

CLS から、お父さん、お母さんへ

～子どもを病院へ連れて行くときのヒント～

子どもが気持ち良く医療にかかるためには、大人とは違う工夫が必要です。子どもを迎える病院やスタッフが用意しておかなければならない設備や手順における工夫はもちろんですが、それだけではありません。子どもに付き添われるお父さん、お母さんたちが、ほんの少し心掛けることで、子どもの助けになる工夫もあります。ここに、いくつか紹介してみます。

・子どもに伝えてから行く

病院へ行くときは、子どもに伝えてから行きましょう。その体験が子どもにとって初めてなら、病院とは、どんなところなのか、どんな人にとって、どんな物が見えるのか、どんな良いことがあるのか、そこで何をして帰ってくるのかというふうに、子どもが体験することを具体的に話しておきます。また、病院に着いてからも、どの人が何をしてくれる人なのかを紹介したり、いま何をしているところなのかを説明したりするようにします。子どもなりに、自分の身に起こることを知っていれば、ドキドキしながら過ごすことが少なくなります。

・子どもが考えていることを聴く

病院へ行くと伝えると、子どもが嫌だと言うこともあるでしょう。でも、それはなぜですか。子どもには、子どもの理由があります。子どもにとっては切実な理由です。

例えば、「その日は〇〇くんと遊ぶ約束をしているのに、約束を破ってしまう」と、病院が嫌なわけではないことがあります。あるいは、病院で人が死んでいるテレビを観て、「死にたくないから、行きたくない」と、病院を間違っただけのことかもしれません。まず、本当は何が嫌なのかを知ることが大切です。

・嘘をつかない

子どもが泣いたり怒ったりすると、「痛くないよ」「何もしないよ」などと、とっさに嘘をついてしまうことがありますか。一生懸命に宥めようとする大人の必死さも分からないではありません。ところが、子どもにとっては、「嘘つき！信じられない！もう言うことなんか聞かない！！」という具合になってしまうことがあります。その嘘のあと、本当に痛くも痒くもないことを前にして、大人の「痛くないよ」を信じられず、ビクビクしてしまうこともあります。子どもの助けになるためには、子どもとの信頼関係は絶対に壊してはなりません。

・場面に応じた玩具を用意する

気が乗らないときには、子どもの馴染みの玩具を用意しておくると便利です。玩具の種類は、2つ、考えましょう。

1つは、アッと目をひいたり、ビックリ驚いたり、ウンと考えてしまったりするもの。音や光の玩具、しかけ絵本、まちがい探しなどが、その例です。緊張が高まったときに、つい気を取られるものがあると、頭のなかが不安や恐怖でいっぱいになることを防げるのです。

もう1つは、長時間を楽しく過ごせるもの。順番を待つ時間は、ただ待っているのは退屈で、静かにしなさいと叱られた子どもにとっては苦痛にもなりますが、過ごしかた次第で、病院での楽しい時間にすることもできるからです。ぬりえ、パズル、旅行用ボードゲームなど、親子で遊んでみてはいかがでしょうか。

・具体的な言葉を使う

「頑張れ！」「大丈夫！」「すぐ終わる！」「ちょっとチクッとするだけ！」「ちゃんとしてたら帰れるから！」…よく大人が使う言葉です。では、子どもは、何を頑張れば良いのでしょうか。何が大丈夫なのでしょう。 “すぐ”はどれくらいで、“ちょっと”はどれくらいなのでしょう。 “ちゃんと”は、どうすることをいうのでしょうか。

どのように頑張れば良いのかが具体的に分からなければ、「頑張れ！」は役に立ちません。

何か頑張らなくてはならない大変なことがあるんだと、かえって緊張してしまうこともあります。「大丈夫！」についても、同じことです。

また、“すぐ”というのも、1分なのか、10分なのか、あるいは、まだ小さな子どもなら、テレビのコマーシャルくらいなのか、サザエさんくらいなのか、子どもが想像できるようにして話す必要があります。“ちょっと”“ちゃんと”といった程度を表す言葉も、子どもに馴染みのあるものを引き合いに出して話すと良いでしょう。

・子どもが選ぶ

子どもも、自分の知らないところで勝手に話が進んでしまっているのは、気持ちがついていきません。子どもの身に降りかかる出来事には、出来る限り、子ども自身も参加できるようにしましょう。特に、自分で選ぶという行動は、子どもが自分で自分をコントロールできている気にさせてくれ、それが安心につながります。例えば、処置のときに持って行く玩具はどれにするか、絆創膏は何色にするか、といったように、子どもに聞いて決めるのです。

ただし、この“選ぶ”ことと間違えてしまいがちなのが、イエス・ノーが答えとなる質問です。「(大人) お熱はかってくれる？」→「(子ども) いや。」→「(大人) だめ、はかって。」とは、よくある遣り取りです。子どもは、聞かれたから答えたのに、その答えを採用してもらえません。子どもに質問するときには、注意が必要です。

・正直に話す

もし病気が分かったら、子どもにも、身体がどうなっているのか、また、これからどうすれば良いのかを説明し、一緒に立ち向かえるようにしましょう。このとき、特に大切なのは、病気そのものや、検査、治療は、子どもが何かをしたことに対する罰ではないこと、誰かのせいではないことを念押しすることです。普段から、「言うことを聞かなかったら注射してもらおうぞ!」「悪い子は病気になるぞ!」などと脅かして、誤解を与えないようにしておくことも、心掛けたいところです。

・前向きな内容で伝える

最後に、病院のことを子どもと話すときは、大人が満足する内容ではなく、子どもが知りたいこと、知っておく必要のあることに絞って話すことを付け加えておきます。子どもに話すといっても、必要がないのに、不安や恐怖をあおるだけの難しい内容を話すことはありません。子どもの目を見て、仕草を見て、気持ちを考えて、その子どもに本当に必要な内容を選びましょう。

また、同じ内容でも、前向きな言葉で終わると良いでしょう。「薬を飲まないで病気が治らないから学校に行けないよ」ではなく、「薬を飲んで病気を治して学校に行けるようになるよ」。少し、やる気が出ませんか。

子どもを病院に連れていくときに出来る工夫を紹介してきました。困ったとき、ヒントにしていいただければと思います。

チャイルド・ライフ・スペシャリストは、目の前にいる子どもについて、年齢、性別、興味、表現や理解のしかた、人や物との関係の結びかた、これまでの経験など、できるだけ色々な角度から知るようにして、関わり方を決めています。子どもによって、必要なことが違うからです。ここに挙げてきたヒントが当てはまらない子どももたくさんいます。そんなときは、また改めて、その子どもが見ていること、聞いていること、思っていることを考えて、別の対策を考えるのです。

その子を一番よく知っているのは、その子と普段から一緒に過ごしている大人たちです。今のその子の気持ちにとって必要なことは何か、大切なことは何かを思い浮かべてみてください。きっと良いアイデアが生まれると信じています。