

# 豊橋保育協会講演会

## 「最新科学で分かった子育てのナゾ！」(H28/6/15)

明照保育園 園長 中島 章裕

Q

「子育てで孤立を感じる」というニッポンの母親は7割。  
出産を機に“うつ”を発症する「産後うつ」は、一般的なうつの5倍以上。  
子育てが孤独で耐えられない！不安ばかり募ってしまう！どうして？

A

・鍵を握るのは、女性ホルモンのひとつ「エストロゲン」  
・人類が進化の過程で確立した、「みんなで協力して子育てする」=「共同養育」という独自の子育てスタイル。(子育て家庭の8割が核家族)  
→他人の母乳を飲む赤ちゃん、免疫効果も？

Q

夜泣きやイヤイヤがひどいのは、自分の子育てが間違ってるから？私って、母親失格？

A

・最新の脳科学では、夜泣きやイヤイヤは人間の子ども特有の“必然的な行動”  
→原因はいずれも、生まれた時の子どもの脳が、成人に比べて非常に未発達なこと  
・夜泣きの原因は、胎児の睡眠パターン。  
・2歳頃から始まる「イヤイヤ行動」は、脳の表層にある「前頭前野」と呼ばれる部分が、まだ機能し始めていないから。→おやつの我慢(3歳の子と5歳の子の違い)

周囲の大人が「ダメ！」と怒っても抑制機能は働かない。「自分で納得した目的のために、自ら我慢をする」経験こそが、子供の前頭前野を働かせ、抑制機能を育てていく。

→「我慢する理由をはっきりさせる」「我慢できたら思いっきりほめてあげる」→ルールの大切さを学ぶ  
・イヤイヤ期(第一次反抗期)、イライラ期(第二次反抗期)→本当は、( )

Q

いつも私の大きなお腹に語りかけていた夫。でも、生まれてきたら夫の声で赤ちゃんが大泣き！  
どうして赤ちゃんって男性の声がキライなの？

A

生まれてくるまでは、お母さんのお腹の中で羊水に包まれて生きている赤ちゃん。

聞こえてくるのは、・・・

Q

ママ以外の誰に対しても大泣き！激しい人見知り、なんとかならないの？

A

生後半年頃から始まる「人見知り」。→人見知りが始まる前の子供は、母親の顔しか見ないということ。人見知りをする子は、ママだけでなく知らない女性の顔も頻繁に見ていること。

→母親以外を嫌がっているのではなく、むしろ強い興味を示しているサイン。

→赤ちゃんは母親が周囲の人とどう関わっているかをよく観察していて、ママにとって友好的な相手は、「自分にとっても味方だ」と感じている。→ヤンキーの眼(がん)付け！

→社会的参照(他者への問い合わせ)乳児期において、行動決定に迷うような曖昧な状況では、大人の表情を手がかりにして承認を求めた上で行動化するということ。(社会的なモラルの目覚め)

Q

出産後、なぜか夫に対してイライラが止まらない！助け合いたいのに、どうして？

A

・子どもが0~2歳と育児が大変な頃に、もっとも離婚が多いという衝撃の事実！

(6歳未満の子どもを持つ育児家庭を対象にした調査)

・「産後クライシス」→産後間もない時期にママたちの多くが感じやすいのが、「夫への強いイライラ」。

→母親の体内で分泌されるホルモンが密接に関わっている(オキシトシン)

オキシトシンは、愛情ホルモンでは？

→最近、愛情だけでなく、同時に「他者への攻撃性」を強める作用もあることが明らかに！

→ポイントは「育児で常にストレスを抱えがちな妻の状況に、“寄り添い”の気持ちを示すこと」。

Q

育児に積極的な「イクメン」。でも、なぜかママは、イライラ！なぜ？

A

・女性は、進化の産物として、脳がとくに乳幼児期の子育てに俊敏に対応できるよう、特別な発達を遂げる。→10人の赤ちゃんの泣き声を聞き分けるママたち

・男性だって子どもと触れあうほど、男性の脳に「あるホルモン」が放出される。

→オキシトシンは、出産を機に女性の脳から大量に放出され、わが子への愛着を強める働きをするが、男性もわが子に触れるだけで放出され、わが子との愛の絆を強めていく。

(オキシトシンの働きで、既婚男性は妻以外の女性と距離を置くようになる)

「オキシトシンとは、単に親子の愛情を強めるだけでなく、子を育てる親同士の絆も強めようとする働きがある」

○ オキシトシンは、愛情ホルモンであり、攻撃ホルモンであり、そして「絆ホルモン」だった！

「恋は盲目！」→「三年目の浮気」