

災害支援者のチェックリスト

A.状況
<input type="checkbox"/> 通常では考えられない活動状況であった <input type="checkbox"/> 悲惨な光景や状況に遭遇した <input type="checkbox"/> ひどい状態の遺体を眼にした、あるいは扱った <input type="checkbox"/> 自分の子どもと同じ年齢の子どもの遺体を扱った <input type="checkbox"/> 被害者が知り合いだった <input type="checkbox"/> 自分自身あるいは家族が被災した <input type="checkbox"/> 救援活動をとおして殉職者やケガ人が出た <input type="checkbox"/> 救援活動をとおして命の危険を感じた <input type="checkbox"/> 救助を断念せざるを得なかった <input type="checkbox"/> 十分な活動ができなかった <input type="checkbox"/> 住民やマスコミと対立したり、非難された
B.活動後の気持ちの変化
<input type="checkbox"/> 動揺した、とてもショックを受けた <input type="checkbox"/> 精神的にとっても疲れた <input type="checkbox"/> 被害者の状況を、自分のことのように感じてしまった <input type="checkbox"/> 誰にも体験や気持ちを話せなかった、話しても仕方がないと思った <input type="checkbox"/> 上司や同僚あるいは組織に対して怒り・不信感を抱いた <input type="checkbox"/> この仕事に就いたことを後悔した <input type="checkbox"/> 仕事に対するやる気をなくした、辞めようと思っている <input type="checkbox"/> 投げやりになり皮肉な考え方をしがちである <input type="checkbox"/> あの時ああすれば良かったと自分を責めてしまう <input type="checkbox"/> 自分は何もできない、役に立たないという無力感を抱いている <input type="checkbox"/> 何となく身体の調子が悪い
<p>*この表は救援活動の心理的影響を考える目安となるものである。Aの項目を2個以上満たすときは、心理的影響が生じる可能性の高い活動と考えられる。また、Bに3個以上あるときは、救援活動による心理的影響が強く出ており、何らかの対処が必要である。</p>