

3-4

不定愁訴への対応

H子、小学校四年生。ほぼ毎日のように保健室に来室し、体調不良を訴えてくる。休み時間に一人で来室し、「お腹が痛いです」などと訴えるが、それほど痛そうな様子ではない。腹痛の訴えが多いが、まれに手が痛いとか、足が痛いとの訴えのときもある。体温を測るなどしてみても、平熱で脈拍も正常のことがほとんど。手足の痛みを訴える場合も、訴えの箇所には腫れなどもないように見える。痛みなどの訴えはあっても、行動や様子を見る限りでは、普通にしているように思える。また、症状の原因に思い当たることがあるかを聞いてみるが、ほとんどの場合「わからない」という返事である。そのため、少しだけ様子を見て「しらくなったら、また来なさい」などと話すだけで学級へ帰している。なお、担任によれば、友達は少ないが、学級では特に問題もなく、あまり目立たない子で、成績は中の下くらいとのことである。

保健室に体調不良を訴えて頻回に来室する子どもへの対応も、養護教諭の先生にとっては、悩みの一つかもしれません。こんな事例は、どの学校にもあるのではないのでしょうか。原因もはっ

10秒

きりせず、繰り返し同じような体調不良の訴えで保健室に来室してくる場合、どんなふうに対応すれば子どもにとってプラスになっていくのか、迷うところだと思います。

体調不良の訴えが続くと、甘えたいのかもしれないなどと、心理的な要因を考えがちです。しかし、まず体調不良の訴えの陰に本当に身体疾患が隠れていないかどうかを確認することが重要です。保護者と連携をとり、病院受診を促すことが第一歩でしょう。

しかし、実際のところ、病院受診をしてもはっきりとした原因がわからず、「ストレスでしょう」「しばらく様子を見ていきましょう」などと言われるだけの場合が大半かと思われます。そういった場合に、保健室で養護教諭が心理面の支援を念頭に置いてかかわることも必要になると思われます。

事例のポイントは、体調不良についてのコミュニケーションばかりが大きくなってしまい、それ以外のコミュニケーションがほとんどなくなってしまっているということにあります。また、大人からの働きかけは、なかなか子どもの良い変化や反応につながっていないこともポイントです。つまり、大人と子どもの相互作用がうまくかみ合っていないともとらえられます。このままの状況が続いていくと、大人の側もどうしたらよいかわからない状況に陥りかねません。

体調以外の話題で声かけをする



ごく短い時間でできる対応として、ちょっとした声かけや挨拶のときに、体調以外の話題で声

かけをすることが大切です。実は、不定愁訴の訴えが多い子どもに対しては、「元氣？」とか「調子はどう？」「今日は元氣そうだね」などと、体調に目を向けたりそれを話題にするような声かけを行われることがきわめて多いものです。しかし、このような声かけは体調不良の訴えを助長してしまっています。

不定愁訴の訴えがある場合には、子どもはただでさえ自分自身の体調に目を向けてしまっています。そのため、ちょっとした体調の変化も敏感にキャッチしてしまいがちなのです。だからこそ、体調以外のことを話題にして、自分の体調から少しでも目をそらすことができるチャンスをつくってみることが必要です。

では、体調にばかり目を向けていることに対して、「体調のことばかり考えちゃダメだよ」と働きかけるのはどうでしょうか。実は、これはうまくいきません。この働きかけに反応した場合、いったん体調のことを考えてから、「体調のことを考えてはダメだ」と自分の心の動きを否定するという流れになってしまいます。余計に体調への注目が頑固になったりする危険性があります。だからこそ、体調ではない話題で、シンプルに声をかけることが大切です。そのほうがダイレクトであり、効果も期待できます。

どういった事柄で声をかけるのが適切かは、事例によって異なるでしょう。もしかすると、子どもが体調不良以外の話題を持つていない可能性もあります。つまり、自分自身の好きなことや得意なことが十分に育っていない可能性があるのです。そういう場合には、声かけをしていくとき、共通の話題づくりを念頭に置いて、声かけをすることも必要です。

30秒

例えば、朝のニュース番組の占いを話題にすることもできます。毎日の給食のことを話題にするのも良い方法です。毎日、同じ話題で声かけをすることで、子どもにとっても先生との共通の話題を持ちやすくなってきます。こういったたかかわりを通して、コミュニケーションが体調不良についてのものだけという状態から少しずつ広がっていくことが期待できます。そして、大人と子どもの相互作用が少しずつ良い方向に動き始めていくと考えられます。

なお、念のため付け加えておきますが、子どもが体調不良を訴えてきたとき、本人は何らかの支援を必要としているわけですから、体調を心配する普通のかかわりは重要です。その上で、体調以外の話題でコミュニケーションをとるようにすることが適切です。

「元気になったら顔見せてね」と働きかける

.....

ケガや体調不良の子どもは、一定の対応が終わったら保健室から教室へ帰すことがごく自然な流れです。そういう場合に「もし余計にひどくなったら保健室に見せにいで」などと、状態の悪化に備えるような働きかけをすることが多いと思われる。これは、保健室の役割上ごく自然な働きかけです。しかし、不定愁訴での頻回来室の場合には、必ずしも良い対応だとはいえませんが。体調不良についてのコミュニケーションから抜け出せないことを助長してしまっているからです。

では、どのような声かけをして教室に戻せばよいのでしょうか。お勧めは、「元気になったら顔

3分

いつ気がついたかを聞く

.....

見せに来てね」と声をかけることです。体調不良なのに「元気になったら」と声をかけることや抵抗を感じる方もいらつしやるかもしれませんが、「元気になっても顔見せに来てね」と声をかけることをお勧めします。「元気になっても」という言い方は、「調子が悪い場合にも」ということが暗示されています。そのため、体調が悪い子どもに対しても言いやすい声かけだと思えます。「元気になったら」という言い方は、「元気になる」ことが暗示されていますので、こちらのほうが良い変化につながりやすいと思われます。

どちらにしても、体調不良についてのコミュニケーションから抜け出す道筋をはっきりと子どもに示していて、そちらへ誘っている働きかけなのです。もし、子どもが「元気になったよ」と顔を見せてくれたら、体調不良についてのコミュニケーションから少しずつ抜け出す一歩になったととらえることができます。さらには、大人からの働きかけに子どもから良い反応が出てきたととらえられます。今までの停滞していた相互作用から抜け出し、相互作用の中で子どもの成長を引き出していける可能性が出てきます。

体調不良への対応の場合、まず原因や理由を聞く場合がほとんどだと思われます。腹痛の場合、食事の内容や食べすぎかどうか、身体を冷やさなかったかどうかを聞くことが多いでしょう。また、体調不良が身体疾患ではなくストレスによるとわかっている場合には、ストレスの原因を

理解しようとして、つらいことや困っていることがないかなどを聞くことも多いかと思われれます。そういった問いかけから、自分の気持ちを見つめていくことができれば、不定愁訴も少しずつ軽減していける可能性があります。しかし、なかなか意味のあるやりとりならず、対応に困惑してしまうことも生じがちです。子ども自身が理由や出来事と体調不良を結びつけて理解できていないからこそ、不定愁訴に陥っているからです。

では、どんなふう聞いていけば、意味のあるやりとりになるでしょう。その一つの方法は、いつ気づいたのかを聞くという方法です。例えば、「お腹が痛いなあって、気がついたのは、いつ頃なの？」などと聞いてみます。答えがあれば、そのとき自分や周囲の人が何をしていたのかを聞いていきます。

「いつ？」と聞くのには理由があります。一般に、人は質問されると、そのことについて反射的に考えます。「いつ？」と聞かれると、子ども自身が体調不良に気づいたときのことを考えてしまいます。体調不良に子ども自身が気づいた瞬間は、何らかのストレスが加わっている状況だと考えられます。それをはっきり思い出すかどうかが重要ではなく、考えるだけで心に変化が生じてしまうということが重要なのです。

例えば、子どもは「わかりません」と答えたとしても、それにもなって体調不良の訴えが生じてくる場合があります。その場合には、「いつ？」と聞かれたことに反応していると考えることができます。思い出したいくないのかもしれないかもしれませんが、思い出しても話したくないのかもしれないかもしれません。そんなときは、「考えるだけで、お腹が痛くなっちゃうよね」とあたたかくかわりたい

ところですよ。体調不良が何らかのきっかけ（考えること）で生じてくることを指摘しつつ、サポートするというかわりです。

時間を巻き戻してそのストレス状況の瞬間をやり直すことはできませんが、考えるだけでつらいという、今ここでの状況をサポートすることはできません。きちんとサポートされる体験を通して、少しずつ心が安定することが期待できます。

なお、ストレス状況について「いつ？」と質問することは、不快な記憶をよみがえらせることにつながります。ですから、本人にとつての安全安心な環境を確保した中で行うことが大切です。

3-5

リストカットへの支援

一子、小学校六年生。成績は中程度で、目立たないがまじめな子である。保健室には一日に数回訪れる。保健委員会に所属しているので委員会の活動でも来室するが、委員会の活動ではなく養護教諭と雑談するために来室することが多い。養護教諭との雑談では、「○○さんが、片付けをせんでん手伝わないんです」など、委員会での他の子どもたちへの不満について話すことが多く、家庭での話もほとんど聞かぬ。