

子どもの脳とこころがすくすく育つ

マルトリに対応する 支援者のための ガイドブック



はじめに

すべての子どもたち、 大人たちに笑顔を！

子どもを産み育てることは、人間だけでなく、この世でいのちをつなげていく生きものの役目です。生きるためには、自分で食べていけることを多くの大人たちの中で学んで、次のいのちにつなげていくことが大切です。人間は生まれてすぐに立ち上がらないし、自分でご飯を食べられるようにはならないので、育ててくれる大人に頼る期間は長いです。だからその期間は、大人も子どもも焦らず、ゆったりと構えて楽しく過ごす時ははずなのですが、昨今、ワンオペ育児が問題になって、子育てのちょっとしたことを誰にも相談できずに悩む親がいます。少し大きくなった子どもたちは朝ごはんを食べないで学校に行ったり、夜も孤食だったり、大人にも余裕がなかったり、親自身が大切に育てられた思いが乏しい人もいます。虐待とは言えないけれど困った子育てをしてしまう、そのような今、地域の中で、「子育て支援が大事」という声かけが広がってきました。家族や家庭のあり方には決められたお手本がありませんが、しつだけだから手を出してもきつく叱ってもよいだろう、ではなく、大人も誰かの支えを得て、子どもも大人も笑顔になれるよう、お互いが幸せな居心地のよい地域づくりをしていきましょう。

みなさんには、身近な地域で、子育てにちょっとしたアドバイスができる支援者になっていただけよう、「困った子育てをしている大人に出会った時はどうしたらいいの？」に答えるためのアドバイスをまとめました。支援者が対応するポイントとして、マルチ(マルチリートメント)が何かを知って、その言葉が浸透するだけではなく、子どもと共に歩む大人がマルチに陥らないよう、子育てを支える全ての支援者が迷ったり困ったりしないよう、子どもの発達に沿ったヒントをこの冊子に集めました。望ましい対応には、エビデンス(根拠)があります。マルチによって傷ついたところや脳は、コミュニケーションによって癒されます。

子育てに困るとき、つい、好ましくない対応をしてしまうことは、誰にもあてはまるかもしれません。心がけたいのは、大人が子どもたちに先入観を持って「まさかこの子は…」とか逆に「やっぱりあの子は…」という対応は避けなければなりません。特に、思春期の頃の子どもたちには、上から目線の管理やお説教は逆効果です。

地域で子育てをする環境づくりのために、全ての子どもたちが、いきいきと楽しく育つために、みなさんが温かいまなざしで見守り、時には相談にのって手を差し伸べていただくよう、この冊子を活用していただくことを望みます。

2020年3月吉日

大阪府枚方市保健所 所長 白井千香

目次

I	マルトリは親からのSOS	3
II	マルトリ環境は「安全・安心ではない」環境	5
III	妊産婦の支援	7
IV	子どもの発達・行動の正しい理解	9
	●子どもの発達や行動の知識は大人のイライラを緩和	
	●子どもの自制心をつかさどる脳	
	●乳児期前半・後半の頃	
	●1歳頃・3歳頃・5～6歳頃	
	●小学校低学年・中学年	
	●思春期(小学校高学年・中学生・高校生以降)	
	●子どもの発達に配慮がいる場合の対応	
V	こんなこともマルトリ	23
	●心理的マルトリによる影響は大きい	
	●子どもが夫婦ゲンカを見聞きするのはNG	
	●体罰は百害あって一利なし	
	●どこからがネグレクト?	
VI	傷ついた脳を癒す方法	27
VII	安全、安心に子育てできる環境を目指して	28
	●困っている家族に気づき、家族丸ごと支援する地域づくり	
	参考文献	29

マルトリは親からのSOS

相談時の支援者が知っておくべきこと

怒鳴る、たたくなど、困った子育てをする大人に出会ったら……

1

「子どものため」
「しつけ」の
つもりが
マルトリに



マルトリや虐待は特別な家庭で起こると考えていたり、しつけのための体罰は仕方ないと容認している日本人は6割もいます。

暴力は反対でも「お尻をたたく」「手をたたく」は7割の人が容認しています。

過去3ヶ月にしつけのためにしたこと

(回答者数1000名)

こぶしで殴る	6.6%	手の甲をたたく	28.3%
加減せずに頭をたたく	13.8%	怒鳴りつける	57.0%
頬を平手でたたく	18.4%	「だめな子だ」と言う	18.7%
お尻をたたく	45.4%	屋外やベランダに出す	8.9%

(セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン 2018)

2

子どもの発達や
かかわり方を
知らない



「喋れない赤ちゃんに話しかけても、仕方ない」と思っかかわりが薄くなっている親がいます。また「スマホを見せると泣き止む」ので、周囲に迷惑をかけないように、良かれと思って外出先ですぐにスマホを渡してしまう親もいます。ほめられたことも、認められたこともなく、こころも脳も「傷ついたまま大人になった」成人は多いです。子どものためと思った言動がマルトリになっていることもあ

3

人に頼るのは
勇気が
いること



経済的なことや家族の困ったことなどを他人に話すのは、誰でも勇気がいることです。人に頼ることに恐怖や不安、負い目を感じる人もいます。良かれと思った助言がマイナスに受け取られる場合があることを念頭に置くことが重要です。



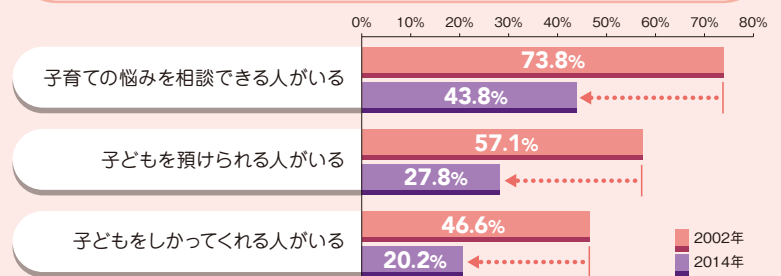
マルトリートメント

虐待とは言い切れない
大人から子どもに対する
避けたいかかわり

児童虐待

身体的虐待・性的虐待
心理的虐待・ネグレクト

地域の中での子どもを通じたつきあいが減っている



(株)UFJ総合研究所「子育て支援等に関する調査研究」(厚生労働省委託)(2002年)、
三菱UFJリサーチ&コンサルティング「子育て支援策等に関する調査2014」(2014年)



親の対人関係や環境の安心・安全が重要

聴き方のポイント

1 健診や相談に応じてくれたことをねぎらう、感謝する気持ちで対応する
「仕事が忙しい中、時間をとってくれてありがとうございます」

2 親にとってのメリットを中心に支援者の役割を明確に伝える
「お母さんが病気になって子育てできない時、ショートステイという、子どもを預かってくれるところも紹介できますよ」

3 子どもへの対応のモデルや方法を具体的に示す
「子どもが泣いてたたきそうになったら、お母さんの方がその場から離れてトイレにこもるのもいいですよ」

4 短い見通しと、少し長い見通しを伝え、一緒にやろうという姿勢をもつ
「まずは〇〇してみても、1週間後に電話するから様子を聞かせてくださいね」

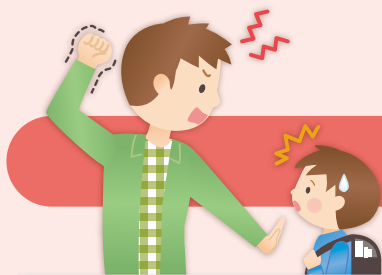


トピックス TOPICS

公的制度を知らない人も多い!

一人親世帯の全国調査(2017年)によると、公的制度を利用したことがない人は約50%以上。そのうち市区町村福祉関係窓口(41.4%)、福祉事務所(42.9%)、民生児童委員(39.9%)の存在を知らない人が多くいました。

親以外の人が子育てに関わるきょうどう子育て(とも育て)は、子どもの発達にもよいことも合わせて伝え「孤育て」を予防しましょう!



気になる家族との関係の築き方

1 親に寄り添うことが、子どもに寄り添うことにつながる
●子育て以外のストレスや満たされないうちに気づかず、子どもにあたっている親もいます
(例:お父さんが来てくれたんですねありがとうございます)

2 相手の言葉を繰り返し、行動ではなく気持ちを言語化し共感を示す
●親の行動ではなく、思いに耳を傾けます
(例:「たたいて何が悪い!」に対して「たたきたくなりますよね」)

3 親が出来ていること、知っていることに目を向けてほめる
●「子どものため」「正義」「〇〇すべき」だと思っている親もいます
●真面目すぎて追い込まれている親も多いです
(例:忙しいのに、お子さんの宿題をみてあげているんですね)

4 親が自分の気持ちを少しでも話し始めたら「いつ・どんな場面」など、具体的に確認し、親の気持ちと行動を整理する
●怒鳴ったり、たたいて上手かったか?たたく以外の対応で上手かったことを具体的に一緒に確認し、その時できた親をほめましょう
(例:あいさつしないで無視されたが、親が「いってらっしゃい!」と伝えたら、息子が「行ってきます!」と言った)

5 親が反発するのは、上から目線に感じているからかもしれない
●正しい知識やサービスを具体的に説明する
(例:中学生はホルモンの関係で気持ちのコントロールが上手くないらしいですよ)

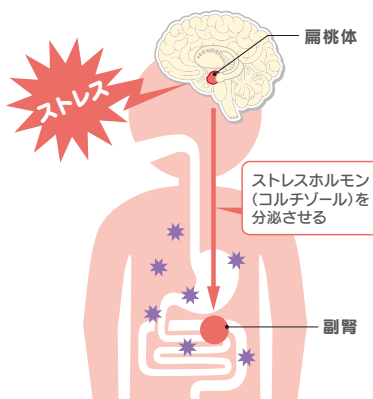
マルチ環境は「安全・安心ではない」環境

マルチ環境は、こころや脳を傷つけます

マルチ環境が脳に与える影響

脳の防衛反応

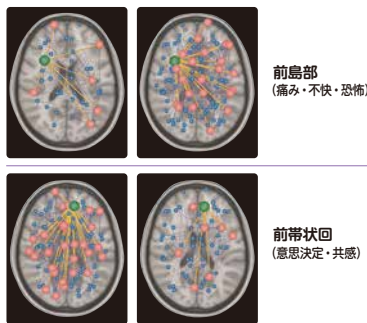
極度のストレスを感じると苦しみから逃れようとストレスホルモン（コルチゾール）で自らの脳を攻撃し、特にデリケートな子どもの脳は、環境適応しようとして傷つく



感情のコントロールが苦手な脳

好き嫌いや快不快、敵か味方かなどを判断したりする「扁桃体」が過剰に活動し、怒りなどに適度にブレーキをかける「前頭前野」の活動が低下し、攻撃的な行動を取る

「意志決定・共感」の配線は乏しくなり
「痛み・不快・恐怖」の脳の配線は増える



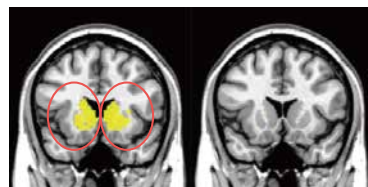
一般成人脳 幼少期マルチ環境の成人脳機能 (Nat Rev Neurosci. 2016)

喜びを感じにくい脳

ほめられたり、ごほうび（報酬）を得たりすると活発になる「線条体」の活動が低下し、短期的な報酬（目の前の快楽）を探索しがちになり、長期的な視野での大きい報酬に価値を持ちにくくなる

健常児
ご褒美をもらうと喜びを感じる脳が活動

愛着障がい児
喜びを感じる脳（線条体）が活動しにくい



(BJPsych. 2015)

トラウマとは

- 一般的にトラウマ（こころの傷）は、自然災害（地震、津波、台風など）や人災（犯罪、交通事故、火事、自殺など）のような、衝撃的な出来事（外傷体験）によるものと思われがちですが、長く辛いマルチ体験が繰り返された場合も複雑化したトラウマ反応を示します。
- トラウマ反応とは、トラウマの体験により「こころ」「からだ」「行動」に起こる、様々なストレス反応のことを指します。
- トラウマ反応は安心できる環境や、適切な心理的サポートがあれば、自然に回復していきます。
- しかし、トラウマのタイプや重篤度によっては、心身のさまざまな病態に発展することもあり、医療を含む精神保健福祉面の支援が必要となります。





トラウマ反応

感情を言葉で表現する能力が育っていない子どもは、
様々な身体症状や行動の変化が現れやすいです

トラウマによる特徴的な症状

再体験（侵入症状）

- ▶ 出来事の衝撃的な場面が急に頭に浮かぶ（フラッシュバック）
- ▶ 繰り返し悪夢をみる ▶ 出来事の一部を思い出せない

回避症状

- ▶ 出来事を思い出さず状況や人、場所などを避ける
- ▶ 出来事について考えないようにする

認知・気分の変化

- ▶ 「誰も信用できない」「自分はダメな人間だ」と考える
- ▶ 罪責感、疎外感 ▶ 悲しい・楽しいなどの感情がわいてこない

過覚醒症状

- ▶ 寝つきがわるい ▶ 眠りが浅い ▶ 小さな物音にびっくりする
- ▶ 集中力がない ▶ ちょっとしたことイライラしたり、けんかになる

その他に見られるストレス反応

こころ：

- 何も考えられない ● 何もしたくない
- 「自分はダメだ」と落ち込む
- イライラしやすい ● マイナス思考

からだ：

- 頭痛 ● 腹痛 ● 吐き気 ● じんましん
- 食欲がない ● 体のだるさ ● 生理不順
- 眠れない

行動：

- 赤ちゃん返り ● 甘える ● 引きこもる
- 反抗的や攻撃的な態度 ● もの忘れが多い
- 勉強に集中できない

トラウマインフォームドケアとは

トラウマとその影響を理解しながら、適切に対処すること

トラウマの影響に 気づく

- ▶ トラウマは見えにくく、現在の行動が過去の体験の影響を受けていることに、支援者も、家族も、子ども自身も気づいていないことが多いです。
- ▶ トラウマ反応は、その出来事を思い出させるきっかけによって、起こりやすくなります。

トラウマを 説明する

- ▶ 「こころに傷があると、上手くいかないのは当たり前」と伝えます。

トラウマの 再発を防ぐ

- ▶ 「反抗」「さぼり」「不真面目」など、子どもが示すトラウマ反応は、問題行動と誤解されがちです。支援者が気づかずに怒鳴る、叱る、押さえつける、放っておくといった誤った対応をすることで過去の経験を思い出し、不安や恐怖を感じパニックに陥ることがあります。

支援者に及ぼす 影響について

- トラウマの影響を受けた子どもや家族と接すると、支援者も強いストレスやこころの傷つき体験をし、支援者も「こころの傷」を負います。支援者はそれを自覚し、セルフモニタリング（自己観察）し、チームで協力してケアすることを心がけましょう。
- 「こころの傷」を負った支援者は、力を失い、周囲に頼れなくなり、職場全体に余裕がなくなり、ギスギスした雰囲気になりがちです。

わたしに何が起きているの？（支援者用ガイド）：<http://csh-lab.com/3sc/document/>

セルフモニタリングやチームケアを行い、明るい職場づくりを心がけましょう。



妊産婦の支援

妊婦は「母親となるこころの準備」のはじまり

特徴

- 妊娠が明らかになり、胎動など母子一体の感覚が責任感や防衛本能を芽生えさせ、時間をかけて母親としてのアイデンティティが形成されていきます。
- お腹にいる子どもや出産後の生活を想像し、期待を膨らませますが、「上手く子育て出来るか」などの不安や、妊娠悪阻、体型やホルモンバランスの変化などで、妊婦が不安定になるのは一般的です。
- 出産後の女性の2人に1人がマタニティブルーを経験し、なんだかわからないような疲れを感じたり、涙がこぼれたり、落ち込むなど、一時的に気分が不安定になったりします。
- マタニティブルーは、通常自然に和らいでいきますが、中にはその状態が長引き、深刻になると産後うつ病に移行することがあります。



トピックス TOPICS

乳幼児の子育ては、生活リズムの大きな変化、睡眠不足や疲労、家事、仕事、育児などのワークライフバランス、子どもの集団生活先とのやりとりなど、生活環境や対人関係が大きく変わります。子どもを持つ母親は本人も周囲もその兆候に気づかない時期から社会性の脳活動（下前頭回）が低下することがあり、就学前の母親の7人に1人が「抑うつ」診断に至る状態であるといわれています。



(J. Affect. Disord. 2018)

親の対人関係や環境が安定していることが重要です

- 全ての妊産婦や家族が、妊娠を肯定的に受けとめているわけではありません。
- 支援者自身の価値観から指導・助言するのではなく、事前情報などによる先入観も排除し、妊産婦の思いを肯定的に受けとめ、妊産婦が安全・安心感を得られる良好な関係を築きましょう。
- 支援者は、情報を得るだけでなく、妊産婦がこれまでどのような人生を歩んできたのか、どのような考え方や感じ方をする人物なのかを理解し、養育環境を整えるための支援を行うことが望まれます。
- 「流産」「早産」「帝王切開」「不妊治療」「予期せぬ妊娠」などは、母親の心理に大きな影響を与えます。今回の妊娠に対する妊産婦の気持ちや、共感を持って傾聴することが、妊産婦のメンタルケアの基本となります。
- 産後ケア事業や家事支援などの母子保健や福祉サービス、医療に頼ってもよいことを伝え、丁寧につなぎ、連携しましょう。





胎児への否認

- 妊婦健診や妊娠中の面接で「赤ちゃんの泣き声でイライラしそう」「子どもが好きでない」などの発言がある
- 性別により拒否感がある 例) 男子(女子)ならいいが女子(男子)だと嫌だ

▶▶▶ 対応の仕方がイメージ出来ない、育児協力が周囲に乏しいなど、別の不安を「赤ちゃんの泣き声が嫌」「子どもが好きでない」といった表現で示す場合もあるので、妊婦の言葉に共感しながら、利用可能なサービスや出産後の対応について説明し、産後に安心してイメージが持てるように支援します。中には、コミュニケーション能力に弱さを持つ妊婦もいるので、出産後の自宅に戻る時期などを具体的に確認し、継続した支援になるよう心がけましょう。性別による拒否感も、本人の意向だけでなく、周囲の期待や発言、過去の経験、妊娠に至る経緯がその要因になっている場合もあるので、「女子(男子)がいいんだ」と共感的に傾聴し、妊婦が真意を言語化できるように促します。

未受診・居所不定

- 経済的理由で妊産婦健診などを受診できない
- 知識不足や不安などから受診していない
- 家出を繰り返す、連絡がつかない、住民票と居住実態が違う

▶▶▶ 「予期せぬ妊娠」の可能性が高いため、最初の面接が大切です。年齢や、婚姻状況、家族の状況や妊娠に至った経緯、現在の生活状況や妊娠継続の意思などについて、困り感に寄り添いながら丁寧に聞き取ります。必要な自己負担金の確保ができないなど生活困窮の状態にある場合や、妊娠届出による妊婦検診受診券(補助券)、出産の授産制度や福祉サービスなどの知識が不足していたりする可能性もあるため、適切な福祉や母子保健のサービスにつなぎます。

自己管理

- 夜遊びを繰り返す
- 不衛生な身体管理

▶▶▶ 「予期せぬ妊娠」の可能性が想定されます。妊娠の自覚や知識がなかったり、妊娠の事実を相談できるパートナーや友人、家族がいなかったりするかもしれません。最初の面接で、妊娠の事実を知っている人の有無、収入源や居所、連絡先やキーパーソンになる人などを丁寧に聞き取り、次回以降の相談日時をしっかりと決めます。本人が困ったときに発信しやすい連絡方法(メールやSNS[ソーシャル・ネットワーキング・サービス]など)も伝えるとよいでしょう。家出中の場合もあるので、状況によっては警察や女性健康支援センター、医療機関などと連携しましょう。

厚生労働省女性健康支援センター一覧：https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kodomo/kodomo_kosodate/boshi-hoken/boshi-hoken14/

虐待・DV被害など

- 配偶者(パートナー)間のDV、家族などからの暴言・暴力
- 性行為の強要、拒めない

▶▶▶ 妊婦へのDVや心理的な虐待であるだけでなく、胎児への虐待にもあたることを伝えます。妊婦が自立していく方法を考えるためにも、女性相談センターを紹介しつつ連携を取りましょう。

内閣府女性センター：http://www.gender.go.jp/policy/no_violence/e-vaw/soudankikan/06.html

メンタルヘルスの問題

- ひどく気分が落ち込む、意欲が低下して何もできない、不安が強い、感情が不安定、涙がとまらない
- 自傷行為(リストカット、過量服薬など)、希死念慮
- 幻覚や妄想がある ● アルコールや違法薬物、たばこなどがやめられない

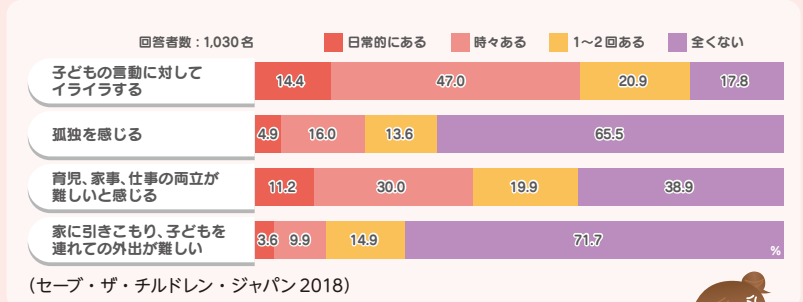
▶▶▶ 子育て世代包括支援センターや保健所などの精神保健担当と連携して、精神科治療につなぐとともに、訪問支援などを継続します。精神科と産科が連携できるように支援することも役に立ちます。

IV

子どもの発達・行動の正しい理解


子どもの発達や行動の正しい知識が、大人のイライラを緩和

- 「友達と仲良く遊ぶ」などを、早い時期から自然にできると考えている親は多いようです
- 「怒鳴る・たたく」理由の一番は「子どもの行動にイライラする」です
- 正しい知識が不足した親は子どもの反応に気づかないという報告もあります
- 子どもの発達の大まかな時期や大人のかかわりについての正しい知識は「なぜできないんだ」という大人のイライラやストレスを緩和します



トピックス TOPICS

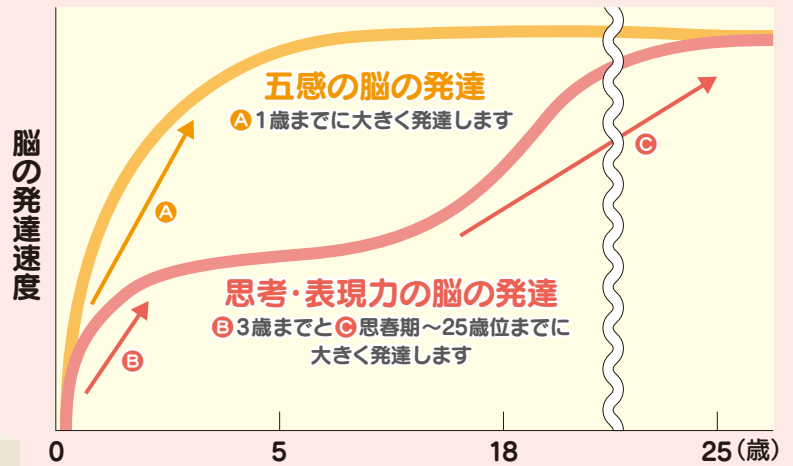
子どもに泣かれると、責められてると感じる親がいる!



子どもの自制心をつかさどる脳

気持ちをコントロールするなど、思考や想像力をつかさどる前頭前野は、約25歳までかかって発達するといわれています。「わかっている」ように見えても、欲求や感情が先に立つことが普通です。

現在の大人の対応が、将来の子どもの成長した姿につながっている



- 1 困った行動でも「〇〇したかったんだね。怒りたかったんだね!」と子どもの気持ちや考えを言語化し、子どもに気持ちをフィードバックする
- 2 その場面でとるべき行動や発言のモデルを示し、気持ちをコントロールする経験を繰り返し練習することで、自制心に関係する神経回路が発達する
- 3 上手く出来たらほめてあげてください
- 4 そのためには、発達に見合った「ルール(枠組み)」が事前に必要です



「快 - 不快」から「やってみたい」へ

乳児期前半

特徴

- 赤ちゃんは泣くのが仕事と考え、赤ちゃんの泣く理由を「眠いのかな?」「お腹が空いた?」など声をかけたり、身体をさすったり、抱くなどの対応をする中でコミュニケーション能力が育ちます。
- ・目を覚ましている時間が増える
- ・泣く以外の声が出ているはず
- ・辛そうに聞こえる泣き声も、誰が悪いわけでもない



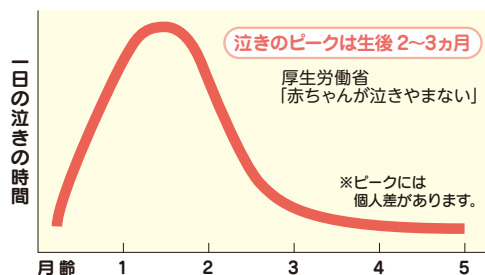
泣き声にイライラする・寝てくれない

対処法

- 赤ちゃんがほしがっている物を確かめ、いろいろな方法を試してみましょう。(例: ミルク、おくるみにくるむ、ビニールの音など)
 - それでも泣きやまないときは、赤ちゃんを安全な場所に寝かせて、その場を離れて自分がリラックスしてみましょう。
 - 無理に泣きやませようと、激しく前後に揺さぶると、脳にダメージが起こることもあります。
- 厚生労働省乳幼児揺さぶられ症候群 (<https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000030718.html>)

日頃のかかり

2~3か月の赤ちゃんでも、大人の表情や声がわかります。部屋にある具体的な物などを見せたり「○○だね～」と声をかけて、好きな物を一緒に探してみましょう。赤ちゃんは新しい物が大好き! 成長とともに好きな物は変わっていきます。



日本産婦人科医会「赤ちゃんのふしぎな世界」
(<http://www.jaog.or.jp/news/video181019/>)

乳児期後半

特徴

- 物に手を伸ばし、触って、持ち替え、口に入れ、たたく、引っ張る、出入りするなど、安心出来る環境の元では「やってみたい!」気持ちが大きく育まれます。
- 食べ物で遊んでしまう「遊び食べ」も手先の練習の一つです。安心できる環境(愛着)だからこそ、怒られるとわざとやる「コミュニケーション遊び」になってしまうこともあります。
- お座りからハイハイ、つかまり立ちなど、手先とともに、身体の使い方が発達し、脳も著しく成長します。
- 真似っこが好きで大人が使う道具にはとても興味があります。



こぼした食べ物で遊ぶ・物をやぶる・投げる

対処法

- 「ダメ!」と取り上げる前に「マンマおしまいにして、○○で遊ぼうね!」と声かけをすることで、玩具と食べ物の区別や「おしまい」の言葉で気持ちを調整して切替える理解力につなげていきましょう。

日頃のかかり

- 危険な物や触って困る物は、手の届かない定位置を決めましょう。赤ちゃんが手にしてしまっても、すぐに取り上げず「パパのダイジダイジだから、ナイナイしておこうね!」と声をかけ、定位置と一緒に片付け(ナイナイ)をしましょう。
- 赤ちゃんは、大人が2秒遅れて反応しただけで違和感を感じて笑顔や発声が減るなど、コミュニケーション能力が大きく成長しています。スマートフォンは集中してしまいがちで反応が遅くなります。大人も使い方を工夫していきましょう。

Ⅳ 子どもの発達・行動の正しい理解

行動範囲が広がる

1歳頃

特徴

- 歩行を獲得し行動範囲が広がり、母乳やミルクから幼児食中心となり、自分の思いを身振りや指さしで表現するなど、喜怒哀楽も豊かになってきます。有意語を1～2語発する子もいますが、やりたいこと、伝えたいことが上手くいかずに、ぐずったり、かんしゃくを起こす場面が多くなります。



▼▼▼かんしゃくをおこす・大声をあげる

対処法

- 「〇〇したいのね～」と短い言葉で何回か代弁すると「ママやパパに伝わってる!」という共感と安心感につながります。それでもかんしゃくが長引くときは、安全な状況が確認した上で見守り、少し落ち着いてきたら「××しようか!」と違う行動に切り替えてあげましょう。



日頃のかかり

- 日常の場面でも、子どもの行動や気持ちを、短い言葉で代弁するように心がけましょう。声かけの場面をわざわざ作らなくても、お風呂の時に「お腹ゴシゴシ!今度は足～」など、状況や行動を説明したり促す声かけは、言葉を増やし、気持ちをコントロールする力につながります。

トピックス TOPICS

愛着形成 [アタッチメント]

子どもは日々の生活の中で、ごく自然に不快な感情を経験しますが、親や養育者などの周囲の大人にくっつくことで安心感を得て、そこを基地に気持ちを立て直し、再び外の世界に探索しに行きます。3歳前後には、その安心基地を心の中にイメージし（愛着形成）、様々な経験を広げていきます。

第1段階

誕生から生後8～12週ごろまで

誰に対しても同じような反応を示す



第2段階

生後12週ごろから6か月ごろまで

特定の相手に愛着を抱きはしめる



第3段階

6か月ごろから2、3歳ごろまで

特定の人に愛着を持ち、常にその人と一緒にいたいという態度を示す



第4段階

3歳ごろから

離れていても心の中に特定の人の絆ができてくる





対人関係が広がる

3歳頃

特徴

- 走ったり、飛び降りたり、自分の身体をコントロールできるようになり「自分は何でもできる」という意識の成長が大きい時期です。目の前に父母など親しい大人（愛着対象）がいなくても、心の中にイメージして幼稚園で同年代と同じ時間を共有して平行して遊ぶようになります。家に帰ると園での経験を思い出して文章で話すなど、言葉でのやりとりも盛んになってきます。排泄や洋服の着脱など、身辺自立も進みますが、失敗することもまだまだ多い時期です。



▼▼▼ 言うことをきかない・自分でやると言うができない

対処法

- 「ボタンをはめたい!」「料理をしたい!」など、「自分でやりたい」けれど手先が未熟で上手いれない、させられない時は、子どもの自立の気持ちを受け止めて、さりげなく手を貸し、最後は子どもが仕上げて「達成感」に繋げてあげましょう。
- 我慢が必要な場面では、「〇〇が終わったら」「長い針が5になったら」など、状況や見通しを言葉や視覚的に簡潔に伝えることで、理解力や気持ちのコントロール力を育みましょう。ただし「口だけ」は不信感につながるので、「守れる約束」を提示し、守れたらほめてあげましょう。
- 「一緒に遊んで、話を聞いて」と、大人に相手をしてもらうことで安心感を求める時期でもあります。「サラダを一緒に作ろう」など、ちぎったり、混ぜたり、子どもが出来そうな、手を使ったお手伝いを提案し、気持ちを切替えるのもひとつです。お手伝いは手先の発達を促し、承認欲求を充足させ、自己肯定感につながります。最後に「ありがとう、助かった〜!」とほめることも大切です。



日頃のかかり

- 「夕飯の後は、風呂に入り、歯を磨く」など、毎日のスケジュールを記憶する力は十分ついてくる時期です。起床、就寝、食事の時間など、毎日の生活リズムを大人も意識して生活しましょう。その上で、いつもと違うスケジュールになる時は、前日や当日の朝に「幼稚園が終わったら、今日は耳鼻科に行くね」と予告することで、見通しを持つ力が育ちます。子どもなりに心構えがあると、かんしゃくの程度も少なくなります。
- アナログ時計やカレンダーなどの活用を意識していきましょう。
- 自分のことより、ちょっとしたお手伝いをして「助かるわ〜!」とほめられると嬉しい時期です。また「〇〇当番」と家庭内での役割があると喜ぶ時期でもありますが、一人で継続するのはまだ無理です。大人が子どもに頼りすぎると「お手伝いしない子はダメな子?」と、大人の顔色を見過ぎる態度につながる可能性があります。お手伝いの内容は、子どもの成長・発達に見合ったものが常に確認していきましょう。



IV 子どもの発達・行動の正しい理解

想像力が広がる

5〜6歳頃

特徴

- 語彙が著しく増え、自分の気持ちや経験を簡単な時系列で説明したり、相手の状況や気持ちを推測する「心の理論」も発達し、嘘や言い訳ができるようになってきます。4歳過ぎた頃からは、想像力がたくましくなり、戦いごっこやままごと遊びなどの役になりきり、子ども同士で遊びのルールを決めたり、協力して活動することが増える一方、相手と折り合いがつけられずにケンカになることも増えてきます。テーマに合わせた背景や人物などを描くようになり、数の概念や文字への関心も高まり、しりとりやクイズなども楽しめるようになってきます。周囲に教えられれば公共のルールなども守ろうとする抑制力も育ってきます。



できるのにしない・「いい子」じゃない

対処法

- できることが増えてくるため「できて当然」と考えがちですが、まだまだ自分の欲求をコントロールする力は未熟です。自制心を司る脳の発達は20歳過ぎまでかかるとも言われています。咄嗟の嘘や言い訳は日常的に見られます。「○○したのね」と聞き流し、「じゃ、××しましょ」と次の活動を促すのもひとつです。「嘘ついたらダメでしょ!」と指摘すると、引っ込みがつかなくなることもあります。嘘や言い訳だとわかった上で、話を聞いていくと「だって××なんかもん・・・」と本音が聞けることもあります。



日頃のかかり

- 朝の身支度など、やることはわかっているけど「テレビが観たい」など、まだまだ自分の気持ちが優先されてしまう時期です。「○時までに登園準備したらテレビOK」など、家庭内のルールを、事前に子どもにきちんと説明する機会を作ることが重要です。「○時までがいい!」など、子どもから交渉された場合は、その場対応ではなく、あらかじめ時間を作り「家庭内ルール」の説明をします。可能な範囲で子どもの意見も取り入れると、約束を守ろうとする意欲も高まり、気持ちをコントロールする力の発達を促します。「守れなかったらどうするか」も、具体的な場面や量(時間や回数)を決め、本人と事前に約束しておきます。この時大切なのは100%守らせるのではなく、ルールを意識して自分の行動をコントロールしようとする力を促すかかりです。「甘え」もある時期です。いつもできることなら「やりたくない気持ち」を受け止めて、やってあげてしまうのもひとつです。





まだまだ自己中心的で幼い

小学校低学年

特徴

- 小学校という新しい環境の中、読み書き計算の基礎的学習を身につけ、日常生活に必要な概念(毎日のタイムスケジュールや学校でのルールなど)や、身体技能も発達していきます。子ども同士の関係も芽生えてきますが、幼児的な思考や行動も残り、自分中心に大人のかかわりを求めてきます。行動範囲はまだまだ狭く、学校でも休み時間に自ら校庭に出られない子どもや、帰宅後は自分の家の周りか近所で遊ぶ程度の子どものも多いです。先生や大人が言うことは絶対だと思い、守ろうとする時期でもあり、「先生(ママ)が××って言うてる!」とか、友達が規範などを破ると「告げ口」するのが多いのもこの時期です。

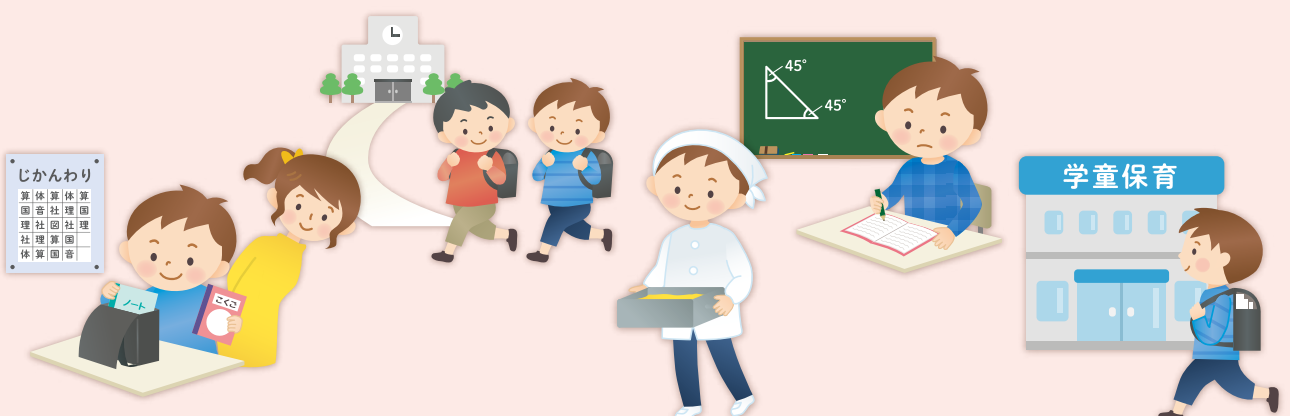
▼▼▼ 宿題、学校の用意をしない・どこまで手を貸せばいいかわからない・登校しぶり

対処法

- 学校生活は、親の手を離れて登下校するなど、就学前とは全く異なるタイムスケジュールや環境で生活することの連続です。①(質や量の増加)小学校の持ち物は毎日異なり、量も多くなります。②(対応)低学年の間は大人と一緒に「連絡帳」を確認しながら準備する必要があります。宿題も内容や「やり方」がわからない子どももいます。「学校でちゃんと聞いてきなさい」ではなく、最初は一緒につきあって、準備やパターンがわかってきたら、始めと終わりを子どもと一緒に確認していきましょう。
- 登校をしぶる理由の中に、環境の変化に慣れにくいことも考えられます。小学校では「大きな校舎」「教室」「朝礼や行事」「当番や班活動」「タイムスケジュール」など、今までの生活とは全てが大きく異なり、生活スピードも早くなります。さらに「先生」の言葉遣いや態度、距離感も異なるので、それだけで圧倒されてしまう子どももいます。「どうして行きたくないの?」と原因を求められても、子ども本人がわからず、説明できない場合も多いです。まずは、学校、家庭、地域での子どもが好きな時間や場所(安心感が得られる)や、子どもの苦手な場面などを把握してみましょう。

日頃のかかわり

- 小学校生活とそれに伴う家庭での時間の過ごし方を、他の兄弟や家族のスケジュールと合わせて、具体的にイメージ出来るようにしましょう。
- 小学校入学と同時に、放課後の学童クラブが始まる子どもは、二つの場所と先生に慣れる必要があります。その分の負担もあります。
- 小学校入学までに、家庭で経験したことがない学校の準備や片付け、一人で歩いて家に帰ることなども、練習が必要です。



じかんわり			
算	体	算	算
国	音	体	理
理	社	国	理
社	理	算	国
体	算	国	音

学童保育

Ⅳ 子どもの発達・行動の正しい理解

仲間・集団を意識する

小学校
中学校
年

特徴

- 身体が大きく成長し、抽象的思考が育ち（「9歳の壁」）、自分のことを客観的にとらえ、自己肯定感が育つ時期です。仲間意識が高まり（ギャングエイジ）、自分たちで決めたルールを守るようになりますが、発達の個人差も大きく、劣等感をもちやすくなります。無視や嫉妬などネガティブな感情も生まれ、閉鎖的な仲間集団が発生しやすい時期でもあります。

ゲーム（動画）をやめない

対処法

- 「一日30分」という約束の仕方は守られにくいいため、本人と家族でゲームをやって良い時間を話し合い「家庭ルール」として紙に書いてリビングなどに貼り、本人に宣言させましょう。家族全員が「ゲームをやって良い時間」を共有していれば、宿題や他の用事を早く済ませる声かけなど、協力してかわりやすくなります。「守れなかったら1週間お母さんに預ける」など、ペナルティについても事前に本人と約束することが重要です。

日頃のかかり

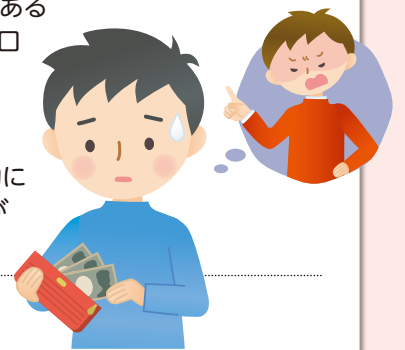
- ゲーム以外の就寝の時間や食事の時間など、家庭のスケジュールや「家庭ルール」をある程度決めておきましょう。親が一方向的に決めるのではなく、子どもの意見を取り入れた「家庭ルール」になるように一緒に考えることが、ルールを守るだけでなく、自尊心を高め、交渉力の発達を促すこととなります。

スマホやゲーム使用ルール作りのポイント（国立久里浜医療センター）
https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/case/tiar_case02.html

物を盗る・金銭の持ち出し

対処法

- 自分をよく見せようと仲間におごったり、リーダー的な友達の指示で金銭を持ち出す、物を盗るなど、背景に不適切な友達関係やいじめが隠れている場合もあります。金額が少額だと罪悪感が薄くなりがちですが、「家族内」「少額」で終わらず、「犯罪」であることをしっかり説明し、信頼できる大人に打ち明けることは「告げ口」ではなく「勇気ある行動」であると子どもに伝えましょう。
- 子どもの友達関係や家庭での過ごし方を把握しておきましょう。
- 行為だけを叱責して反省させたり、犯人探しをするのではなく、「物や金銭の使い道」「場面や頻度」「単独か集団か」など、具体的に確認し、行為をした時の気持ちを聞くなどの対応によって、本人が保護者から安心感を得て、問題解決につながる場合もあります。



日頃のかかり

- 日頃から、家庭内での役割を持たせ（居場所や承認）、友達の中での力関係などについて、家族が把握できるようにしましょう。
- 友達関係や家庭内のトラブルによるストレス解消の代償に、物を盗ったり、金銭を持ち出す子どもや、ゲーム感覚で集団万引きに発展してしまう子ども達がいることにも注意が必要です。

友達に流されやすい

対処法

- 家族の夕食先や旅行先で「どこに行く?」「何をやる?」「どうやって行く?」など、子どもが考えて提案する機会を作りましょう。例えば「動物園」を提案してきたら「何を見る?」「ご飯はどうする?」など、子どもに主導権を持たせつつも、大人や他の家族の条件や希望も伝え「家族皆が楽しむ方法」を自分で考えるよう促します。

日頃のかかり

- 日常的に親やきょうだいが決めたことに従う環境にいる子どもは「自分で考えて決める」経験が少ないことが多いため、自分で考えて決める機会をつくるように心がけましょう。
- 状況理解の困難さや相手の気持ちがわかりにくいことで、相手の顔色をうかがい、自信がないために、友達をモデルにすることもあります。知的障がいや発達障がいの傾向がある場合にみられることがあります。



自分らしさを意識する

思春期
小学校高学年

特徴

- 体格が大人に近づき、初潮や精通といった性的成熟が始まる子どもも多い時期です。仲間関係での様々な喜びや傷つきを通し「大人の言うことが全てではない」ことを感じる自分に気づき、口答えや大人の批判をしながら「親子関係」より「仲間関係」を優先するようになり、約束を破るなどの「反発」も目立ち始めます。一方で、親にべたべたとすり寄り「甘え」て安心感を確認するなど、親からの「心理的自立（親離れ）」を模索し始める時期でもあります。

ゲームを制止すると暴れる (参照) 小学校低学年: ゲーム(動画)をやめない

対処法

- 事前のルールは決めていますか? 「決めたルール」を本人が守っているのに、過干渉にゲームを制止されると暴力に至るかもしれません。しかし「決めたルール」や自分の行動をコントロールできずに暴れる子どもの中には、「ゲーム依存」に陥っていることもあります。ゲームは、その性質上ハマりやすく、やめにくいものですが、子どもが直面する家族や友人関係の問題やストレスがゲームに走らせていることもあります。状況によっては相談機関や児童精神科などを勧めましょう。

国際疾病分類の第 11 回改訂版 (ICD-11) 11.2.2 Gaming disorder ゲーム症<障害> 世界保健機構 (WHO) 2022 年 1 月発効
 (参考) 日本精神神経学会「ICD-11 新病名案」インターネット依存自己評価スケール (国立久里浜医療センター)
https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/screening/kscale_t.html

親への隠し事・嘘が多い

対処法

- 学習面や友達関係など、どんなことか話しあいましょう。根底には「自分をよく見せる」「出来ないことをごまかす」などの心理が働いていますが、困っているサインの場合もあります。理由を問い詰める、謝らせることより「いつ・どこで・誰が・何を・どれ位の時間」など、子どもの話を時系列に具体的に聞きながら、状況に至った経緯のメモを取り、「何に困った結果か」「どうすれば良かったか」など、解決策と一緒に考えます。中には、親の心配を気にして「嘘や隠し事」をする子どもたちもいるので、本人の気持ちを聴くことが大切です。また発達障がい傾向があり、経緯を説明出来ない子どももいるので、児童精神科などの受診を勧めるのもひとつです。



特定の教科だけ勉強しない

対処法

- 丸暗記は得意でも、問題の意図をくみ取ったり、文章で説明したりすることが苦手な子どもがいます。学校の授業の様子や担任の評価などを確認し、本人の理解力の問題が考えられる場合には、スクールカウンセラーや教育センターなどに相談しましょう。

日頃のかかり

- 不機嫌さやイライラは、身体の成長にところが追いつかないストレスの表れと受けとめましょう。甘えてスキンシップを求めてきたら「まだまだ子ども」と受け入れて安心させることは重要です。一方、反発は「成長」と受け止め、対等な意見を持つ大人として親子で話し合う機会にしていきましょう。また子どもが冷静で落ち着いている時に、家族の一員としての責任ある役割 (家庭科で習う程度の掃除や洗濯、食事作りなど) について話し合い、親が手本を見せてやり方を教え、少し慣れてきたら「信頼して任せる」かかりは、自己効力感を促します。また地域や他の家族との行事など、親以外の大人との関係性ももてる機会を増やすのも良い経験のひとつとなります。



IV 子どもの発達・行動の正しい理解

自立と不安でこころはゆれる

思春期
中学生

特徴

- 第二次性徴により、自分がもう子どもではない、大人の仲間入りをしたという感覚を持ち、「親に力で負けることはない」というある種の対等感をもったり、親にもあまり知られたくない性という秘密を持ったりもします。そのため、大人に反抗したり、親子のコミュニケーションが不足しがちな時期でもあります。自分独自の内面の世界があることに気づきはじめ、自意識と客観的事実との違いに悩み、様々な葛藤の中で、自らの生き方を模索しはじめる時期であり、仲間同士の評価を強く意識する反面、他者との交流に消極的な傾向も見られます。性意識が高まり、異性への興味関心も高まる時期でもあります。

▼▼▼ テスト勉強・受験勉強をしない (参考) 小学校: 特定の教科だけ勉強しない

対処法

- 丸暗記は得意でも、問題の意図を汲み取ったり、言葉による文章表現が苦手な子どもがいます。中学校は教科担任制になるため、教科による教え方の違いで混乱する子どももいます。また小学校では学習単元終了後に実施されたテストが、中学校ではテスト期間が設けられ、広い出題範囲を自分で計画的に学習することが求められます。教科毎の授業の様子や担任の評価などを確認し、本人の理解力に問題が考えられる場合には、発達障がいなども視野に入れ、スクールカウンセラーや教育センターの利用を勧めましょう。

発達障害情報・支援センター
<http://www.rehab.go.jp/ddis/> こんな時どうする / ライフステージ別 / 思春期

▼▼▼ 身体症状(頭痛・腹痛など)をよく訴える

対処法

- 頭痛、体のだるさ、立ちくらみ、朝起きられないなどが主な症状である「起立性調節障害」や、「過敏性腸症候群」「小児慢性疲労症候群」「貧血」などの可能性がありますので、症状が続く場合には受診を勧めましょう。また、友達や家族関係、学業に関するストレスなどから身体症状がみられることも多いので、「怠け」「学校嫌い」などと誤解することなく、本人の気持ちをしっかりと受け止め、本人の負担となっている環境を調整することも大切です。



▼▼▼ いじめ・友達つき合いなど対人関係に悩んでいるようだ

対処法

- 悩んでいる子どもは、自己肯定感が低下して「親にも責められた」と感じてしまうことがあります。励ますつもりであっても、「あなたが強くなればいい」「あなたにも悪いところがあったのでは?」と考えたり、言ったりせず、まずは、「どんな状況が辛いのか」「自分がどうしたいと思っているのか」など、子どもの気持ちを肯定的・共感的に受け止めてください。そして「そのような状況であれば誰でも辛い」「あなたは悪くない」「親はあなたの味方」であることなどを伝えましょう。そのうえで、担任や周囲の大人にさりげなく見守ってもらったり、スクールカウンセラーへの相談を勧めましょう。

日頃のかかり

- 教科担任制や部活動、委員会活動など、宿題の出し方やノートの取り方、指示の出し方など、教員の数だけ多様になり、校則など厳しいルールも加わります。さらに先輩との上下関係やクラス単位以外の集団行動などで、他者と合わせるのが今まで以上に求められます。成績やクラスでのポジションなどが変わることも多く、本人も気づかずにストレスを抱えやすい時期です。「もう中学生なんだから!」「他の人は出来てるのに!」と比較することは避け、家庭では子どもが興味関心のある話を聞くように心がけ、学校や先生の不満や不安が出てきたら、アドバイスやお説教はせず、まずは、子どもの言い分を最後まで聞いてみましょう。



▼▼▼ 不登校・引きこもり

(参照) 勉強しない、身体症状、対人関係の悩み

対処法

- 不登校の原因は様々で、子ども自身もわからないまま学校に行けなくなることもあります。「学校に登校する」ことが最終目標ではなく、子どもの社会的自立の支援が重要です。子ども自身の体調や理解力、対人関係などが学校生活のストレスを強めていないか探りつつ、家以外の居場所(適応指導教室やフリースクールなど)で、本人が安心して生活できる経験を大切にしましょう。

「不登校児童生徒への支援の在り方について(通知)」
令和元年10月25日 https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1422155.htm



▼▼▼ スマートフォン(スマホ)・SNS への依存で昼夜逆転の生活

(参照) 小学校高学年: ゲームを制止しようとすると暴れる

対処法

- スマホは持ち運びが簡便で、使用状態が家族や周囲に分かりにくいのが特徴です。夜中に布団の中で使用し、朝起きられずに昼夜逆転してから気づかれることもよくあります。理性をつかさどる前頭前野は、成人するまで働きが弱いこともわかっており、子ども自身も気づかないうちに、スマホやSNSに夢中になってしまうことがあります。スマホを与える際には、使用目的、使用場所、料金の支払い、スマホで得られるもの、失うものを親子でよく考えて話し合い、家庭ごとのルール作りをして書面に残す、最初は専用のものを与えず、親のものを条件付で貸し出すなどの工夫も大切です。違反があればルールを見直し一定のペナルティを設けることも重要です。

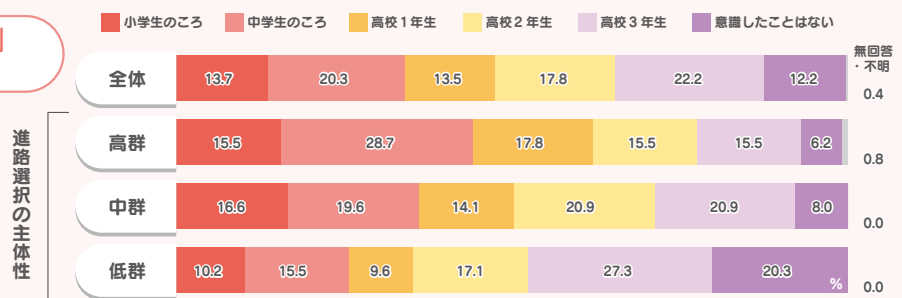
インターネット依存について <https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/section/internet.html>

▼▼▼ 親の知らない交友関係(ネットで知り合った人とのつき合い)

対処法

- SNSは、人とのつながりを促進・サポートする、コミュニティ型の会員制のサービスと定義されています。SNSを通して、現実の友人や家族と交流が深まる反面、匿名や大勢で友人を攻撃する「ネットいじめ」などの問題も起きがちです。現実世界での悩みや夢を、見ず知らずのSNS相手に打ち明けているうちに親密になり、事件に巻き込まれる場合もあります。SNSの相手の反応を一日中気にし、外出先でもSNS用の写真を夢中で撮り、現実の友人や家族との会話が減ったと感じたら要注意です。まずは大人がスマホを置いて、子どもと対面で、現実子どもが抱えている気持ちや考えを、肯定的に聴いていくことから始めましょう。

「どのような職業に就くか」を意識した時期



トピックス TOPICS

進路選択など、主体的に考える高校生は、将来の職業を中学の頃から意識しているというデータもあります。どんな職業についてみたいか、どんな大人になりたいか、親の希望を押し付けるのではなく、本人を主役に夢や希望をよく聞くことが「自立」を促す手助けになります。

Ⅳ 子どもの発達・行動の正しい理解

将来に向けての自分探し

思春期
高校生以降

特徴

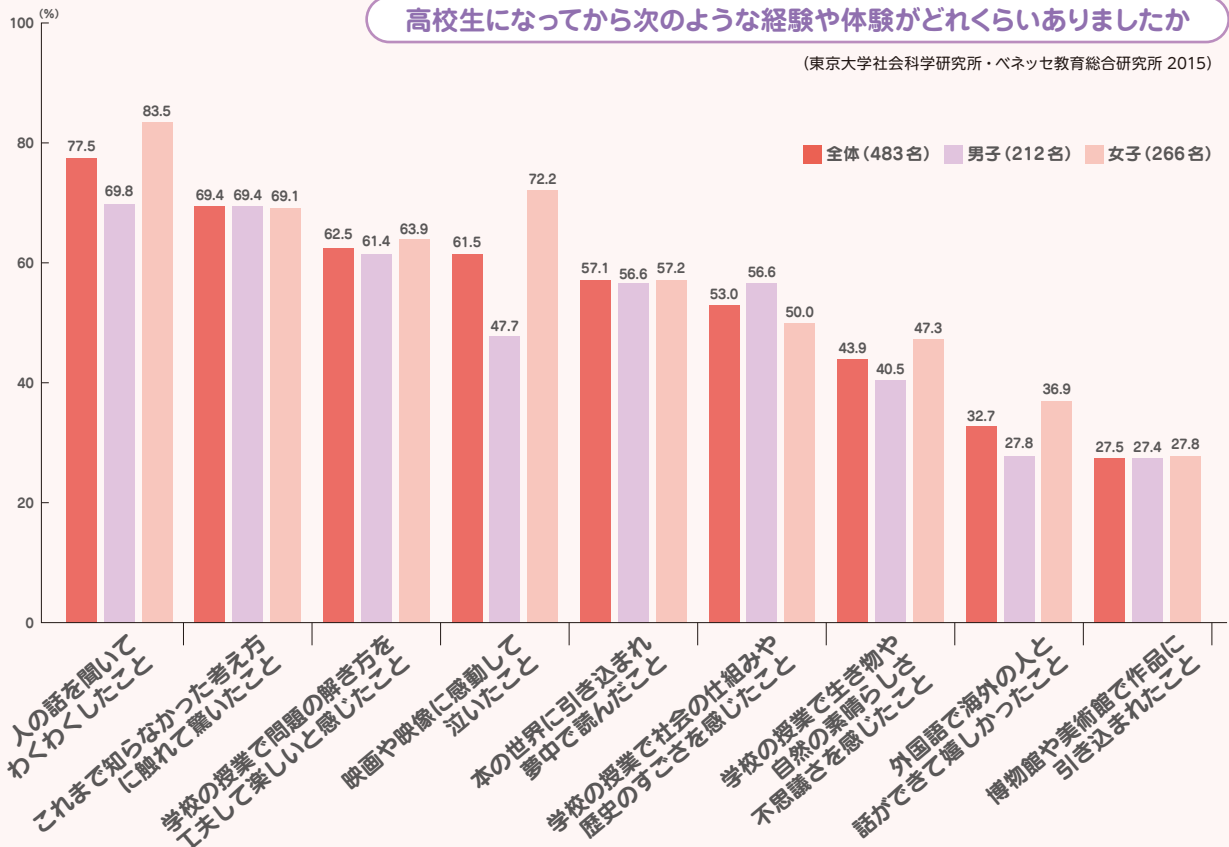
- 親の保護のもとから自立し、社会の一員としての自覚を持った生き方について模索し、主体的に進路を決定していく、大人への最終的な移行時期です。特定の仲間の集団の中では濃密な人間関係を持ちますが、集団の外の人に対しては無関心となり、さらには、社会や公共に対する意識・関心が低下することもあります。

日頃のかかり

- 自分の洗濯、簡単な食事作り、掃除やゴミ出し、金銭管理など、子ども自身で身の回りのことを一通りやったことはありますか？子どもの生活や困ったことなど、全て親が対処していたら、学力はあっても「過干渉」と言えます。一方、子どもの帰宅時間、居場所、興味関心や友達の名前など、親がほとんど知らない場合は、大人扱いではなく「放任」かもしれません。子どもが数年後には「自立した大人として生活できる」ことを、親子でイメージ出来るよう、家庭の状況も踏まえた「子どもの将来」に関して、子ども自身が主役で話し合う機会を家族で持ちましょう。

高校生になってから次のような経験や体験がどれくらいありましたか

(東京大学社会科学研究所・ベネッセ教育総合研究所 2015)





▼▼▼進路・適性について、就労・自立に向けてのサポート

対処法

- 中学校や高校では体験授業や職業調べなど、「自分がやってみたいこと」「興味関心分野」について調べたり、体験する授業が設定されていますが、親子でもそのことについて話してみましょう。高校生になって「人の話を聞いて、わくわくした」「これまで知らなかった考え方に触れて驚いた」という経験をもつ子どもは7割にも上ります。親や教員が社会人の先輩として、社会の仕組みや個人の考えを話したり、子ども自身が気づいていない「良いところ」を見つけて伝えていくことは、子どもの自己理解を促します。小学校の頃の夢が、中学・高校生の現実を踏まえて変わることは当然です。

ジョブカフェにおける支援（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/jakun_en/jobcafe.html

▼▼▼不登校になり、留年や高校の卒業が心配

対処法

- 不登校の原因は様々です。「学校に登校すること」が最終目標ではなく、子どもの社会的自立の支援が大切です。本人だけではなく、家族も社会から孤立してしまっている場合があります。まずは、家族がスクールカウンセラーや相談機関などへ相談できるように勧めましょう。

ひきこもり支援推進事業（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/hikikomori/index.html

ひきこもり支援者読本（内閣府）https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/handbook/ua_mkj.pdf.html

▼▼▼デートDVを受けている

対処法

- 子どもが発する「恋人が自分の思い通りにならない」、逆に「怖い」「辛い」「嫌われたくない」などのサインに気付いたら、「彼氏（彼女）とは、安心できる関係かな？」と、親子で一緒に話し合うことが理想ですが、なかなか難しいのが現実です。以下のサイトを一緒に見たり、まずは親だけでも最寄りの男女共同参画センターなどを勧めましょう。

女性に対する暴力の根絶（男女共同参画局）http://www.gender.go.jp/policy/no_violence/index.html

（男女共同参画センター一覧）http://www.gender.go.jp/public/pamphlet_leaflet/kujoshori/pdf/02-5.pdf

▼▼▼「子どもが性被害を受けた」ときの親の対応

対処法

- 親は心配や不安のあまり「本当なの？」と疑ったり、「何で気をつけなかったの？」と子どもを責めたり、軽蔑したり、逆に親自身を恥じたりするかもしれません。親が衝撃を受け、憤りを感じ、混乱するのは当然のことです。支援者は親の気持ちを受け止め「親も子どもも悪くない」ことを繰り返し伝え、こどもの存在を肯定し大切に思う人とのつながりで、回復していくことを伝えましょう。さらに親自身のケアが大切なことも伝えていきましょう。

性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター

http://www.gender.go.jp/policy/no_violence/seibouryoku/consult.html

▼▼▼リストカット、自傷行為、自殺未遂したときの親の対応

対処法

- 手首（リスト）を自分で刃物などで傷つけるなどの自傷行為をする子どもの半数以上が、「つらい感情から逃れたかった」「死にたかった」といいます。自傷行為の根底には、「自分を大切にすることができない」「周囲の人に自分の苦しみを表現し、助けを求めることが苦手」などがあります。本人はつらい感情などのせいで自傷を行う状態に追い込まれているので、叱ったり、責めたりすることは望ましくありません。本人の回復力を援助することが大切です。必要に応じて精神保健相談や医療機関に相談を勧めましょう。

みんなのメンタルヘルス（厚生労働省）https://www.mhlw.go.jp/kokoro/known/symptom3_3.html

Ⅳ 子どもの発達・行動の正しい理解

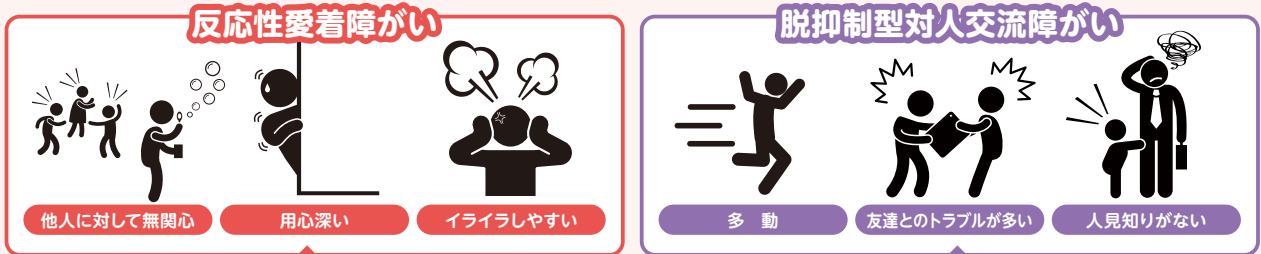
子どもの発達に配慮がいる場合の対応

支援者の対応のポイント

- 困っているのが誰なのかを確認します。保護者が不適切な対応をしている時は困っているサインと捉えます。
- 親子の生活を想像しながら、困っている場面を具体的にひとつひとつ確認していきます。
- 生活場面での困りごとから、具体的に子どもの発達の特徴を伝えます。
- できていることを一緒に見つけ、保護者のかかわりをほめます。
- 「困っていること」への対応の仕方や子どもの成長を促す方法を一緒に考えてくれる機関として、医療機関や療育施設を紹介するとともに、相談を継続できることなども伝えます。

マルトリによる行動かもしれません！

愛着障がい(被マルトリ)の行動特性



被マルトリ児の中には、
神経発達症のような行動をとる子どもがいます

自閉スペクトラム症 ASD [Autism Spectrum Disorder]

- 対人関係・社会性の障がい
- 想像性・コミュニケーションの障がい
- 興味関心の偏り・パターン化した行動
- 感覚の過敏さ・鈍感さが極端

注意欠如・多動症 ADHD [Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder]

- 不注意 (集中できない)
- 多動・多弁 (じっとしてられない)
- 衝動的に行動する (考えるよりも先に動く)

知的な遅れを
伴うことも
あります

限局性学習症 SLD [Specific Learning Disorder]

- 「読む」「書く」「計算する」などが、
全体的な知的発達に比べ極端に苦手

発達性協調運動症 DCD [Developmental Coordination Disorder]

- 協調運動が苦手な、極端に不器用

神経発達症の特性



子どもの気になる行動(困っている行動)

人とのかかわり方

ひとり遊びが多い・一方的でやりとりがしにくい・おとなしすぎる・常に受動的・大人や年上、年下の子とは遊べるが、同級生とは遊べないなど

(保護者に伝えること)

友達と一緒に遊ぶことが苦手な場合、年齢相応に相手の気持ちを想像したり、場の雰囲気や共有したり、状況にあわせてやりとりすることが苦手かもしれません。その子にあった集団への参加の仕方を工夫しましょう。

×「どうしてみんなと同じようにできないの?」

○ 場面や状況の意味や望ましいとされる行動の理由、相手の気持ちなどを具体的に説明して伝えていくことが、子どもの力になります。

想像性

相手にとって失礼なことや相手が傷つくことを言うてしまう・友だちのふざけた行動を、いじめられたと取り違える・集団で何かしているときにぼーっとしていたり、ふらふらと歩いていたりする・急な予定変更時に不安や混乱した様子が見られるなど

(保護者に伝えること)

相手の気持ちを想像することが苦手であったり、暗黙のルールがわからないと、場にそぐわない発言や行動につながる場合があります。経験とともに状況を予測することが苦手な場合、急な状況変化によって暴れたり、パニックを起こすことがあります。

×「そんなこととはダメ」「前も言ったでしょ!」

○ 場面や状況、相手の気持ち、先の見通しや予定、具体的なやり方を伝えます。見てわかるようにする、見通しがたえられるように事前に予告する、手順やルールを明確にするなどの工夫が役に立ちます。

感覚

ざわざわした音に敏感で耳をふさぐ・雷や大きな声が苦手・靴下をいつも脱いでしまう・同じ洋服でないとダメ・手をつなぎたがらない・極端な偏食・揺れているところを極端に怖がる・すき間など狭い空間を好むなど

(保護者に伝えること)

感覚の過敏さや鈍感さのために生活場面で困る子どもがいます。

× 無理にがまんさせる

○ 無理をさせない方法を考えてみましょう。落ち着ける場所を確保し、刺激を減らしましょう。好きな感覚が安心感やリラックス、気分転換に活用できることもあります。

学習

話が流暢で頭の回転が速いことに比べて、作業が極端に遅い・難しい漢字は読めるのに、簡単なひらがなが書けない・図鑑や本を好んで読むが、作文を書くことが苦手など

(保護者に伝えること)

得意分野と苦手分野の差が極端な子どもがいます。「○○博士」と呼ばれるぐらい物事を覚えることが得意な子どももいます。

× 苦手なことを克服させようと過剰に訓練する

○ 得意なことを伸ばすかわりや自己肯定感を育むことや、不得意な分野を補えるような工夫や周囲の理解を得ることなどが役に立ちます。

コミュニケーション

話は上手で難しいことを知っているが、一方的に話すことが多い・おしゃべりだが大人の指示が伝わりにくい・話を聞かなければならない場面で離席が多い・聞いていないなど

(保護者に伝えること)

一見話ができているように見えても、「相手にわかるように伝える」ことが苦手な子どももいます。話すことに比べて、「聞いて理解する」ことや、「表情や身振り、声の調子など言葉以外の状況から理解する力」が弱い子どももいます。

×「ちゃんと聞きなさい!」

○ 具体的でわかりやすい環境設定や声掛け、本人が言おうとしていることを整理しながら聞くなどの工夫が役に立ちます。

注意・集中

ひとつのことに没頭すると話しかけても聞いていない・落ち着きがない・集中力がない・いつもぼんやりとしている・忘れものが多い・毎日のことなのに支度ができない・片付けができないなど

(保護者に伝えること)

注意の配分がうまくできずたくさんの感覚を同時に処理することが苦手な子どもがいます。同時に二つのことをすることが難しかったり、考え事をしていて指示を聞きそびれてしまうことがあります。また、新しい刺激があると気がそれて、今していることを忘れてしまうこともあります。

×「ちゃんと聞きなさい!」「昨日も言ったでしょ!」

○ 短い声かけで注意を促す、メモやスケジュールなど視覚的なヒントを取り入れる工夫や、気が散りにくいように不要なものは目に入らないようにシンプルな環境にするとよいでしょう。

運動

からだがクニャクニャとしていることが多い・床に寝転がることが多い・極端に不器用・絵や字の筆圧が弱い・食べこぼしが多い・動きが雑で乱暴に見える・声が大きすぎるなど

(保護者に伝えること)

からだ全体を使った運動、細かい手先の操作、協調動作が苦手な子どもがいます。

× 失敗を責めたり、叱る

○ 楽しんで身体や手を使う遊びやお手伝いを促しましょう。日頃から「内緒話は1の声、授業の発表は5の声、応援は8の声」など、声の大きさを意識できるよう工夫してみましょう。

情緒・感情

極端に怖がる・注意されるとかっとなりやすい・思い通りにならないとパニックになる・一度感情が高まるとなかなか興奮がおさまらないなど

(保護者に伝えること)

感情のコントロールが苦手なことがあります。想像することや感覚の調節が苦手など、複数の要因が考えられます。

×「どうして、こんなことぐらいで怖がったり怒ったりするの?」

○ たいしたことではないように見えても、子ども本人にとっては重大なことであると受け止めて、「○○は怖いよね、いやだよね」などと、子どもの気持ちや行動を言葉にすることが安心感につながります。同じような状況の時に、子ども自身がその言葉を使って自分の気持ちを調節できるように促します。

こんなことも マルトリ

心理的マルトリによる影響は大きい

暴言(言葉の暴力)

ポイント

- 脳へのダメージが体罰よりも大きく、「心因性難聴」や「運動性失語症」などの原因にもなります。
- 言葉の暴力を繰り返すと、脳の聴覚野が変形し、自己肯定感が低くなります。

対応

- 叱りつけ、非難、批判、侮辱、あざわらう、おとしめる、はやしたてる、過小評価はNG
- 叱るときは60秒以内で
- ポイントを絞って叱る
- 第三者に相談する

他の子と比べる

ポイント

- きょうだいや他の子と比べたり、責めたりすることは、子どもの自己肯定感や自尊心を著しく低下させ、脳の聴覚野だけでなく喜びや快感を感じる線条体を変形させます。
- 健全なコミュニケーション能力が育たないうえ、いじめやDVの被害者になったり、「自分のせいでこうなった」「自分のすべてが悪い」と思いこみ、意欲低下にもつながります。

対応

- 「何でお兄さんみたいに出来ないの!」「女の子だから、やらなくていい」「うちの子は〇〇もできないんですよ～」などの叱咤激励、性役割による決めつけ、親戚の前での謙遜もNG
- 子どものしたことを認める
- 子どもが言った言葉をくり返す
- 魔法の言葉「助かったよ」

子どもを支配する

ポイント

- 親の言うことは絶対で、常に従わなくてはいけない、あるいは親の価値観を押し付けるといった主従関係は子どもに大きなストレスをもたらします。
- ストレスが長期的にかかると扁桃体が過剰に興奮し、副腎皮質からストレスホルモンであるコルチゾールが大量に出て脳に悪影響をおよぼすほか、子どもは常に親の顔色をうかがい、嘘をつくようになります。

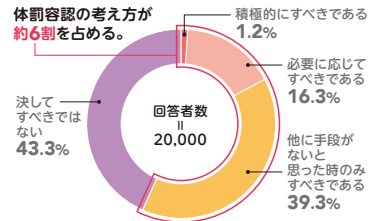
対応

- 塾や家庭学習の極端な無理強い
- 「あなたのためよ!」は子どもの人格を無視した押し付けです
- 手や口は出さず、遠くから見守る
- 人生のハードルを払いのけない
- 社会の基準やルールを教える

「気づいて欲しい」に寄り添う

- ① 親の「言動」ではなく、怒鳴ってしまう(嫌味をいう)親の「気持ち」に寄り添いましょう。
▶▶「怒鳴りたくなりますよね!」
- ② 親が怒鳴ってしまった時の気持ちを確認しましょう。
▶▶「怒鳴った後、どんな気持ちになりますか?」
- ③ 親が自分の気持ちや生育歴などを話始めることは、こころの扉が少し開いてきていると考えましょう。
▶▶「私も怒鳴られ、嫌みばかり言われて育った!」
- ④ 目の前にいる親の「子どもの頃の気持ち」に共感してあげましょう。
▶▶「そう、お母さんも怒鳴られて育ったんですか。嫌みとか言われても、我慢して大人になったんですね。すごいことですね。」
- ⑤ 「何も、わからないくせに!」と親が悪態をついても、「大人に成長するまでの気持ち」に共感してあげましょう。
▶▶「頑張って大人になったんですね。」
- ⑥ 「だって、怒鳴るとか嫌みを言う方法しかわからないんだ!」と言ってくれたら大成功です。怒鳴らないで済む方法を一緒に考えましょう。

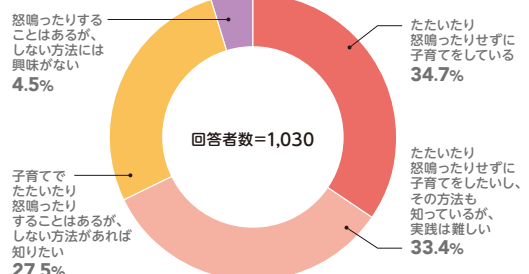
育児家庭内での子どもに対する体罰の意識・実態



(セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン 2018)



たたかない・怒鳴らない子育てへの関心は高い



(セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン 2018)



子どもが夫婦ゲンカを見聞きするのはNG

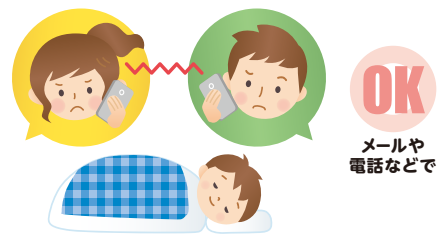
DVの見聞き

ポイント

- 夫婦ゲンカやきょうだいへの暴力・暴言などのドメスティック・バイオレンス(DV)を子どもが見聞きすることは、視覚的、聴覚的に子どもの記憶に残り、視覚野の容積が約6%小さくなります。視覚野の容積が小さくなると、相手の表情がわからなくなり、対人関係に支障をきたします。
- 殴る・蹴るなどの身体DVを見聞きすると、怒鳴る、ののしるなどの暴言DVを見聞きするのでは、暴言DVを見聞きした方が約6倍も脳に悪影響があることがわかっています。
- 夫婦ゲンカを見聞きした子どもは、自分のせいで親がケンカしていると思いつみ、家族を守れなかった罪悪感でこころに傷(トラウマ)を負いがちです。

対応

- ・メールなどを利用し、子どもの前でけんかしない工夫を
- ・ストレスをためこまない
- ・夫婦お互いのフォローも必要

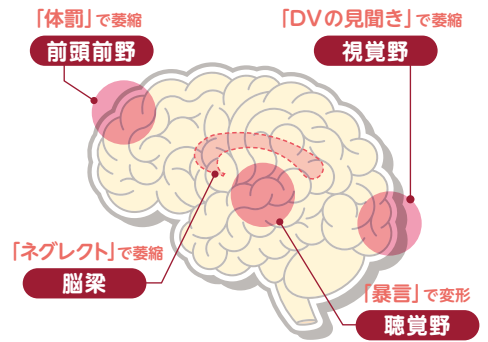


体罰は百害あって一利なし

「しつけ」や「子どものため」にたたいても、望ましい影響は一切ありません

ポイント

- 子どもが厳しい体罰を受けると行動や感情を抑制する脳機能の前頭前野が萎縮し、望ましくない影響をおよぼします。
- 乳幼児期に「お尻をたたかれて育った」子どもは、友達に乱暴をしたり、いじめをする報告もあります。
- たたいたり、怒鳴って子どもが言うことを聞いたとしても、それは恐怖によって子どもをコントロールしているだけです。
- 親の行動は子どものモデルになります。親が子どもをたたく、怒鳴ると、子どもは他人に対して同じことをするようになります。



しつけとマルトリのちがい

世界の国々で制定されていた「体罰禁止法」が、日本でも2020年4月から施行されます。

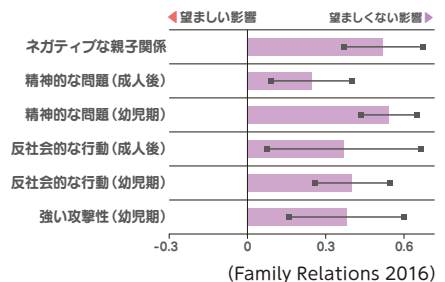
しつけとは、子どもの人格や才能などを伸ばし、社会で自立した生活を送れるようにサポートするかわりです。



対応

- ・軽くお尻(ほほ・手)をたたく
- ・罰として長時間正座をさせる
- ・食事を与えない
- ・友だちに怪我をさせたので同じように殴る
- ・ストレスをためこまない
- ・家族や自分で「たたかない」と決める
- ・決めておいた回避場所でゆっくり10数えて深呼吸する

「親による体罰」の影響



トピックス
TOPICS

親が周囲の注目を浴びようとするマルトリ

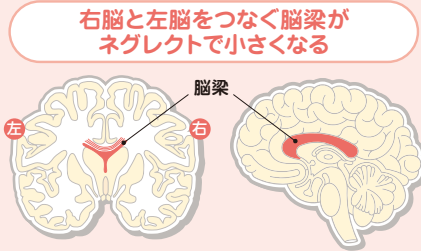
自分の子どもをわざと怪我や病気にさせ、熱心に看病する親の病に「代理ミュンヒハウゼン症候群」があります。実母に多くみられ、入院してもなお不自然な骨折や体調不良が続くので、疑問に思った医療スタッフが気づきますが、親の巧みな演技は発見を難しくします。親の育児ストレスや悩みを丁寧に聴き、観察し、発見することが子どもを守ることに繋がります。

V こんなことも マルトリ

どこからがネグレクト?

ネグレクト

- 子どもへのネグレクトは認知発達や行動、コミュニケーションや感情コントロール、学業成績の低下やパーソナリティ障がいに関連し、集団行動ができない子どもになってしまうことがあります。
- ネグレクトは、体罰と同等か、それ以上に望ましくない影響があります。



トピックス TOPICS

スマホの利用がネグレクトになることも

乳児をもつ親の8割以上が、スマホを「子守り」「遊び道具」として活用しています。0歳でもスマホが触れる環境だからこそ、年齢に合わせた使い方に気をつけていきたいものです。親がスマホに夢中になり過ぎ子どもの要求に気づかない、子どもの機嫌が良いからと長時間見せ続けるなどで「親子のコミュニケーションが減った」「怒りやすくなった」と悪影響を感じる親もいるようです。スマホの与え方に関心が高い親の方が「知識や情報量が増えた」「表現力がついた」など、子どもへの良い影響を感じている報告もあります。



1. 養育能力が不十分

養育者に知的障がい・発達障がい疑われる

ポイント

- 子どもの病気やケガに気づきにくい、適切な食事量や栄養バランスがわからない、料理や掃除などの家事がうまくできない、学校への書類が提出できない、こだわりが強くコミュニケーションが難しいなどがみられます。

対応

子どもの成長やライフステージにあわせて、場面に応じた対応をすることが苦手です。子どもの気持ちを言語化して伝えることや、家事のやり方、子どもへの対応の仕方など、ひとつひとつ具体的に助言しましょう。家事援助などの支援が役に立つこともあります。

子どもの救急 (日本小児科学会) <http://kodomo-qq.jp/index.php>
 教えて!ドクター <https://oshiete-dr.net/oshietedr/>



重大な病気になっても病院へ連れて行かない



不潔なままほっておく (風呂に入れない、洗濯をしない)



子どもの意志に反して登校させない



満足の食事を与えない

養育者にこころの病気が疑われる

ポイント

- 養育者の病状が悪くて家事や学校で必要な準備ができない、子どもの病気やケガのケアができない、子どもが家事や年少児の世話のため登校できない、妄想や強い不安などのため子どもを登校させないなどがみられます。

対応

養育者の受診や服薬状況を確認しましょう。同意を得て医療機関と連携することが大切です。子育てにこだわらず、養育者の困りごとに寄り添い、支持的・共感的に接しましょう。必要があれば精神保健・母子保健・学校と連携し、福祉サービスの利用や生活支援につなげましょう。

(みんなのメンタルヘルス：厚生労働省) mhlw.go.jp/kokoro/known/disease_develop.html



2. 支援者の有無や経済的困窮

一人親だけでなく、同居家族がいても夫婦や祖父母との関係が悪い、子どもが多い、要介護者がいる、経済的余裕がないなど、ひとりひとりの子どもに物理的・心理的に十分にかかわれていない



乳幼児を家に残したまま度々外出する

ポイント

- 主たる収入者は誰か、家事・育児を主に担うのは誰か、ライフラインがとまることはないか、借金はないかなどを確認しましょう。

対応

たとえ仕事でも夜間子どもだけを置いていくと、夜中に子どもが親を探して外に出て危険な目にあう確率が高まることを伝え、子どもの発達や年齢に合わせた生活スタイルを一緒に考えていきましょう。期間を決めて社会資源の活用も提案しましょう。



同居人の虐待を、見て見ぬふりして放置する



乳幼児を車の中に置き去りにする

3. 自分の楽しみや異性とのつきあいを優先・世話をしたくない

子どもの世話より、パチンコなどのギャンブル・夜遊びなど自分の興味関心を優先する、養育に拒否的な発言がある



子どもを遺棄する

ポイント

- パーソナリティや社会性が未熟、望まない妊娠、養育に否定的な感情をもつような養育者自身の成育歴、依存症などが背景にある場合があります。

対応

子どもの放置や遺棄は、どんな事情があっても死に至る危険があります。警察や児童相談所と連携するなど、子どもの安全を図りましょう。養育者の思いや環境などを具体的・共感的に聞き取り、必要な支援を一緒に考えていきましょう。依存症が疑われる場合には相談機関や医療機関の受診を勧めましょう。

4. 保護者の信条

子どもが病気や心身の成長・発達が不良でも病院や薬を拒む生活、予防接種をしない、極端な自然食品志向、おむつをしないなどの発言がある

ポイント

- 宗教や極端な自然育児が母親のみ、両親、祖父母も含めた親族的な信条なのかを確認しましょう。

対応

極端な自然志向が子どもや母子のみで、夫婦や親族内の育児観が違うこともあります。その時期や理由を聞き取りつつ、子どもに必要なかわりについて、地域で集団生活(幼稚園、小学校など)が始まる時期をきっかけに説明をしていきましょう。宗教的な理由で体に針を刺さない、輸血をしない場合も、子どもの生きる権利を伝え、感染症や予防接種について、周囲にも影響があることを伝えていきましょう。

傷ついた^{いや}脳を癒す方法

子どもと大人のよりよい関係を深めるコミュニケーション

【1日5分から始めてみましょう!】

子どもが会話の主役になり、子どものリードに大人がついていくかわり

積極的に使いたい3つのコミュニケーション

1 繰り返す

子どもが「赤いりんごを描いたよ」と話したら「ほんとだ、赤いりんごを描いたんだね」と共感的に繰り返します

(理由).....
 ●子どもを会話の主役にします ●大人が話を聞いていることを子どもに示します ●大人が子どもを受け入れて理解していることを示します ●子どもの会話を上達させます ●子どもと大人の会話量を増やします

2 行動を言葉にする

子どもがおもちゃを片づけていたら「おもちゃを片づけているのね」と、実況中継のように言葉をかけます

(理由).....
 ●子どもが主役になります ●大人が関心を向けていることを示します ●子どもに言葉の手本を示すことになり、言葉や概念を教えることにつながります ●子どもの注意が、自分の行動に向き続けます ●子どもが自分の行動の理解を深めます



3 具体的にほめる

「静かに待って偉いね」「お片づけできたね」など、適切な行動を具体的にほめましょう

(理由).....
 ●子どもの行動に対して、大人が何をよいと思ったか具体的に伝えることになります ●罰や脅かしより、行動を変えさせるのに効果があります ●子どもの良い行動を増やします ●大人も子どもも良い気分になり、関係がより温かいものになります



減らしたい3つのコミュニケーション

1 命令や指示

大人のリードは控えます
 不要な命令は避けましょう

(理由).....
 ●命令や指示は、子どもから主導権を奪ってしまうことになります ●「こんな風にやってみたら?」などの提案も、子どもが従うことを期待した間接的の命令になりがちです ●子どもが従わないとお互いに嫌な気持ちになることがあります ●遊びが楽しくなくなります

2 禁止や否定的な表現

「ダメ」「やめて」「～しないで」などの否定や禁止の言葉は避けましょう

(理由).....
 ●子どもが大人に嫌な感情を持つかもしれません ●問題が改善することはあまりなく、子どもは大人の関心を引こうと、多くは否定的な行動を増やすことになりがちです ●望ましい行動の手本が示されず、「ダメ」「やめて」などの言葉を学習して頻回に使いがちになります ●大人と子どもとの間の摩擦が増えます

3 不必要な質問

「何作ってるの?」と質問したり、子どもが「赤で塗ろう!」と言ったら「赤で塗るの～?」など、声のトーンが質問調になるのは避けましょう

(理由).....
 ●質問は答えを求めるので、会話の主導権を取ってしまいます ●質問には、しばしば隠れた命令や間接的な命令が含まれます ●子どもが自分の言うことを聞いてもらえていないように感じることもあります ●子どもの考えに反対しているように感じるかもしれません

VII

安全安心に 子育てできる環境を目指して

困っている家族に気づき、家族丸ごと支援する地域づくり

全ての大人が 「たたかない、怒鳴らない」を理解する

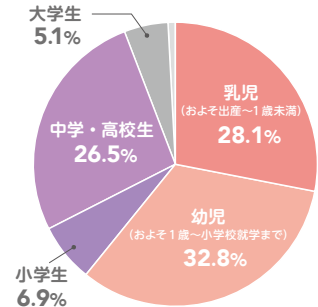
子育てが一番大変と感じているのは、小学校に上がるまでと思春期が多いです。幼児期からの子育て支援は、マルチからの回復に有効です。養育中の母親の抑うつ気分が高まると、本人が気づかないうちに、大人の気持ちを推測する脳の機能が低下することがわかってきています。

育児ストレスで「抑うつ気分」の母親は、相手の気持ちを推測する脳の部位の活動が低下



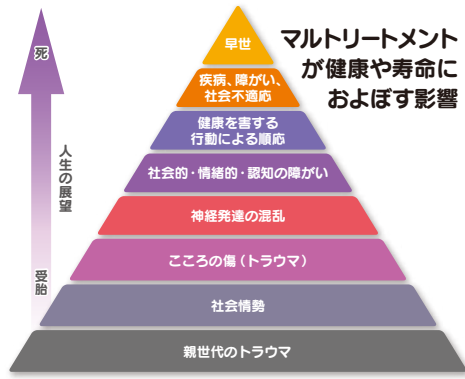
(J. Affect. Disord. 2018)

子育てが 最も大変な時期は？

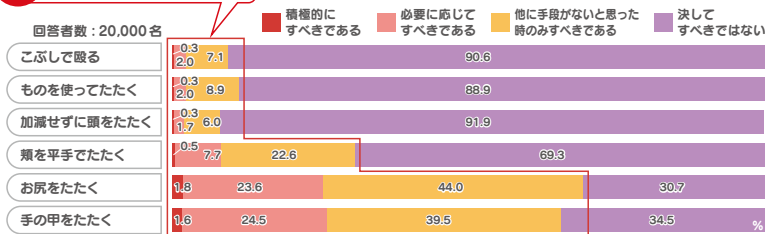


親だけでなく、全ての大人の言動は、 子どもの脳の発達に大きな影響を与え、 成人後の健康にまでかわる

乳幼児期のマルチは、脳や体のバランスを崩し、認知や情緒、社会性の発達に影響を与え、成人病や心疾患、がんになるリスクが高まり、寿命が短くなります。



Point 「たたく」行為の内容によって、容認する回答者の割合が異なる。



とも育てが必要

(きょうどう子育て)



子ども

- 未就園児
- 親が負担に思う可能性がある子 (身体・発達障がい、情緒不安、過敏な子、よく動く子、人との関係がとりにくい、かんしゃくが強いなど)

親

- 子どものニーズに気づきづらい
- 子どもの発達理解・育児スキルの理解が乏しい
- 親自身に被マルチ経験がある
- うつ病を含む精神的健康に問題がある
- 若い親、一人親、低収入
- 非血縁のパートナーが同居している
- マルトリを支持、正当化する考え方や感情を持つ傾向がある

家族

- 経済的問題
- 社会的孤立
- 家族機能不全 (DVなど)
- 育児ストレス、脆弱な親子関係、否定的な親子関係

いつでも見守り、 聞き役になる人がいる 地域づくりに向けて

- 積極的にあいさつをして顔見知りになりましょう
- 家族以外の大人も子育てモデルや助言者になりましょう
- 人に預ける、相談することを肯定的に捉えましょう
- 支援的大人としての関係性を強化しましょう
- ヘルスケアと社会サービスへのアクセスを促しましょう

参考文献

- 遠藤利彦「赤ちゃん学で理解する乳児の発達と保育 言葉・非認知的な心・学ぶ力」中央法規出版、2019年
- 大岡由佳「安全な暮らしをつくる新しい公／私空間の構築 ト라우マへの気づきを高める“人・地域・社会”によるケアシステムの構築プロジェクト」RISTEX、2017年
- 厚生労働省「赤ちゃんが泣きやまない」2013年
- 厚生労働省「全国ひとり親世帯等調査結果報告書」2017年
- 国立成育医療研究センター「子どものトラウマ診療ガイドライン」2011年
- 佐藤拓代「予期せぬ妊娠に対する相談体制の現状と課題に関する調査研究」2019年
- セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン「子どもに対するしつけのための体罰などの意識・実態調査結果報告書」2018年
- 東京大学大学社会科学研究所・ベネッセ総合研究所「高校生活と進路に関する調査「ダイジェスト版」」2015年
- 友田明美「子どもの脳を傷つける親たち」NHK出版、2017年
- 友田明美「親の脳を癒やせば子どもの脳は変わる」NHK出版、2019年
- 日本産婦人科医会「妊産婦メンタルヘルスマニュアル」2017年
- 藤原武男「保健師にもできる妊産婦のメンタルヘルスケア」大修館書店、2019年
- 文部科学省「心のケア各論 ト라우マ（外傷体験）」2009年
- 文部科学省「子どもの発達段階ごとの特徴と重視すべき課題」2009年
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC 米国疾病予防センター) 2020年
- Bilgin A et al., Parental use of ‘cry it out’ in infants: no adverse effects on attachment and behavioural development at 18 months. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2020;ahead of print
- Bland VJ et al., Does childhood neglect contribute to violent behavior in adulthood? A review of possible links. *Clin Psychol Rev*. 2018;60:126-135.
- Felitti VJ et al., Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *Am J Prev Med*. 1998;14:245-258.
- Gartland D et al., What factors are associated with resilient outcomes in children exposed to social adversity? A systematic review. *BMJ Open*. 2019;9:e024870.
- Gershoff ET et al., Spanking and child outcomes: Old controversies and new meta-analyses. *J Fam Psychol*. 2016;30:453-469.
- Leitch L. Action steps using ACEs and trauma-informed care: a resilience model. *Health & Justice*. 2017;5.
- Peters J et al., How do parents perceive and utilize knowledge of their infant’s mental health? A systematic review. *Journal of Child Health Care*. 2019;23:242-255.
- Rybanska V et al., Rituals Improve Children's Ability to Delay Gratification. *Child Dev*. 2018;89:349-359.
- Shimada K et al., Subclinical maternal depressive symptoms modulate right inferior frontal response to inferring affective mental states of adults but not of infants. *J Affect Disord*. 2018;229:32-40.
- Takiguchi S et al., Ventral striatum dysfunction in children and adolescents with reactive attachment disorder: functional MRI study. *BJPsych Open*. 2015;1:121-128.
- Teicher MH et al., Annual Research Review: Enduring neurobiological effects of childhood abuse and neglect. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2016;57:241-266.
- Teicher MH et al., The effects of childhood maltreatment on brain structure, function and connectivity. *Nature Reviews Neuroscience*. 2016;17:652-666.
- Van Der Put CE et al., Identifying Effective Components of Child Maltreatment Interventions: A Meta-analysis. *Clin Child Fam Psychol Rev*. 2018;21:171-202.

さいごに

すべての子どもたち、大人たちを支援する 「マルチ予防モデル」の構築に向けて

本資材は、専門領域（母子保健、精神保健、児童福祉、医療、教育など）にかかわらず、「マルチ予防」「とも育て」の言葉や概念を、すべての国民が共通認識し、身近な地域の支援者となり、困っている家族に気づき、家族丸ごと支援することを普及する「マルチ予防モデル」の構築を目標に作成されました。

「マルチ予防」「とも育て」の最新情報は、右記のQRコードまたは
<https://marutori.jp>まで。本教材を含む各種データもご覧いただけます。

●「マルチリートメント（マルチ）が脳に与える影響」

- ・視聴覚教材（約30分）
- ・映像テキストブック

●脳科学から考える「マルチ予防のすすめ」

—地域社会みんなでもち合うために—

●子どもの脳とところがすくすく育つ

マルチに対応する支援者のためのガイドブック

●市民向け啓発資材 など



<https://marutori.jp>

子どもの脳とところがすくすく育つ マルチに対応する支援者のためのガイドブック

2020年3月31日
第1版第1刷

著 者： 榊原信子・椎野智子・友田明美
協 力： 福井大学 子どものこころの発達研究センター
藤澤隆史・滝口慎一郎・島田浩二・矢尾明子
大阪府 こころの健康総合センター
豊中市保健所
枚方市保健所

発 行： 福井大学 子どものこころの発達研究センター
製作協力： 一般社団法人 日本家族計画協会
デザイン・印刷・製本： 前田印刷株式会社

本書は著作権法上の例外を除き、無断複写・複製・転載は
禁じられています。

本発行物は、国立研究開発法人科学技術振興機構社会技術研究開発センター（JST/RISTEX）「安全な暮らしをつくる新しい公 / 私空間の構築」
研究開発領域「養育者支援によって子どもの虐待を低減するシステムの構築」プロジェクトの研究開発成果です



子どもの脳とこころがすくすく育つ
マルチに対応する
支援者のための
ガイドブック

誰一人取り残さない持続可能な共同子育て社会を目指して



私たちは持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。