

## 第11回心の相談コロキアム：親と子の応答関係

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2021-09-27 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 高橋, 依子 メールアドレス: 所属:
URL	<a href="https://osaka-shoin.repo.nii.ac.jp/records/4552">https://osaka-shoin.repo.nii.ac.jp/records/4552</a>

## 第11回 心の相談コロキウム

### 現代の子どもと家族の問題 ―その対処法は―

### 親と子の応答関係

高橋 依子

心理学部臨床心理学科教授・カウンセリングセンター長

昨年は大きな自然災害があり、その中で家族の絆、人の絆というものの大切さが話題になりました。反面、家庭の中のトラブルが、家族間の傷つけあいや、時には殺人、自宅への放火などの大きな問題になったりしています。家族、その中でも親子は、密接な結びつきがあるために、心の一番のよりどころとなりますが、もし何かのことで行き違いが起ると、ずれが大きくなり、問題の元になってしまうことがあるのです。私は、親子の関係が最も大切だと思われる、幼少期の親子のあり方に焦点をあてて、この時期にはどのような支援が必要かを述べていきたいと思います。

親と子の関係の始まりは、出産からであると長く考えられていましたが、近年の医学と心理学の進歩から、お腹の中にいる胎児のうちから親子関係が大切であることが分かってきました。母親が情緒的に不安定になると、胎児も不安定な状態になることが分かってきました。例えばある女性が夫と不仲になり、妊娠中絶を考え、それを医師に伝えて泣き崩れた時に、超音波の映像で、お腹の中で胎児が激しく不規則な動きをしたという観察報告もあります。また妊娠中に夫婦のいさかいや近所の人とのいざこざが長く続いた母親から産まれた子供は、出生後4年間の追跡調査によると、身体的な病気で病院に行く率が高いといわれています。

ですから、妊娠中の母親の精神的な安定が重要であり、母親が安定した状態でお腹の中の赤ちゃんのことを考え、赤ちゃんに語りかけることができるようにしていかなければなりません。そのために保健所などでは、医師、保健師、臨床心理士などがチームを組み、地域で母親の相談にのっているところも増えてきています。この時期には母親の身体面の指導だけでなく、母親へのカウンセリングや、母親を支える家族の相談にのることなども大切なのです。

そして、いよいよ出産となります。出産後4週間を新生児期と呼びますが、その間の母親と子どもの相互交流がとても大切だということが分かってきました。そのきっかけというのは、グアテマラの大地震の時の出産の調査なのです。大地震の時の出産では、母親が衛生的な病院では出産できませんでした。しかし子供が産まれた時から、母親は子どもと密着していました。当時の医学の知識では病院以外での出産は感染症を起こしやすく、新生児の死亡率は高くなると思われていました。ところが結果は逆になったのです。

このことから、出産直後の母親と子どもの心と身体の直接の触れ合いが、その後の母親と子どもの情緒的な結びつきに、とても大切なことが証明されました。

出産直後の母親と子どもの触れ合いにより、子どもは精神的に安定し、それが身体の健康にもよい影響を与えます。出産直後に子どもを抱いたり、手を握ったりしながら、わが子の目を見つめることによって、母親の方にも愛情がわきやすく、子どもとの触れ合いがますます増えていくのです。母と子の応答関係が大切なのです。わが国でも、近年は、保育器の中で保護されている子どもに、母親が手を入れて触れるよ

うにするなど、この研究が活かされています。

このように出産直後は、母子が直接触れ合うことが大切ですが、産後に抑うつ状態になる母親が少なくなく、子どもに接していきたいとの意欲がわからない場合があります。これは、マタニティー・ブルーと呼ばれており、気分が落ち込み、理由もなく不安になる母親がいるのです。最近の調査では、母親の10.4%が、出産後9ヶ月間にうつ病にかかっているともいわれています。母親が抑うつ状態になって子どもへの関心も薄れ、子どもからの働きかけに応答しなくなると、子どもの方からも外の世界に働きかけようとしなくなってしまう。また、特に抑うつ状態ということだけでなく、母子の触れ合いが少ないと、子どもの精神発達にも影響が生じることがあるのです。周りの人々が母親を支えるとともに、母親自身がこの状態を自覚して、周りの人の支えで子どもとの応答を増やすようにしていくことが大切です。

私が出会った親子でこんな例がありました。

出産後、病院の規則で、子どもは新生児室に入れられ、母親はほとんどの時間、子どもをガラス越しに見るだけでした。一応授乳時間があり、その時間には赤ちゃんを抱きにいけるのですが、この子は寝ていることが多く、その時間には授乳できなかったのです。その後赤ちゃんが起きた時は、病院の決めた授乳時間ではないということで、母親は新生児室に入れず、看護師がミルクを与えていたそうです。このような状態のため、その母親はどうしても自分の子どもに愛情がわかかなかったそうです。

次の出産は別の病院で、出産直後から、母親は子どもと一緒にいたところ、新しい子どもの方がかわいと思うようになってしまいました。そのためばかりとはいえませんが、親子の絆が形成されず、母親に暖かく包まれることのなかった長男は、年齢相応の行動がとれなくなり、言葉の発達まで遅れてしまいました。

この事例では、言葉の遅れに気づいた母親が保健師に相談し、親子で心理療法を受けたことで、母親と子どもの応答関係が成立し、問題は解決しました。

このように出産直後は、母親と子どもにとって、とても大切な時期です。

もちろん、親子関係には二重安全装置が働いています。二重安全装置というと、ジャンボジェット機の例があります。ジャンボジェット機は電気系統の1つが故障しても、他の回路が働き、飛び続けることができるように設計されています。しかし時には安全装置のすべてが故障して、飛べなくなる事もあります。人の場合も同じように、親子関係の形成には何重にも安全装置があります。ですから母親が神経質すぎたり、逆に子どもを放任したりするような問題があっても、父親がそれをカバーする事もありますし、子どもの方がゆったりした気質であれば、親子の間に情緒的なよい結びつきが形成されます。しかし好ましくない多くの要因が重なると、よい親子関係ができません。出産直後の触れ合いが絶対に重要だというわけではありませんが、母親のパーソナリティや、生まれついて持っている子どもの気質、父親を含めた家族に問題がある場合、出産後早い時期の触れ合いの有無によって、親子関係の形成の仕方が異なり、さまざまな問題が生じることがあるのです。そして、そのような問題が出た時には、心理療法による解決などが必要となります。

ところで、乳児期には獲得すべき発達課題として、歩行の確立と言語の獲得という、大きな課題があります。外界の認知の発達や他者との交流の芽生えも重要です。この時期、しだいに睡眠や食事のリズムなどが整ってくると、家族との触れ合いの時間が増え、家族との情緒的な結びつきが強まってきます。また、この時期には、周囲の人々から愛される経験により、人への「基本的信頼感」と呼ばれるものが獲得され、人の一生を通じての対人関係の基盤になります。

この時期の子どもは、身近な人に接近していき、その人がすぐに応答することが繰り返されると、その人に愛着を抱き、子どもは精神的に安定します。そして、どのような愛着の仕方を獲得しているかによ

て、その後の人生における他者との関係に大きな影響があるのです。乳児期には、母子の触れ合いを基本として、周囲の人々に愛されることが大切なのです。

また、乳児期の言語の発達に関しても、母親があやしながら語りかけていると、子どもは生後1~2ヶ月頃からプレジャーサインと呼ばれる喜びの声をよく出すようになります。さらに、2~5ヶ月頃の喃語やそれに続く反復喃語の時期にも、その声に応答する大人が居ると、喃語の量が増え言語の発達が促されるのです。

ある母子の事例があります。母親はもの静かな人で読書が好きでした。子どもが寝ているときだけでなく、起きて声を出しているときも、特別にあやすこともなく、本ばかり読んでいました。子どもの方もおとなしくて、泣いて手がかかることもなかったので、乳児期には、母子の交流が大変少なく、応答関係がない状態でした。父親も仕事に忙しくて、育児は母親に任せきりでした。1歳半になっても「ブーブー」しか言わず、言葉数が増えなかったのですが、言葉の理解力があり、運動発達も遅れていないので、両親は気にしていませんでした。しかし、1歳6ヶ月児健診で精神発達の遅れを指摘され、私が心理療法を担当することになりました。母親はカウンセリングにより、これまで子どもの相手をするのが少なかったことや、父親への不満で気持ちが落ち着かなかったことに気づき、子どもとよく一緒に遊ぶようになり、父親ともよく話し合うようになっていきました。父親も休日には子どもと身体を触れ合って遊ぶようになっていきました。また、子どもにはプレイセラピーを行ったところ、自分の気持ちを行動で表現できるようになり、両親に甘えるようになっていきました。その結果、精神発達は年齢相応になりました。

乳児期には、子どもからの働きかけに応じるだけでなく、大人の方から積極的に関わるのが大切なのです。

1歳を過ぎる頃になると、子どもはよちよち歩きを始め、しだいに運動能力が発達し、行動範囲が広がっていきます。そして、さまざまな新しい体験をしていきます。家庭の中での家族との触れ合いだけでなく、地域の中で、大人や子どもと触れ合い、さらに保育所や幼稚園での集団生活を経験していきます。そこには未知の楽しい事柄を経験できるだけでなく、ストレスの原因である多くのストレスサーにも出会うのです。そして、親の元に帰宅し、親子の安定した語り合いがあると、子どもは外界でのストレスサーによる不安を解消でき、また次の日の新たな経験に向けて出かけられるのです。

親は初めて子どもを保育所や幼稚園に預けることになるため、特に母親は自分が見ていないところで、子どもがどのような行動をしているかがとても気になるものです。それで、園から帰ってくると、あれこれ聞きたくなります。子どもの方でも母親にいっぱい話したくなるものです。しかし子どもでも時には話したくない時もありますし、話したくない事柄もあります。そんな時、子どもはたいてい、不機嫌な顔をしています。親としてはそういう時にこそ、様子を聞きたくなり、あれこれ問いただそうとしてしまいます。すると子どもはますます話さなくなります。この悪循環が繰り返されてしまうと、子どもは親に外での様子を全く話さなくなってしまうのです。ここには適切な応答関係がありません。

幼児期の子どもの心の成長に問題が生じたときには、必要に応じて心理療法が行われるだけでなく、地域での援助として、健康診査の後の発達相談や、保健師の家庭訪問なども実施され、親子ともども安心して暮らせるように考えられています。

また近年、とくに教育の場で注目され、その対策が図られるようになってきた発達障害児の問題があります。発達障害は、心理的な原因によって生じるものではありません。しかし、親や周囲の人々が子どもの状態を的確に把握できず、対応の仕方に混乱が起きて、問題が大きくなることがあります。例えば、自閉性障害の子どもであると、一人遊びが好きなので、一人の方が喜ぶと思って親が相手をせずそのまま放置しておくと、他児と全く遊べなくなってしまいます。このような場合、子どもの好きな遊びに、親が根

気よくつきあうことで、その遊びをしている親への関心が芽生え、それから少しずつ外界への関心が広がっていくのです。また、多動な子どもの場合、おとなしく遊んでいるときは放置して、動き回ると叱ることを繰り返すと、多動な行動がますます強化されてしまいます。発達障害児には専門的な援助を行うだけでなく、その親や子どもを取り巻く保育士や教師などの周囲の人々も、具体的な対応の仕方を知ることが大切になってきます。

幼児期は、他者との関係が広がり社会性が発達する時期です。この時こそ、親が子どもの気持ちを汲み取り、積極的に子どもの遊びに参加したり、そばで見守ったりしていく応答関係が必要になってきます。

ところで、この時期の親の方の問題として、過保護ということがよく言われます。過保護というのはどういうところが問題なのでしょう。

たとえば小学校の低学年の不登校のうちの一部は、「幼児期に甘やかされ大事にされすぎたための分離不安」から生じるといわれています。これは過保護のために、子どもが外の世界に出ていけないからなのでしょう。実際には子どもの言いなりになって甘やかし過保護になっているのではなく、親子の間に、程良い情緒交流がなく、親が子どもの気持ちを汲み取れていないのではないのでしょうか。例えば、子どもが喜ぶからといって、いつまでも母親が子どもを抱き続け、子どもの方がもう充分満足して、自分で歩いて遊びだしたいのに気づかないような状態です。また子どもが大きくなった場合でも、仕事をもっている母親が、子どもに愛情を注ぐことを気かけすぎ、帰宅後、子どもが望んでいない時にも、子どものそばにまとわりつき、子どもがそれをうとうとがするような場合です。つまり、過保護といわれていますが、本当の保護になっていないことがあるのです。本当の保護とは、子どもの気持を汲み取り、子どもの気持ちに合わせていくという応答的な関係が重要です。そして自律のためには、子どもが求める時は、いつも答えるとともに、子どもが自分で何かをしたがる時には、下手でも先ずやらせてみるのが大切です。

心理臨床の場面で心理臨床家は、幼児の母親の指導の際に、この応答関係について留意しなければならないと思います。

ある心理学者の調査によりますと、「母親が子どもによく話しかける」「母親が子どもの要求を理解できる」「母親の育児不安が少なく、心配事が解消されている」ほど、子どもの発達が良いという結果になったそうです。すなわち、母親が精神的に安定し、子どもの状態を理解して、よく相手をするほど、子どもの心は安定して、心身ともに順調に成長していくのです。親自身、そして子ども自身の精神的安定のためには、親と子の関係が重要で、お互いが影響し合っていることを忘れてはならないと思います。

子どもからの呼びかけや、遊びの誘い、そして、言葉や行動にならない心の訴えに、親が敏感になり、必要なときはすぐに応答し、時には見守るゆとりをもって対応していく「応答関係」が、親子の心の成長に大切です。