

暦の上では、節分や立春など春の始まりを告げていますが、実際には一年の中で寒さが最も厳しく、雪も多い季節です。例年に比べ雪が少ないように感じますが、まだまだ油断はできません。

「世界一受けたい授業」という番組や、ニュースでも紹介されています。「マルトリートメント」という言葉をご存知でしょうか。「マルトリートメント」とは不適切なかかわり。特に、大人の子どもに対する不適切な養育やかかわり方をいいます。不適切な養育とは、児童虐待はもちろんのこと、子どもの目の前で繰り広げられる夫婦喧嘩や体罰、子どもが傷つく言葉を話すなど、子どもの心が傷つく養育の全てを総称してそう呼ばれています。大人の何気ない一言や行動が、子どもの脳を傷つけるかかわり方になっているかもしれないと考えられているそうです。最新の研究では、子どもの脳は極度のストレスを感じると、その苦しみに逃げようと自ら変形してしまうことがわかりました。脳が変形すると、成長してからうつ病になったり、視覚野や聴覚野などの各分野に影響する可能性があります。今回は、みなさまに知っていただきたく、取り上げさせていただきました。

## <知らず知らずにしていたかも？ マルトリートメント>

### <きょうだいを比較する言葉>

「お兄ちゃんはできるのにね」など何気なく言った言葉で、他のきょうだいと比べながら叱ると、子どものプライドを傷つけ、脳に重大なダメージを及ぼします。繰り返しそのような言葉をかけられ続けると自分は劣っていると信じ込んでしまうのではないのでしょうか・・・。

子どもは一人一人何もかもが違います。誰かと比較せず、本人とだけきちんと向き合い、その子にしかない個性として受け止めたいですね。



### <励ますつもりが逆効果の言葉>

大人としては励ましているつもりでも、受け手である子どもの状態を無視して連発すると、ストレスがかかることになってしまいます。お子さまのタイプにもよりますが、声掛けは子どもに合ったものや子どもの状態をみながら行うことが大切なのではないでしょうか。すでにかんがっているのにこれ以上どうしたらいいのか・・・となっているのかもしれません。

### <度が過ぎる謙遜>

「この子は集中力がなくて・・・」等、つい人前で言っていないか？本当にそう思っていないか？長所よりも短所を言う傾向が日本人には多いようです。しかし、その言葉を子どもが聞いたらどうでしょうか？謙遜が理解できない小さな子どもはその言葉をそのままの意味で受け取ってしまい、「集中できないから自分はだめなんだ・・・。」と思い込むようになってしまい、自己肯定感の低下にもつながってしまいます。

### <スマホ・タブレット>

現在、9歳児の89.9%がスマホなどでインターネットを使用しています。長時間スマホを使っている子どもは、親とのコミュニケーションが極端に減少してしまいます。そして、右脳と左脳をつなぎ、感情をコントロールする脳梁という部分が縮小してしまいます。その結果、集団行動が難しくなってしまうと言われています。どうしても手が離せないときにスマホを渡すのは便利な方法ですが、1日1時間など必ず時間を決めて使用することをオススメします。



### <感情に任せた言葉>



言葉の暴力という言葉もあるように感情に任せた言葉は、脳へのダメージは大きいことがわかっています。感情に任せた乱暴な言葉は受けた子どもは、聴覚をつかさどる聴覚野が肥大します。耳は健康でも音が聞こえなくなってしまう、心因性難聴を患った例もあります。どうしても子どもを叱らなければいけないときは、60秒以内で叱るポイントをしばって叱ることで。

今回ご紹介したマルトリートメントは、小児精神科医で脳研究に取り組んだ友田明美さん著書「子どもの脳を傷つける親たち」から抜粋して取り上げさせていただきました。

日々の生活の中で、何気なく言った言葉が時には子どもの心に強く刺さってしまうことがあると思います。特に発達に気になるお子様には私たち大人が意識しながら、かかわりを大切にしていきたいですね。

### <お知らせ>

本日2月4日よりJYFLDのホームページを開設いたしました。スマートフォン等でも閲覧可能です。またお知らせなどもこちらで更新していきます。<https://www.jyfld.co.jp> 今後ともよろしくお願いいたします。

放課後等デイサービス かなで

Tel : 011-596-9915 / Fax : 011-596-9916

心配なこと、不安なことがあれば、ご相談ください。