

### 3 事故から数週間後の対応

#### 子どもと親自身のことを気にかける

- 事故後しばらくは、親はショックのあまり、遺された子どものことを気にかけることが難しくなります。しかし、子どもも親と同じようにショックを受け、親に自分のことをかまってほしい、自分を見てほしいと思っています。そのようなときに、親に気にかけてもらえないと、とてもさみしい気持ちになり、ひとりぼっちになってしまったという気持ちが強くなります。
- 子どもは体調が悪くても言い出せず、がまんすることがあります。また、親のほうに余裕がなく、子どもの体調変化に気づきにくいこともあります。
- 親が長期間ふさぎ込んでしまい、子どもに目が向かないようなときには、親自身の辛い気持ちを信頼できる人に話したり、カウンセリングを受診したりするなど、親のメンタルヘルスにも目を向ける必要があります。



#### 支援者の対応

支援者は、子どもの様子や親の様子を気にかけるようにしましょう。子どもは親に気を遣って、体調が悪くても言い出せない可能性があります。また、子どもが困っていても、親に余裕がなく、気づきにくいこともありますので、周囲が気にかけることが重要です。また、親自身のメンタルヘルスについては後回しになることが多いため、気になることがあれば、カウンセリング等を紹介するようにしましょう。

#### 子どもの学校の先生や習い事の先生などに理解を求める

- 子どもの学校の先生や習い事の先生に、差支えない範囲で、状況について説明しておき、要望として、例えば「以前と同じように接してもらいたい」「子どもが不安定になるかもしれないが、そのときには温かく見守ってほしい」「子どもが何か話したら聞いてほしい」「何か気づいた点があったら教えてもらいたい」等と伝えておきましょう。
- 学校の先生には、家族が亡くなってから休んでいた間の勉強面の支援をお願いし、必要であれば、スクールカウンセラーを紹介してもらうなどしましょう。



## 事故や家族の死について子どもの疑問に答える

- 事故や家族の死について、子どもは多くの疑問を持っています。それを親にそのままぶつけてくる子どももいますが、親が取り乱している様子を見て、「聞きたいけど聞くことができない」という子どもも少なくありません。「なぜ事故が起こったのか」「なぜ死んでしまったのか」「死んだらどうなるのか」など、子どもの頭の中では、疑問が渦巻いています。そのような疑問について、もし答えてもらえないならば、子どものところにいつまでも疑問が残ることとなり、不安な気持ちを持ち続けることとなります。子どもの疑問にわかりやすいように答えることは、大切なことです。
- 子どもが疑問に思うことについては、できるだけ答えることが望ましいですが、親が一人で子どもの疑問に答えることが精神的に難しい場合には、カウンセラーなど、第三者に同席してもらって伝えることが有効です。なお、その場合の第三者は、親と子どもが信頼できる人である必要があります（説明については、第3章をご参照ください）。

## 友達には事故前と変わらず接してもらおう

- 事故後、家族の関係や周囲との関係が変化する中で、友人関係が事故前と変わらないということは、子どもにとってはとても助けになるものです。事故により子どもは多くのことを喪失するため、変わらない友人がいることは支えになります。友人との遊びは、家族を亡くした辛さを忘れられる貴重な時間となるでしょう。
- 友人と事故前のように遊ぶことで、事故前の自分を取り戻すきっかけにもなります。大人は、周囲が事故前と全く変わらず平穏に過ごしていることに対して、「なんで自分だけ」と辛さを感じる傾向がありますが、子どもにとっては友人関係や日常が事故前と変わらずに存在するということが、支えになります。

### 友人・支援者の対応

事故後の子どもへの対応としては、できるだけ事故前と変わらず接することがよいでしょう。また、子どもが楽しそうに遊んでいる様子を不謹慎に思い、子どもを注意する人もいますが、その時には、そう思う必要がないことを、子どもに伝えましょう。

## 子ども達の声



- ・友人との楽しい会話が、唯一、現実逃避できました。  
20代男性（12歳のときに妹を亡くされた方）
- ・友人と変わりなく遊べたことは、大きかった。  
20代男性（11歳のときに兄を亡くされた方）
- ・友人が何も言わず一緒にいてくれたことが、ころにぽっかり穴が空いたような私に安心感をくれました。  
20代女性（17歳のときに妹を亡くされた方）
- ・学校を休んでいる間、友人がノートを取っておいてくれたり、宿題などを届けてくれたりして、とても助かった。  
20代女性（14歳のときに父親を亡くされた方）
- ・何も聞かず違う話をしてくれたことや、事故の話題に触れないでいてくれる配慮がよかった。  
10代男性（15歳のときに父親を亡くされた方）

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

## 子どもをそっと支える

支援者の  
対応

事故後、子どもは「そっとしておいてほしい」と思いながらも、さりげない気遣いを嬉しく思います。そっとしておきながらも、「困ったらいつでも相談にのる」ということは、伝えておくようにしましょう。なお、子どもが相談してきたら、「がんばれ」「しっかりしなさい」等のはげましの言葉をかけるのではなく、話を聞いて気持ちを受けとめるようにしましょう。気持ちを安心して話すことができることは、子どもの回復にとって大切なことです。



## 子ども達の声



- ・学校を休んでいる間、勉強の面で先生や周囲が気を遣ってくれた。  
20代男性（15歳のときに姉を亡くされた方）
- ・友人が何も聞かず黙って話を聞いてくれた。  
20代女性（17歳のときに父親を亡くされた方）
- ・担任の先生が奨学金の申請をしてくれた。  
30代女性（15歳のときに父親を亡くされた方）

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