

メンタルヘルスを考える(Part 48)



特定社会保険労務士・産業カウンセラー 沖 利彦

「心理カウンセラーお断り！」

インターネットなどで既にご存知の方もいらっしゃるかも知れませんが、とある避難所の入り口に「心理カウンセラーお断り」という紙が貼られていたそうです。

私が実際に見たわけではないので、「貼られていたようです」という表現を使用したのですが、私は「あってもおかしい話ではない」と感じました。

今回は、なぜ「心理カウンセラーお断り」に至ったのかを考察し、「支援」ということについて述べたいと思います。

＜なぜ「お断り」されるのか？＞

阪神淡路大震災以降、被災者のPTSD（心的外傷後ストレス障害）とそれに対するケアが強調されるようになりました。今回の東日本大震災でも、多くの心理カウンセリングのボランティアが現地入りしているようです。

現地入りしている人の中には、所属団体からの派遣、善意で現地入りしている人など様々な人がいますが、専門家からカウンセリングの勉強を始めたばかりの人まで、レベルのまちまちな心理カウンセラーが個々に活動しているのが実態です。

例えば、現場で唐突に「大変でしたね。今、あなたの心にはとても重い負荷がかかっていて疲れているから、心理カウンセリングが必要です。」みたいなことを言われても、被災地の方々も困ってしまうのではないかと思います。

困りながらも、体験や気持ちを絞り出すように話し始めたところ、「あなたの辛いお気持ちは良く分かりますよ。」などと言われてしまうと、「自分でも気持ちが整理できていないのに、この人は一体何が分かったのだろうか」と、不信や怒りを感じるのではないのでしょうか。

本当に上記のようなやり取りがあった訳ではないのですが、「お断り！」と言われる背景には、善意や使命感から起こした行動や発した言葉により、被災地の方々を疲弊させたり、傷つけたりしたことがあったのではないかと推察します。

今、被災者のPTSDや、自衛隊員や機動隊員のバーンアウト（燃え尽き）症状が起こり始めています。

被災者、とりわけ現地で被災した人のPTSD症状については、自分の気持ちを出することで、その時は良くなった感じが得られますが、将来的にはかえってPTSD症状が悪化する恐れがあります。

今は、体験の細部を聞き出したり、感情を表出させたりするようなことをすべきではなく、被災者との良好な関係を築くことに重きを置き、被災者が自然に気持ちを表出するようになるのを待つことが大事だと思います。

そして、被災者の周りに、家族や友人あるいは隣人を中心とした理解者のネットワークを作り、災害の現実的な被害や、生活上の困難を話し合うことが重要だと思います。

そう考えると、最初は傾聴することで信頼関係を強く構築し、構築できたところで初めて、困っていることや力になれることを聴くというように、気長に取り組むことが求められているのだと思います。

＜「支援」ということ＞

現地でボランティアをしている方の話を聴く機会があり、出会った人とのやりとりを話して下さったのですが、その中で、「（身内の）遺体が見つかっただけでも良かった」と言う被災者の言葉が耳に残っています。

冷静に考えれば、生きているに越したことはないでしょうし、本当は生きていてほしいと強く望んでいたのだらうと思いますが、それが叶わなかった状況であっても、置かれている境遇に自分なりに納得しようとしている状態なのだらうと私は思いました。

自分の力ではどうにもならないことで大切なものを失い、何を（何から）すれば良いのか分からず茫然としているような状態の人、サバイバーズギルト（※1）を抱えて苦しい気持ちで生きている人をどうやって支援していけばよいのか、これは大変難しいと思います。

中途半端な支援、例えば、悲しみの感情を引き出したことだけで満足して、その後何のフォローもしないような関わりをしてしまうと、相手の生きていこうとする力を削いでしまい、逆効果になってしまいます。

また、「死ぬことよりも生きることが辛い」ことを知っている人の支援（話を聴くこと）も求められています。

もちろん、物質的・金銭的支援はまだ必要です。

メンタル面の支援をするということは、被災者の存在や苦しみを肯定して受け止めることなのだと思います。

今回の震災で、被災者や支援者が受けたダメージは、私では計り知れないもので、覚悟がないままに「支援する」とは言えませんが、機会があれば、長い時間がかかるかもしれませんが、被災者のペースに合わせて話を聴き、寄り添っていきたいと思います。

※1 戦争や災害、事故、事件、虐待などに遭いながら奇跡の生還を遂げた人が周りの人々が亡くなったのに自分が助かったことに対して、しばしば感じる罪悪感のこと。「サバイバー」(survivor)は「生き残り・生存者・遺族」を、「ギルト」(guilt)は「罪悪感」を意味する英語。

日本では、平成17年4月25日に発生した兵庫県尼崎市のJR福知山線事故において、生存者の間にこの種の感情が見られると報道されたこともあって認知度が高まった。



同好会・同窓会・ボランティア団体…、 非営利法人として使い易くなった新公益法人制度

いままであった2つの社団法人。1つ（同窓会）は一般社団法人になり、もう1つ（全国団体）は公益社団法人に移行する手続きを開始しました。平成20年12月から大きく変わった公益法人制度。同好会や同窓会などを法人にしようと思ったとき、株式会社などの営利法人にするのには抵抗があります。非営利法人にすることを考えた場合、この新制度かなり使い勝手がよくなりました。

【従来の非営利法人の問題点】

いままで非営利法人といえばNPO（特定非営利活動）法人とか有限責任中間法人の場合が多かったでしょう。しかし、NPO法人は所轄庁に対する事業報告が義務付けられ、有限責任中間法人は金銭的負担（基金）が必要という負担がありました。

一方、従来は、社団法人・財団法人をつくろうとすると、主務官庁の許可主義の下、主務官庁の裁量が大きくさまざまな条件が課され、法人設立そのものが容易ではありませんでした。また、公益性の判断基準も不明確で、実質的な公益性を失った法人が公益法人として存続し続け、主務官庁からの天下り先となっている例も少なくありませんでした。

【何が変わったのか】

今回の公益法人制度改革の目的は、従来の公益法人制度の弊害を除去すると同時に、積極的に民間の非営利活動を社会・経済システムに位置づけるところにあります。

近年、自ら積極的にコミュニティの活動に参加する個人が増えています。平成10年に制定された特定非営利活動促進法に基づきNPO法人が次々設立され、さらに阪神・淡路大震災や今回の東北地震等を契機に、ボランティア活動などの非営利活動に対する関心が高まっています。非営利団体は、営利団体や行政が十分対応できない社会的ニーズに応える役割を果たしており、それを一層促進しようというわけです。

ではどのような制度変更があったのか、整理してみます。

①**法人格取得の問題と、公益性判断とを分離した**。従来は、公益性と非営利性（※）との双方が備わっている社団・財団に対して法人格を与える、つまり公益性がなければ法人格が認められませんでした。新制度では、非営利でさえあれば、公益性の有無とは無関係に法人格が認められることになりました。

（※）なお、「非営利」とは、「利益をあげてはいけないこと」と勘違いされている人もいますが、「非営利」とは法人の利益を「法人の構成員に分配」（分配とは、株式会社が株主に利益を配当することなどを指します）せず「法人の活動に充てなければならない」という意味です（もちろん従業員等に給与を支払うことは一向に差し支えありません）。

②**法人格の取得が簡単になった**。従来は主務官庁の関与がありましたが、新制度ではそれがなくなり、株式会社と同様「定款作成→公証人による認証→設立登記」を行えば法人として成立するという準則主義が採用されました。非営利であれば、同窓会や同好会も法人としての設立が可能となり、遺言による財団法人設立も容易になりました。

③**厳しい公益基準に基づき認定されてはじめて公益法人となる**。法人格取得の際には公益性は問われませんが、一般社団法人・一般財団法人としての法人格取得後に、法が定める公益基準に合致し、認定を受けてはじめて公益社団法人または公益財団法人となることができます。1階部分が一般社団法人・一般財団法人、その中から2階部分に公益社団法人・公益財団法人が存在するという関係になります。公益法人となれば、収益事業についてのみ法人税が課され、他は課税されないというメリットを享受できます（一般法人の場合は、収益事業にも会費収入に対しても法人税が課税されます）。なお公益法人の監督官庁は、内閣総理大臣（全国団体）または都道府県知事（地方団体）です。

④**既存の社団法人・財団法人は、平成25年11月までに、一般社団法人・一般財団法人に移行するか、公益社団法人・公益財団法人に移行しなければなりません**。

【「安定した組織に」「所有関係をはっきりさせたい」などの要望に】

「任意のグループ活動でやってきた組織を安定した組織にしたい」、「個人が提供したいろいろな財産があるので所有関係をはっきりさせておきたい」、「会費を集めて運営をしていきたいが管理をきちんとしてほしい」、「自分の資産の一部を支援活動として永続的に使い続けたい」などなど、非営利活動を法人として展開したいと思われる方が数多くおられます。そのための法人化を考えるなら、新公益法人制度を活用するのも一考に値します。