発達心理学者の子育て奮戦記（2）

笑　顔

長田瑞恵

新米ママへのご褒美

出産後に職場復帰してから、私はよく、講義の中で乳児の発達の具体例として娘の話をします。娘のことを話す私の様子が嬉々として見えるらしく、学生からは「先生は子育てが楽しそうですね」と言われます。

「子育てが楽しいか」と尋ねられれば、私は迷わず「とても楽しい」と答えます。もちろん、万事が万事、手放しで楽しいわけではありません。娘は日々成長し、変化し、私にいろいろな難題を投げかけてきます。しかし、いくら悩みが多くても、娘と過ごす時間は何よりも幸せなひとときであることには違いありません。中でも、ゆったりとした気持ちで娘の笑顔を見ているときは、とても幸せな時間です。

娘はよく笑います。一時期、人見知りもありましたが、一歳五か月を過ぎた今は、家族や保育士さんだけでなく、街角ですれ違う人々にまで屈託のない笑顔を向けています。いつもにこにことし

ているので、娘の写真の多くは笑顔のものです。そして不思議なことに、新生児のころの写真にも、眠っているはずなのに笑顔に見えるものがたくさんあります。

「新生児は笑わない」。正確に言えば、新生児は「うれしくて笑う」ということはないとされています。新生児の笑ったような顔、ほほ笑んでいるような顔は、「新生児微笑」と呼ばれる人間の赤ちゃんがもって生まれた自発運動の一つです。味気ない言い方をすれば、満腹でまどろんでいるときに、顔が勝手に笑っているような形になっているだけなのです。

講義で学生にこの話をすると、「あやしてもらうのがうれしくて笑っていると思ったのに…」「あの笑顔にだまされた…」と一様にショックを受けるようです。

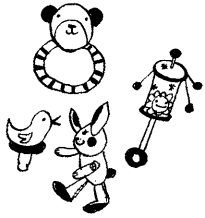
確かに、新生児のころは本当の意味で笑っているわけではありません。しかし、赤ちゃんのその顔を周囲の人々が「ほほ笑み」であると感じることに意味があるといわれています。本当は笑っているわけではない赤ちゃんの顔の動きでも、私たち大人は「私に向かって笑っている」と赤ちゃんの「心」「意図」を感じます。そして、赤ちゃんの「心」を感じ取るからこそ、さらに赤ちゃんをいとしいと感じ、ますます赤ちゃんへの働きかけを増やしていくと考えられています。このようにある意味では一方的な大人の解釈に基づいたやりとりを通して、しだいに赤ちゃんの中に本当の意味での「心」が育っていきます。それと同時に、親子の間にもさらに温かい人間的な絆が育っていくのです。

「新生児微笑」の正体について話しては、学生の素朴な誤解をうち砕いている私にとっても、やはり、新生児のころの娘の寝顔は私に向けられた

「ほほ笑み」であるように感じられました。そしてそれは、母乳を与え、おむつを替え、一日のほとんどの時間を娘のために使って過ごしている私への、娘からのご褒美のような気がしたものでした。

子育て・親育て

生後一か月半を過ぎたころ、娘は目が覚めて遊んでいるときに一瞬笑ったような表情をするようになりました。きれいな音の出るガラガラを目の前に出してあやしていると、口を縦に大きく開けてガラガラを見つめるのです。その顔は、それまでの新生児微笑とは明らかに違う、うれしそうな顔に見えました。また、このころから、朝、ベビーベッドの中で目を覚ましてもすぐには泣きださないで、もぞもぞとしながら親が顔を出すのを待っているようになりました。そして、ベッドをのぞき込んだ私の顔を見ると、これ以上のうれしい顔はないというほどの極上の笑顔を浮かべるようになりました。しだいに日中も笑顔が増え、機嫌のよいときには声を出して笑うようになっていきました。



このように娘が本当の意味で笑うようになってくると、私のほうもさらに欲が出てきます。「もっと娘の笑顔が見たい、娘の笑い声が聞きたい」と、思いつく限りのことをして、娘へのかかわり方を工夫するようになりました。歌をうたって聞かせると機嫌がよいので、娘の手足を軽く揺らしながら長い間うたって聞かせていることもありました。このころは娘のかんの虫がピークでしたが、私の働きかけに応えて娘が笑顔になると、小さな娘と人間らしいコミュニケーションが成り

立つようになったことが実感され、温かな気持ちになりました。

こんなふうに考えてみると、親子関係の主導権を握っているのは、実は母親である私ではなく、生まれてからまだ日が浅い娘のほうなのかもしれません。私が一方的に娘の世話をして育てているというのではなく、娘が私に合図を送り、そのときの成長に必要な働きかけを私から引き出しているように思います。そして、娘の出す合図に気づいてそれに応えることによって、私自身もまた、母親らしくなっていくように思います。そういう意味では、母親としての私は、娘に育ててもらっているのかもしれません。

笑顔の源

よく笑うお母さんの赤ちゃんはよく笑うということを聞いたことがあります。反対に、表情が硬くあまり笑わない赤ちゃんは、お母さんもあまり笑わない場合が多いそうです。赤ちゃんは、とても小さいうちから、周りの人たちの様子をじっと見ていて、その表情やしぐさを写し取っていくようです。

私自身は「常ににこにこ」という性格ではないのですが、娘とはできるだけ笑顔で接しようと思ってきました。そんな私の心がけが功を奏したのか、単に娘がもともと陽気な気質だったのかはよくわかりませんが、娘は私の願いどおりによく笑うようになりました。

そんな娘が、一時期あまり笑わなくなってしまったことがありました。生後五か月過ぎのことです。あまり笑わなくなったばかりか、私と目を合わせようとしなくなってしまいました。

私は少々不安になり、娘の様子が変わってしまった原因をあれこれと探しました。発達関係の

専門書を取り出して、気になるケースに該当しないかどうかを調べたりもしました。

しばらくいろいろ調べ、考え悩んだ後で、私ははっと気がつきました。娘の様子が変わってしまった原因、その答えは娘が笑わなくなったタイミングにありました。それは、私が育児休業を終えて本格的に職場復帰したころからだったのです。

保育園が原因ではないことは明らかでした。保育園には私の職場復帰よりも前から馴らし保育をお願いし、職場復帰するころには娘もすっかりなじんでいたからです。

本当の原因は、母親である私の変化でした。職場に復帰したばかりの私の緊張が強すぎたのでした。半年とはいえ職場を離れていたことで、早く元のように仕事をしなければという焦りがありました。そして、何よりも、娘に対してある種の負い目がありました。「まだまだ小さい娘を預けて仕事に戻るのだから、私は仕事だけでなく子育てもきちんとやらねばならない。娘にとってよい母親であらねばならない…」。無意識のうちに、強迫的に思い込んでしまったように思います。

このような私の気負いは、そのころの娘へのかかわり方にも表れていたように思います。職場復帰した直後は、保育園から娘を連れて帰ると、一緒にいられなかった日中の時間を取り戻そうと、私のほうが必死になって娘と遊ぼうとしました。しかし、焦ってかかわろうとする母親と遊んだところで、娘も心が安まらなかったに違いありません。無理矢理にかかわろうとする母親に対して、娘は笑わないことで抗議を示していたのかもしれません。

私は肩の力を抜くことにしました。娘を連れて保育園から帰ってくると、まずは娘と二人で一緒

に畳の上にごろごろと転がって休みました。休日は私自身が休息をとるために、娘を連れて育児仲間とおしゃべりをしに出かけるようにしました。そうやって私が息抜きをしながらの生活を始めてほどなく、娘はまた、元のようによく笑うようになりました。

今でも時どき、娘があまり笑わなくなったように感じるときは、実は娘が笑わなくなったのではなく、私のほうが娘の笑顔を心の底からかわいいと思えるだけの余裕を失っているのかもしれません。それは、たいてい、何かの理由で私が気負い過ぎているときだからです。

「少しいい加減なくらいでいい。すべて完璧になんて無理なのだから」

そう思い直して肩の力を抜き、気持ちに少し余裕を取り戻したとき、娘に笑顔が戻ってくるように感じます。私も、ただ無心に娘の笑顔をかわいらしいと思えるようになります。そして、また、「子育ては、なんて楽しいのだろう」と、娘との生活に感謝できるようになります。

「子育てが楽しい」と感じられるのは、そのこと自体がとても幸せなことです。私がそのように感じられるのは、家族や職場の同僚と先輩、友人など、私の周囲の人々の支えがあってこそだと思います。そして、母親である私が娘との生活を幸せに感じられるからこそ、娘もまた、これから続く人生の楽しさを信じて笑顔で生きていけるのだろうと思います。

毎晩、食後に大好きなフルーツをほおばっては、くしゃくしゃの笑顔を浮かべている娘に笑いかけながら、気負わず無理せず、いつまでも「子育てが楽しい」と思えるように暮らしていこうと思うのでした。

（十文字学園女子大学）