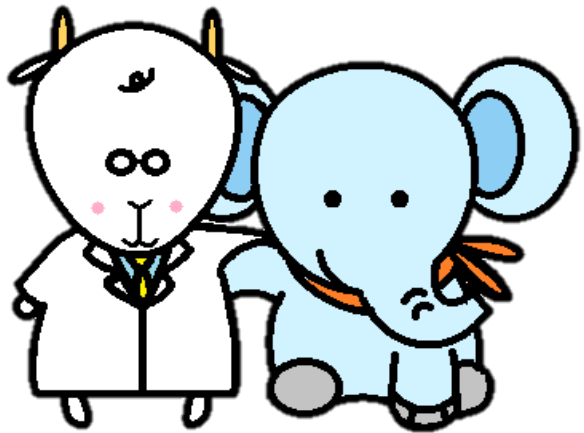


場面かん黙症の支援に 役立つカウンセリング

特徴、症状、対応、治療、カウンセリングの有効性について
まとめています。参考にしてください。



不安から生じる症状です

パニック症

広場恐怖症
パニック発作

場面かん黙症

家庭以外で
は話さない

全般不安症

何でも不安

不安

社会状況に
対して不安

社交不安症

離れるのが不安 特定のものが怖い

分離不安症

限局性恐怖症



場面かん黙症の特徴

家ではよく喋るのに、学校など話すことが期待されている場所では話せません。

- 親密な人間関係の中でのみ話します。
- 勉強や対人コミュニケーションを妨げています。
- 身体が緊張して声を出せなくなります。

症状

家庭など親密な人間関係の中では普通に話せますが、
クラスメートから話しかけられても話しません。
授業中あてられても言葉を発しません。音読もしません。
話さなくて良い場合は、授業にも出席できます。行事にも参加できます。

不安症や発達発達症が隠れていることがあります。
社交不安があれば症状が強くなります。



対応

- ◆ 話せない気持ちを汲み、筆談、ジェスチャーなど話し言葉以外でのコミュニケーションをトライします。

無理矢理話をしようとするのは、本人の負担を強くすることがあります。本人と相談をしながら代替法を考えることも良いでしょう。

- ◆ 責めない。叱責は話せない症状を悪化させます。
- ◆ リラックスできる環境を作ります。
- ◆ 一緒に本を音読できそうなら一緒に声を出して読みます。



治療

1、認知行動療法

2、不安を軽減する技術を学ぶ

少しずつ成功体験を積む（信頼できる大人と話す練習をする）

自信の持てるものを見つける

3、プレイセラピー

必要時

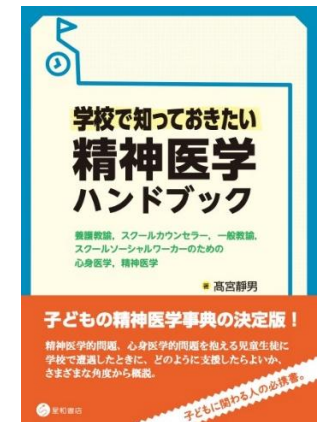
4、抗不安薬・・・重症の場合

5、抗不安効果のある抗うつ薬

6、漢方薬



カウンセリングでできる支援

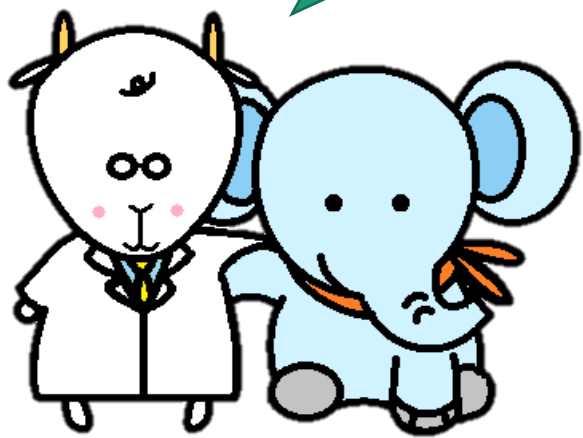


カウンセリング

- 話す以外のコミュニケーションの手段で、抱えている気持ちを理解し、受けとめます。
- 不安が強い場合、無理に話さなくても大丈夫だということを伝え、紙、ノート、タブレット、スマホなどを利用してゆっくりと気持ちをうかがっていきます。
- プレイセラピーにて、声に出さず思いを表出してもらい、内面の成長を図っていきます。
- 信頼関係が出来てくれば、特定の場面を想像して、声にして上手く表現することや伝えることの練習をしていきます。
- 必要に応じて保護者や学校、その他の機関と連携しながら、本人の気持ちを理解し、支援していきます。



シリーズで皆さんの参考になることを
お伝えします。



次回は 全般不安症について

