

用語説明 | 事件、事故、災害時の危機介入のための資料室

専門用語について

資料集の中には聞きなれない専門用語がいくつか散りばめられていますが、主なものを解説しておきたいと思います。これらは、事件・事故・災害などの危機状況に遭遇した場合に誰にでも起きうる反応やそれへの対処法に関することです。今のあなたやあなたの周りの方にはどの資料や相談窓口が役に立つと思われますか？落ち着いてよく読んでみてください。

PTSD

Post Traumatic Stress Disorder の略語で、心的外傷後ストレス障害という意味です。つまり「トラウマ」（心的外傷）となる、心に受けた衝撃的な傷がもとで後に生じる様々なストレス障害のことを指します。（詳細資料「[PTSDとは何か？](#)」をご参照ください。）

EMDR

脳本来の情報処理能力を活性化し PTSD の症状をできるだけ短時間に軽減することができると注目されている治療技法です。（詳細は、資料室の「[EMDR](#)」の項をご参照ください。）

グリーフワーク

死別・離別等自分の生活の一部であった大切な方と別れなくてはならないときに、私達は自分の半身が裂かれるような苦しい気持ちになります。

グリーフワークは、死別・離別を各自が受け止められるようになるまでの一連の作業を呼びます。（詳細は、資料「[身近な方の死を経験された方へ](#)」を参照ください）