

名医が語る

お母さんへの手紙

心の耐性

皆さん、耐性という言葉をご存知ですか。医学でいうと細菌に対して抗生物質が効かなくなることを耐性と呼んでいます。しかし今回は医学ではなく、子ども達の「耐性」ということについて考えてみたいと思います。

最近、子ども達の間でいじめや自殺などが頻発する方、その背景としての「キレる」ことが問題になっています。「キレる」ことの原因については、親の愛情や理解が足りないなど家庭の問題やストレスなど様々な要因が挙げられています。しかし、ストレスというのはそれ自体、確固たるものではありません。ある人にとってストレスであつても、他の人ではストレスとはなりません。場合もあるのです。

「キレる」ことの原因については、次のようなことも考えられています。それが「耐性の欠如」です。この場合の耐性とは、欲求不満に耐える力と定義されています。つまり欲求が満たされない状態でも、不適切な行動を起こさないということです。別名「心のブレーキ」とか「心の免疫体」などとも呼ばれているもので、簡単に言え

ば「我慢する気持ち」です。耐性というものが低ければ、心にブレーキが効かず自分自身を抑制できないため、問題を起こしてしまうわけです。

ではどうして耐性が欠如するようになったのでしょうか。以前、福岡教育大学教授の横山正幸先生の講演を伺ったことがあります。耐性の欠如の原因として、いくつかの問題をあげていました。ひとつは教育の問題です。道徳は遺伝として伝えられるのではなく、学習によって初めて獲得できるものです。しかし道徳が教育の中で軽視されてきたことが、その原因のひとつを指摘しています。また我慢することはいけないこと、つまり「子どもの欲求不満はいけないこと」であるという考え方が、続いていたこともそのひとつです。そして耐性というのは、生まれたときから少しずつ発達していくものです。その発達に、親の養育態度が大きく関係しているのです。単なる過保護ではなく、放任と過干渉が混在した過保護が、耐性の発達を妨げると言われています。耐性の高い子と低い子（乗り切る力のある子とない子を比較すると、やはり親も同じ傾向を示していま

した。

もうひとつの原因として指摘されたことは、「無遊病の子」ということです。「夢遊病」とは違い、遊びを知らない子どもという意味です。子どもは仲間と遊ぶことによって、集団の中で耐性を獲得していくのです。遊びの集団に所属するために、自分を我慢させることを次第に覚えていくのです。その遊びが崩壊したことが、もうひとつの要因となっているのです。「生き生きと遊び、子供らしく暮らせる環境を与えるため、今こそ大人が考えを改めない」と悲劇は何度も繰り返されるでしょう」と横山先生は伝えています。

ではどうしたら良いのでしょうか。まずは耐性ということの重要性に目を向けましょう。この記事の中で覚えただけでも、ひとつの進歩かもしれません。また、子ども「心の核」は親御さんの元々家庭で作られていることをもう一度認識して欲しいのです。子どもが少なければ、ある程度過保護になることはやむを得ません。しかし単なる過保護と、放任と過干渉が混在する過保護の違いに気付いて下さい。これからは子どもに任せてみて下さい。勝手に

小児科専門医

川村和久

profile

【かわむら・かずひさ】仙台市在住。医療法人社団かわむらこどもクリニック院長。日本一の小児科サイトを運営する、言わずと知れた小児科専門医。「お母さん達の心配・不安の解消」を理念に、日々の診察にあたっている。宮城県小児科医会理事。人気テレビ番組「あるある大事典」でも紹介される。【川村先生の取り組みが掲載されたメディア】★アポットジャパンの情報誌「u-u-la」(2月発行)★総合メディカルの情報誌「Hint」3月号(2/25発行)★河北ウイークリー(3/11発行)



<http://www.kodomo-clinic.or.jp/>