

被災していない人にも「共感疲労」という苦しみがある

【香山リカ】<http://diamond.jp/articles/-/11844>

津波によって家族を失った人、住むところを失った人の映像を見て、直接被災地に行って被災者に触れたわけでもないのに、思いを寄せ過ぎて精神が疲労しているのです。これが共感疲労です。

もう一つは、何も支援できなくて申し訳ないという考えです。

一人ひとり、今回の震災の受け止め方は違い、それに対する対応も違って当然です。それを共感を押し付けるかのような動きによって、多くの人が苦しんでいます。

いま被災地以外の方がもっとも大切なことは、自分で自分を保つこと、自分のことを自分で支えることです。それによって、世の中の多くの資源が被災者へとつながるので、それが、最大の支援になるのです。そのためには、社会としてある行動を強制せずに、それぞれの人が無理なく過ごせるような状況が大切です。

東日本大震災 救援ボランティア派遣の追加情報

4月13日全国災対連共同支援センター <http://www.zenkoku-saitairen.jp/>

- ◆事前申し込みがない方は受け入れません◆
- ◆ゴールデンウィークを避けてください◆

★ボランティア活動報告 陸前高田市と大船渡市で支援物資配達

「全国災対連共同支援センター」によるボランティア派遣に参加している、全法務・中坊書記次長の「ボランティア活動報告」

《4/8》陸前高田市で支援物資を配達 - 物資は足りていない

途中の道のりでは、三陸町、大船渡市の状況が目に入ってきました。報道されてはいましたが、いざその場にたち、自分の目線で見ると想像以上に厳しい状況がわかります。私たちの前から現地入りされている方は、「この情景を毎日みているだけで体力が消耗される」と話していました。

物資を車に積み込み、被災をまぬがれた地域で孤立している集落に向かいます。宣伝カーで放送すると、はじめはまばらに集まってきました。そのうちに、子どもらをあわせると50人以上の大盛況。車2台分の物資が30分程でなくなりました。集まってきた方から、「今度はいつ来るんですか」と聞かれました。報道などでは、物資の過剰も言われはじめましたが、まだまだ物資は足りていません。

*続きはこちらで<http://ameblo.jp/kokkororen/theme-10034404440.html>

放射性物質放出量は7レベルのチェルノブイリの1割