

2011 年 3 月 11 日、突如多くの人の当たり前の日々を奪った東日本大震災。想定外の複合的な被害を及ぼし、大人が生活復興に奔走する一方で、被災した子どもたちは突然変わった世界をどう受け止めるだろうか。これは、児童精神科医が被災地での対話を通じて、災害が子どもに与える影響と彼らを支える大人の適切な関わり方を考察した本である。

被災直後、子どもにとって最も重要なことは、身体的な安全と周囲の大人が傍ににいることによる安心感の確保だ。初期の「ハネムーン期」には一見元気に見える子どもも多いが、これは被災での苦しみを悟られまいとするころの裏返しである。以前より甘えたり、落ち着きがなくなったりなどの急性ストレス反応を見せる子もいる。これはわがままではなく、強い不安の表れである。大人は子どものストレスを肯定的に理解し、受け止める姿勢が不可欠だ。被災から時間が経つと、温厚だった子が攻撃的になったり、黒いクレヨンで絵を塗りつぶしたりするなど多様な症状として表れる。このようなサインに対し、大人が頭ごなしに叱ることは避けるべきだ。それは子どもに自分の存在が拒絶されたと感じさせ、感情の抑圧につながるからだ。子どもの存在価値を確信させることが、ころの回復の第一歩となる。本書は、子どもに対する大人の対応が、彼らの未来を左右するという事実を認識する必要があると強く訴える。そして大人には、これから生きる子どもたちのために何ができるか継続的に考え、行動する責務がある。

本書の価値は、児童精神科医という専門的な立場から、子どものころの SOS を言語化している点にある。「ハネムーン期」や「急性ストレス反応」といった専門用語、そして「黒いクレヨンで絵を塗りつぶす」といった具体的なサインは、曖昧になりやすい子どもの不安を周囲の大人がイメージしやすい。これは、現場での対話に基づいた現実的な教訓であり、大人が子どもの行動をわがままや甘えとして見過ごすことなく、ストレスによる症状として肯定的に理解する助けになるだろう。「子どもに対する大人の対応が子どもたちの未来を左右する」という言葉は被災地のみならず、一般的な子育てや人間関係においても核心を突くものだ。特に、子どものストレス反応を叱ることが存在の拒絶につながり、深いトラウマを引き起こすという指摘は耳が痛い。周囲の大人が子どもたちの安全地帯になることの重要性を思い知らされる。

本書は、東日本大震災などの災害からの学びをもとにしているが、その考えはいろいろな災害や学校現場、家庭内の問題など、子どもが直接関わる様々な危機に応用が可能ではないだろうか。そして、この学びを学校や地域コミュニティといった社会全体で、継続可能な子どもの支援をどのように確立していくべきか。これは、私たちにこの課題を託し、思考と行動意欲を掻き立てられる本である。

審査委員による講評

経済学部准教授 西村 嘉人

評者は、児童精神科医が被災地での経験に基づいて子どもの心理的反応と大人との関わり方を論じている『災害と子どものころ』を取り上げ、本書の内容を丁寧に追い、災害の経験を学校現場や家庭内の問題へと応用可能な知見として位置づけ、「子どもに対する大人の対応が未来を左右する」という核心的なメッセージを読み解いている点は高く評価でき、この書評は優秀書評賞に相応しいといえます。しかしながら、本書が主張する内容について、無批判に受け入れており、評者による独自の視点や批判的検討が十分になされていない点が、この書評の惜しいところです。