



子どものトラウマの理解と支援

今年度もトラウマ治療の第一人者で、東日本大震災後の学校支援にも携わった講師をお招きしました。10歳までの子ども期のトラウマは、大人よりも些細なことで起き、小さなことでもトリガー（トラウマとなっている出来事を思い出すきっかけとなる、人、場所、物、または状況）が起こること、その症状は、抑うつ・感情調節障害・性化行動・加害者と関係を持ちたがる・自傷・他者への不信・注意欠陥・学業成績の低下など、様々な形であらわれることを学びました。また、トラウマ記憶とは冷凍保存記憶であり、トリガーによって冷凍状態から融け出して、まるで「今・ここ」で起きているかのように再体験されるのがフラッシュバックであるなど、トラウマについての理解を深めました。

トラウマ後の反応である3つのF(fight(立ち向かう)・flight(逃げる)・freeze(固まる))に注意してサインを見逃さず、「そのことについてもっと教えて」と、子どもの感情をすべて尊重し受け入れることが、支援者に求められるということを知りました。(受講者数165人)

〈研修内容〉

【講義・演習】「子どものトラウマの理解と支援」

講師 ころろとからだ・光と花クリニック

院長 白川 美也子 氏



受講者アンケートから

- トラウマに関する基礎的な理解と対応についてとても勉強になりました。(学校教職員、諸団体 県職員など多数)
- トラウマについて総論、各論、対応まで細かくきちんと学ぶことができたのは初めてです。大変勉強になりました。(学校教職員)
- 先生のお話はご自身の経験やケースなども含めていらっしゃるのとても分かりやすいと思いました。(学校教職員)
- 今まで発達障がいについての研修をいろいろ受けて、生徒と接する中で理解を深めてきましたが、これからはトラウマやストレスなども勉強していく必要があると感じました。(学校教職員)
- まだ長野では複雑性PTSDに支援者が対応できている例が少なく、専門家が少ないので今日の話はとてもありがたかったです。(一般)
- 子どもの問題行動に対して「そのことについてもっと教えて」や「あなたがそれをしたのには最も理由があるはずよね」といったような言葉がけをうまく使いながら、しっかりと子どもの声に耳を傾けたいと思いました。(学校教職員、県職員)
- 日々、子どもや保護者と関わる時に（聞き方、接し方など）活用したいです。(学校教職員、児童館職員、市町村職員 多数)
- 先生の語りからたくさんのヒントをいただき、新たな発見がたくさんありました。今日参加して良かったです。ありがとうございました。(県職員)