



## 子どもとニュース

アメリカ児童思春期学会の資料に従って日本トラウマティックストレス学会が作成しました。

今回の地震では、テレビやラジオ、新聞、雑誌、インターネットでたくさんの衝撃的な映像、音声、情報が流れ、衝撃的な場面が描写されています。直接自然災害や悲惨な出来事を体験するだけでなく、それをメディアを通して見たり聞いたりすることも、子どもたちにとってストレスや不安、恐れを経験させることになる可能性があります。テレビやインターネットの発展で24時間報道が普通になっていること、リアルタイムの報道が増えていること、今までは見られなかったような詳細な映像が簡単に見られることなどで、子どもたちにニュースが影響を与える可能性は強くなっています。

またメディアが示している災害の状況は、今その子どもを取り巻く環境とは違っています。被災地の子どもの中には、今も信頼できる大人と再開できず、生存そのものが脅かされている子どももいます。原発の危機は今も続き、地震や津波の危険が去ったとは言いがたい状態でしょう。その場合でさえも、ニュースの中にある、巨大な地震や津波がそっくりそのまま、今またその子どもの居る場所に襲ってきて、大事な人を奪っていくわけではありません。大人は、今はさらなる被害が起きないように、安全になろうと努力しています。

また地震の情報をニュースを通じてだけ知っている子どもは、今は、安全なところにおり、決して一人ではありません。映像に映っている場所、場面に居るわけではないのです。けれどもニュースのなかでは地震や津波が続いています。

できれば、お子さんには続けてニュースを見せることは避けた方が良いでしょう。特に、不安の強いお子さん、低年齢で理解が困難なお子さん、発達障害のお子さんなどは避けてあげましょう。しかし、どうしても避けられない時には、親や先生、他の大人が子どもと一緒に報道を見て、そこで見聞きしたことを話し合うことによって報道のよくない影響を少なくする必要があります。子どもの年齢や成熟度、発達段階、生活経験、感受性を考えて、子どもがどのような種類の報道をどれだけ見るかよく見守り、子どもの危険を避けましょう。

生きていくために、家族のために、大人はニュースを見て情報を得ることが必要です。ただ、子どもに、家が破壊されていく様子や、津波から逃れて走る人などの衝撃的な映像を何度もくりかえし一人で見せる必要はありません。

## ニュースを見ることの影響を小さくするためのガイドライン

- ・子どもがどれだけの時間、ニュースなどを見ているか知っておくこと。
- ・報道が子どもを苦しめたり混乱させたりすることが予測されるなら、子どもとお話をするために十分な時間がとれ、静かな場所が取れることを確認しておくこと。
- ・子どもがニュースを見るときは一緒に見ること。
- ・子どもが何を聞いて何を疑問に思ったのか聞いてみること。
- ・必要な時にはそばにいて子どもに、安全を守ってあげると話し、子どもに簡単な言葉で安心を与えること。
- ・これまでになかった不眠や恐れ、夜尿、大泣き、自分の心配について話すなど、報道が子どもに恐怖や不安を与えた場合に起こる可能性のある症状を見つけること。

### 子どもの保護者が知っておくといいいこと

幼児、小中学生の子どもが、見たこと、聞いたことについて信頼できる人と話ができることは、心の安定のためにいいことです。このことによってニュースの潜在的影響を少なくできますし、自分自身の考え等を話し合うこともできます。外の世界が安全でない間は、保護者が子どもの砦です。子ども自身が安全であると感じられて、周囲の災害後の世界をよりよく理解できるようになること、それを助けられるのは周囲にいる大人なのです。

(武蔵野大学 小西聖子)