

### Ⅲ. 正当化(validate)と支援

次のような言い方を用いよう。

- こんなことが起こってとてもお気の毒に思います。
- これは、多くの人が考えるよりも難しい／長くかかるんです。
- こうしたことを経験した人のほとんどは、あなたと同じように感じています。

### Ⅳ. 必要な情報を手に入れる

被害者が電話をしてきて心配事をうち明けたら、被害者の名前と電話番号を入手しよう。連絡が途絶えた際には電話をかけ返すことができる。この情報は特に、自殺の恐れがある人を扱うときに重要となることがある。最初にこの情報を渡すのをためらうような場合には、資料を送りたいという旨、そのためにアドレスが必要なのだと知らせよう。ファイルに情報を得続けよう。

### Ⅴ. 被害者のニーズを評定する

あなたはディスカッションの初めのうちに、被害者が情報や刑事裁判の進行に関する援助、情動的支援、またはその組み合わせを要望しているかどうかを言えなければなりません。被害者が悲嘆や無力感、怒り、欲求不満、恐れなどを口にするときには、刑事裁判の進行について話すことは適切でない。同様に、被害者が明らかに情報を求めているときに被害者が感じていることを聞き出そうとすることも適切ではない。

1. **機密性：** 被害者が自分自身、あるいは他者を傷つける傾向があると示唆されない限り、述べたことが繰り返されることはない被害者に請け合うこと。しかし、こうした傾向が示唆された場合には、あなたにはその言明を、被害者を守ってくれるようリファーマー先や家族成員を含む適切な他者と討議する倫理的責任があるのだと被害者に知らせること。機密性は、生命の危機状態が問題となるような場合を除いて、極めて重要である。被害者擁護者が支部のミーティングや他のどこかで被害者の情動的健康について報告することは不適切である。犯罪ケースの状態など公的な情報は報告されることもあるが、被害者の要望によってそうされるのではない限り、それ以上の報告は不要である。
2. **感情と思考の区別：** 被害者が感情と思考を区別するのを助けよう。全ての感情は受け入れられる。被害者は、怒り、恐れ、絶望、罪悪感など、どんな種類の感情を表出することも奨励されるということを知るべきである。以下は、飲酒運転衝突に引き続いて経験される様々な感情を扱うためのいくつかの示唆である。

**罪悪感：** 被害者に、罪悪感に関して話したいだけ全て話す許可を与えた後で、この感情がどれほど苦痛であるかをあなたが知っているということを伝え、衝突は彼らの過ちではないと彼らを安心させること。目標は、被害者が衝突を引き起こした原因について合理的に考えられるようになること、また、悪いのは被害者でもその家族でもなく、飲酒運転者だと分かるようになることである。ときには、ことの起こったその日について、朝起こった最初のことから衝突までを思い出すよう求めたり、その時々「それについて知っていたかもしれない手段がありますか？」と尋ねることも役に立つ。被害者やサバイバーがもっともな罪悪感を持っていた場合、それを取り除こうとしないように。それを持ち続けることを許可し、彼ら自身を許す方法を見つけるよう試みること。

**恐れ：** 被害者は生命を脅かすような経験に対してほとんど、あるいは全くコントロールできないと感じている。被害者に、突然暴力的に起こった喪失や負傷に続く恐れは正常なのだと知らせよう。衝突はぞつとする、凄まじいもので、彼らがしばらくの間恐れを感じるのは正常なことである。あまり恐れを感じないようにするために、何をしているのかを尋ねよう。また彼らに、抗しがたい恐怖の感情は、時間の経過により減少することを知らせよう。合理的思考のための能力を引き出すような質問をする。「他の飲酒運転者にひかれる可能性はどのくらいありますか」「あなたが怖がって、そのために家から出なかつたり、自動車に乗れなかつたり、等のことがどのくらい続くと思いますか？」もし被害者が一定期間怖がっていることを自分に許すことができるなら、いったんその時が過ぎてしまえば、少なくとも恐れを幾ばくかを取り除く能力が出てくる可能性がある。被害者が家庭で、車で、その他どこかで使えるような安全策を確認するのを手伝うこと。

**怒り：** 怒りは発散させよう。それが適切であることを認めること。あなたが言えることのうち最悪のものは「そんな風に感じるべきではありません」である。多くの人々、特に女性は、怒りを表出せず、その代わりに物わかり良く、寛大であるようにと教えられてきている。多くの男性は、情動を表出することは弱さの現れだと信じている。人間は、非常識なことが起こったときには怒るという能力を備え持っているのだと指摘しよう。怒りを抑制することは、深刻な身体的、情動的問題を引き起こしかねない。もしその怒りが不適切に擁護者としてのあなたに向けられたら、今起こっていることがあなたにとって非常に辛いものであることと、あなたがしばらく「中休み」をとって、あとで一できればその日が終わる前に、ディスカッションに戻ってきたいと伝えること。

**悲しみ：** 被害者に悲しみや悲嘆を表現させよう。時々、殺された、あるいは負傷した当人が深く愛されていたということがどんなに明らかだったかについてコメントする。こうした表現をしばらく行った後、もし被害者がこの会話を聞くことができたとしたら、

被害者はどう感じるだろうと思うかを尋ねる。時には、悲しみや抑鬱は負傷した、あるいは殺された人を中心としてはおらず、飲酒運転者への怒りをそのまま維持するための試みとなっている場合もある。これがそのケースだ、と気づいた場合には、被害者がその人に向けて怒り、激怒を表現できるようにする。もし、被害者に自殺の可能性があることが分かったなら、19-20 ページに概説されているような適切なテクニックを用いること。

3. **感情を受容しながら、行動については合理的思考の促進を：** 被害者が感じることから行為のための計画へと移行したら、どんな感情を持って構わないが、行動は明白な、客観的思考に基づくべきだと示唆する。行為の計画を考慮する場合、被害者ができるだけ多くの選択肢を考慮し、そこから一つを合理的に選択することができるようにする。たとえば、ほとんどの被害者サバイバーは、時に、耐えがたい痛みから逃れるために死ねたらと望んだり、亡くなった愛する者と再会することを望んだりする。これらの思考を表現できれば、通常、死への願望は低減する結果となる。しかし、被害者が自殺や殺人について話すようなら、行動を導くのは感情ではなく、合理的思考なのだと説明すること。
4. **力づけ Empower：** 被害者が選択するのを援助することで、彼らを力づけること。自殺や殺人の恐れが十分であるほど抑鬱的でなければ、教えたりアドバイスをしたりはしない。罪悪感、憤怒、恐れ、あるいは抑鬱からいつ離れるかを決めるのはあなたではなく、被害者なのだ。被害者はしばらくの間、保護機能として、こうした感情を手放さずに持っている必要があるのかもしれない。これらの感情は、剥ぎ取るべきではないのである。「過去を変えることはできません。現在はコントロールすることができます。未来は変えることができます。」被害者がこれを受容し、内化することに向けて努めること。
5. **正直であること：** 常に正直であること。分からないことがあればそう言って、これを調べることを申し出る。
6. **長期的な結果について知らせること：** 被害者に「乗り越える」ことを期待すべきではないと知らせよう。被害者に、悲嘆は最終的にはそこまで深くない、あるいは包含的なものではないだろうと安心させる。悲嘆の発作は時々を訪れ、被害者は喪失に対して常に悲しみを感じる（しかしそれで意気消沈してしまうことはない）。そして時には、彼らは否定的なエネルギーを肯定的なエネルギーに変える建設的な方法を見つけるだろう。
7. **亡くなった被害者の名前を用いる：** その文化で禁じられていない限り、「あなたの息子」や「あなたの奥さん」と言うよりも、亡くなった被害者の名前を用いること。

8. 悲嘆に加わること： 被害者の悲嘆と一緒に加わり、その悲嘆から外れた話をしようとしないこと。次のように言う：
- お気の毒です。
- どのように感じているのか話して下さい。
- これはあなたにとって非常に辛いことに違いありません。
- あなたは（彼または彼女に）非常に近しかったに違いありません。
- （彼または彼女について）もっと話して下さい。
- 続けて下さい、悲しんで下さい（go ahead and grieve）
- 怒っても、悲しんでも、（他）いいんですよ。
- 受け入れるのはとてもお辛いですよ。
- あなたのような状況にある人の多くは、あなたと同じように感じるのです。
- あなたのためにお祈りしています。
- どのようにお手伝いしましょうか？
- あなたのそばに行き一緒にいたいです。
- すぐに会いましょう（そしてそうする）。

#### いくつかの禁止事項

1. 罪悪感を強めないこと。もしあなたが\_\_\_\_\_さえしていたら（していなかったら）と言ったりして罪悪感を強めないこと。被害者が合理的に自分を責めているなら、「それは本当かもしれないし、そうでないかもしれませんが。しかしあなたは確かに、それが起こるのを決して望んではいなかった」
2. 比較しないこと。彼らの被害経験を、あなたや他のどんな人の被害経験とも比較しないこと。ある人の被害の痛みが、他者の被害の痛みよりひどいということはない。マイナーな犯罪の被害者などというのはいないのです。
3. 強さを奨励しないこと。自分が強いと感じている被害者はおらず、誰かに「強いですね」と褒められると彼らは当惑する。その代わりに、勇気を奨励すること。ジョン・ウェインは、勇気というのは、恐れながらもとにかく馬に鞍を置くことである、と言っている。被害者はこれに共鳴するかもしれない。
4. 被害者を利用しないこと。あなた自身のニーズを満たすために被害者を利用しないこと。あなたが「飲酒運転者を憎んで」いるとしても、彼らを憎んでいない被害者にこの憎しみを課す必要はない。あなたは自分のバイアスを拡張するために彼らを利用することで、彼らを再び被害化してしまう。
5. 情動を恐れないこと。あなたの情動を見せよう。他の被害者と結びつくのにこれ以上の方法はない。触れるのも良い。抱くのも良い、ただし、最初に（そうしてよいか）尋ねること。
6. 押しつけないこと。あなたの宗教的または道徳的価値を被害者に押しつけないこと。尋ねら

れたときにあなたのそれを表明するのはよいが、あなたの信じる方向に説き伏せようとはしないこと。

7. 約束しないこと。自分が実行できる以上に約束しないこと。特に、裁判の結果に関して約束しない。
8. 言うべきではない言葉。「\_\_\_\_\_と感じるべきではありませんよ」とは言わないこと。感情は感情であって、正当なものである。被害者が合理的思考を通して自分の問題を解決できるようにすること。ただし、全ての感情が発散できるようにすること。
9. 被害者の悲嘆から外れた話をしようとしないうこと。そうすることは、あなたがそれに直面したくないということを伝えるだけである。次のようなフレーズは避けること：

それは神の御意志です。

神には目的があるのです。

他にお子さんがいらしたことを感謝してください。

誰か他に愛する人が見つかるでしょう。

あなたはもう一度あなたの人生を歩み出さなければなりません。

あなたは強くあつて、進み続けなければなりません。

あなただけが苦しんでいるわけではないのです。

(彼／彼女は) 充実した人生を送りました。

苦しんでも (彼／彼女は) かえってはきません。

済んだことです、それについては話さないようにしましょう。

あなたの気持ちをお察しします／分かります。

泣かないで。

時が全ての傷をいやしてくれます。