

# 子育て環境からみた子どもの育ち

## —コホート研究成果とエンパワメントの必要性—

安梅勅江

### 1. 子育て環境の現状

子どもの育つ環境、「子育て環境」が危ない、のびのびと子どもが育つ安全な環境が減少しているのではないかと、という漠然とした不安が広がっている。子どもも大人もゆったり自然のままに時の熟すのを持つことが難しい社会である。三世代家族が減少し、家族による経験的な育児方法の伝達が減少する一方、各種メディアによる育児情報の氾濫は、育児者にその情報のおりに育児ができないことへの不安、あるいは育児に関する自信の喪失をもたらす。近所付き合いの疎遠化などにより、育児の孤立が育児ストレスや虐待、放任などの好ましくない育児を引き起こすこともある。身近に支援者がいない、あるいはひとり親家庭が増加している。また時間的な余裕がなく、精神的なストレスをかかえる者も多い。このような状況の中、子どもとゆとりある対応がしにくい状況が指摘されている。

特に、子どもにとってもっとも過酷な環境、「虐待」の防止は緊急を要する。児童虐待相談処理件数は、1990年には全国で千件程度であったが、2008年には4万件を超えている。身体的虐待がもっとも多いが、近年ネグレクトの割合が増加している<sup>1)</sup>。

相談支援体制の整備とともに、虐待予防に向けた取り組みの充実が求められる。虐待の背景はさまざまであるが、子育て不安や産後うつ病

などが要因としてあげられている。

一方、子どもにとって「安全で快適な環境」の保障はきわめて重要である。自然環境や社会のさまざまな経験に触れる機会、安全で安心できる空間などの環境整備が求められる。なかでも子どもの事故防止、安全な環境の確保は必須である。子どもの死亡原因の第1位は不慮の事故である。死亡率は改善傾向にあるものの、家庭や地域における個別的な取り組みでは必ずしも十分とは言えない。事故予防は、子どもが被害者となる事件の防止を含めた安心で安全な地域づくり（セイフ・コミュニティ）と一体として取り組む必要がある。

### 2. コホート研究からみた子育てを支える環境とは

子育てを支える環境を明らかにするため、世界各国で脳科学や遺伝学を含めた子どもの発達コホート研究が開始されている。その蓄積は、「氏か育ちか」の議論に終止符を打つこととなった。遺伝あるいは環境いずれかの単純な影響ではなく、成長発達の過程でさまざまな影響を互いに及ぼした結果として、子どもの育ちが決定する道筋が示されている。また脳科学では、胎児から成長過程にある脳のダイナミックな機能の質的变化に、環境が大きく影響することが証明されている。

そこで改めて、「子育て環境」への関心が高

まっている。すなわち、複雑な過程を経た相互作用が影響を及ぼすからこそ、より最新の知見に基づく子育て環境の情報は貴重であり、かつ根拠に基づいた形で実践に役立てる必要がある。

発達コホート研究から多くの貴重な成果が得られている。安全で、愛情にあふれ、子どもにとって予想しやすい環境を通じて、子どもの共感する力、コミュニケーション力、好奇心、自立心、自己コントロール力などを育てることができる<sup>2)</sup>。

自分が大切な存在であると感じる自尊感情、自分には力があると信じていることができる自己効力感などは、自分の生活における重要な人物により価値づけられる。すなわち、身近な重要な人物により、ほめられたり認められたりすることで、自分自身の価値や能力が内面化した結果として自尊感情や自己効力感が育つ<sup>3)</sup>。

一方、脳科学の領域においては、「ほめる」など子どもの社会能力の育ちに影響する環境刺激が、大人の報酬系の処理部分と類似した脳内反応を起していることなどから、脳の発達と行動レベルの成長に何らかのモデルが形成できるのではないかという仮説が確認されている<sup>4)</sup>。また「子育て環境の質」が、子どもの行動にも神経回路にも明白な影響を持つ<sup>5)</sup>。「積極的な経験」は、神経回路を活性化したり、すでにある神経回路の結合を刺激することにより脳に影響を及ぼす<sup>6)</sup>。経験は、神経回路の一



## PROFILE

安梅 勅江  
(あんめ ときえ)  
筑波大学大学院人間総合研究科教授  
国際保健福祉学会理事  
日本保健福祉学会理事  
専門：発達保健学

時的な変化にとどまらず、脳の構造や中枢神経系の確実で持続的な変化との間に強い相関がある<sup>7)</sup>。

ここで注目したいのは、脳機能は単に一方的に成長していくのではなく、環境の状況と外部社会の期待に沿う形で、目的に沿った「向目的」に取捨選択を繰り返し、表面的には退化したような動きも見せつつ束ねられていく点である。すなわち、この「棄却と統合」的な脳機能の発達に影響を与える環境刺激として子育て環境がきわめて重要な役割を果たすという認識が大切である。

長期にわたる虐待を経験した子どもの脳が構造的に変化し、それが社会的な適応に困難をもたらす可能性がある<sup>8)</sup>。また早期の心的外傷ストレスは、コルチゾールのようなストレスホルモンの濃度を脳細胞にとって危険なレベルにまで高め、その結果として細胞間連結密度の減少を引き起こすことが知られている<sup>9)</sup>。

生後数年間の子育て環境は、それ以降の環境に比較すると、より大きな影響を及ぼす。なぜなら、その時期に、脳は言葉や社会・情緒的スキルの発達に不可欠な基本的なパターンを獲得

するからである。

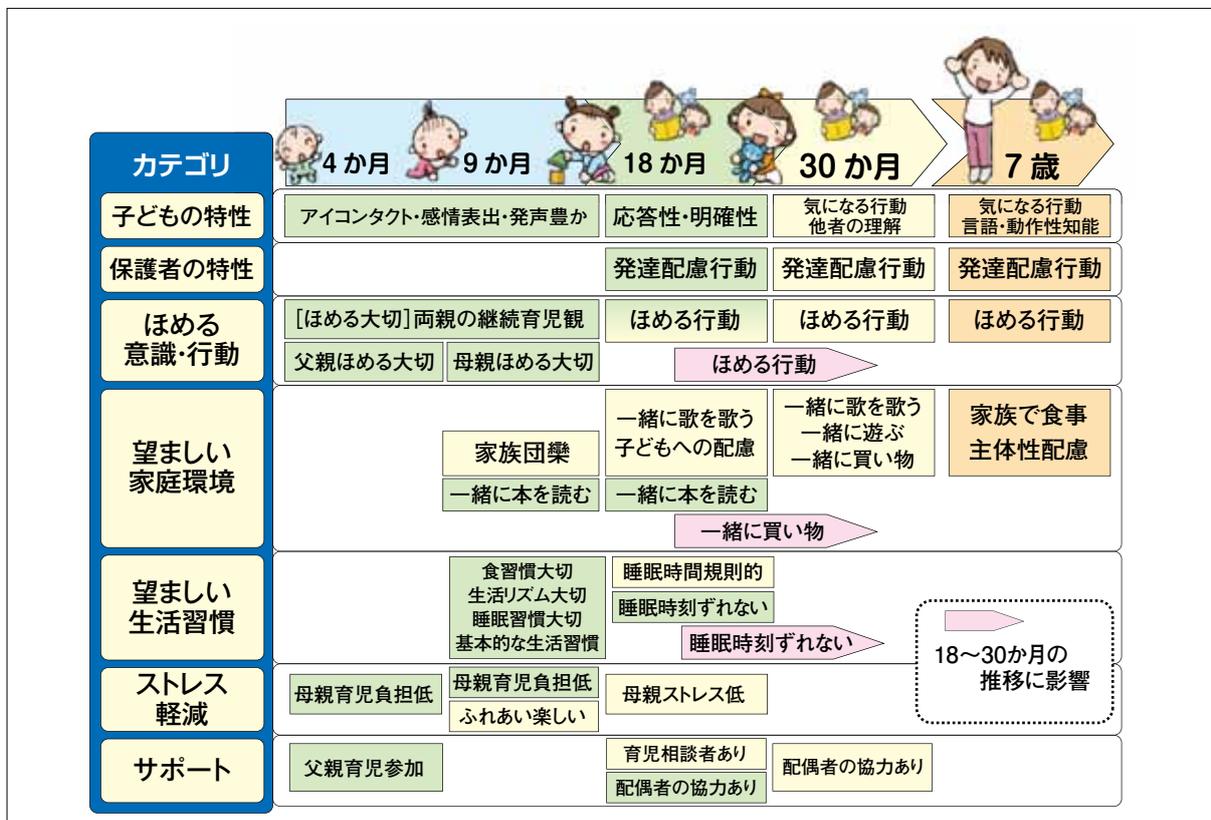
子どもにとって安全で安心な環境、すなわち世界は安定していて、予測可能であり、居心地の良い場所であるという感覚を持つことが重要である<sup>10)</sup>。あたたかさ、思いやり、子どもが尊重されているという感覚を一貫して持つことのできる環境が求められる。日本の発達コホート研究でも、豊かで多様性に富み、ほめるなど受容的な子育て環境、「経験の質」が社会性発達に影響する可能性が示されている(図)<sup>11)</sup>。望ましい子育て環境は、子どもの社会・情緒的な発達に大きな効果があり、子どもの動機付け

がうまくいくように影響する<sup>12)</sup>。その動機付けが、認知的な成長を含め、その他の子どもの側面にも望ましい効果を与える可能性がある。

### 3. 子育て環境に必要な要素

多くの研究成果によると、子育て環境に必要な要素とは、安全で安心な状況のもとで、子どもへの身体的接触や言葉かけ、ほほ笑みや応答がタイミングよく愛情に満ちた形で一貫して提供されること、不必要な制限や罰が回避され、年齢相応の自主性を促す環境と豊かな外部社

図 コホート研究による子どもの社会能力発達に関連要因(横軸:子どもの年月齢別社会能力 縦軸:関連要因)



会や物的な環境があり、育児へのサポートがあることである<sup>10)</sup>。

世界各国の研究者と実践家により、望ましい子育て環境の要素について議論が続いている。100カ国以上ともっとも広く活用されている養育環境評価HOME (Home Observation for Measurement of Environment)<sup>13)</sup>の枠組みは、以下の8領域が設定されている。

#### (1) 日常生活の中に多様性に富んだ人とのかわりの機会があること

毎日の生活の中に、保護者や保育者、それ以外の人を含めて、子どもとのさまざまな形のかわりがあること。たとえば、話しかけ、本を読む、歌を歌うなどさまざまな形で、それが子どもの発達に適合したものであること。

多くの場合、家庭においては、母親(的な役割の人)あるいは父親(的な役割の人)とかわるが、少なくとも1日に1度は家族で食卓を囲み、家族みんなと接する機会を持つこと、また父親(母親)が多忙なため日常的にかかわることが難しい場合には、休日だけでも子どものために時間を作るなどの配慮が必要である。

さらに、子どもへの見守りを欠かさず、子どもに対する細やかな配慮があること。子どもの発達に対して、保護者として、また保育者としての役割を意識して対応していること。

#### (2) かわりが情緒的で言語的な反応性に富んでいること

子どもの行動や言葉に対して、タイミングよ

く適切に反応することは、子どもの社会性の発達にとって必須の要素である。子どもから投げかけられるかかわりに対して、適切な言葉で愛情豊かな対応をすること。子どもの無意識な行動に対しても配慮していること。保護者や保育者自身が豊かな情緒性や言語性を持ち、自然な形で子どもに接していること。また、子どもがぐずる、泣く、危険な場面など、さまざまな状況に直面した時、十分な配慮に基づく適切な対応をすること。

#### (3) 制限や罰が回避されていること

子どもへの否定的な感情の表現が制限や罰という形になりやすいことから、虐待の予防と早期発見に向けてきわめて重要な項目である。乳幼児期における制限や罰は、できるだけ避けることが望ましい。

日本では、しつけと称してたたいたり、きつい言葉かけなどがみられるが、しつけの意味の理解が難しい年齢においては、たたく、どなるなどの行為は行わないようにする。

また「あれをしてはいけない」、「そこに行っはだめ」などの制限は、危険を避けたり、著しく社会生活上のモラルに反する場合以外は、なるべく控えることが望ましい。

#### (4) 年齢相応の自主性が尊重されていること

子どもの発達にともない、子どもが自分で考えて行動するよう配慮する必要がある。乳児期には動きやすい姿勢や衣服などへの配慮、自由

に動き回る探索行動を許すなどが必要である。1歳6か月前後からは自分で選択するものを与えること、自分で遊び方を自由にさせるなどの主体性を持たせる工夫が必要となる。

具体的には、1歳6か月であれば自分の好きな食べ物や服を選ぶ、3歳程度になれば遊び方やすごし方を自分で選ぶ機会を作る、などが例としてあげられる。

#### (5) 子どもの発達状態に見合った物的な刺激（おもちゃなど）が存在すること

発達を促すさまざまなおもちゃが存在すること。特に身体を動かすおもちゃ、役割遊びのおもちゃ、空間利用のおもちゃ、組み立てることのできるおもちゃ、文字・映像・音のおもちゃなど、あるひとつの領域に偏ることなく、さまざまなおもちゃがあること。

特に、子どもが自由に使える状態に、おもちゃを用意していることが重要である。色彩、形状、大小などを自然に学び、自由に表現できる粘土やクレヨン遊びなど、多様な遊び内容、子どもの興味を広げるような機会を作ること。

さらに、水、がらくた、泥などを使った遊びに対する理解があること。しかし、テレビのつけっぱなしなど、かわりに乏しい刺激が長く続くことはないようにする。

#### (6) 子どもの外出機会がありさまざまな外部社会に触れること

家庭の外に広がる社会は、子どもにとって家

庭内では得られない新鮮な刺激となる。

少なくとも一週間に一度は買物に連れていくようにする。子どもにとっては、屋外のすべてが貴重な体験となるため、動物園で動物を見たり、郊外の自然に触れることなどが重要である。

また、隣人や親戚などの家を訪問する、あるいは訪問されることも、子どもにとっては社会的なかかわりの機会となる。特に、同年代の子どもとかかわる機会の確保は、社会性の発達においてきわめて重要である。

#### (7) 子どもの発達に配慮した安全な環境が整備されていること

子どもの安全性に配慮するとともに、屋内において植物がある、ペットがいる、本が見えるところにあるなど、発達を配慮し、さまざまな刺激のある環境を作ること。地震など緊急時にも危険がないよう、室内の整理整頓、落ちやすい状態で棚の上にものを置かないなどの配慮をする。

#### (8) 日常生活の中で育児に対する社会的なサポートがあること

主な保護者が母親（的な役割の者）の場合には父親（的な役割の者）の協力が重要となり、また、夫婦そろって取り組んでいる場合でも、夫婦間での育児に関する会話がなされていること、育児について相談できる友人などの存在、育児に関して先輩とも言うべき祖父母との

意志の疎通、いざというときに子育てをサポートしてくれる人の存在などが重要である。

#### 4. 子育て・子育て エンパワメントの必要性

望ましい子育て環境とは、ひとりひとりの子どもの力を最大限に引き出し、生き生きとした子どもの育ちをはぐくむ、「**子育てをエンパワメントする環境**」<sup>10)</sup>である。エンパワメントとは、力を引き出す、元気にすること。子育てエンパワメントとは、「子どもの育つ力を引き出し、発揮させる」、すなわち「育つ力をはぐくむ支援」に最大限の力を発揮すること、である。それを支えるのが「子育て支援」であり、実現するための保護者や社会へのサポートが「子育て支援」である。子どもがすこやかに育つ「子育て環境」の整備は、私たち大人のもっとも重要な役割のひとつである。

「子育て環境の“質”の向上」「子育て・子育てサポート」「多様なニーズに対応可能な子育て環境の整備」に向け、子育て環境を支えるサポーターの輪を広げていくことが求められる。次世代をになう子どもたちがいきいきと過ごす空間は、だれにとっても好ましい空間にちがいない。根拠に基づく方法論を組み込んだ、子育てエンパワメント環境の実現が大いに期待される。

#### 文献

- 1) 厚生労働省. 厚生労働白書、ぎょうせい、2009
- 2) Kotulak R. Inside the brain: Revolutionary discoveries of how the mind works. Kansas City, Andrews McMeel. 1997
- 3) Brazelton TB & Greenspan SI. The irreducible needs of children: What every child must have to grow, learn, and flourish. New York: Perseus.2000
- 4) Izuma K, Saito DN, Sadato N. Processing of social and monetary rewards in the human striatum. *Neuron*. 2008 Apr 24;58(2):284-94.
- 5) Gopnik A, Meltzoff AN & Kuhl PK. The scientist in the crib: Minds, brains, and how children learn. New York: William Morrow. 1999
- 6) Siegel D. The developing mind: Toward a neurobiology of interpersonal experience. New York: Guilford. 1999
- 7) Shonkoff JP & Phillips DA eds. From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development. Washington DC: National Academy Press. 2000
- 8) Glaser D. Child abuse and neglect and the brain – A review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 41(1): 97-116. 2000
- 9) Gunnar MR, Tout M et.al. Temperament, social competence, and adrenocortical activity in preschoolers. *Developmental Psychology* 31(1):66-85. 1997
- 10) 安梅勅江『根拠に基づく子育て子育てエンパワメント—子育て環境評価と虐待予防—』日本小児医事出版、1-150、2009年
- 11) Anme T. Bridge between Mind and Education: Evidence from Longitudinal Research on Child Care Environment and Child, 1st Asia Pacific Conference on Mind, Brain and Education, 2008
- 12) Anme T, et.al, Trajectories of social competence by using Interaction Rating Scale (IRS) as an evidence-based practical index of children's social skills and parenting, *Journal of Epidemiology*, 20, 419-426, 2010
- 13) Caldwell BM & Bradley RH. Home observation for measurement of the environment, center for child development and education, University of Alkansas at Little Rock, 1974