



子どもを健やかに育てるために・・・

子育てをしていると、子どもが言うことを聞いてくれないで、イライラすることがあります。最初は冷静に話していても、「ぜんぜんわかってないんじゃないの?」とか「何度言ったら通じるのよ・・・」と、つい感情的になって怒鳴ってしまうこともあります。こういった、言葉による脅し、威嚇、罵倒、あるいは無視する、放っておくなどの行為、つまり、「虐待とまでは言い切れませんが、大人から子どもに対する良くない関わり」のことを、『マルトリートメント (maltreatment)』と呼びます。『マル (困った)・トリートメント (扱い)』で、日本語では『不適切な養育』と訳されています。

大人側の意図に関係なく、行為そのものが不適切であると思われる行為、例えば子どもへの過干渉や、子どもの前で繰り広げられる激しい夫婦喧嘩なども、マルトリートメントと見なされます。さらに、「放任主義」という言葉を、子どもに自由を与える慣習的な教育方針として見るがありますが、子ども自身が自分の力で安心・安全な環境を保てないという場合は、大人が責任も持って子どもを守る義務があると考えられますので、場合に



よっては不適切だと言えるでしょう。

日々、子どもと接する中で、こうしたマルトリートメントが全くないというご家庭は、少ないのではないのでしょうか。しかし、マルトリートメントの強度や頻度が増した時、子どものこころが傷つき、成長過程の脳において、その発達に深刻な影響を及ぼすということを見逃すことはできません。体罰により、学びや記憶にかかわる前頭前野が萎縮すると言われていいます。同様に言葉の暴言によって、聴覚野 (声や音を知覚する部位) が変形 (肥大) してしまいます。親としては、愛の鞭のつもりだったとしても、子どもには目に見えない大きなダメージを与えているかもしれません。

また、アメリカの疾病予防管理センターの調査によると、子ども時代のマルトリートメントにより健全なこころや神経の発達が損なわれることで、将来、次のような障害を抱える可能性が指摘されています。

- 社会的障害 (対人関係に苦しむようになる)
 - 情緒的障害 (意欲の消失・集中力の低下
・うつ症状の発現)
 - 認知的障害 (認知機能がなかなか上がらない)
- さらに、気分障害や不安症など、さまざまなこころの疾患が引き起こされる要因になると報告されています。

子どもと向い合うポイント

Point 1

子育てに

体罰や暴言を使わない

一見効果があるように思われますが、子どもは恐怖によって行動しています。自分で考えて行動した姿ではありません。

Point 2

子どもが親に恐怖を持つと

SOS が伝えられない

親に気に入られるように、親の顔色を見て行動するようになります。また、恐怖を持つ親に対しては、心配ごとを打ち明けられなくなります。また、親のことを心配する子どもも同様です。

Point 3

爆発寸前の

イライラをクールダウン

子どもが言うことを聞いてくれない時に、イライラすることは誰にでもあります。しかし、疲れて、もともと抱えているストレス度が大きいと、子どものちょっとした行動をきっかけにイライラが爆発してしまうことがあります。

クールダウンする自分なりの方法を見つけておきましょう。

Point 4

親自身が SOS を出そう

子育てを一人で抱え込んでしまう「孤育て」になってしまうと、ストレスフルになります。家族に分担してもらったり、支援サービス利用の検討を視野に入れたりするのもいいかもしれません。子育ての苦労を分かり合える友だちもできるといいですね。

Point 5

子どもの気持ちと行動を

分けて考え、育ちを応援

子どもは大人のミニチュア版ではありません。まだ成長途上であることを意識していないと、つい言うことを聞かせようとして、必要以上に強い指示を与えたり、逆に甘やかしたりしがちです。

子どもの気持ちに寄り添いながら、前向きに育てていきましょう・・・。