

「保育」の原点 118

夜泣きには笑顔の無言療法を

文

葛西得男

text by Tokuo Kassai

外 国の育児書を読むと、「言葉の発達を促すには、言葉のわからないうちから、赤ちゃんにどんどん話しかけなさい」と書いてあります。日本でも、教育熱なお母さんは、そういう本を読んで実践しているようですが、ここで一つ注意しなければならぬのは、日本と外国では、生活様式や習慣が違うので、外国の育児書をうのみにすると、実情に合わない点があることです。

私は、赤ちゃんに積極的に話しかけるのは、赤ちゃんにも個室を与える欧米だから言えることで、日本では、お母さんが家にいる場合、むしろ言葉のかげすぎになっていることがあると考えています。とくに神経質な赤ちゃんは、なにげなく話している言葉でも、感情をまじえた場合、言葉での刺激が強すぎることがあり、これが続くと夜泣きを始めるケースが多いのです。

内藤寿七郎著
『育児の原理』

ですから、もし、これといった毎晩の夜泣きの原因が思いあたらない場合、言葉のかけすぎを疑って、一週間くらい「だんまり作戦」という無言療法をとってもらおうよう、私はお母さん方にすすめています。

これは、声を出さないうで笑

顔だけで赤ちゃんに接して、かまわれすぎて高ぶった神経を鎮める治療法です。(治ったら普通の態度で接すること)

以前、お父さんは小児科の医者、お母さんは看護婦さんという、一般には育児の専門家と思われるご両親から夜泣きの相談を受け、この「だんまり作戦」を教えたあげたところ、三日目で夜泣きがやんで、ご両親のほうに驚いたということがあります。治療のなかでいちばん難しいのは、原因のトップになっている人間関係による夜泣きです。

このころになると、育児やしつけの仕方をめぐって、お姑さんとお嫁さんの意見がくい違ったり、夫と対立する場合もあるかと思えます。家族が多ければ、何かと気をつかうことも多いでしょう。狭いアパートでは、子供の泣き声となり近所の迷惑になりはしないか、と気が気ではありません。これらはすべて、お母さんのストレスの原因になり、赤ちゃんにまでストレスを伝えてしまいます。

そうなると夜泣きはますます重症になり、悪循環を繰り返します。これを治すには、家族の人や近所の人の協力が必要です。夫はもちろん、二世帯、三世帯が一緒に暮らしている家庭では、家族のみんなが母親を追い込むような

批判的な言動はつとめて控えてほしいと思います。

夜泣きがうるさくて家族が眠れないというだけで、母親は身を小さくして緊張します。赤ちゃんは日々成長していくので、夜泣きはいずれ治るものと、家族もご近所の方も大らかに接してあげてほしいと思います。そうした思いやりが、じつは夜泣きをいちばん早く治すのです。

『育児の原理』より

Profile

1950年12月8日大阪に生まれる。
1972年、追手門学院大学卒業後、米国ボストンカレッジに留学。
1975年に帰国後、アップリカ葛西に入社。営業部、副社長、社長を経て、1996年に社会福祉法人 松福会 理事長に就任。
松福会は社会福祉法人として高齢者介護施設「アップリケア」と認可保育園マザーシップ保育園を運営している。
アップリカ葛西 副社長時代に国連環境計画 (UNEP) のスペシャルアドバイザーとして子供たちのために地球環境問題を考えるプロジェクトに参画し、世界の賛同者と世界会議、イベント普及活動などを行いながらその人脈などを広げ現在に至る。

