

# 日本ソーシャルスキル協会 東北支援サークル活動報告



vol.4

2012年1月31日発行

昨年6月から支援活動を始めてから、全国の皆さまが各地で講師ネットワーク、職場、友人、知人にお話しいただいたお陰で、支援の輪が広がりました。

1月22日現在までに200を超える支援物資が、石巻中里の日本ソーシャルスキル協会石巻出張所へ届いています。これらの物資は石巻の窓口の和田さんのネットワークの皆さんに無料で持ち帰っていただいています。

「たくさんの支援物資をいただけて、家族、兄弟だけでなく、私の友だちまで声かけさせてもらい、助かりました」「ボランティアの方には凄く感謝しています。だけど、実際ここに来て感じたことがあって、多くの方が『また来ます。寄り添っていきます』と言うけどその継続がないんです」「来ていただいただけでも感謝はしていますよ。でもどうしようもない思いがあるんです。そんな中、こんなに支

援を続けてもらえるのはありがたい、嬉しいです」「私たちは十分な支援をしていただきましたが、借り上げアパートに住んでいる方の中には、置く場所も無く必要な物資をもらわずに帰られる方もいます。だから正直なところ物資があると本当に助かります」とも話されていました。



## 日本ソーシャルスキル協会 東日本大震災支援サークル・in 石巻

(2012年1月22日)

被災地の方々は、自分のため、家族のためそして石巻復興のために行動したいと思っても、何をしたらいいのか？どう声をかけたらいいのか？日々の生活が思

い通りにならないことがありすぎて、落ち込んでしまっていると聞いていました。そこで、日本ソーシャルスキル協会代表小森まり子が現地でカウンセリングと講演をおこないました。



演題「悲しみから真の愛への誓い～出会いが教えてくれたもの～」にはたくさんの方が参加されました。しかし、参加者の皆さんは、講演が始まる前は会話も無く、表情も強張っているようでした。

「近親者の死別によって生じた強い悲しみ。津波ですっかり環境も変わり思い出までも失った悲しみ。そして生きがいまでも失ってしまった。でも、どうか自分自身は失わないでください」と話は始まりました。

1. 悲哀にはそれぞれ段階があり、その段階の進み具合には個人差があります。今、自分がどの段階なのか理解し、まずは「語ること」です。そのドアはここに準備しました。どんな感情でも抑えることなく出し切って、未完の出来事を整理してください。そして、この苦しい体験の記憶から何を学んだのか？その学びから今後、何をしていくのか？誓ってください。いずれ相手と再会するとき、胸を張って話せるように誓ってください…。



2. モチベーションを高める言葉をみんなで言ってみようということで、ペアに

なって実習をしました。震災後から、相手の状況をみて自分の気持ちを抑えてきた方、または孤独な世界へ入り込んで、さらに悲しい思いをした方もいたかもしれません。でも、みんなウェルカムな態度で言いあい、聴きあうことで、モチベーションが高められたのではないかと思います。実習を繰り返すうちに、皆さんの表情が変わってきました。



「私は相談されることが多いからこの方法を使って周りの方を支えたいです」「退職までの生きがいを見つけました」「少しですが自分自身を見直せました。ちょっとずつ前に進みます」と感想をいただきました。

ある方は、「この災害を繰り返さないために…。次世代に教えを残すために…。このネットワークが続くように…。わかってもらう努力が必要なんですね」と話されていました。



写真は、お手伝いいただいた和田さんと石巻スタッフの方々。講師の小森まり子と。

ご協力ありがとうございました。

(猪俣)