

ほけんニュース

11月は「児童虐待防止推進月間」 マルトリートメントを防ぎましょう

11月は児童虐待防止推進月間です。

子どもの健やかな成長に悪影響を及ぼす虐待・マルトリートメント(マルトリ)を防ぐことは、社会全体で取り組むべき重要な課題です。

マルトリとは……

mal (=悪い) + treatment (=扱い) で、「不適切な養育」「不適切なかかわり」を意味し、「児童虐待」とほぼ同義で、避けたい子育てです。身体的、心理的、性的マルトリやネグレクトがあり、マルトリを受けることで、脳の特定の部分が委縮したり肥大したりして脳にダメージを与えることがわかっています。これによって、子どもの健全な発達が損なわれるだけでなく、生涯にわたって心の疾患などがあらわれやすくなります。



こんな行動も **マルトリ** です

身体的マルトリ

軽く尻やほお、手をたたく、罰として長時間正座をさせる、友だちにけがをさせたので同じように殴るなどの体罰のことです。

心理的マルトリ

「あなたはだめな子」などの暴言(言葉の暴力)や、きょうだいやほかの子どもとくらべること、また、激しい夫婦げんかやDVを見聞きさせることなどです。

ネグレクト

十分な食事や教育を与えない、保護者がスマートフォンなどに夢中で子どもの要求に気づかない、子どもを一人で家や車などに置き去りにすることなどです。

性的マルトリ

いやがる子どもと一緒に風呂に入ること、保護者が風呂上がりなどに全裸で部屋をうろろろすることなどです。

マルトリを継続させない

親であっても感情を持った一人の人間です。いつでも笑顔を絶やさず、寛大に子どもに接し続けるのは難しく、マルトリはどのご家庭でも起こりうるものです。ささいなマルトリを継続させずに、対応を改めることが大切です。



ペアレントトレーニング

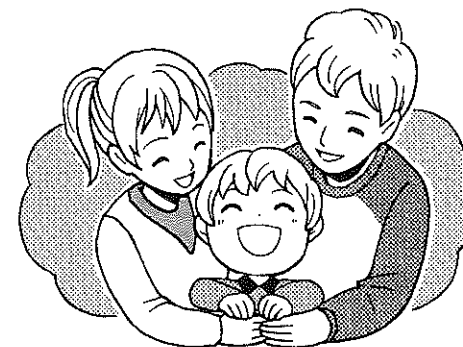
子どもの行動変容を目的として、養育スキルを獲得することを目指します。お子さんの一つひとつの行動に注目し、小さなことでもできている行動を認めてほめることを習慣にします。

アンガーマネジメント

冷静さを保ち、怒りをコントロールすることです。怒りを感じた時にゆっくりと6秒数える、子どもに一声かけてからその場を離れてトイレなどにこもる、深呼吸をするなどで、衝動的な言動を回避することができます。

傷ついた脳も適切なかかわりで回復します

幼い頃のトラウマを放置すると重症化していきますが、傷ついた子どもの脳は、早期に適切なかわりをすれば回復が見込めます。そのためには子どもを会話の主役にすかわり方をします。子どもの言葉に共感し、「お片づけするのね」「お片づけできたね」など、子どもの行動を言葉にして、具体的にほめることによって、おとなの関心が子どもに向いていることを示せます。



*** 子育ての悩み **ご相談ください** ***

* お子さんの健やかな成長にとって、保護者の方の心身が健康であることはとても大切なことです。子育てに関して不安や悩みがある時、つらいと感じている時は抱え込まずに、園・所はもちろんのこと、市区町村の子育て相談窓口や民間の相談機関、児童相談所相談専用ダイヤル(0120-189-783(いちはやく・おなやみ))
* 無料)などでもご相談いただけます。
