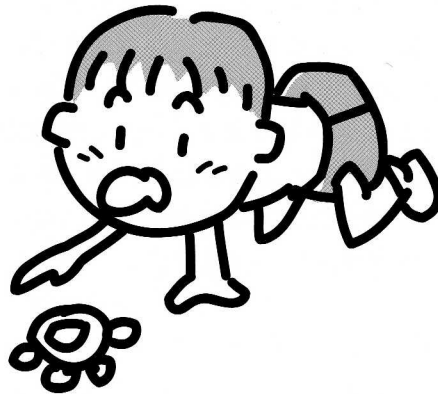


第1章

子どもの心の発達



思春期の精神保健上の課題を考えると、子どもの心の発達を考えることが重要です。思春期になって起こってくるさまざまな精神保健上の課題は、その多くが子どもの心の発達に何らかの関係があると考えられるからです。子どもは、身体的精神的に発達していく途上の存在です。そして思春期は、身体も心も急激に発達し変化を見せる時期です。成長発達の速度は人それぞれですが、身体は適切な栄養や運動が出来ていれば、それなりに成長していきます。極端に言い切ってしまうと、身体は勝手に大人になってしまうとも言えるでしょうか。性的な発達も身体の発達と同様なところがあります。しかし心の発達は栄養や運動だけで成長するわけにはいきません。心が発達する中で、自分らしさを確立し、他人とともに社会で生活する力を獲得していくためには、多くの人とのさまざまな出会いや別れが必要です。それをとおして子どもたちは悩み傷つきながら心を成長させていきます。身体や性の発達に比べてアンバランスに発達をする心が、子どもたちにさまざまなメンタルヘルス上の困難な課題をもたらします。心の発達は個人差も大きく、スムーズに発達することのほうが稀かもしれません。

以下に子どもの心の発達について簡単に述べていきます。

子どもの心の発達

はじめに

決して、母親だけが子どもの発達に関与しているわけではありません。しかし、ここでは「母親的なもの」といった意味で、「母親」という言葉を使っています。実際の子育てでは、母親と母親や子どもを支える父親、その他の家族、周囲の人たちの関わりが必要です。「母親的なもの」は、子どもにとって、この世に生まれてきた自分の存在を愛し認めてくれる、すぐそばにいる「大人」といった意味で考えてください。ですから、「母親」といっても、それが父親であったり、養父母であったり、祖父母であったりもします。時には、施設職員や近所の大人だったりもします。

1) 新生児期・乳児期

最初は、赤ちゃんは母親とひとつの共同体のように行動していますが、少しずつ自分と母親は違うものであることを認識するようになります。自分を愛し守ってくれる母親の存在を認識し、その母親に愛されること、いつもそばにいることを求めます。母親に愛されている一体感の中で生きることを実感していきます。母親や、母親に愛されている自分自身を信頼していくようになります（基本的信頼感）。しかし、すべてが自分の思うようにならないことにも気づくようになり、いつかは母親の世話を離れ、母親といっしょの世界ではない、母親に世話されるだけではない、自分の世界を作り始めます。社会で生きていくことの基礎が出来ていきます。

2) 幼児期

母親のもとで自分の世界を作っていきます。最初は母親の見守る範囲で自分の世界を広げていきます。はじめのうちは母親のすぐそばでしか行動できなかった子どもがだんだん、その行動範囲を広げるとともに、母親がいなくなる不安（見捨てられ不安）を克服しながら成長していきます。その際必要なのは、自分がどんなに自立し、自分の世界を広げていってもそれを認めてくれる母親の存在です。自分の世界を作ることが出来てきても、それだけで成長が進んでいくわけではありません。自分の世界が出来るとは、いままで守り育て、愛情を与えてくれていた母親と離れてしまうこととなります。その不安から、ときどき母親のもとで愛情を供給してもらいながら、「どんなに母親から離れ、自立していても、自分のことを愛し見守ってしてくれる」ことを確認できていくと、母親から本当に離れていくことが出来るようになります。母親にしがみつぎ甘えるだけでなく、だんだんと母親に反抗し、「いや」と言えるようになっていきます（第1反抗期）。母親への信頼があるからこそ、反抗することが出来ます。反抗しても決して自分が見捨てられないことを確信しているからです。それによって、自分らしさを持った自分を信じていることができるようになり、母親がいなくても、自分の世界で楽しめるようになってきます。

3) 学童期

自分と同性の同世代の仲間との出会いを作っていきます。仲間とぶつかり合ったり、助け合ったりする中から、自分の世界が自分勝手に無制限に広がっていきけるわけではないことを認識するようになり、他人とのバランスができてきます。仲間との関わりを通して自分の世界の限界を知るようになります。また、親から吸収した考え方や価値観だけでなく、仲間集団を形成していく中で、それまでの自分にはないものを仲間から吸収していきます。先輩や先生に理想的な姿を追い求めたりもします。

遊びの中で、空想的・理想的な自分の姿、可能性を求めていきます。空想の世界と、現実の世界が交じり合いながらも、少しずつ空想の世界と現実の世界を区別するようになり、やがて現実の世界を自分の足で歩いていく基礎が出来ていきます。それは、例えばアニメや変身ヒーロー映画の主人公にあこがれ、自分がその主人公になりきって、強い敵をやっつけることを夢想している姿にも似ています。これから先、自分の人生において出会う困難に立ち向かう力や可能性が自分の中にあるのか？空想の世界の中で特殊な力で強い敵をやっつけていった子どもたちは、やがて現実の世界で自分自身の力で困難に立ち向かう強さを身につけていきます。

4) 思春期・青年期

この時期、「自分は何者なのか」に悩みながら、やがて、自分というものを確立していきます（アイデンティティの確立）。何者なのかわからなかった自分がだんだんと、「これが自分なのだ」といえる自分を発見していきます。身体的にも、精神的にも本格的に子どもの時代に別れを告げる時期です。自分なりの考え方や生き方を模索し、作り始める時期です。これまで依存してきたものから自立しなければいけない思いと、甘え依存し続けたい思いとの葛藤に揺れ動きます（第2反抗期）。

自分の容姿や顔付きに異常にこだわり、自意識過剰になるなど、他人の中での自分というもののあり方にとまどいます。心の中でも、さまざまな自分の姿をスクラップ&ビルド（壊しては、作り直す）していくことで、この世にたったひとりだけの自分というものを作り上げていきます。

自分が確立し始めると、自分とは異なる性を持った他人を意識するようになります。だんだんと異性を強く意識し始め、これまでの同性との仲間関係だけでなく、異性との出会いの中から、性的な役割も含めた、自分にしかない人生を作っていくこととなります。それが時には性の暴走として出てくることもあります。自分の身体の中に、抑えきれない性の欲望や他人への思いに戸惑い苦しみます。適切に性の欲望を処理し、他人との適切な距離をとることが出来るように導くことが必要です。

自分を作り上げていくとき、父親的な支えが必要になってきます。子どもたちが危うげに作り上げた自分を社会の中に飛び立たせるとき、少しばかりの勇気と希望を与えてくれて、尻込みする背中を押して、尚かつ誤った方向に飛ばないように道を示してくれる父親的な大人の存在が必要です。

心が大人になること

子どもたちは、誰も自ら望んでこの世に生まれてきたわけではありません。気がつくといつのまにか、この世に存在していたのです。そして身体はだんだん大きくなってきます。思春期になると、女の子は生理が始まり、乳房が膨らんできます。男の子も、性

器が大きくなり、陰毛が生えてきます。身体や性は自分が望んでも、望まなくても大人になってきます。心はどうでしょうか。勝手に大人になっていくわけではありません。身体や性と心の成長のバランスが悪いがために、子どもたちは戸惑い苦しみます。そんな子どもたちの心を成長させていくのが、周囲の大人たちとの情動のキャッチボールです。子どもたちの心は他人との関係の中で大人になっていきます。

自分を愛し守ってくれた母親がいつまでもそばにいてくれるわけではありません。でも、母親と離れても、心はつながっていると思えるならば、母親がずっとそばにいても大丈夫になります。でも、母親が自分のことを見ていてくれるのか、大切に思っているのかはとても心配です。最初のうちは母親のそばで遊んだり、母親がいっしょに遊びの世界に入ってくれたりすることを求めます。そのうち、もう大丈夫ということがわかると、母親がいなくても、一人で遊ぶようになります。それまで、あんなにそばにいることをせがんだ母親を拒否したり、ときには意地悪をしたりします。でもそれは自分のことを信じてくれているから、大丈夫だと確信しているからこそ、堂々と拒否したり、意地悪したりできるわけです。やがて、子どもたちは自分の世界を作り上げ、社会へつながっていきます。子どもの時代には社会という大きな暗闇がよくわかりません。社会に出て行く前に、子どもたちはTVや絵本、アニメのヒーローや魔法の世界、ファンタジーの世界にあこがれ夢を追いつづけます。遊びの中で空を飛んだり、魔法を使ったりしながら、自分の可能性を夢見ます。やがて、本当に大人になろうとするとき、空も飛ばず魔法も使えないはだかの自分を抱えながら社会の暗闇に出て行きます。それが思春期です。そのとき、はだかの自分をありのままに認めてくれる人がいてくれるかどうかは、心が大人になるために最も大切なことのひとつです。この先、つらく悲しい社会が子どもたちの前に立ちはだかってきます。子どもたちが、ひとりで社会の中に飛び出せるかどうか。子どもをそのままに受容できる大人がいてくれれば、子どもは大人になっても、その心は自由に空を飛べるはずで

