

北海道大学大学院教育学研究院附属子ども発達臨床研究センター
2022年度 公開講座「子どもの育ちを考える」(4/4)@2023.2.15

トラウマ体験と子どもの育ち

北海道大学大学院 教育学研究院
井出智博(福祉臨床心理学研究室)

自己紹介

井出智博 (いでともひろ)

- ▶ 臨床心理学, 福祉心理学
- ▶ 公認心理師, 臨床心理士

- ▶ 児童虐待など, 生い立ちの中で様々な困難を経験してきた子どもの心理的ケア, 自立支援
- ▶ 児童養護施設, 乳児院, 児童心理治療施設のセラピスト



<https://ide-lab.theblog.me/>



idtodoro@edu.hokudai.ac.jp

東日本大震災の後の避難所

避難してきている子どもたちが避難所の片隅で遊んでいました。子どもたちは「地震が来た～」「津波だ～」と地震が起きた場面、津波で人が流されていく場面を再現しながら遊んでいました。

それを見ていた大人たちは「そんなに不謹慎なことをするものではない！」と子どもたちを叱りつけました。

トラウマ(心的外傷)ってなに？

・トラウマ(心的外傷)

→個人が持っている対処法では、対処することができないような圧倒的な体験をすることによって被る著しい心理的ストレス

→一般的な子どもが何らかのトラウマを経験する比率はおおむね20~80%、16歳までに1つ以上のトラウマを経験する子どもは**約7割**

(国立成育医療研究センター発行『子どものトラウマ診療ガイドライン』より)



強いストレス
(トラウマ体験)



興奮状態



逆境の中を
生き延びるための反応

危機的状況に対処するための「異常な事態における正常な反応」

→通常、日常が回復されると徐々に収まり元の状態に戻るが、日常が回復されたにも関わらず、生活に支障をきたすような強い反応が継続している場合、心的外傷後ストレス障害 (PTSD) と診断されることになる

多く的人是PTSDにならずに回復するのはなぜ？

→私たちの日常にはトラウマから回復するための機会が準備されている

例えば、大切な人を失った時…(死別)

【葬儀】は死者を弔う宗教的な意味を持つ儀式であると同時に残された人(故人)が別れを受け止め、新たなスタートを切るための機会でもある(喪の作業: mourning work)

→しっかりと悲しみ、落ち込み、そしてそれを他者と**分かち合う(語る)**からこそ回復できる

・では、言語能力が十分に育っていない子どもは…？

→ある地震の後の子どもの様子: 心的外傷後遊び (post traumatic play)

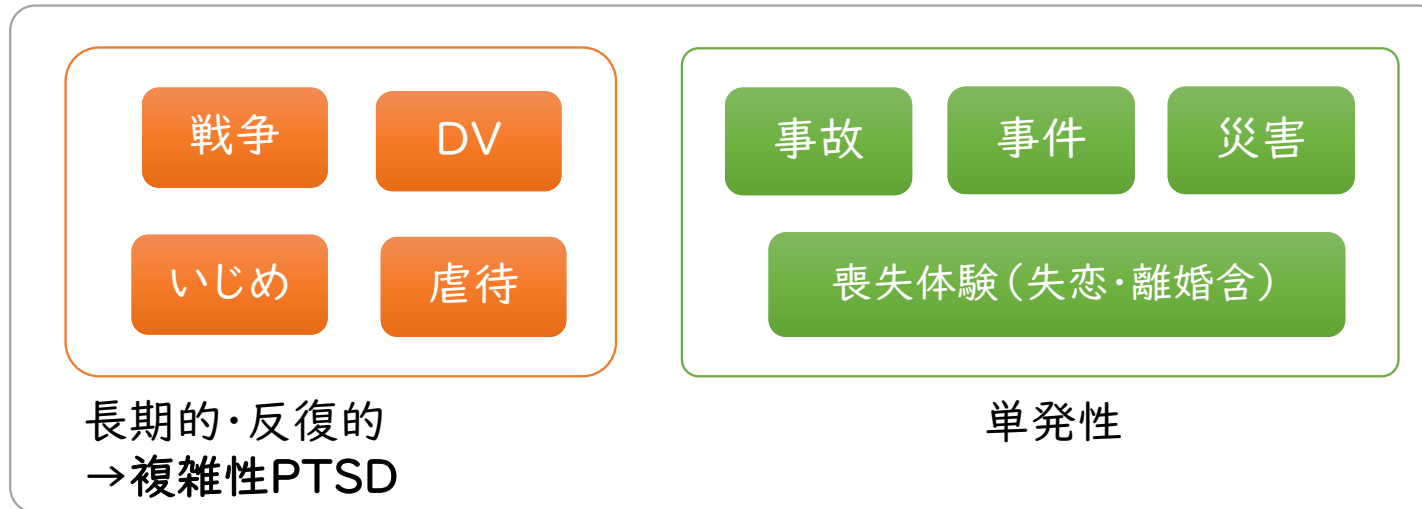
回復する機会が得られなかったりすると…

再体験症状	外傷的出来事に関する不快で苦痛な記憶が突然蘇る <u>フラッシュバック</u> や <u>悪夢</u> が繰り返されること。何かのきっかけで外傷的出来事を想起したときの、強い不安や、動悸や震え、発汗といった <u>身体症状</u> としても見られる。
回避／ 精神麻痺症状	回避症状とは、外傷的出来事について考えたり話したり、感情がわき起こるのを抑えこんだり、出来事を思い出させる場所や物事を <u>極力避けよう</u> とすること。精神麻痺症状とは、意識清明であったにも関わらず頭が真っ白になり、出来事の一部が <u>思い出せない</u> 、趣味や日常の活動に以前ほど <u>興味や関心が向かない</u> 、他人との間に壁ができたような <u>孤立感</u> を感じる、感情がマヒしたようで愛情や幸福感などの <u>感情を感じにくい</u> 、将来の <u>人生に対して前向きに考えられない</u> といった精神症状のこと。
過覚醒症状	<u>睡眠障害</u> 、 <u>いらいらして怒りっぽくなる</u> 、物事に <u>集中できない</u> といった変化や、何事にも必要以上に <u>警戒</u> したり、物事などちょっとした刺激にもひどく <u>ビクビクしてしまう</u> など精神的緊張が高まった状態。

PTSDの症状

飛鳥井望(2008)『PTSDの臨床研究 理論と実践』より

PTSDに至る可能性があるトラウマ体験



- ・受けた傷そのもの+それが癒されないことの傷
- ・長期的, 反復的なトラウマは, 単発性のトラウマに比べてPTSDになりやすく, 回復にも時間がかかる



非日常

“回復”すべき姿がある



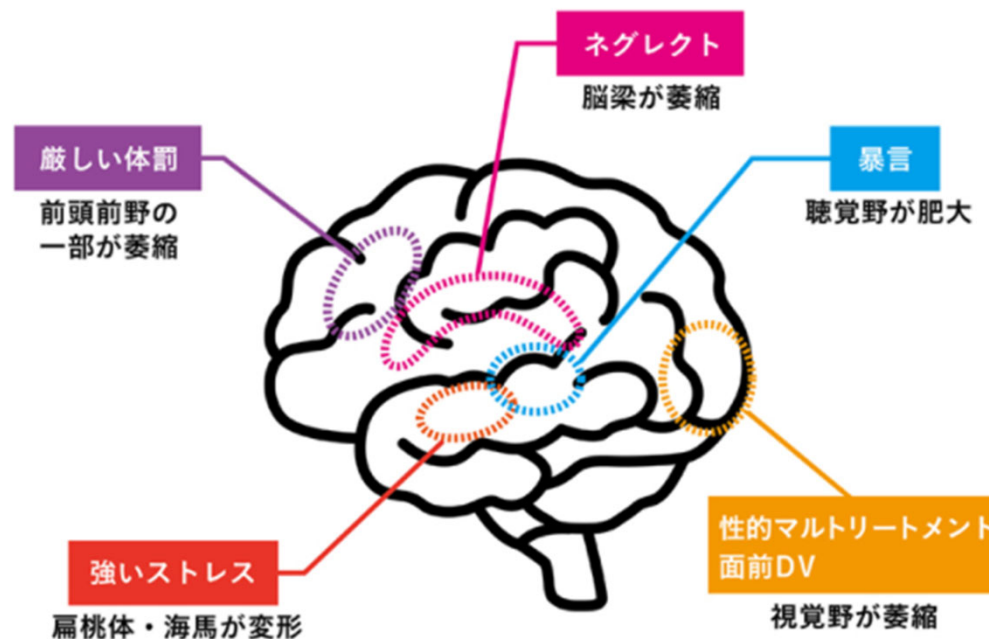
日常の生活そのもの

“回復”すべき姿が描けない



虐待は脳機能の発達にも影響を与える

- 近年の脳画像診断法研究の進展に伴い、脳科学の分野から児童虐待の影響の解明が進んできた
 - 発達期にある脳機能や神経構造に永続的なダメージを与えている
- *被虐待下に適応するための「悲しい適応」(友田)



電通報「こどもの視点ラボ・レポートNo.3」より

虐待かも と思ったら いち早く 189番へ

189番にかけると
お近くの児童相談所につながります。



こんなときにはすぐお電話ください。



私たちにできることは…？

- ・トラウマに長くさらされ続けるほど、否定的な影響は大きくなり、回復が難しくなってしまう
 - もし、みなさんの近くにいじめや虐待の被害にあっていると思われる子どもがいたら、子どもがその状況から抜け出すことができるような支援をお願いしたい
- ・トラウマの影響を受けた子どもの言動を理解できていないと、子どもを二次的な被害にさらしてしまうリスクがある
 - トラウマにさらされた子どもの反応を理解したり、回復のために必要なことについて理解したり…
 - 虐待やいじめだけではなく、事件や事故、災害、犯罪被害などトラウマ体験の影響について理解の目を向けていただけるといいなと思います。