

国内研修報告書

今回私は国内研修で京都へ行き、NPO 法人子供の心理療法支援会サポチルと人と防災未来センターの2カ所に訪問した。始めに、サポチルへ行こうと思った経緯は、単純に私たちが臨床心理学科で臨床心理を学んでいるため、実際の現場で働いている人たちの生の声を聞きたかった。将来心理職を考えており、その上でしっかりとしたイメージを掴んでおきたかった。3年生で実習に入るため、実習でいくような場所がどのような雰囲気かを知る為。そこでどのような施設があるのか調べたところ、このNPO 法人サポチルが見つかり、アポを取り付け訪問させていただくことができた。そしてその場所が京都にあるため、神戸空港を経由して行った。そこで阪神淡路大震災の被災地であった兵庫県の神戸にある人と防災未来センターにも訪問することに決めた。人と防災未来センターは阪神淡路大震災の経験と教訓を未来に伝え、防災・減災社会の実現のために必要な知識を学べる施設である。

サポチルでは主に施設の見学とともに理事長の平井正三さんに活動などに関する様々なお話を伺った。施設は住宅街のマンションの一室にあった。中は落ち着いた雰囲気、待合室、数部屋の面接室、ロビーで構成されていた。ここは子供の心理療法を行っているため、遊戯療法で用いられるおもちゃも多く見られた。心理療法では治療構造が重要になってくる、そのため治療場面を覗くことは患者によくない影響を与えてしまう。そのため、支援を実際に見ることはできなかった。そのため、私たちは事前に質問を用意してそれに答えてもらい、その途中で気づいたことを質問という形式をとった。以下に事前に考えてきた質問に対する回答をまとめる。

Q1.平井さんがサポチル設立を考えてからどのように人を集めてNPO 立ち上げにこぎつけたのか？

A1.設立前に臨床心理のグループ研究のメンバーとともに立ち上げたのがきっかけ。なぜNPO にしたのかというと、公的機関だとできることが制限されてしまうため。

Q2.どうしてサポチルのロゴマークはこのデザインにしたのか？

A2.「子供を育てる」というコンセプトをもとにデザイナーにお願いしてできた

Q3.サポチルのボランティア会員はどのような人がやっているのか？（大学生なのか大人なのか）

A3.ほとんどが大人で数名大学生も入会している。

Q4.NPO を運営していく上で、もしくは子供の治療をする上でむずかしいと感じることはなんですか？また、やりがいはどういうところにありますか？

A4.大人の心理療法と違い言語がまだ未熟であるため、その分クライアントから読み取る情報が少ない。認定 NPO 法人であり、会費やセミナー費の他に寄付金で成り立っている。昨今ふるさと納税が台頭してきて、そちらに流れてしまい、寄付金が減ってしまっているという現状がある。

Q5.臨床心理学を学んでいる大学生として、大学生の間にやっておいたほうがいいことはありますか？

A5.資格がなくとも心理職に携われる機会はたくさんある（アルバイトなど）ので少しでも関わっておくとよい。

Q6.公認心理士として心理職が国家資格になり、心理職が広く認知され認められることで、できることが以前より増えてくると思います。そこで、現在心理職に携わっているものとして今後この資格に期待することはなんですか？

A6.いぜんは民間資格のみであったため、専門性の高い人も多くいるが、専門性の低い人間も溢れている。今の心理士はプロとして働いている人が少ないため、プロとして働ける、質の高い心理士をたくさん排出できるような資格になってほしい。

この質問以外にもいろいろな質問も飛び交い、その一つ一つに真摯に答えていただき、短い時間ながらも有意義な訪問だった。実際にお話を聞いてみて、心理職に携わっている人（大学教授なども）は支援を行う立場だからなのか、口調も雰囲気も優しそうな印象が感じ取られた。時代が変わっていくにつれ症状の定義も治療法も変化していくのが大変だと言っていて、今自分の学んでいることが常に変化しているので将来で生かしていけるのだろうか、常に勉強だなと、難しい分やってやるぞというモチベーションアップにも繋がった訪問だった。今回の訪問で心理職についてすべて理解できたとは言いがたい。しかし、心理職に携わる者としてどのような姿勢で人に接していくのか、将来目指す上で知っておいたほうがいい現状など多くのことを知ることができた。本格的に仕事につく前に、この大学生活で多くを学び、準備しておこうと思った。

次に、人と防災未来センターでは阪神淡路大震災当日に起きたことを体験する

ことができる震災体験フロア、震災の記憶を残すために震災関係資料や経験者の体験談などが展示してある震災の記憶フロア、大震災から学ぶ防災・減災や世界で起こっている自然災害を学ぶことのできる防災・減災フロア、映像などでより詳しく学習できる水と減災について学ぶフロアの4つのフロアに分かれていた。まず、震災体験フロアでは当時を再現した映像を見た。そこではまだ地震に対する対策が今ほどなされていない中での大規模の地震で被害が凄まじく、被害に遭っていない自分でもとても恐怖を感じた。周りの建物がまるでおもちゃの建物のようにどんどん崩れていく光景は当時の人たちにとっては絶望でしかなかったのだろうとありありとわかるものでした。自分がいままでに経験した震災は東日本大震災での地震でした。震源地から遠く離れているにもかかわらず震度5弱の非常に大きな地震で、外では電柱も大きく揺れ、がしゃがしゃともものすごい音が響いていてとても怖かったことを今でも覚えています。震源地から離れてもそれほどなのに中心となる場所での恐怖は計り知れなかったでしょう。そのようなことをこのフロアを見学して感じて。次は、震災の記憶フロアで、当時の震災関係資料を拝見した。自分は臨床心理学科なので、震災当時の被災者の心の健康に焦点を絞って見学を試みた。震災による心的外傷からくる PTSD への対処が重要な問題になっていて、それに対するバックアップのため兵庫県では①PTSD に関する情報提供②講演会等の実施③フリーダイヤルによる電話相談④専門家の養成研修事業の立ち上げなどの対策を取っていたことがわかった。その中で精神保健相談を受けた人数は 22778 人にも及んだという。

心のケア以外にも震災を実際に体験した人の震災時に役立つ情報など、未来で起こりうるかもしれない震災に備えての情報がたくさんあった。被災にあった時の生活していくのに便利な情報は①下着は裏表で2回着る②ウェットティッシュが便利③ガスは使えなくなることが多いので電子機器の活用（電子レンジなど）が便利など、多くの便利な情報を仕入れることができた。被災者が当時震災が起こってからつけていた日記など当時を思い起こさせるものが多数で胸が痛くなった。

防災・減災フロアでは今日本で行われている最新の災害対策を学んだり、日本各地のハザードマップを見れたりすることができた。自分の住んでいる町も見ることができたので災害時どう自分が行動すべきかを学べた。水と減災について学ぶフロアは時間の関係で見学できなかった。

人と防災未来センターを一通り見学して感じたことは、自然災害は避けることはできないことなので、起きてしまった時の対処を過去の経験から学ぶことができる施設は重要であり、できる限り多くの人が訪れて学ぶ必要があるし、義務でもあるなと思った。他人任せにしては自分の身は守れない。常に危機に対する準備が必要であると今回見学して感じた。