



キレル子ども

福岡いのちの電話理事

久保千春

(九州大学 総長)



おとなしくよく言うことをきいていた子どもが突然感情の爆発をおこす、すなわちキレルことが近年マスコミなどで多く報道されています。このように突然キレルのは、感情の抑制がきかない人です。その原因としては、1.感情のコントロールができない、2.ふだんは感情の表現や起伏が少ない、3.ささいなことでもストレスに感じてしまう、4.強いストレス状態にある、などが挙げられます。生物学的・心理学的観点からは、“三つ子の魂百まで”といわれるようにストレスの耐性や感情のトレーニングは幼少期に大きく形成されます。両親、特に母親への信頼と安心をベースにして、体で覚えていくことが必要です。また、現代は、テレビゲームやインターネットの仮想空間でゲームをする、人との付き合いが少なく対人関係の取り方が分かりにくい、などがあります。そのため人間関係のストレスを強く感じるようになります。

ところで、怒り、恐怖、不安などは大脳辺縁系の扁桃体の役割であり、その感情をコントロールしているのは大脳皮質の前頭葉です。キレル人は扁桃が興奮しやすく、前頭葉の活動が抑えられていると考えられています。一方、感情を言葉に出した場合、脳の扁桃体と呼ばれる部分の活動が低下し、右側の前頭葉の活性が上昇することが分かっています。すなわち言葉に出すことで脳の中の感情の回路が抑えられ、感情の調節がうまくいき、心が

安まると考えられます。感情を表に出すことによりキレルことが少なくなります。

私たちが行った研究「胎生期・乳幼児期の環境因子が成長後の心身の状態や行動に及ぼす影響」を紹介します。ネズミを用いて出生後早期の仔雄性ネズミを母親から分離した場合、通常飼育のネズミと比べ、思春期～青年期に攻撃行動を強く引き起こし、血液中の男性ホルモンのテストステロンが高値でした。すなわち離乳前の仔ネズミのストレス環境は、思春期を境に攻撃行動が発現し、その背景にテストステロンによる攻撃性の関与が考えられました。

また、幼児期のしつけが重要です。犬の場合は若ければ若いほどしつけの期間が短くて成長してからはしつけの期間が長くなり、難しいと言われています。

このように幼少期の環境は、青年期の情動行動に大きな影響を及ぼすと考えられます。キレル子どもの対策には、乳児期のスキンシップや養育者との対応、幼児期のしつけや他者とのふれあい、小児期の自由な感情発現などが重要ではないかと思えます。

いのちの電話では、家庭、学校や職場での対人関係の問題、引きこもりや不眠、うつ、不安などの相談が多く見られます。本人のキレやすい感情のコントロールが背景にあることも考慮に入れて対応することが、重要と思われれます。

北部九州豪雨で亡くなられた方々のご冥福を心よりお祈りいたします

被災された方々にお見舞い申し上げますとともに、一刻も早い復興を祈っております。