

子どものSOS 3つの防衛反応

《怒り・悲しみ・不安》などの不快な感情を安全に抱えられない。
= 適切な言語表現とつながっていない。

『逃げる』防衛スタイル

不安や罪悪感・劣等感・困惑などを抱えきれず
その事実から「逃げる」気持ちを行動で表現

- ・ウソをつく。他人のせいにする。
- ・嫌な事は考えないで楽しい事だけする
- ・学校、家から逃げる。



『たたかう』防衛スタイル

「うるせー」「くそばあ」「あっちいけ！」など
不安・劣等感・困惑を暴言で表現

- ・にらむ、暴言を吐く、家庭内暴力
- ・戦わずにはいられない
- ・孤立は嫌なので、さらに乱暴になる



『固まる』防衛スタイル

大事に育てられてきている子どもに多く、大人が扱いやすい
「良い子」となり、何も表現しない

- ・親や周りの人の感情を読みとり、自分の感情に蓋をして感じないようにする
- ・いじめ、自傷行為、爆発的暴力行為

SOSの時 3つの防衛反応

交感神経

『逃げる』防衛スタイル

不安や罪悪感・劣等感・困惑などを抱えきれず
その事実から「逃げる」気持ちを行動で表現

- ・ウソをつく。他人のせいにする。
- ・嫌な事は考えないで楽しい事だけする
- ・学校、家から逃げる。

『たたかう』防衛スタイル

「うるせー」「くそばばあ」「あっちいけ！」など
不安・劣等感・困惑を暴言で表現

- ・にらむ、暴言を吐く、家庭内暴力
- ・戦わずにはいられない
- ・孤立は嫌なので、さらに乱暴になる



背側迷走神経 複合体

『固まる』防衛スタイル

大事に育てられてきている子どもに多く、大人が扱いやすい
「良い子」となり、何も表現しない

- ・親や周りの人の感情を読みとり、自分の感情に蓋をして感じないようにする
- ・いじめ、自傷行為、爆発的暴力行為

