

Gift for the Next 100 Years

Vol.2

被災地のいま

佐々木 豊志さん（くりこま高原自然学校代表）

地震発生から2か月が過ぎました。私はRQ市民災害救援センターという運動体の中で活動を続けていますが、今、キャンプで培ったものがどう生かされるのか、本当にキャンプの力が試されていると思います。

この間、活動は常に変化してきました。最初は人命救助です。その後、登米市を拠点に南三陸に入りましたが、前半は物資の支援が中心でした。次に求められたのは、泥出しや漁具の片づけといった労働力の支援でした。そして今は、人と人の交流の支援、あるいは避難生活の中のホッとした時間を作るための支援へと移行しています。そんな変化にあわせて組織変えをしており、毎日がふり返り、毎日が改善です。

ボランティアには「被災者のために」という思いを持って自発的にやって来るという強みがあります。ニーズは日々変わり、仕組みも毎日変わります。そこでは、一人ひとりがハブとなる運動体が力を発揮します。この毎日変化する状況で対応する人間力は、体験学習、体験教育、キャンプの中で鍛えられると思います。

活動の中で、世界食糧計画（WFP）のテント設営のお手伝いをしたことがありますが、彼らは組織力もあるけれど、個人の人間力も大切にしていると感じました。やはりキャンプでも同じですが、組織力と人間力のかみ合いが大事で、そこは今、私たちが試されているところだと思います。

グリーフケアとはなにか？

小西 達也さん（上智大学グリーフケア研究所主任研究員）

グリーフケアとは

グリーフケアとは、簡単に言うと「死別を経験した人をさまざまな形で支える行為全般」、一言で言うならば「悲嘆のケア」ということです。今回の震災では、大切な人のみならず、財産や社会的役割などまでも複合的に喪失した方が多くいらっしゃるの、その影響も大きいと思います。

グリーフワークとは、亡くなった方との新しい関係性を見だし、また新たな生活と向き合うことで、新しい現実の中での自分の生きる意味、目的を見だしていく作業です。その支援がグリーフケアということですが、その基本となるのは「傾聴」です。それはケア対象者のお話を、価値判断を加えずに「あるがままに」聴いていくことです。そのためにはケア提供者は、自らの固定的価値観から自由になる必要があります。つまり、ケアにおいては、ケア提供者自身の

在り方が問われるということです。そのためには、自分自身の価値観の自覚化が必要となりますが、これはなかなか難しいことです。

会話は、できるだけ自然な形で、タイミングを考慮して始めるようにします。いきなり話しかけたりすると、相手に心理的な負担をかけることにもなります。またケアを押しつけたり、本人が話したくないことを無理に聞き出さないことが重要です。人は、特に内面の事柄について話す時は相手を選ぶのが普通です。相手の現実的なニーズを満たすことなどを通じて信頼関係を構築することが、その基本となります。

そうした傾聴を通じて、ケア対象者の自己表出をサポートしていきます。それには、例えば相手が「つらいです」と言った場合に「つらいんですね」などと共感していくことが基本となります。また「悲しい」とか「つらい」といった大雑把な一言ではなく、細かなニュアンスも含めて、できるだけいねいに拾っていくように心がけます。ケア提供者側にケア対象者と同じ経験がない場合には、本当の意味での共感是不可能的です。その場合には相手から、そのご経験を「教えていただく」という謙虚な姿勢で傾聴していくことが重要です。また傾聴で聴くのは相手の言葉だけでなく、その表情、声のトーン、ボディランゲージなども含めて、その存在を全身で聴くようにします。

また、ケア提供者が落ち着いていること、そして自らの心のガードを取り外すことが大切です。聴いている側が緊張していると、相手も緊張して、心の内を話すことが難しくなってしまいます。ケアする側に落ち度がなくても、怒りをぶつけられるようなこともあります。その場合には、やり場のない気持ちをお持ちであることを理解し、落ち着いて、誠心誠意対応していきます。



グリーフケアとキャンプ

5月21日 ● キャンプアカデミー2011「キャンプの力」抄録 ちから

「キャンプの中にはいろいろな自己表現の場がある」……小西氏



被災した子どもに対するケア

災害は子どもに長期にわたって影響を与えていると言われています。今は元気でも、時間とともに症状が出てくることもあります。また、親の心の状態の影響を受けやすいので、親御さんに対するケアが重要です。

災害の発生について、子どもが「自分のせいでこうなってしまったんだ」などと罪悪感を持ったりする場合がありますが、その場合には、その子に責任がないことをしっかりと伝えることが重要です。また、行動が幼くなる「退行」やストレスから暴力的な行為を示す場合もあります。

ある避難所で、ボールを至近距離から「大人なんだから取れるだろ」と言って投げつけてきた子がいました。これはいつも守ってくれる大人が、今回の震災では守ってくれなかったことに起因する不安の表れかもしれません。子どもは、自分が保護されていると感じられる中で成長できるものですので、子どもに対しては常に愛情深く接し、「自分は保護されている」との実感を持ってもらえるようにすることが大切です。

キャンプの力を信じて

グリーフ・キャンプの可能性はどこにありますか？

小西 キャンプでは、ごはんを作ったり、テントを立てたりという日々の生活にかかわることを仲間とやったり、体を動かしたり、さまざまな自己表現の場がありますので、グリーフワークの促進という観点から見ても、好ましい面が数多くあるように思います。

また、グリーフを経験した子どもさんのキャンプの場合には、個別的なケアが必要な場合もあるでしょうが、例えば「今日はどうだった？」というようなことから始めて、グループでいろんな話をするので、グループでのケアにつなげていくこともできるように

思います。

佐々木 グリーフケアについてもそうですが、放射能の問題についても、いろんな専門を持っている人たちと手を組んで体制を作ることが大事だと思います。課題によりよく対応するためには、チームで取り組むということが大事ではないかと思っています。

具体的なプログラム、注意点はどんなものなのでしょう？

佐々木 基本的には普段のキャンプと同じ考え方でよいと思います。ただ、スタッフが普段より感度をよくして、子どもたちの様子を感じることは必要だと思います。だから、プログラムはなんでもいいと思いますが、さすがに水のプログラムは控えたほうがいいのかなといったことは思います。それから、被災地の元気村で工作のブースがあったのですが、予想に反して、たくさんの子が熱中していました。工作のように、じっくりと自分の世界に入って集中する、自己表現をするというものもいいかもしれません。それから、子どもたちは今、ストレスがたまっていて暴力的なんですね。だから、外に出てガス抜きをすることも必要です。散歩するだけでも落ち着くことができるので、我々スタッフのアンテナの張り方を勉強したいなと思います。

小西 グリーフケアのキャンプといっても、子どもたちに思い切り楽しんでもらうことが基本になる点では、普通のキャンプと変わらないように思います。それから、ケアする人のケアも必要です。一日を終えたら、ケア提供者同士でお互いの体験を聴き合う時間を持つことが大切ですし、可能であれば、ケアする人をケアし、指導できるスーパーバイザーの存在があるとよいと思います。



「課題によりよく対応するためには、チームで取り組むということが大事」……佐々木氏

本コーナーでは、グリーフ・キャンプ・プロジェクトに関連する情報を継続してお伝えします。次号は、アメリカで20年以上にわたって行われているグリーフ・キャンプ「El Tesoro de la Vida」についてご紹介する予定です。