

新 防災力 あすに備える

関西学院大学社会学部助教授

池埜 聡さん

いけの・さとし 専攻は臨床福祉学。災害や犯罪による被害者支援をソーシャルワークの視点から実践・研究している。43歳。



阪神大震災をきっかけに、自然災害の被災者や事件の被害者に対する「こころのケア」の重要性が理解されるようになった。PTSD（心的外傷後ストレス障害）という言葉も定着し、心理的な支援態勢も整ってきた。「こころのケア」とはどのような取り組みなのか、支援にあたっての課題や注意点などを聞いた。

（編集委員・野呂雅之）

被災者の「こころのケア」を受けましょうと。とくに自然災害で注意すべきことは何ですか。
「突発的な事件や事故に遭った方は、それまでは自立した生活をしていた。援助者がそうした考えをもっていないといけない。どうしてでも病理モデルとして見せまらう。症状が出るから精神的な治療

こころのケア

とか言われると受け入れられない。それによって、二次的なダメージになってしまおう」

「強いストレスを受けた人は、自分を守っている衝立がなくなってしまう。いろんな言葉とか接してくる人の思いに敏感になる。それまでは自分の衝立を開けたり閉めたりしながら、その人を受け入れたり拒否したりできた。心の余裕があるわけですね。でも、突然

「まず最初は住居の問題とか生活のニーズです。次にプライバシーの問題、さらに自分自身でもう一度、人生の主導権を再獲得することです。そのために自分の居場所とか、対人関係の修復とか、日常生活を取り戻さなくては行けない。傷を受けたからそっとしておいて、家にずっと閉じこもると、回復の糸口がつかめなくなる。しばらく安静にした後で、あまり時

「でも、そうしたなかでも出来ないことがでてくる。どうしても本が読めない、眠れない、人と会っても疲れるとか、そういうことになってきた時に初めて「ああ、自分はおかしいぞ。治療が必要かな」という気持ちになる。そこで、ぐっとアプローチする。被災者それぞれの回復過程を尊重することが重要なのです。『あなた傷ついていますよ』と言われること自体、二次被害になる恐れがあるからです」

「阪神大震災のような大規模災害では家族も被災しています。家族が注意すべきことは？」
「家族のなかでも、それぞれストレスの対処の仕方が違う。ある人は酒を飲む、じっと黙って耐える、ある人は泣き崩れるかもしれない。その違いから、ケンカになることもあります。『あなたは悲しんでいない』とか『私の痛みをわかってほしい』とか。震災のまよに家族全員が同じ経験をしていたも、ぜんぜん違うとらえ方をしていることもあるわけです。家族支援というアプローチも大事で、それぞれが違うやり方で乗り越えようとするのは当然だし、その違いを認め、理解しあえるような形に家族を導いていきます」

「震災では消防士の援助者も精神的なダメージを受けました。そうした「代理受傷」の問題も深刻です。」
「消防士や警察官だけでなく、臨床心理士や社会福祉士にも依頼することですが、トラウマ被害者に援助することは自分も傷つく可能性があることを十分に認識することが重要です。もう一つ大事なことは、日本で最も遅れていることだけど、彼らを支援するスーパーバイザーを配置することです。援助者をサポートできる監督者です、資格制度もあります」

悲しみ言い出せる社会に

「そうした背景には、弱音や悲しみというネガティブな感情を示すのがまだまだ許されない社会構造があるのではないのでしょうか。悲しみをなかなか言えない社会では、どうしても被害者は孤立し、悲しさを隠そうとしてしまふ。それを許す社会をつくることは被災者、被害者が生きていくうえで重要なポイントだと考えています」

関西学院大学災害復興制度研究所と朝日カルチャーセンターが共催で、市民のための防災・危機管理講座「関西を再び地震が襲うとき～あなたの備えは」を開いています。12回シリーズの第8回は10月11日の開講で、講師は池埜聡さん。申し込みは同カルチャーセンター（06・6222・5222）へ。