

# 教職員が行う被災児童生徒の心のケアの留意事項

## 1 基本的な対応

- ☆まず身体のカをしてから心のカを
- ☆親近感が大切、自然な形で話せるよう雰囲気作りを
- ☆年齢に応じた優しさと思いやりで安心感・安全感を
- ☆ストレス反応が激しい時は専門家へ

### (1) 心の問題発生は程度は個々に異なる

- ・ 災害の種類と程度により
- ・ 本来の性格傾向や体質により
- ・ 発生前の生活環境により
- ・ 親子関係や家族関係などにより

### (2) 自然な形で話せるように、まずは関係づくり雰囲気づくりを

- ・ 子どもと一緒に遊んだり言葉かけをしながら
- ・ 具体的に手伝いをしながら、作業に関わりながら

### (3) 基本的な対応

#### ① 聴くとき

- ・ 聴くための十分な時間を作る
- ・ 相づちを忘れない
- ・ 話を妨げない
- ・ 目のサインを見落とさない
- ・ 目の高さを合わせて聴く（特に子ども達）
- ・ 相手の立場に立ち、共感を持って対応する

（不安な気持ち、イライラ、悲しくなることは、自然なこと、自分もその状況では同じ気持ちになることをイメージし、伝える）

- ・ 問題の原因を決めつけない

#### ② 年齢に応じた対応を心がける

#### ③ 気になる症状が続いたり、だんだんひどくなる場合は専門家へつなぐ

## 2 教師の持ち味を生かした心のケア

☆子どものストレス反応は、異常事態時には当然起こりうる

☆声かけ、スキンシップや遊びで心のケアを

☆子どもの状態は時間の経過と共に変化するので、長期的な経過観察と保護者や専門家との連携が大切

### (1) 子どもとの接触・会話を大切に

- ・ 声かけなど日常的な接し方のノウハウを生かす
- ・ 個々の子どもに応じたコミュニケーションをとる

### (2) 子どもの状態を的確に把握

- ・ 災害に遭遇した時、様々なストレス反応がある
- ・ 一見元気に見える子どもでも重い心的ストレスを抱えている場合も多数ある
- ・ 災害時などの異常事態に当然起こりうる反応
- ・ 時間の経過とともに変化する
- ・ 子どもの状態を把握するひとつの手段として「こころとからだのストレスアンケート」がある

（被災から1ヵ月後に実施：学校生活が再開されて2週間以上してから）

### (3) 「あそび」を通じての心のケアを

- ・ 共に遊ぶことで、心の緊張をほぐすことが可能
- ・ 折り紙、お絵かき、絵本の読み聞かせや紙芝居など

### (4) スキンシップの大切さ

- ・ スキンシップ（おんぶやだっこ、添い寝など）
- ・ 子どもたちの不安感の軽減と安心感をもたらす

### (5) 長期的な経過の観察

- ・ 子どもたちの心的ストレスの状態は時間の経過とともに変化する
- ・ 毎日子どもたちと長い時間を過ごす教師は長期的に経過を観察できる
- ・ それぞれの時期・症状に応じた対応を考える

### (6) 保護者、スクールカウンセラー、専門家と連携を