

大震災から「もう 3ヶ月?」、「まだ 3ヶ月?」

東日本大震災から3ヶ月が過ぎた。

我が家は直後のライフラインのストップとガソリンの補充がままならず、ちょっと不自由な日常生活期間があったが、4月上旬からほぼ元の日常生活に戻った。

だが、「もう 3ヶ月?」と思う時と、「まだ 3ヶ月?」と思う時がある。

被害のなかった我々でさえこの戸惑いがあるのだから、未だ避難所や仮設住宅等で過ごしている方々の心の内を推測すると、あまりあるものがある。

各マスコミも、大震災後1～2ヶ月は津波被害の甚大さの報道が圧倒的だったが、最近では被災者一人一人のあの日、あの瞬間のことが取材・報道されてきているが、その状況で自分だったら…と想像すると、被災者のそれぞれの体験に圧倒され、あの瞬間の心情をどう表現するのか、言葉が見つからない。

一般的に「被災者がたどる心理過程」は次のように言われている。

I：茫然自失期

- ・恐怖体験のため無感覚、感情の欠如、茫然自失の状態になる。

II：ハネムーン期

・劇的な災害の体験を共有し、潜り抜けてきたことで被災者同士が強い連帯感で結ばれる。

III：幻滅期

・災害直後の混乱が収まり始め復旧に入るが、被災者の忍耐が限界に達し、援助の遅れや行政の失策への不満が噴出す。

IV：再建期

・復旧が進み、生活のめどがたち始めるが、復興から取り残されたり精神的支えを失った人にはストレスの多い生活が続く。

被災者はIII、IV期に入っていると思われるが、その人、その人、固有の体験だけに、心の内は「もう?」、「まだ?」の戸惑いが当然続いていくと思われる（それだけに、精神的側面に「修復」とか「再建」という語彙概念が適切かどうか、疑問に思っている）。

淡路・阪神大震災で故郷の実家は半壊だったが撤去した経験ある自分だが、今回の大震災の大きな揺れを実体験し、日常的に知る地域や身近な知人の被災状況から、災害遭遇の実感は比べようがなく迫ってくる。

身近な知人等の心の様（さま）を推察するに、どうその気持ちを受け止めて向き合えばいいのか、どう声かけすればいいのか、まだまだ心の整理がつかずにいる。

今回の大震災で、体力的に動けないことが何のお役にも立てないということを実感し、自らの無力さをイヤという程痛感している昨今でもある。