

先生には
“大丈夫”
しか言えない

子どもが抱える トラウマ(こころのケガ) 気づかないふりをしていますか？

トラウマと感じる出来事を体験したことのある人は
60%にのぼるとい調査結果*があります。
トラウマは誰にとっても身近なもの。
その影響は、こころやからだの不調、
行動の変化として現れます。

* Kawakami N et. al.: Trauma and posttraumatic stress disorder in Japan: Results from the World Mental Health Japan Survey. J Psychiatr Res. 53; 157-165, 2014.



詳しくは裏面とHPを
ご覧ください

外から見えにくいトラウマ(こころのケガ)だから、
何かあった? という、先生の一言が大切です。
子どもの言葉と行動の背景に何があるか? どう対応するか?
研究者とともに考えるヒントが、ここにあります。

解説動画

YouTubeにて公開中



ドラマも使いながら、心理学と福祉の専門家が、
わかりやすく解説します。
(約5~10分・3本)

オンラインイベント

2023年1月31日夕方



みなさまのご質問もまじえながら、
子どもの傷つきを、みんなで考えます。
(無料・アーカイブ配信あり)

問題行動はトラウマ反応かも 知ればもっと寄り添える！

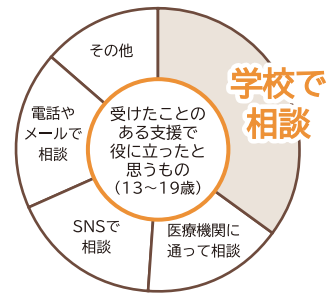
怒ったり、不愛想だったり、無反応だったり…。あなたの目の前にいる「困った」児童や生徒は、恐怖を感じる毎日を生き延びようと、このような反応を示しているのかもしれません。トラウマは、いつ、どう体験するかによって現れ方は実にさまざま。いじめ、被災や事故、大切な人との死別、虐待などがきっかけとなってトラウマが生じる可能性があります。



3つの「F」を気にしてみましょう

二次被害を防いで 学校をより安全な居場所に！

学校は、児童や生徒の最も身近な相談先。適切な指導・支援につなげるためにも、あなたがトラウマについて理解すること、こころと耳を傾けて、出来事や体験を話してもらうことが重要です。適切とは言えない対応の結果、つらい体験をしてきた児童や生徒が、さらなるトラウマを抱えることのないように…。



右図 内閣府「子供・若者の意識に関する調査(令和元年度)」をもとに作成
「社会生活や日常生活を円滑に送ることができていなかった経験があったと思う場合で、かつ、次のような形での支援を受けたことがある場合、その中で最も役に立ったと思うものを一つ選んでください。」のうち、「わからない」「効果があったものはない」を除く。

困ったとき 頼りにされている学校

児童や生徒の声 どうやって聴きますか？

いじめや虐待など、トラウマとなる出来事や体験を話すことは簡単ではありません。話さない・話せない児童や生徒に対してイライラしてしまう、断片的な情報からあなたが想像したことを押し付けてしまう。無意識にこのような対応をしていることはありませんか。児童や生徒がこころを開き、思ったことをそのまま話せる「オープン質問」がとても大切です。



本人の言葉を引き出す 問いかけを



詳しくは動画で解説しています

安全な暮らしを研究してきたわたしたちからのヒント



「叩かれたの？」— いじめや虐待の疑いがあると、大人はついつい単刀直入に聞いてしまいがち。でも、「叩かれた」は大人が発した言葉です。事実でなくても、子どもは容易に「うん」と受け入れてしまいます。これでは真相はわかりません。【「何かあった？」+10秒待つ！】で、子どもの言葉に耳を傾けてみましょう。

子どもから話しを聴く研究・心理学が専門
仲真紀子 理化学研究所 理事



気になる子どもがいたとき、なんて声をかけますか？— 「何かあったの？」「何が起きているの？」と聞いてみてください。子どもは、家庭や学校の出来事の影響を受けて心や身体、行動が反応することがあります。外からやってきたものによって不調をきたしている子どもの声を引き出しやすい声かけです。

トラウマの研究・精神保健福祉が専門
大岡由佳 武庫川女子大学 准教授