

POMC (Parents Of Murdered Children)

[POMCの概要とトレーニングマニュアル]

POMC（子どもを殺害された親の会）は殺人で子どもを亡くした両親によって始められた被害者遺族の自助グループである。1978年に4家族で最初の集まりが行われたが、その後急速に参加者が増えていった。1987年に多額の資金援助がシンシナティ基金からあり、1988年には司法省の犯罪被害者局から相当な資金が支給された。これによって本部の体制が充実し、さらに翌年には4地区で支部のリーダーのためのトレーニングセミナーが開催された。それにあわせてつくられたのがこの「支部のリーダーと対人援助をする人のためのトレーニングマニュアル」である。

このトレーニングマニュアルは、危機的状態にいる遺族への介入方法や、遺族と接する時の方法や留意点、サポートグループの始め方や運営の仕方、殺人被害者遺族が関わる法的な問題の具体的な知識や精神的諸問題など、関連の諸知識と具体的なノウハウが詳しく述べられている。

今回は、まずマニュアルの項目を列挙し、次にその中でも遺族のおかれる状況について知識とグループを始める際の具体的な方法を述べた章を主として訳出した。

このマニュアルは、理論的、学術的というより、経験に基づいて創られたより実践的なものであり、遺族のサポートグループをつくる際の具体的な手がかりとなるものと思われる。

[支部のリーダーと対人援助をする人のためのトレーニングマニュアル]

【項目】

セクションA：歴史

A-1 POMCの歴史

セクションB：危機介入/カウンセリング技法

B-1 危機

B-2 危機介入

B-5 リスニング

B-6 コーピングメカニズムと防御メカニズム

B-7 ショックと否認

B-10 深刻な出来事の後にかかること

セクションC：支部の創設

C-1 支部のリーダーの役割

C-2 支部を始めるためのガイドライン

C-15 定款

C-31 年次報告書の様式

C-34 グループミーティングでのテーマ

C-35 グループミーティングの講師

C-36 遺族への手紙

C-39 一般的なお知らせの手紙

C-40 寄付の礼状

C-43 寄付受付用紙

セクションD：サポートグループファシリテーション

D-1 子どもを殺害された両親のためのサポートグループ

D-10 悲嘆について

D-12 喪失

D-15 リファーマのためのアセスメント

セクションE：悲哀 — 事故や災害の後に

E-1 悲嘆について—人間的な経験

E-5 病死と殺人によって子どもを亡くした家族の喪の過程の相違

E-9 殺人被害者の遺族

E-13 暴力による死に対処する

- E-15 暴力による死に対する子どもの悲嘆への援助
- E-25 きょうだい（兄弟姉妹）
- E-29 兄弟姉妹を亡くした人へ
- E-31 殺人被害者遺族

セクションF：刑事訴訟

- F-1 法廷付き添い
- F-4 被害者や目撃者が証言するとき
- F-6 司法手続きの流れ（重罪の場合）
- F-8 刑事裁判
- F-9 裁判の用語の解説
- F-11 刑事訴訟制度に関する遺族の問題
- F-13 除外ルールについて
- F-25 精神障害のある被告人について
- F-36 保釈について
- F-48 判決について

セクションG：講演

- G-1 講演をするとき
- G-3 遺族の言葉 “Give Sorrow Words”

セクションH：関連した問題

- H-1 怒りについて
- H-3 抑鬱に気づくこと
- H-7 自殺
- H-9 バーンアウト
- H-12 バーンアウトを避けるために
- H-15 子どもを亡くした親へのカウンセリングを行う聖職者へのアドバイス
- H-26 悲哀と宗教

セクションI：参考文献

- I-1 参考文献

セクションJ：その他

- J-1 ネットワーキング作り
- J-8 Q&A
- J-15 サポートグループに関する質問
- J-19 ワークシート

[支部のリーダーのためのトレーニングマニュアル] (抜粋)

以下はマニュアルからの抜粋である。全文訳、一部訳、抄訳がある。

(※の付記してあるものは内容の説明・紹介である)

セクションA: 歴史

※ POMCの設立の経緯とその後の発展の状況についての概要

A-1 POMCの歴史 (抄訳)

POMC (子どもを殺害された親の会) は殺人で子どもを亡くした両親によって 1978 年に始められた被害者遺族の自助グループである。最初の集まりは4家族だったが、その後急速に参加者が増えていった。1987 年に第一回全国会議が開かれ、同年多額の資金援助がシンシナティ基金からあった。1988 年には司法省の犯罪被害者局から相当な資金が支給された。これによって有給職員の雇用など本部の体制が充実され、同年、電話サービスと「メモリアルの壁」が始められた。

セクションB: 危機介入 / カウンセリング技法

※ 危機的状況にある遺族への理解と、危機介入を行うための方法を解説

B-1 危機

※ 危機状況下でのストレス反応 (混乱・退行など) について (本文略)

B-2 危機介入

※ 危機介入の有効性とテクニックについて

・危機的被害者の状態

トラウマシンドローム

無力感

無気力

コントロール感の喪失

不安定

問題に対処する能力の減少

不安

鬱

自殺念慮／自殺企図

・危機介入で行うこと

現実認知を助ける

適切なサポートシステムの提供

対処するのを援助する

問題解決の手助け

・危機介入テクニック

リスニング

感情のベンチレーションを励ます

何が起きたか明確にする

サポートシステムの提供

ストレスや不安の軽減

喪の過程を援助

精神的に介入する

・効果的なコミュニケーション

アドバイス：

遺族にはアドバイスはできない

思いやり／安心感の提供：

もっともよく行われているが、まだ充分ではない

反映：

遺族の感情を言語化しコミュニケーションのためにおこなう

自由に答えてもらう：

単に「はい」「いいえ」とだけでなく、もっと話すための問いかけをする。

情報を共有する助けにもなる。

「なぜ」という問いかけ：

「なぜ」という言葉は、非難されたと思われることがあり、自責感を持たせる

ことにもなる。「なぜ」という言葉は原因を探ることになる。

話を聞くのに、「誰が」「何が」「どこで」「いつ」「どうやって」という言葉

を使い、「なぜ」は使わないこと

言い換え：話したことを聞き返す

明確化： 話したこと、話そうとしていることを明確にする

価値付け： 認め、確認し、理にかなったことだったと言う

共感：

ケアと受容：

判定的にならない：

穏やかな対応：

非言語的コミュニケーションが重要である：

態度・視線・身体表現・ボディランゲージ・話の割り振り・話す声音や早さ

・ リスニングスキル：

話を聴くことは最も重要なことであり、危機介入には欠かせない。聴くことは難しく、学習し練習しなければならない。

—ほかのことに気を取られない

—話されていることを聞く

—声音を聞く

—話されていないことを聞く努力をする

—会話を牛耳らない

—アクティブリスニング

—伝える必要性は何か

—気持はどうか

—注意深く

—感情の言葉を聴く（愛・憎い・怒る・責めるなど）

—沈黙：聴く姿勢と関心をもって沈黙することは重要であり有用である。

沈黙の中で遺族は自分の立場を反芻することができ、自分の感情をベンチレートすることもおし進める。

遺族と同じ感情を経験し理解したことを遺族が知ることは大切であるが、会話を独占してはいけない。

・ 終了

・ 行動計画

・ これからに備えてのガイダンス

・ フォローアップ

・ 適切なところへの紹介（必要な場合）

B-5 リスニング

・押しの強い聴き手にならない

- 会話を独占しない
- 議論をしない

・自信のない聴き手にならない

- 自分の方に惹きつけない
- 自分の反応にとらわれない

・聴き手の不安を示すサイン

- 眠くなる／退屈する
- 注意を払わない
- すぐに反復する
- 窮屈になる

・電話の終了

電話のあとで次のリストをまとめる

- あたたく、心をこめて聴いたか。相手に関心をよせたか。それを態度で示したか。
- 気持を相手に向けたか。自分の動きがどう影響したか。
- 誠実だったか
- 相手の話すことが理解できたか
- こちらが理解したことを相手はわかったか

B-6 コーピングメカニズムと防御メカニズム

コーピングメカニズムは現実の求めるものに意識的に適合させるステップである。防御メカニズムは無意識にエゴを守るステップである。防御メカニズムは回避、否認、現実を歪曲する。

防御メカニズムの例：否認・抑制・退行・転移・抑圧

介入：

機能レベルの回復

不適応反応の予防

新しいコーピングスキルの開発

必要な所への紹介

B-7 ショックと否認 (遺族の心理)

身近な人の死に直面した時、ショックと否認が起きるのは正常な反応である。

否認の時期には、困惑混乱によって当惑、無感覚という感情がよくおこる。否認の時期がおさまってきて、現実が始まると、悲嘆はより強力になり、喪失についての反応はより急激になる。

悲嘆の一般的特徴というものがあるが、被害者との関係や遺族の性格や死を取り巻く状況が遺族の反応に影響する要因となる。次のような影響を考慮しなくてはならない。

- 遺族の関係についての理解
- 被害者と遺族の関係
- 遺族の性格とメンタルヘルス
- 過去の死と喪失体験
- 遺族の生活上のストレス
- 事件が解決しているかどうか
- 死を取り巻く状況
- サポートシステム／重要な人
- 遺族の身体的健康

気が狂ったに違いない；

遺族は強い感情をもつことで自分の健全さを疑うようになる。

恐れ

不安

罪悪感：「もし…してさえいれば」「…できていれば」

あの人はいない。私は生きている。

怒り

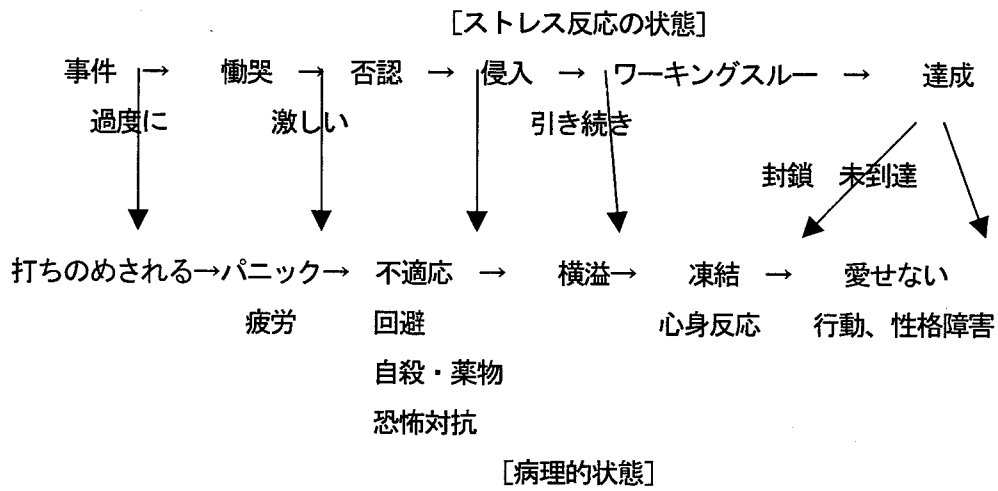
熱望（存在感、夢、探し求める）

強迫観念

サポートグループでは、継続してのケアの中で、感情を表出し、その感情を価値づけするのを助ける。遺族は、多大に期待されたりせかさされずに元気づけられることが必要である。喪失という現実を受け容れるために、亡くなった人についての感情、思考、記憶、期待、希望、ファンタジーを経ることに助けが必要な遺族もいる。

悲嘆の痛みを感じている遺族を助け、「新しい常態」に再適応することがサポートグループのゴールである。

B-10 深刻な出来事の後にかかること



Horowitz 1982