

脳科学から考える

マルトリ 予防の すすめ

地域社会みんなで
ともに育ち合うために





脳科学から考える

マルトリ
予防の
すすめ

目次 CONTENTS

1 ともに育ち合うために P2

マルトリとは / 「前向き子育て」とは / 子育てを「子どもの権利」から見直す /
暴力を容認しない子育てへ / 子どもへの体罰等を法的に禁止する国々 /
しつけがマルトリにならないために / 体罰の背景にある養育者のこころの働きの変化

2 「前向き子育て」のすすめ P11

①子どもの発達段階のニーズに合わせる

乳幼児期の脳の発達の特徴 / 乳幼児期に愛着(アタッチメント)を育む /

思春期の脳の発達の特徴 / 思春期の「衝動」と「冷静」の不均衡を見守る /

②子どもに温かさと枠組みを与える

就学前の前向きな関わりが脳発達を促す

③子育ての長期的な視野に基づく

未来を生きる子どもの学びの自律性を育む

3 マルトリ予防のすすめ P19

マルトリの極端な事態「虐待」「DV」 / マルトリが脳の構造の発達に及ぼす影響 /

マルトリが脳の機能(働き)の発達に及ぼす影響 / こころの不調の早期・重症化 /

こころの不調からの回復 / こころの健康を保護する力 /

SOSを出せない要因(見逃さないために) / こころの傷の理解に基づいた支援 /

共同子育てネットワークの早期形成に向けて

【本冊子の活用に当たって】

本冊子は、JST/RISTEX「公私空間」領域プロジェクト『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』における「マルトリートメント(マルトリ) 予防モデル」に関する副読本です。一人ひとり背景の異なる子育て支援者が子育てに対する新しい知見を学び合うための学習材として活用され、「マルトリ予防」に少しでも貢献できることを願っています。なお、本冊子の内容をさらに学び深めたい場合は、脚注の参考文献(**日本語、*英語)を是非読んでみてください。

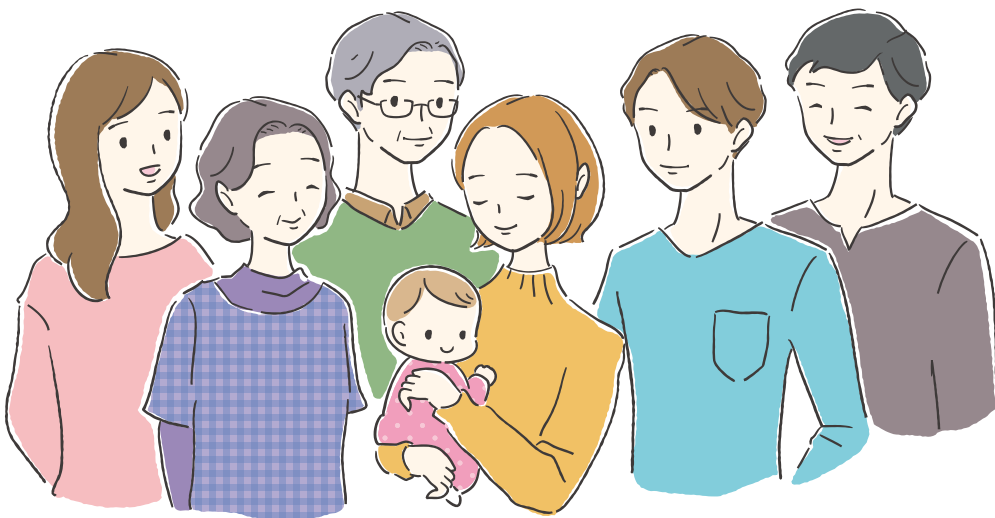
**JST/RISTEX (2020) “安全な暮らしをつくる新しい公 / 私空間の構築” : <https://www.jst.go.jp/ristex/pp> ;

1

ともに育ち合うために

地域社会みんなで子育て家庭を支えるために何ができるのでしょうか？ 人類の進化を紐解くと、その早い時期から「共同子育て」といって、集団の中で血縁に関わらず子どもの世話をする人が存在していたと考えられています。現代でも「共同子育て」が子育て家庭の孤立（孤育て）を防ぐために重要な役割があると認識されていますが、地域住民同士の繋がり希薄化などもあります。

地域社会の中で関係性の希薄化から子育て家庭が孤立してしまったり、地域社会の中で体罰等によるしつけの容認から家庭での体罰等の使用が押しつけられてしまったりすると、子育てからゆとりが奪われて、子育てが「前向き」から「マルトリ」（前向きの反対）の方向へと陥ってしまうことがあります。**家庭での子育てが「前向き」でいられるように、「マルトリ」にならないように、地域社会みんなで子育てに対する意識や姿勢を見つめ直していきましょう。ここに、地域社会みんなでともに育ち合うための「共同子育て」の現代的な土台が築かれるはずです。その土台構築の一つの観点として、本冊子『脳科学から考えるマルトリ予防のすすめ』が地域社会みんなの子育て観の見つめ直しのきっかけになると信じています。**



** アリソン・ゴブニック (2016/2019) “思いどおりになんて育たないー反ペアレンティングの科学”，森北出版；

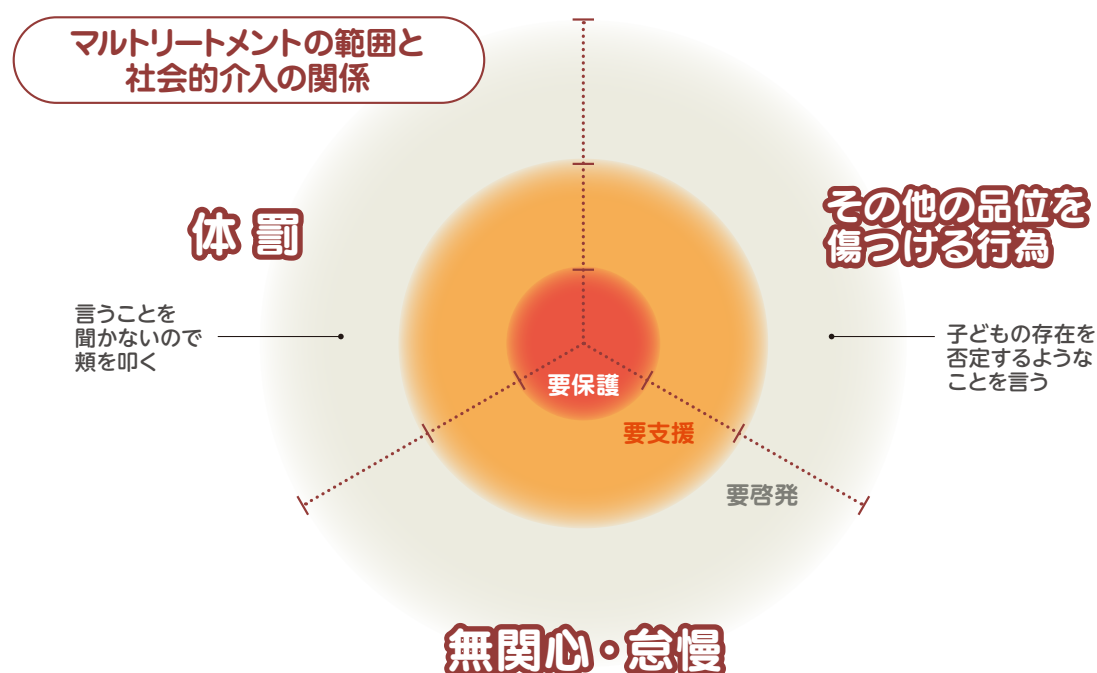
** 齋藤ら [編] (2019) “正解は一つじゃない 子育てする動物たち” 東京大学出版会；

*Hrdy (2009) “Mothers and others” Harvard University Press；

マルトリとは

米国の小児医学の分野では、養育者の虐待による多発骨折などの事例をまとめた「被虐待児症候群」が1962年に報告され、その後「児童虐待 (Child Abuse)」、そして「マルトリートメント (Maltreatment)」へと概念が拡大整理されてきました。
日本では、1990年代に英語の「Abuse」と日本語の「虐待」の間にはニュアンスの隔たりがあるとされ、啓発・支援に結びつきやすい、より広い概念として「マルトリートメント (マルトリ)」が導入されました。その定義は『①18歳未満の子どもに対する、②大人、あるいは行為の適否に関する判断の可能な年齢の子どもによる、③身体的暴力、不当な扱い、明らかに不適切な養育、事故防止への配慮の欠如、ことばによる脅かし、性的行為の強要などによって、④明らかに危険が予測されたり、子どもが苦痛を受けたり、明らかな心身の問題が生じているような状態』とされ、その範囲に応じた啓発・支援・保護が行われてきました。

地域社会みんなで「マルトリ」がエスカレートするのを予防したり、「マルトリ」によらない前向き子育ての実践を促進したりすることが大切です。



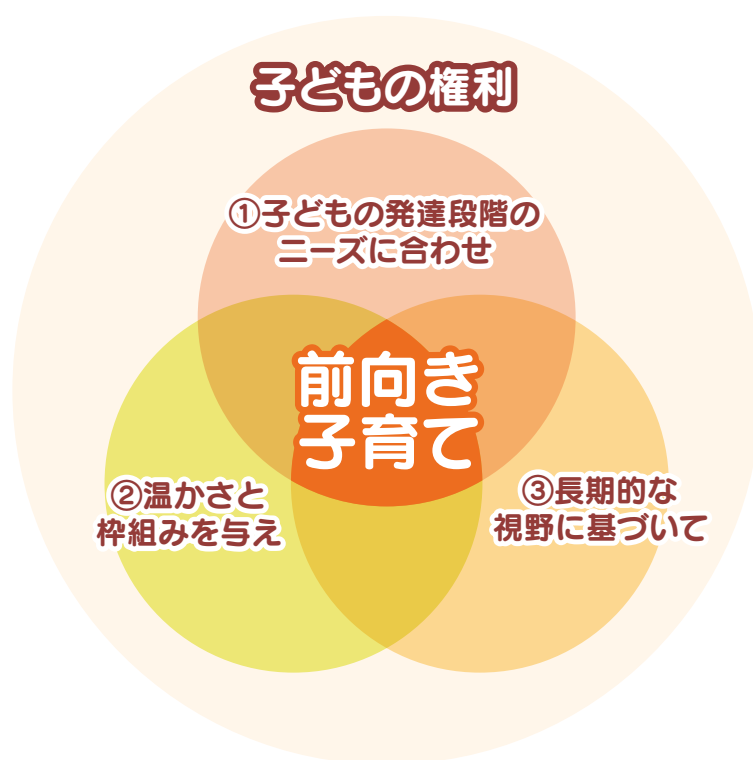
** 高橋ら (1995) 日本総合愛育研究所紀要 32, 87-106 ; ** 佐藤ら (2002) 子ども虐待予防のための保健師活動マニュアル ;

** 文部科学省 (2007) http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/08011621.htm ;

*WHO (2017) "Violence Info" : <http://apps.who.int/violence-info/child-maltreatment> ;

「前向き子育て」とは

「前向き子育て」とは、「子どもの権利を尊重する子育ての考え方を持って実践すること」です。このような考え方を土台にした「前向き子育て」プログラムが数多くありますが、代表的なものに、子ども支援専門の国際 NGO セーブ・ザ・チルドレンと小児臨床心理学者（ジョーン・デュラント）が協力して開発した『ポジティブ・ディシプリン』があります。「前向き子育て」では、①子どもの発達段階のニーズに合わせ、②温かさと枠組みを与え、③長期的な視野に基づいて、子どもが成長するために必要なことを教えるという考え方を持つことが推奨されます。地域社会みんなで、そのような子育ての基本的な考え方を学び合っていくことで、子ども一人ひとりの多様な個性が包摂された地域共同子育てネットワークが形成されます。



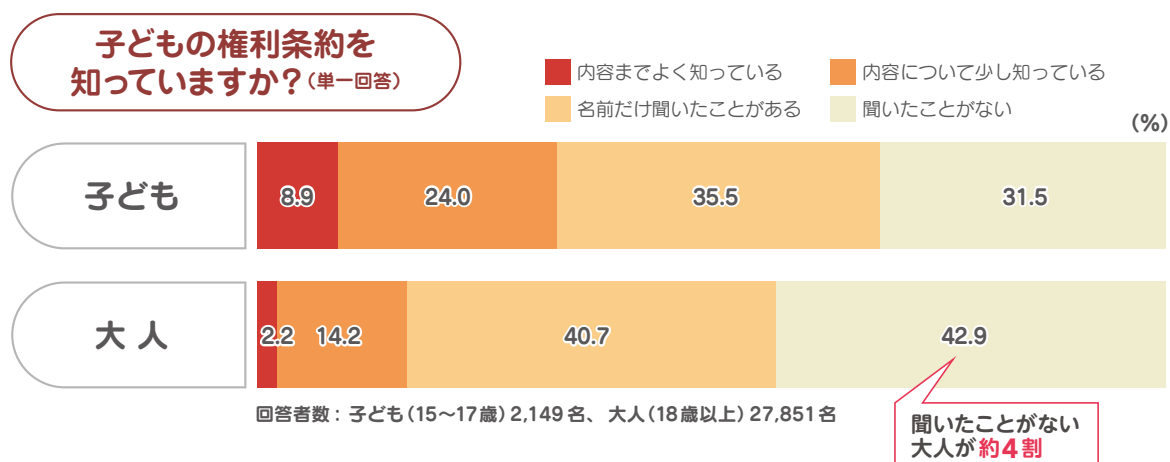
**Save the Children (2009) http://www.savechildren.or.jp/jpnem/jpn/pdf/positive_discipline.pdf ;

*Save the Children (2016) https://resourcecentre.savethechildren.net/node/7509/pdf/pdep_2016_4th_edition.pdf ;

子育てを「子どもの権利」から見直す

「子どもの権利」とは何でしょうか？ それは普遍的な原理として、国連採択の「子どもの権利条約」（前文と本文54条）で定められ、**その一般原則には「生命・生存・発達に対する権利（第6条）」「子どもの最善の利益（第3条）」「子どもの意見の尊重（第12条）」「差別の禁止（第2条）」の4つがあります。**「子どもの権利」は「前向き子育て」という考え方の基盤にあります。その逆に「子どもの権利」を尊重しない考え方が「マルトリ」に繋がります。2019年の日本国内の調査では、子どもの権利条約について聞いたことがない大人が約4割にのぼるとわれています。

歴史的には、世界人権宣言（1948年）で人権保障の国際共通基準が示され、社会で弱い立場に立たされている子どもや女性、社会的障壁に直面している人の権利の実現が目指され、子どもの権利条約（1989年）、女子差別撤廃条約（1979年）や障害者権利条約（2006年）などが定められてきました。人間としての尊厳と身体を傷つけられない権利は普遍的な原理なのです。



** ユニセフ UNICEF (2019) “子どもの権利条約” : <https://www.unicef.or.jp/kodomo/kenri> ;

** ユニセフ UNICEF (2018) <https://www.unicef.or.jp/kodomo/nani/siryo/pdf/cardbook.pdf> ;

** Save the Children (2019) https://www.savechildren.or.jp/news/publications/download/kodomonokenri_sassi.pdf;

暴力を容認しない子育てへ

— 容認する日本 —

日本国内の2018年の報告では、子どもへの暴力「体罰」を容認する人が約6割にのぼるといわれています。子育て家庭で体罰等を用いたくないと考えていても、地域社会が容認しているために、体罰等によらない「前向き子育て」の実践が難しいと感じる声が存在しています。

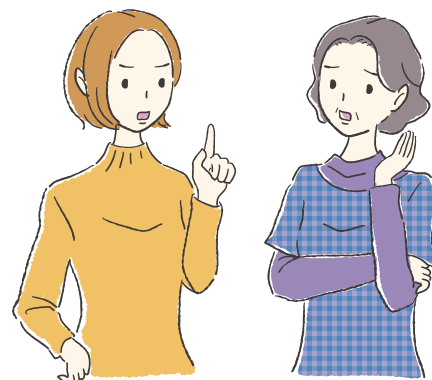
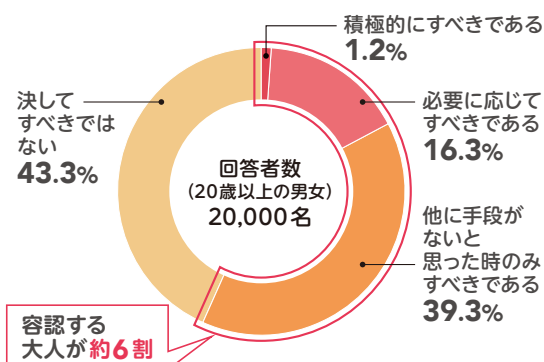
— 世代間の差 —

国際的に見ても、2016年の米国調査では、36歳未満の相対的に若年世代と比べると、その年代より上の相対的に高齢世代では、子育てにおける「体罰は決して適切ではない」と回答する割合が少ないこと（体罰容認率が高いこと）が報告され、子育ての考え方の「世代間シフト」という現象が生じています。

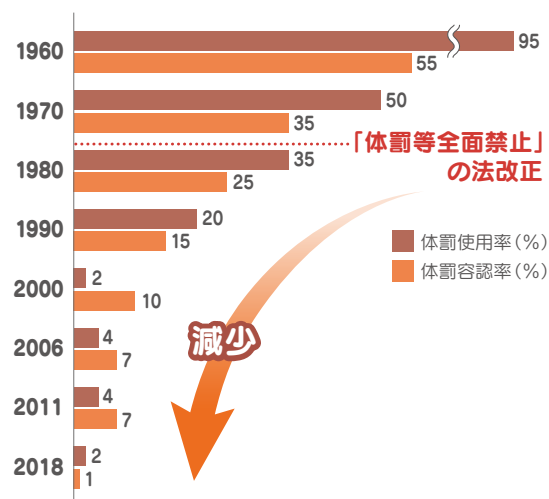
— 容認しない地域社会へ —

スウェーデンでは、1979年の「体罰等全面禁止」の法改正以降、連動した政府等の広報キャンペーンを展開していく中で、体罰の容認率も使用率も減少していきました。「**マルトリ**」を、**個々の家庭の問題として捉えるのではなく、地域社会全体の問題として**、法改正と連動させながら、あらゆる形態の暴力を容認しない子育ての考え方へと見直していく必要があります。

体罰をどう考えるか？（単一回答）



スウェーデン(1979年法改正)



**Save the Children (2018) http://www.savechildren.or.jp/jpnem/jpn/pdf/php_report201802.pdf ;

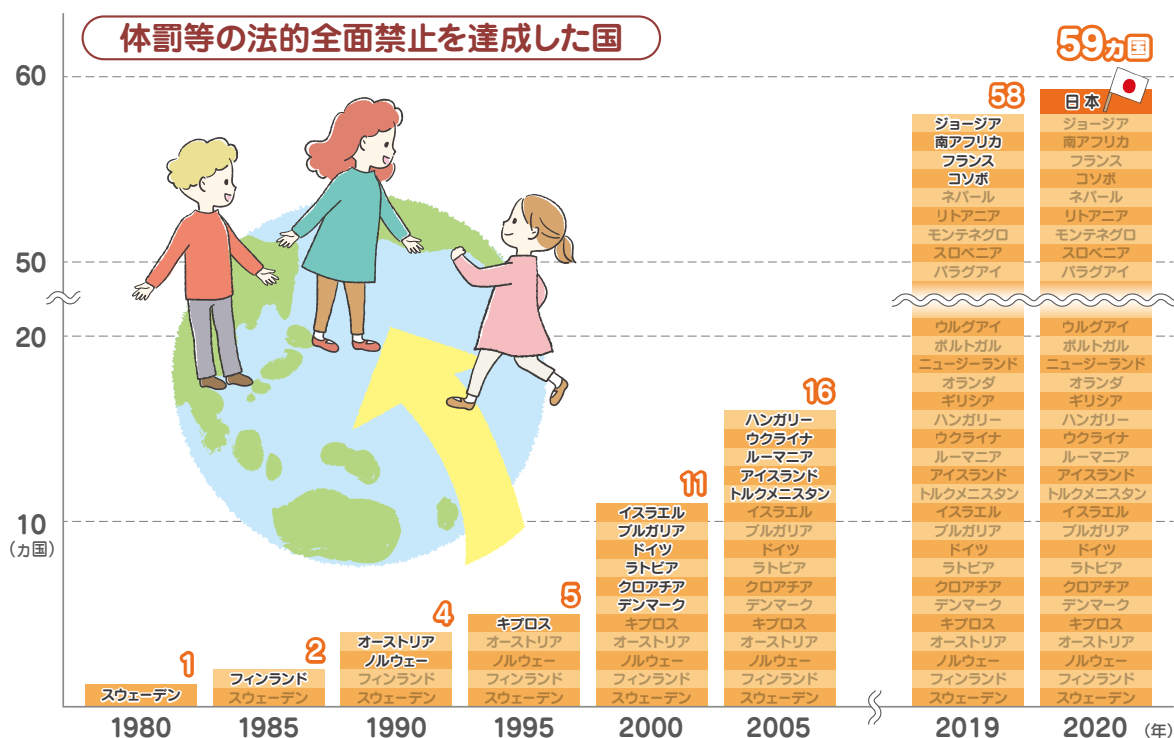
*CBSS Children at Risk (2018) <https://www.childrenatrisk.eu/nonviolence> ;

*Sege & Siegel (2018) Pediatrics 142(6), e20183112 ;

子どもへの体罰等を法的に禁止する国々

世界では、これまでに**59カ国**（2020年2月時点）が家庭を含むあらゆる場面での子どもに対する体罰等を法律で禁止し、その数は年々増えています（日本は2020年2月に加わりました）。あらゆる暴力から法的に平等に保護される権利を子どもに与えようと、各国が法改正とともに、地域社会全体に向けて暴力に頼らないしつけの手法に関する教育と意識向上を連動して行っています。

体罰等の禁止を実現するためには2つの不可欠な構成要素が存在します。①体罰等に関わる防御手段と許可をすべて削除（無効化）すること。②体罰等の明示的な禁止を規定すること。日本では、2019年に改正された児童福祉法及び児童虐待防止法において、親権者がしつけにあたって子どもに体罰を加えることの禁止を明文化し、2020年に作成されたガイドライン上で、「身体に、何らかの苦痛を引き起こし、または不快感を意図的にもたらす行為」（どんなに軽くても）は体罰と定義されました。民法の「懲戒権」（民法第822条）については削除または修正される予定です。



* Global Initiative to End All Corporal Punishment of Children (2020) <https://endcorporalpunishment.org/countdown/> ;

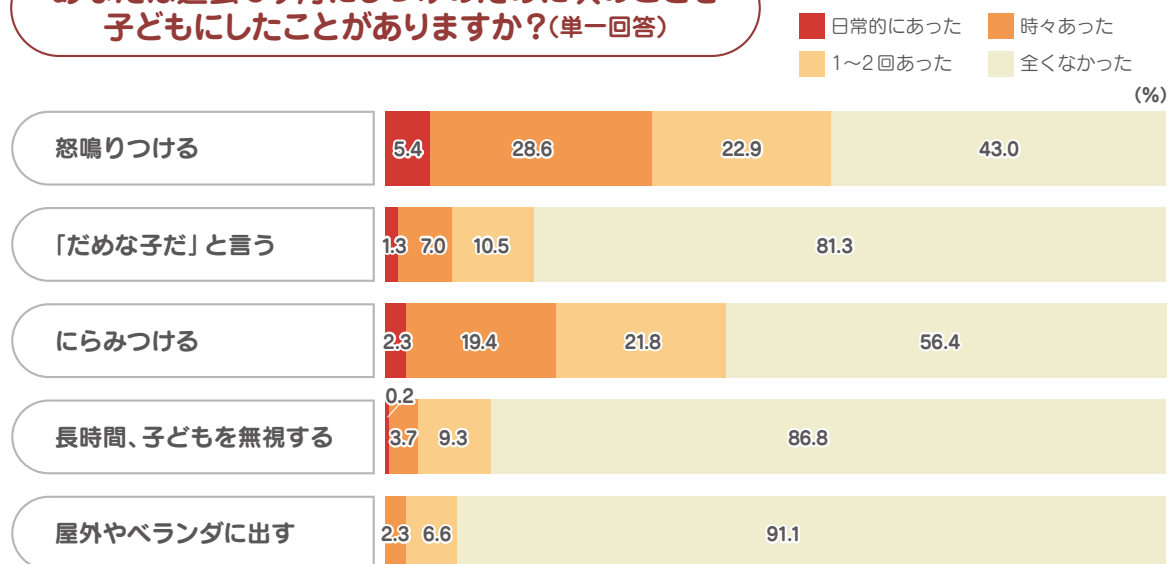
** Save the Children (2010/2014) https://www.savechildren.or.jp/work/protection/ECP_Manual.pdf ;

** 厚生労働省 (2020) <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kodomo/taibatu.html> ;

しつけがマルトリにならないために

子どもが危険なことや人に迷惑をかけることをしてしまうときもありますが、そのようにときに「お前はだめな子だ」と怒鳴りつけることは、子どもの人格を否定する言葉の暴力です。ふとしたことをきっかけにして、子育てが「前向き」から「マルトリ」に陥ってしまうリスクが、どんな子育て家庭にも潜んでいます。そのような場合、正すべきは子どもの危険な行為であり、「ケガをしてしまうから止めなさい」としっかり伝えて、その上で、なぜその行為をしてしまったのか、子どもの気持ちを確認し、その気持ちに寄り添うことが大切です。

あなたは過去3ヶ月にしつけのために次のことを
子どもにすることがありますか？(単一回答)



回答者数(子育て中の大人): 1,030名

** 友田 (2017/2019) NHK 出版新書 ; ** 友田 (2019) 河出書房新社 ;

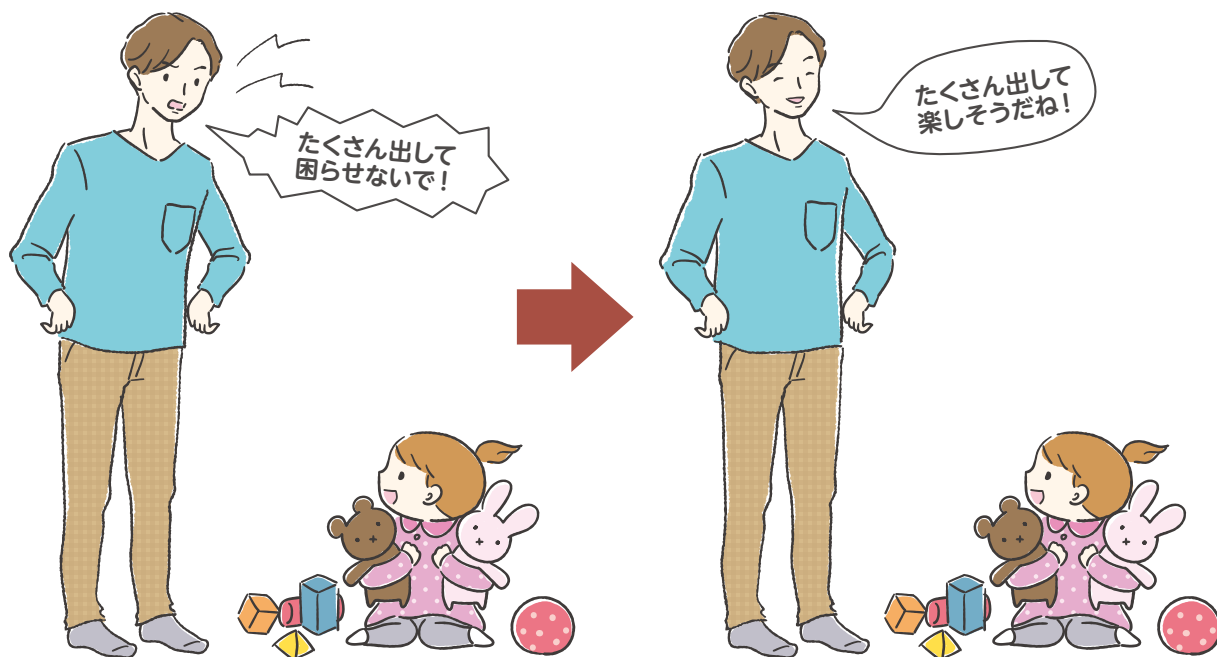
** Save the Children (2018) http://www.savechildren.or.jp/jpnem/jpn/pdf/php_report201802.pdf ;

体罰の背景にある養育者のこころの働きの変化

子育て家庭で、体罰を用いることなく「前向き子育て」を維持・促進できるように、**体罰の背景の1つにある養育者の「こころの働き」の変化に目を向けることも大切です。**

これまでの心理学研究の説明では、体罰や虐待などの攻撃行動を取る養育者は、子どものネガティブな行動（例えば、おもちゃを散らかしたままで片付けない）の中に養育者への敵意を読み取ってしまう傾向があり、「なんでいつも困らせることをするの」とイライラを募らせて攻撃行動に至るリスクが高まるとされています。

最近の研究では、体罰を用いる養育者は、そうしない養育者と比べて、相手のポジティブな笑顔自体を「笑顔である」と認識することに問題はありませんでしたが、ポジティブな笑顔に気づくことには低下が見られました。ポジティブな表情に気づけないと、ネガティブな表情に気づく機会が相対的に増加してしまい、イライラや攻撃行動のリスクが高まる可能性があります。子どもや周囲の大人のポジティブな表情への気づきを高めることで、養育者本人のポジティブな気持ちも高まり（ポジティブ・ループ）、相手とのより良い関係性づくりの土台になります。



*Shimada et al (2019) BMC Psychology 7(1), 56 ; *Milner (2003) Child Abuse Negl 27(1), 7-20 ;

** 島田 & 友田 (2019) <https://www.jst.go.jp/ristex/pp/information/000084.html> ;

文献紹介 ①



虐待死

なぜ起きるのか、どう防ぐか

「子どもの権利が尊重される文化」を育めばよいのである。…あらためて2016年改正児童福祉法を考えると、子どもが権利の主体者であると法律で規定しただけでは文化として定着しているとは言えず、不断の努力によって、その価値を社会全体に、また後世に伝え、「全ての子どもが一個人間としての権利を持っているなんて常識」と誰もが考えるようになれば、文化と呼んでいいだろう。

(川崎二三彦、2019)



子どもに対する暴力のない社会を目指して

体罰を廃止したスウェーデン35年のあゆみ

女性が平等な地位獲得のために行ってきた闘いでは、暴力の法的・社会的容認に異議を唱えることがひとつの柱となっていました。子どもについても同じです。子どもを叩くことはおとなの「権利」であり、「義務」でさえある—そんなおとなの考えこそ、子どもが相変わらず所有物という低い地位にあることを、何よりも象徴的に示しているのではないのでしょうか。

(トマス・ハマーベリ、2009/2014)

** 川崎 (2019) “虐待死—なぜ起きるのか、どう防ぐか”, 岩波新書 ;

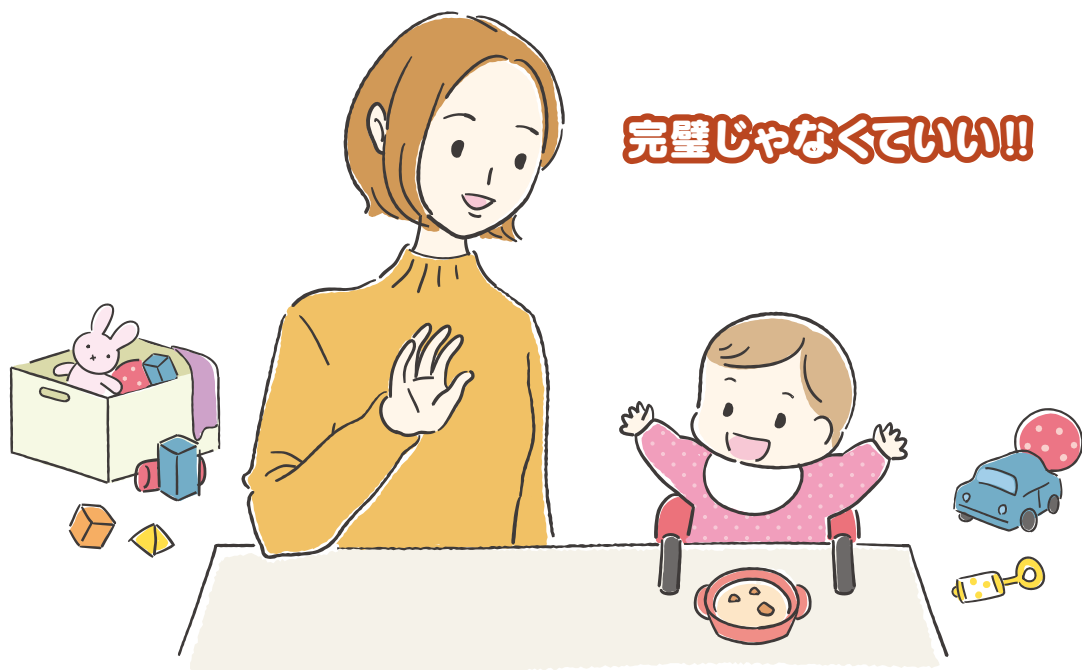
** Save the Children (2009/2014) <https://www.savechildren.or.jp/scjcms/dat/img/blog/1713/1412921460115.pdf>

2

「前向き子育て」のすすめ

子育てが「前向き」から「マルトリ」に陥ってしまうことを予防するために、子どもの権利を尊重しながら、①子どもの発達段階のニーズに合わせ、②温かさや絆を与え、③長期的な視野に基づいて、子どもが成長するために必要なことを教えるという考え方を持つことが推奨されています。

もちろん「前向き子育て」において「完璧」にこだわるのではなく、ちょっと抜けている『ほどほど』（小児科／児童精神科医ドナルド・ウィニコットの言葉）という程度の中で結果的にうまくいくことがあります。子どもとの関係において、養育者は子どもからのシグナル（表情・発声・しぐさなど）に的確に応答できないという失敗の経験を適度に積む中で、一人ひとり個性的な子どもからのシグナルの意味や気持ちの肝の部分をもっと的確に理解できるように学習していくことになります。また、そのような養育者の失敗の経験は、子どもの健全な自己主張の発達を促すことにもなります。



**Save the Children (2009) http://www.savechildren.or.jp/jpnem/jpn/pdf/positive_discipline.pdf ;

** 日本赤ちゃん学協会 [編] (2019) “赤ちゃん学で理解する乳児の発達と保育 第3巻” 中央法規 ;

① 子どもの発達段階のニーズに合わせる

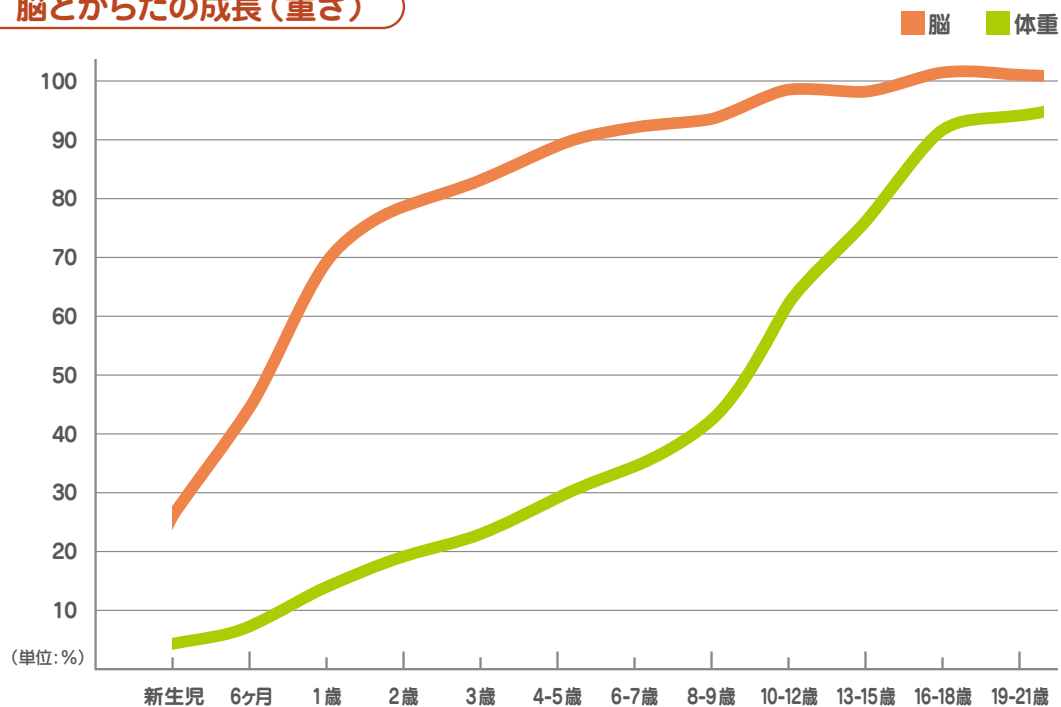
乳幼児期の脳の発達の特徴

「前向き子育て」の考え方の1つ目には「①子どもの発達段階のニーズに合わせる」があります。まずは、**乳幼児期の脳発達の特徴**について知っておくことが大切です。

子どもの多様なこころの働きの発達、脳の複雑な発達が基盤となります。脳の変化は胎生期から成人期、老年期に至るまで続き、特に胎生期から乳児期、幼児期の脳の発達度合いは大きく、脳の重さだけを見ても、大人（約21～39歳）の脳と比べて1歳頃で約70%の重さに、4～5歳で同程度の重さに成長します。

この時期には、子どもは身近な存在（母親や単一対象に限定されず、父親・祖父母・保育士などを含む）から適切な関わりを受けることで愛着（アタッチメント）を形成し、その愛着が脳の健やかな発達を支えていきます。愛着対象を安全・安心な基地として、子どもは物や人との関わりといった世界への探検に出かけていきます。

脳とからだの成長（重さ）



*Dekaban & Sadowsky (1978) Ann Neurol 4(4), 345-356 ; *Hedman et al (2012) Hum Brain Mapp 33(8), 1987-2002 ;

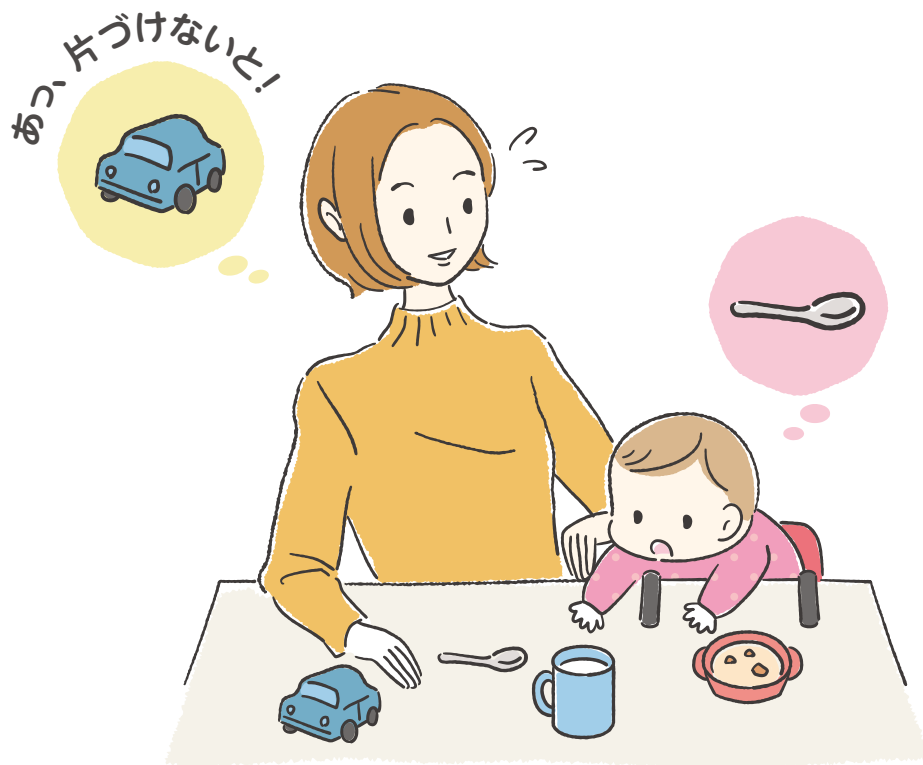
** 日本赤ちゃん学協会 [編] (2019) “赤ちゃん学で理解する乳児の発達と保育 第3巻” 中央法規 ;

① 子どもの発達段階のニーズに合わせること

乳幼児期に愛着(アタッチメント)を育む

養育者がどのように関わると、子どもとの安定した愛着が育まれやすいのでしょうか？ 大切なことは、子どもからのシグナル(表情・発声・しぐさなど)に開かれた態度で**“気づき”**を高めて、関連する情報を用いながら**“解釈”**するように試みること、そしてそのシグナルに対して働き返すときには時間的な繋がりを子どもが理解できるような**“タイミング”**で、子どもの状態に応じて**“反応”**することです。

実際、乳幼児期の子どもが何かを見つめて、何かに手を伸ばすときに、養育者はその行動に気づき、何かを欲しがっていると解釈して、それを渡そうとするなど、子どもの行動を拡大解釈して対応しようとする傾向があります。そのような対応も子どもの発達を支える大切な関わりです。たとえ子どもの行動の意図と養育者の解釈のズレ(失敗)が生まれることがあっても、子どもにとってはそのズレの状態から抜け出そうと自己主張の発達が促される機会にもなります。



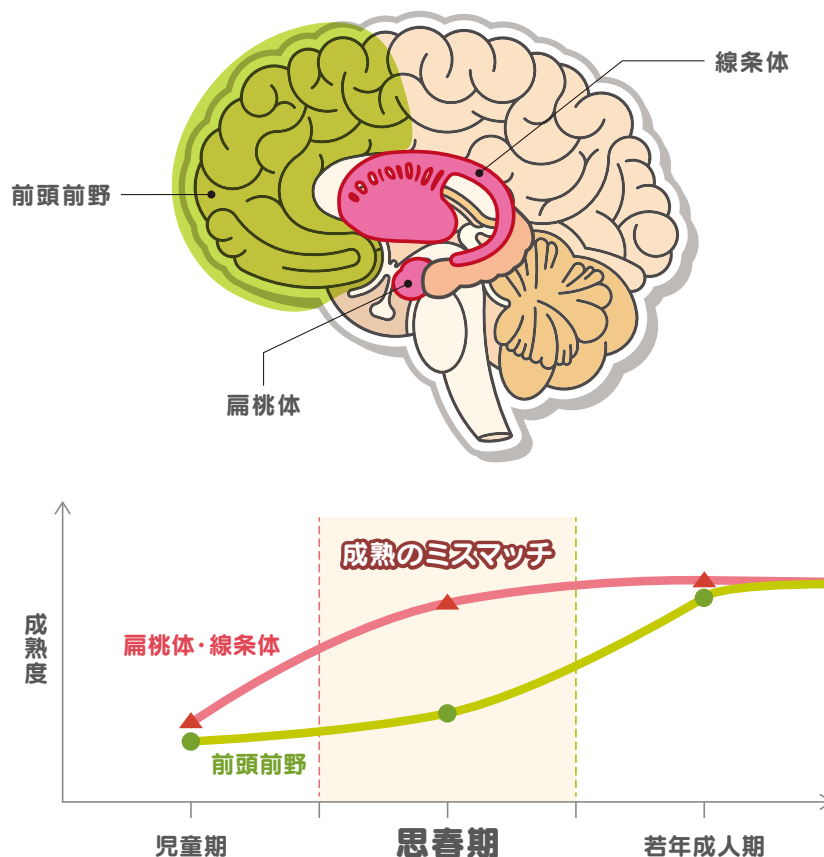
*Ainsworth et al (1978/2015) Psychology Press ; *Meins (1997/2013) Psychology Press ;

** 日本赤ちゃん学協会 [編] (2019) “赤ちゃん学で理解する乳児の発達と保育 第3巻” 中央法規 ;

① 子どもの発達段階のニーズに合わせる

思春期の脳の発達の特徴

思春期（10代）の脳の発達の特徴について知っておくことも大切です。思春期の課題は、乳幼児期の安全・安心な状況にある世界を探検することを越えて、守られた状況を抜け出して、自分自身で何かを起こすことであるといえます。その時期において、特に「前頭前野」の発達は、行動や情動を抑制するなど多様なこころの働きに関係していますが、その成熟は10代からゆっくりと時間をかけて20代になってようやく達成されます。一方で、「扁桃体」「線条体」は情動や報酬に関わりますが、ホルモンの影響を受け10代の開始とともに急激に発達して数年で成熟していきます。**思春期の無謀な行動（大人にはそう見える）の背景には、前頭前野と扁桃体・線条体の間における成熟のミスマッチが存在しています。**



** ジェイ・ギード (2015/2016) “10代の脳の謎”, 日経サイエンス 2016年3月号 [Sci Am 312(6), 32-7];

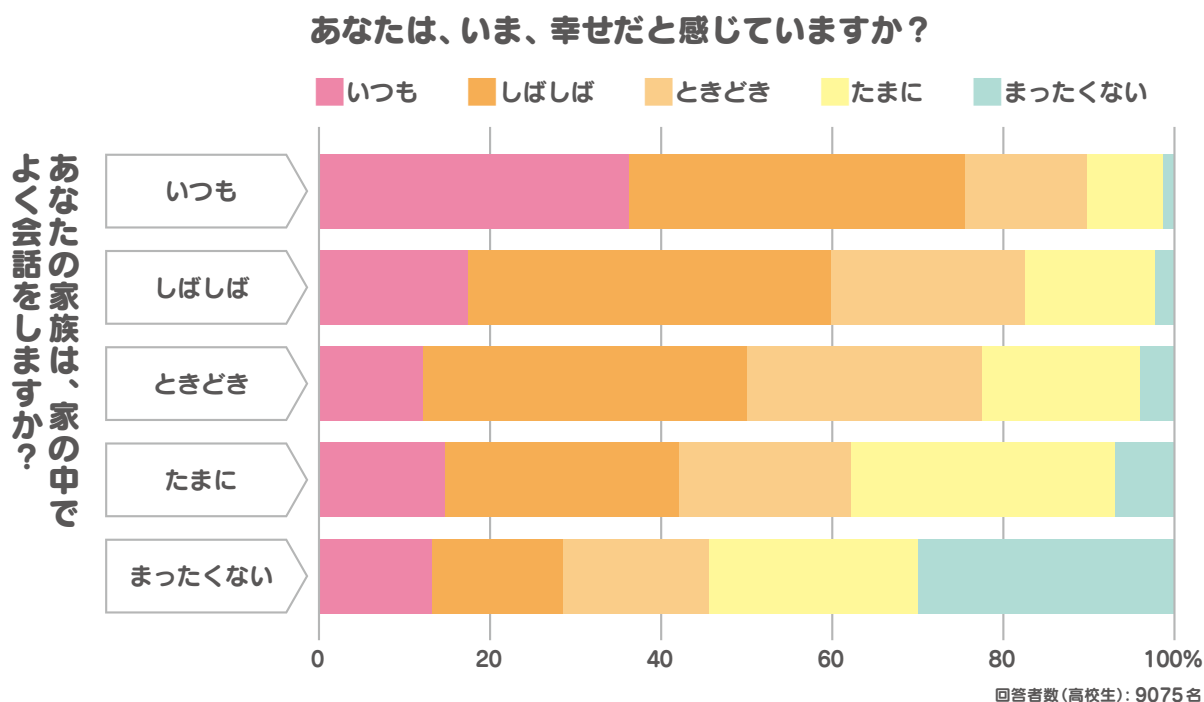
*Ernst et al (2006) Psychol Med 36(3), 299-312; *Casey et al (2008) Dev Rev 28(1), 62-77;

① 子どもの発達段階のニーズに合わせる

思春期の「衝動」と「冷静」の不均衡を見守る

思春期（10代）の脳の発達においては「前頭前野」と「扁桃体・線条体」の間における成熟のミスマッチがあり、扁桃体・線条体の成熟が快・不快の情動を駆り立てる一方で、前頭前野の未成熟が抑制をうまく機能できない期間が長く続くため、思春期には衝動的・情動的な側面と思慮深い側面の間での不釣り合いな状態が長らく続くことになります。思春期の子どもは、養育者に守られた世界を離れて仲間と生きる未来の世界へと向かいながら、避けられない葛藤を抱えることもあります。養育者には解決できないこともあるかもしれませんが、その時期の**脳の発達の特徴を知りながら、養育者は子どもの行動に過剰反応せずに、建設的に話し合い、互いに尊重することを心掛けて、子どもの発達を見守ることも大切です。**

高校生を対象にした思春期アンケート調査



** ジェイ・ギード (2015/2016) "10代の脳の謎", 日経サイエンス 2016年3月号 [Sci Am 312(6), 32-7];

*Ernst et al (2006) Psychol Med 36(3), 299-312; *Casey et al (2008) Dev Rev 28(1), 62-77;

** 健やか親子 21 "Adolescence" (2017) http://sukoyaka21.jp/puberty_survey_2017_03;

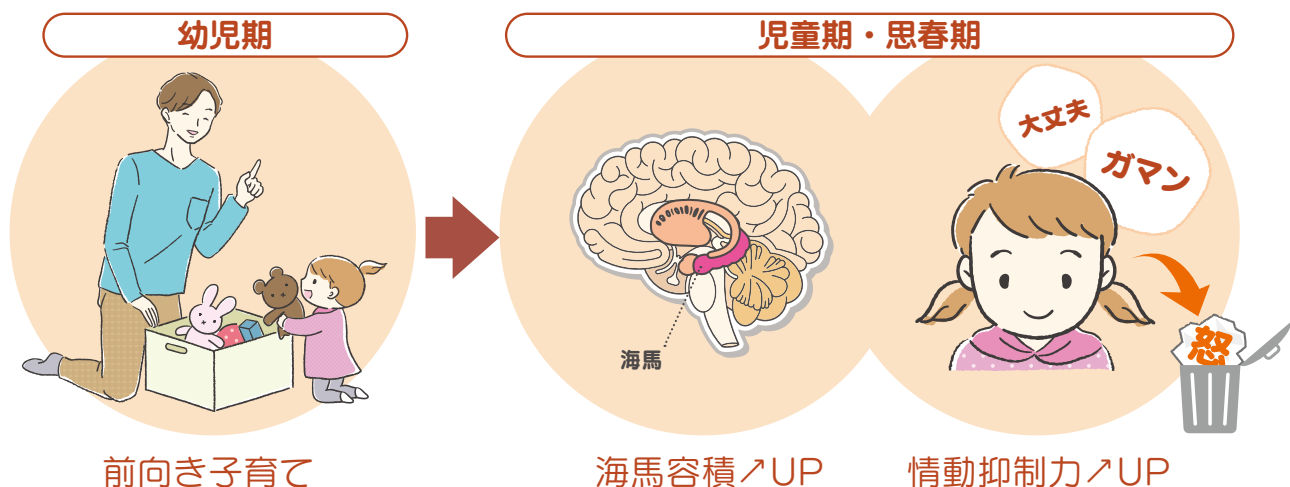
② 子どもに温かさと絆組みを与えること

就学前の前向きな関わりが脳発達を促す

「前向き子育て」の考え方の2つ目は「②温かさと絆組みを与えること」です。

例えば、子どもが間違ったときにも愛情は変わらないことを伝え、次はどうすればもっとよくできるのかを示してあげるなどを通して、子どもはよりよく学ぶことができます。

脳発達の軌跡を見ても、**就学前の幼児期に大人からの「温かさと絆組み」(前向き子育て)の中で育まれた子どもは、就学後の児童期・思春期における脳発達がより促される**ことが知られています。最近の脳研究では、幼児期の子どもと養育者の交流場面の中で何らかの困難が現れたときに、子どもが見せる不安を和らげ、困難に立ち向かうことを励まし、努力や成功を認めるなどといった、養育者からの前向きな関わり方が顕著に現れていた子どもほど、後の児童期・思春期における「海馬」の発達がより促進され(海馬容積の増加)、怒りなどの情動を抑制する能力がより高まることが示されています。



*Luby et al (2016) Proc Natl Acad Sci USA 113(20), 5742-7 ;

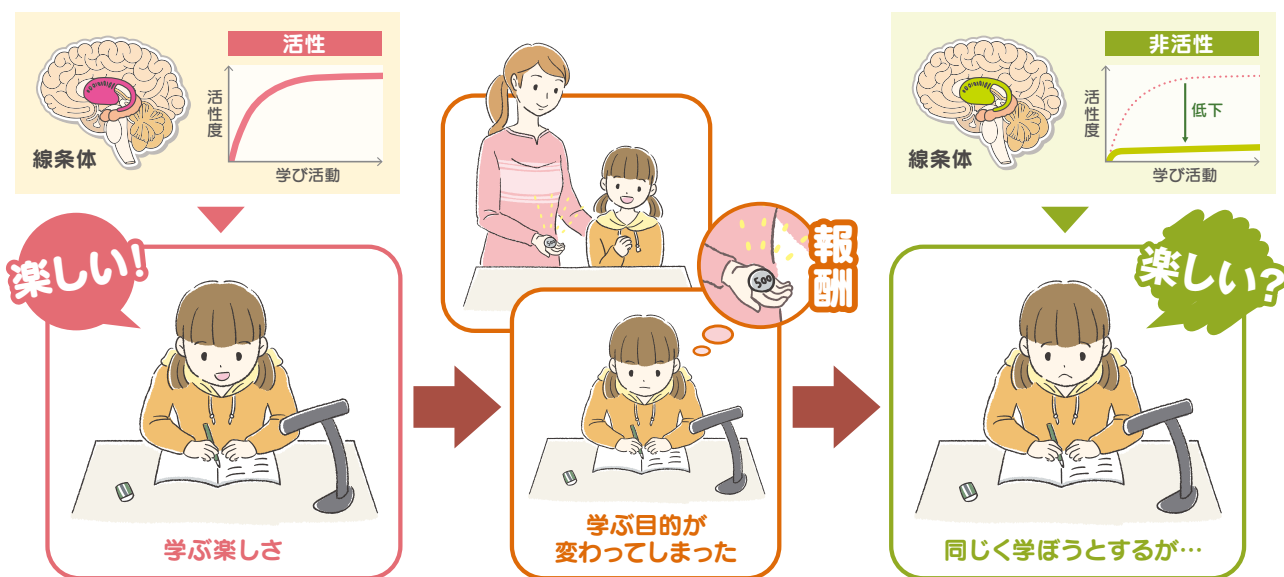
*Luby et al (2012) Proc Natl Acad Sci USA 109(8), 2854-9 ;

③子育ての長期的な視野に基づくこと

未来を生きる子どもの学びの自律性を育む

「前向き子育て」の考え方の3つ目は「③長期的な視野（目標）に基づくこと」です。現代という変化が早く複雑で予測しにくい時代の中で未来に向かうために、子ども一人ひとりの自律的に学び続ける力の育成が大切であると広く社会的に認識されています。学び続ける力は、子ども一人ひとりの多様な個性が育ち伸びるための基礎となってくれます。

学び続ける力の育成では、お金や大人など外側からの働きかけなどではなく、興味や好奇心によって自律的に動機づけられた状態が目指されています。何かを学び始めるきっかけが、たとえ外側からの働きかけにあったとしても、興味や好奇心が高まって自律的な状態へと変化していくことはあります。ただし、**気をつけたい点は、子どもの内発的に動機づけされた活動（学び）に対して、大人が良かれと思ってご褒美を与える約束をして強化しようとする、自己決定感の喪失が生じて、自律的に活動を継続する力が損なわれ、それに伴って脳の中の線条体の活性化していた状態が非活性な状態になってしまいます。**



文献紹介 ②



思いどおりになんて 育たない

反ベアレンティングの科学

たとえ自分たちの目標や理想にぴったり合うよう子どもの行動を規制できるとしても、それは望ましくないことだ。私たちは未来の子どもたちが、これまでなかったどんな難題に向き合うことになるか、事前に知ることはできない。子どもを自分のイメージどおり、あるいは現在の理想の姿に育てることは、将来の変化への適応を阻害する可能性がある。

(アリソン・ゴブニック、2016/2019)



子どもに対する暴力の ない社会を目指して

体罰を廃止したスウェーデン35年のあゆみ

育児には、たったひとつの正しい方法があるわけではありません。なぜなら、子どもはみな違いますし、違ったニーズをもっているからです。…衝突のない育児など存在しませんし、完璧な親もいません。…暴力や脅しや威圧を用いない衝突の解決法を子どもに教えることは、おとなの責任です。一方、暴力と虐待のない育児に必要な環境を整備することは、政府の責任です。…必要な支援と手助けを提供することもやはり政府の責任です。

(スウェーデン政府 & セーブ・ザ・チルドレン・スウェーデン、2009/2014)

** アリソン・ゴブニック (2016/2019) “思いどおりになんて育たないー反ベアレンティングの科学”, 森北出版 ;

** Save the Children (2009/2014) <https://www.savechildren.or.jp/scjcms/dat/img/blog/1713/1412921460115.pdf>

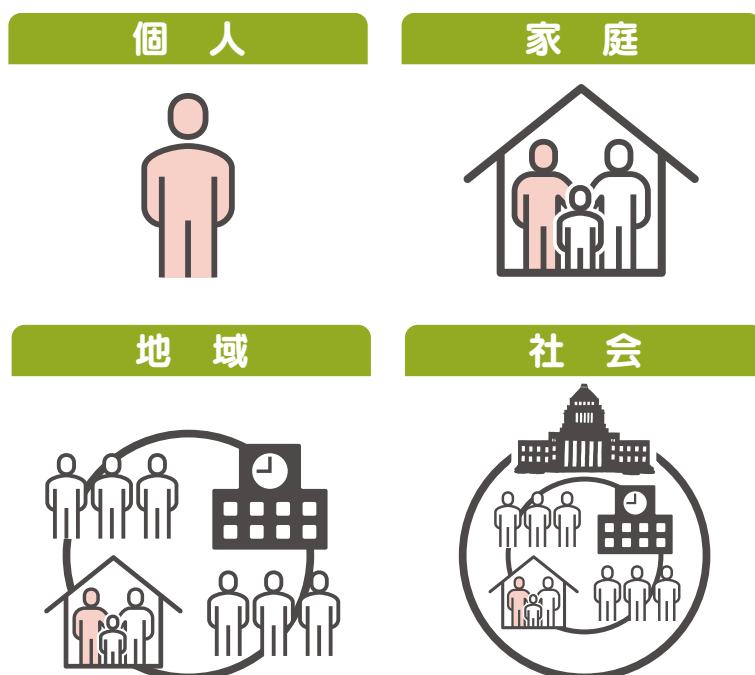
3

マルトリ予防のすすめ

地域社会の中では、たとえどんなに子ども思いの家庭でも、個々の問題から地域社会全体に及ぶ問題までを含む複合的なリスクが重なることで、子育てからゆとりが奪われて、子育てが「前向き」から「マルトリ」の方向へと陥ってしまうこともあります。

その複合的なリスクとして、例えば、個人レベルでは養育者のメンタルヘルスの問題（こころの不調）や子どもの行動上の問題など、家庭レベルでは家庭内の不和、社会経済状況の低さ（貧困）などがあります。また、地域レベルに焦点を当てると、学校でのいじめ、地域住民の希薄な関係性や経済格差、犯罪多発など、社会レベルでは暴力容認の考え方の蔓延、暴力防止に関する法規制の弱さなどのリスクがあります。

家庭での子育てが「前向き」から「マルトリ」へと陥ってしまうことを予防できるように、地域社会みんなで、子育てからゆとりを奪う複合的なリスクや、子育て観を見つめ直しながら、家庭、学校や地域・社会からあらゆる形態の暴力が撲滅された安全・安心な環境をつくる取り組みが必要です。



** トニー・ケーン [編] (2006/2011) “エビデンスに基づく子ども虐待の発生予防と防止介入”, WHO/ 明石書店 ;

*WHO (2013) <http://www.who.int/iris/handle/10665/108627> ;

*WHO (2016) https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/inspire/en ;

マルトリの極度な事態「虐待」「DV」

「マルトリ」の極度な事態として「虐待」がありますが、国内の児童相談所での虐待の相談対応件数は増加の一途をたどり、その増加の主な要因には「心理的虐待」があります。

心理的虐待は、子どもに暴言を浴びせる、子どもがいる家庭内に暴力・暴言が飛び交う（面前DV）などを含み、家庭内暴力（DV）の被害は大人だけではなく子どもにも及びます。配偶者暴力相談支援センターにおける配偶者からの暴力の相談対応件数も減少は見られず、主な被害者は女性です。DVは暴力・暴言に限定されず、「支配—被支配」といった関係性の病理であるという視点を持ち、DVとその背後にある問題を理解して支援のあり方を検討する必要があります。**多くの場合には「DV」と「虐待」は同時に発生し、それらの一体的解決（家族丸ごと支援）の必要性が高まり続けています。**

2018年度 児童相談所での虐待の相談対応

総 数	159,850 件
心理的虐待	88,389件 (55.3%)
身体的虐待	40,256件 (25.2%)
ネグレクト	29,474件 (18.4%)
性的虐待	1,731件 (1.1%)

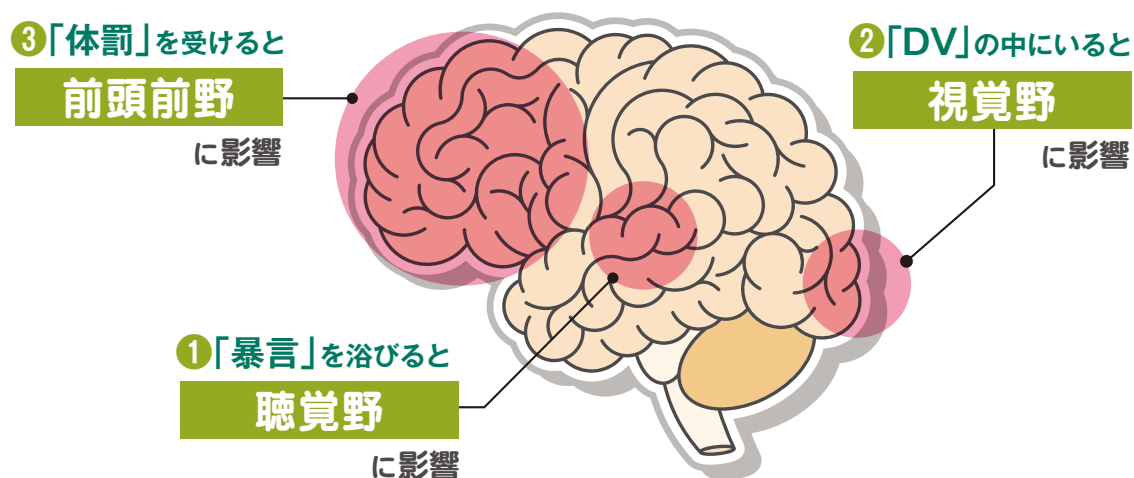
DVと虐待（一体的解決）



マルトリが脳の構造の発達に及ぼす影響

「マルトリ」を受けてしまうと子どもの脳の構造の発達にどのような影響を及ぼすのでしょうか？

- ①**「暴言を浴びること」**は側頭葉の「聴覚野」と呼ばれる脳領域の発達に影響を及ぼします。聴覚野は音や声など耳から入力される情報の処理を中核的な働きとして担い、その影響は話された言葉の内容を理解する能力に及ぶ可能性があります。
- ②**「DVの中にいること」**は後頭葉の「視覚野」と呼ばれる脳領域の発達に影響を及ぼします。視覚野は文字や表情など目から入力される情報の処理を中核的な働きとして担い、扁桃体などと連結して情動や記憶の処理に関わります。家庭内で両親間の身体的暴行や心理的攻撃などに曝露されることはどんな形態でも脳発達に影響を及ぼしてしまいます。
- ③**「体罰を受けること」**が脳発達に与える影響は「前頭前野」と呼ばれる脳領域に現れてきます。前頭前野は多様なこころの働きに関係していますが、その影響は行動や情動を抑制する働きの低下に繋がる可能性があります。

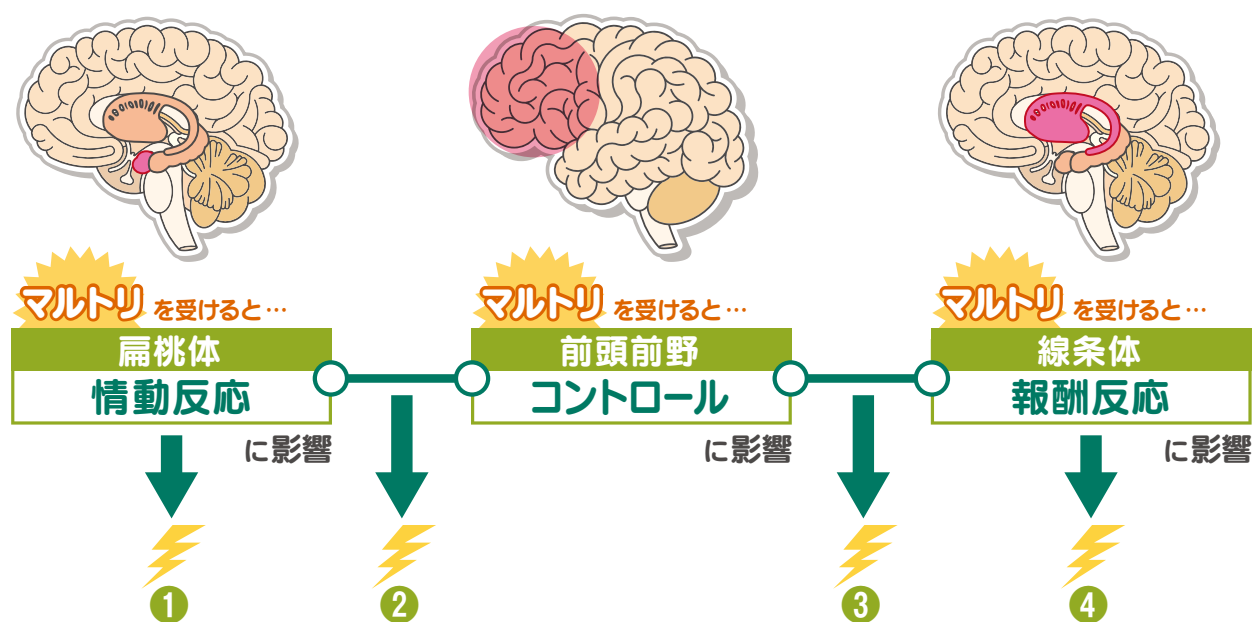


*Tomoda et al (2011) Neuroimage 54, S280-86 ; *Choi et al (2009) Biol Psychiatry 65(3), 227-234 ;
*Tomoda et al (2012) PLoS One 7(12), e52528 ; *Choi et al (2012) Neuroimage 59(2), 1071-1079 ;
*Tomoda et al (2009) Neuroimage 47, T66-71 ; ** 友田 (2012) 診断と治療社 ; ** 友田 (2017/2019) NHK 出版新書 ;

マルトリが脳の機能（働き）の発達に及ぼす影響

「マルトリ」は脳の構造だけではなく、脳の機能の発達にも影響を及ぼします。

特に「前頭前野」「扁桃体」「線条体」などの脳領域の働きを変異させ、それに伴う「こころの働き（その出力としての行動）」も変異させてしまいます。例えば、扁桃体の過剰活性や前頭前野の活性低下が生じて、①生活の広い範囲の刺激（表情等）が潜在的な脅威を含むものとして嫌悪反応が過剰になったり、②怒りなどの情動を抑制できずに攻撃的な行動を取ってしまいます。線条体や前頭前野の活性低下が生じて、③即時的で小さい報酬を得ることに偏り、長期的な視野に立った大きい報酬に価値が持ちにくくなってしまいます。また、④生活の何事にも喜びを感じなくなり、それを埋めるかのように快楽への過剰な探索行動が誘発されてしまいます。



*Duffy et al (2018) Ann N Y Acad Sci 1428(1), 151-69 ;

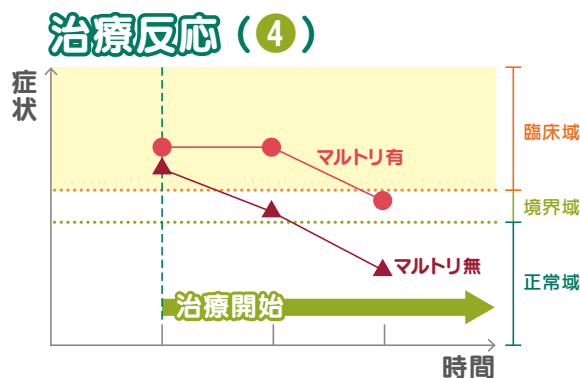
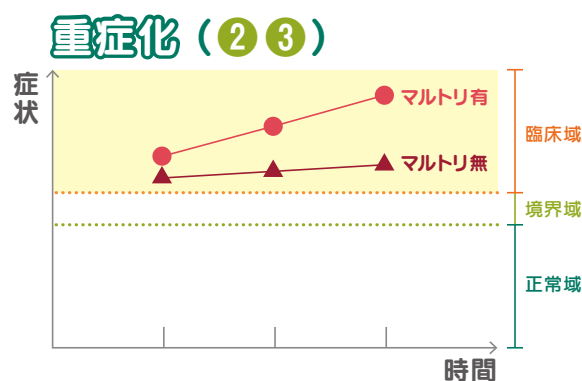
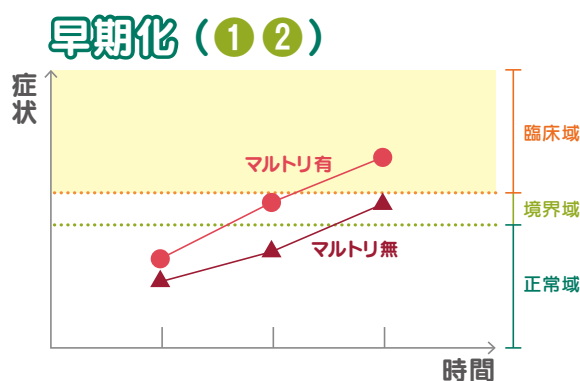
*McCrory et al (2017) J Child Psychol Psychiatry 58 (4), 338-57 ;

*Bick & Nelson (2016) Neuropsychopharmacology 41(1), 177-96 ;

こころの不調の早期・重症化

マルトリを受けると、生涯にわたってこころの不調を抱えやすく、生活の質を脅かす様々なリスクが高まります。こころの不調を抱える人のなかでも、幼少期にマルトリを受けたことのある人は、マルトリを受けていない人に比べて、その不調の現れ方がより特異的になってしまいます。

①精神疾患（例えば、うつ病）の前駆期の症状（例えば、興味・意欲の低下、睡眠時間の減少）が早期に現れます。②その発症が早期化して、その経過が重症化をたどります。③併存症（例えば、心的外傷後ストレス障害 [PTSD]、物質使用障害）が現れやすくなります。④治療への反応が見られにくいことがあります。

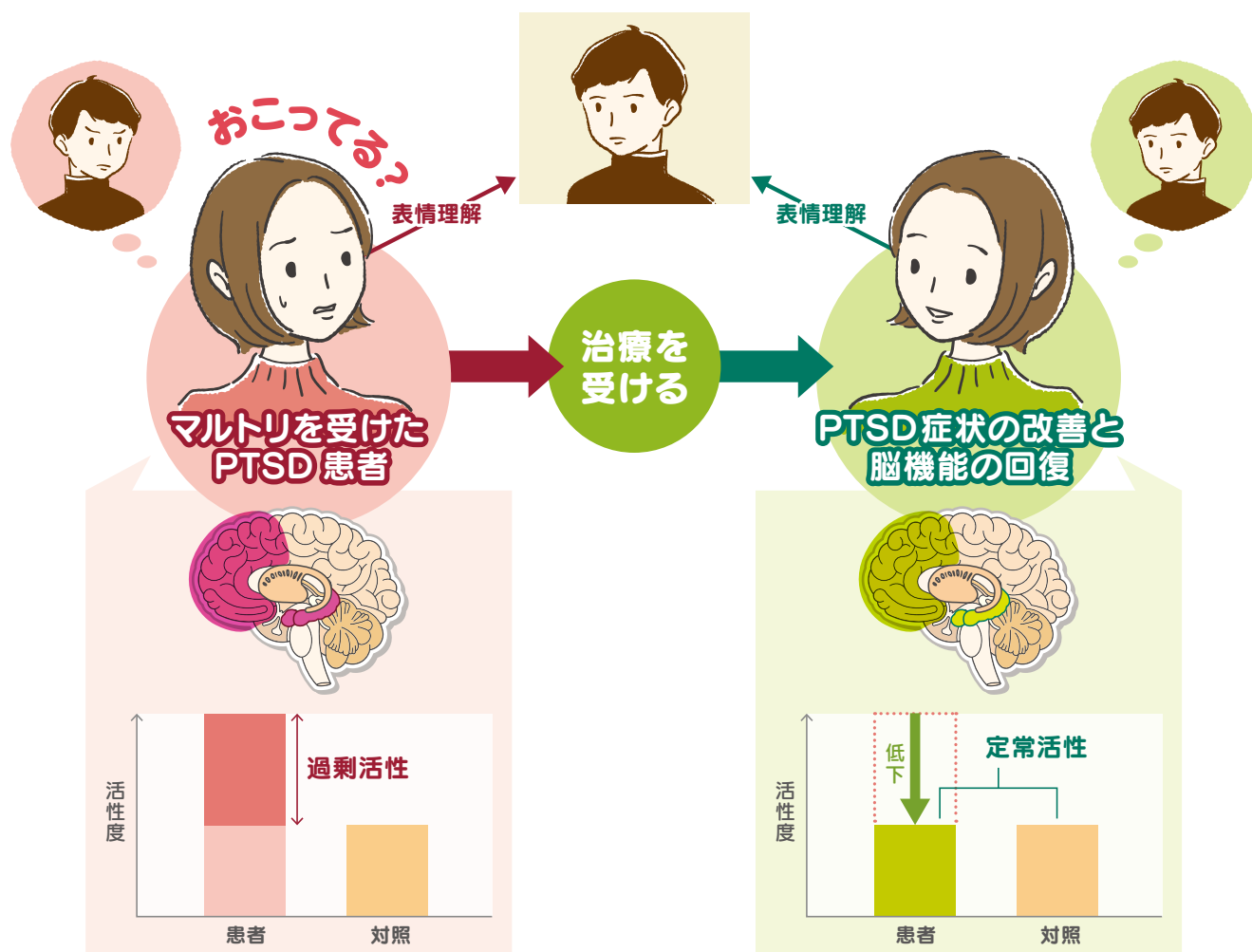


*Teicher & Samson (2013) Am J Psychiatry 170(10), 1114-33 ;

*Teicher et al (2016) Nat Rev Neurosci 17(10), 652-66 ;

こころの不調からの回復

マルトリの影響からの「回復」として、幼少期のマルトリが背景にあるPTSD患者に対する薬物・心理療法の効果を調べている脳研究があります。例えば、個人差はあるものの治療効果として、PTSD症状（侵入、回避、認知と気分の陰性の変化、覚醒度と反応性の著しい変化）の改善だけではなく、海馬の容積増加などが認められています。最近の研究では、PTSD患者群では心理療法を通じたPTSD症状の改善に加えて、他者の無表情の顔を（脅威として）見る際に海馬や扁桃体、前頭前野内側部などの過剰に活性化していた状態が低下して、PTSDに罹患していない対照群の活性パターンに近い状態へと変化していくことが報告されています。

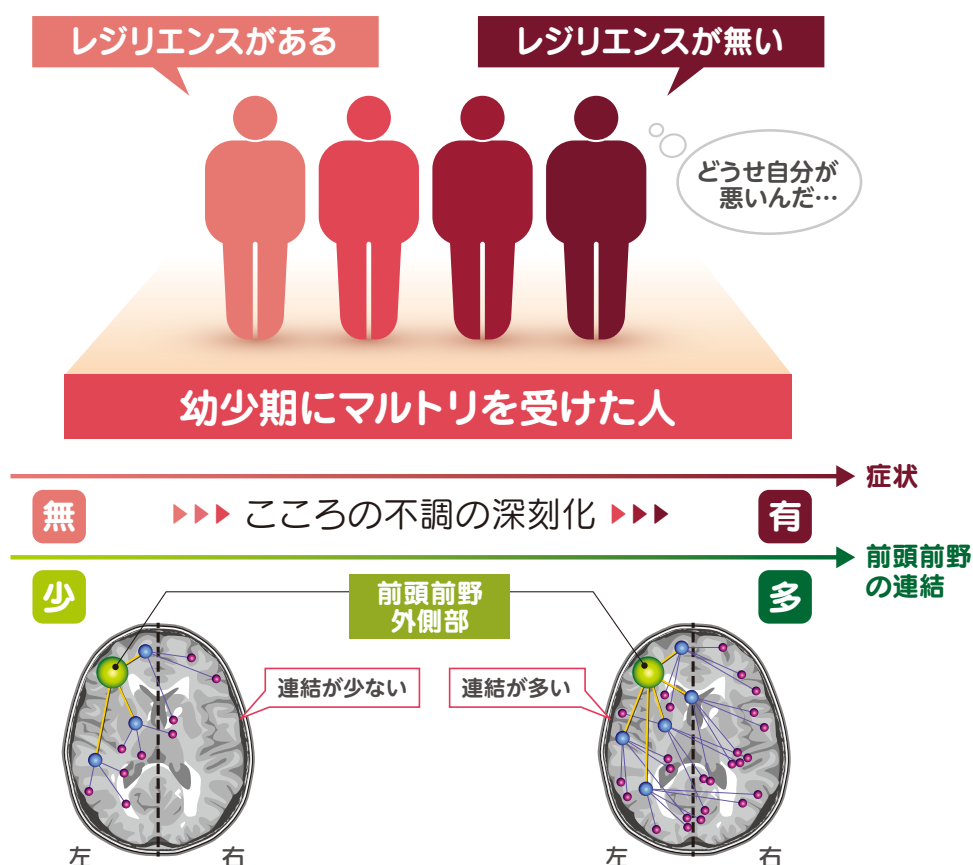


*Vermetten et al (2003) Biol Psychiatry 54, 693-702 ; Thomaes et al (2012) Psychol Med 42, 2337-49 ;

*Garrett et al (2019) J Psychiatr Res 114, 161-9 ;

こころの健康を保護する力

幼少期にマルトリを受けたことのある人は、こころの不調や精神疾患のリスクが潜在していますが、**中には、それらの潜在的リスクが生活の質を脅かすことなくこころの健康を保護する力である、“レジリエンス”が育まれていることがあります。**最近の脳研究では、幼少期にマルトリを受けた人の中でも、こころの健康が保たれているレジリエンスのある人では、レジリエンスのない人（こころの不調がある人）と比べて、また、マルトリを受けていない健康な対照群と比べても、前頭前野外側部を基点とする構造的な連結がより少ないことが示されています。そのような脳構造ネットワークの適応的変化の解釈の1つとしては、マルトリを受けたことを「自分のせいだ」「自分が悪かったからだ」などと自分を責める内なる声を鎮める機能を獲得してきた可能性があります。

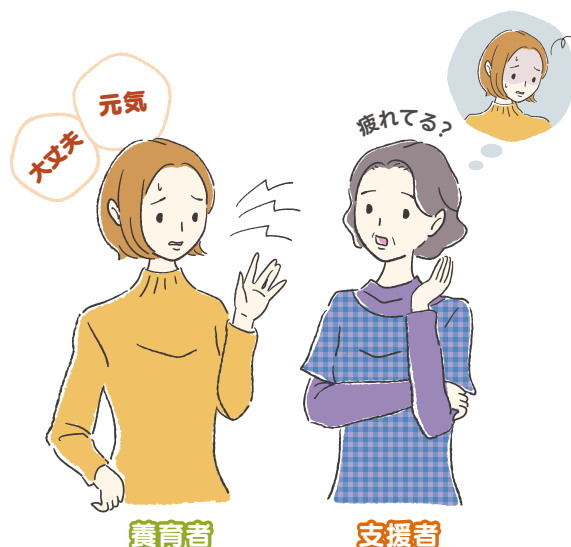


SOSを出せない要因（見逃さないために）

こころの不調を深刻化させないためにはこころの健康を保つレジリエンスを育み、精神疾患を予防するためにはこころの疲れの軽い状態の早い段階からセルフケアを行ったり、周囲の人々によるケアを受けたりするなど支援を求めることも大切です。

支援を求めることができない主な要因としては、①こころの不調への気づきの低下、②ケアを受けることに経済負担やアクセスの難しさを感じる、③自分だけで何とかしなければならないという考え方、こころの不調・精神疾患に対する差別・偏見等が地域社会に存在すること、またはその差別・偏見を内在化させることなどが挙げられます。それらの要因を予防するために地域社会では、**こころの疲れ・不調のある人から微かに出るSOSのサインを早期に拾い上げること、そのSOSのサインを自他ともに理解できる形で示すこと、地域の子育て支援資源の情報を漏れなく届けること、地域社会からこころの不調・精神疾患に対する差別・偏見等を撤廃させることなど、**多様な取り組みの進展も必要といえます。

援助希求行動ができない要因	症状別回答率	
	軽/中等度	重度
① 気づきの低下 〔無自覚など〕	46%	24%
② 社会構造の問題 〔経済負担・アクセス困難など〕	2%	5%
③ 否定的な態度 〔過剰な自助観・差別/偏見など〕	52%	75%



文献紹介 ③



「助けて」が言えない

SOSを出さない人に支援者は何ができるか

援助希求の乏しさは、年代を問わず、…さまざまな領域の支援困難事例に共通する特徴だ。その意味では、人生早期の学校教育においてSOSの出し方を教え、援助希求能力を育むべきだ、という発想自体が必ずしもまちがっているわけではない。だが、忘れないでほしいのだ。もしもある人の援助希求能力が乏しいとするならば、そこにはそうなるだけの理由がある。…それによって偏見と恥辱的な扱いに曝され、コミュニティから排除され孤立するのを恐れてはいないだろうか。あるいは、生育歴上の逆境的体験のせいで、「世界は危険と悪意に満ちている」「自分には助けてもらうほどの価値はない」…と思い込んではいないだろうか。だとすれば、彼らは援助を求めない。…それどころか、みずから助けを求めておきながら、突然、翻意して背を向けることさえあるだろう。…そもそも、誰かに助けを求めるという行為は無防備かつ危険であり、時に屈辱的だ。…問題の本質は、…安心して「人」に依存できないことにあるのだ。

(松本俊彦、2019)



ひとりぼっちをつくらない

コミュニティソーシャルワーカーの仕事

本当に困っている人はSOSを出さないし、出せません。コミュニティソーシャルワーカーはこれまでの申請主義の福祉のように相談を待つのではなく、こちらから困っている人を探し出していく…これまでの福祉が「助けてください」と相談窓口伝えることから始まるのに対し、「助けさせてください」とアプローチして行きます。しかし「結構です」と断られることも多く、自分が課題を抱えていることに気がついていない人も多くいます。…さらに「助けさせてください」と語りかけ、本人の受け入れられる言葉を見つけ出し、支援を受け止めてもらえる状況を生み出し…そうした支援の結果が多くの人を救う仕組みづくりにつながります。

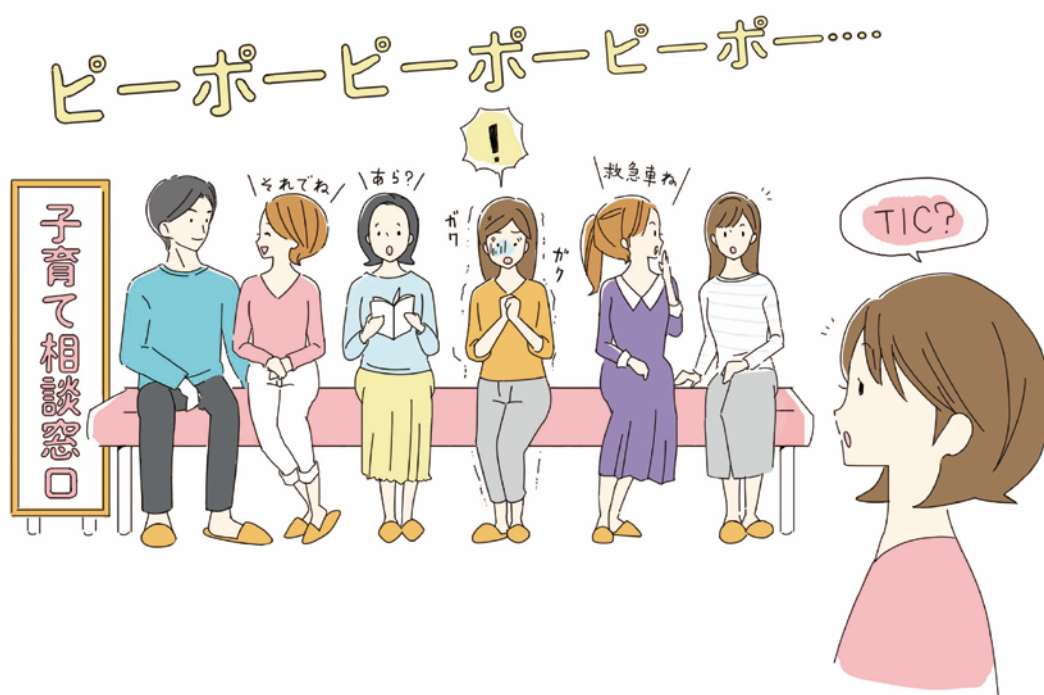
(勝部麗子、2016)

** 松本 [編] (2019) “「助けて」が言えないー SOSを出さない人に支援者は何ができるか”，日本評論社；

** 勝部 (2016) “ひとりぼっちをつくらないーコミュニティソーシャルワーカーの仕事”，全国社会福祉協議会 (p.178)；

こころの傷の理解に基づいた支援

国内外では地域社会の中で、マルトリなどによるこころの傷（トラウマ）が行動上の“問題”の背景にあるという視点を持つことが大切であるとされています。このような考え方をトラウマ・インフォームド・ケア（TIC）といいます。ある“問題”は単なる生活指導上の課題として捉えるのではなく、その背景をトラウマの視点からも理解し支援する必要があります。その視点とは、①「理解する」はトラウマが心身・行動に及ぼす影響を理解すること、②「認識する」はトラウマの知識を持つことで行動にトラウマの症状が現れていることを認識すること、③「対応する」はトラウマに関する知識を方針や進め方、実践に組み入れて対応すること、④「再受傷させない」はトラウマを思い出させる事柄を回避できるようにすること。例えば、米国の地域社会の中の学校では、その方針にトラウマの理解に基づいた実践が組み込まれた結果、停学や退学処分が減少し、学業や卒業率が上昇し、特にその恩恵はマルトリなどが背景にある子どもに最も現れていました。日本でも学校など地域社会でトラウマの理解に基づいた実践が進められつつあります。



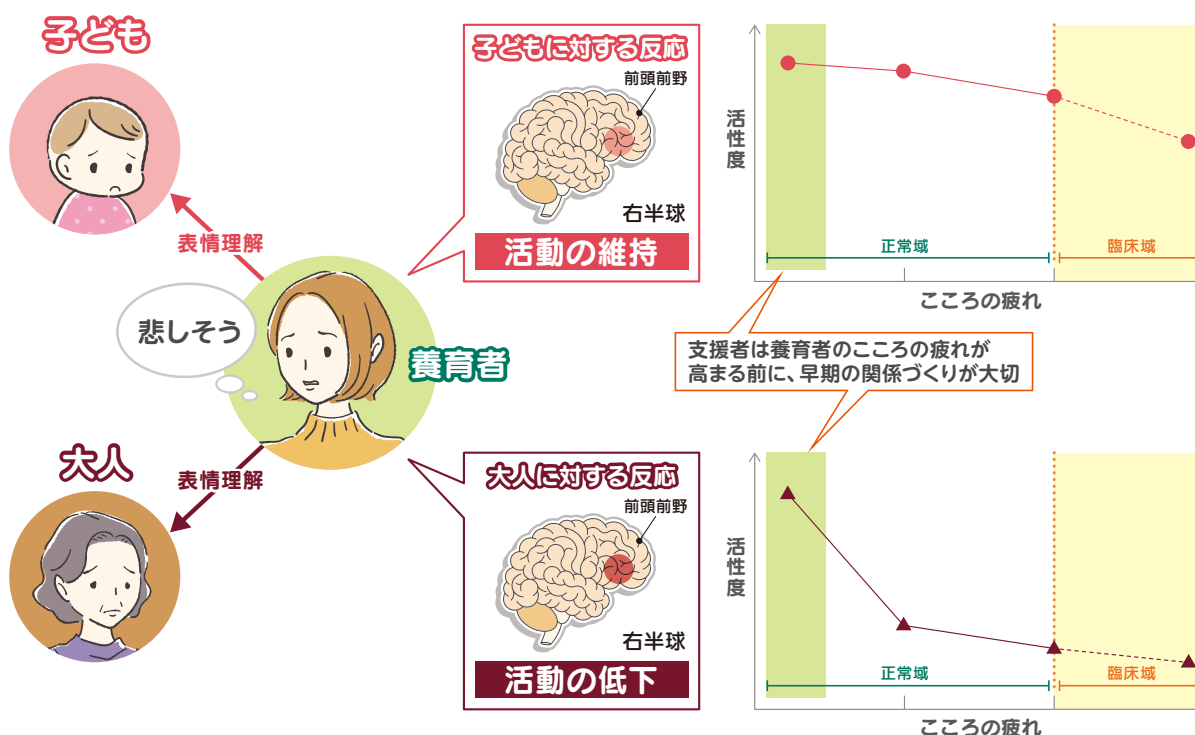
** 大岡 [代表] (2018) https://www.jst.go.jp/ristex/pp/information/uploads/20180500_ooka_TIC_A3.pdf ;

** 兵庫県こころのケアセンター (2018) <http://www.j-hits.org/child/pdf/5samhsa.pdf#zoom=100> ;

*ACEsTooHigh “ACEs Science 101” : <https://acestoohigh.com/aces-101> ;

共同子育てネットワークの早期形成に向けて

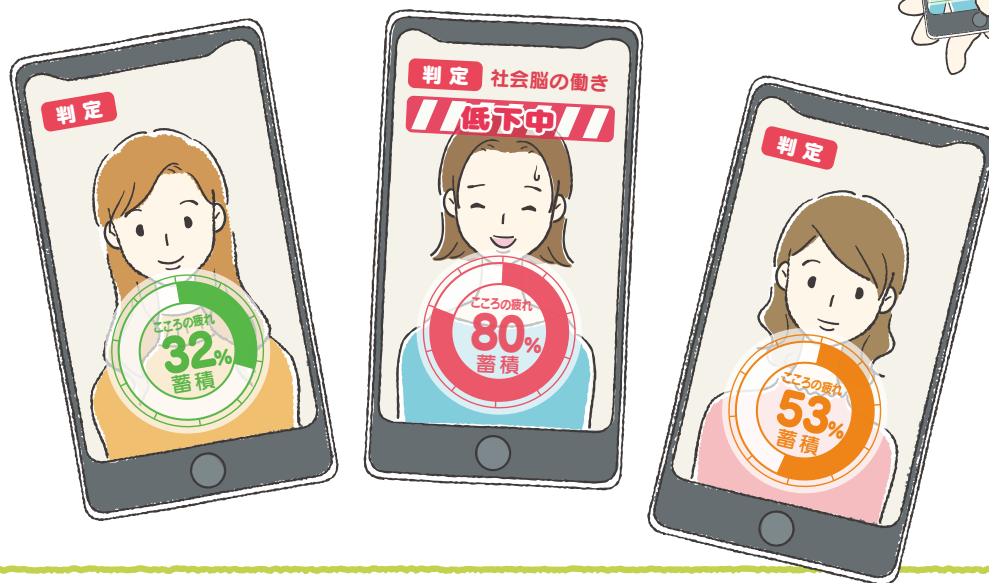
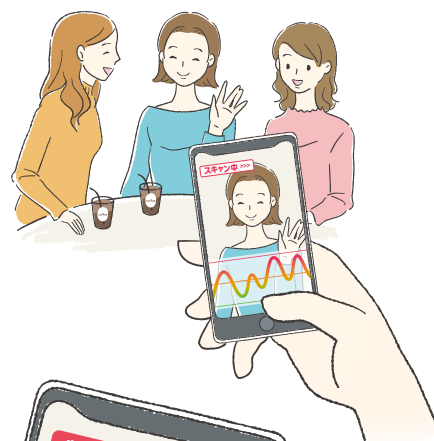
子育て家庭で、子どもに対する体罰等を含むマルトリに陥らないように、地域社会の中の周囲の大人たちによる共同子育てが重要な役割を担っていると認識されています。ただし、養育者が子どもとの関係性の問題に陥る前に、周囲の大人との関係性の問題が生じやすい可能性があります。最近の脳研究では、養育者のこころの疲れの軽微な蓄積に伴って、大人の気持ちを推測する際の前頭前野外側部の活性が低下する一方で、子どもの気持ちを推測する際には脳活性は維持されることが報告されています。こころの不調が深刻化し精神疾患のある人では、大人の気持ちを推測する際の脳活性の低下だけではなく、その気持ちの推測の正確さなどに問題が出ることも知られています。**地域社会の中の周囲の支援者は、家庭内で養育者と子どもとの関係性の問題が現れる前に、「前向き子育て」が維持・促進されるような予防的な役割を拡げていくことが大切です。**



Column

【養育者の潜在的な援助希求の見える化】

マルトリ予防の取り組みの中では、Society 5.0時代の社会技術としての客観的な「機械の目」による潜在的な援助希求の見える化も重要な役割を担ってくれます。今後、そのようなサインを検出できる社会技術研究開発の進展が待たれています。



脳科学から考える「マルトリ予防のすすめ」

— 地域社会みんなでともに育ち合うために

2020年3月31日 第1版 第1刷

著 者： 島田浩二・矢尾明子・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・笠羽涼子・椎野智子・牧田快・榊原信子・滝口慎一郎・久保下亮

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

制作協力： 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



<https://marutori.jp>

「マルトリ予防」「とも育て」の最新情報は、上記の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。

※ 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。



脳科学から考える

マルトリ 予防の すすめ

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。