発達支援だより

2025年１２月　向陽台保育園

今月のテーマは　　**「信頼と安心」**

とうとう 12 月に入りました。今年の最後の月。そして年があければ、年度末まであっという間です。年度の残りが少なくなると「どうせ今年度もあと少しだし」と思ってしまうかもしれません。けれども、子どもの一日一日は大切、決して消化試合にせず、３月末日まで、大切に過ごしたい、そんな風に思っています。今月は、見えないだけにわかりにくい、ココロ、気持ちのお話です。

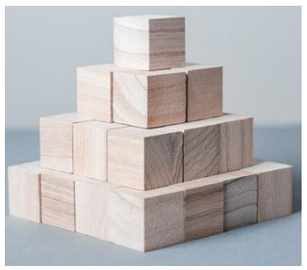
■発達を支える基盤となるもの

生まれてすぐに見る、お母さんの顔。抱っこしてくれる家族。お腹が空いたり、お尻の不快感を感じて泣くと、あやしてもらう経験…愛情に包まれて、赤ちゃんは成長していきます。

乳児期のこのやりとりの経験の中で、お子さん達は、**人に対する信頼や、安心、愛着を獲得**していきます。当たり前のようなこの過程ですが…

昔、ヨーロッパの皇帝が、赤ちゃんを大勢集めてやった残酷な実験があります。ミルクや排泄の世話はするけれど、世話する大人は目も合わさず、泣いても無視、笑っても無視、話しかけない、触らない。その結果…どうなったと思われますか？赤ちゃんは全員死んでしまったそうです。

それだけ、**触れ合う、目を合わせる、笑いあう、声をかける、泣いた時に不快を解消し、気持ちを受け止める、などが、人として生きるために必要な心の栄養**だ、ということです。



すべての発達において言えることですが、基礎となる部分の発達が十分でないと…ピラミッドの底辺がもろかったり、穴あきだったりすると、崩れやすくなるように、先の発達段階に進んでも、その発達はぐらぐら揺らぎやすいものになります。**人への信頼・安心、愛着をしっかり築くことがとても大切**…そこがしっかりできていないと、その先…幼児期、学童期、思春期…さらには大人になっても、ココロが崩れやすかったり、揺れやすかったりということが起こります。人間は複雑なので、「愛情完璧！」なんていう状態は無いのかもしれません。それでも、そこがしっかりしていれば、崩れても立ち直る力にもなります。

■信頼・安心を築きにくいお子さんたち

感覚が敏感なお子さんは、人に対する信頼・安心を築きにくいと言われています。**聴覚、触覚などに敏感さを抱えているお子さんは、いつ不快な事象…嫌な音にさらされる、誰かに触られ不快感を得るなど…に出くわすかわからず、つねにびくびく恐怖感を抱えている**ことが多いからです。また、人の表情などに敏感な HSP（Highly Sensitive Person）のお子さんもいます。

お子さんに、大きな音に対して耳をふさぐ、特定の音（高音、泣き声など）を嫌がる、極端な偏食、爪切りや歯磨きを極端に嫌がる、帽子や靴を嫌がる、びくびくしている様子が多い、家族内の喧嘩で本人は関係ないのに泣き出す、などの様子があったら、不安を得やすいお子さん＝他者に対して信頼や安心を築きにくいお子さんかもしれません。

それでも園の敏感なお子さん達は、しっかり愛着ができていて、その様子から、保護者様の愛に包まれて成長しているんだな、と感じています！

■学習機会、体験機会の損失…その時どうするか？

信頼や安心が揺らいでいる…不安や不信が強いと、新しい事にチャレンジしづらい、大勢いる所に入りづらい（集団生活に入りにくい）ことが多くなり、学習や体験の機会を減らしてしまいます。

けれども、そこで「怖くないよ！」とチャレンジを無理に促したり、「皆は行っているのにどうして行かないの？」と「できる」を求める＝できない姿を否定すると、お子さんにとっては、精神的に辛い時にお父さんお母さんの否定が上塗りされ「泣き面に蜂」状態になります。

矛盾するようですが（遠回りなようで絶対的な近道）、**不安でできない状態も「あなたのありのままの姿、それでもいいんだよ」とすべて承認、受け入れていく**と、「今の自分でいいんだ」と安心して、幸せホルモンややる気ホルモンの分泌に繋がり、次のチャレンジへと繋がります。

そして、**お子さん本人の気持ちが安心で満たされて「やってみよう！」と自分で一歩を踏み出すことが大切**です。忍耐が必要になるかもしれませんが、見守る大人はその時が来るまで「待つ」ことが大切になります。できない時、参加しない時はもどかしい！できる時、参加できるまで数年かかったりすることもあります。それでも、ちゃんと「自分から」一歩踏み出す姿をたくさん見てきています！その力を信じたい、と思っています。

ご一読、ありがとうございました。最後まで読んでくださったことに感謝します。

発達支援専門士・早期発達支援コーディネーター　　藤原　りか