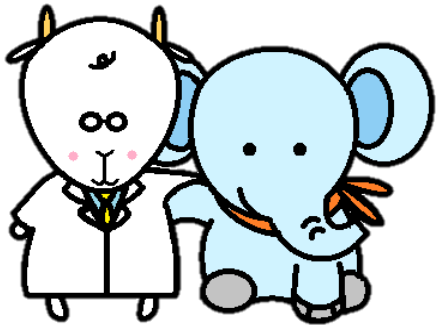


泣く子どもの支援に役立つカウンセリング



西明石カウンセリングオフィス



様々な場面で、多くの子どもが泣くことを経験するでしょう。

幼少期には大声で泣いていたのが、しくしく泣いたり、悔し泣きをしたり、理由もなく泣き出したり…

泣くこと自体のありさまは成長とともに変化していきます。

“泣くこと”の背景にあることについて
考えてみましょう。



考えられる疾患や症状の例

各症状について、これまでのスライドで詳しくご紹介しています。ぜひご覧下さい。



▶ 不安または恐怖関連症群

- ・**分離不安症**: 養育者、愛着を形成している大人から離れるときに、過剰な不安や身体症状がみられます。
- ・**パニック症**: 予期しないパニック発作（動悸、発汗、息苦しさ、めまいなど）が平静な状況で繰り返しみられ、コントロールを失うことに対する恐怖が増し、死ぬことに対する恐怖も増大します。
- ・**社交不安症**: 人前で恥をかくのではないかという思いから、人に見られることや社交的なやりとりに対して過剰な不安や恐怖をもち、そのような状況を避けるようになります。
- ・**全般不安症**: さまざまな出来事や活動に対して過剰な不安や心配が続き、制御することが難しく、社会的な適応に問題が生じます。



対応

無理に話を聞き出そうとすることは避けましょう。

- まずは本人の話を丁寧に聴き、気持ちを尋ねます。
- 学校では、本人と信頼関係が出来ている教員が話を聴きましょう。それぞれの子どもがそれぞれの事情を抱えているということを、校内で共通理解として持っておきます。
- 家庭と学校とで情報交換し、子どもの特性をつかむことが大切です。
- 本人が安心感を得られたり、落ち着ける場所を提供し、安心感や自信を高めるアプローチをします。
- 本人の不安や恐怖、ストレスの原因がわからないときには、これまでの担任や養護教諭、きょうだいなどから情報を集めるとわかることもあります。



カウンセリングでできる支援

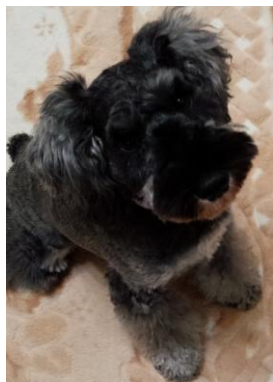
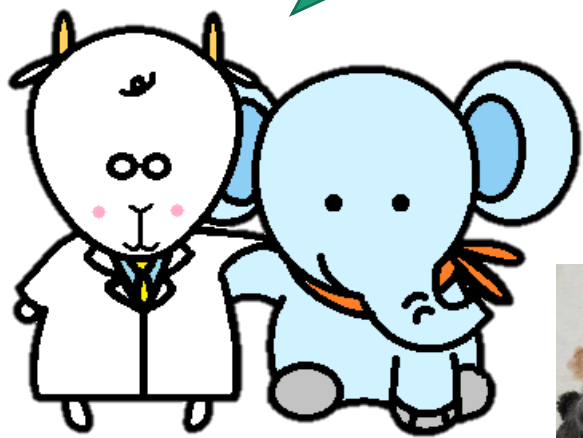


泣く子どもの支援に役立つカウンセリング

- 本人の話をよく聴き、どんなときに涙が出るのか把握していきます。
- 本人の中でのつらさやしんどさ、ストレスなどがあれば、その軽減を図れるよう、話を聴きながら具体的な対策や方法を一緒に考えていきます。
- 気分が不安定になったり、気持ちが沈んだりしたときにできそうな対処や方法を見つけ、実践と振り返りをしていきます。
- 必要に応じて、学校や保護者と連携しながら支援をしていきます。
- 支援を通して本人が変化していったことを、保護者の方とも共有していきます。



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
ストレスについて



西明石カウンセリングオフィス

