

## JOMF 派遣医師便り (2018. 6)

### ◆シンガポール◆

#### PFA 1 日研修にファシリテーター研修生として参加して

シンガポール日本人会クリニック

日暮 浩実

6月2日、ジャムズネット東京主催によるPFA(Psychological First Aid)の1日研修にファシリテーター研修生として参加した。会場はシンガポール国内の日本人小学校で、参加者はファシリテート側を含めて総勢で90名ほどであった。

PFAは大災害や大事故に見舞われ、心理的に障害を受けたであろう人々に対して行う最初の心理的サポートである。その名のとおり、応急処置であるから、これで、全ての問題を解決しようというわけではない。あくまでも、そうした方々への最初の接触者として事前”準備”をし、現場においては、被災された方々の様子をよく”見て”、お話を”聞き”、何が必要なのかを把握し、適切な施設や専門家に”つなぐ”ということが活動内容である。誤解されるといけないので付言するが、被災地にPFAだけを行いに行くというわけではない。現場での様々な作業に付随してこうしたファーストエードが役立つことがあるということである。

さて、このPFA研修は、被災者との接触に役立つような何か特別な方法を伝授するものではないし、そもそも、そのようなものがあるわけでもない。にもかかわらず、この研修が世界保健機構(WHO)をはじめ複数のNGOが推奨していて、既に世界23カ国語に訳されていることが何故なのか、当初私は理解できなかった。

しかしながら、ファシリテーター研修生として1日研修を準備するグループワークの中で、この1日研修の一つの目的は参加者に疑似体験させることであることに気がついた。考えてみれば、突発的な大事故に遭遇したとき、それに対処しなくてはならない人は多くがそのときが始めである。いきなり本番なのである。いわば“初心者“がその場の状況に、混乱させられながら手探りで、対応しなくてはならない状況においこまれている。この研修には、ロールプレーを通じて、そうした状況を疑似体験させ、来るべき本番の前に少しでも準備させておこうという意図があると考えられる。

ただ、突然ロールプレーといわれても、そうそうできるものではない。そのために、1日研修の内容に工夫がある。

まず研修の始め、“シミュレーション“というセクションで、1日研修の参加者に、災害現場という状況設定を与え、研修開始当初という事実上予備知識のない状態で被災者と支援者に分かれてもらい、対処する体験をさせる。参加者をむりやり、災害現場にいかせるような体験である。(お気づきと思うが、実際の現場はそうである)。これには、参加者に自分

で考えさせ、研修に本気で立ちむかわせる、換言すれば“その気にさせる“効果があるだろう。その後、フィードバックの時間を設け、どういう準備をすればよかったのか、どういう対処をすればよりよかったのかなどを参加者自らに考えさせる。次のセクションでは座学を行い、必要な知識や心構え、注意事項などを教授する。その後の“ケーススタディー“では、事故現場などを設定して、そこでの、“準備“、“見る“、“聞く“、“つなぐ“をグループ全員協同で考えていただく。さらに、その次は、ファシリテーターが見る、聞く、つなぐを別の現場設定で実際に演じて見せる（デモンストレーション）。これをフィードバックし、どのように見る、聞く、つなぐが実践されていたのかなどを考える。その後、さらに、コミュニケーションスキル（ある状況設定下で二人組みで一方が支援者、もう一方が被災者）を学んだ後、今度は、まとめ的な意味で、参加者に実際に“ロールプレー“をしてもらうのである。“見る“、“聞く“、“つなぐ“の実践である。この時点になると、多くの参加者はかなりその気になってきている（ファシリテーターの持って行き方にもよるが）、ロールプレーは、うまく演じることが目的ではなく、その気になって演じることが大切である。その場に没入することで疑似体験となるのである。もちろん、後でフィードバックが行われ、そこでは様々な気づきがあり、自身の過去の体験のシェアなどが行われる。

ただ、こうした参加型学習では、実際に被災された過去を思い起こし、つらいお気持ちになられる方がいらっしゃる場合があることは気をつけなければならない点である。

さらに、大切な付随事項として、被災を受けた方々、個々の状況によって、同じ災害でも、支援の必要性が大きく違うことや、現場のレジリエンス（回復力）を最大限に発揮させることが大切であることを学ぶ。

研修は、以上のような内容で、この場合はこういう言葉をかけるなどという具体的な教育事項は一切ない、あるのは水など、ちょっとした支援物資をお渡しすると良いというぐらいである。寄り添うということが大切であることも学ぶがそれは自明の理である。

にもかかわらず、アンケートで、多くの方々が、研修前より知識が増え、支援への自信を向上させていた。これは、なぜか、おそらくは、人を助けようという心は各人に内在していて、この研修はそれを気がつかせるもの、または引き出すもの、困った時は自分自身に戻り考えること大切であることを皆が改めて気がついたからではないかと思うのである。