

## 子どもたちの命と心を守るために ～今、子どもたちにかかわる大人ができること～

こんにちは。茨城県公認心理師協会スクールカウンセラー(SC)専門部会です。

全国的に子どもの命に関わる悲しい報告が増えております。この事態が「今後、群発化するのではないか」と私達SCは大変危惧しております。一昨年度の調査\*1において、「悩みを抱えているように見えない生徒が最も自殺をしやすい傾向がある」という報告があるように、先生方や私達SC、そして、保護者にSOSを出してくれる子どもはごく一部です。人知れず一人で悩みを抱え、「辛い」と感じながら生活している子どもが、身近に、目の前にいるかもしれません。どうぞ、これまで以上に、子ども一人ひとりに目を配り、気になる子どもにお声かけをお願いします。先生方のその一言で救われる子どもが、きっといます。



子どもの話の聴き方～相談できる大人が増えれば、子どもを救うことができる～

悲しい出来事を予防するために必要なことは、

『子どもがどう変わるかではなく、私たち大人がどう変わるか』\*2です。



相談をするということは、①自分の気持ちや出来事を言葉で表現できるうえに、②相談の意味や方法が分かっており、さらには③安心して相談できる相手がいて成立します\*3。今、子どもに直接関わることのできる先生方には、ぜひとも「相談しないから困っていない」のではなく、「困っているのに助けを求めることができない」という目線もお持ちいただいて、ぜひ子ども達の様子に目を配っていただきたい、そして、「最近はどう?」「ちょっと話さない?」とお声かけいただきたいのです。

「SOSを受け止める」といった時、「先生、私、死にたいんです」というレベルのことを想像するかもしれません。しかし実際は、そのような深刻なレベルの悩みをいきなり相談してくる子どもはほとんどいません。私たちがまずすべきことは、日々の中の子どもの「あのね」に耳を傾け、ちょっとした困りごとやつまずきを丁寧に共有させてもらうことです。\*2



「辛い」と感じている子どもを支える大人にもサポートが必要

「辛い」と感じている子どもを支援するためには、「複数であたること」「チームをつくること」が必要\*3です。苦しんでいる子ども達の支援には長い期間がかかることがあります。「助けて」と言えない子どもと関わっていく過程で、支援する大人も「助けて」と言うことや相談することができなくなっていく\*3といわれています。学校で協力して子どもを支える先生方に、私達SCもお力添えできたら嬉しいです。それぞれの学校を担当しているSCに、ぜひご相談ください。また、子どもを支えるための知識とスキルをまとめた文書を作成いたしました。子ども達を支える時に必要なこと、それは『良心と思いやり』そして『知識』だと思えます。「すでに知っている」「もう分かっている」と思っている、改めて、子どもにかかわる際の知識に触れておくことは支援の姿勢や心構えを整えることにつながります。以下のQRコードから、ぜひアクセスしてみてください。

～子ども達の「SOS」を受け止められる大人になるために～  
「辛い」と感じながら、声を出せない子どもとの関わり方  
(茨城県公認心理師協会SC専門部会作成)

【記載内容】

受容傾聴の会話のコツ・子どもが訴えてきた時に、やってはいけない対応  
自殺行動へと追い詰める危険因子・自殺の危機が高まった子どもへの対応



### <引用・参考文献>

- \*1 文科省 平成元年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査
- \*2 高橋聡美 2020 教師にできる自殺予防—子どものSOSを見逃さない— 教育開発研究所
- \*3 松本俊彦 2014 子どものこころの発達を知るシリーズ① 自傷・自殺する子どもたち 合同出版