

わかる！ なっとく！！

# うちの子の きもち を わかる 本

育てにくさに負けない心

社会福祉法人 杏嶺会  
一宮医療療育センター・センター長

上村 治 著



最初に「おもろし」の話をします。この本を手にとってくださったあなたに、最後まで読んでいただくためのとても大切なお話です。

わたしは腎臓の専門医です。特にお子さんの慢性腎不全には結構詳しい知識を持っているつもりです。数年前、そうした専門家ばかりが集まって日頃の研究成果を発表し合う「学術研究会」というのを主催したこともあります。会場の手配から人の手配やらなにやら、なかなか大変でした。その後、看護大学で講師をしたり、今は「医療療育センター」という医療施設で「小児発達外来」を担当しています。「療育」というのは病気を「治療」しながら「教育」するという意味で、この「小児発達外来」は、成長過程にあるお子さんたちとご家族(保護者)の日々の悩みごとを、少しでも軽くできればと思う気持ちから開設されたものです。

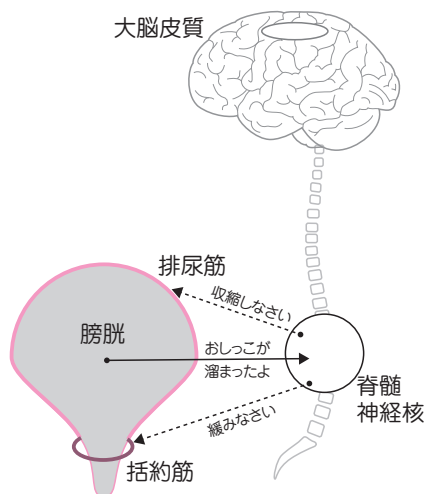
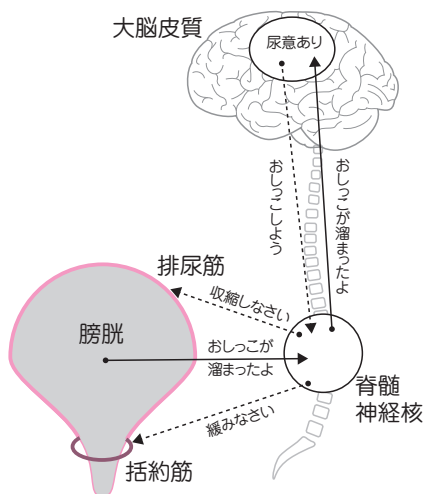
毎日さまざまな問題を抱えたお子さんとその保護者(たいていはお母さんですが)の方々がお見えになります。診察室にはおもちゃなんかも置いてあって、なかにはいきなりそれらで遊びだす子もいます。「○○ちゃん。いけません」とたしなめるお母さんに対して、わたしは「まあまあ」と軽く手をあげて制します。そして、しばらくその子の遊ぶ様子を観察します。もちろん、遊ばない子もいます。お母さんの後ろに隠れてもじもじする子もいれば、持参したスケッチブックにお絵かきを始める子もいます。しばらくは、その子のペースで診察室の環境に慣れてもらいます。そうした中で、その子の持っている問題

行動が見えてくることもありませんが、それが必ずしも実際にお母さんが心配していることとは違う場合もあるわけで、その辺をしっかりと把握するため、いよいよお母さんからお話を何段階になります。時に涙を浮かべながら話される内容については、後でゆっくり考えてみたいと思います。

「で、「おもしろい」のお話です。みなさんは「なぜ子どもがおもしろいをするか」をご存知ですか？

下に2枚の絵を載せました。右側が「赤ちゃん膀胱」で、左側が「おとな膀胱」です。まず「おとな膀胱」をもつ成人の排尿行動について考えてみます。

膀胱に尿が溜まると、その情報はまず脊髄の神経核というところに伝わり、そこからリレーして大脳皮質に伝わり、尿意として認識されます。大脳皮質では尿意に基づいて「どのタイミングでトイレに行くか？」「どのトイレに行くか？」「どのルートで行くか？」「急いで早歩きで行くべきか？」「トイレのどの便器で排尿しようか？」「など、さまざまな環境要因とやり取りします。結果、適切なタイミングを選択し、目的とする便器に到達したら衣服を下げ、「さあ、おしっこしよう」となるわけで、その大脳の指令は先ほどと逆のリレーで脊髄から膀胱排尿筋と尿道括約筋に伝わって排尿が起こります。



つぎに、赤ちゃん膀胱の場合を説明します。膀胱におしっこが溜まると、おとなの場合と同じように、まず脊髓の神経核に情報が伝わります。ただし、その先には大脳皮質との連携がなく、その場で反射のループが起こり、尿意も感じないままに膀胱排尿筋と尿道括約筋に刺激が伝わって排尿が起こります。

……このメカニズムは「膝蓋腱反射」と同じです。膝頭のちよっと下を小さなハンマーでコンと叩くと脛から下がピヨコンと跳ね上がるあれですね。ピタミンB1が足りないと反応が鈍くなって「脚気」といわれますが、正常な人なら叩かれた瞬間にピヨコンとなります。素早い反応です。実は、膝蓋腱を叩かれた（実際には太ももの筋肉が引つ張られた）という情報は脳まで行かず、脊髓で自動処理されるのです。これを先ほどは「ループ」と言ったわけです。距離が短くなる分速くなる道理ですね。大脳まで行っていると、こっちはなりません。「どのタイミングで反応しようか？　どんな跳ね方にしようか？　どれくらい跳ねようか？　……」なんて考えてたら「脚気」と間違われます……もちろん冗談です……。重力に逆らって体を支えている筋肉には概ねこのメカニズムが働くようになっていて、それは生理的反射と呼ばれます。そして、姿勢を維持するために必要な膝蓋腱反射はおとなになっても残ります。しかし、赤ちゃん膀胱はおとな膀胱へと移行するのが普通です。そつすること、適切な時間に適切なトイレで排尿できるようになるのです。

赤ちゃん膀胱からおとな膀胱への移行は成長につれてすこしずつ進みます。これは、膀胱と大脳皮質の連携が未熟な赤ちゃんにおいて、溜まったおし

ついで膀胱が破裂しないための一種の防衛反応とも言えます。そして、完全に移行するのは一般的に三〜四歳頃と言われています。つまり成人のみならずの多くが日常行っている排尿様式を確実に実行できるようになるのは、早くても三歳以降ということなのです。二歳代のお子さんには、まだかなり赤ちゃん膀胱のメカニズムが残っていて、この年代でトイレトレーニングを親から受けるのはかなり厳しいことなのをご理解いただけると思います。

たとえば、三歳のトイレトレーニング中のお子さんが、テレビを見ていておもらしをしてしまいました。お母さんはこう言って叱りました。

「どっして少しおしっこしたくなったらトイレに行かないの？ 何度も言うてるでしょ？ だから、たくさんたまっておもらししちゃったでしょ？」

しかし、赤ちゃん膀胱のメカニズムが残っている当のお子さんは、だんだんおしっこがしたくなかったわけではなく、突然おしっこが出てしまったのです。途中で止めようと思ったけどダメでした。お母さんに叱られましたけど、どうしてよいかわかりません。「自分はおもらしをした悪い子で、だからこんななお母さんに叱られた」と、深く傷ついているかもしれない。場合によっては、おしっこをすること自体に罪悪感をもってしまふ可能性もあります。

これと似たようなことが、発達過程のさまざまな場面で起こっているのではないのでしょうか？ おもらしをする子に悪意は微塵もないのです。ただの生理的反射なのです。すなわち、叱る根拠もないのです。



この後の本編では、いくつかの例を見ながら、子どもたちの心を知る方法を探っていくと思います。そして、最終的にこの本で申し上げたいのは「子どもたちのすべての不適切な行為に悪意はない」ということです。

### ■パニックとパニック行動

本編に入る前に、もう一つお話ししておかなければなりません。

「不安」や「恐怖」というものは「痛み」とともに人間の生存に必要な感覚です。しかし、それがその人に混乱をひき起こすようだと「パニック」と呼ばれます（本来の意味は群衆心理における「恐慌」という集団行動なのだそうですが……）。ここで言うパニックとは、パニック行動（パニックによってひき起こされる反射的行動で、狭い意味では不適切な行動を指すことが多いようです）とともに、生き残るのに必要な生理的反射行動のことです。そのキーワードは、①逃げる、②固まる、③闘うです。このとき、その人の心は「不安と恐怖」の中で溺れています。イメージしやすいように、こんな問答をしてみよう。

あなたは誰もいない山の中を独りで歩いています。少し先の道に熊が現れました。どうしますか？

……『逃げようとしています』

## はじめに

では、いきなり熊が目の前に現れました。どうしましょうか？

……『固まってしまいます』

では、もう一つ。熊があなたに襲いかかりました。どうします？

……『とっさには何もできないかなー』

やられるままですか？

……『やっぱり抵抗するかなー』

この状況設定では、ほぼみなさん同じように対応するのはないでしょうか？ では、日常生活の中に場面を置き換えてみましょう。

お母さんが子どもを叱っています。もう五分くらいお説教しています。

……子どもは体をくねらせながら、目は遠いところを見ています。

あらら、突然、お母さんが怒り出しました。

「ちょっと、あなた聞いてんの？」

……子どもはビクビクして、お母さんの怒りの形相をじっと見えています。

「そんなに聞き分けがないのなら、お母さんもう知りませんからね」

と、お母さん。

……子どもは大声で泣き出し、何かわからない言葉を喚き始めました。

間を省略しているのだから、わかりにくいかもしれませんが、最初のところは「何かちょっとまずいことをやらかしてお小言をもらったのですね。でも、お小言があまり長いもんだから「耳日曜」を決め込んだのですね（逃げる）。そして、無視されたような気がしたお母さんが本気で怒り始めたんですね。子どもはびっくり呆然としました（固まる）。そして「知りません」と突っぱねられた子は心細くなって、唯一抵抗する手段として泣き出したのでしょね（闘う）。もちろん、解釈は人それぞれですから、このとおりではないかもしれませんが……。

さて、ペットのいる生活を楽しんでおられる一方で、かわいいペットの突然の行動に驚かれた方も少なからずいらっしゃると思います。驚愕すべきイベントがある、後先考えないで、とりあえず跳び上がったって逃げようとする。時には、なだめようとするあなたの手を振り払ったり、その手に噛み付いたりして、その場から逃れようとする。そんな記憶……ないですか？ いわゆる「パニックってる」ペットです。しかし、その行動にいちいち腹をたてる飼い主はいないと思います。もちろんそれ自体、無駄な反応であることも多いのでしょが、それによって命拾いすることもたくさんあるはずですよ。自然界でごく普通に生息している動物にとっては、そうした反射能力が命を守るための大



切な機能なのです。一方、人間はどうでしょう？ 鋭い爪や牙もなく、体毛も薄く、筋力も弱く、走るのも遅い人間は、とっくの昔にトラやライオンやクマの餌になってもおかしくはない。しかし、そうならなかったのは、人間が火を使い、道具を使うことを覚えたからです。それらを経験則に従って活用すれば、凶暴な敵に打ち勝つこともできる。周到に罠を仕掛けて捉えることもできる。しかも、捉えた獲物を焼いて食べたりする。これらはみんな「大脳皮質」が発達したことによる人間の特性と言えるでしょう。人間が社会生活を送る上で大切なルールとか常識とかに基づく行動は、大脳皮質との連携によってコントロールされているのです。この連携が外れた行動がなぜ起こるのかを考えてみることは、いろいろな問題行動を理解するのに役立つと思います。

話は少し飛びますが、ドイツの生物学者ヘッケル(Ernst Heinrich Philipp August Haeckel: 1834-1919)は「個体発生は系統発生を要約して繰り返す」と言いました。ダーウィンの「進化論」をひろめるのに大きな貢献をした人です。曰く、個体発生つまりその動物が生まれ育つときには、その種の受精から誕生・成長の過程で、進化の過程(系統発生)を縮図のように繰り返すというのだそうです。たとえば、お母さんのお腹で羊水に守られている「ヒト胎児」には鰓や尻尾のある時期があって、やがて出生と同時に水生動物から陸生動物へと劇的に変化し、さらに新生児・乳児・幼児・小児と成熟していくにつれても、生理的には別の生き物に変化していると考えます(特に神経系

統)。だから、子どもは小さなおとなではなく「別の生き物」として理解する必要があるのです。親の「よい子理論（よい子は誰もよいオトナになる）」を子に押し付けることの無意味さがわかりますね。ましてや、「子どもは環境（教育も含め）で学習してまともな成人に近づいていく」と考えることは、猫にネクタイ締めてキーボードを叩かせようとするのと同じ間違いです。親としては、子が安心して成長できる環境を整えることに専念すべきでしょう。それは、家庭教師をつけたり塾へ通わせたりすることではなく、その子が社会的に迷惑をかけることなく、その子の望む人生を送れるように辛抱強くサポートすることだと思つのですが、みなさんはいかがですか？

お待たせしました。では、本編に入ります。各エピソードの冒頭に「実際にあったこと」と、それに関わる「お母さん（またはお父さん）」そして「○○ちゃん（または○○くん）」の心の声を書いてあります。もちろん、実際に聞いたわけではないので、筆者の推察、憶測、邪推（よめい）もあるかと思いますが、読者のみなさんの視点を変える意味で、参考にしていただければ幸いです。

◇ 新生児・乳児期編

- エピソード1 「過敏症」？ 14
- エピソード2 夜泣きが激しい 16
- 生まれて初めての「もの」や「こと」 19

◇ 幼児期編（1歳～6歳まで）

- エピソード3 ちゃんとお答えができません？ 24
- エピソード4 おもちゃを取られて押し倒しました 26
- 自分を大切に思える心を育てよう 27
- エピソード5 注意しても聞いてない！ 29
- エピソード6 困った行為を繰り返します！ 31
- エピソード7 うそつき！ 34
- エピソード8 保育園がイヤ！ 36
- エピソード9 やることが遅い！ 39
- エピソード10 ポクって悪い子？ 42
- エピソード11 言われたとおりに？！ 45
- エピソード12 いつも同じ服じゃなきゃイヤ！ 48
- エピソード13 言葉が出ない！ 51
- エピソード14 しゃべれない！ 54



- エピソード15 おまるから離れられない！  
 エピソード16 掃除機の音が怖い？！  
 ■個性って何だろう？

61 58 56

## ◇ 小児期編（6歳〜）

- エピソード17 乱暴な子  
 エピソード18 授業についていきません  
 エピソード19 おねしょ  
 エピソード20 癩癩を起こすので困っています

77 74 70 67

## ◇ 知っていると役に立つかもしれない話

- ◆ 抗アレルギー薬が症状を悪化させる可能性について  
 ◆ 加配および支援級のこと  
 ◆ 遺 伝？  
 ◆ カサンドラ症候群のこと  
 ◆ 視覚人間と聴覚人間の情報処理  
 ◆ 首尾一貫感覚（SOC）のこと  
 ◆ 進化と愛情の話——おわりに

84 87 89 91 96 98 102

## ◇ おまけ——うちの子のために

107

83

65

