

事件・事故に遭遇すると・・・

予期せぬ出来事、ショックな出来事に遭遇すると、様々な急性ストレス反応が表れてくることがあります。これは異常な状態における正常な反応です。現実感がなくなる、睡眠が乱れる、いらいらする、集中できない、過度に警戒してしまうなどの症状が認められると急性ストレス反応と呼ばれる状態の可能性があります。適切な対応をすれば数日から1か月ほどで自然に治っていくものです。個人差があり、事件・事故によっても反応の表れ方が異なります。

＜ 初期対応で教師が見ておくことや子供に聞いておくこと ＞

- ・ 子供の表情や学習への取組の様子、休み時間の様子、給食の食べ方など、普段との違いや変化などに気を付けて見ましょう。
- ・ 一度にすべてを聞こうとせずに大枠から聞いて次につなぐ準備をするといいでしょ。話を聞きすぎると子供も不安になります。
- ・ その子供に応じた質問の仕方があります。柔らかな表現で一般的なことを聞くようにするといいでしょ。
①「よく眠れた？」 ②「食欲はある？」 ③「調子はどう？」 ④「いつもと比べてどう？ふだんと違うことはある？」

＜ 緊急支援 Q & A ＞

1 Q 「子供にいっぱい話をさせたほうがいいの？」

A 「よく『話せば楽になる』と言われますが、自然な気持ちの流れの中で表出されてこそ言葉が意味をもちます。もし、子供が話したがらないときは、無理に聞かず、SCに相談してください。」

2 Q 「先生は動揺しないようにと言うけど、黙っていたほうがいいの？」

A 「教室の中で、子供も先生も『驚いたなあ』『怖いなあ』と言い合える雰囲気の子供を安心させます。どうぞ先生方も素直な気持ちを語ってあげてください。」

3 Q 「子供がべたべた甘えてきたり、気にしていないふりをしたりします。」

A 「落ち着いているように見える子供にも、事件・事故は、実はとても大きな衝撃を与えています。大人にべたべた甘えたり過度になれなれしくなったりする反応は、非日常的な出来事に遭遇したときの正常なものであると言えます。その際は、『不安な気持ちは受け止めるけど、現実は大丈夫だよ』というメッセージを伝えるために、ある程度スキンシップを受容しながら、拒絶ではない形で現実の距離感を示してあげるといいでしょ。怖さを認めないために『気にしない』という言動を見せる場合もあります。その際は、あまり深く介入しないで『先生は気にしているよ』『いつでも話しにきていいよ』という状況をつくって見守ってあげましょう。」

4 Q 「甘えやわがママが続いていて、まるで幼児返りしたみたいです。」

A 「事件や事故のことは忘れてるように見えるのに、『母親からずっと離れたがらない』『学校に行くのがいやだと言う』などの言動が出てくる場合があります。この状態が1か月以上続く場合は、正常なストレス反応ではなく急性ストレス障害の状態になっていることが疑われます。子供の様子と時期を判断して『十分に甘えさせるかわり』と『自立を促すかわり』の両方が大切です。教員や保護者の間で適切な連携を図ったり、役割を決めたりすることが必要になります。この場合はSCなど専門家への相談が必要です。」

5 Q 「現場を目撃した子供が不安になっています。」

A 「これは、周囲の人間が忘れたところに生まれる不安であるため、一人で悩んでいる場合があります。その後の生活において、ドラマや映画のストーリーに触れたり、犯罪のニュースを聞いたりする中で、『自分の顔を見られたことの意味』などについて考え始め、次第に怖さが大きくなる場合があります。子供から話してきた場合は、『慌てているときに、人は周りのことを覚えている余裕はないと思うよ』『先生が守ってあげるから大丈夫（低学年）』などと言って安心させてあげてください。」

※気になる子供がいる場合は、SCに相談してください。（子供によってSCの助言を受けて担任の先生が話を聞く方がいい場合と、SCが直接話を聞く方がいい場合があります。）