お子さんをお持ちのご家族の方へ

普段と違う環境で暮らす中で、お子さんに次のような影響が見られることがあります。

乳幼児の場合

- *赤ちゃん返り(指しゃぶり、おもらし等)
- *親が見えないと大声で泣いてパニックになる
- *物音に過敏になる

児童~思春期の場合

- *物音に過敏になる
- *以前できていたことができなくなる
- *食欲がない、または食べ過ぎる
- *遊びや勉強に集中できない
- *人との接触を避ける
- *自分のことより人のことを心配する

このような心の

変化は決して驚く

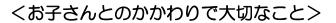
ような反応では

ありません。

ほとんどの変化は

時間とともに回復

していきます。



できるだけお子さんを1人にしないでください。

怖かったことや悲しかったことをゆっくり聴いてあげてください。

痛いところがあると言う時は、さすってあげてください。

<u>変化が長引いたり、気になることがある時は、</u>まずは家族や知り合いなどの身近な人や、保健師などに相談しましょう。

お住まいの市町村や保健所、青森県立精神保健福祉センターこころの電話(017-787-3957)でも、ご相談できます。

青森県立精神保健福祉センター