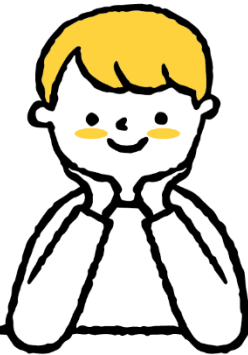
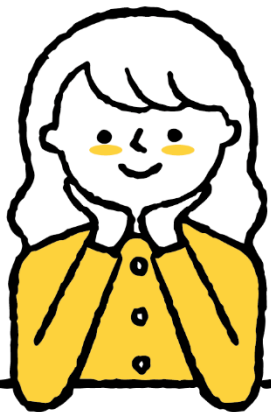


とどけ

こころをつなぐ 子どものケア

後半



もくじ

【前半】

コロナ禍の子ども支援1：子どもと大人のみなさんへ

*トラウマインフォームド・アプローチ～ 体験をばねに～

コロナ禍の子ども支援2：子どもと大人のみなさんへ

*コロナ禍で子どもをサポートするための8つの方法より
～ 5つのポイント～

【後半】

コロナ禍の子ども支援3：大人のみなさんへ

*子どもの危機ワンストップ！
～ 子どものSOSに気づく、セルフアドボカシーを援助する～

コロナ禍の子ども支援4：子どもたちへ

*かけがえのないあなたへ
～とどけ、セルフアドボカシーのすすめ～

コロナ禍の子ども支援3

子どもの危機ワンストップ!

～ 社会全体で子どものSOSに気づく、

セルフアドボカシーを援助する ～

子どもの危機ワンストップ! ～ 社会全体で子どものSOSに気づく ～

子どもに関わる大人が(保護者、教育関係者、そのほか)

- *意識をもつ
- *人任せにしない
- *職種や機関同士で連携・労う

子どものいる地域社会全体で

- *小児科医が子どものメンタルヘルスに関してもっと予防的に関わる!

そして…

- *子ども自身の“セルフアドボカシー”



関わりの中での工夫

やってみましょう

- ①真剣に耳を傾ける
- ②感情を理解、受け止める
- ③沈黙に耐える
- ④共感する
- ⑤治療を勧める

しないで!!

- ①話をそらす、聞かない
- ②一方的に話す
- ③常識をのべ、指導や説得する
- ④安易に解決策を示す
- ⑤励ましをする
- ⑥責める、批判する

もしも「助けて…」をキャッチしたら…

T

ell: 言葉に出して心配していることを伝える

心配だよ

A

sk: 「死にたい」気持ちについて、率直に聞く

どんな時に
死にたいと思うの？

L

isten: 絶望的な気持ちを傾聴する

死にたいぐらい
つらいんだね

K

eepest safe: 安全を確保する、こころの居場所づくり、
定期的な関わりをもつこと、約束をする。

ひとりにしないよ

ご家族で抱え込まず、病院や地域の相談機関に助けを求めてみましょう。



子どもたちに近い大人（例えば、ご両親や学校の先生等）が、しっかり子どもの話を聞いてあげましょう。

- コロナの感染があっても、そのことを責めない・差別しないことを、ご家庭や学校の中で話す場を設ける
- 何か困っていることなどがあったら、いつでも相談にのれること
- どんな気持ちでも伝えてくれてよいこと
- ことばで伝えるのが難しいときは、イラストや気持ちのマークを用いてもOK

このような声かけや取り組みを参考にしながら、子どもたちの生活やところを、共に守っていきましょう。



コロナ禍の子ども支援4

かけがえのないあなたへ
～いま、あなたに届いてほしい
セルフアドボカシーのすすめ～

あなたと　わたしと　そして
みなさまと



こころをつなぎ　助けあいましょう。

コロナウイルス感染が かんせん また ふ 増えてきて ふあん 不安な まいにち 毎日ですね。

どんなに かんせんたいさく 感染対策をして、き 気をつけていても…



かんせん 感染する かのうせい 可能性があります!!

つまり…

おとな 大人でも、こ 子どもでも
だれが かんせん 感染しても
おかしくないの状況です💡



もし、あなたやお友だちが^{とも}感染^{かんせん}しても…

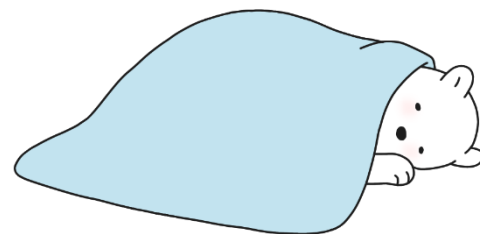
あなたやお友だち^{とも}自身^{じしん}が悪いわけでは^{わる}ありません!!

あなたのせいでも、だれのせいでもないのです。

^{じぶん}自分^{じしん}自身^せを責めすぎないでくださいね。

まずは…

^{じぶん}自分を^{だいじ}大事にして、^{ようじょう}養生^{つと}に努めましょうね。



★^{しんがた}新型^{ふあん}コロナウイルスについてわからないこと・不安なことがあるとき…

★^{こま}なにか^{なや}困っていること・悩んでいることがあるとき…

➡ ^{しんらい}信頼^{おとな}できる大人^きに聞いてみたり、^{そうだん}相談^{せんせい}してみましよう。

(例: ^{れい}お父^{とう}さん・^{かあ}お母^{がっこう}さん、^{せんせい}学校の先生、^{ほけん}保健^{せんせい}の先生、^{せんせい}スクールカウンセラー)



セルフアドボカシー

じこ けんり ようご
(自己権利擁護)

じぶん いけん ほか ひと つた じぶん えら けんり まも
自分の意見を他の人に伝えたり、自分で選んだりする権利を守るためには、

じぶんじしん にかて ひつよう しえん し
自分自身の苦手なことや、必要な支援を知っていること、

ほか ひと じぶんじしん つた たいせつ
それを他の人に自分自身で伝えていくことも大切です。



セルフアドボカシーは…

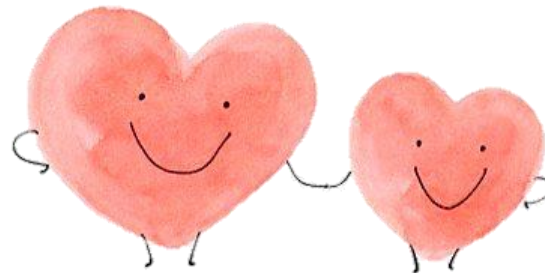
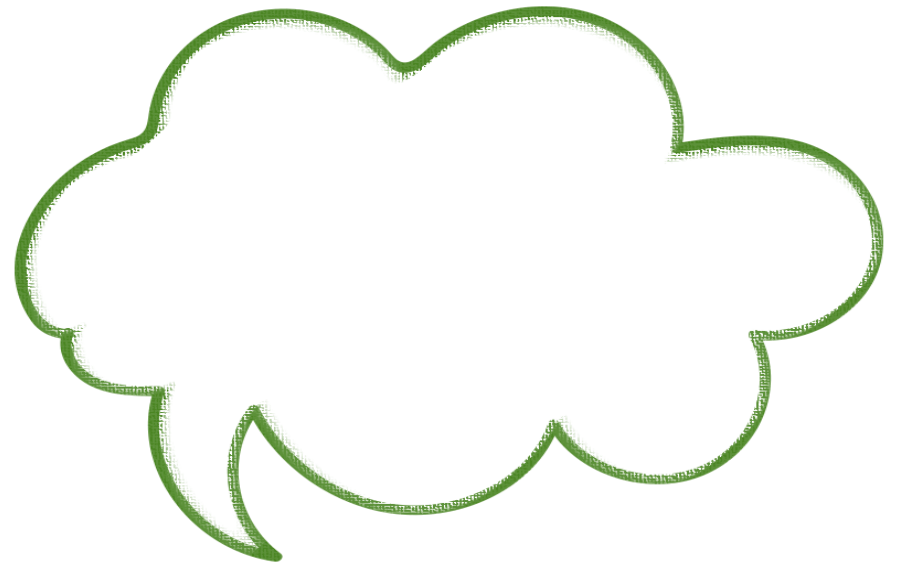
じぶん ひつよう じぶん まわ ひと せつめい りかい かつどう
*自分に必要なサポートを自分で周りの人に説明して理解してもらう活動のこと。

ひつよう つた りゆう せつめい
*どういうサポートが必要か伝えるときは、その理由も説明しよう。

びようどう ちょうせん
*セルフアドボカシーは平等に挑戦していくためのもの。

か 書いてみよう!

ほか ひと じぶん にかて つた ちから ひ だ
他の人に自分の苦手なことを伝えたり、みんなの力を引き出したりするために、
てつだ かな かい
どんなお手伝いがあったらいいかな? ふきだしに書いてみよう。



つらさを一人で抱えているあなたへ

「自分らしく生活するために、他人に理解してほしいことを伝えること」を
「セルフアドボカシー」といいます。

「その子どもにとって一番良いと思われることが社会の中で考えられなければならない」と
法律で定められています。

つまり、もしあなたが今、何かのつらさを抱えているのなら、
それはこの社会が責任を持って解決するべきものなのです。

そのためにも、どうかそのつらさを周りの人に伝えてください。

あなたの周りには、あなたが気づいていなくても、あなたの話に耳を傾け、

あなたの味方になってくれる人が必ずいます。恐れずに、自分の胸の内をさらけだしてください。

どうしても周りにはそういう人がいないと思う人は、

学校や自治体、かかりつけ医、国の窓口にご相談してみてください。



き
聴いてみてください…



曲名：とどけ

歌：Uta 作曲：Uta 作詞：Uta、かがやきく 編曲：兼松衆

歌詞原案：田中恭子（国立成育医療研究センター）、後藤遷也

イラスト：後藤裕子

制作：NHKエンタープライズ

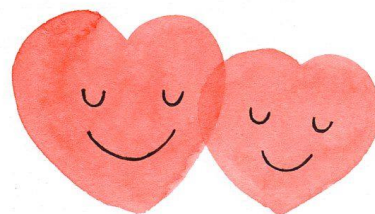
企画監修：国立成育医療研究センター

ユーチューブ ^き
Youtubeで聴くことが
できます。

<https://youtu.be/JsmFuCfdbDk>

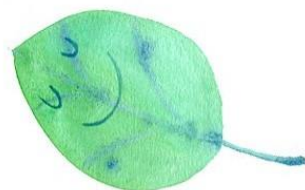


とどけ



こころの安心と

安全と



そして自信を。

体験をばねに こころをつなげて