

精神障害者

災害時に…

知っておきたいポイント



1 優しく声をかける。

状況に応じて、声をかけ、柔軟性をもって対応しましょう。

2 分かりやすく状況を伝える。

身の安全の確保についての判断が難しい場合があり、適切な行動がとれるように、状況やとるべき行動を具体的に伝えましょう。

コミュニケーションのポイント「3つ」のステップ

①受容 相手の話を聞き、受け止めるという態度を示す

「私にはあなたの悩みや気持ちを受け入れる準備がある」と相手に示し伝える。

②傾聴 相手の訴えに十分耳を傾ける

相づちや、うなずき、「〇〇というふうに考えていたということですね？」といった要約を用いて相手の話を聞く

③共感 相手の気持ちや悩みに共感する

「あなたが心配されていることがよくわかりました」という、理解と共感を態度と言葉で示す