

安心して健全な支援を実施するためのアクションプランを考えよう

支援者が自分の気持と向き合い、考え、自分なりに対処しても、自分ひとりの力では限界を感じることがあります。このような時に、支援者が安心して健全な支援を続けるためには、事前に対処方法を検討したり、周囲に相談できるようにしておくといよいでしょう。あなたがワーク 9 であげたトラウマを経験したクライアントを支援する時に、どのようなサポートがあるとよいか考えてみましょう。

ワーク 10

あなたが扱いにくいトラウマのテーマを体験したクライアントへの支援について、あなたができることを考えてみましょう。

苦手なトラウマに対して正しい知識や情報を得るには何をするとよいでしょう？

自分の不快な感情をモニターするにはどのようなことが必要でしょう？

クライアントに怒りなど強烈な感情を向けられた時の準備として何が必要ですか？

あなたが苦手だと感じているクライアントを受容し、落ち着いて関わるにはどのようなことをするとよいでしょう？

職場や同僚とどのように関わるとよいでしょう？そのためには何をするとよいでしょう？

安心して健全な支援を実施するためのアクションプランの例

研修会等に参加して知識を増やす



仲間・同僚に相談する



苦手なトラウマの情報について調べる



気晴らしをする・力を抜く



グループスーパービジョンを受ける



個人スーパービジョンを受ける



自分の価値観や考えの傾向を見直す



専門家へ相談・リファーする

