



「母親は単に家族の一員でなくて、まさに家庭の太陽である」 (哲学者 森信三)



お母さんは、子どもにとって太陽のような存在です。いつも子どもの前では笑顔でいてください。お父さん、そんなお母さんをしっかり支えてあげましょう。

スキンシップについて考える(2)

前号において、子どもが育つ上でスキンシップの大切さについて考えてみました。ここで、もう一度スキンシップについて考えてみましょう。

人は生まれるとすぐに母親に抱きつき、つかまろうとする。逆に言えば、育っていくためには、つかまり、体に触れ、安らうことができる存在が必要なのである。そうしたことの重要性が知られていなかったころ、孤児となった子どもは、スキンシップの不足から食欲が低下し、衰弱死してしまうことが多かった。子どもが成長するうえで、母が抱っこすることは、乳を与えると同じくらい重要なのである。いくら栄養を与えても、抱っこが不足すれば子どもは上手く育たない。抱っこをし、体を接触させることは、子どもの安心の原点であり、愛着もそこから育っていく。抱っこをすることで、子どもから母親に対する愛着が生まれるだけでなく、母親から子どもに対する愛着も強化されていく。何らかの理由で、あまり抱っこをしなかった母親は、子どもに対する愛着が不安定になりやすく、子どもを見捨ててしまう危険が高くなることが知られている。…

…抱っこという実に原始的な行為が、子どもが健全な成長を遂げるうえで非常に重要なのである。それは、子どもに心理的な影響だけでなく、生理的な影響をささ及ぼす。子どもの成長を促す成長ホルモンや神経成長因子、免疫力を高める物質、さらには、心の安定に寄与する神経ホルモンや神経伝達物質の分泌を活発にするのである。…

…よく抱っこされた子は、甘えん坊で一見弱々しく見えて、実のところ、強くたくましく育つ。その影響は、大人になってからも持続するほどである。…

「愛着障害 ～子ども時代を引きづる人々～」(岡田尊司 光文社新書)

この文章から、「抱っこ」の重要性や必要性について十分理解していただけたらと思います。

アカゲザルの子どものは、母親がいないとほとんど育たず死んでしまいますが、母ザルの人形を与えると、仔ザルはその人形に抱きついてどうにか育つのだそうです。たとえ、人形であっても抱っこやスキンシップといった肌と肌の接触により、生きることができるのです。スキンシップって大切なものなのですね。

人は、愛着した存在に身をゆだねるとき、脳内で、「オキシトシン」(愛着ホルモンといわれている)の分泌が促されます。そのことにより、安心感がもて、ストレスが抑えられます。紹介したアカゲザルのように、たとえ生命のない人形であっても、抱きつくことで、その子にとっての拠り所となり、最低限とはいえ、成長や発達を支えることができるのです。

乳児・幼児だけでなく、小学生・中学生になってもスキンシップは大切な行為です。子どもが悲しんでいる時、不安そうにしている時、ハグをしてやりましょう。そっと、肩に手を置いてやりましょう。そのことにより、子どもの心が安定し、苦難に立ち向かう元気や勇気が湧いてくるのです。スキンシップが子どもがもつエネルギーを引き出してくれるのでしよう。

(文責＝青少年育成センター指導員 藤村)