

3 行動の変化

交通事故で家族を亡くした子どもにみられやすい行動の変化としては、主に以下のようなものがあります。なお、このような行動の変化は、交通事故で家族を亡くした子どもにとっては自然なものであり、特別なことではありません。

- ① 親子関係が変化する
- ② 家族との会話が減る
- ③ 家族に反抗する
- ④ 家族の関係が密接になる
- ⑤ 友人との遊びや会話が減る
- ⑥ 勉強やスポーツに没頭する
- ⑦ 気力が出ない、学校に行けなくなる
- ⑧ 勉強や仕事に集中できなくなる
- ⑨ 気持ちが落ち込む
- ⑩ 何をしても楽しくなくなる

1 親子関係が変化する

- 家族が亡くなったことにより、親はこれまでのように子どもに接することが難しくなります。家族が亡くなった不安から、遺された子どもが家を離れることを心配する親も少なくありません。
- また、自分のことよりも、取り乱している親のことを心配する子どももいます。不安定な親のことが心配で、遠方の進学をあきらめる子どもや、親子関係が逆転してしまうようなこともあります。
- 親子関係の変化の例としては、「塾や部活で少し帰りが遅くなっただけで、親がパニックになる」「遠方の大学への進学を親が認めない」「車やバイクの免許取得を親に反対された」といったことがあり、そのような親の対応を子どもが負担に感じる場合があります。

2 家族との会話が減る

- 家族が亡くなった後、子どもは親や兄弟姉妹との会話にとっても気を遣っています。亡くなった家族のことを思い出させないように気をつけたり、親を元気づけるように振る舞ったりしますが、何を話してよいのかと気を遣う場合には、会話が難しくなることもあり、家族との会話が減少することもあります。
- 特に同性の親を亡くした場合には、思春期特有の悩み等について、「お父さん（お母さん）に聞けたら良かったのに・・・」と考えることもあります。

3 家族に反抗する

- 家族が亡くなったことで親の目が子どもに向かなくなることは、よくあります。そのような場合に、子どもは親の関心を惹くために、反抗的な態度をとることがあります。このような反抗的な態度が親へのアピールであることは、子ども自身も気づいていないことでしょう。また反対に、親に心配をかけたくないという理由で、反抗したいのに反抗できないことから、良い子を演じるということもあります。

4 家族の関係が密接になる

- 家族関係については、家族が亡くなったことをきっかけに会話が少なくなる場合もありますが、反対に遺された家族の結束が固くなることもあります。
- 特に親子のコミュニケーションでは、子どもと隠さず話し合うことで、コミュニケーションがよくなることがあります。また遺された子どもと個別に食事をしたり、買い物に行くなど、子どもとのコミュニケーションの機会をつくることで、何気ない会話の中から子どもの様子がわかることもあります。
- 家族がお互いの気持ちを話しあえるようになると、事故前よりも家族の絆が強くなったと感じることでしょう。

5 友人との遊びや会話が減る

- 友人と話をすることで、触れてほしくないところの傷に触れられることがあります。そのような経験をしたくないことから、あえて友人と関わらなくなる子

どももいます。「人と関わらなければ、これ以上傷つくこともない」という考えです。

- 家族を亡くした子どもは、「楽しくしてはいけない」と思う傾向にあります。また、気力がわかないといったこともあり、そのような場合は、積極的に友人と遊ぶことは少なくなるでしょう。
- 例えば、父親を亡くした場合、「友人の家で友人とその父親がいる様子を見るのが辛い」ということがあります。母親や兄弟姉妹の場合も同じことですが、友人との関わりの中で、そのような場面を見ることを避けるために、友人の家に遊びに行くことが少なくなります。
- 家の中で1人でゲームをするなど、家に閉じこもってしまうこともあります。反対に、家にいることが辛くなり、家に帰らず一人で外を出歩くような子どももいます。



6 勉強やスポーツに没頭する

- 家族を亡くした辛さを忘れるために、勉強やスポーツに熱中し、没頭することがあります。このように何かに没頭することは、新しい人間関係ができ、友人との交流も図られるなど、辛さを乗り越えるきっかけとなったり、気持ちの支えになったりすることもあります。

7 気力が出ない、学校に行けなくなる

- 家族を亡くした後は、何かをしようと思っても気力が出ないことがあります。体に力が入らず、空虚感を感じていることから、積極的な気持ちが出てこないというものです。気力が出ないことから、学校に行けなくなる場合もあります。



8 勉強や仕事に集中できなくなる

- 家族が亡くなったショックから、勉強などに集中できないことがあります。勉強しようと思っても亡くなった家族のことを思い出し、なかなか集中できない

ことや、家族が亡くなった辛さからやるべきことが手につかないといったことが理由としてあげられます。また、記憶力が低下することや、トラウマ反応^{*}として、神経が過敏になるため集中できないこともあります。

^{*}トラウマ反応：犯罪や災害、事故などで強い恐怖を体験すると、誰もがさまざまな精神的反応をきたします。そのような場合には精神的反応が一時的なものにとどまらず、後々まで残るようになり、トラウマ（心の傷、心的外傷）を形成します。

9 気持ちが落ち込む

- 家族を亡くした子どもは、様々な辛い気持ちを抱えています。「家族を亡くした辛さ」「それまでの安心した生活を失ったショック」「家族に会いたくても会えない寂しさ」「突然交通事故で家族を奪われた理不尽さ」などがあります。このような複雑な気持ちがこころの中にあり、普段は忘れていても、ふとしたときに思い出し、気持ちが落ち込んでしまうことが多いようです。頑張ろうと思っても、このような気持ちが影響し、落ち込んでしまうのです。



10 何をしても楽しくなくなる

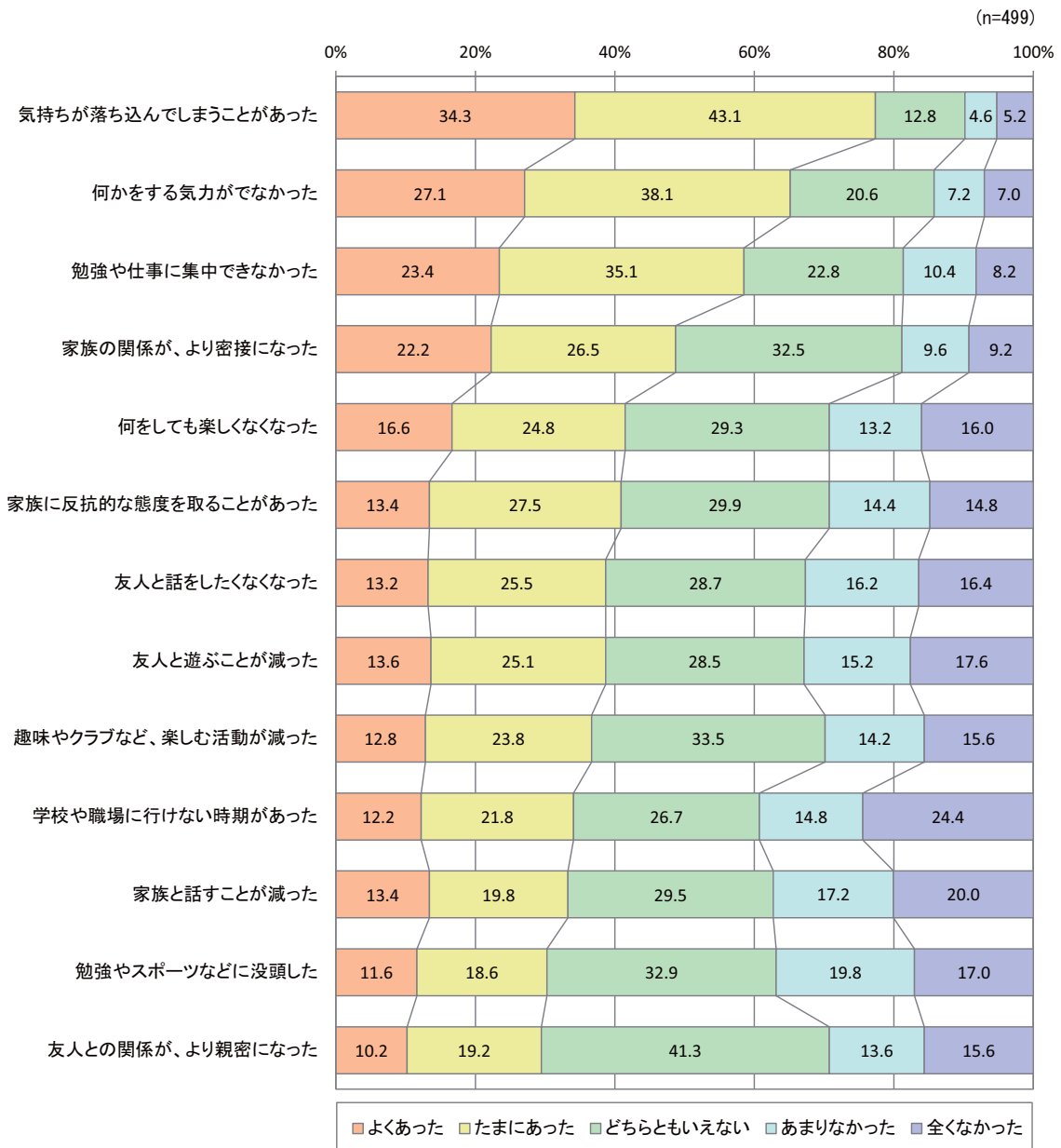
- 家族を亡くしたことで、「何をしても楽しめない」と感じる子どもは少なくありません。「いろいろなことを自粛しなければいけない」という気持ちから、積極的に楽しむことを避ける場合もあります。また、周囲から自粛するようにとがめられ、楽しむことをやめてしまうこともあります。

なお、⑦～⑩のような症状が数週間程度続く場合には、うつ病が隠れていることがありますので、児童精神科や心療内科に相談してください。

アンケート結果グラフ

グラフは、「事故後に起きた行動面での変化」についての回答結果です。事故当時の年齢や事故の状況等がそれぞれの子どもで異なりますので、全ての子どもに当てはまるものではありませんが、アンケートにおける回答数が多いものについては、比較的起こりやすい行動面の変化と考えられます。

図3 事故後に起きた行動面での変化



平成 23 年度内閣府交通事故被害者サポート事業報告書 WEB 調査結果より