬱，故人の死の意味の社会化といった，体験緩衝の時間経過をとってようやく回復していく」[14)]

この時間経過は，個人だけではなく被災者集団にもあてはまると言う。それは，まったく予期しえない圧倒的衝撃のため，それぞれの個人のもつ条件がはぎ取られ，人間の生物としての生存に向かって「人々が剥き出しになってしまう」からである。

この災害経験の時間経過のモデルとして他に，ラファエルは次のように提案している。災害が予知できるとは「警戒」からはじまる。そして「衝撃」の段階に入る。この段階では，恐怖の情動が支配的で，高度の覚醒状態（emergency energy）にあり，「英雄的」な行動と言われる「火事場の馬鹿力」と言う現象もみられる。たとえば，筆者の義父は自宅の火事のとき60キロの米俵を両手に抱えて3メートルの幅のある川を飛び越えたという。もともと体の大きな人であったが，普段の義父から考えられないことだったと本人が言っていた。

この後の，「衝撃後」の段階では，被災直後の時期の愛他的，相互扶助的な反応に続く「ハネムーン」「ユーフォリア」といわれるコミュニティ感

情が高まるときがある。

事例8

ひとり暮らしをしていた私は，1月17日の地震のときも，もちろん一人だった。地震がおさまってから，同じ2階に住んでいた男の人がすぐ来てくれて，心強かった。それまでは，ただのとなりのひとと言う感じだったが，凄くうれしかった。親戚の人も，車できてくれて，みんな自分の家もひどくなっているのに，私が一人だから，女だからと，心配してくれていた。夜，給水車に水をもらいにいったとき，もうすでに車の中には水はなく，何も持たずに帰ろうとしたら，近所のおばさんが，私のとこたくさんもらったからもって帰りと言ってバケツに一杯の水をくれた。いくら水があっても無駄じゃないのに，それを私に分けてくださって，すごくうれしかった。また，やっぱり皆で協力して生活していこうと言う気持ちがすごく伝わったし，今回の震災で，ボランティアにしろ，近所の人々にしろ，助け合うと言うことを学んだ。[15)]

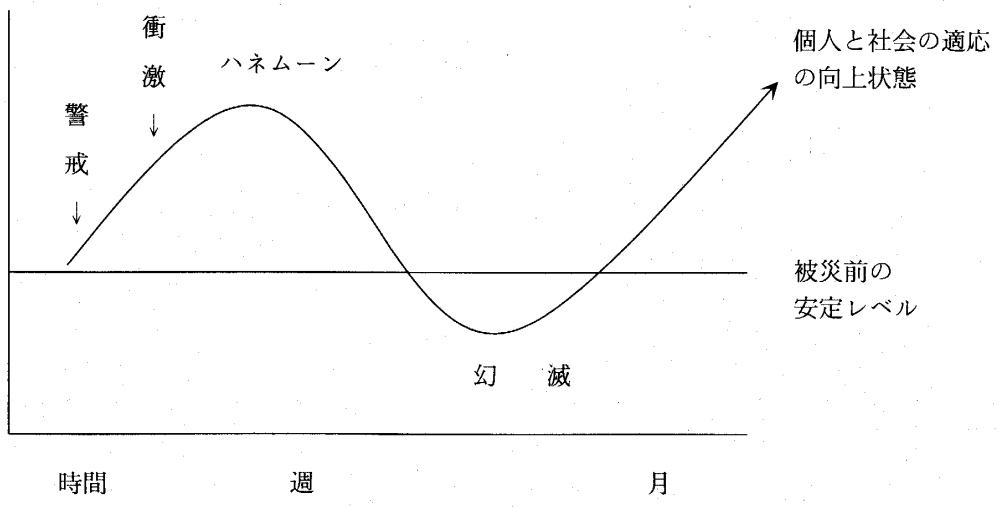
筆者は，今回の阪神淡路大震災の翌日，道路に車が溢れ，空にヘリコプターが舞い，あちこちでまだ煙が上がるなか，学生たちの消息をたづねて歩いた。長田のある避難所を訪問したとき「とにかく命が助かっただけでもありがたい」と人々は喜んでいた。筆者が「何か持ち出した方がいいんじゃないですか」と言っても，「いやいや，命が助かったことが一番です。それ以上のことは望みません」と明るかったのが意外であった。死と破壊の脅威の中で生き残ったことの幸福感，損失を認めたくない気持ち，災害によって社会的な障壁が取り除かれたこと，それに共通被災体験による相互連帯感の強まりが「明るさ」の背景にある。

しかし，その災害が時間の経過ののち，幻滅的な現実直視の局面が現れる。組織的な救援体制の解除がはじまり，災害がもたらした損失，変化，官僚主義的な制約などの現実を直視しなければならなくなる。先程の人達も，幻滅的な現実直視の段階になると，自分の失ったものが見えてくるため，「アルバムがほしい」「仏壇は持ち出したい」と言う個別的要求がでてきて，取りに帰ったりしていた。そして，共同体的連帯をもっていたにもかかわらず，自分の損失が明らかになり，個人差も見えてくると「2次災害」的な被害意識を持つようになる。

事例9

1月17日の震災当日，北区の私は，こんなにひどいことになっていると思いませんでした。港川のおばあちゃんの所にすっとんでいった時は，信じられないものを見たといった感じで，頭が真っ白になりました。下町だけに，近所つきあいとか，

図1　災害反応の経過



わりにあった方で，何十年もつきあってきたひとたちばかりで，幼いころから，週末と長期の休みの日はずっとおばあちゃんの家にいりびたっていた私は，そっちの近所のほうにも，かわいがってもらっていたので，地震当日はみんなが道路に広がって，1つのラジオを囲んで，座っている姿は，老人が多い地域で，火が迫ってきてもなすすべがなく，お互いよりあっているという感じで，みんな団結しているのはすごくいいなぁと思いました。しかし，後日，その地域が神戸市の区画管理に入っているとわかった途端に，近所中が，「うちだけは」と言うことでバラバラになり，いがみ合って，何十年も仲良くしてきた人達がもめてきたり，陰口をいったりしているのを見聞きするようになると，人間の底の欲というのが出てきたのは，つらいなあ…とおもったり，なさけないけど真の姿なのかと驚かされました。[16]

また自宅が今回一番被害の大きかったと言われる長田の菅原通りの近くでお米屋さんをしていた筆者の大学の職員が地区の人からいじめにあってしまった。彼女の自宅だけ鉄筋であったので壊れなかったのである。避難所でも肩身の狭い思いをし，お米が売れないので，大学の教職員のひとで「お米を買ってくれるひとがありませんか」と注文を聞いていたほどである。[17] こうした時間経過をして，救済，回復に至のである。以上まとめると前頁の図のようになる。[18]

4．危機状況での専門家の自我機能障害

野田は，この問題について「専門離人症」という言葉を使ってこの問題を議論している。「自分の学問分野の既存のテーマを繰り返しもちだし，震災で起こっている現実にはほとんどかかわることのできない」つまり「専門家であるがゆえの社会的現実感の喪失」を意味している。野田は災害を専門とする社会心理学者をその具体的例として挙げている。

「日本の災害心理学者は被災者の中に入って考え，災害救援に何が必要なのか，独自のテーマを作ろうとはしてこなかった。災害の社会心理学的研究といえば流言飛語と決まっていた。…教授も，救助が遅れ，人が死に，被災した人々が刻々変化する不安な精神状態にある時，現状とは無関係に噂のメカニズムの解説を続けていた。今回の震災で被災者が直面した困難のうちで，いったい流言がどれだけの比重をしめたというのか」[19]

筆者の大学時代，「学生紛争」の時代であったが，その時教授たちの非現実的な対応をみて「専門バカ」という言葉が学生たちのあいだで流行した。それは専門的なことは深い学識を持ち正しい判断が出来るが，専門外のことになると非合理的な判断力しか持たない教授たちの限界をあげつらうものであった。「離人症」とは，外界がよそよそしく感じられるという疎隔体験と自分がもとの自分でないような感じを抱くことを言う。「現代の細分化された学問は，その限定された分野から現象をみていけばいくほど，複合して生起する現実から専門家を隔てていく」[20]

スイスでの障害児童の扱いで，この専門家の「細分化」の議論の対象となる障害児の問題について興味深い事実に出会った。

事例8

筆者の後輩がサールガンスというリヒテンシュタインの近くのスイスの小都市に住んでいた。奥さん（K）は，日本人で自宅とリヒテンシュタインの間にある養護学校の先生をしていた。Kさんは，「何の発達の可能性もない」と申し送りを受けた重度の障害児に「今日はお兄さん元気にしていた？」などと話しかけていたので，「日本から来たKは，頭がおかしいのではないか？　何も分からない児に話しかけて，一人芝居をしている」と悪口を言われたという。日本の養護学校に比較すると，建物も人的配置も贅沢のように思われた。たとえば，K先生のクラスの子どもは3人だけだが，理学療法士・言語治療士・保健婦・看護婦等

表4　専門家の自我機能障害の構造

対象	研究態度	問題の性格
被災者	直接的関わりの欠如 （テレビ局で流言の解説）	現実喪失　（専門離人症）
政治	非合理的説明 （象牙の塔での専門研究）	常識の欠如　（専門バカ）
障害児	部分的係わり　（専門分化）	全体的係わり　（一人芝居の誤解） の欠如

様々な専門家がそれぞれの領域で係わっていた。「その限定された分野から現象をみていけばいくほど，複合して生起する現実から専門家を隔てていく」と言う野田の主張がみごとに当てはまる。「限定された分野」のそれぞれの専門家からは「何の発達の可能性もない」子どもが，K先生の「一人芝居」で変化してきたのである。K先生が，服を着替えて帰ろうとすると，涙を流すようになった。この変化に驚いた「専門家」の先生たちは，K先生の「一人芝居」を見直すようになった。[21)]

専門家としての部分的係わりが，いかに，子どもの現実から離れてしまっていたか，分かり易い事例である。

このように整理すると，「現実」「合理性」「全体」を理解すること・係わることを喪失し「専門家」となることの問題点を明確にしている。筆者は日本人の自我機能の研究より「自←他」のチャンネルはいわゆるストーリーのチャンネルで，心理的真実を形成する。これに対して「自→他」のチャンネルは，現実検証のチャンネルで客観的真実を形成する。日本人は「自←他」のチャンネルが優位で包摂的「全体性」の把握は得意であるように思われる。しかし，客観的・個別的「現実」を検証する能力に欠け，危機とか，悲しいときに泣く社会的な「合理的」行動に欠けている。

文　献

1）山添　正　1997年　父性の建て直し母性の見直し　ブレーン出版
2）山添　正　2000年　しつけの見直し大人の建て直し　ブレーン出版
3）World Health Organization 1980 International classification of Impairments, Disabilities and Handicaps, Geneva
4）クローズアップ現代。1月12日NHK放送
5）山添　正　1997年　父性のたてなおし，母性のみなおし　ブレーン出版　p59
6）小此木啓互 1979年　対象喪失　央公論社　p55-56
7）野田正彰　前掲書　p148-149
8）山添　正　1997年　父性のたてなおし母性のみなおし　ブレーン出版　P129
9）宇都宮直子　1999年　ペットと日本人　文芸春秋　p84
10）宇都宮直子　前掲書　P84-85
11）宇都宮直子　前掲書　P65
12）山添　正　1995年　講義ノート「私の震災体験」
13）野田正彰　災害救援　岩波書店　1995年　p97-98
14）野田正彰　前掲載書　p185
15）山添　正　1995年　講義ノート「私の震災体験」
16）山添　正　前掲講義ノート
17）B. ラファエル 1986年　災害の襲うとき　みすず書房　p18-22
18）B. ラファエル　前掲書　p21
19）野田正彰　前掲書　p172-173
20）野田正彰　前掲書　p171-172
21）山添正　1997年　父性のたてなおし母性のみなおし　ブレーン出版　p160-162