



最新科学が教える子育てのヒント

1 人間本来の育児とは！

人類が進化の過程で確立した「みんなで協力して子育てする」＝「共同養育」という独自の子育てスタイルです。「人類本来の育児」とも言える「共同養育」とはどんなものなのか。今なおそれが受け継がれているアフリカ・カメルーンの部族を科学的に調査することで、驚きの子育てぶりが明らかになっています。この部族では、育児を仲間同士協力しながら行われているため、親が育児中の強い不安・孤独感を感じることはないようです。

しかし、「みんなで協力して子育てをする」という人間本来の育児は、社会の変化により核家族化が、進む現代環境で、かなわない面が目立ちはじめました。その大きな溝が、いわゆる“ママ友”とつながりたい欲求や、育児中の強い不安・孤独感を生み出していると考えられています。

2 子育てで孤独や不安を感じやすいのはなぜか、科学的な理由がわかってきました！

鍵を握るのは、女性ホルモンのひとつ「エストロゲン」です。エストロゲンは、妊娠から出産にかけて分泌量が増えますが、出産を境に急減します。すると母親の脳では神経細胞の働き方が変化し、不安や孤独を感じやすくなることがわかってきました。育児中の強い不安・孤独感を和らげるためには、家族の協力や子育てを支援している公共機関との連携が重要となります。五條市教育委員会では子どもサポートセンターを設置して、子育てを支援しています。ぜひ、ご活用ください。

3 脳科学で「がまんできない子ども」への対応がわかってきました！

子どもは「前頭前野」と呼ばれる脳の表層部分の働きがまだ発達しておらず、湧き上がる欲求や衝動を抑える「抑制機能」が働きません。子どもの前頭前野を働かせ、抑制機能を育てていくことが重要であることがわかってきました。抑制機能を育てていく方法として、「子どもとルールを決めて、そのためにがまんする」というこの方法の有効性が明らかになっています。がまんできた時は、ほめてあげることも大切なことです。日常生活で、この方法を取り入れ子育てに生かしているご家庭も多いと思われますが、3歳児から始まる「イヤイヤ期」にも有効な手段といわれています。抑制機能とは、単にがまんする機能ではなく、何か目標を立て、その実現に向けて、計画的に行動するための重要な役割を果たしています。

家庭教育や家庭学習でも、この研究成果を活用してください。