

さすけねえ

一心の復興のために。さすけねえからはじめよう！

創刊号

発行日 2013年10月

発行元:福島復興心理・教育
臨床センター所長 橋本和典

2013年9月、郡山市に『福島復興心理・教育臨床センター』がオープンしました。私たちスタッフは、このセンターの活動をみなさんに知っていただくために、ニュースレターを発行することにしました。その名も「さすけねえ」です。

たいしたことない、問題ないという意味の「さすけねえ」。しかし今は、「さすけねえじゃすまねえぞ！」という状況です。放射能問題の行く末も、仕事や子どもの将来も見えない。生活基盤が大きく揺れています。あきらめたくもなるかもしれません。声をあげられないかもしれません。

しかし、そこから立ち上がるために「さすけねえ」と言う。建物や道路だけではない、そこに暮らす人々の心の復興のために立ち上がる力を、との思いを込めて「さすけねえ」と名付けました。

『福島復興心理・教育臨床センター』は、あきらめの「さすけねえ」から「さすけねえ、やるべ」と、立ち向かう心の底力を感じ、取り戻す場所です。

ニュースレター「さすけねえ」は今後、役立つコラムなども交えながら定期的に発行されます。本紙がセンターと皆さんの出会いの場となれば幸いです。ぜひご覧ください。(吉田 愛)

『福島復興心理・教育臨床センター』オープン！

9月1日、郡山市に福島復興心理・教育臨床センターがオープンしました。8月31日にはプレ・オープン、9月1日には開所式が行われ、両日合わせて39名の方が参加されました。

プレ・オープンでは、橋本所長による『心の復興の鍵—震災PTSDの治療・治癒・予防』をテーマにした講演、心が元気になるワークショップ「SET」が行われました。



開所式では、参加者全員が大きな一重の円に座り、共に語り合う時間を持ちました。これは一般的な式典のスタイルではなく、我々のセンターらしいスタイルです。

はじめは口の重かった参加者の方々も、SETを体験し自分のエネルギーが上がったところで、それぞれのお話をされていました。

開所式では、こんな声があがりました。

- 除染作業により長年暮らしてきた家の庭の苔が掘り起こされてしまうことへの怒りと悲しみ
- 「実際に『放射能は大丈夫か』という質問にどう答えたらいいか」
- 「汚染されたものを食べるのはやめろ」という人もいれば、「畑を買って孫に食べさせようと思って畑を買ったけれど、野菜が作れない」という人もいる、などの現状について
- (マスコミ関係者)ストレスがたまっている。記者としてのストレスに地震のストレスがたまっている。一日2箱のたばこを吸ってしまう。

参加者の方々には、SETで元気になったあと、話ができる感覚があがってきたようでした。

皆さん、言いたいことや腹にためているものがあります。怒りを語ることは大切です。でも、それだけでは終わらない。その怒りのエネルギーを立ち向かう「さすけねえ」に変えていく。センターで「さすけねえ」から始めましょう！

(臨床スタッフ：石川与志也/吉田愛)

<http://www.fukushimafreeclinic.com/>
ウェブサイトもご覧ください。

こんな方に利用していただけます！

● 震災を体験したすべての方へ

「眠れない」「イライラしやすい」
「病気をしやすくなった」「意欲がわからない」
「活動しすぎてしまう」
「避難したまま帰れない。この先が心配…」
「放射能のことが心配だがどうしたらよいか？」
「お酒やたばこの量が増えた」

● 専門家として支援を行っている方

「こんなとき、どう対応すればいい？」
「支援をしている自分もストレスを抱えている」

● 知りましょう、語りましょう！

「PTSDって何？」「トラウマって？」
「本当は震災のことを話したい。でも話せない…。」
「周りの人はもっと大変だから、自分のストレスは話しくい」

● 会社・組織のリーダーの方々、学校の先生たち

「社員や職員のやる気が下がった」
「自分のリーダーシップが発揮できない」
「児童・生徒に、放射能について質問されるけどどう答えていいかわからない」

● 子育て中のお父さん、お母さん

「子どもが不安定だが、どのように接していいのかわからない」
「子どもへの放射能の影響って、どうなんだろう…」
「子どもに何をしてあげられるんだろう」

センターってどんなところ？何ができるの？

「復興、復興」と言い、国や政府は道路を直し、建物を作っていますが、そこに生きる人の想いには目が向けられず、置き去りにされたままなのが現状です。「人の復興・心の復興」がこのセンターの大きな目的です。

「人の復興・心の復興」のイメージは、まずは一人ひとりが元気になること。そして次に、困難な状況に立ち向かい、未来に希望を持って生き抜くタフな心を作ることにあります。ここに一緒に立ち向かい、生きるためにこのセンターとスタッフがいます。

震災から2年と6か月がたちました。今も続くストレス、心の消耗、たまりすぎて持って行き場のない思いは放置しておくべきではありません。まずは、どんな些細なことでも気になっていることを自由に語りましょう。それだけで心が元気になります。

センターでは、心の専門家の知識と技術を生かして、心が元気になるワークショップなどを開催します。参加し、体験し、心のエネルギーと一緒に動かしましょう。

トラウマ、PTSD(心的外傷後ストレス障害)とはどういうものなのか、どう対処していくか、これらからどう子どもを守っていくか。知識は武器になります。知識を伝える講演会を開きます。

そして、希望が、特に未来を担う若者に必要です。彼らが未来に希望を持てる講演会を開催します。



橋本和典 所長

「とにかく、来れば元気になる。難しいことを考えないで、来て、自由に喋って、ワークショップに参加すれば、とにかく今より格段に元気になるので、とにかく来て欲しい。お気軽にお立ち寄りください！」

開室日

2013年 11/9(土)、10(日)、30(土)、12/1(日)、21(土)、22(日)

2014年 1/25(土)、26(日)、2/15(土)、16(日)、3/1(土)、15(土)、16(日)

アクセス/連絡先

福島復興心理・教育臨床センター

センター所在地:

〒963-0115 福島県郡山市南1丁目45番地
公益社団法人 全日本不動産協会 福島県本部内

相談窓口/事務局:

〒153-0041
東京都目黒区駒場2-8-9
PAS心理教育研究所 非営利事業部
(担当: 中村・橋本)
電話: 03-6407-8201
携帯電話: 080-3606-0640

お気軽にお問い合わせください!

<PAS心理教育研究所非営利事業部って?>

仙台にある「震災復興心理・教育臨床センター」(通称: EJセンター)へのスタッフ派遣本部です。「福島復興心理・教育臨床センター」のスタッフもここから派遣されます。

福島心の復興支援協議会

「福島復興心理・教育臨床センター」のバックアップ組織として、「福島心の復興支援協議会」があります。福島で相談者が安心して訪れることができる場所探しが進められていたところ、当協議会会長である久保田氏の協力を得て、今回の開所にいたしました。当協議会オーガナイザーの小谷英文氏は、PAS心理教育研究所の理事長であり、スタッフの派遣やプログラムを組織しています。

■福島心の復興支援協議会とは?

東日本大震災以降、物理的な復興だけでなく、心の復興の必要性も叫ばれてきました。しかし、現在に至るまで必ずしも十分な成果があげられているとは言えません。とりわけ福島の現状には重いものがあります。ここ福島に特化して「震災PTSDの治療と予防」をカギに、心の復興を進めていくことを目的としたプロジェクトが、「福島心の復興支援協議会」です。復興の資源は「人」です。協議会は、人々の心が震災以前より元気になることをめざします。

■福島心の復興支援協議会発足まで

PAS心理教育研究所理事長である小谷英文氏(当時国際基督教大学教授、現:名誉教授)は、震災直後から同大学高等臨床心理学研究所所長として、研究所の使命を担って特別対策班を組織し、被害の大きかった宮城県を拠点にPTSD予防のトリアージと治療支援および心の復興アドボカシー活動を始めました。そして、2011年9月「震災復興心理・教育臨床センター (East Japan Center for Free Clinical Educational Service)」、通称「EJセンター」を、宮城学院女子大学発達科学研究所内に同大学足立智昭教授を代表に開所し、無料相談やワークショップなどのプログラムを展開してきました。

EJセンターが周知され利用者が徐々に増える中、福島から仙台まで足を運ぶ方も見え始めました。そして彼らから、福島での専門的支援の求めが上がりつつあるのです。福島県では十分に専門家による支援が行われていると考えられていたが、実際、PTSD対応はほとんどなされていない実態が明らかになってきました。

EJセンターでの臨床・心理教育活動が展開される中、小谷教授門下生の一人、福島出身の当時東京大学駒場学生相談所非常勤講師の橋本和典氏(現国際基督教大学准教授)が、地元の人々を訪ねて回り、多くの住民に心の負担が持ちこされていることを訴え、国際力動的心理学研究会の



郡山駅下車。駅から約3.7km。車で約5分。
郡山ICから約7.5km。約10分。
駐車場(40台駐車可能)がございます。

年次大会を郡山に誘致しました。(2013年7月12-14日)。地震、津波、放射能という三大災害、それらを当事者が語りえない状況に組織的心理支援が急を要することを訴えました。その後、精力的に地元の要人たちと対話を重ね、PTSD対応の拠点を設置し、小谷教授オーガナイズによる、国内外の専門家や市民の心を繋いだ「福島心の復興支援協議会」が発足しました。

■国内・海外ネットワーク

東日本大震災は、国内だけでなく海外の関係専門家そして世界市民より強い関心と支援が向けられ、財政、精神的サポートが提供されています。震災発生時より、国際集団精神療法集団過程学会トラウマ/災害対策本部が小谷氏とネットワークを張り、後方支援を続けています。その主要メンバーに加えて、国内主要関連学会の重鎮および米軍岩国基地の専門家が加わって、2012年仙台で開催された国際力動的心理学研究会第18回年次大会プレワークショップ(3月24-25日、於:仙台国際会館)、本大会(9月1-3日、於:宮城学院女子大学)において、被災者プログラムが大々的に組まれました。国内外から参集したこれらの国際的指導者たちが、協議会の顧問団に名を連ねています。その中には、9.11ニューヨークテロリストアタック後の心の復興対応の中心的役割を果たした二人も入っています。

続いて今年、先に記した橋本和典大会会長による国際力動的心理学研究会第19回年次大会が、郡山で開催され、継続して国内外のトップクラスの専門家による深刻なPTSD対応のノウハウが伝えられ実践される展開をもたらしています。

このようなグローバルな専門家・知識人のバックアップを受け、福島復興心理・教育臨床センターがオープンしました。

■協議会のこれから

センターの活動支援に加え、今後、国際人道支援活動団体である『NGO団体IsraAID(イスラエイド)』と連携・協力し、共同プログラムを展開していく予定です。

IsraAIDは、自然災害や人災の復興支援・長期的な開発援助を目的とした最も実績のある国際団体です。東日本大震災発生の数日後に被災地に入り、そこから2年間援助活動を続け確かな実績を上げています。大災害後の最も難しい心の復興は、中長期の展開にあると言われていています。IsraAIDの活動実績と我々協議会の資源が力を合わせることで、より確かな心の復興を推し進めることができるのではと期待されます。

<IsraAID(イスラエイド)とは？>

NGO団体IsraAIDは、自然災害や人災の復興支援と長期的な開発援助を目的とする国際人道支援活動団体です。日本ではこれまで、宮城県石巻市、亶理町、福島県新地市など7ヶ所以上で、各自治体と連携・協力して活動してきました。その活動は現地でも注目され始め、長期的な復興援助が評価されつつあります。



福島心の復興支援協議会 執行委員

会長	久保田 善九郎	クボタハウス 代表取締役社長 公益社団法人全日本不動産協会 常務理事、福島県本部長 ライオンズクラブ国際332-D地区 元ガバナー・名誉顧問
オーガナイザー	小谷 英文	博士(心理学) 国際基督教大学 名誉教授 PAS心理教育研究所 理事長
特別顧問	山口 勇	元福島県議会 議長
事務局長	橋本 和典	博士(教育学) 国際基督教大学准教授 福島復興心理・教育臨床センター 所長

福島心の復興支援協議会 専門顧問団

吉松 和哉	医学博士・精神科医師 式場病院 特別診療顧問 日本集団精神療法学会 元理事長
牛島 定信	医学博士・精神科医師 日本精神分析学会 元会長
鹿島 晴雄	医学博士・精神科医師 国際医療福祉大学 教授 日本精神神経学会 元理事長
鱈 幹八郎	博士(心理学) 京都文教大学 学長 日本心理臨床学会 元理事長
矢島 義謙	高松山観音寺 住職 比叡山延暦寺大樹坊 兼任住職 郡山東ライオンズクラブ 会長
石川 信克	医学博士・医師 結核予防会結核研究所 所長
鈴木 典比古	国際教養大学学長 公益財団法人大学基準協会専務理事
沢田 康次	復興大学前事業代表 東北工業大学前学長

Bonnie Buchele	元米国集団精神療法学会 会長 次期国際集団精神療法集団過程学会 会長
Douglas Kong	医学博士・児童精神科医師 元国際集団精神療法集団過程学会 理事
Howard D. Kibel	医学博士・精神科医師 元米国集団精神療法学会 会長
Judith Davis	博士 能力開発社 代表
Morton Kissen	アデルファイ大学 ダーナー高等心理学研究所 教授
Ralph Mora	博士 メリーランド大学 客員教授 アメリカ海兵隊岩国航空基地岩国診療所(BHC) 心理士
Seth Aronson	ウィリアム・アランソン・ホワイト研究所 ファカルティ