【教えて Dr.吉田】「子どもが危険なことをしたら、親は怒鳴るべきか？」

京都聖母学院幼稚園 教育顧問

医学博士 心療内科医

吉田たかよし

最新の医学研究をもとにお子さんの脳を育てる京都聖母学院幼稚園の「レゼセ」の取り組みをシリーズで解説していく動画を配信していますが、このコラムはその内容を文字でもお届けするものです。

興味を持たれた方は、ぜひ、動画をご視聴いただくことをおすすめします。

今回からは、番外編、「教えてドクター吉田」と題しまして、保護者の方からいただいたご質問にお答えする動画も出すことになりました。

今回のテーマは「子どもが危険なことをしたら、親は怒鳴るべきか？」です。

保護者の方から、こんなご質問を頂きました。

【質問】

子どもは集中すると何も聞こえなくなるタイプです。

遊びや勉強に集中している時は良いのですが、危険な状態（車が近づいているとき、迷子になりそうなど）も親の声が届きません。

なかなかこちらの話を聞いてくれないので、結局怒鳴り声になってしまうこともあります。

4歳 の男の子ですが、こんなものでしょうか？

【ドクター吉田のアドバイス】

幼児の時期は温かい親子関係を築くため、それから子どもの自己肯定感を育むために、基本的には怒鳴って叱りつけないほうがいいのは当然です。

ただし、唯一の例外があり、それは子どもが危険な行為をしたときです。

親が怒鳴って叱りつけると、子どもの脳内でストレスホルモンのコルチゾールが増えて、扁桃体という部分で嫌悪感が形成されます。

もともと脳は、これによって危険な行為をしなくなるように設計されていることがわかってきているのです。

この場合、ただ口先で怒鳴るだけではなくて、親は、自分の脳に子どもが事故を起こすことへの恐怖心を満たして、心の底から叱ってあげるべきです。

顔も思いっきり怖い顔で叱ってあげましょう。

そうすると、子どもの脳内の扁桃体にも危険な行為に対する嫌悪感が刷り込まれ、子どもの安全を守ってくれるわけです。

ただし、それと引き換えに、親子関係や自己肯定感に悪影響が出たら、これは嫌ですよ。

でも、安心してください。

怒鳴って叱りつけた後、子どもを抱きしめながら、たとえば「ママはあなたのことが大事なの」と温かい言葉をかけてあげる…。

そうすると、ストレスホルモンが一気に低下して、その効果で親子関係も自己肯定感も逆に高まる作用があることがわかってきたのです。

さらに、発達心理学のアタッチメントという理論では、「安全基地」といいますが、親が子どもの安全を守る基地としての役割を果たしてあげると、子どもは、安心して、いろんなことに挑戦できるようになります。

その結果、知的好奇心や問題解決能力が発達し、さらに社会性も高まって協調性や共感力も育まれるなど、大きな効果があることが実証されています。

子どもが危険なことをしたらいったん怒鳴ってあげて、その後に抱きしめて温かい言葉をかけてあげると、子どもの脳は親が安全基地の役割を果たしていることを実感できます。

だから、脳の発育にも役立つわけです。

ぜひ、気をつけていただきたいのですが、最近の親が子どもを怒鳴らなくなって、それがとても悲しい事故にもつながっています。

高いところが怖い「高所恐怖症」は、みなさん、ご存知でしょうが、今、増えてきているのは、その正反対の「高所平気症」です。

高層マンションで育った子どもは、高いところに対する恐怖心が育たない…。

それでベランダから身を乗り出して転落してしまう事故がけっこう起きているのです。

転落だけではなく、交通事故も誘拐も、お子さんを取り巻く危険はいっぱいあります。

ぜひ、保護者の方は、お子さんの良き安全基地になっていただきたいと思います。

ということで、今回は「子どもが危険なことをしたら、親は怒鳴るべきか？」について解説いたしました。

今後も「教えてドクター吉田」を定期的に続けていこうと思っています。

保護者の方のご質問をお待ちしています。