

第9章

危機状況への支援

近年、大地震や火山の噴火、児童殺傷事件などが相次いで生じ、学校においても事件、災害、事故と無縁ではないことが改めて思い知らされることとなった。このような危機的状況では、個人ばかりではなく、学校組織全体も大きな動揺や傷つ

きを体験する。スクールカウンセラーはこのとき何をすべきで、何ができるのだろうか。

本章では、危機状況における支援について、個人レベルでの関わりと、集団レベルでの関わりのそれぞれについて述べられている。ここでも、スクールカウンセラーには学校全体と個人の両方を視野に入れて、組織的で、包括的な支援活動を行うことが重視される。また、本章では、危機状況は必ず心に深い傷を残すというものではないことが事例とともに指摘されている。当事者や学校組織にとって、危機の状況に適切に対処することができたという経験は、むしろ彼らの成長に結びつくのである。思いもかけない事態をいかに成長の経験に結びつけるか。本章からその発想を読みとってもらいたい。

1 危険の危，機会の機，そして支援

危機介入とは何か

「危機介入——実践と調査のためのハンドブック」の著者スレイコーによれば、**危機**という漢字は、危険の危と、機会の機からなり、英語で危機を意味する crisis は、ギリシャ語の決定を意味する krinein が語源になっているという（カリフォルニア開発的カウンセリング協会編、2002）。いずれにしろ、危機状況とは、何らかの事態が生じ、それを契機に何らかの決定や判断を迫られ、それに応じて変化が起こるということを意味しているようである。

したがって、危機に関わるとは、転機の時を支援するということになる。しかしその一方で、「危機介入」の「介入」という言葉には、事件や事故に割り込むという意味があり、まるで、危機には介入しなくてはならない、相手の意思は無視して割り込んでいかななくてはならないといっているようなニュアンスがある。そう考えると、危機介入という言葉より、**危機支援**とでも言い換えた方がふさわしいような気がするので、ここではこの言い方を使う。

危機とは何か

危機はつねに、どこでも誰にでも起こりうる。このことは、忘れられていることである。そして、いざ危機に直面すると「まさか自分にこんなことが起こるとは思わなかった」と口をそろえて言う。どこの学校でも避難訓練をする。校内のどこかで火災が発生したという想定がほとんどである。避難訓練はいたって和やかな雰囲気で行われることが常である。笑っていたり、はしゃいでいたりして、児童

生徒たちは教師に怒られる。消防の人が来て、説明などをすることもあるが、大方は真面目に聞いていない。児童生徒たちは、楽しいイベントだと思っている。「火事になんてならないよ」と児童生徒たちは思っているのである。教師だって思っているかもしれない。飛行機では、毎回、緊急着陸時の避難の仕方や、酸素マスクの使用方法について説明するが、熱心に見ている人はほとんどいない。乗りなれている人なら、まず見ないだろう。「これは自分の身には起こらないことだ」と思っているからである。

交通事故ですら、いかに毎日、新聞に載っていたとしても、「私には起こらない」ことだと多くの人が思っている。交通事故死亡率の一番低い県であろうと、一番高い県（これは例年、北海道だが）だろうと、事情は同じである。

避難訓練はどここの学校でも年間計画に組み込まれていることとされるが、今さら、危機に遭遇したときの心の支援を組み込もうとしても、現実には難しい。

それではどうするか。まず、教師に、今までに経験したことのある危機は何かと尋ねる調査を行った結果があるので、みてみよう（表9-1）。

この調査は質問紙に項目をあらかじめ書いて、当てはまるものに○をつけてもらったようだが、筆者が「学校における緊急対応」という研修会を行ったときには、「何が危機なのかというのがわからない」と言った教師がいた。これはある種の核心をついた発言のように思われる。「危機である」という認識があれば、それに対処しようとする。ところが、「誰にでも起こることだ」「どうということはない」ととらえると、対処しようという構えもなくなるのである。したがって、危機とは何か、どういうことを危機というのかを学校・教師に知ってもらうことは、はじめの

表 9-1 教師が経験した危機

経験した危機の種類	小学校	中学校	高等学校	合計
いじめを受けている児童生徒	21(78%)	25(93%)	28(93%)	78(85%)
児童生徒の暴力行為	16(59%)	27(100%)	28(93%)	74(80%)
学級崩壊・授業妨害・授業放棄	18(67%)	21(78%)	20(67%)	61(66%)
教職員の死	15(56%)	8(30%)	23(77%)	56(61%)
児童生徒の事故死	13(48%)	17(63%)	22(73%)	46(50%)
虐待を受けている児童生徒	12(44%)	17(63%)	12(40%)	44(48%)
児童生徒の病死	10(37%)	11(41%)	15(50%)	42(46%)
アルコール・薬物乱用の児童生徒	2(7%)	19(70%)	11(37%)	34(37%)
児童生徒の自殺未遂	1(4%)	6(22%)	12(40%)	19(21%)
児童生徒の自殺	1(4%)	5(19%)	9(30%)	16(17%)
児童生徒の災害による死	5(19%)	3(11%)	3(10%)	13(14%)
児童生徒の犯罪事件による死	1(4%)	1(4%)	2(7%)	4(4%)

〔注〕 カッコ内は質問紙に回答した教師に対する％（小学校 27 名，中学校 27 名，高等学校 30 名，その他 8 名，合計 92 名）。合計はその他の数
名を含む。一部内訳と合計に矛盾があるが，原典のまま記載。

〔出典〕 上地・富永ほか，2001。

一歩であるといえる。そのためには，研修会などをするのもいいが，たとえば，上記のような調査をするだけでも，「こういうのを危機というのか」と教師が自覚することになり，意義深い。ここに挙げられている項目のほかにも，筆者が経験したもののなかには，「教職員の犯罪」というものがあった。朝刊に，担任が顔写真と実名入りで掲載されていたのである。「性被害」も出会い系メールの普及とともに，増加の一途をたどっている。

このように考えると，危機への支援は，特別なことではなく，通常のスクールカウンセリングのなかでいくらかでも起こりうるということがわかってくる。しかし危機状況への対応は，通常のカウンセリングの方法とは多少の違いがあることも事実である。危機状況は適切に対処できれば，目覚しい効果をあげるものである。

状況に対しての緊張度が高まっているときだけに、スクールカウンセラーは適切・的確に対処することが望まれる。

2 危機に対して何をすべきか、何ができるのか

危機状況への関わり方

臨床心理士は元来、個人の心理療法に重きを置いてきた歴史がある。個人の心理療法は、臨床心理士にとって、基本であると思われるが、基本は基本であり、応用もまた必要である。学校という集団で必要とされるのが、集団を扱うスキルであることは言うまでもない。

「危機」というときには、個人レベルのものと、集団レベルのものがある。また、個人と集団に分けられないのが学校あるいは学級であるともいえる。すなわち、個人の身に起きた危機、たとえば肉親の死というものに遭遇した児童生徒がいたら、その友人たちは、この児童生徒のことを心配する。こうした1つの危機が、いかに教室全体に波及し、そのクラスの雰囲気を変えていくかは、卓越した教師ならば、知っているところである。

相談室に閉じこもって、危機に遭遇した児童生徒のみに会っていると、それがみえないことがある。

従来の心理療法の考え方は、個人を変えていくことで、その効果は集団（従来は家族であっただろう）に派生すると考えていた。この考え方は間違っていないが、学校という場における共通理解とは言いがたく、また、集団を変えていくことで個人が変わっていくという観点もまた真だ、ということをおぼえている。

個人レベルでの危機

日常の学校生活のなかで、危機は常に訪れる可能性がある。おそらく、教師は自

分の経験で、試行錯誤しながらこれを切り抜けているのだろう。学校で多く聞かれる言葉がある。「そっとしておくのがいい」「傷に触れないように」。しかし、臨床心理の世界では、傷は早めに手当てしておけば、被害が少ないとされている。手当てをすることと、傷口を広げては正反対であるが、どちらも傷に触れる行為である。「そっと触れる」には知識と技術と十分な共感が必要である。

ここに一例を示して、「そっと触れる」ことについて示したい。

ビネット9-1

◆ある日の出来事

中学校で、スクールカウンセラーのもとに女子生徒が養護教諭から紹介されてきた。朝から普通に教室で授業を受けていたが、2時間目の授業中に、突然、泣き出した。担任が事情を聞こうとしたが、答えない。休んだ方がよさそうだとすることで、保健室に来た。養護教諭がゆっくりと時間をかけて聞いたところ、3年前に父親を事故で亡くした。気持ちの整理はついていたつもりだったが、突然そのときのことがよみがえったという。

❖スクールカウンセラーの判断

スクールカウンセラーが会ったところ、泣いており、混乱している。授業中だったのに、どうして保健室に来て、しかもスクールカウンセラーの前に来させられているのか、理解できないでいる。まとまった思考はできないようで、父親のことについて聞こうとすると、苦痛に満ちた表情をし、混乱が増すように見受けられた。自分の近くに寄ってほしくない、自分に触られたくないという警戒心を感じる。スクールカウンセラーも、通常カウンセリングでしているような、問題に焦点を当て、これに基づく葛藤や不安を解消するというような手順をとるより、心的外傷のフラッ

シュバックととらえた、トラウマ・カウンセリングのほうが安全で有効ではないかと判断した。

◆対処方法

まず、「今朝はごはん、食べた?」「朝は、バスで来たの?」というような事実に基づく、時間的に近いことがらで、必ず答えられるような質問を重ねた。こうした混乱状態においては、「答えられない」と思うことで、混乱が増す。したがって、必ず答えられるような、事実(思考や感情ではなく)を聞く質問をすることで、自信を回復することと、トラウマから距離を置くことの効果が期待できる。

次に、「からだがかわばって、固くなっているね」と指摘。からだに注意を向けさせることで、思考や感情から距離を置くことができる。「今は、あなたの気持ちのほうに触らない方がいいように思う」と、侵入する気はないのだということを伝える。続けて「でも、心とからだは1つで、からだが固くなると、心も固くなる。だから、からだをリラックスさせてあげようかと思うんだけど、どうだろう」と問いかける。生徒は、それまで、ずっと下を向いて泣いていたが、このスクールカウンセラーの問いかけに顔を上げ「何するの?」と聞く。スクールカウンセラーは「人間は、力を入れることはできても、力を抜くことは難しい。だから、力を入れたり抜いたりするなかで、あなたが自分1人で自分をコントロールできたらいんじゃないかと思うんだけど」と説明する。このような混乱にあるときには、通常「自分で自分がわからない」「どうしてこんなことに自分は今、なっているのか」「自分で自分がコントロールできない」という思いを抱えていることが多い。したがって「1人で自分をコントロールできる」ということで、安心してくれることが多い。またこの生徒の場合には「授

ちょっと一息，心とからだをくつろがせよう



リラクッスってどんなこと？
それは緊張を解いたときにわかること。
心の緊張とからだの緊張は同時にくるんだ。

リラクゼーション法

筋肉の緊張をゆるめることで、心の緊張もゆるめる方法だよ。

- (1) ゆるめたい部分に力を入れます。緊張している感じを感じ取ります。10秒ぐらい。
- (2) 次に力を抜いてダランとします。ゆるんだ感じを十分に味わいましょう。
- (3) 目をつぶったほうが、感覚が味わいやすいです。

今度はからだの各部分ごとにやってみよう。

⇒まず手

親指を中に入れて、握りこぶしを作ろう、思いっきり力を入れて握って。それから一気に力をゆるめる。

⇒次は腕

さっきと同じように握りこぶしを作ってみよう。それからこぶしを上にして両腕を曲げて、また思いっきり力を入れて。それから一気に弛緩。

⇒お次は肩

肩をすくめてみよう。両肩を上げて。思いっきり上げる。はい、脱力。

⇒それから首

ゆっくり右を向いて。いけるところまで。そこで止めて。はい、元に戻して。左もね。

⇒いよいよおなか

おなかに手を当ててみて。ちょっと手の平で押す。その手を押し返すようにおなかに力をいれてみよう。息を止めないで。ふーっと吐きながら手を押し返す。

⇒最後は足

足を伸ばしてつま先を下に向ける感じで力を入れて。そして脱力。今度は足を伸ばして、つま先を上に向けて力を入れる。はい、脱力。

⇒全身

これで全部。最後に全部をいっぺんにやってみよう。全身の筋肉に力を入れて、ゆるめる。

筋肉を弛緩することで、心もほぐれ、リラクセスすることができ
るリラクゼーション法である。からだ全体に血が通り、かゆくなっ
たり、ぼーっとしたりもする。緊張が高い人ほどリラクセス効果は
高く、寝てしまう人もいる。心が固くなっていたり、心の傷に触れ
られたくないと思っているときに有効である。

〔佐藤 由佳利〕

業を妨害してしまった」「みんなに泣いているところを見せてし
まった」という思いも感じられたので、自律的な方向に向けてい
くのがいいのではないかとスクールカウンセラーは判断していた。

音楽をかける。音楽に合わせたようなリズムで、*Column*⑮に
示したリラクゼーション法を行う。これが一通り終わった後、次
に、*Column*⑯に示した瞑想法を行った。

生徒は始めるとすぐに泣き止み、緊張が解けてきたことが表情
にもうかがえた。「なんかすっきりしてきた」という。スクール
カウンセラーは「そう、よかった。今日は帰ったら、お風呂に入
って、温かいものを食べて、温かいものを飲んで、早く寝なさい。
もし寝られないようなら、さっきのを自分でやってみてね」とア
ドバイスすると、「温かいものを食べるの？」と聞き返す。そこ
には、当初の警戒した感じはなく、ゆったりした雰囲気のなかで、
スクールカウンセラーにある程度の信頼を寄せてくれていること
が感じられた。

面接終了後、養護教諭と担任および授業をしていた教師に、面
接の様子を伝え、担任には、「傷口が急に開いてしまった状態な
ので、応急手当ををした。このまま、自然にふさがるかもしれな
いが、応急手当では不十分である可能性もあるので、明日以降、
登校しないようなら、スクールカウンセラーのところに電話して

瞑想法

瞑想なんて、ちょっとあやしい？

そんなことないよ。気持ちをくつろがせて、心を自由に解放していくのが瞑想なんだ。

- (1) まずくつろいだ姿勢を取ろう。
- (2) それから目を閉じて。
- (3) 腹式呼吸。できるかな？ おなかが動く呼吸だよ。静かに息を吐いていく。おなかのなかから息が全部出ていくよ。息と一緒にからだの力も抜いてみよう。息を吸うときは自然に。吐くときにはからだの中から空気が抜けていくような感じで。

こんなイメージつくってみて

ひざの上に、両手でボールを持っているような形を作ってみよう。自分の胸のあたりにある「心」を取り出して、両手で持つようなイメージだよ。その心は、本当は丸い球体なんだけど、ストレスや疲れのために、歪んでしまっていたり、つぶれた形になっていたりしています。その心を手で覆うようにして温かい気持ちで癒していきましよう。そして風船玉が膨らむように、もとのまん丸な形にしていきましよう。表面をおおっていた曇りも払われて、内側から輝いてくるように想像します。最終的には、太陽のような、丸くて温かく、光輝いている自分の心をしっかり思い、最後に、その心をもとの自分の胸に収めるようにします。



心の問題に取り組むというと、相手にすべてを話さなくてはならないように思いがちであるが、こんな方法もある。これは、森のなかにいて木が見えなくなっているときに、自分自身をちょっと距離をあけて見てみることで、一息つく方法である。こんな些細なことささいでずいぶん楽になれる。好きな音楽を流してやってみると、より効果的である。

(佐藤 由佳利)

ほしい」と伝える。しかし、数日後、普通どおりに登校しており、様子も変わらないという連絡がFAXで入った。

◆後 日

翌週、自発的にスクールカウンセラーのところに来室。「あのときはありがとうございました。帰ってから、言われたとおりにして寝たら、すぐに寝られたけど、朝方目が覚めた。どうしようと思ったけど、習ったのをやってみたら、すぐにもう一度、寝られた。朝、目が覚めたときには、すっかりよくなっていた。その後、授業中にも、一度、お父さんのこと、思い出しかけたけど、すぐに、ちょっと、教えてもらったのをやった。そうしたら、すぐに大丈夫になった。あれ、いいです」と笑顔で語る。

スクールカウンセラーはこのときに、以下の2点を確認した。

(1) 今回の危機状況の背後に、もともともっているような葛藤状況や人格の問題はないか。

(2) 今回のフラッシュバックがなぜ、あの時期に起きたのか。

(1)については、学校生活、友達関係、家族状況などを聞いたが、とくに何もなかった。 (2)については、本人のほうから、自分なりに考えるところを話してくれた。

次に、将来の夢やこれからのことを語ってもらい、本人と一緒に、過去（外傷体験）、危機状況、現在の状況、未来を、時間的な線で結ぶ作業をして終結にした。「何かあったときには、周りの人たちがこんなに親切にしてくれて、心配してくれるんだなってわかって、うれしかった」と最後に語った。

その後、スクールカウンセラーは担任にときどき様子を聞いたが、まったく問題はなく、無事に卒業していった。

集団への関わり方

前述した事例では、個人を中心にしてカウンセリングを展開した。しかし、危機

は個人レベルで起きるとは限らない。たとえば、殺人事件のような場合。危機が家族の問題として扱われることもあるが、地域社会全体が揺るがされることもある。とくに、人口の少ない地域、公立の学校しかないような地域には、この傾向が強い。こうした地域では、加害者側も被害者側も、その周囲を取り巻く人たちも、それぞれの幼少期から親、祖父母にいたるまで知っており、1つの学校に、被害者およびその親戚、加害者の親戚がいるという場合もある。教育委員会から教職員にいたるまで、その当事者たちの親戚がいるということもある。

事件の場合にはマスコミの影響も軽視できない。筆者がかつて調査したある殺人事件では、事件現場に近い家ほど、マスコミからの取材申込みが多く、電話を置く暇もないほど鳴りつづけたという。このことが、家のなかの雰囲気をも暗いものにし、子どもに影響したと思われるような事例があった。逆に、たまたま事件があったときに旅行をしており、この地域からしばらく離れていた家族では「テレビで知っただけなので、あまり関わりがあるとは感じられなかった」という感想が聞かれた。

同じような事件でも、マスコミが全国的に取り上げたりしたもので、被害は波及しやすい。また学校がからんでくる事件、たとえば、子ども同士の恐喝のような場合は、学校が取材を受けることも多い。教頭が対応することが多いが、公式に述べた以外の発言が掲載されることもあり、「誰が言ったのか」と疑心暗鬼になることもある。このようなときには、何を誰がどうしゃべることかという意思統一を校内で図っておくことが必要である。福岡県の臨床心理士会では、学校の危機に対して「緊急対応チーム」を作っているが、こうしたマスコミの取材に対して、学校でどのように対処するかについてのアドバイスを行っているという。マス

コミ取材に関わる影響の大きさを考えれば、あらかじめこれに対処しておくことは、大事なことなのであろう。

学校の危機と一口にいってもいろいろあるが、最も地域全体に関わる危機として、自然災害の事例を次に示そう。

ビネット9-2

◆地域と共に

活火山の噴火予測がされ、早期に地元住民に対しての避難措置が取られた。避難地域のなかには小学校、中学校もあり、これらの学校は、避難対象ではない近隣の学校に間借りしての授業となった。

◆経 過

教育委員会から当該の臨床心理士会地区会に対して避難している児童生徒の心理援助についての助言と協力の求めがあった。求めがあって動いたことではあったが、同じ教育委員会でも、スクールカウンセラーを担当している課と、災害を担当している課が違うということもあり、ことを進めるに当たって、「臨床心理士とは何か」「心のケアがなぜ必要か」などということも説明しなくてはならなかった。また行政と連携して動くということは、いくつもの機関を通しながら動かなくてはならないということでもあり、なかなかスムーズにことが運ばないこともあった。こうした場合の常なのだが、最も現場に近いところ、とくに、学校そのものは困っており、助けを求めているが、それを統括している機関からは「必要ないんじゃないですか」というような反応が返ってくるのが少なくない。したがって、行政機関と連携する場合には、現場では必要としていることを、わかってもらうことが大事である。そのためには、普段からネットワークを広げておいたり、行政の組織についてくわしいことが求められる。つまり子

どもたちのケアをしようと思えば、教育委員会や各学校、児童相談所との連携が必要となる。避難所に入ろうとすれば、社会福祉協議会、役所、精神保健福祉センター（各地域で名称は異なる）などを通すことになる。ときには警察や、保健師などと協力することもあるだろう。

小さな町や村の方が話が通りやすいこともあるが、大きなところほど、1つのことが、役所のいくつかの部署にまたがっていたりする。いざ災害が起きてから、それについて調べようというのは無理な話で、どこに行ったらいいのか、誰と話をしたらいいのか、ということも教えてもらえるような知り合いをあらかじめ作っておくのも大事なことである。またどうしても行政は縦割りになりがちだが、NPOや市民団体のなかには縦横無尽にネットワークよく走る人たちもいて、行政が後手に回りやすいのに対して、こういう人たちの動きは迅速である。彼らの力を借りることも、時として有効である。このような人たちの情報は、札幌市だと市民活動プラザ、北海道NPOセンターなどで知ることができる。最近では各地域にこうした機関があるし、インターネットでの検索も容易である。

◆現場にて

今回の事例も、いささか始動が遅れた感はあるが、しかし話し合いを重ねた結果、教育委員会とともに、臨床心理士が被災地の学校訪問をすることが可能になった。対象となったのは、小学校2校、中学校2校、高校5校であり、4人の臨床心理士が担当した。

訪問した学校で行った活動は次のようなものである。

- (1) 教師を対象にしたストレス・マネジメントの研修
- (2) 教師を対象にしたリラクゼーション指導

- (3) 教師を対象に、個々の児童生徒についての相談
- (4) 教師を対象にした講演
- (5) 児童生徒を対象にしたリラクゼーション指導
- (6) 児童生徒対象のアンケート調査

どの学校で何を行うかは、個々の学校の要請に基づいている。またこのほかに、子どもの保護者向けに、「災害に遭った子どもたちのために」と題したパンフレットを作成し、避難所や学校に配布した。

これらの学校訪問を学校が再開した直後に行い、さらに1カ月後、筆者とスクールカウンセラー担当理事が、いくつかの学校を巡回して、その後の様子を聞いた。このときの話のなかで、大変なのは避難している児童生徒のみならず、受け入れている学校も同様であるということがあった。この視点は、危機への支援、被害者支援のときには忘れてはならない。被害者の周囲には、それを支えている援助者がいる。災害のときでいえば、役所の人たち、保健師、警察などや、ボランティアの人たちである。避難所になっているのは多くの場合、学校であり、その教職員も援助者である。筆者は避難所で支援する立場の人から次のような相談を受けた。「まだ学校が始まっていない時期だったので、小学校1年生の子が避難所にいた。その子と遊んであげていた。そうしたら、その子のお母さんから、そんなに甘やかすから、子どもがわがままになってしまったと怒られた。自分のしたことは間違っていたのだろうか」。これは、子どもが被害（被災）に遭ったときの回復過程としては正常なものである。そして母親の態度もまた、被害を受けた人の反応としては多いものである。すなわち、子どもは退行して甘えを示すことがあり、成人は、怒りを示しやすい。どちらも、被害者の心理としては、よくあることである。したが

って、これはこの援助者の人が原因で起こったこととは思わずらく、むしろ、被害者一家の回復過程なのだと思う。そのことを説明したところ、非常に安心され、「ずっと、罪悪感に悩まされていたんですが、自分が悪いわけじゃなかったのかもしれないとわかって、ほっとしました」と言われたので、被害者向けのパンフレットと子ども向けのパンフレット（北海道臨床心理士会作成）を渡し、「今後、同じようなことがあったら、これを見せて説明してあげると、相手の方も安心しますよ」と伝えた。

❖まとめ

学校全体、あるいは地域社会と関わりをもとうとするときに大切なことを、以下にまとめてみよう。

- (1) 関わろうとする組織のシステムを理解する。
- (2) こちらの立場を明確にする。名刺は必須であるので、臨時でもいいので作成する。
- (3) 組織に対しては、わかりやすい説明が必要である。パンフレット、統計などを利用する。
- (4) すでにできているネットワークを利用する。
- (5) 仕事は手分けをしてチームで行う。
- (6) 学校では、誰に対して、どこまでの範囲で支援するのかを考える。学校という組織のみに限ることもあるだろうし、学級という単位の場合、個人とその家族であることもあるだろう。チーム構成も考慮したうえで、無理のない支援を考える。
- (7) 地域の資源を活用する。保健所、児童相談所、精神保健福祉センター、精神科など、地域にある資源の情報を集める。
- (8) 危機に対しての支援は一時的なものなので、その後は地域に根ざした既設の機関へと引き渡していく。
- (9) 被害者の周辺にいる人たちは、心の二次災害に遭っている

ことが多いので、この人たちも支援する。

3 恐れずに

●こんな心構えでいこう

カウンセリングは通常、求められて行うことが多いが、危機への支援は、求められているのかどうかははっきりしないうちに、乗り込んでいくような場合もある。だからこそ「介入」という言葉が使われるのであろう。一方、乗り込む側は、「迷惑ではないのだろうか」「余計なお世話ではないのだろうか」「何か役に立っているのだろうか」「何もできていないのではないか」と不安になりがちである。成果は目に見えづらい。それだけに、不安は大きい。これは支援者の二次災害である。解消あるいは軽減するには、被害者からのフィードバックよりも、仲間の支えの方がよいようである。自分のやったことを、事例検討などの形でクローズドで守秘義務の守られる場で話し、そこからフィードバックをもらうことは、力になる。チームで動いたときには、とりわけ互いに、自分たちの行動を報告し、感情のシェアリングを行うのは有効である。

自分のすることがむだなのではないかと恐れて行動しないより、何ができるかわからないけれど、やれることをやってみようという心構えが危機への支援では大切である。



引用文献

上地安昭・富永良喜ほか 2001 『「心の危機対応実践ハンドブック」作成委員会研究報告書 学校における心の危機に関する研

究報告』兵庫県立教育研修所 心の教育総合センター
カリフォルニア開発的カウンセリング協会編（國分康孝・國分久
子・坂本洋子監訳） 2002 『クライシス・カウンセリング ハ
ンドブック』誠信書房
向笠章子・浦田英憲ほか 2001 『学校における緊急支援の手引
き——緊急事態に直面した人のこころのケアのために』福岡県
臨床心理士会 緊急支援の手引き作成委員会

—————佐藤由佳利◆