

「いじめの後遺症」について

1 いじめは子どもの健全な成長・発達を阻害します ～ いじめもトラウマも見えにくく、関係性を分断する ～

- いじめを受けると心身に傷を負います。どれほどの傷になるのかは人それぞれ異なりますが、立ち直れないほどの傷になることもあります。
- いじめが長期化または過激化していけば、PTSD、うつ病、パニック症等の精神疾患を患い、不登校や自殺にまで追い込まれ、心身の成長・発達や将来への影響が懸念されるため、文部科学省では重大事態として捉えられています。
- いじめが解消すれば解決というわけではなく、**いじめられた子どもの心身に後遺症が残る**ことが懸念されています。
- いじめられた本人は、つらい気持ちを隠したり、思い出したくない、感じたくない(感情麻痺)、記憶を飛ばす(解離)場合もあります。
- 「何が起きているの?」という視点で理解することが大切になります。

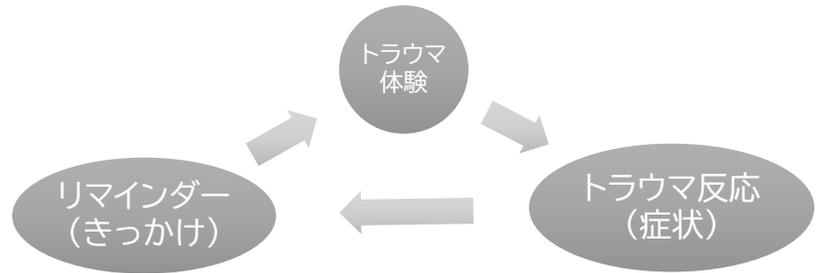
2 いじめの後遺症

いじめ(トラウマ)の特徴

- ✓ ストレス耐性が脆弱になりやすい。
- ✓ トラウマは**3F**を引き起こしやすい。(Fight:闘争、Flight:逃避、Freeze:凍結)
トラウマ体験直後に危機的な状況への防衛反応として3Fが起こるのは正常な反応。
ただし、トラウマの影響を受けると、**危機ではないのに「安全」を感じられず、危機状態であるかのように反応**してしまう。



トラウマによる反応:3F



トラウマの影響を「見える化」する三角形モデル

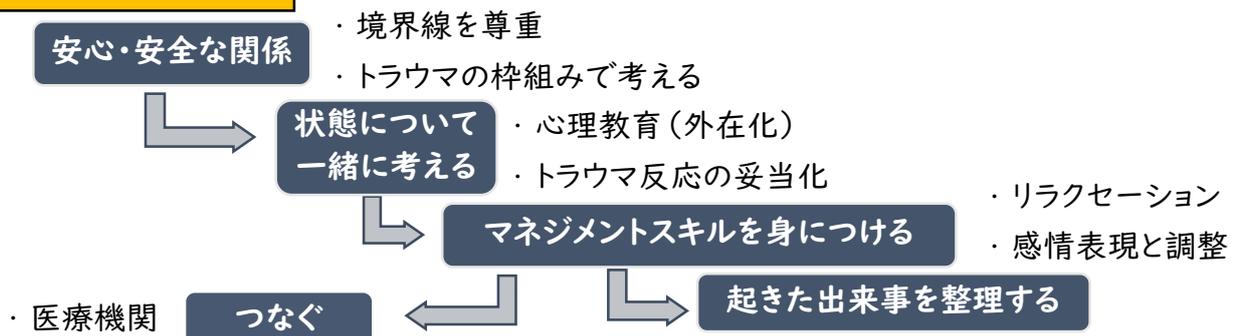
引用:野坂祐子 トraumainフォームドケア 日本評論社

- ✓ トラウマによる非機能的認知。(安全感の喪失、あきらめ、無力感、恥、敵意、自責、不信等の出現)

↓ その結果・・・

- ⇒ 自己肯定感・自尊心を著しく損ない、精神障害の誘因、自殺の直接又は間接の原因となりうる。
- ⇒ 癒されるまでの過程は長く、ことあるごとに疼き、**その時々**の刺激や対人関係の中で痛みが再燃。
- ⇒ 一定期間置いても、精神的苦痛を伴う**フラッシュバック**が生じる。

適切に対応するためには



引用:野坂祐子 トraumainフォームドケア 日本評論社

【監修】三重県SC・SSWスーパーバイザー 早川 武彦