



## 子どもの心の健康講座 ④

# 「話を聞く」ということ (その3) 子どもの育ちを助ける

あやさん(仮名)のケースのまとめのお話です。これまで、まずお話をじっくり聞き、次いでありのままの感情を受け止めることろまでご紹介しました。今回はその後子どもを育ちをサポートしていくことについて触れましょう。

あやさんは、その後さまざまな出来事をどのように感じて理解していたのか表現できるようになり、症状が落ち着きました。はじめと向き合って乗り越え、成長して大人になっていくには、その後の課題として自分を知り、家族とどのようにつきあっていくのかを考えて実践し、友人や先生との人間関係に向き合い、勉強など本来やるべきこと、遊び、習い事などに再び参加して普通の生活を取り戻すことが必要です。大切なのは、本人の性格、

特性、能力の見極めと、負荷になり過ぎない程度のほど良い課題に持続的に取り組むことです。

あやさんには発達面の検査なども受けてもらいました。大きな発達の遅れは無いものの、もともと相手の立場や気持ちを即座に察し、理解することが年齢の割に少し難しく、思い込みで一方的に判断してしまうことが多い性格のようでした。友達の中で自分の要求や意見を言えるのですが、年齢が上がって思春期に差し加かって仲間関係が最優先の年代になってくると、お互いの気持ちを鑑みることがそれまで以上に大切になり、自己主張だけではうまくいかなくなっていた面がありました。

先生の対応の問題も重要です。治療者から学校や時には教育委員会と連絡を取り、親と学校やいじめに関わった人との相談交渉をサポートします。

一方、良い友人になり得る相手と安定した関係を築き、対人面での自信をつけていくために、自分のは、自分の個性を知って相手への接し方や社会での振る舞いを調整していく必要があります。不安感や怒りという感情とのつきあい方を学ぶ必要もあります。



先生の問題も重要です。治療者から学校や時には教育委員会と連絡を取り、親と学校やいじめに関わった人との相談交渉をサポートします。

あやさんには、自分の家族に対する理解を深め、家族とのコミュニケーションについて学んで意思や気持ちを適切に表現できるように心掛けてもらいました。家族に対しては、あやさんの生活を支え、ありのままを認めるようにする言動を心掛けてもらいました。

ついても考え、自分の不安感や怒りと向き合って対処法を学びました。すると時折怒りは感じるものの、いじめた相手と心理的に距離を置けるようになりました。学校の先生とも電話や家庭訪問などでつながりを保ちつつ、互いに一方的な理解に陥らないようコミュニケーションを図るようになりました。

子どもは、自分の理解から、子どもを取り巻く家族や親戚、友人、学校や習い事、社会的な出来事というように、幅広い環境について時間経過を追っての理解と、環境とのダイナミックな相互作用を考えて対応します。今回は、子どもの精神科治療の概論をご紹介します。

児童精神科医  
北 畑 歩

※今月の子育てチャンネルはお休みします。