

## 実践レポート

## 対人援助技術 心のケアの視点

阿部<sup>あべ</sup> 優美<sup>ゆみ</sup>

さぼーと優&amp;遊

## 第3回

## 困らせる行動への対応

〈子どもにどうかかわるか〉

連載の第1回、2回で、困らせる行動のからくりと対応の基本的な考え方をお伝えした。大人を困らせている子どもは、子ども自身がどうしたらよいのか？ どう大人に助けを求めたらよいのか？

自分を守ろうとしている子どもである。今回はその子どもたちに、具体的にどうかかわればよいのか、なんらかのヒントになることをお伝えできればと思う。

## 子どものもっている思い込み

落ち着かない、乱暴をする、悪態をつくなど外に向かう子どもも、だれも寄せつけずに自分の中に引きこもる子どもも、やり方は違うが、そのもとにある思い込みはそう変わらない。大人に温かく見守られたり、受けとめられた経験が足りない子どもたちは、たいていの場合、「だれも助けてくれない」「だれも分かってくれない」「だからも受け入れもらえない」「自分は人から愛される価値がない」などという思い込みでいっぱいになっている。そして、自分なりの方法で必死に

自分を守ろうとしている。自分で必死に守ろうとする行為が、かえて人との「いい関係」をつくりにくくする。「いい関係」がつけられなければ、この思い込みはなおいつそう大きくなる。

どの子にも必要なのは、その子のもっている、その子を苦しめる思い込みを変えていくことである。世の中のすべての人がそうでなかったとしても、そこには、「助けてくれる人や、分かってくれる人もいるんだ」「自分にも愛される価値はあるのかもしれない」などと思えるようになってもらいたい。なぜなら、この思い込みは一生ついてまわるものだからである。

そういう思い込みをもっている子どもたちにはまず必要なのが、「安心感」である。人の信頼感はずは「安心感」を感じるところから始まる。

## 安心感をつちかう Being

（一緒にいること）

食事をさせたり、お風呂に入れたり、身の回りの世話をしたり、目的をもって「Doing（何かをすること）」はもちろん大事だが、「安心感」をつちかうためには、何をするかでなく、どうそれをするか、つまり「Being（一緒にいること）」そのものがとても大事になる。Beingとは、そばに一緒にいてもら

えている、という感覚である。大人の側は忙しいので、つい何かすることに気持ち向きがちだが、ほんの少し自分の気持ちを子どもに向け、Beingを意識してかわってみることをお勧めしたい。

楽しく遊んでキャッキョッと一緒に笑ったり、甘えたい気持ちや、思い通りにならない辛さには身体ごとつき合うつもりで抱っこしてやったり、泣きたい気持ちのときはその気持ちを認めてあげたり、と子どもの心を抱っこするつもりで、安心感を伝えてあげたい。安心感こそが「いい関係」の基盤になる。

そのためには、困らせる行動への対応以前に、一番大事なのは、日常のつきあいなのである。子どもが困らせていないときにほっと安心できる大人とのかかわりが大切になる。

### 効率的なBeing

忙しい大人にとって、Beingをする時間を確保するのは大変なので、効率のよい方法を考えることも大事である。Beingをするときに身体のやりとりを心がけると、短時間でも深いかかわりができることが多い。

その例として、NICU（新生児集中治療病棟）でカンガルーケアという方法が効果をあげていることを紹介したい。1kgに満たな

い赤ちゃんをオムツだけにして、裸のお母さん（お父さんも）の胸に抱いてもらい毛布などで包んで、ただ一緒にいるという方法である。テレビで実際の場面を見たが、お父さんと赤ちゃんと一緒に気持ちよさそうに、眠ってしまっていた。

病院では、はじめは保育器から出すことによる感染症の心配をしていたようだが、いまでは、カンガルーケアをすることで、赤ちゃんの体温、呼吸、睡眠が安定し、病気の感染までも減ることが分かっている。

カンガルーケアは子どもの側だけでなく、親の側にも大きな意味があるということも分かってきた。未熟な赤ちゃんを育てる不安がなくなり、かわいいと思う気持ちが増す。子どもにとっても、親にとっても安心できる「いい関係」が築けるといふことである。

### 大人とのかかわりを受け入れない子どもたちへの対応

大人が意識してBeingするチャンスをつくるだけでうまくいく子もいるが、自分を自分で守ろうとする子は、甘えない、泣かない、触らせてくれないという子が多い。その子たちはそれまでそういうやり方で自分を守ってきたのだから、そう簡単には自分の城（人と外）を明け渡すわけにはいかないのだ。外

の世界が安全だと思えないときに門を開けるのは恐いことだ。

その一方で、一度学んだ、人とのやりとりの方法は自分の意志とは裏腹に自動的に「反応する」というかたちで、自分の行動を支配する。本人に自分のやり方を変えたい気持ちがあつたり、人との「いい関係」を求める気持ちがあつたとしても、相手の言動にすぐ反応してしまう自分の行動をコントロールするのは難しい。お箸の持ち方を変えることすら難しい私たちがなから、ましてや、そこにいろいろな思いがからみついている行動を変えるのは大変なことである。

そこで、大人がかかわるときは、その子どものペースに合わせてやる必要がある。ただし、「身体に触れられるのがきらいだから」と大人の側が引いてしまつては、城は永久に孤城となつてしまう。城をもつことが悪いわけではない。しかし、いつもたった一人で孤城にいるのではあまりに寂しい。城は必要ときに門を閉じ、自分にとって歓迎すべき人は迎え入れ、状況に応じて開けたり閉めたりできる城であつてほしい。

### Beingのかかわりのヒント

かかわりを受け入れてくれない子には、リ

