

「災い」と「禍」の違いは「ご存じでしょうか。「災い」は人為的に防ぎようのない出来事であるのに対して、「禍」は人為的な努力によって防ぐことができる出来事を指します。

## ナビゲーター

新型コロナウイルスが猛威を振るい、愛知県を含む一部の都府県で緊急事態宣言が发出されています。不自由な生活の中、国民一人ひとりが感染拡大を防ぐために、日々、大変な努力を続けています。中には、大切な人を突然亡く

## 働く人と組織

働きやすさの獲得と働きがいの創出

されたり、先が見えない不安感や得体の知れないウイルスに対する恐怖心、快適な生活や充実した人生を失ったことに對する喪失感など、深刻なストレスを抱えながらも、じっと耐えておられる方も多いと思われまます。

大規模自然災害をはじめ地域紛争や事故、感染症の蔓延（まんえん）など、危機的出来事で深刻なストレスを抱えている方への心理社会的支援法として、世界保健機関（WHO）などの国際的な人道支援機関の合意によって策定されたのが心理的応急処置（サイコロジカル・ファーストエイド：PFA）です。

# 災害被害者に必要な支援 具体的に提供

PFAはP+3L（Prepare：準備、Look：見る、Listen：聴く、Link：つなぐ）の活動原則の下、被災者のニーズに沿った具体的な支援を提供し、被災者が現状以上のダメージを受けないよう配慮しながら、人間のところに本来備わっているレジリエンス（回復力）を引き出し、高めることを目的とした手法です。PTSDの予防を目的に1990年代に盛んに行われた心理的

デブリーフィング（辛い体験を積極的に語らせることで心理的負担が軽減できるとされ「た手法」への疑問と反省から生まれたという経緯があります。PFAはケガの応急処置と同様に、精神医療や心理の専門家でなくても行える安全で有効な手法として開発され、災害支援の現場で活動するときの手法として活用されています。また、PFAを通して精神保健の基礎を学ぶことは災害

支援全体の質の向上、初期対応者による二次被害の予防、災害支援者のセルフケアの推進などに役立ち、さらには、各方面の専門家からなる複数の災害支援チームがPFAを共有することで、お互いの支援内容のマップピングを可能とし、効果的な連携や多層的な支援の提供、災害直後から一貫性のある支援の提供に寄与すると考えられています。

【日本産業カウンセラー協会 中部支部 副支部長 産業カウンセラー キャリアコンサルタント WHO版PFA指導者 清水達也】

（火曜日に掲載）

