



普段行っている、こころのケガに配慮する支援を再発見する



こころのケガに配慮するケアは、今は「トラウマインフォームドケア」という言葉でまとめられていますが、皆さんがこれまでに実施／経験されていることも多く含まれています。

- ① これまでに、あなた自身が取り組んだものや体験したこと、同僚が取り組んでいたものなど、「あれはこころのケガに配慮したケアだったかも」と考えられるものはありますでしょうか。なんでも書き出してみてください。普段の対応の中で加えられそうな、こころのケガに配慮したケアの視点として思い起こされるものも書き出してみてください。何気なく行っていたケアの意味を深め、そのケアをチームで増やすことにつながります。

安全（組織の職員やサービスの利用者が、身体的および心理的に安全であると感じることなど）

信頼性と透明性（組織運営と意思決定を透明性をもって実施し、信頼の構築と維持を目指すこと）

ピアサポート（こころのケガ体験がある人どうし、子どもと養育者、色々な形のピア（仲間）があります）

協働と相互性（支援者と支援される人の間の力の不均衡をなくし、協働した意思決定を促進すること）

エンパワメント（対象者の力を引き出す）、意見表明と選択（言語以外の表現もあり）

文化、歴史、ジェンダーに関する問題（さまざまな背景や価値観への配慮など）

- ② ①について同僚やチームで共有した時に、同僚やチームメンバーの話で印象に残ったことのメモ欄
加えられそうな実践、やってみたいけど難しい点などについて話すのも、役に立つかもしれません。
（共有する際は、ご自身や誰かを責めないこと、話したくないことを無理して話す必要はないことをご確認ください。）



左の QR コードを読み取っていただくと、お問い合わせページへつながります。
ご意見、ご感想もお待ちしております。



Next Lens's HINT

支援者へのケア