

避難所における被災者のこころのケアについて

一度きりの関係である外部ボランティアが被災体験を詳しく聞き出すことは、こころのケアとして望ましくない場合があります。積極的な質問を控えて見守り、支える気持ちを持ちつつ、肉体的苦痛の除去に徹することが、精神的治療の最善の手段と考えてよいでしょう。ただし、胸の内にため込んでいるものをガス抜き程度に外へ出すことが必要な時もあります。また、被災者同士の会話と異なり、外部の人にだからこそ話せる内容もあり、そのような点でボランティアの治療者の存在は貴重でしょう。

被災体験を聞く時のポイントは2点です。

- ①詳しく尋ねたりせず、被災当時の体験に没入させ過ぎない
- ②治療の最後に、日常生活に意識を向けるような（現実に戻す）会話をする

また、目の前の患者さんの、被災前の生活をじっくりと聴いてあげることが大切な時もあります。「確かにそういう仕事／生活をしている方だった」と受け止めることで、震災の前後で断絶してしまったその方のアイデンティティを回復させるお手伝いになります。

1. 話を聞かない方が良いということでしょうか

⇒「ガス抜きは必要」と書きましたように、話を聞くこと自体は非常に大切です。ほとんどの治療家の方々も日々の臨床の中で実感なさっているように、身体に触れながら話ができることは、鍼灸マッサージ師治療の特性であり、これは災害医療においても大きな役割を果たしています。「被災体験談を掘り下げないこと」とは、飽くまで「無理に聞き出さないこと」とご理解ください。

2. 対処に困るような事例に出会った場合、どうすればよいでしょうか

⇒取り乱すなど、私たちでは対応しきれないケースがあった場合への対処のために、「こころのケアチーム」へ報告、相談できるよう、あらかじめ連携をとっておきましょう。

3. 地元の治療家は話を聞くことができると思うのですが、いかがでしょうか

⇒被災地が地元である鍼灸マッサージ師の先生方は、患者さんに継続的にじっくりと向き合うことができる分、短期のボランティアとは違った長期的な支援と対応が可能です。同じ被災体験をした地元の施術者にしかできないこころのケアがあります。「治療の最後に、日常生活に意識を向けるような（現実に戻す）会話をする」とのみご注意ください。

2011/05/27

災害鍼灸マッサージプロジェクト