ボランティアの心得【サンプル】

1. ボランティアは「助ける」「何かをしてあげる」という以上に「共に寄り添う」という精神を大切にしてください。「してあげる」活動ではありません。善意の押し付けは、相手にとって迷惑となります。
2. 何よりもまず、自分の安全と健康を第一に考えてください。自分が助けられる立場にならないように、一人では行動しない、問題を一人で抱え込まない、精神的にも肉体的にも無理をしない、頑張り過ぎないことに注意してください。健康管理に注意し、自分の体力を考えて、無理だと思うときはそれを伝えることも大切です。
3. ベースでは、一日の活動について、ボランティア、スタッフ共に情報や想いを分かち合い、共有する時を持ちます。
4. 相手の方が遠慮がち、無口、言葉での表現が難しいという場合も多くあります。それらも心にとめて、決して無理に会話を引き出そうとせず、相手のペースで話されるのを待ちましょう。ただ黙って隣に「いる」ことも大切なコミュニケーショです。
5. ボランティア活動、ベースでの生活に関しては、ベース長やスタッフの指示に従って行動してください。不明な点、困ったことがあれば、自分一人で対処しようとせずに、必ずスタッフに相談してください。また、持ち場を離れる時や外出する際は必ずスタッフや責任者に一言伝えてください。
6. 活動中に写真を撮る場合には、ベーススタッフや現場責任者の許可を取るようにしてください。また、被災者の方に十分な配慮をしてください。写真に撮られるのを嫌う方も少なくありません。ご本人だけでなく、個人宅や個人商店など、個人が特定される場合も注意してください。ご本人や持ち主の許可を必ず得てから撮影するようにしてください。
7. 依頼された仕事は、無理のない範囲内でなんでもやりましょう。肉体労働もあれば、細かい作業もあります。人と接する機会が多い活動もあれば、少ない活動もあります。肉体的にハードな仕事でなければ被災者の役に立てないということは決してありません。どんな活動でも被災者の方に必要とされている大切な活動であることを忘れないでください。
8. 被災者の立場に立った活動を心掛けてください。あいさつや言葉遣い、活動中は携帯電話を使用しない、約束を守るなど、基本的なことを大切にし、被災地に迷惑をかけないようにしてください。また、何のための活動なのか、まわりの人の立場や気持ちを考えながら、行動してください。