

提 言

触れ合い子育ての実践

前川 喜平 (日本小児保健協会名誉会長／東京慈恵会医科大学名誉教授)

子どもは「触れ合い」により育つと言われている。触れ合いとは人間同士の生身のスキンシップを言う。最近では子育ての現場で触れ合いが減少し、種々の問題が起こっている。「子どもは触れ合いにより育つ」の原理を記載した後、触れ合い子育ての実際について述べ提言とした。妊婦は子どもを「育てる力」が、胎児は「育つ力」が遺伝的に組み込まれているが、出産しただけではスイッチが入らないようにできている。新生児は母親と触れ合うための不思議な能力を持っている。即ち、新生児は目が見え、顔の輪郭を見る。見える距離は母乳を与えている親と新生児の目の距離で、母親の声に反応する、声や匂いが判りそちらに抱き付く行動をする。どんな民族の母親でも分娩後、新生児を撫でたり、見つめたり、語りかけたり、母乳を与えたりなどの、自然のスキンシップを行う。新生児も不思議な能力でこれに応え、お互いの触れ合いが起こり「育てる力」と「育つ力」にスイッチが入る。「育てる力」にスイッチが入ると同調する能力が作動する。新生児が泣くと抱いたり、おむつを替えたり、母乳を与えたりなどして新生児を快の状態にする。これの繰り返しにより、自分は守られている、安全だ、母親は信頼が置けると、人に対する信頼感が芽生える。これが乳児の心が育つ第一歩である。それから以後は乳児の出すサインに母親が応え、母親の出すサインに乳児が応え、乳児は乳児らしく、母親は母親らしく育っていく。これを母子相互作用と言う。さらに母子相互作用、触れ合いの反復により、母親と乳児の間に情愛の絆が形成される。これを愛着アタッチメントの形成と言い、心の安全基地となる。

肯定的妊娠、夫や周囲から支援がある母親、過去に良い愛着を経験している母親は「育てる力」にスイッチが入り易い。否定的妊娠、孤立、不安、うつ、スマホ育児、要支援家庭、発達障害や精神疾患の母親などはスイッチが入り難い。

子どもの世話をするすべての人は親の良い・悪い、子どもの良い・悪いなどすべてを丸ごと受容して、愛情を込めて、目を見つめながら、話しかけたり、抱きしめたりする生身にスキンシップを行わなければならない。「育つ力」は五感の刺激が多いほど効果がある。子どもが喜ぶことを一緒にして遊び、世話をする人も喜びを感じれば最高である。タッチケアはこの延長線上にある。乳児とどう遊んだらよいか、世話をしてよいか判らない母親が増加している。触れ合いが減少し、乳幼児の発育に問題がみられる現在、子どもの世話をするすべてに人は触れ合いの子育てを実践しようではないか。

