

被災・喪失体験をした子どもへの支援について～地域で寄り添い、支えあうために、私たちができること～

○佐藤 利憲¹⁾、佐々木竹美²⁾、橋本 洋祐³⁾

1) 福島県立医科大学看護学部、2) 順天堂大学医学部附属順天堂越谷病院、

3) 福島県立ふくしま医療センターこころの杜

わが国は災害大国といわれ、毎年のように様々な自然災害が発生しています。本学会の開催地である石川県でも2024年1月に能登半島地震、9月には豪雨災害が発生しています。

災害は予測困難な突然の出来事です。住家や公共建物の損壊などの物的被害、負傷や死亡などの人的被害といった様々な被災・喪失体験は、被災者に大きな心理的なストレスを与え、不眠、恐怖感、不安感、頭痛、めまい、食欲不振、混乱、あせり、判断力の低下、怒りなどの心理的・身体的・社会的反応が出現することがあります。子どもの場合には、赤ちゃん返りや、感覚が過敏になったり、落ち着かなくなったり、自分を責めたり、罪悪感を抱くこともあります。また、地震ごっこや救出ごっこを始めたり、亡くなられた方の死因について執拗に質問してきたり、目の当たりした凄惨な状況を自慢げに話したこともあります。

子ども含め被災者のこのような反応は、誰にでも起こりうる自然な反応ですが、コミュニティにおける被災・喪失体験をした子どもへの理解や支援は十分ではありません。「絵を描かせる」「音楽を聞かせる」「体験を語らせる」「イベントに参加させる」などの支援者主導の支援や、不適切な対応によって心理的ストレスが助長され、更なる傷つき体験を引き起こしています。また、子どもの対応に困惑し、「突然泣き出して対応できない」「亡くした人の話をされて返答できなかった」「どのようにかかわっていいのかわからない」などの相談が医療関係者からも多数寄せられています。

このような支援や対応の背景には、被災・喪失体験をした子どもに対して、【癒したい】【慰めたい】【勇

気づけたい】【元気づけたい】【可哀想な存在】【弱々しい】【悲嘆に暮れている】といった支援者側の想いやイメージが大きく影響しています。

企画者は、2010年から宮城県で被災・喪失体験をした子どもへの支援プログラムを開催し、現在では、福島県を中心にプログラムを開催しています。被災・喪失体験をした子どもへの支援で重要なことは、脅かされたり、傷つけられたりすることなく、安心して自身のところに丁寧に触れることができる安全な環境を提供すること、そして、それぞれのペースで折りあいをつけていくプロセスを見守り、支えあうことだと思っています。

本ワークショップでは、コミュニティでの支援を充実させるために、被災・喪失体験をした子どもの心理的特徴を紹介し、以下の5つのポイントの説明やワーク等を通して子どもへの支援の理解を深めていきたいと思っています。

被災・喪失体験をした子どもへの支援のポイント

- 子どもの気持ちを丁寧に扱い、強さを信じ、弱さを受け止めること
- 予測しても、先回りし過ぎないこと
- 個人の価値観や基準を押し付けないこと
- ひとりひとりの声に耳を澄まし、寄り添うこと
- 子どもの気持ちや感情に誠実に向き合う他者であること

限られた時間ではありますが、ワークショップを通して、被災・喪失体験をした子どもたちを地域で寄り添い、支えあうために、私たち看護師ができることを一緒に考えるきっかけにしていきたいと思っています。多数の御参加をお待ちしております。