



あすなるだより

2011年3月28日

発行 三重県立小児心療センター あすなる学園 広報担当
〒514-0818 三重県津市城山1-12-3 TEL. 059-234-8700 FAX. 059-234-9361
MAIL: asunaro@pref.mie.jp URL: http://www.pref.mie.lg.jp/ASUNARO/HP/



講演会・シンポジウム報告



2010年8月5日、三重県総合文化センター 文化会館中ホールにおいて、あすなる学園主催で行われました平成22年度講演会・シンポジウム『これからの地域子育て支援を考える～地域での具体的な支援を学ぶ』の講演会の一部内容をご紹介します。

講演会

「子どものこころの発達 ～大人になるということ～」



山崎 透 (やまざき とおる)

医学博士・精神保健指定医・日本精神神経学会専門医
日本児童青年精神医学会理事・認定医

プロフィール

昭和61年 山形大学医学部卒業、同精神医学教室入局
平成2年 国立精神・神経センター国府台病院
児童精神科
平成10年 静岡県立こころの医療センター 医長
平成14年 同 医療部長
平成20年～ 静岡県立こども病院
子どもと家族のこころの診療センター長

著書

「児童精神科の入院治療 ～抱えること、育てること～」 金剛出版
「児童青年精神医学セミナーI」 (共著) 金剛出版 他多数

参加者アンケートで、特に好評でした講演の後半部分、「子育てで望まれること」という部分について、学園でまとめさせていただいたものを紹介させていただきます。

子育てで望まれること

穏やかな心を育むために

- ① 子どもが『私は大事にされている』『まもられてるなあ』と感じられる子育てをしていきましょう
- ② 子どもが自ら考えて行動する力を育てましょう
 - ◆ 失敗やけが等を心配して、大人の都合でついつい先回りしてやってあげていないか。
 - ◆ 実際に育つためには、ときには失敗も必要。
 - ◆ 安全を守りながら、でも、子どもが“自分でできた”と感じられるような、ほどほどの援助を。
- ③ 日常生活の中で子どもができる範囲の役割をさせて、自分が役に立っているという感覚を育てましょう
 - ◆ 手間はかかり、親が自分でやった方が早いことが多いが、時にはそういうことも大切。
 - ◆ 自尊感情を高めていく、『自分はこれで良い、うまくやれている』という土台になる。
- ④ 社会性を育てる子育てをしましょう
 - ◆ 家族や同年代の子どもとの生活を通じ、「相手の気持ちを読む」「他者と折り合う」等の力を育むことを心がける。
 - ◆ 折り合いだけでなく、「ほどほどの自己主張」等、他者と共存する力を育む事も大切。
- ⑤ 子どもの特徴に合った子育てをしていきましょう
 - ◆ 「子どもは真っ白なキャンパス」ではない。お腹にいるときから3人いれば3人とも子どもの特徴は違う。それくらい別々なのだから3人に対して同じ言葉のかけ方ではいけない。
 - ◆ あたりまえのことだが、意外とできていないのが、個性にあった声のかけ方や援助の仕方の工夫。やはり子どもはそれぞれ個性があることを忘れないこと。「オレはこう育てたい」は、だいたい駄目でうまくいっていない。
- ⑥ 子どもが訴えてきた時、気になる行動がある時は、まず子どもの話に耳を傾けましょう
 - ◆ 子どもが『きいてもらえた』『気持ちをくんでもらえた』と、感じられることがまず大事。ついつい忙しいと、「まずそれはこうしたら?」「いやこれはこうじゃない」と言って先回りしたくなるが、まず聴いた後、助言するような姿勢が必要。
 - ◆ そうでないと、『どうせわかってももらえないから』と、子どもが話をしなくなる。
- ⑦ 時には子どもの視点で、つまり子どもの目線でいろいろ眺めてみましょう
 - ◆ 子ども目線にあわせると、ちょっと子どもの気持ちが見えてくることがある。
 - ◆ 学校へ行きにくくなっている子どもも、大人の視点では「将来のためにも行くべきだ」となるが、「子どもにはいま何が起きていて、子どもにとって、今の外の世界はどうなんだろう」というのを、子ども立場で見えてみるだけで子どもとつながることができる。

⑧ 親の都合で子どもを連れ回すことがないようにしましょう

- ◆ 最近、居酒屋などに行くと、カゴに赤ちゃんを連れて若夫婦が飲みに来ているのを見ることがあるが、乳飲み子には恐怖の世界。親の都合でしかない。ガチャガチャわいわい音はする、話し声はわんわんと響いて、料理にタバコの煙にいろんな臭いがする——それが、赤ちゃんにとってどれだけ恐ろしいことかを想像してもらいたい。
- ◆ 大人自身が楽しむことが、どうしても社会の中で許容されてきているので、「そういう状況に置かれた子どもがどうか？」というところに、なかなか思いがはせられなくなっているのではないか。
- ◆ 周りの近い大人がそういうことを教えてあげて、とても怖い状況に子どもがさらされることが、あまり良くないということ等をわかってもらえると良い。

叱るときの叱り方、心構え、子どもに寄り添う姿勢について

① その行為について叱り、『全人格を否定する叱り方』はやめる

- ◆ 「おまえはどうしようもない」とか「そんなことをするのは、私の子じゃない」とか、それは言うてはいけない。

② 駄目なときだけ怒って、「できているときはあたりまえ」と放っておかない

- ◆ できているときにはもちろん褒める。たとえばバスの中で騒いでいるときには「座りなさい」と怒る親が多いが、たまたまその子がおとなしくしていると、親も何も言わずそのままバスを降りてしまう、
—— そうではなくて「今日はえらかったね」とひとこと言ってあげることが、適応的な行動を増やすことにつながる。

③ 自分ができなかったことを子どもに求めない、自分ができたからといって子どもに強要しない

- ◆ 子どもと親というのは全く別の生きもの。親が果たせなかった夢を子どもに背負わせる、親の能力が子どもにあるはずだと考えると、子どもにとっては大きな負担になる事がある。

④ 子どもなりに努力していることを、「それはあたりまえのことだ」と言わない

- ◆ 子どもなりに努力していることを誉め、子どもが意欲的に自分の能力を伸ばしていけるような支援をしてほしい。
- ◆ 親子といえども相性がある。必ずうまくいくとは限らない。きちんとした母親と片付けも何にもできないタイプの息子とがコンビのこともありうる。そのとき「なんで私みたいにできないのか」と非難するだけではうまく行かない。
- ◆ 自分とは別の人格として子どもの特徴を理解して、つきあい方を工夫することが必要。

⑤ 親も親として少しずつ成長していこうという気持ち・姿勢で

- ◆ 子どもが1歳だったら親としては1歳。いっしょに成長していけばいい。
- ◆ ある意味ではときには楽観的に子育てをしてほしいと思う。しかし、繊細に子どもの様子を見守る姿勢で子育てをしていただけたらと思う。

⑥ 自分だけで頑張りすぎないで、いろいろな人と気軽に連携を

- ◆ 子育ては、社会の中で一番価値があるという仕事だということを、子育てしている人自身も、周囲の人間も、社会も、忘れがちになっている。子育てをする方には、「自分は大事な仕事を担っている」ということを思い出してもらいたい。
- ◆ あまり眉間にしわを寄せず、楽しく子育てをしていただきたい。それと同時に大変な仕事でもあるので、時にはお休みして大人自身もリフレッシュしてほしい。

なお、後半のシンポジウム『これからの地域子育て支援を考える～地域での具体的支援を学ぶ』につきましては、3人のシンポジストの方々のレジュメを、あすなろ学園の下記のホームページアドレスから、PDFファイルでダウンロードいただけるようにいたしました。

<http://www.pref.mie.lg.jp/ASUNARO/HP/sinpohoukoku.htm>

ご参加いただいた方も、いただけなかった方も、是非、ご一読いただきますようお願いいたします。



平成 23 年度の講演会・シンポジウムは、
7月28日(木)に三重県総合文化センター
文化会館 中ホールで実施予定です。

外来診療のご案内

(平成 23 年 4 月 1 日現在)

* 診察は完全予約制です。

都合により変更になる場合もあります。

曜日	月	火	水	木	金
1 診	中島	西田	大槻	小林*	西田*
2 診	持田	中西	石田	中西*	大槻
3 診	小林*	中島*	中野	持田	中野
5 診		早田		大橋	早田

● 予約電話番号 **059-234-9700**

※再診のみ

〔予約電話受付時間 9:00~12:00〕
〔(月~金) 13:00~16:30〕

