

03. DEPARTMENT OF CLINICAL PSYCHOLOGY, FACULTY OF MEDICINE 医学部臨床心理学科

石巻市役所での被災者メンタルヘルスを通して 見えないところを支えるための、想像力と創造力。

医学部臨床心理学科 野口修司准教授

2011年に発生した東日本大震災。その直後から被災者の方のカウンセリング等に従事してきたのが、当時、宮城県で心理学の研究を行っていた野口修司准教授でした。震災の翌年から今年の3月末まで専任の臨床心理士として石巻市役所の人事課に籍を置き、震災復興にあたる市職員への心理援助を行ってきました。「被災自治体の職員の方は、自分が被災者であると同時に被災者支援を行う職務にあるため、二重のストレスを抱えています。家族を顧みずに災害対応を行わないといけなかった自分を責める方もいます。長期化する復興業務で心身ともに疲弊しても、周りに迷惑はかけられないから

と我慢している方も少なくないのです」とその状況を話します。

そこで野口准教授は市役所で「いつでも相談できるカウンセリング窓口」を開設。不眠等のストレスを抱える本人のみならず、その上司や同僚といった周囲の人からも幅広く相談を受けていました。「震災で家族が亡くなったのに自分は災害対応をしていたと自責の念をお持ちの方には、自責感を少しでも和らげることを目標に支援をしていました。ぎりぎりまで復興業務を頑張っている方には「これ以上頑張れなんてとても言えないから、あなたの大変さを周囲に伝えて助けを借りませんか？」とお話することもありました」。同時に、心の健康について知ってもらおうと全職員と管理職向けにパンフレットも作成。薄くシンプルなものにし、一度読んだ後は必要な時に思い出してもらおう“お守り”代わりに使ってもらえたらという意図を込めました。

これらの活動を通して、野口准教授は長期的な支援の重要性を感じられたと言います。市職員にとって復興業務は街をゼロどころかマイナスから創り直すという他に前例のない

業務。被災者にとっても復興で住環境が変わるたびに心理的負荷がかかります。状況を知っている心理援助者が長期的に関わるのではないかと。そう考える野口先生は香川大学で教鞭を執る今も、定期的に石巻市役所で心理支援

を続けています。現場を経験されてきた野口准教授に、心理職に求められる資質を尋ねたところ「想像力と創造力ではないでしょうか」という答えが返ってきました。「カウンセリングでクライアントの話を聞いて状況や気持ちに共感するためには想像力が必要ですし、個々人の状況が異なる中で、どうすれば今よりも良くなるかを考えるには創造力が必要です」。心理学の中でも臨床心理学は医学と密に関係があると言います。「メンタルヘルスは目に見えないので、自分の状況がどうかを自分では判断しにくい反面、体には不調として現れます。そんな時、医学的な知識を学んだ心理援助者がいると、どのような支援がこの人にとってベストかという選択肢が広がります」。公認心理師という国家資格の誕生で、臨床心理のニーズが社会に広がっていくのではないかと話す野口准教授。臨床と研究の両方を知る立場から、新しい臨床心理学科で、新たな時代の臨床心理の専門家を育てようとしています。

