

学校における 大切な人を亡くした子どもへの対応ハンドブック



国立大学法人

静岡大学

National University Corporation
Shizuoka University

ハンドブックに込めた願い

災害、事件や事故、病気、犯罪など様々な理由で大切な家族や友人を失うことを子どものうちに体験することは、その子の人生を大きく揺るがすほどの影響を与えています。

子どもたちにとって学校は多くの時間を過ごす重要な場所であり、安心で安全なところでもあります。そのため、大切な人を亡くした子どもにとって、学校での教師による支援が非常に重要になります。

このハンドブックは一連の研究成果に基づいて、大きな喪失を体験した子どもが学校でホッとでき、そうした環境の中でその悲しみが徐々に癒されていくために、先生方がどのように対応すればいいのかを示したものです。

学校での支援でこのハンドブックをご活用いただき、少しでもお役に立つことができると願っております

このハンドブックの使い方

- 病気、事故、自死、災害など、様々な理由で、家族や友人といった大切な人を喪った子どもたちに対して学校での関わりについて教師が行う対応について書かれています。
- 教師が行う対応に関する項目で、大きく4つのカテゴリーに分かれます。
 1. 「基本の対応（どのケースにも共通していると考えられる対応）」
 2. 「大切な人を亡くした子ども本人への対応」
 3. 「学級での対応（周囲への対応）」
 4. 「教師自身」
- 「★」が多いほど、「**自信がない**」と答えている教師の割合が高い項目になります。そのため、専門家に支援を求めたり、同僚と相談しながら進めたりすることが望ましい対応になります。
- 「♥」は、専門家の対象の調査で議論を重ねた項目であり、「**より丁寧な対応が必要**」であると判断されたものです。そのため、専門家と連携を図りながら、子どもに対応したい項目になります。

1. 基本の対応

どのケースでも共通していると考えられる対応について

①



これまでの学校生活に近い環境を整え、子どもがほっとできる環境を整える。例えば、災害の場合には学校再開など、日常性を取り戻す環境作りである。この環境作りのために、死別を想起させる事象をむやみに排除するのではなく、方法やタイミングを専門家に相談しながら進める。

②



その子の性格や過去の体験、さらに死別理由によっても状況がかなり異なってくるため、その理由や状況に合わせて個別적으로配慮する。

個別に対応する際には、内容やタイミング、誰が行うかといった点に検討が必要である。

③



教師自身も不安などを感じたら、寝ること、食べること、といった生活リズムを整えることや、話をすることが大事である。



1

2

3

4

④



「がんばろう」「乗り越えていこう」といった言葉を気軽に使わない。

時には励ましは必要であるが、その言葉が子どもにどう伝わるのか、子どもの気持ちに思いをはせ、タイミングなどを見極めることが大事である。

⑤



子どもの話す、泣く、笑う、怒るといった素直な気持ちを教師は受けとめる。

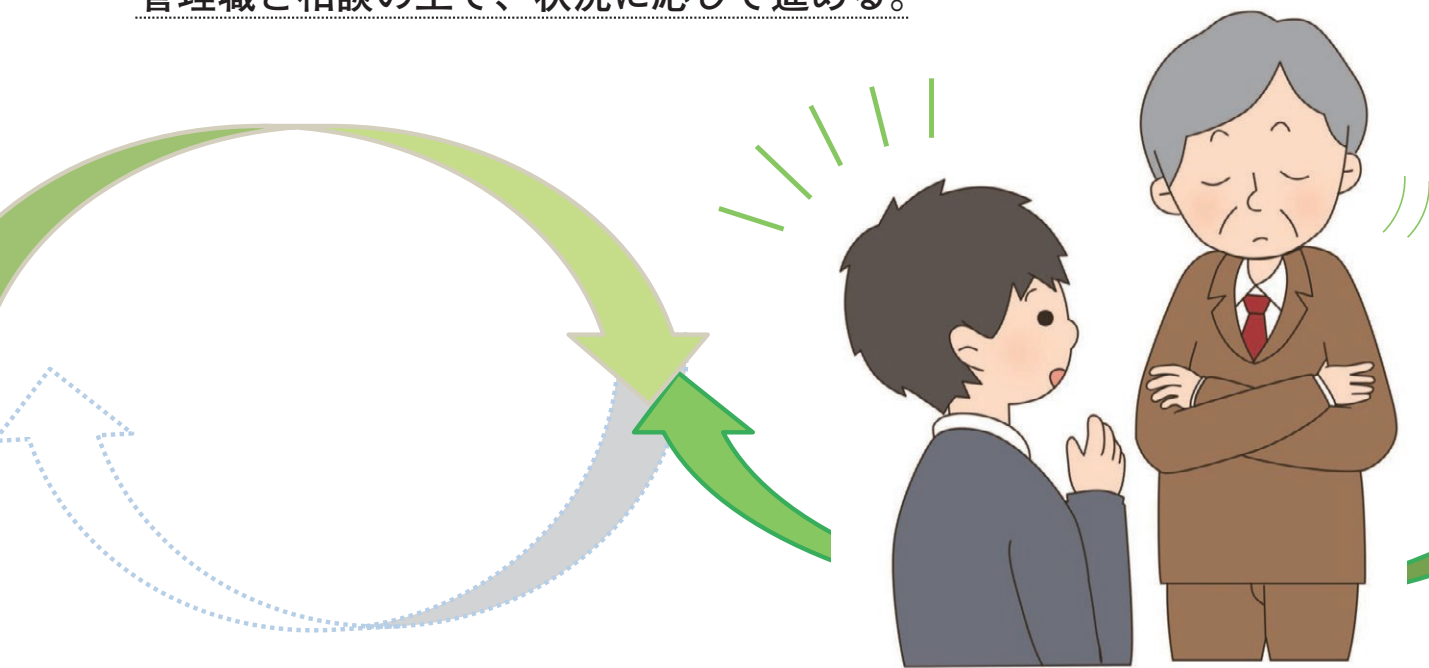


⑥



その子の情報（死別理由や、現在の子ども自身の様子や配慮してほしい点）を全教職員で共有する。

管理職と相談の上で、状況に応じて進める。



1

2

3

4

2. 大切な人を亡くした子どもも本人への対応

2-1 <基本的な対応>

①



命日など節目のタイミングでは、子どもに様々な反応が現れる可能性がある。そのため、どのような反応が現れる可能性があるかを教職員で共有し体制を整え、子どもの見守りを特に丁寧にしておく必要がある。

②



死別理由に関連することは（例えば、自死・津波）を、子どもの前で安易に使わない。

過度に避ける必要はないが、その言葉を聞いた時の子どもの気持ちを考えて使う。

③



子どもが死別を受け止めることが難しい状況の時に、亡くなった人との思い出を大切にしようになど一般論的なアドバイスを安易にしない。



1

2

3

4

④



教師は自分の死別体験について子どもに話し、励ます言葉をかけることは注意が必要である。

仮に教師自身の死別体験と子どもの体験が似ていても、内的心情には違いがある場合の方が多いため。

⑤



日常生活で何か特別な関わりをするというよりも、まずは死別体験前と変わらない関わりを続けていく。

これを基本として、状況や様子により個別の対応をする。

⑥



教師は自分の経験を基にして、「このくらいなら大丈夫」「とても辛いに違いない」と決めつけずに、子どもの状況に応じて、個別に理解し対応する。

⑦



安心できる場や人の前では、泣きたいのをがまんしたり、つらいのに普通にしたりしなくてもよいことを伝える。



1

2

3

4

2-2 <子どもが話をしていない時の対応>

①



死別体験については、子どもが話したくなるタイミングまで無理に聞き出そうとしない。



②



「何かあったら遠慮しないで先生のところにおいて」「話したくなったら、先生たちが話を聴くよ」と声をかけておく。

子どもが話をしたくなるような普段からの教師の受容的な態度が大切である。

③



タイミングを見つけ、
子どもから話しやすい
状況を設定する。

無理には話させない。



1

2

3

4

2-3 <子どもが話をしてきた時の対応>

①



子どもが話をしてきた場合、教師側が知りたい事を知るために質問することは最小限にとどめる。子どもに質問する場合には、それが“子どもを支援するために最小限に必要な情報”であり、さらに“言葉の足りない子への理解を深め、共感するため”、といった点に配慮する必要がある。また、無理に質問に答えなくてもいいように伝えておくことや、子どもの表情等にも気を配って質問することも大切である。

子どもに質問する前に、教師自身を知りたいことなのか、子どもの支援のために必要な情報なのか、という視点で考える。

②



子どもが話をしてきたら、アドバイスをするのではなく、まずしっかり聴く。

③



子どもの話がまとまっていなくても、そのまま聴く。そして教師に余裕があれば、子どもの話を少し整理しながら聴いていく。



1

2

3

4

④



途中で話をさえぎることはしない。ただし、情緒的な混乱が顕著な場合には、深呼吸をさせるなど、気持ちが落ち着く関わりを行う。

⑤



話を聞きながら、他の人の体験と比較した言葉をかけない。



⑥



教師の「こうなって欲しい」「こうあって欲しい」という気持ちを全面に出して話をしない。

子どもの負担にならないか、押し付けているような感じになっていないか、
を考えた上で話す。

⑦



子どもが事実と異なる捉え方をしている場合（例えば、私が宿題をしなかったから地震が起きて家族は死んでしまった。）には、気持ちを受けとめつつ、亡くなった原因はその子に関係していないことを伝えていく。

1

2

3

4

2-4 <日常生活での対応>

①



子どもの個性や状態に応じ、かつ無理のない範囲でクラスでの役割を与えて、孤独感を感じさせないようにする。

役割を果たそうと無理をしてしまう可能性もあるため、子どもの希望、気持ちの安定度、周囲のサポートなどの状況をふまえておく。



②



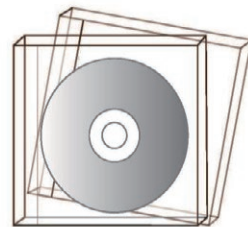
安心できる友だちと一緒にいられる工夫をする。

その友だちに負担が行き過ぎないように配慮する。

③



体験を想起させる教材を使うときには、事前にその旨を子どもや保護者に伝えることや、途中でしんどくなったら授業を抜けてもいいことを伝えるなどの配慮をしておく。またその後に子どもに声掛けするなどのフォローがあるとよい。



1

2

3

4

④



個別にゆっくり話ができるなど、悲しみを表現できる機会を設ける。

受容的な態度で接している中で、子どもから関わりを求めてきたタイミングを活かす。

⑤



日常生活で普段かわされるような何気ない会話を大切にする。



⑥



眠ること、食べることなどの生活リズムを整えることの大切さについてアドバイスする。

わかっていてもできない場合には、整えること自体がなかなか難しく、苦しいという状況に理解を示しながら専門家にも相談し対応を進める。

⑦



死別体験から引き起こされる集中困難によって学習が妨げられている場合には、個別にサポートするなどの支援を行う。



1

2

3

4

⑧



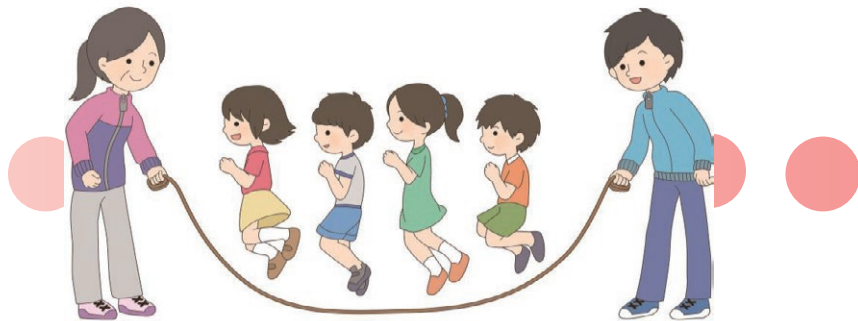
一人ひとりの死別体験の状況や相手との関係性、それによって引き起こされる気持ちや考えは異なることを理解する。

⑨



教師やクラスの友だちと一緒に遊べる時間を確保する。

子どもの発達段階のクラスの状況、子どもの心情や個性などに配慮する。



⑩



子ども本人による不謹慎な発言や、ルールを守れないなどの行動に対しては、冷静にやってはいけないことであることを伝えて止めさせることも必要である。そして、子どもの話を聴き、そうした言動をなぜその子がしてしまうのかを考える。



1

2

3

4

2-5 <保護者との連携>

①



家庭での様子を理解するため、保護者との連絡を密にする。

保護者の負担にならないような配慮と工夫が必要である。

②



家庭が経済的に厳しい場合には、子どもが希望する進路を実現するために必要な情報（奨学金、授業料免除等）を提供し、相談にのる。



③

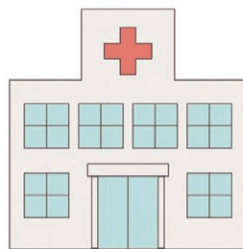


クラスの子どもに、クラスメイトのご家族が亡くなったことを伝える際は、子ども本人・保護者（もしくは遺族）の意向を確認する。

④



保護者の状況に応じて、スクールカウンセラーや専門機関といった相談窓口に関する情報を保護者に対して提供する。



1

2

3

4

⑤



子どもが不安を訴えている時は、できる範囲で一緒にいたり、子どもの話を聴いてあげる、といった家庭での対応方法について保護者に情報を提供する。

⑥



家庭生活で眠ること、食べることなどの生活リズムを整えることの大切さについて、保護者に対してアドバイスする。



⑦



子どもの家庭での様子について気になることや、
接していて困ったことがあったら、遠慮なく教師
に相談していいことを、保護者に対して伝える。



1

2

3

4

2-6<死別体験による影響について>

①



死別によって、「涙がでない」「気持ちが暗くなってしまう」など、様々な心理的な反応が起こりやすくなることを理解して支援を行う。

②



「眠れない」といった症状だけでなく、「風邪をひきやすくなる」「下痢をする」など免疫力が低下することによって現れる身体的な症状にも目を向ける。



③



死別体験後に出る様々な反応は、ごく自然な反応であるにとらえ支援を行う。

④



様々な反応は直後だけでなく、数年後に出てくる場合もあるので、長く見守っていく必要があることを理解する。

そうできるよう引継ぎ等の体制を整えておく。



1

2

3

4

⑤



死別体験は、不登校、引きこもりや非行と言った生徒指導上の問題行動と関連する可能性がある。

⑥



亡くなった人に関係した子どもや教師には、「あの時こうしておけばよかった」といった自責感や、「あの時自分は何もしてあげることができなかった」という無力感が起こりやすくなり、それに応じた対応が必要である

⑦



死別体験に起因する悲しみや不安によって、不謹慎な発言やルールを守れないと言った行動が引き起こされることもある。

死別のみならず、危機的な状況下では共通して起こりやすい行動でもある。



1

2

3

4

3. 学級での対応（周囲への対応）

①



クラスの子どもに、ゲーム感覚で「殺す」などのことばを使った話をしないように話す。

子どもたちに対して、「殺す」という言葉を言われた人やそれを聞いた周りの人たちがどんな気持ちになるのかを考えさせる指導を普段からしておく。

②



クラスの子どもが、不謹慎な発言やルールを守れないなどの行動をしたときは、やってはいけないことを冷静に伝えて止めさせることも必要である。

行動を止めたのちに、しっかり話を聴くということが大事である。

③



事実や状況があいまいな中で、教師は憶測で話しをしない。

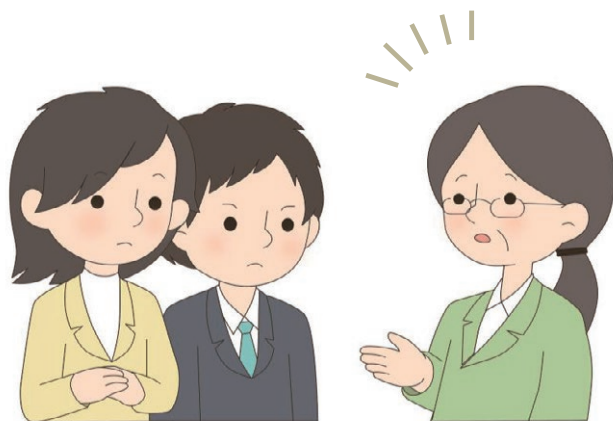
安心安全が揺らいだとき、不信感は強まりやすいため。

④



過去に死別体験を経験した子どもを把握しておく。

無理なく可能な範囲で。



1

2

3

4



⑤

しんどい思いをしている子がほっとした気持ちで生活できるクラス作りを日々行うことが基本である。

⑥



クラスの子どもに伝える時は、
教師は落ち着いた態度で、ゆっ
くりと話をする必要がある。

状況に応じて、担任が一人に対応するのでは
なく、学年主任や養護教諭、あるいは専門家
等がクラスの様子を確認しながら伝えるなど
の配慮も必要である。



⑦



クラスの子どもに伝える時は、子どもたちの表情をよく見ながら話をする。

⑧



クラスの子どもに伝える内容は、事実関係がはっきりしていることで、かつ子ども本人・保護者（もしくは遺族）の意向をふまえ、文言についても了承が得られることが必要である。

子どもたちの発達段階にあった表現を用いることも大事である。

1

2

3

4



⑨

教師は、子どもの元気ができるように、クラスの雰囲気
を盛り上げようとしたりして、無理に頑張る
必要はない。

無理は続かないので、ほどよく頑張れる範囲で



⑩

自分や友だちのことで気になることや、困ったこと
があったら、いつでも教師に相談していいことを、
子どもに伝える。

養護教諭、管理職、学年主任といったチームでの相談体制を整えておく。

11



命日などの節目のタイミングでは、クラスの子どもに様々な反応が現れる可能性があるため、子ども1の見守りを特に丁寧2にしておく必要がある。

チームでの見守り体制を整えておく。

12



日頃のクラスでの遊び、作業、学校行事などを通じて、“ひとりじゃない”と感じる関わりを大切3にしていく。

何かがあったから始めるのではなく、普段からの関わりを大事にする。

1

2

3

4

⑬



死別体験を直接体験していなくても、体験した友だちからの話を聞いたりして、子どもの気持ちが揺れたり不安定になったりする可能性があることを理解する。

⑭

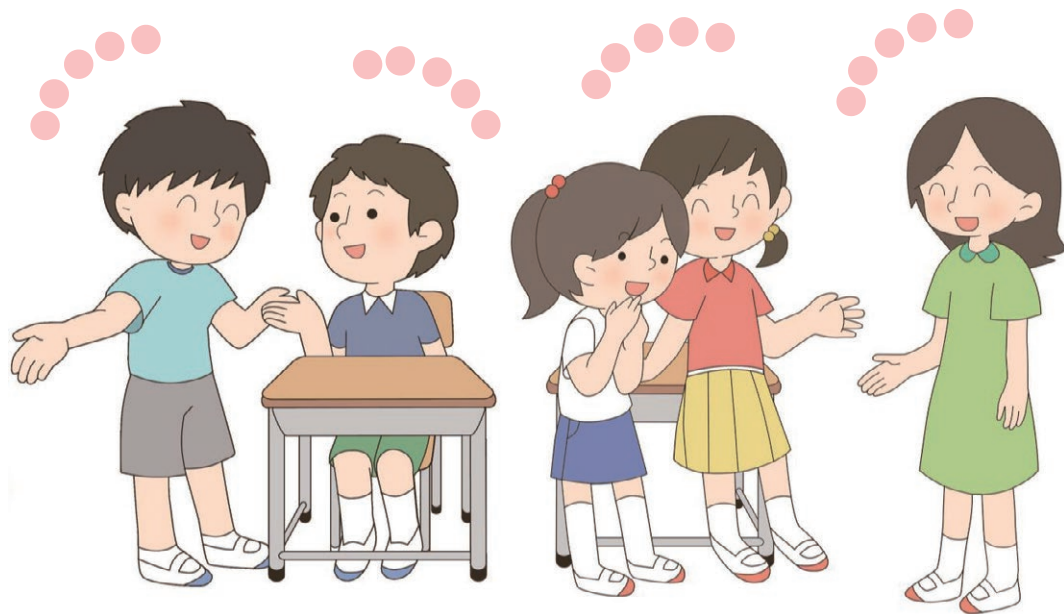


クラスの子どもたちが落ち着かないなどクラス全体にも影響が出ていると感じた場合には、子どもたちに今までと同じように生活するのでよいと伝え、教師もできるだけ今まで通りに学級経営を行う。

15



クラスの子どもには、死別体験をした子に対して、今までと同じように話したり、接したりしていいと伝える。



1

2

3

4

4. 教師自身

①



対応を進めていく時に一人で抱え込まず、同僚とのチームによる援助で支援を行っていく。

②



子どもに接する前に（特に事実を伝える時に）、落ち着いて話ができる状態であるかどうか自分の気持ちを理解しておく。



③



教師は自分の心が落ち着いていない時には、同僚やスクールカウンセラーなど自分が安心して話せる人に、迷いや戸惑いなど、思っていることを話すことが大事である。

④



教師自身も、不安、怒り、悲しみなど自分の中にどのような感情があるかということに気付いていることが大事である。



自分の感情に正直であることと、それを正直に表現することには区別が必要である。

1

2

3

4

⑤



1日1回はリラックスタイムをとる（お風呂、仮眠、趣味など）。

⑥



不安な時、なかなか眠れない時に、お酒に頼りすぎないようにする。

飲酒だけがストレス解消法にならないように注意する。



学校における大切な人を亡くした子どもへの対応ハンドブック

発行日 2015年12月

作成

小林朋子 (静岡大学教育学部)

茅野理恵 (信州大学教育学部)

イラスト・構成協力

高橋智子 (静岡大学教育学部)

鈴木美桜 (静岡大学教育学部 学生)

村田麻衣子 (静岡大学教育学部 学生)

協力

徳田克己 (筑波大学)

発行

〒422-8529 静岡県静岡市駿河区大谷836

静岡大学防災総合センター

このハンドブックは、大切な人を亡くした子どもに対する教師の対応について、学校臨床に携わった経験のある専門家や小中学校の先生方の意見を集約した研究成果に基づいて作成されています(文部科学省科学研究費基盤研究(C) (課題番号：23530850 研究代表者小林朋子)。

I N D E X

1	基本の対応（どのケースにも共通していると考えられる対応）	p.2-5
2	大切な人を亡くした子ども本人への対応	p.6-29
3	学級での対応（周囲への対応）	p.30-37
4	教師自身	p.38-40

