

健康 ぷらざ

まずは家族の接し方から —子どもの心の問題—

指導：東京都・発達協会王子クリニック 院長 石崎 朝世

企画：
日本医師会

No. 233

心を豊かにする共通の経験

子どもの頃の経験や環境は将来の人格形成に影響を与えます。心豊かな大人には、大切にされた思い出、命の大切さを学んだこと、安定した生活環境など、子ども時代にいくつかの共通の経験があるようです。逆に言うと、家族や周囲の人たちが、そのような環境を整えるようにできるかぎり努力することで、子どもの心の問題の多くは解決されると思われます。

こんな環境を

それには、幼児期から右表のようなことを実践したいものです。

いずれもなかなか難しい事柄ですが、このような意識をもって日常的に子どもに接するだけでも、子どもの心身の発達に大きな影響を与えます。もし不十分だと気づいたら、その時からでも実践することが必要です。

- ① 家族や周囲の人たちが、子どもを大切にし、認め、たくさんほめる。
- ② 子どもとしっかりかかわり、他人との付き合い方とともに、我慢することなども学ばせる。
- ③ 日常生活の中で、命の大切さを繰り返し学ばせる。
- ④ 幼児期から集団に参加させ、社会の基本的なルールを学ばせる。
- ⑤ 昼夜の生活リズムをしっかりつけ、心が育ちやすい環境を整える。



“発達障害”の場合も

一方、なかには行動がマイペースすぎる、こだわりすぎて言うことを聞かない、対人関係が苦手、ひどく落ち着かない、すぐに我慢できなくなる、ルールをなかなか理解できない、不器用で何事もうまくできず遅い、などの子どももいます。生まれつきの発達障害（自閉症や注意欠陥多動性障害〈ADHD〉、学習障害、知的障害など）の可能性もあります。

このような発達障害の子どもたちは、怒られやすく、認められる経験が乏しく、また、人としっかりかかわることも少なくなりがちで、心を育てるために必要な経験がいつそう乏しくなっています。

家族の方々には子どもへの接し方を考えると同時に、もし発達障害が疑われる場合には、早めにかかりつけ医に相談することをおすすめします。