

NPO法人CAPセンター・JAPAN

私たち市民にできること

コロナと隣り合わせの毎日のなかで、
私たちはがんばっているし、
やれることはやってる。
そう思いませんか。



悩み、葛藤しながら、がんばっている
自分をまずほめていいのではないかと思います。

子どもたちも本当によくがんばっています。



学校が始まり、
少しずつ子どもたちは日常を取り戻しつつある
ように見えます。



しかし、
新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う自粛や休校で、
子どもたちが強いストレスを受けている実態が、
国立成育医療センターの調査「コロナ×こどもアンケート」
で明らかにされています。



「自傷他傷」に至ったケースも 子供の心に「コロナの傷」

「自分の体を傷つけたり、家族やペットに暴力をふるってしまう」

「最近、集中できない」—。

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う自粛や休校で、少なからぬ子供たちが強いストレスを受け、精神的な「傷」を負っている。そんな実態が、国立成育医療センターの調査「コロナ×こどもアンケート」で明らかになった。

◆75%にストレス

調査報告によると、「全体の75%に何らかのストレス反応・症状がみられた」。具体的なストレス反応に関しては、「自分の体を傷つけたり、家族やペットに暴力をふるうことがある」という回答が小学生1～3年で16%、同4～6年で10%あり、一部の小学生に精神的なケアが必要になっている実態が示された。

◆学校に行きたくない

子供たちは、新型コロナの拡大について自由回答でどんな声をあげたのか。

「コロナにかかると怖い。学校に行きたくないと思ってしまう」（11歳女子）

「どうしておとなはたくさんあつまってもいいの」（7歳男児）

「先生に宿題が多すぎるし、7時間目が大変って言いたい」（10歳女子）

◆孤独を感じる小学生も

このほか、「コロナのことを考えるといやな気持ちになる」が小学生1～3年の47%。「最近集中できない」が小学生4～6年の40%、高校生の42%にあった。また小学校1～3年の18%が「だれかと一緒にいても、自分はひとりぼっちだと感じる」と回答。中学生の66%、高校生の80%がソーシャルメディアを通じて友人との連絡を取っていた一方で、小学生は「（友だちと）会ったり連絡をとったりはしていない」が最多で、孤独感の要因をうかがわせている。

コロナウイルス禍で、DVの相談や
子ども虐待の相談対応件数の増加が
報道されていますが、家庭においてなんらかの
不適切な関わりを受けたり、緊張感の中で
過ごした子どもたちは多いと
捉える必要があります。



やっと始まった学校も新しい生活様式に
取り組んでおり、前とは違っていて、そのことに
対する戸惑いや感染に対する不安も
感じているかもしれません。



不安や孤立は、心とからだを傷つけることが
起きやすい環境を生み出します。

今こそ、予防の視点を持って
子どもたちに関わる必要があります。



今回の新型コロナウイルス感染症の世界的流行は「災害」と位置付けられるもので、心とからだのバランスを崩しやすい状況があり、支援の強化が必要です。



しかし、地域の子ども支援は
新型コロナウイルス感染防止にいくら配慮しても
感染防止の決め手がない中では、
なかなか元通りの支援が難しい状況です。



子どもたちは権利の主体です。
子どもが持っているたくさんの権利の中に
「聴かれる権利」（意見表明権）があります。

※意見表明権・・・自分に関係のあることについて自由に
自分の意見を表し、その意見が正当に重視される権利。



ところが、子どもたちは
自分が権利を持っていること、
話を聴くのはおとなの役割だということを知りません。



子どもたちは聴かれていません。

「あなたは今、何を感じているの？」

「どうしたいと思っているの？」

「どうなったらいいと思っているの？」



子どもたちは、長い外出自粛生活の中で
説明も受けないまま「～してはいけません」と
行動を規制され、
あたかも無力な存在かのように扱われてきました。
それが当たり前かのように。



子どもたちもその状況を受け入れて、
当たり前だとあきらめていないか気になっています。



そんな中では自分の感覚や気持ちに目を向けることはできないし、信じてあげることができません。

しかし、子どもたちが置かれている危機的状況を知り、予防するには、子どもたちが自分の感覚や気持ちを信じ、語ってくれることが重要なのです。



今こそ、改めて
子どもを信じましょう。



子どもたちに、

自分の感覚や気持ちを大事にしていい

と伝え続けること。



子どもたちが自分の感覚や気持ちと向き合えるようにサポートし続けること。

子どもたちに

話していいよ

話すことができるよ

と繰り返し伝えること。



予防はみんなで

一緒に取り組んでこそ効果を発揮します。



私たちは誰もが、
子どもの声を聴くおとなになることができます。
子どもの声を聴く役割を持ったおとなであることを
意識してみませんか。



自分の話を聴いてもらえることは、
子どもが自分は大切な存在だと実感し、
自分の力を信じ、回復していくことにつながっていきます。



安心して話せる場所をつくり、
「話してくれて、ありがとう」と伝え、
子どもたちが話してよかったと心地よさを
感じられる時間をつくること。



それは、次に困ったときにも相談するという
行動につながります。

どうしたいのか、どうなったらいいと
思っているのかを聴き、一緒に考えること。

家や学校以外に子どものことを考えてくれる人がいる
という心強さ、地域や社会、
何より人とつながることの心地よさを
体感することになります。



私たちおとなは、
子どもにとって必要な場所や時間を用意し、
子どもが元々持っている力を発揮できるように
サポートするという重要な役割を担っています。



コロナ禍はあなたにも影響を及ぼしています。
燃え尽き、消耗することのないよう、
ご自身のメンタルヘルスを大事にしてください。

フィジカルディスタンスが
必要な状況です。



しかし、孤立は、心とからだを傷つけることが
起きやすい環境につながっていきます。



子ども、そしておとなが

ソーシャルなつながりを強め、孤立を防ぐこと。



学校や関係機関、子ども支援の団体、
市民がつながって、
子どもを支えるネットワークを強くすること。



そうすることで、
子どもたちは守られているということを実感し、
助けあうこと、支えあうことの大切さを学んでいきます。



私たち市民にはできることがあります。

予防の視点を持って、

子どもを誰一人取り残さないために、

子どもの力を信じて、つながりましょう！



**音楽：チャイルドビジョンの歌
「ぼくの虹」**

2020年7月31日

NPO法人CAPセンター・JAPAN

私たち市民にできること

**と一緒に子どもの安心・安全のための
予防に取り組みましょう！**