

学ぶ 育てる

心に傷を負う子供も 接する教員もケア

岩手県教委「こころのサポートチーム」が始動

東日本大震災の被災地では学校が順次、再開しているが、今後心配されるのが子供たちが負った心の傷だ。対応を誤ると、心的外傷後ストレス障害(PTSD)につながる恐れがある。岩手県教委は臨床心理士らで専門の「こころのサポートチーム」を作り、本格的な支援に乗り出した。

【三木陽介】

新 教育の森

三陸沿岸の海から約300mの高台にある同県山田町立山田中。津波や地震の被害は免れたが、周囲はがれきに覆われている。始業式を8日後に控えた4月13日、ここに周辺の小中高校の教員約40人が集まった。サポートチームによる教員向けの研修だ。クラスメイトが犠牲になったり自宅や家族を失った子供たちとどう接したらいいのか悩む教員も多く、始業を前に企画された。

◆安心感を与えよう
講師は、チームのメンバーで臨床心理士の佐々木誠さんと三浦光子さん。震災

こころの傷は、阪神大震災の時大きな問題になった。教員らが避難所運営などに忙殺され、心のケアが遅れたケースもあった。兵庫県教委の調査では、心のケアが必要な小中学生はピーク時、4000人を超えた。同県は震災3カ月後から、心のケアに専門に当たる教育復興担当教員(その後、心のケア担当教

直後は「急性期」と呼ばれ、寝付けられない▽食欲がない▽落ち着きがない▽乱暴になる▽やる気が出ない▽ひきこもる――と、多様な反応が出てくる。だが、佐々木さんは「これは自分を守るための自然な反応。大切なのは安全と安心感を与えること」と説明した。

95年の阪神大震災では、机を揺らして遊ぶ「地震ごっこ」がみられた。今回は「津波ごっこ」も出てくるかもしれないが、しからずに見守ることが必要という。遊びを通して子供たちは安全と安心感を再確認す



児童・生徒のこころのサポート研修会で、臨床心理士の指導のもと、2人1組でセルフケアを実践する教員たち―岩手県山田町で13日、和田大典撮影

臨床心理士らが長期支援

児童の心の傷は、阪神大震災の時大きな問題になった。教員らが避難所運営などに忙殺され、心のケアが遅れたケースもあった。兵庫県教委の調査では、心のケアが必要な小中学生はピーク時、4000人を超えた。同県は震災3カ月後から、心のケアに専門に当たる教育復興担当教員(その後、心のケア担当教

その核になるのが佐々木さんらに参加する「こころのサポートチーム」。県内の臨床心理士6人から構成され、阪神大震災や中国・四川大地震(08年)などで心の支援活動に当たった兵庫教育大学院の富永良吉教授をスーパーバイザーに迎えた。サポートの基にするのが児童・生徒の「心のカルテ」。学

県内全小中高生対象に定期アンケート
個別相談、カウンセリング、教員研修

岩手県が開設している児童・生徒、学校関係者の心や健康に関する相談窓口

- ふれあい電話
☎0198・27・2331
時間：9～17時、平日
対象：児童・生徒、保護者、学校関係者
- 教員のための教育相談電話
☎0198・27・2821
時間：9～17時、平日
対象：教員、カウンセラー

校再開後1カ月をめどに5項目のアンケート(心と体の健康観察)を実施する。対象は沿岸部だけではなく、内陸部も含めた県内の全小中高生。内陸部でも3月11日の大地震とそれ以降続く余震におびえる子供が少なくないためだ。内容は①眠れるか②イライラするか③夜中に目が覚めるか④腹痛など体の不調はないか⑤ごはんがおいしく食べられているか。このアンケートで個別相談を実施して、さらに6～7月ごろ、小学生

参加した教員からは「亡くなった子がいることについて教室でどう話をすればいいのか」という質問が出た。三浦さんは「担任教師が一番子供の状態を知っているのだから、先生の判断した通りでいい」とした上で、「事実をみんなが共有し、一歩前へ進むことが大切。佐々木さんも子供に分かる表現で説明してほしい」と助言した。子供の状態を把握するには保護者との連携も欠かせないが、家庭に被害を受けた被災者もある。佐々木さんの指導で、両腕を上には伸ばしたり、肩を上下させたり、座った状態で足を伸ばしたりするたびに「あー」「はー」と気持ちの良さそうな声も聞かれ、それまで緊張感や疲労感が漂っていた教員の顔に初めて笑みが浮かんだ。「笑っちゃいけないと思って、いる人がいるかもしれないが、それは間違いない。学校ではストレス反応が出ていなくても、家でも出るケースもある。三浦さんは「保護者から相談があった時は医師のような立場で助言するのはなく、話を聞いて一緒に専門家を探しましょう」と寄り添うことが大切」と話す。県教委は専用の相談窓口も開設した(表参照)。

毎日jpに大震災関連記事

毎日新聞のウェブサイト「毎日jp」(<http://mainichi.jp/>)で「東日本大震災」を特集しています。最新記事や希望新聞、被災地へのサポート情報を掲載。「ライフスタイル」→「子育て・教育」のページにも震災関連記事があります。

19項目、中高生31項目と詳細に実施する。山田中で実施したような「急性期」対策の研修は5月中旬までに県内各地で計11回開く予定。半年後、1年後など各時期に応じた内容の研修も開くという。

研修に参加した小学校の女性教諭(36)は「私自身、家を流され、研修を受けるまでは力が入り過ぎていた。研修のおかげで楽に臨める」。4月に内陸部から異動してきた小学校の男性教員(38)は「被災した子供たちと接すればいいのだろうかと思安だった。子供たちに日常を取り戻してあげられら」と思う」と話した。

◆先生も肩の力抜いて
研修では講義だけでなく、心身をリラックスさせる「実技」にも時間を割いた。「子供を元気づけるには先生が元気でいることが大切(県教委)だからだ。県教委によると、同県沿岸部の公立小中高校の教職員約2500人のうち約2割が、家庭に被害を受けた被災者でもある。佐々木さんの指導で、両腕を上には伸ばしたり、肩を上下させたり、座った状態で足を伸ばしたりするたびに「あー」「はー」と気持ちの良さそうな声も聞かれ、それまで緊張感や疲労感が漂っていた教員の顔に初めて笑みが浮かんだ。「笑っちゃいけないと思