

話しかけと傾聴

交流分析を再学習するために資料を集め読みこんでいますが、「あたりまえ」のことに深い意味を読み取ることができ年を重ねることの意味と価値を実感しています。

次の文章に感動しました。

「人間は生まれたから3年間は言葉の獲得のために生きている」
これは3年経てば話すようになるという生理学的な話ではない。
言葉を獲得するためのプログラムは与えられていますが刺激がないと言語中枢は発達しないことを意味しています。

赤ちゃんは他者（特に母）の刺激を引き出す魅力を持って生まれて来ます。その一つは「新生児微笑」（口もとだけで笑う）といい何かを見て笑うのではなく自発的反射性の微笑（生まれながらにして持っている）だと学びました。（赤ちゃんは妊娠30週から内発的に微笑むようになる。「赤ちゃんの脳と心でなにが起こっているの？」リザ・エリオット著・楽工社2017年11月発行）

ここから私が感じ考えたことは

- ①人は微笑みを持って生まれてくる
- ②人は生まれた時から笑う練習をしているということです。

「新生児微笑」は周りを明るくします。誰でも声をかけたくくなります。この声かけが（赤ちゃんが言葉をもっていなくても）話しかけることの第一歩で赤ちゃんの脳の発達に必要なことです。この期間は2～3ヶ月で「3ヶ月微笑」（顔一杯で笑う）に成長します。これを「社会的な微笑み」といい、赤ちゃんのあらゆる発達のマイルストーンになると言われています。（順調な脳の発達）この頃はまだ母子未分化の状態です。あやすと笑います。笑ったら母も父の笑い返してくれますから又笑いま

す（共鳴といいます）母の顔をじっと見つめ4ヶ月頃には母の顔と声は分かるようになり、喃語なんごを話し始めます。

喃語は原会話ともいわれ相手を認識することと軌を一にしているようです。母親は赤ちゃんの発する声を耳を傾けて聞き「そうだね」と同意したり、驚いてみたり、褒めたりといった反応を示し、そして赤ちゃんが発する言葉を邪魔しないよう、発声が一段落したときを狙って答えるということ（場をとる）を自然にあたかも本能的に行っています。母親は赤ちゃんの表情、手の動作、話のテンポや強さに合わせて真似をする。このミラーリングで感情のやりとりを補完している。赤ちゃんはそれを見て自分の動きや表現の仕方を発達させる。脳の発達を促す母子の応答関係が影響を及ぼすことが証明されています。

6ヶ月頃にはいろいろな人の顔の見分けがつき始めます。「イナイイナイバー」をすると喜び笑います。

8ヶ月頃には「母を母として認識する」し人見知りをします。他人が急に現れると「ギャー」と泣き叫びます。これは成長の嬉しい証拠です。身近な人に「ちょうだい」と物を催促するようになり、1歳位には「どうぞ」と物を渡すようになります。これを「やりもらい関係」といいます。これは他者の存在を知り母以外の人とも一緒に生きていることを認知することになります。不思議なことですが母は本能的に「ちょうだい」をまず教えそれができるようになると「今度はどうぞ」と教えています（模倣がこの動作を強化します）ここには脳の発達が伴っているのですが母子は阿吽の呼吸で言葉を教え学んでいるのです。これは多くの人が経験していることです。褒められると同じ動作を繰り返し「ダメ」を理解し従います。

1歳半ぐらいになると「しなさい」という指示命令を理解し行動します。一人でつぶやきながら「おかたづけ、おかたづけ」と言って整頓をします。独り言のように誰かに向かって「～してはダメでチュよ」というようなお芝居もします。これはイメージをつくる力が付いて来たことを意味します。3歳になると模倣の力、イメージする力が相乗効果をあげて他人とコミュニケーションをするに必要な言葉を一気に覚えていきます。言葉の獲得には「3ヶ月微笑」「人見知り・8ヶ月不安」（他者の存在）「やりもらい関係」（自他肯定意識）「つぶやき」（イメージする力）

の順序を経て言葉の世界に入っていく準備ができる。学問的には詳細な脳の細部の発達過程に合わせた対応が望まれますが超スピードで発達する脳にお母さんが完全に合わせることは不可能です。従っていつどんな部位でどのような脳が発達しているかを神経質に考えるよりも「しっかり抱きしめて、語りかけて、ゆっくりおろす」ことを怠らないことがとても大切だと育児の専門書も脳科学の専門書も結論づけています。

新しい学びが沢山ありますが「新生児微笑」は目からウロコが落ちました。微笑みは生まれた時から備わった天賦の才能で晩生にも欠かせない幸せの源だと実感しました。

そして、赤ちゃんは生まれた瞬間から人は一人では生きていけないことを感じ取り母にすがりつくのです。初乳を与えることで腸が動き出し、空気を吸うことで肺にスイッチが入り、おっぱいをふくむことで赤ちゃんの脳のスイッチが入り安心し肺も安定して動き出すのです。赤ちゃんがおっぱいを含むことで母親の脳も刺激されホルモン（プロラクチンとオキトシン）が分泌され母乳が出るようになる。

この学びは有名なムツゴロウさんの老犬の授乳の話を想起します。一人で生きていけない人間が生きていくには何が必要であったか。共にあること。そして意思の疎通、そうです、コミュニケーションです。そのためには言葉が必要でした。話しかけるとこだまが返ってくるという本来的な応答関係を赤ちゃんは信じてこの世に出て来たのです。話を聞くのは主に耳です。私は近頃補聴器を家につけるようにしています。身近な者同士の正しい理解に基づく会話は大切なことです。

あとがき

交流分析の中で中心となるストロークは「愛着」の概念で説明ができます。禁止令と幼児決断を説明するために「コミュニケーションの決定権は受け手にある」との仮説を用いてきましたが、なぜ「決定権が受け手にあるのか」を分かり易く説明できる文章表現と格闘しています。知れば知るほど知らないことが増えていきます。