

## 第3章 自助グループ運営・連絡会議

本章においては「平成23年度交通事故被害者サポート事業」のうち「自助グループ運営・連絡会議」について報告する。

### ．目的

交通安全対策及び犯罪被害者等施策の現状と課題に係る講義、交通事故被害者遺族の悲嘆とケアについての講義、遺族の心理的状态と支援及び回復についての講義及びグループワークその他必要なプログラムを通じて、「被害者の回復のための自助グループ活動」を支援することを目的とする。

### ．参加者

参加者は、自助グループ活動を支援している被害者支援センターの支援員及び、被害当事者が運営する自助グループの代表者等である。当日の参加者の詳細については以下のとおりである。

- ・参加者 42名
  - ・講師 9名（内閣府2名含む）
  - ・内閣府 1名
  - ・事務局 4名
- （合計 56名）

### ．開催日時及び会場

平成23年10月25日（火）から26日（水）の2日間にわたって、砂防会館（東京都千代田区）において開催した。

## ．プログラム

自助グループ運営・連絡会議は、以下の内容によって進められた。なお、プログラムの詳細は、表 3-1 のとおりである。

### 1．1日目（10月25日（火））

- ・オリエンテーション
- ・交通安全対策の現状と課題についての講義
- ・犯罪被害者等施策の現状と課題についての講義
- ・交通事故被害者遺族の悲嘆とケアについての講義
- ・自助グループに参加する意義と支援センターに希望すること及び質疑応答、まとめ

### 2．2日目（10月26日（水））

- ・各支援センターの現状についてグループ討議及び報告
- ・自助グループの進め方についての講義
- ・模擬自助グループ（ロールプレイ）

図表 3-1 平成 23 年度 自助グループ運営・連絡会議プログラム

### 1日目（10月25日（火））

	時間	内容	講師（敬称略）
1 日 目	13:15～ 13:20	オリエンテーション	認定特定非営利活動法人全国被害者支援ネットワーク
	13:20～ 13:50	交通安全対策の 現状と課題	内閣府政策統括官（共生社会政策担当）付 交通安全企画第一担当参事官補佐 秋山康裕
	13:50～ 14:20	犯罪被害者等施策の 現状と課題	内閣府犯罪被害者等施策推進室参事官 河原誉子
	14:20～ 15:20	交通事故被害者遺族の 悲嘆とケア	独立行政法人 国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 成人精神保健研究部 犯罪被害者等支援研究室長 中島聡美
	15:20～ 15:35		休 憩
	15:35～ 17:30	自助グループに参加する 意義と支援センターに 希望すること及び 質疑応答、まとめ	認定特定非営利活動法人全国被害者支援ネットワーク 理事 大久保 恵美子 公益社団法人被害者支援都民センター 小畑智子、久保田由枝子、中土美砂

2日目(10月26日(水))

	時間	内容	講師(敬称略)
2 日 目	9:00 ~ 11:00	各支援センターの現状について グループ討議及び報告 (討議後各グループより報告、 助言者からのアドバイス)	社団法人いばらき被害者支援センター 森田ひろみ 特定非営利活動法人大阪被害者支援アド ボカシーセンター 堀河昌子
	11:00 ~ 11:10	休 憩	
	11:10 ~ 12:00	自助グループの進め方 (ファシリテーターの役割について)	特定非営利活動法人大阪被害者支援アド ボカシーセンター 堀河昌子
	12:00 ~ 13:00	昼 食	
	13:00 ~ 14:45	模擬自助グループ (参加者が、被害者または ファシリテーター役となり、 ロールプレイの実施)	社団法人いばらき被害者支援センター 森田ひろみ 特定非営利活動法人大阪被害者支援アド ボカシーセンター
	14:45 ~ 15:00	まとめ	堀河昌子

## ．自助グループ運営・連絡会議 第1日目

### 1．講義：交通安全対策の現状と課題

内閣府政策統括官（共生社会政策担当）付交通安全企画第一担当秋山康裕参事官補佐より、「交通安全対策の現状と課題」についての講義が行われた。

### 2．講義：犯罪被害者等施策の現状と課題

内閣府犯罪被害者等施策推進室 河原誉子参事官より、「犯罪被害者等施策の現状と課題」についての講義が行われた。

### 3．講義：交通事故被害者遺族の悲嘆とケア

独立行政法人 国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所成人精神保健研究部犯罪被害者等支援研究室 中島聡美室長より、「交通事故被害者遺族の悲嘆とケア」についての講義が行われた。

### 4．自助グループに参加する意義と支援センターに希望すること

長年、自助グループの定例会に継続的に参加している遺族の方3名にご出席いただき、「自助グループ参加へのいきさつ」「自助グループに参加する意義」「支援センターに希望すること」についてお話しいただき、参加者からの質疑応答、専門家からのまとめを行った。

#### （1）体験談：久保田さん

##### 自助グループ参加へのいきさつ

- ・息子を失い耐えられない程の苦しい思いがあった。遺された家族の間でも、お互いの苦しさがわかるので、十分話し合える状況ではなかった。そのような時に、同じような体験をされた大久保さんに私の本当の感情をまるごと受け止めていただいたことがきっかけであった。その後、気持ちが少し落ち着いてきた頃、都民センターとのかかわりができ、今日まで自助グループに参加している。

##### 自助グループに参加する意義

- ・自助グループの参加者は、事件や事故の被害の内容や年数、程度は違っているが、犯罪に遭った被害者遺族として、共通の体験や痛みを抱えている。そのような者同士が集まることから、安心して心のままに、亡くなった家族を思うことができ、怒りや悲しみを素直に表現することができる場所である。
- ・被害者の一人一人が、立ち直りの時間、回復過程がそれぞれ違ってよいということを自覚できることもよい。
- ・また、新しく参加した方は、年数を経た方を見て、少しずつ回復していくことができることがわかるというメリットもある。
- ・検事、弁護士、警察官等の専門的な立場の方が参加する場合には、適切な助言等をいただいている。刑事裁判や民事裁判がまさに進行中の参加者は、タイムリーに参考となる話を聞くことができる。

### 支援センターに希望すること

- ・被害者やその家族は、被害の直後は最も深刻な状況にあり、混乱している。そのため被害者やその家族の立場に立って、なすべきことを助言指導し、被害者に代わって処理するなど、病院、警察、現場などにおいて様々な支援が求められている。
- ・被害者は、何よりも真実を知りたい。死亡事故の場合など、加害者側だけの説明だけで判断されないう、各方面から被害者に対して、正しい情報が提供されるべきであると感じている。
- ・被害直後で感覚が麻痺し、混乱した犯罪被害者にとっては、支援センターの存在は不可欠である。犯罪被害者や犯罪被害者遺族が、被害直後から可能な限りの支援を受けることができれば、安心することができ、その後の立ち直り方にも良い影響があると思われる。また、支援者と被害者では立場が異なっても、同じ人間として心が通うとき、気持ちも楽になれる。

## (2) 体験談：中土さん

### 自助グループ参加へのいきさつ

- ・事故当初、事故で亡くした子どもの兄弟について、相談するための窓口を探していた。警察からもらった冊子の中に各種相談窓口の電話番号があり、最初は少年センターに連絡したが、そこでは担当者が不在であり、その後 2~3 箇所電話をかけたところで、都民センターにつながった。交通事故で息子を亡くしたことを伝えると、すぐに面接相談につなげていただいた。
- ・比較的早期からセンターとつながることができ、適切なアドバイスをいただいている。その後すぐには、自助グループに参加しなかったが、自助グループが開催する民事裁判についての勉強会の連絡をいただき、そこに参加したことがきっかけで、センターの自助グループに参加するようになった。

### 自助グループに参加する意義

- ・これまで支援センターには、今後の流れや心理教育について早期から適切に支援をいただいている。また、被害者がよく抱く「自責感」や「感情麻痺の状態」等、自分の様子について客観的に知ることができ、安心したという経験がある。さらに、刑事裁判の傍聴支援をしていただいたことから、傍聴の際には、大変心強かった。
- ・定例会については、ファシリテーターがいて、毎回自分の話をすることや、周りの方の話を聞くこと、そのことを繰り返すこと、その積み重ねが、回復の一助となった。
- ・定例会において、事故から年数の経った方が支援にかかわっているケースもあり、そのような姿を見ることも、自身の中で力になったと思う。
- ・月 1 回の定例会以外に、講演活動を行う方たちを対象とした特別自助グループが、年 3 回開催されている。講演活動を行うことによって抱えてしまうであろう心理的負担等について、思いっきり話せる場所となっている。

### 支援センターに希望すること

- ・早期支援を受けた立場として、支援センターが警察と連携を取ることの意義は、早期支援に尽きるのではないかと感じている。
- ・早期支援において、的確な情報提供や立ち直りのための支援が必要である。
- ・支援センターが支援する自助グループである以上は、被害者同士が傷つけあうことのないよう、支援員が介入し、安全で安心な場所が確保されるようにしていただきたい。

### (3) 体験談：小畑さん

#### 自助グループ参加へのいきさつ

- ・何気なくつけたテレビで被害者支援都民センターを知ることができた。事故後、感情を閉ざしてきた自身の精神的なケアが必要であったこともあり、都民センターで1年間カウンセリングを受け、その後、自助グループの紹介を受け、事故から少し時間が経過した後、参加するようになった。

#### 自助グループに参加する意義

- ・色々な立場の自助グループのメンバーの話を聞くことにより、家族であってもそれぞれの悲しみの乗り越え方には違いがあることが理解できた。
- ・自助グループで知り合った遺族の方々と心を共有し、心から支援してくださる方々がいて、亡くなった家族のことを思いのまま話すことができ、少しずつ回復していくことができると実感している。また、自分の思いや話を聞いてもらうことで気持ちが楽になる。
- ・自助グループの良い点としては、様々な情報提供や、早い段階での支援を受けることができることにある。
- ・また、定例会では毎回、自己紹介を通して繰り返し事故のことを話すことにより、現実に向き合い、回復への一歩を踏み出すことができる。
- ・事件から間もない方の話を聞いたときに、以前の自分と重なり合い、自分の気持ちが少しずつ変わってきているということを実感することができる。

### ③ 支援センターに望むこと

- ・自助グループが安心して自分の気持ちを話せる場所であるために、同じ場所で、できれば同じ支援者の方で、メンバー同士が傷つけあうことのないよう、支援者やファシリテーターの方が介入してほしい。

### (4) まとめ

- ・被害直後に支援を受けることが、その後の回復に大きく影響するものである。
- ・自助グループをどのように運営すれば、出席者が多くなり継続的に運営できるかという課題についてであるが、被害者支援センターが支援する自助グループとは、例えば電話相談や直接支援と同等のものである。自助グループ活動だけが独立して存在するわけではなく、支援センターとしての支援がうまくいっているかどうかということが、自助グループがうまくいくかどうかのポイントではないか。

- ・また、いつも定例的にやるだけでなく、やはりそこに集まる皆さんの要望も踏まえながら支援センターとしても新しい形を試みるということも、時には必要である。
- ・定例会において、被害者が自分の事件の概要について話すことが重要であり、それをしないことには次の第一歩に進めないということが、参加することによってわかるのではないか。

## (5) 質疑応答

**質問1：支援センターで自助グループを開催する際によく聞かれる課題として、「参加者が固定してしまう」「参加者が少ないので困る」というものがあるが、長年にわたって自助グループに参加している理由と、どのような点に留意すれば被害者としては安心なのかについて伺いたい。**

### 自分の気持ちを安心して吐露できること

- ・被害者家族は、お互いの苦しさがわかるので、その思いを十分に話し合えないこともある。しかし、自助グループに行くと、本当に自分中心に自分のことだけを考えながら、辛かった話をするができる。(久保田さん)
- ・自助団体にも所属しながら支援センターの自助グループにも所属している。なぜそんなに通う必要があったのかというと、やはり守られたところでないと、なかなか本音を出せない状況であった。(中土さん)
- ・長年、自助グループに参加されている方がいるなど、安心して話をして、安心して話を聞ける場であると思う。(中土さん)

### 参加することで気づきがあること

- ・最初の半年から1年の間は迷いながら、行きたくないという思いもありながら、参加していた。自己紹介というのが苦しい時間で、そこで参加をして帰るとぐったり疲れてしまうということが数か月続いた。しかし、それでもなぜ継続して参加できたのかについては、その積み重ねが自分にとって何か変化をもたらすものだとすることを、通い続けている間に感じたからである。(中土さん)
- ・自助グループを通して様々な気づきがある。家族の問題についても、参加者の話を聞くことにより、少しずつ気持ちが変化していった。都民センターは比較的人数が多かったため、そのような効果があったのではないかと考える。(小畑さん)

### センター及び支援員への信頼感があること

- ・早期支援を受けていたということもあり、センターへの信頼感があった。数年間にわたって交流してきたことにより、支援員の方を信頼できるようになり、それがとても大きかった。(中土さん)

### 毎回、開催通知が送られてくること

- ・支援センターから、毎月同じ場所、同じ時間で開催している定例会の開催通知が、毎月送られてくること。開催時期に気づくことができ、忘れずに定例会に参加することができ、有効であった。(中土さん)
- ・定例会を欠席したときも、葉書が届くことで「今度は行ってみよう」と思える。そういう意味での

つながりがずっとあった。(小畑さん)

### 気持ちを共有することができること

- ・自助グループを紹介されても、お茶を飲みながら皆とお話をすると聞き、参加するのを1年ほどためらった時期があったが、事故直後からずっと、同じような被害を受けた方と話がしたいという気持ちがあり、参加するようになった。最初は、自分の事故について話すことも、他の方の話を聞くのも辛く、足が向かないような時期もあった。しかし、ある時期から、行くときはとても辛いですが、話をして帰るとき、何か心の中のを全部出してしまったという感じがあり、心が楽になるような気持ちが感じられようになるなど、年数を重ねるうちに、色々な意味で少しずつ変わってきた。(小畑さん)
- ・ある時、遅れて定例会に参加したことがあり、自分の気持ちだけを話して帰ったことがあったが、帰るときに全くすっきりせず、重い物を抱えたまま帰ってきたようだった。なぜかと考えた時、やはり自分のことを話しただけでは、自助グループの役割としてダメなのだと思います。人の話を聞き、自分と重なり合わせて心が共有できることで、自助グループの効果があるのではないかと考える。(小畑さん)

**質問2：支援センターに対して望むことや、なぜ安心して支援センターに行けるのかについて伺いたい。**

### 細かい配慮

- ・自助グループの定例会では、何日か前に通知が来ることや、支援者の方が本当に被害者等のために会場を設営してくれていることがよい。
- ・テーブルには花が飾られ、泣いてしまう人のためにティッシュがあり、汚れたティッシュをゴミ箱に捨てられる。また、自分の事だけを話したい気持ちでも、自然と時計を見ながら自分の割り当ての時間が何となくわかるよう、時計が置いてある。そのような一つひとつの細かい配慮があると心遣いを感じ、とても嬉しく思う。(久保田さん)

### 信頼関係の構築

- ・支援者の方が頻繁に変わらず、人間として信頼できる関係性があってこそ、安心して話ができる。
- ・本当に支援者の方が遺族と寄り添ってくれることがありがたい。気持ちを全てわかってもらうことは無理でも、同じ気持ちになり、わかろうとしてくれていること、特に色々な言葉をかけていただかなくても本当に気持ちが伝わってくるということ、それだけで十分信頼できると思う。(小畑さん)

### 二次被害になるような言葉を避ける

- ・二次被害になるような言葉を逆にかけられてしまうと、行くことをためらってしまうため、そのような言葉には、配慮が必要と感じる。(小畑さん)



**質問3**：交通事故の自助グループの定例会を開催したが、それぞれ亡くされた家族の状況が異なり、あまりうまく話ができなかった。話の中に「最初は出られなくても、何回もお手紙が来ることで、後に出られるようになった」とあったが、お手紙も断られてしまった場合、どのようにお知らせしたらよいのか。

#### 亡くされた家族の状況が異なる遺族が集まることについて

- ・亡くされた家族の状況が違って、基本的には心の痛みという点では同じである。自助グループの中でそのような違いが出た場合には、支援者として、うまくコントロールしなくてはいけない部分である。都民センターにもいろいろな境遇の方がいる。事故からの年数や程度も皆異なるが、最初からそのような状況であったため、問題があったことはない。自助グループを始めるときに支援者が、「自助グループというのは、このようにいろいろな方がいるものである」という説明をしたうえでスタートした方が良いのではないかと。(久保田さん)

#### 開催通知を断られてしまうことについて

- ・被害者というのは、ギザギザの精神状態であり、一日の中でも気持ちは変化する。手紙をもらった時にダメでも、それを続けることが大事ではないかと。(久保田さん)
- ・開催の案内通知はお休みし、それでもつながっているということがやはり大切だと思われるので、電話やその他の手紙、自助グループとは少し離れたところで交流を持つてはどうか。そしてその先に、自助グループへとつながるのではないかと。(中土さん)
- ・まだ自分が被害者として現実を受け止めていない時期であった場合、開催通知が届いた時の気持ちというのは、葉書そのものが嫌な時がある。しかし、それで送らずに途絶えてしまったら、回復も何もない。しつこく開催通知を出すのは良くないが、時間や年数でその人の気持ちも変化することもあるので、何かの形でコンタクトを取ることが大事だと思われる。時間が経過し、気持ちが変わることにより、「参加してみようか」となるのではないかと。(小畑さん)
- ・被害者一人一人、同じ家族であっても精神の状態は異なる。また同じ人間であっても、朝と夜では違う。しかしながら、被害者は「行ってみようかな」「今日ダメだけど行きたいな」「電話をかけようか」と思っても電話がつながった途端切ってしまう」というようなことを繰り返しながら、支援センターや支援員との信頼関係を構築することで、「どこかで自分の事をわかってくれる」「いざというときには相談することができる」「最後の砦がある」ということを理解し、生きていく上でとても大きな力になる。支援センターも相談員もそのようなことを心に留め、被害者の回復のためにはどのタイミングでどのようなサポートが必要なのかということ、事例検討を行い、支援センターや支援の専門家、責任者等において知恵を出し合い、どのような対応を行っていくのかという方向性を見つけ出すことが大切だと思われる。(大久保講師)

**質問4**：自助グループの定例会の開催案内は、葉書より封書が良いのではないかと、封書にしている。開催にあたって出欠はとらなかったが、手紙の中に「ご都合が悪ければご連絡ください」という文章を掲載したことが気になっている。そのような経験のあるセンターの方にご状況を教えていただきたい。

### 開催案内の様式について

- ・都民センターからは、葉書でご案内をいただいている。内容としては、開催日時と例えば今月は〇〇先生がお見えになります等、その程度である。葉書といえば、例えば亡くなったご家族のお誕生日に、都民センターからメッセージ入りの絵葉書をいただいているが、これは評判がよい。(久保田さん)
- ・年度の初めに一年間の予定を封書で送っていただいている。その他は、とてもシンプルな内容の葉書を送っていただいている。欠席に関しても、最初の頃、行かない時は連絡をしていなかった。連絡してくださいという文言もないが、継続して参加している遺族の方からは、電話がある。ただ、それを強制するようなことは書いてない。(中土さん)

### ② 「ご都合が悪ければご連絡ください」という文章について

- ・被害者の方というのは、普通に相談したいと思っても、なかなか相談する気力も元気もない状態であり、「定例会を欠席します」と言えるような気力もないのが現実ではないか。その点については、そのことそのものを後悔するという必要はない。次回、また工夫して連絡をしてみたいか。(大久保講師)

**質問5**：「事故の概要を毎回話す」ことについて、最初そのようにしていたが、時間をオーバーすることが多く、省略している。たまにゲストや新しい方が来られた時に、事故の概要を話していただくようにしていたが、概要は毎回同じメンバーであっても話すことが重要であると感じた。大体どのくらいの時間を毎回使っているのか、伺いたい。

### 被害者自身が時間に気を配るようになることが大事

- ・毎回、ファシリテーターが時間の配分を決めて、共通の注意事項を確認している。事故の概要については、今日は大勢いるなと思えば、そんなに長々と話さないと思われる。概要を毎回話すことによって、参加者の回復につながると思う。被害者それぞれが、今日は人数が多いから手短かにする等、自分で考えることも大事ではないか。(久保田さん)
- ・自身も自助グループに参加した時、長々と話したり、自分の事だけを話した時に、自己嫌悪に陥ったりして、今度は話さないようにしよう等、自分の中でそういうことまで考えられるように育っていった。(久保田さん)

### 自己紹介の意義について

- ・毎回の自己紹介は、均等に参加者が発言できる機会だと思う。自分自身は、聞いている方が自分の性格に合っていると思っていたが、自分の時間が来たら、とりあえず何か話さなくてはいけないため、発言できていた部分があり、均等に参加者が発言できるという意味でも、自己紹介の時間は大切だと思う。(中土さん)
- ・自分も「みんなわかっているのに、なぜ毎回同じ話をするのか」というような疑問を持ったことがあった。しかし、あるときに実感として、少しずつ被害状況をお話しすることが楽になっている時期があった。そこで、これはとても大切なことなのだとということに気づき、自分なりに意味がある

ことがわかった。そのような目的があってやっているということを、支援センターの方が自助グループの方にお話をしてもいいのではないかと。そしてその意味をお伝えすることにより、毎回行うこと、必ず参加者が発表の場を与えられるということの意味がわかるのではないかと。(小畑さん)

- ・新しい参加者は事故概要等を、泣いてしまって話せないが、1年以上長く参加している方が、新しい参加者に「私も去年は話せなくて泣いてばかりいたけど、1年後は私みたいになるから大丈夫よ」と言っていたことがあった。そのようにお互いを思いやる気持ちや、何となく暗黙で分かり合えることも必要かと思われる。その時の気分によっては、自己紹介も大変であるが、やはり回復につながるのではないかと。(久保田さん)
- ・自助グループに参加するときには、違いを見つめるのではなく、共通点を見出して、そこに焦点を当てて話を進めるということが、きわめて重要である。被害体験については、触れられたくも、聞かれたくもない。しかし、それは起きてしまった事実であり、自分の中でそういう事故に遭った、遺族になったということを受け止めなければ、なかなか次のステップへ踏み出すということはできない。自助グループの中であえてそれに向き合ってみる。名前だけしか言えなかった被害者遺族の方が、事故の現場のことを口にすることができた等、出席する回数や年数によって、発言内容や自己紹介の内容、事故の概要の話であっても中身が全然違う。苦しい事であるが、乗り越えていくことによって被害回復に結びついていくのではないかと。自身もファシリテーターをしている時、「去年あの人は、こういう内容の発言しかできなかったが、このような核心の話もできるようになった」と感じる事が、たくさんあった。(大久保講師)

**質問6**：現在、自助グループは休会状態であるが、少し時間が経過したこともあり、また案内や電話等をしようと思っているが、なかなかその方法が見つからない。被害者が以前参加していた当時の支援者ではない者や、カウンセラーではない者から「支援センターの相談員です」と電話がかかってきた時にどのように感じるか、伺いたい。

#### 自助グループの開催案内の方法について

- ・事故直後から精神的にとっても大変な時期があり、その人によってはその時期も異なる。開催の案内を頂いても、出欠の返事をするのはとてもできないと思う。「また自助グループを再開したいと思うが、現在の状況はいかがでしょう」との連絡であれば、気にかけていただいていることを感じ、ありがたく思う。(小畑さん)

#### ② 当時の支援者、カウンセラーではない者からの連絡について

- ・被害者の方と支援センターとの関係において、一番重要なことは信頼関係である。信頼関係のない支援者の方から「いかがですか」と優しい言葉で聞かれても、返答しづらい面はある。しかし、信頼のおける支援者の方であれば、言葉が乱暴でも「本当に私のことを考えてくれている」ということがわかる。優しい言葉だけで近づいてきても、「言葉だけだな」とすぐにわかってしまう。(久保田さん)
- ・かかってきたら、疑ってしまう。やはり一つの電話で信頼感を持つことはできない。そこからの交流次第ではないか。最初から信頼できるということはないと思われる。(中土さん)

- ・大きな衝撃を受けた時に人間の脳に変化が起き、被害者は本当に言葉でわかってしまう。つまり、この人は安全な人か危険な人か、近寄らない方がいい人なのかということ原始的な部分の扁桃体の部分でわかってしまう。被害者と接するとき、心から相手の事を思っている言葉であれば、乱暴な言葉でも通じるし、どんなに優しい言葉であっても、この人は表面だけであるとわかってしまう、被害者支援にかかわる人たちの人間性が問われるということは、心に留めておかななくてはならないことである。(大久保講師)

**質問7：自助グループを運営しているが、なかなかうまくいかない。都民センターの自助グループはうまくいっていると聞くと、よい点を学びたい。ご遺族の方から見て、都民センターの自助グループのよい点や見習ったほうがよいと思われることがあれば、伺いたい。**

#### **自分の言いたいことが吐き出せる場所であること**

- ・人数より内容であり、自分の言いたいことが吐き出せる場所であり、被害者同士が共有できるものがあることが大事ではないか。社会でも家庭でも話せなくても、唯一心のまま話せる場所であり、そういったことで安心できればよいのではないか。(久保田さん)

#### **支援員や相談員の心遣いについて**

- ・支援センターの支援員や相談員の方が、どれほど自助グループのことを大切にしているかということが、共通認識としてある。その中で変わらない場所、変わらない時間、空間的には支援員、相談員がみんな配慮して空間を作っている。そのことが感じられるので行こうと思う。支援センターとして、そこまでその時間を大切にしているのかということを見つめていただきたいと感じる。(中土さん)

#### **情報提供の重要性について**

- ・被害者の方が「自助グループに参加してよかった」「得した」という思いを持てることが大事である。現在の被害者の取り巻く状況に対して、しっかりと情報提供を行うことである。被害者を取り巻く状況は、変わってきている。支援センターに行けば、自分達被害者のために、何か得ることができる、必ず何か得られる、そういう場であることが大事なことのひとつと考える。(大久保講師)
- ・自分自身に現在関わってくるような情報提供や精神的な症状等についても、ただ単に話をするだけでなく、時には専門家を呼んで話を聞き、質疑応答ができることや、客観的な資料を手元に持つことができる等、そのような情報提供も重要である。(大久保講師)

#### **今後の人生の中で社会に役立つ場を提供できること**

- ・その支援センターに関わることによって、自分自身のこれからの生き方の中で、社会に役立つ場を提供してもらえることが重要である。被害者は、自分と同じような被害者を出さないようにしたい、奪われた大切な家族の命を無駄にせず社会に活かして、安全で安心して暮らせる社会に役立てて欲しいと考えている。自分の被害体験を話し、受け止めてくれる相手がいて、手ごたえを感じることは、これは被害者の回復にとっても大きな意味合いがある。支援センターは、被害回復の場を提供して

くれる場所でもある。支援を受けたものを社会に還元して、良い社会をつくることに役立つことを実感できる、最初の一步がこの自助グループではないか。(大久保講師)

#### **支援センターの自助グループは、支援の一環であること**

- 支援センターの自助グループには、支援全般に関することや被害者の心理的な問題等を熟知している支援員やファシリテーターがいて、被害者同士が傷つくということを避けることができる。安心して参加することができる場所である。また、支援センターの自助グループは、独立してあるものではなく、支援の一環としてあるものだと思う。(大久保講師)

## ．自助グループ運営・連絡会議 第2日目

### 1．各支援センターの現状についてグループ討議及び報告

グループ討議では、参加者をA、B、C、D、Eの5つのグループに分け、各支援センターの現状についてグループ討議が行われ、討議の結果についてグループ別に報告がなされた。なお、発表された主なテーマは、以下の4つに集約される。本報告書では、報告された主な内容を掲載する。

#### <グループ討議において報告された主なテーマ>

- (1) 参加人数が少ない、または固定化されることについて
- (2) 自助グループ及び定例会の周知活動について
- (3) 自助グループの運営について
- (4) 定例会の開催場所や時間について

#### (1) 参加人数が少ない、または固定化されることについて

##### 参加人数が少ないことについて

- ・参加人数が多い場合「参加しにくい」といったデメリットもあるため、必ずしも参加人数が多いことが良いというわけではない。また、自助グループには向かない人もいるため、安易に参加人数を増やすことも、良くないのではないか。
- ・被害者の方が「来たい」と思った時に、いつでも話せる場所があるということが重要であり、そのような方が1人しかいないとしても、丁寧に運営していくことが必要である。人数が多いということだけが重要ではないのではないか。
- ・支援センターと被害者の1対1など、参加人数が少ない場合、気持ちを分かち合えずに自助グループがうまく機能しないのではないかと懸念することもあるかもしれないが、自助グループという場所で安心して話せることがまず重要であるため、1人でも参加された方がいるならば、その方が安心できるということが大事である。人数を集めることだけを気にしすぎることはよくない。

##### 各支援センターにおける取組みについて

- ・美術館などの気分転換ができる場所に行き、家族同士の交流を行うなど、定例会とは異なる企画を立てることで、普段とは違う参加ができると思う。
- ・参加者の固定化を防ぐための方法として、地区を3つに分割し、支援員が順番にそれぞれの地区を回るなど、遠方の方でも来ることができるような工夫をしている。
- ・どのセンターにおいても、参加者が固定化されているといった課題がある。毎回同じ人が集まるため、新しく参加したい人が入りづらいのではないかと考える。今すでに参加している人が、新しい人たちを迎え入れる工夫が必要である。

#### (2) 自助グループ及び定例会の周知活動について

##### 案内状の送付

- ・案内状を送る際は、それぞれの人に合った案内状を、負担にならない形で送るという配慮が重要である。いつも気にかけてくれている人がいるということをお知らせするという目的があるため、

案内状は必要と考える。

- ・封書で定例会のお知らせを送付している。出欠の確認については、特に行っていないが、支援員と自助グループのメンバーの信頼関係ができている場合は、事前に電話で出欠確認を行うこともある。また、自助グループのリーダーになっている人が、参加者の出欠を確認することもある。
- ・参加していない人に対しても、案内状は必ず出す努力をしている。遺族の方に対し、支援センターの名前で案内状を送ったほうがよいか、または個人の名前で出すほうがよいかについて事前に聞き、ご希望に沿った形で送るといった配慮をしている。
- ・直接支援を終了した人や電話相談に電話をかけてきた人に、案内状を出すようにしている。また、警察から交通事故や殺人事件の被害者などに案内状を出すことも、重要ではないか。直接支援者が丁寧かつ地道な支援活動を行い、信頼関係を築くことにより、自助グループにつながりやすいため、そのような活動も必要である。また信頼関係にある警察の方などからも、声をかけていただくことで自助グループにつながりやすい。

### 新聞や関係機関の利用

- ・秋田県では、毎月地方新聞に自助グループの定例会の開催についてのお知らせを掲載している。参加希望者がいた場合、支援センターと相談し、事前に面接を行ってから参加していただいている。参加希望者が定例会当日に予約なくいらした場合は、支援センターが面接を行い、次回から参加していただくよう対応している。
- ・岐阜県では、遺族の方がチラシにコメントを書き、配布することで自助グループの存在を知らせている。秋田県では、支援センターとは別に自助グループだけのためのリーフレットを作成し、配布している。鳥取県では、「なごみの会」の遺族の方がパンフレットを作成し、教育委員会と相談しながら学校などで展示している。
- ・警察や関係機関、支援センターなどが、自助グループの必要性について認識し、参加を呼びかけることが必要である。また、新聞などを通じて周知すること、さらに条例を整備し、情報網を一元化することにより、支援機関が被害者にしっかりと情報を伝達する仕組みも重要である。

### 催物の企画

- ・宮崎県では、支援センターと県警が一行詩のフェスティバルを開催し、自助グループの広報活動を行っている。子どもたちに一行詩を書いてもらい、学校の先生たちが命の大切さを伝えたり、自助グループの遺族のコーナーを設けて遺族の思いを伝えたりすることで、自助グループにつながればと期待している。また、冊子や講演会などで遺族の思いを伝えることで、自助グループの参加人数が増えるのではないかと。

## (3) 自助グループの運営について

- ・自助グループの運営については、支援センターが主催で運営している自助グループと、主催は自助グループであり、そこに支援センターがかかわるという2つの形式があることがわかった。
- ・弁護士や臨床心理士、精神科医といった専門職の方が、ゲストとして自助グループに参加しているグループがある。また、1年に1度、他県の遺族の方が来て、自助グループに参加するといっ

た自助グループもある。

- ・お花、お茶、お菓子などは、支援センターで用意している。
- ・運営のための予算が少ないことが、課題である。
- ・定例会だけでなく、年に1度「偲ぶ会」を開催し、遺品や故人の大切にしていたものを持参していただいている。その際には、被害状況だけでなく、故人の幼かった頃の話をしていただいている。

#### (4) 定例会の開催場所や時間について

- ・開催場所は、支援センターを使用したり、地方の人でも参加しやすいように、別の場所で開催したりするなどの方法を取っている。また、たまには美術館等に行くなど、家族ぐるみの自助グループを展開している。
- ・支援センターが、公共の場所を借りて開催しており、開催場所や日時は固定して、定例会を開催するようにしている。予算が限られているため、ホテルのような場所を借りることは困難である。
- ・定例会は、毎月1回、同じ場所、同じ日時に開催している。広い地域にある支援センターでは、2カ月に1回開催したり、場所を変えたりしている。

#### 質疑応答

質疑応答では、参加者から以下のような質問がなされ、それに対する回答が示された。

##### 質問1：鳥取、青森、岐阜の支援センターから発表のあった取組みについて詳細に伺いたい。

- ・鳥取では、支援センターが自助グループを立ち上げている。その自助グループの中で、自分の思いを世の中に知ってほしいという意見が多数あったため、写真や遺族の気持ちを載せたパネルを作成し、県立図書館の協力を得てパネル展を開催した。現在は、図書館の他に、自動車学校や市町村の人権センター、中学校、高校などでパネル展を開催している。また、11月18日から20日まで、このパネル展と合同して「ミニ生命のメッセージ展」を開催する予定である。この合同パネル展については、とっとり被害者支援センターのウェブサイトに、開催日時などの詳しい情報を掲載しているので、参照願いたい。
- ・青森被害者語りの会では、8年前から北海道交通事故被害者の会の協力を得て、パネル展を行っている。青森被害者語りの会の詳細は、内閣府ウェブサイトに記載されているので、参照願いたい。

内閣府 犯罪被害者団体等紹介サイト

<http://www8.cao.go.jp/hanzai/dantai/shosail/j-1.html>

- ・岐阜では、自助グループに参加している遺族の方の手記を載せたパンフレットを作成し、「命のメッセージ展」を開催した際に配布している。また、講演会や交通安全大会の際にも、そのパンフレットを配布している。

##### 質問2：他の県の自助グループとの交流を図りたいと思うが、どのようにすればよいか、伺いたい。

- ・鳥取では、支援センターを通して他県にある自助グループと連絡を取りたいという希望を先方の



代表者に伝え、了解を得た上で連絡を取りはじめた。基本的には代表者同士が連絡を取り合い、交流を行っている。

- ・実際には支援センターの事務局長等が動くことになると思われるが、その下地を作っておくことも重要であるため、今回の自助グループ運営・連絡会議の場を使って、お互いの顔を知っておくことも重要ではないか。(森田講師)

#### **まとめ（特定非営利活動法人大阪被害者支援アドボカシーセンター堀河講師）**

- ・自助グループの活動については、少しずつ実績を重ねることが重要であり、自助グループを支えている支援センターも各関係機関との信頼関係を築くことが重要である。
- ・自助グループと支援センターが連携しながら、まだ情報が届いていない被害者や、声を上げられない被害者につながることを希望する。
- ・今回の討議を第一歩としながら、信頼関係を少しずつ築いていく努力が、各支援センターに課せられている。

## 2．自助グループの進め方についての講義

特定非営利活動法人大阪被害者支援アドボカシーセンター堀河講師より、「自助グループの進め方についての講義」が行われた。

## 3．模擬自助グループ（ロールプレイ）

### （1）ロールプレイの実施

模擬自助グループでは、参加者をA、B、C、D、Eの5つのグループに分け、ファシリテーター役と被害者役となってロールプレイを行い、「模擬自助グループの進め方」について、チーム内で話し合われた。その後、ロールプレイの中で気づいた課題等について、グループ別に報告がなされた。

#### < 模擬自助グループにおいて報告された主な課題 >

- ① 自己紹介について
- ② 記録について
- ③ 沈黙がある時や参加者の話が逸れる場合の対処法について
- ④ 時間の管理について
- ⑤ 定例会が終わった後の対処法について
- ⑥ ファシリテーターが留意すべきその他の事項について
- ⑦ その他気付いた点について

#### 自己紹介について

- ・自己紹介の際は、ファシリテーターが「何分くらいをお願いします」と声をかけることで、自己紹介がスムーズに終了すると思う。
- ・自己紹介に入る時のファシリテーターの伝え方が、その日のグループの雰囲気に影響するため、初めの言葉をどう切り出すかについて、ファシリテーターが準備しておくことが重要である。
- ・参加者同士が顔見知りになると、「定例会の度に事故の話をするのは嫌だ」という理由から、自助グループを去られた方がいるが、自己紹介の際に近況報告という形で話していただければどうかと思う。
- ・定例会の参加者が固定化している場合は、参加者の回復の様子について把握することができるため、毎回の定例会で自己紹介を行うことは、必ずしも必要ではないと思う。しかし、新しい参加者がいる場合などは、自己紹介は必要である。
- ・「自己紹介は毎回必要ではない」という意見もあるが、同じような話に感じられても、質的な面においては、毎回異なるところもあるのではないか。以前はこのような話しかできなかったが、回を重ねるごとに話す内容に変化がみられる様子もわかるため、自己紹介を行うことは重要と考える。（森田講師）

#### 記録について

- ・記録をとることにより、数年後の参加者の変化を知ることができるため、記録をとることは有意

義なことと考える。

- ・「記録をとること」「とった記録は開催記録という程度であること」「記録を他の用途に使用することはないこと」について、事前に伝えておけばよい。
- ・遺族の中には、記録をとられることへの抵抗感を示す方もいるため、記録をとることについては、事前に遺族の了解を得て、守秘義務は守ることを伝えておく。

#### 沈黙がある時や参加者の話が逸れる場合の対処法について

- ・沈黙がある場合は、ファシリテーターは黙って待つことが重要であるが、あまり長く待っていてもよくないため、ファシリテーターが「あなたの話を聞いています」ということを伝えることが必要である。
- ・定例会の話が著しく逸れないよう、ファシリテーターが定例会の目的をしっかりと説明し、他の参加者と協調して話ができる人かどうかを判断することが重要である。
- ・参加者の話が逸れる場合は、話の流れを修正する方法として、お茶やお菓子を勧めることがよいと思う。
- ・宗教などの話題と絡めて話をする参加者がいる場合があるが、定例会の趣旨とは異なることを説明し、しつこく勧誘するケースなど場合によっては、一時的に休んでいただくなどの対処が必要などときもある。

#### 時間の管理について

- ・タイマーなどで時間配分を行った場合、ファシリテーターが参加者の話に集中できない可能性も考えられるため、参加者自身に時間配分を行ってもらうこともよいのではないかと。それが、参加者の回復への第一歩にもなると思う。
- ・話の長い人については、なぜ話が長いのか、ファシリテーターがその理由に着眼点を置く必要がある。話が長くなってしまふ被害者の心理、遺族の心理を理解することが重要である。(森田講師)

#### 定例会が終わった後の対処法について

- ・定例会が終了した後は、残った人同士でお話をさせていただき時間を 30 分程度取ってもよい。
- ・定例会が終了してすぐに席を立つのではなく、お茶やお菓子を召し上がっていただく時間を設けたほうがよいと思う。
- ・定例会の最後に感想を聞かない支援センターもあるが、「今日参加されて、いかがでしたか」とやんわり聞けば、強制力がなくてよいのではないかと。また、ファシリテーターから「今日は皆さまにお会いできてよかったです」といった一言があるとよいのではないかと。
- ・定例会の最後にお茶とお菓子を勧めることは、参加者に気分転換していただくという意味で、重要なことである。(森田講師)

#### ファシリテーターが留意すべきその他の事項について

- ・ファシリテーターが安心してメンバーに向き合えていないと、その不安が参加者に伝わり、参加

者が安心感を持って定例会にすることが困難となるため、ファシリテーターがその日の参加者の背景について、理解しておくことも重要ではないだろうか。

- ・初めて定例会に参加する人に対しては、ファシリテーターが良い雰囲気と良い話の流れを作ることが重要である。
- ・話すテーマについては、ファシリテーターが参加者に提供するのではなく、自由でよいのではないか。また、雑談の中で、参加者に共通する話題が見つかる場合もある。テーマが決められてしまった場合、参加者の中に「そのテーマについて話さなければいけない」といった意識が働き、逆に話せなくなってしまう可能性もある。特にテーマを決めずに、話しやすい雰囲気があればよいのではないか。
- ・ファシリテーターは、男性と女性では、被害状況の受け止め方が異なる場合もあること、また話し合いの中で意見が対立することもあるということを認識しておくべきである。
- ・ファシリテーターは、日頃から、あらゆる場面について学んでおくことが必要である。

### その他気付いた点について

- ・新しい参加者については、事前に十分な面接と計画が必要である。
- ・被害者である参加者が、弁護士や臨床心理士などの専門的な話を聞くことも重要なことであるため、そのような専門家を招き入れる機会があれば、貴重なことである。
- ・参加者に、いろいろな人の話を聞いて気づいていただく、また自助グループの良さを味わっていただくといった点において、定例会の人数はある程度確保した方がよい。

## (2) 質疑応答

質疑応答では、講師及び参加者の間において、以下のような質問と回答が示された。

### 質問1：定例会が始まる際に、約束事を全員で読むという指摘があったが、具体的にはどのような約束事があるのか（堀河講師）

#### 約束事の内容

- ・秋田の支援センターでは、以下のような約束事を、定例会が始まる前に、参加者が読み合せをしている。
  - (a) 定例会での話は秘密を守る。秘密を守れない人は、定例会に参加できない場合もある。
  - (b) 誰かが発言している時は、遮らずに聞く。
  - (c) 誰かが話している時は、内容、行動、態度に対し、批判したり笑ったり質問したりせずに、最後まで聞く。

#### 約束事を設定した背景と重要性

- ・約束事の読み合せを、参加者で行う理由は、参加者が他の人の話を遮ったり、批判したり、自分だけで長く話をしたりすることのないようにするためである。参加者が読み合わせることで、定例会の場を守っていくことができる。

- ・ファシリテーターが読み上げるのを聞くのではなく、文字として約束事を読み上げることにより、視覚と聴覚から入ってくるため理解しやすい。読み合わせることで、参加者共有のものという認識も深まる。(森田講師)

**質問2：宮城の支援センターでは黙とうをしていたが、「辞めたい」という意見を受けて今は辞めている。他にも黙とうをしている自助グループはあるか**

- ・もう1度試みて、「やはり黙とうはもう必要ないのではないか」というときがきたら、辞めるということでもよいのではないか。
- ・参加者のための定例会であるため、参加者に質問して「黙とうしてもよい」という意見があれば、再開すればよいのではないか。「黙とうしないほうがよい」という意見であれば、敢えて行う必要はないのではないか。(森田講師)

**質問3：加害者が不起訴となり、どうしても納得できない場合、どのように対処しているのか**

- ・ある事例では、被害者の方は「もう仕方がない」という気持ちであったが、苦しい状態の中、どこまでその結果に理解を示しているかについては、把握できていない。
- ・不起訴になった点について、支援センターが被害者に付き添いし、検察庁を訪ね、不起訴の理由について説明を受けた上で、納得していただいた。
- ・犯人がいまだ見つからず、怒りが警察に向いている人、または犯人が自殺してしまった人、さらに犯人が心神耗弱で不起訴となった人など、さまざまな人がいる。それぞれの悔しさや怒りを自助グループで出していただくことにより、持ちこたえ、少しずつ納得せざるを得ないという気持ちになっていただいているように思う。
- ・ある事例では、犯人に対して民事裁判を起こし、起訴申し立てという形で頑張っている被害者の方もいる。

**(3) 堀河講師まとめ**

- ・本会議の参加者には、今後、支援員としてさまざまな実績を積み重ねていただきたい。
- ・「支援センターの中にある自助グループ」という意義、また「支援センターとともに被害者がいて、そして被害者の回復の手助けをすることで支援が充実していく」ことの意義を、しっかりと認識していただき、明日からの活動に役立てていただきたい。
- ・本会議で得た知識と経験を、実際の支援において役立て、被害者の回復につながる支援活動を展開できることを願っている。