暴力について子どもと話す：家庭と教育者のためのヒント

暴力事件後の子どもの安心感回復のために：家族と学校関係者への重要なリマインダー

暴力行為が発生した後、子どもたちにとって日常感と安心感を再確立する上で、家族と学校関係者は極めて重要な役割を果たします。以下の重要なリマインダーに従い、さらなる情報を得るには www.nasponline.org/children-and-violence をご覧ください。

子どもを安心させるために

- 安全の保証：私たちは皆さんの安全を守るためにいます。あなたたちを守るのは大人である私たちの責任です。
- 気持ちを話す時間：時間をとり、子どもたちが自分の気持ちについて話し、それを適切に表現する方法を学べるようにしましょう。悲しい出来事の際には、どんな感情（怖い、悲しい、怒りなど）を抱いても大丈夫だと説明し、その感情に適切な見通しを与える手助けをしてください。
- 安全対策の強調：学校や保護者が、皆さんの安全を守るためにどのような対策をとっているかを強調しましょう。可能であれば、目に見える具体的な安全への取り組み（例：施錠、避難訓練、警察との連携など）を指摘してください。
- 確率の低いことを説明：学校での暴力の可能性は存在しますが、私たち（私たちの学校）に影響が及ぶ確率は非常に低いことを説明しましょう。一時的に不安に感じることがあっても、ほとんどの学校は安全です。
- 大人の冷静な対応：あなた自身の感情や反応が、一部の子どもたちの恐れやトラウマを強める可能性があることに留意してください。あなた自身が恐れや懸念を抱いていることを認めるのは構いませんが、子どもの前では落ち着きを最優先しましょう。

時間を作って話し合う

- 忍耐強く、サインを見逃さない：忍耐強く接し、周りをうろつくなど、子どもが話したがっている兆候に注意を払ってください。提供する情報量は、子どもたちの質問をガイドにして決めましょう。
- 不安への傾聴と具体的な安心感：

子どもが怖がっている、心配している、混乱している様子があれば、耳を傾けて気持ちを認めましょう（例：「これは本当に理解するのが難しいことだね」）。

「私たちを安全に保つために、学校や家で何をしているか話しましょう（目に見える、または明確な例を2〜3つ挙げる）」といった言葉を使いましょう。これは安全を保証するものではありませんが、大人が安全のために最善を尽くしているという安心感を与えるものです。

- 多様な表現方法の活用：

  幼い子どもには、絵本を見るなど具体的な活動が必要かもしれません。

- 年長の子どもの中には、自分の気持ちを認識し表現するために、文章を書く、絵を描く、音楽を演奏することを好む子もいるかもしれません。
- 背景への配慮：子どもの過去のトラウマや、暴力、あるいは慢性的な・構造的なストレス（貧困など）にさらされた経験があることを心に留めておきましょう。

安全手順の確認

- 頼れる大人の特定を支援：子どもたちが、不快感、脅威、または危険を感じた場合に相談できる学校内および地域社会の大人を特定するのを手伝いましょう。
- 手順と安全対策の確認：学校と家庭における手順と安全対策を確認しましょう。子どもたちがその情報を確実に理解しているようにしてください。

子どもたちの情緒的な状態の観察

- 変化に注意を払う：行動、食欲、または睡眠パターンの変化は、不安やストレスを示している可能性があります。例としては、イライラ、悪夢、腹痛

などがあります。これらは、安心感と時間の経過とともに軽減するはずです。

- 専門家の助けを求めるタイミング：お子さんが自分自身や他の誰かを傷つけるのではないかと懸念がある場合は、直ちに精神衛生の専門家の助けを求めてください。また、過度な恐れや怒りなど、2週間以上続く激しい反応が見られる場合も、専門家の助けを求めてください。
- メディアの制限：事件に関する不快な画像や生々しい言及を含むテレビやソーシャルメディアの視聴を制限しましょう。

2nd page, the left column

説明は発達段階に応じて行う

提供する情報は、一人ひとりの子どもの特定のニーズ、年齢、発達段階に合わせて調整すべきです。提供する情報の量と、安心感を与える言葉とのバランスを取ることが、どの年齢においても重要です。

小学校低学年

詳しい説明は避ける：質問には、詳しいことに立ち入らず、簡潔に答えるようにしましょう。

安心感を強調：自分自身や大切な人が安全であり、守られているという安心感を与える言葉を添えて、バランスを取りましょう。

小学校高学年・中学校低学年

事実に基づく情報：誤った情報を訂正するために、事実に基づいた情報を提供しましょう。

現実と空想の分離：子どもたちが現実と空想を区別する手助けをしましょう。

表現の場を提供する：生徒に自分の考えを共有するよう促し、劇遊びや絵を描くことなど、言葉以外の表現の選択肢を提供しましょう。

中学校高学年・高校生

意見の傾聴：現在の安全への取り組みについて、生徒たちの考えや意見に耳を傾けましょう。

安全対策への理解促進：学校の安全ガイドライン（例：外部のドアを開けないなど）に従うべき理由と方法、懸念事項の報告、そして助けを求めることの重要性を強調しましょう。

積極的な関与の支援：必要に応じて、生徒たちが安全で社会的に建設的な提言や関与ができるよう手助けしましょう。

2nd page, the right column

子どもや若者と話す際に強調すべきポイント

- 起こったことは恐ろしく悲しいことですが、ほとんどの学校は非常に安全だということ。私たちの地域では、学校の職員がご家族や地域の安全機関（警察など）と協力して、みんなの安全を守っています。
- この学校は安全だということ。なぜなら…（具体的な学校の手順を挙げる）。
- 学校の安全を守る責任は主に大人にありますが、私たち全員が役割を果たすことができます。心配なことを見たり聞いたりしたら、必ず大人に知らせてください。その情報が、危害を防ぐための重要な情報となる可能性があります。
- 時に、他人を傷つける悪いことをする人がいます。大人たちは、そのような人々が助けを得て、他の人を傷つけないように懸命に働いています。私たち全員が、ひどく動揺したり怒ったりしたときに助けを求める方法を知っておくことが大切です。いつでも…（具体的な相談相手や窓口を挙げる）に話すことができます。大人の監督下にある場合を除き、銃やその他の武器には近づかないでください。誰かが銃を持っていることを知っている場合は、必ず大人に知らせましょう。銃へのアクセスは、致命的な暴力の主要な危険因子の一つです。
- 暴力は決して問題の解決策にはなりません。生徒は、学校で暴力防止プログラムに参加したり、紛争解決スキルを学んだり、自分自身や友人が怒りや抑うつ、その他の制御できない感情に苦しんでいる場合に、大人に助けを求めることで、暴力反対の取り組みの一部になることができます。

悲劇に対処し続ける子どもたちを支援するための情報については、「一目でわかるガイダンス：子どもたちが悲劇に対処できるよう支援する (Guidance at a Glance: "Helping Children Cope With Tragedy")」をご覧ください。