

Case

2

イライラが
家庭内暴力に発展した
Bくんの場合



家族への働きかけで 「トラウマ体験」整理

東 日本大震災から4年経ち、子どもたちは落ち着き、ようやく表現活動ができるようになってきました。その一方で、精神的に不安定な部分が色々な形で表れてくる時期でもあるようです。

最近、目立って増えてきたのは、家庭内での変化です。今になって、家庭の中で起きていることが、明らかになってきたと言えるのかもしれません。保護者から相談を受けて、学校での言動からは、信じがたい家庭での様子を担任が知るというケースが数多く報告されています。定期的実施しているアンケートのチェックリストなどの点数には現れず、個人面接でも他の子との明確な違いが見られないそうした子どもの中にも、保護者からの相談内容は深刻なケースがあります。



表現活動

一定の期間を経て、震災などの体験やその時の気持ちを作文や絵などで表現すること。気持ちの整理や、押し込めていた感情の吐露を通じて、子どもの成長につながる。

津波の通った道がイヤ！ 学校に行くのも遠回りで

震 災時、小学生の高学年だったBくんは、震災を境に、あまり学校の話をしなくなりました。その傾向は、中学になってさらに強くなり、両親とは必要なこと以外は、何も話さなくなっていきました。少し話しかけるだけでも、イライラして攻撃的な態度をとるようになっていくBくんについて、母親は心配はするものの、学校では友だちも多く、明るく元気な様子だと知り、男の子によくある反抗期ぐらいに捉えていました。

中学生になってしばらく経ったある日、母親はあることに気がつきました。Bくんは学校に行くのに、とても遠回りをしているのです。Bくんの家は、津波の被害を受けた地域にあります。土地の高低差があるため、津波が到達した場所、しなかった場所が混在しています。その中で、Bくんは津波の通った



道や場所を避けて、回り道をして登校していたのです。

母親は「あれだけの被害にあったのだから仕方ない。時間が経てば落ち着くだろう」と考えていましたが、自宅でもなんらかの津波の影響があった場所には、近寄りません。また、一部床上浸水した親戚の家では、その廊下を歩かないのです。進級するにしたがって、攻撃的な態度はエスカレートし、受験期になって母親に暴力をふるうようになりました。

相談する人がいない中 思い切って学校に相談

B くんは、結婚を機に父親が生まれ育った地域に移り住んできたので、地元出身のお母さん友だちとの付き合いもあまり深くなく、込み入った家庭の事情はなかなか相談しづらいという状況にありました。家庭内暴力がはじまって、親戚や父親の態度などをうかがいながら我慢していましたが、震災後、学校が続けていたスクールカウンセラーのカウンセリングの案内が目にとまり、「このままでは、自分も子どももだめになる」とカウンセリングを受けに来校しました。

家庭内暴力の事実を知り、愕然としたのは学校関係者でした。明るく友だちの間でも人

スクールカウンセラー

学校において、子どもたちの心の援助をする心理専門家。専門的な見地から助言ができる「専門性」と、教職員とは異なる立場であるという「外部性」を併せ持つ。多くは学校の非常勤職員として週1～2回学校を訪問する巡回方式である。

気者で、常にリーダー的存在のBくん。復興へ向けた取り組みにも率先して参加していました。周囲からの「とても信じられない」という声の中、母親へのカウンセリングを進めていきました。

母親へのカウンセリング実施で 親子のコミュニケーション回復

B くんの外での振り舞いや立場、評価を知っているだけに、母親も誰にも言いだせず、一人で悩んでいたようです。大事な受験を控え、神経質になっているBくんにはあえてカウンセリングをせず、母親の方のカウンセリングを続け、同時に家庭でのコミュニケーションが円滑になるような話し方の指導などを母親に対して続けました。

その後、Bくんは志望校に合格。すっかり環境が変わったことも幸いしたのか、家庭での態度にも変化が表れました。母親も相談できる場所ができたことで、あせらずに親子のコミュニケーションをとる努力を続けています。



Study

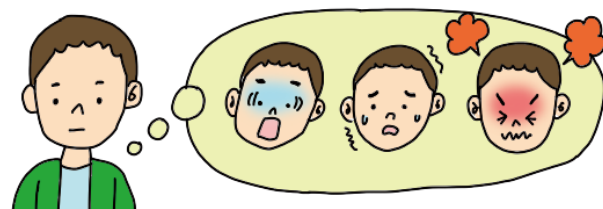
災害などの「トラウマ体験」 向き合うことが回復のカギ

人は、災害や事故、犯罪などで、自らが生死に関わるような危険な目に遭ったり、そうした場面を目撃したりすると、大きなストレスを受け、心に傷を負います。この心の傷のことを「トラウマ」、きっかけとなった体験を「トラウマ体験」と呼びます。トラウマ体験があると、人は関連した言葉や場所、人などを意識的に避けようとしていきます。このような反応は「回避」というトラウマ反応の一種で、直後のこうした反応は自然なことです。

震災直後は、津波という言葉はもとより、海や川を見るだけで恐怖を感じるという症状に苦しむ人が大勢いました。その多くは専門的な指導を受けつつ、時間の経過とともに、トラウマ体験から回復しつつあります。ただし、中には長期的にトラウマ体験に向き合うことを避け続けたために、トラウマ体験そのものと関連する言葉や場所などとの区別ができなくなってくる例もあります。

Bくんのように、津波の被害のあった場所を通りたくないがために、学校までの道を遠回りするというのは、典型的な回避反応だと言えます。震災時のショックで、その場所を通ると嫌な気持ちがよくみがえてくるので、避けるようにしているのです。克服しようとする、辛かったことを思い出してしまい、心臓がバクバクするなど、落ち着か

なくなります。そのことを家の人に話したり、不安な感情を伝えることができれば、少しは楽になるのですが、震災後、いろんな面で家庭環境が変わり、感情をうまく表現できなくなってしまったと考えられます。



子どもたちに影響 保護者のストレス

子どもが強いストレスを抱えている時、多くは保護者もストレスを抱えています。震災の影響で両親がともにストレスを抱えたり、時間的な余裕がなかったりして、以前のようにBくんに接することができていなかったのかもしれませんが、家族のコミュニケーションがうまくとれないと、子どもは家庭で感情を出すことをためらうようになっていきます。

また、学校で優等生であるがために、失敗したり、うまくいかなかったり、叱られたりした時に、怒りや悲しみなどの感情を十分に表現できなくなることも少なくありません。悲しみや怒りといった負の感情とうまく付き合うことができなくなっているのです。こうした感情を出せない環

境がトラウマ反応を持続させてしまっていることも考えられます。津波の通った道が怖い、嫌だという気持ちを人に言えず、気持ちの整理がつかないまま、とりあえずの行動として回り道を選択しているわけです。そのことにエネルギーを使っている分、イライラして攻撃的になり、それが母親への暴力という形で現れてきたのでしょう。

家庭内の暴力には 毅然とした態度で

家庭内暴力などの対応として、「どうしても辛かったら私を叩きなさい」という親もいますが、それは間違いです。暴力には毅然とした態度で臨むことが大事です。しかし、ただ暴力を否定するだけではなく、感情は認める必要があります。「腹が立つならば言葉で言いなさい。暴力は許しませんよ」と。当事者以外の人にも入ってもらい「お母さんに手をあげるほどイライラしたり、怒ったりしているんだね」と、感情を認めた上で、その感情がどこから来ているのかを話せる状況をつくることが大事です。言葉で表現できれば、暴力として表現しなくて済むようになります。

Bくんの事例では、カウンセラーが母親へのカウンセリングを行い、ポジティブなコミュニケーションを指導したことが功を奏したと言えるでしょう。母親とBくんのコミュニケーションが回復していけば、トラウマについても話し合うことができるようになっていきます。表現しやすい言葉をかけたり、空気を作ったりすることで、ともにトラウマ体験の整理をしていくことです。