

## 乳幼児期における心の健康のために

松本, 壽通  
福岡市医師会乳幼児保健委員会

<https://doi.org/10.15017/9007>

---

出版情報 : 生活体験学習研究. 1, pp.89-92, 2001-01-01. 日本生活体験学習学会  
バージョン :  
権利関係 :

# 乳幼児期における心の健康のために

松 本 壽 通

## For the well mental development in infancy and childhood

Matsumoto Toshimichi

**要旨** 21世紀を担う現在の子どもたちの心の問題が、すでに国家的な対応を迫られるほど深刻化しているが、その予防のためにも、乳幼児期から心の健康ほど大切なものはない。子どもの豊かな発達の為に欠くべからざる基本的体験について論述した。乳幼児期に心の健康のために必要な体験として、先ず新生児期より乳幼児期早期に関して、授乳、抱擁、声かけなど、児と母親との間の接続的な身体接触による母子の愛着行動の体験の必要性を強調し、同時に児の欲求が満たされることによって得られる児の基本的信頼感、及び欲求が満たされないことによる不信感などの体験が、児の将来の豊かな心の発達に深い影響を及ぼすこと。さらに乳幼児期後期には人見知りの必要性そして乳幼児期に異年齢集団による、外で思う存分遊べる自由に遊べる体験の大切さ、及び反抗期を経験することの重要性などについて述べた。

**キーワード** 育児、基本的信頼感、母子の養育行動

### 1. はじめに

子どもたちの様々な事件、底知れず広がる子どもたちの「荒れ」。いま、誰もが胸の中を痛み、何とかしなければ、と思う。若さ、希望、未来の象徴であるべき子どものなかに、疲れて目の輝きを失った子、そして「何もしたくない」、「生まれてこなければ良かった」などと思うまで追い詰められた子どもたち、このような子どもの心の荒廃の原因はなんだろうか。心の問題が低年齢化し、普遍化しつつあるのは事実である。今、子どもの生活を立て直さないと、子どもの心はさらに危機的状態になることが指摘されている<sup>(1)</sup>。これらの問題の背景として、横山<sup>(2)</sup>は子どもの自主性、社会性、耐性、道徳性など「生きる力」の未発達であること、その原因として生活体験、人間関係体験、挫折、困難体験など子どもが発達過程で当然すべき基本的な体験の欠如を指摘している。

本稿では、とくに乳幼児の子育てに主点をおいて、心の健康のために必要な基本的な体験について若干の考察を行い、その重要性について述べたい。

### 2. 乳幼児期に心の健康のための必要な体験

乳幼児期における心の発達に必要な基本的体験について、主として母親との相互作用によって生じていることから、私共は、ある程度、母子関係の面からうかがい知ることができる<sup>(3)</sup>。出生後の年代別に考えてみたい。

#### ① 新生児期から乳児期早期

この年代の心の健康について、母子関係の研究者として著名なJ.ボウルビィなどの見解をもとにまとめてみたい<sup>(4)</sup>。

母親は児の要求する事柄、たとえば抱く、あやす、哺乳する、オムツを替えることなど、その時々

---

連絡・別刷請求先 (Corresponding author)

福岡市医師会乳幼児保健委員会

The committee of child health care in Fukuoka Medical Association

をすべて受け入れて自分を守ってくれる存在である。したがって母親は、児にとって絶対的な信頼を寄せて絶対的に依存していけるものという、基本的に安全な人間関係を保つことができる状態、つまり端的にいえば、「母親は自分の安全基地である」と児が確信している状態を心の健康といえよう。このための母親の行動として、授乳、抱擁、声かけなどによる児と母親との間の頻繁で持続的な身体接触（肌の触れ合い）によって、児の不安を和らげる必要がある、と母子の愛着行動（アタッチメント）の体験の必要性が強調されている。

また、服部<sup>(5)</sup>は子どもの健康のうえに、**基本的信頼感**（basic trust, E. H. エリクソン）の重要性を強調して次のように述べている。すなわち、基本的信頼感とは、母がわが子に微笑みかけ、話しかけ、愛撫し、心からの愛着行動を繰り返し与えるとき、赤ん坊の心には深い快感が溢れ、自分は愛され、守られているという純粋な安らぎの感情が体験されることによって培われるものである。

一方、乳児といえども同時に自分の欲求が満足されない体験にも当然遭遇する。その時に、乳児は自己についても外界についても不信の感覚（mistrust）を芽生えさせる。乳児はこの不信を感じることを体験することも重要である。エリクソンは信頼感と不信感とが一定の割合で基本的な社会的態度に含まれることが乳幼児期の発達に大切である、と述べている。そして信頼感がより良く、より力強く獲得される時は、乳幼児期の発達危機は解決され、健康な人間性を形成する上の発達課題が達成されたといえる<sup>(6)</sup>。

乳幼児期における基本的信頼感の獲得は対人関係の基本をなすものと考えられているが、近年、J.R.ハリス<sup>(7)</sup>による著書“The nurture assumption”はこの問題に真向から反論するものとして注目されている。すなわち誕生から数年間で成人後の性格が形成されるという明確な証拠を求めても、そのようなものは存在しない。幼少時の親子関係が決定的かつ長期的な影響を及ぼすという思いこみを考えなおす必要がある、つまり、子どもがどう育つかは親の育て方を反映したものではない、という考えである。これに対し米国で賛否両論の多きな反響がみられた。しかし、ハリス女史の結論は限られたデータを元にしており、幼少期に結ば

れる親子間の絆は性格形成に欠かせないものという考えは否定できないものとする。いずれにせよ、学術的な根拠に基づいた結論を導くためには、長期にわたる前方視的方法による検討が必要と考えられるが、例えば乳幼児期に親から虐待を受けた子の心の傷は永続的に残る事実からみても、この年代の親子間の絆の大切さは容易に理解されうることであろう。

一方、乳児期に安定した母子の愛着関係をえられなかった場合、それが児の心の問題に影響を及ぼしても、決定する程のものであろうか。この件については育児環境とその後の性格、能力、行動などは、それほど単純明快な因果関係にあるとは考えられず、多くの因子が複雑にからみ合っていると考えられている。一般に可塑性がある子どもの心は、たとえ精神的健康が得られない状態にあっても、適切な対応によって良好な状態に戻り得る可能性がある。しかし年長になる程、可塑性は少なくなると思われるので、子どもの心の問題をキャッチし適切な手段を講ずることは、早ければ早い程良いことが強調される<sup>(8)</sup>。

以上、乳幼児期における基本的信頼感についての若干の考察を行ったが、その獲得体験はその後の自立の基礎となり、思春期に安定した心の健康を形成するのに深い影響を与えることは、大方の発達心理学者の認めることごとである。乳幼児期における良好な母子関係は、子どもの心の健康の上に、計り知れない大きな意義があるといえよう。

## ② 乳児期後期

生後6ヶ月ごろから見知らぬ人には恐れを感じ、見慣れている人にはすがりつく、いわゆる「人見知り」が始まる。これは母親が自分にとってかけがえのない大切な存在であるという感覚をしっかりと心の内に持ったことのあらわれである。この人見知り体験は情緒的な人間関係を形づくる上に極めて重要な意味を持つと考えられている。情緒的な人間関係をつくる能力は、「思いやり」へと発達してゆくので、乳幼児期の母子関係は重要である。母子間の良好な情緒的關係が成立しないと思春期に様々な問題行動が起こる原因になるとされている<sup>(9)</sup>。したがって、10ヶ月を過ぎてもなお人見知りしない場合、あるいは一人で寝かせておいても、いつまでもおとなしくて泣かない、後追いしない、母親にとって手がかからない赤ちゃんの場合、その全て

が異常というわけではないが、児にとって心の健康な状態とはいえないと考えられる場合がある。

このような児に接した場合、家庭環境、母親の心理的状态などのチェックを行うことも必要であろう。そして、この状態が普通であると考えている母親に対して、しっかり抱きしめる母子間の身体的接触、愛着行動を積極的に多くすることによって、情緒的な母子関係を確立して人見知りが見られるように指導することは、将来の心の問題の予防のために乳幼児期に行う必要な手段であると認識したいものである。

### ③ 幼児期

(1) 幼児期における心の健康のための必要な条件の第1は家族の愛であるが、同時に子どもの**自由な遊び**がある。子どもらしい生活、その中心をなすものが“遊び”であり、人間の基本的な行動は、集団による遊びによって獲得される。上下関係を学ぶなど、もろもろの人間関係、善悪の判断、いきいきした感動、意欲、好奇心、満足感、そして耐性その他、多くのことが遊びの体験によって得られる。しかし現在、子どもの集団による遊びが成立するための安全な空間(場所)は都市化、モータリゼーションなどによって減少し、遊ぶための時間は塾、習いごと、早期教育などで時間に追われるようになり、そして近所に異年齢集団による遊び仲間がいなくなるなど、遊びに不可欠な3つの間(ま)がなくなったといわれてきたのは、すでに10年以上前からであった。さらに、1990年代に入って子どもたちを取り巻く状況が劇的に変化する。すなわちコンピュータ、テレビゲームなどが子どもの遊びに入ると、室内にこもって1人でバーチャルな世界に長時間どっぷりとつかって没頭することになる。幼児期には、小さなケンカやいじめも含めて、活発な遊びを通じただけ豊富な、そして能動的な直接体験を積んでいるかが大切であるが、テレビゲームなどの遊びは実感を伴わない、人の痛みが分からない仮想の世界である。人と共に生きることなど、人間としての基本を体験しながら遊びのなかで培われる命の尊厳、人間関係、善悪の価値観などの大切なものがバーチャルな仮想の世界では失われてゆく恐れがある<sup>(10)</sup>。

幼児期における心の健康のための必須条件として、子どもたちに、異年齢集団による外で思う存分遊べる自由を保障してあげることである。

(2) 幼児期における心の健康のために、**第1反抗期を経験することの重要性を強調したい**。3歳頃になると自我が芽生えて、親の保護と支配から脱して、自分の意思を明確に表すようになる。すなわち親に対する反抗は自主性、自立性を獲得する大切な契機であるとされている<sup>(10)</sup>。

いたずらざかりの3歳のころに、素直でなんでも親の言うことを聞く「良い子」が少くない。このことは自主性が発達していない原因として、親の養育態度に問題がある場合が考えられる。子育てに置ける親の過保護、過干渉は、子どものやる気の芽を摘んでしまつて、自我の発達、社会性の発達が不十分になる可能性がある。このような親に対して、早くその問題を指摘し、適切な指導を行うことは、幼児期における心の問題を予防する大切な手段として重視したい。

### 3. おわりに

21世紀を担う現在の子どもたちの心の問題が、すでに国家的な対応を迫られるほどに深刻化しているが、その予防のためにも、乳幼児期からの心の健康ほど大切なものはない。子どもの心の豊かな発達のために欠くべからざる基本的な体験について、とくに乳幼児期に力点をおいて述べた。年齢に応じて体験すべきことを体験することの大切さは乳幼児期においても同様であることを強調したい。

### 文献

- (1) 松本壽通『子どもの心と家族』チャイルドヘルス 2.2.1999
- (2) 横山正幸『いじめ問題を考える』福岡教育大学技術センター所報 1996
- (3) 松本壽通『乳幼児期からの心の健康—地域の役割』日医雑誌 122、613、1999
- (4) ボウルビィ(二木武監訳)『母と子のアタッチメント—心の安全基地』医歯薬出版、東京、1996
- (5) 服部祥子『子どもが育つみちすじ』朱鷺書房、大阪、1992
- (6) 服部祥子『生涯人間発達論』医学書院、東京、2000
- (7) J.R.ハリス(石田理恵訳)『子育ての大誤解』早川書房、東京、2000
- (8) 松本壽通『子どもの心の問題—その予防と外来小

- 児科医の役割』日本小児科医会会報 10.10.1995
- (9) 石田文太 『小児の精神衛生—思春期問題を予防する子育て』やまびこ (小田原医師会会報) 71; 2、
- 1993
- (10) 瀧上継雄 『子どもをめぐる諸問題と子ども家庭支援システムの課題』都市科学 13; 23、1992