ニュースの難しい話題を子供たちに話すとき
Talking with Children About Difficult Things

悲劇や困難な出来事がニュースで報じられる際、私たちは子どもたちが何が起こっているか気づいていないだろう、あるいはそう願うかもしれません。しかし、子どもたちは私たちが考える以上に気づいており、周囲の大人の気分や会話に特に敏感です。世界が困難な状況にあるとき、子どもたちをサポートするためのいくつかの考え方と配慮事項を以下にご紹介します。

子どもの安全と安心を確保する

世界が不安定で、ニュースが怖いと感じられるとき、私たちは子どもたちに、何があってもいつもあなたたちのことを大切にし、愛していると伝えることで、安全だと感じられるよう助けることができます。

- 学校で聞くこと、オンラインで目にすること、あるいは大人の会話で耳にするかもしれない主要な出来事について、子どもたちに前もって話しましょう。ニュースはすぐに拡散するため、あなたが最初に若い人に知らせる人ではないかもしれません。それでもなお、子どもが知っておくべき重要だと信じる情報を共有し、困難なニュースに一人で向き合ったり、不安に思ったりする必要がないことを伝えましょう。
- 大人向けの不快な画像や解説に子どもがさらされるのを制限するために最善を尽くしましょう。そして、子どもが不適切なものを見たり聞いたりするのを完全に止めるのは不可能かもしれないということを知っておきましょう。この現実があるからこそ、思いやりのある大人がメディア摂取を制限し、子どもたちが目にしたことや耳にしたことについて抱くかもしれない感情や考えについて直接話すことが、さらに重要になります。

> 「子どもたちが何か恐ろしいことを持ち出したら、すぐに『それについて何をどれくらい知っている？』と尋ねることが役立ちます。私たちは、子どもの想像が実際の真実と大きくかけ離れていることに気づくことがよくあります。子どもたちが私たち大人からおそらく最も聞く必要があるのは、何でも話していいということ、そしてどんな怖い時でも、私たちが彼らの安全を守るためにできる限りのことをするということです」
>
> — フレッド・ロジャース, *2001*年*9*月

- 子どもたちに、いつでもあなたの質問を歓迎していることを伝えましょう。質問に答える前に、「あなたはどう思う？」「何を聞いた？」と尋ねることが役立ちます。時に、子どもたちは私たちが気づいている以上に多くのことを理解していたり、間違った情報を耳にしていたり、あるい

は私たちが想定するよりもずっと単純な疑問を持っていたりすることがあります。子どもが何を不思議に思っているのかを詳しく知ることで、簡潔で正直な答えを与えることができます。

- 「わからない」と言って良い：子どもの質問に答えがわからなくても大丈夫です。「それについては私も不思議に思うよ」と伝え、新しいことが分かったら共有すると伝えましょう。子どもが何を感じているかについてさらに尋ねることが助けになります。子どもの不確実性に関する感情をただ聞くだけで、子どもは安心感を得ることができます。

- 心配、怒り、悲しみ、その他どのような感情であっても、その感情はあなたと一緒ならいつも安全であることを子どもたちに伝えましょう。フレッド・ロジャースが私たちに思い出させてくれるように、「人間に関わることは、すべて口に出して言えることであり、口に出して言えることは、より対処しやすくなるのです」。

- 困難なニュースは私たち全員に負担をかけます。私たちの生活の中にいる子どもたちの面倒を見るためには、自分自身のケアをすることが大切です。自身のニュース摂取に境界線を設け、休憩の時間をとり、自分のためのサポートネットワークを見つけましょう。

- あなたが打ちのめされているとき、何を言っていいか分からず、苦しんでいるときでさえ、あなたの存在と、子どもの考えや質問に対する開かれた姿勢が、子どもたちにとっての安心に繋がるのです。”強風が吹き荒れ、私たちの人生を揺さぶる時、誰かが自分を気にかけてくれていると知っていれば、私たちは風と共にしなることはあっても、折れることはないでしょう”。ーフレッド　ロジャーズの言葉より。

「最近、マスメディアが映し出す暴力の生々しい描写について、私は非常に深く憂慮しています。そして、皆さんの幼い子どもたちへの保護とサポートをお願いしたいのです。非常に幼い子どもが耐えられる量には限りがあり、それを超えると圧倒されてしまいます。率直に言って、私はこのことを大変心配してきました。そして、それが今日、皆さんにお話ししたかった理由の一つです。世界で一番良いことは、今、この国の非常に困難な時期においては特に、子どもたちが家族の問題解決の方法に加わることです。」フレッド　ロジャーズ　1968年6月

ミッション

フレッド・ロジャースの意思を発展させるため、家族と思いやりのある大人が持つ強みに注力することで、子どもたちの健やかな成長を支援します。

詳細はこちら

フレッド・ロジャース・インスティテュートについてさらに詳しくお知りになりたい方は、当団体のウェブサイトをご覧ください。https://www.fredrogersinstitute.org/