

ほけんニュース

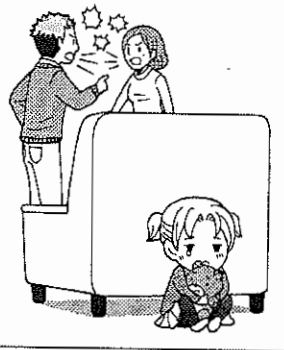
11月は「児童虐待防止推進月間」

マルトリートメントを予防し、健やかな子育てを

11月は、「児童虐待防止推進月間」です。児童相談所での児童虐待相談対応件数は、平成28年度では122,575件、29年度では133,778件、30年度では159,838件（確定値）と増加の一途をたどっています。児童虐待をなくしていくためには、社会全体で考えていくことが必要になっています。

マルトリートメントとは……

mal (=悪い、悪く) + treatment (=扱い) を合わせて、maltreatment (=不適切な養育) といいます。子どもの心を傷つけるようなかわりはマルトリートメント（以下、マルトリ）です。代表的なマルトリには、心理的マルトリ（「だめな子」など、人格を否定する）、面前DV（心理的マルトリの一種で、子どもの目の前で夫婦げんかやDVを行う）、身体的マルトリ（しつけのためにたたき、手加減しているものも含むなど）、ネグレクト、性的マルトリがあります。



こんな対応をしていませんか？

■心理的マルトリ

- ・子どもをきょうだいと比較して批判したり、親戚などの前で笑いものにしたりする。
- ・頭に血が上って、大声で怒鳴ってしまう。

■面前DV（心理的マルトリの一種）

- ・子どもの前で夫婦げんかをする。
- ・子どもに夫（妻）への文句を話す。
- ・夫婦間で暴力がある。

■身体的マルトリ

- ・子どもがいつてもわからない時に、手加減してたたき。
- ・子どもが約束を守れなかった時など、罰として食事を抜く。

■ネグレクト

- ・仕事や家事が忙しく、子どもと触れ合う機会がほとんどない。
- ・子どもが泣いても、さまざまな理由で無視する。
- ・子どもにスマートフォンを長い時間渡して、おとなしくしてもらおうことが多い。

■性的マルトリートメント

- ・子どもが嫌がっているにもかかわらず、風呂の後などに裸で過ごす。
- ・嫌がる子どもと一緒に風呂に入る。
- ・子どもを性的な対象として扱う。

マルトリをしていたら、対応を改めましょう

毎日の子育ての中で、子どもを大きな声で叱ったり、しつけの一環として手加減してたたいたりしてしまうことはないでしょうか？ マルトリは、親の意図よりも、子どもの心の状態に注目することが必要です。マルトリがくり返し続くと、子どもの脳は大きく傷ついてしまいます。子どもの脳を傷つけないためにも対応を改めましょう。



怒りを静めるための

「アンガーマネジメント」

- ・感情的になったら、その場を離れる。
- ・トイレにかけ込んで1人になる。
- ・心の中でゆっくり6まで数える。
- ・水を飲む。
- ・深呼吸する。
- ・イライラの原因を書き出してみる。

子どものよい行動を引き出す

ペアレントトレーニング

- ・「好ましい行動」と「好ましくない行動」に分類する。
- ・紙に書き出すことで子どもの伸ばすべきよい点と改善すべき点が見えてくる。
- ・子どものよい行動を見つけたらほめる。
- ・やみくもに禁止するのではなく、具体的な指示を行う。
- ・スキンシップをたくさんとる。

育児の悩みを相談しよう

「愛の鞭ゼロ作戦」を知っていますか？

厚生労働省では、「子どもを健やかに育むために～愛の鞭ゼロ作戦」に取り組んでいます。ポイントとして、①子育てに体罰や暴言を使わない、②子どもが親に恐怖を持つとSOSが伝えられない、③爆発寸前のイライラをクールダウン、④親自身がSOSを出そう、⑤子どもの気持ちと行動をわけて考え、育ちを応援の5つをあげています。



子育て相談窓口を活用

- ・子育ての悩みを1人で抱え込んでしまわずに、相談窓口を積極的に活用しましょう。
- ・児童相談所全国共通ダイヤル「189」
- ・保健センター／市区町村の子育て相談窓口
- ・子どもの定期検診で、医師や保健師に相談する
- ・子育て支援NPO

