

サイコロジカルファーストエイド (PFA: Psychological First Aid)

・事故・災害・テロ・紛争などが起こった直後の心理的支援マニュアル(心理的応急処置)

・WHO版

・米国版

(アメリカ国立子どもトラウマティックストレスネットワーク、アメリカ国立PTSDセンター)

インターネット上でPDFで無料で読めます！

誰が行うのか？ (WHO版PFA13ページ)

PFAは専門家にしかできないものではない

対象者は？ (WHO版PFA14ページ)

重大な危機的出来事にあっただばかりの苦しんでいる人
すべての人がPFAを必要としているわけではない。
→誰もがトラウマを経験するとは考えない。
緊急に専門的な支援を必要とする人には、適切な専門
的支援につなぐ。

PFAで行うこと (WHO版PFA13ページ)

- ・実際に役立つケアや支援を提供する、ただし押し付け
ない
- ・ニーズや心配事を確認する
- ・生きていく上での基本的ニーズ(食料、水、情報など)
を満たす手助けをする
- ・話を聞く、ただし話すことを無理強いしない
- ・安心させ、心を落ち着けるよう手助けする
- ・その人が情報やサービス、社会的支援を得るための
手助けをする。
- ・それ以上の危害を受けないように守る

PFAで行わないこと(WHO版PFA13ページ)

- ・専門家が行うカウンセリングではない。
- ・「**心理的デブリーフィング**」とは異なり、必ずしも出来事についての詳しい話し合いはしない。
- ・何が起こったのかを分析させたり、出来事やその時間を順番に並べさせたりすることではない。
- ・話したい人がいれば話を聞くが、出来事に対するその人の感情や反応を無理やり話させることはしない。

言ってはならないこと、してはならないこと (WHO版 PFA24ページ: 抜粋)

- ・適切であると確信ができない場合は、相手の体に触れない。
- ・被災者の発言に対して価値判断をしない。
「そんなふうにはいいけませんよ」「助かってよかったじゃないですか」は禁句
- ・他の被災者から聞いた体験談や自分自身の悩みを話さない。

PFAの活動

準備	<ul style="list-style-type: none">・危機的な出来事の概要・現地で利用できるサービスや支援・安全と治安状況
見る	<ul style="list-style-type: none">・安全確認(支援者自身の安全確認)・明らかに急を要する基本的ニーズのある人の確認・深刻なストレス反応を示す人の確認
聞く	<ul style="list-style-type: none">・支援が必要と思われる人びとによりそう・必要なものや気がかりなことについて尋ねる・耳を傾け、気持ちを落ち着かせる手助けをする
つなぐ	<ul style="list-style-type: none">・生きていく上での基本的ニーズが満たされ、サービスが受けられるよう手助けする・自分で問題に対処できるよう手助けする・情報を提供する・大切な人や社会的支援と結びつける

危機の際にリスクが高く、特別な支援を必要とする可能性がある人

(WHO版PFA40ページ)

- ・子ども(青年を含む)
- ・健康上の問題や、障害を持った人
- ・差別や暴力を受ける恐れがある人

2018年9月試験

問1 サイコロジカル・ファーストエイドを活用できる場面として、最も適切なものを1つ選べ。

- ① インテーク面接
- ② 予定手術前の面接
- ③ 心理検査の実施場面
- ④ 事故現場での被害者の救援
- ⑤ スクールカウンセリングの定期面接

2018年9月試験

問1 サイコロジカル・ファーストエイドを活用できる場面として、最も適切なものを1つ選べ。

- ① インテーク面接
- ② 予定手術前の面接
- ③ 心理検査の実施場面
- ④ 事故現場での被害者の救援
- ⑤ スクールカウンセリングの定期面接

解答④

2018年9月試験

問93 災害時の支援について、正しいものを1つ選べ。

- ① 被災直後の不眠は病的反応であり、薬物治療を行う。
- ② 被災者に対する心理的デブリーフィングは有効な支援である。
- ③ 危機的な状況で子どもは成人よりリスクが高く、特別な支援を必要とする。
- ④ 被災者の悲観的な発言には、「助かって良かったじゃないですか」と励ます。
- ⑤ 被災者から知り得た情報は、守秘義務に基づき、いかなる場合も他者に話してはならない。

2018年9月試験問93

- ① 被災直後の不眠は病的反応であり、薬物治療を行う。
× 災害直後のほとんどの急性反応は了解可能で、予想範囲内のものであり、「病理化」してはならない。(米国版PFA3ページ)
- ② 被災者に対する心理的デブリーフィングは有効な支援である。
× 「有効性がないことがすでに実証されています」(WHO版PFA14ページ)
- ③ 危機的な状況で子どもは成人よりリスクが高く、特別な支援を必要とする。
○ 「危機の際にリスクが高い人は子ども、健康上の問題や、障害を持ったひと、差別や暴力を受ける恐れがある人」(WHO版PFA40ページ)

2018年9月試験問93

- ④ 被災者の悲観的な発言には、「助かって良かったじゃないですか」と励ます。
×被災者がしたことや、しなかったこと、あるいは感じていることについて価値判断をしてはなりません。「そんなふうにしてはいけませんよ」「助かってよかったじゃないですか」は禁句です。」(WHO版PFA25ページ)
- ⑤ 被災者から知り得た情報は、守秘義務に基づき、いかなる場合も他者に話してはならない。
×守秘義務は重要であるが、例外状況(児童虐待や命の危険など)はその限りではない。「いかなる場合も」は誤り。

2018年9月試験

問124 巨大な自然災害の直後におけるサイコロジカル・ファーストエイドについて、適切なものを2つ選べ。

- ① 被災者の周囲の環境を整備し、心身の安全を確保する。
- ② 被災者は全て心的外傷を受けていると考えて対応する。
- ③ 被災体験を詳しく聞き出し、被災者の感情表出を促す。
- ④ 食糧、水、情報など生きていく上での基本的ニーズを満たす手助けをする。
- ⑤ 被災者のニーズに直接応じるのではなく、彼らが回復する方法を自ら見つけられるように支援する。

2018年9月試験問124

- ① 被災者の周囲の環境を整備し、心身の安全を確保する。
○必要に応じて周辺の環境を整備し、物心両面にける安全を向上させてください。(米国版PFA11ページ)
- ② 被災者は全て心的外傷を受けていると考えて対応する。
×災害にあった人すべてがトラウマを受けるとは考えないでください。(米国版PFA3ページ)
- ③ 被災体験を詳しく聞き出し、被災者の感情表出を促す。
×「必ずしもつらい出来事についての詳しい話し合いを含まない」(WHO版PFA13ページ)

2018年9月試験問124

- ④ 食糧、水、情報など生きていく上での基本的ニーズを満たす手助けをする。

○「(PFAには)生きていく上での基本的ニーズ(食料、水、情報などを満たす手助けをする)」(WHO版PFA13ページ)

- ⑤ 被災者のニーズに直接応じるのではなく、彼らが回復する方法を自ら見つけられるように支援する。

×被災者のニーズや心配事を確認し、それが満たされるようにつなぐ。

2018年北海道追加試験

問63 小学校で原因不明の爆発事故が起こり、多数の負傷者がいると通報があった。所轄警察署に勤務する公認心理師は事故発生後、他の署員とともに直ちに事故現場において被害者支援を行った。

事故の連絡を受けて駆け付けた保護者への公認心理師の優先される対応として、適切なものを1つ選べ。

- ① 報道機関の取材に応じる。
- ② 保護者が希望しない限り、情報提供を控える。
- ③ 学校教職員から保護者に説明する場を設定する。
- ④ 免許証などにより保護者を確認し、部外者の侵入を防ぐ。
- ⑤ 関係者と協力して児童の状況について情報を集め、保護者に提供する。

2018年北海道追加試験問63

- ① 報道機関の取材に応じる。
 - ② 保護者が希望しない限り、情報提供を控える。
 - ③ 学校教職員から保護者に説明する場を設定する。
 - ④ 免許証などにより保護者を確認し、部外者の侵入を防ぐ。
 - ⑤ 関係者と協力して児童の状況について情報を集め、保護者に提供する。
- 「つなぐ」情報を提供する。現在行われていることと、これからの計画が人々に伝わっているようにする。
(WHO版PFA37ページ)

2018年北海道追加試験

問95 災害発生後早期の支援について、最も適切なものを1つ選べ。

- ① 身体に触れて安心感を与える。
- ② GHQ-28 を用いて被災者の健康状態を調査する。
- ③ 災害以前から治療を受けている疾患がないかを被災者に確認する。
- ④ 被災者のグループ面接で避難生活の不満を互いに話し、カタルシスが得られるようにする。
- ⑤ 強い精神的ショックを受けた被災者が混乱して興奮している状態を、正常な反応として静かに見守る。

2018年北海道追加試験問95

- ① 身体に触れて安心感を与える。
× PFA(WHO)25「適切であることが確信できない場合には、相手の体に触れてはなりません」(WHO版PFA25ページ)
- ② GHQ-28 を用いて被災者の健康状態を調査する。
× 災害発生後の早期の支援としては不適切。
なぜ調査をするのか？
- ③ 災害以前から治療を受けている疾患がないかを被災者に確認する。
○ PFA(WHO)45健康に問題がないか、何か定期的に服薬していた薬があったのかたずねる。(WHO版PFA45ページ)

2018年北海道追加試験問95

- ④ 被災者のグループ面接で避難生活の不満を互いに話し、カタルシスが得られるようにする。
×PFAでは、いわゆるカウンセリングのようなことは行わない。
- ⑤ 強い精神的ショックを受けた被災者が混乱して興奮している状態を、正常な反応として静かに見守る。
×「苦痛が重かったり長引いたりする人に対しては、PFAだけではなく、さらなる支援が必要になることもあります」
「その状態が消えるまで、あるいは医療従事者や地域の指導者、地域の人たちからの援助が得られるまでは、一人にしないように気を付けて、その人の安全を守る」(WHO版PFA 30ページ)