

健康のしおり

子どもからの心のSOS



最近子どものさまざまな問題が新聞・テレビを騒がせるようになってきました。虐待は上昇傾向になっています。青少年による親、友人、また小さな子どもへの殺傷事件、また大人による実の子の殺傷、子どもに対する性犯罪など子どもを取り巻く環境は日々悪化しています。秋田であった近所の子どもの殺傷事件は記憶に新しいと思います。

犯罪を起こした人々を調べていくと、どの人も乳幼児期に大人に対しさまざまな形でSOSを出していたということがわかってきました。しかし残念ながら、その



SOSを私たち大人が気がついてあげることができずに、放ってし

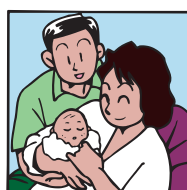
まったのです。ある児童精神科医がこう話してくれました。

「思春期のさまざまな心の問題は治療が難しい。これは乳幼児期にさまざまな形で大人へのSOSを出していた子どもたちが放られていたため、10年たち悪化し、重症となってしまうからだ。わかりやすく言えば、小さな癌を見つけて放っていて10年たつて大きくなつてから治療をするようなものだ。乳幼児期に子どもにかかわる大人ができるだけ早くSOSに気がつき、かかわっていくことが将来の心の問題の予防となることをみんなに知ってもらいたい」

実際、思春期の自傷行為が増加しています。「なぜ生きていなくてはいけないの?」「なぜ死んではいけないの?」「何のために生きなくてはいけないの?」子どもたちは私たちに問いかけます。そして生きていることを確認するかのように手首を切ります。なぜここまで追い詰められたのか?どう

してこんなに苦しまなくてはいけないのか?もう少し早く大人がこの苦しみに気がつき、かかわってあげていたら...そう思います。

診療所での診察や乳幼児健診、保育所や幼稚園でも気になる子どもはたくさんいます。「このままでは大人になれないよ」「今のままでは私の心は寂しくつてどうしたらいいのかわからないよ」



このSOSを乳幼児期に周囲の大人が気づき、かかわっていくと子どもの心は満たされ、成長していくことができます。しかし、この時期に気づくことができないと子どもは「大人に対してSOSを出しても無駄だ」と感じ、大人を信じることができなくなり、どうしたらいいのかわからなくなり、問題行動、精神障害、犯罪などの結果を出してしまいます。

子どもの問題行動への対応

日本はある文化だといわれています。それに反して西洋は自立の文化だといわれています。しかし戦後、西洋文化が日本に入ってきたことにより、子育ての文化も変わってきました。西洋文化を受け入れながら、私たちの中にはあまえる文化がまだまだ残っています。大好きなお父さん、お母さ

んとくっついていたいと思うのは当たり前のことです。一緒に寝たいというのも当たり前のことです。あまえたいただけあまえさせ、くっつきただけくっついていても、学校に入ってお友達との遊びが楽しくなると自然に離れていきます。

この離れる時にお父さんお母さんの愛情が一杯心に詰まっていると、子どもは自分らしく伸び伸びと成長できると思います。

抱っこ、おんぶ、添い寝、一緒に入浴、この4つの基本的な日本の育児行動を使って子どもの心身の治療を行うことをあまえる療法といいます。乳幼児期の問題行動はこのあまえる療法でほとんどが消失します。

★あまえる療法

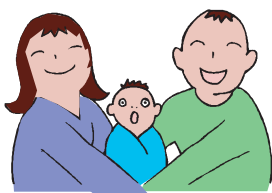
- ・抱っこ
- ・おんぶ
- ・添い寝
- ・一緒に入浴



おなか痛い、足が痛い、何回もおしっこに行く、チック(目をパチパチするなど)、目を合わさない、落ち着きがない、お友達と上手に遊べないなどなど、乳幼児期には子どもたちはいろいろな形でSOSを出してきます。このSOSに気がついた時にはすぐに子どもたちを「大丈夫、私があなた

を守ってあげるから心配は要らないよ」という気持ちでぎゅっと抱きしめ、あまえる療法を試してみてください。それだけで子どもの不安はなくなります。

またお父さんお母さん自身が、何らかの心の問題を抱えているときには、なかなか子どもさんの問題に取り組むことができない場合があります。その場合はご自分の心の問題に先に取り組まなくてはならないこともあります。大人だつて誰かに「大丈夫、私があなたを守ってあげるから心配は要らないよ」という気持ちで抱きしめてもらいたい時があつてもいいのではないのでしょうか?



今現在、子どもさんのことで困っていること、悩んでいることがあり、どうしても自分で解決できない場合、またはご自分の問題でどうしたらいいのかわからない場合は、保育士、教師、保健師、または医師にご相談ください。

十和医療福祉センター
医師 澤田由紀子