

# 身近な人だからこそ出来ること

犯罪の被害にあわれた方が、再び平穏な生活に戻るためには、周囲の方々や住み慣れた地域の方々の暖かい支援がとても大切です。

## ゆっくりと話を聞く・見守る

無理に励まそう、助言しようと思わずに、ゆっくりと話を聞いてあげてください。気持ちを理解しようと努めてください。時には、「今はそっとしておいて欲しい」と思っていることもあります。そんなときはそっと見守り、自分から被害のことや困っていることを話し始めるまで待ってあげてください。

## そばにいる

被害の後には、一人でいることが怖くなる被害者もいます。安心できる場所で一緒にいてくれる人がいるだけで心強いものです。

身近な人  
だからこそ  
できること

## 職場や学校での配慮

被害から回復するまでの間、負担の少ない部署への配置換えをしたり、カウンセリングや通院のための休みを取りやすい環境を整えたり、学校へ行けなかった分の補習をしたり、被害者の状況に応じた対応が求められます。

## 生活面のサポート

買い物をしたり、子どもの送り迎えや遊びに連れて行く等、被害者の要望に応じた具体的な日常生活面のサポートは、身近な人だからこそできる大切な支援です。

## 相談場所をさがす

被害者自身が自分で相談場所を探し、連絡することは容易ではありません。

相談機関を一緒に探し、場合によっては、先に電話をしてみたり、付き添って一緒に行く事も考えてみて下さい。

被害にあわれた方のサポートは先の長いものです。長い目で見守り、サポートする側も一人で抱え込まずに、ご自身をいたわることも大切です。