

自助グループ「あじさい」

同じような体験をした遺族の方々が交流する、自助グループ活動を始めました。



《自助グループとは》

- ◆ 同じような辛さを抱えた者同士が、安心して話せる場所であり、また、お互いに支え合いながら、思いを受け止めてくれる場所でもあります。
- ◆ 時間の経った遺族の方の話しを聞くことで、胸の奥に抱えた問題などを改めて考える時間でもあります。

(自助グループに参加したい時は…まずは電話相談へ。)
私たち相談員とお話をしましょう。

月1回の集まりの中では、日常生活を通して感じたことを、ご自由に話して頂いています。

《参加された遺族の方からの一言》

- ◆ 「参加することに戸惑いがあったが、参加して良かった」
- ◆ 「話しをしたことで、胸の奥の苦しみがすこし和らいだ」
- ◆ 「同じ立場の人たちの話を聞くことで、自分だけじゃない、被害者は皆同じ思いだと気づいた。そう思うことでなんとか一日を過ごせる様な感じがした。」



長崎被害者支援センターとしては、参加された方々が安心してお話しができるように、自助グループ「あじさい」を支えながら一緒に歩み始めていきます。これからも皆様のご理解・ご協力の程を宜しくお願い致します。



賛助会員募集

長崎被害者支援センターの活動を支えてくださる賛助会員を募集しています。

私たちの活動は、賛助会員の会費や寄付金で成り立っています。ご賛同いただける新規会員の入会またはご寄付をお待ちしています。

皆様のご支援・ご協力が、被害者の方々の「癒しの種」になり、「心、穏やかな日々」への「芽や双葉」へと成長していきます。よろしくお願いいたします。

賛助会員(年会費)

個人 10 1,000円以上
団体 50 5,000円以上

振込口座(郵便振替)

口座番号:01730-8-102986
加入者名:長崎被害者支援センター

特定非営利活動法人(NPO法人) 長崎被害者支援センター

2006.3



ニュースレター

Vol.4

事務局:TEL.095-820-4978 FAX.095-820-4377 ホームページ <http://www.nagasaki-vs.jp>



社会生活にひそむ「危機」ということ

理事 前田和明(臨床心理士)

● 誰でもが「危機」と出会う

1970年代に活躍した、エリクソンというアメリカの心理学者は、個人と社会との間には「危機」が存在し、誰でもそれを経験するという、「危機」を乗り越えることで、より強い人格が発達するということを考えていました。エリクソンがいう、3種類の「危機」を簡単に紹介してみましょう。私たちは、「危機」だらけの生活をしています。「成熟的危機」と「状況的危機」:人格の発達やストレスに起因する不適応状態、対人関係や生活環境が一因となり、不登校や虐待などになって現れることもあります。「偶発的危機」:心の準備のできない、強い不幸による心の防衛反応、事件、事故、災害の被害・重大な病気の告知など、受け止めきれない危機状態です。

● 心の安全装置の不思議

衝撃を受けたあとに、被害者の時間が凍ったようになり、あたかも病気のようにしてしまうのは「危機」のため、心が精一杯の安全装置をはたらかせている状態なのです。眠れない・食べられない・感情の大きな波が来る・死にたくなってしまふ…。これらは、誰にでも起きる自然な反応なのですが、安全装置のはたらきすぎや長期の危機状態は、やはり誰かに助けてもらわないと健康をそこないます。例えば、宗教でのお祈りや儀式などが、この「危機」を助けていた時代もありました。少しずつ不幸の事実を受け止め、気持ちを整理するために、地域のお寺や教会・神社などが果たしていた役割も小さくはなかったのです。

● 被害者とのおつきあいと支え

長崎被害者支援センターでは、大きく3つのお手伝いをしたいと考えています。ひとつは、被害者の持つ行き場のない感情におつきあいをすることです。まず、スタッフに話してみてください。「話したところで、何になる?」「グチを言えば、よけいに悲しくなる」と思われるかも知れませんが、感情を言葉にして吐き出すことでずいぶん楽になるようです。十分に受け止められるかどうかはわかりませんが、スタッフ一同、電話相談などでしばらくおつきあいをさせてもらいたいと努力しております。2つ目には、法律や医療・福祉など、具体的に支援できることがあれば、被害者に付き添ったり、専門家を御紹介できることがあります。現実的な生活の取り戻しについて、一緒に考えたいと思います。3つ目として、同じような立場の被害者との出会いの場を作りたいと思います。お互いの体験や感情を語り合うことで、大きな生活への力を得ることが出来ます。活動4年目を迎える長崎被害者支援センターは、微力ながら、被害者のおそばに居たいと考えております。

電話
相談



(095)-820-4977

毎週火・土曜日 / 13:00~16:00

秘密厳守
相談料無料

広報活動

キャンペーン

毎年10月3日の「犯罪被害者支援の日」には、全国各地でキャンペーンが展開されています。長崎被害者支援センターでは、平成17年10月23日(日)に、長崎市浜市アーケード内において、リーフレットの配布やパネル展示、ビデオ上映などの街頭キャンペーンを行いました。多くの方々が見え、パネルを見たり、被害者の手記を読んでおられました。



被害者の置かれている現状は、まだまだ精神的に経済的に様々な面で厳しい状況です。そして、特別な人だけが被害にあうとは限りません。「当事者に、そして被害にあった人に出会った時、思い出してもらえ長崎被害者支援センターであるために。」今回のキャンペーンを通して、たくさんの励ましをいただきましたように思います。

大勢の皆様のご理解とご協力に感謝しております。

アンケートの声から(156名)

- 長崎被害者支援センターを知っていましたか?
…知らなかった(回答中・約7割)
- 長崎被害者支援センターへの要望
…がんばって下さい。
…もっと多くの県民の方に、このような団体があることを知らせて欲しい。
…誰でも気軽に相談できるような環境づくりをして下さい。



長崎の電車に、電話相談のポスターを掲載いたします。(3月末~6月)

講演

- 1 長崎大学教育学部の学生を対象(2回)
 - 12月14日/「遺族になって」
 - 12月21日/「私にとって犯罪被害者とは」
- 2 長崎保護観察所で職員、保護司の方々を対象
 - 2月21日「被害者支援の現状と必要性」



公告

電話無料相談

被害・交通事故・性被害の犯罪被害に
DV・ストーカー・殺人 etc について

ある日突然の出来事が、
自分や、家族や、生活を壊してしまつた…
これからどうなるの…

犯人は、罰金で、私の心の苦しみを、誰にも聞かれないままに…
自分を救うために、一人で悩みを抱え込んで…

相談電話: 095-820-4977
(通話 大塚日・土曜日 午後3時~4時)

NPO法人 長崎被害者支援センター
(ホームページ <http://www.nagasaki-vs.jp>)

相談室から



電話相談員になって

相談員A

私が9歳の時に、大好きだった父が40歳でこの世を去りました。これが今まで生きてきた中で最もショックなことです。早くにして深い悲しみを経験しましたが、家族を中心に友達、先生、近所の方等多くの人に支えられて、最愛なる父の死を乗り越えることができたように思います。

仕事柄、日々の出会いの中で多くのことを学び、時には悲観苦悶しながらも自分が信じる道をゆっくり歩いています。

今回、電話相談員という出会いをいただきました。電話の音に過度に緊張していますが、相手の思いを傾聴し、悩みを共有することで少しでも心の負担が軽減されるような対応を目指しています。人間は誰でも悲しみや苦しみに立ち向かう勇気や強い心は持っていると思いますが、自分がそうであったように支援者も必要です。ひとりで抱えこまず、良き理解者を求めて、声にするのも大切ではないでしょうか。

相談員B

被害者支援活動に関わってからまだわずかですが、反省する事・勉強になる事が多い日々です。求められる支援内容は様々で、傾聴の大切さや的確なアドバイスの必要性が深く感じられます。心の信頼を得られるような対応をしていくように心がけたいと思います。相談の電話をかけてこられる方が、一歩ずつでも前に進んでいける力を持てるように、支えになればと願っています。

相談員C

被害者支援センターの相談員として相談を受けるようになり、被害者にとって相談の電話一本かけるためには「勇気」を要し、私たち相談員はその努力・勇気を無駄にしないよう、この人(相談者)に今必要なことは何かを常に考えながら対応をしていくことが、大切だということ念頭に置いて相談に入るように心がけています。

これからも、検討会・研修等を通して日々自己研鑽していきながら、そして何よりも自分には相談できる仲間(他の相談員)がいることを忘れずにこれからも頑張っていきたいと思っています。



秋期研修会及びフォーラムレポート H17.10.2~3 於 東京都

相談員D

犯罪被害者の当事者の方の講演では、約14年前に起きた飲酒運転による交通事故の事を話されました。14年前の事とは思えない程、事故の状況を淡々と、また時には切々と、そしてその後の事も、ついこないだの出来事のように話されていました。長女は即死、長男と御自身も大きなけがをされたそうです。この事故がきっかけで家庭の明暗が分かれる結末となってしまったのでした。本当に飲酒運転はいけないと思いました。(長崎県はアルコールの消費が高い県です。)

また、東京の精神科医師でもある被害者当事者のお話がありました。被害者の父は執筆活動でも有名な方です。被害者の方は、約5年前に起こった事件の事を、とても正確にかつ客観的に話されていたため、事件当時の事がとてもイメージしやすかったです。被害者の方は、診療中に患者さんから刃物で刺され、命に別状はなかったものの、刺される場所が少しでもずれていれば命はなかったでしょうと言われたそうです。でも、その犯人が約4年程の懲役を終え、現在は出所しているという事で、常に身の危険を感じながら生活しているとの事でした。また、事件後考え方が変わり「今日は死ぬかもしれない。」と、1日1日後悔しないように生きていると言われたことはとても印象的でした。

今回、研修会で学んだ事を日頃の相談に生かしたいと思えます。

相談員のつぶやき

この春、新しい相談員が2名増えました。気持ちもよく共に頑張ります。



18年度の支援ボランティア養成講座には、20才~60才代までのいろんな職種や経験者の方々の、多数の応募がありました。ありがとうございました。(^^) 私も勉強会や養成講座に参加してレベルアップに頑張ります~*