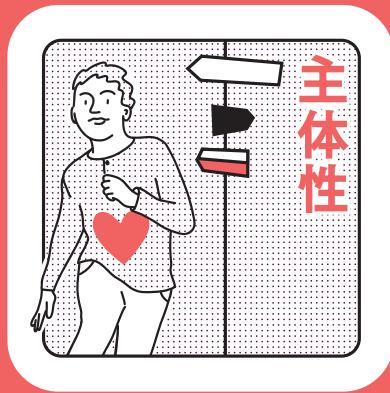


こども・若者のこころの健康をサポートするために： 日英のこども・若者からの提案



こども・若者に主体性と主導権を

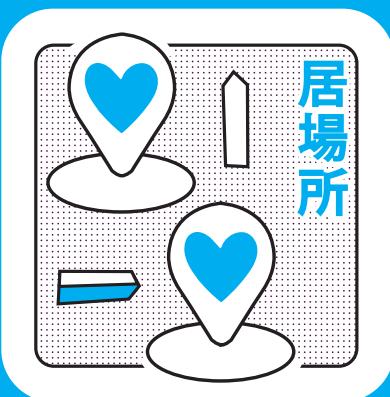
こどもや若者には、自分に影響を及ぼすことについて積極的に意思決定に関わり、自分たちの声が聴かれ、反映される権利があります。

これには、学校や地域の団体における意思決定や他の民主的なプロセスに、こどもや若者が積極的に参加することが含まれます。



信頼できる情報を提供し、 混乱や不確実性を最小限に

信頼できてアクセスしやすい情報源を学校を通じて案内することで、こども・若者たちは自分や他の人のこころの健康を支えるための確かな情報にたどり着きやすくなります。



つながりを持てる居場所や 機会を

こども・若者が他の人とつながり、意見を表明し、孤立を防ぐために、信頼できる大人とともに過ごせるスペース（例えば、コミュニティセンター、図書館、公園、遊び場）を地域社会で優先して確保する必要があります。



学校教育に個別対応と 柔軟なアプローチを

学校は、生徒のウェルビーイングを促進するためにより思いやりと共感に満ちた環境づくりをできるよう、支援されるべきです。

そのために、生徒個々のニーズに対して、出席、カリキュラム、オンライン学習、社会活動などを柔軟に調整することが必要となるかもしれません。



支援ニーズの不平等を把握し、 対応を

社会が危機的な状況のときやその後には、特に支援が必要な人々（例えば、収入の少ない家庭、ヤングケアラー、特別な学習の支援が必要なこども、家庭内での暴力の影響を受けているこどもなど）が必要なサポートを優先的に受けられるようにする必要があります。こうしたこどもたちのこころの健康やサポートの必要性を常に把握し、対応することが重要です。



これらの提言は、コロナ禍の後に、日英のこども・若者（12-21歳）により、研究結果をもとにまとめられました。