



2022年3月14日発行

## 暴力について子どもたちと話す：保護者と教師のためのヒント

NASP（アメリカ学校心理士会）提供

学校などでの目立った暴力行為や紛争は、危険だと感じたり、友人や大切な人が危険にさらされていると心配したりするなど、子どもたちを混乱させ、怖がらせる可能性があります。そして、子どもたちは、どう対応したらよいか、大人に情報や指針を求めるようになります。保護者や学校関係者は、平常心と安心感をしっかりもち、子どもたちと恐怖について話し合うことで、子どもたちが安全だと感じられるようになります。

### 1. 子どもたちを安心させる

子どもたちを安心させるためには、学校がとても安全な場所であることを強調します。子どもたちの気持ちを理解し、悲劇が起こったときに、どんな感情を抱いても大丈夫であることを説明します。子どもたちに自分の気持ちを話してみないかと提案し、それを整理し、気持ちを適切に表現できるように援助します。

### 2. 話をする時間を作る

どの程度詳しい情報を提供するかは、子どもたちからの質問を参考にしてください。気長に待つことにしましょう。子どもや青少年は、必ずしも自分の気持ちを簡単に話してくれるとは限りません。あなたが掃除や洗濯、台所で家事をしているときに、周りをうろうろしているなど、話をしたような気配があればそれを見逃さないようにしてください。子どもたちの中には、文章を書いたり、音楽を聴いたり、アート作品を作ったりすることが、会話を始めるきっかけや「はけ口」となる子もいます。幼児は、自分の気持ちを確認し表現するために、具体的な活動（絵を描く、絵本を見る、ごっこ遊びなど）が必要な場合があります。

### 3. 子どもの発達段階に応じた説明を心がける

- **小学校低学年**の子どもたちには、学校や家庭が安全であること、大人が自分たちを守ってくれるという安心感を与えられるような、簡潔でシンプルな情報を提供することが必要です。学校の安全について簡単な例としては、外扉の施錠、校庭での子どもの見守り活動、そして日中に行う防災訓練などが挙げられます。
- **小学校高学年から中学校**にかけての子どもたちは、本当に安全なのか、自分の学校では何が行われているのか、といった質問を積極的にするようになります。現実と空想を区別するための支援が必要かもしれません。安全な学校を提供するために、学校や地域社会のリーダーが取り組んでいることについて話しましょう。



- **中学校から高校にかけての若者たちは、学校と社会における暴力や紛争の原因について、様々な意見を持つようになります。学校をより安全にする方法、社会での悲劇を防ぐ方法について、具体的な提案をするようになります。生徒が学校の安全を保つ役割を担っていることを強調します。そのために生徒は学校の安全に関するガイドラインに従うこと（例：見知らぬ人に建物の出入りを許可しない、校内に見知らぬ人がいたら通報する、学校の安全の妨げになる行為をしかねない生徒や地域の人に気づいたら通報するなど）、個人の安全に関する懸念を先生やスクールカウンセラーに伝えること、情緒面でのサポートを受けることが必要であることを伝えます。**

#### **4. 安全対策の手順を見直す**

学校と家庭のそれぞれでの手続きと安全対策の手順を見直しましょう。子どもたちが、脅威や危険を感じたときに、学校や地域で少なくとも一人、相談できる大人を決めておくようにしましょう。

#### **5. 子どもの心理状態を観察する**

子どもたちの中には、自分の不安を言葉で表現できない子どももいます。行動、食欲、睡眠パターンの変化が、子どもの不安や不快のレベルを示すこともあります。多くの場合、これらの症状は、安心感を与え、時間の経過とともに緩和されます。しかし、中にはより強い反応を示す子どももいます。過去にトラウマや個人的な喪失を経験した子ども、うつ病やその他の精神疾患を患っている子ども、特別なニーズのある子どもは、他の子どもよりも激しい反応を起こすことがあるかもしれません。少しでも心配な場合は、精神保健の専門家に相談してください。

#### **6. テレビの視聴を制限する**

暴力や紛争についてのテレビの報道は子どもに大きな影響を与えます。テレビの視聴を制限し、居間などの共有スペースでテレビがついている場合は注意します。発達段階にそぐわない情報により、特に幼児は、不安や混乱に陥ることがしばしばあります。また、大人は、子どもたち（たとえ10代でも）の前での会話の内容に気を配り、復讐心や憎しみ、怒りに満ちた発言に触れる機会を制限し、誤解を招かないようにする必要があります。

#### **7. 普段の生活を維持する**

規則正しい生活を送ることは、安心感につながり、身体的健康を促進します。十分な睡眠と規則正しい食事、運動を心がけましょう。学業や課外活動を続けるように励ましますが、無理をさせてはいけません。



## 子どもたちと話すときに強調しておきたいこと

- 学校は安全な場所です。学校のスタッフは、保護者や公共安全機関（地元の警察や消防署、救急隊、病院など）と協力して、あなたの安全を守るために活動しています。
- 校舎が安全なのは、(具体的な学校の対応を例示して)...だからです。
- 私たち全員が学校安全のための役割を担っています。よく観察し、不快感や緊張、恐怖を感じるものを見たり聞いたりしたら、大人に知らせてください。
- 知らせることと、告げ口や噂話をするとは違います。あなたが知っていることや聞いたことを、信頼できる大人に話すことで、被害を防ぐための重要な情報を、直接または匿名で提供することができます。
- 悪いことが起こらないという絶対的な保証はありませんが、何かが起こる「可能性」と、それが自分たち(または学校全体)に影響を与える「確率」には違いがあることを理解することが重要です。
- 無意味な暴力は、誰にとっても理解しがたいものです。楽しいことをし、普段通りの生活をし、友人や家族と一緒にいることで、気持ちが楽になり、その出来事について心配することが少なくなります。
- 人は時に、他人を傷つけるような悪いことをします。そのような人は、怒りをうまく処理できなかったり、薬物やアルコールの影響を受けていたり、精神疾患を患っている場合もあります。大人たち(保護者、教師、警察官、医者、宗教や信仰の指導者)は、そうした人たちを助け、他人を傷つけないようにするために懸命に働いています。私たち全員が、本当に動揺したり、怒りを感じたりしたときに、助けを求める方法を知っていること、そして薬物やアルコールに手を出さないことが重要です。
- 銃はもとより、人を傷つける武器に近づかないようにしましょう。誰かがそうした武器を持っているのを知ったら、大人に知らせてください。人を傷つける武器を手にとることは、自他への暴力の危険性を高める可能性がある行為です。
- 暴力は決して個人的な問題の解決策にはなりません。児童生徒は、学校での暴力防止などの心理教育プログラムに参加し、対立解消スキルを学び、自分や仲間が怒りや抑うつ、その他のコントロールできない感情に苦しんでいる場合は、大人に助けを求めることによって、前向きな解決に関わることが出来ます。

本資料：「暴力について子どもたちと話す:保護者と教師のためのヒント」は、「Talking to Children About Violence: Tips for Parents and Teachers (<https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/school-safety-and-crisis/school-violence-resources/talking-to-children-about-violence-tips-for-parents-and-teachers>) ©2016, National Association of School Psychologists, 4340 East West Highway #402, Bethesda, MD20814”をもとに、NASP (アメリカ学校心理士会) の許可を得て、日本学校心理学会・日本学校心理士会で翻訳・翻案しました。

監訳：石隈利紀・渡辺弥生・瀧野揚三 翻訳：木原美妃・池田真依子・飯田順子・水野治久・西山久子