



- #### 子どものストレス反応の特徴① 身体化
- 腹痛
  - 頭痛
  - 胃痛
  - 吐き気
  - 不眠・悪夢
  - 食欲不振・過食
  - じんましん
  - アレルギー症状
  - 過呼吸
  - 夜尿・夜驚・頻尿
- ©2012NMSCSC

- #### 子どものストレス反応の特徴② 退行
- わがままに見える言動
  - 幼児語・吃音
  - 年齢不相応な甘え
  - 夜尿
  - 親や教師にべったりする
  - ひとりで寝られない
  - トイレの扉を閉められない
  - 暗がりをおそれる
  - 生活習慣の乱れなど
- ©2012NMSCSC

- #### 子どものストレス反応の特徴③ 自責感
- 自分のせいで出来事が起こったのだと思う
  - 自分が出来事を引き起こした(防げなかった)
  - 自分は何もできなかった、これからもできない
  - 自分はもう回復なんてしない、してはならない
  - 将来にわたって、いいことなど起こるわけがない
  - いい子のなふるまい(過剰適応)
  - 自傷行為
  - など
- ©2012NMSCSC

- #### 危機後にみられる児童生徒・学級の様子①
- 落ち着きがなくなり、いつもそわそわしている
  - すぐに泣いたり、不安になったりして、教職員のそばから離れようとしな
  - 言葉づかいや態度が乱暴になり、すぐにカッとなり、大声を出したりする
  - 妙に元気そうに見えたり、テンションが高く、はしゃいだりする
  - 何度もトイレに行ったり、体調不良を訴えて、保健室に行くことが増える
- ©2012NMSCSC

- #### 危機後にみられる児童生徒・学級の様子②
- 食欲がなく、給食を残す
  - 友だちと遊ぶことが少なくなり、ひとりぼっちで過ごしたり、学校を休みがちになる
  - ひとりで登校や外出ができなくなる
  - 学習でミスが増えたり、ぼーっとしていたり、忘れ物が増えたりする
  - 片付けや掃除ができず、教室の中が乱雑になったり、学級の雰囲気が悪くなったりする
- ©2012NMSCSC