



発達心理学研究者の子育て奮戦記 (1)

かんの虫

長田 瑞恵

私は、新生児はよく泣くものだというイメージをもっていました。というのも、まだまだ表情も動きも少ない新生児期の赤ちゃんにとって、泣くことは自分の状態や欲求を周囲に伝える大切なコミュニケーション手段だからです。出産前に読んでいた育児雑誌などにも、「夜泣きは一時的なもの、睡眠不足も最初のうちだけと、割り切って乗り切りましょう」というような、半ば脅迫的な文言が並んでいました。当然のように、私は、娘も

たくさん泣くのだろうと覚悟をしていました。ところが、生まれて最初の二〜三週間、娘は驚くほど泣かない静かな赤ちゃんでした。おなかがすいたりおむつがぬれたりすると、ほんの一声、「ふええええええ」と呼ぶような声を出して、後はじっと親が来るのを待っているのです。おっとりしていたのでしょうか。それとも、泣かずとも世話をしてもらえると親を信頼しきっていたのでしょうか。私は壮絶な泣きを覚悟していた分、何

だか拍子抜けしてしまいました。そして、「これなら育児ノイローゼはほど遠い」とほっとしたのでした。

しかし、現実はその甘くはありませんでした。

生後一か月を迎えるあたりから、どうも娘は「泣けばかまってもらえる」ということを学習してしまつたらしいのです。「おなかですいた」「おむつがぬれた」「排便前でおなか気が持が悪い」「眠いのにうまく寝付けない」「一人で布団に寝ているのは気に入らない」…。いろいろなことで娘は泣き声を上げるようになりました。

いざ泣くようになってみると、娘の泣き声はなかなか迫力がありました。横抱きをしている私の耳のすぐ下で、低月齢児独特の何とも言えない泣き声を大音量で上げるのです。しばらく娘が泣き

続けると、私は耳鳴りがするほどでした。また、単に泣くようになっただけでなく、頻繁に抱っこをせがむようになりました。そして、育児雑誌の体験記によくある「泣く↓抱っこする↓眠る↓布団に下ろす↓また泣く↓…」の循環に、はまつてしまうことも増えていきました。

それでもまだ、このころの娘は抱き上げれば泣きやんだので、見方によっては「普通の赤ちゃん」になっただけでした。決して「手のかかる赤ちゃん」だったわけではありません。しかし、最初にはほとんど泣かない気楽な時期があつたために、かえつて、人並みに泣くようになった娘に対する戸惑いは大きく、睡眠不足からくる疲労感もかなりのものでした。

このころの育児日記の中で私は、昼夜かまわず泣くようになった娘のことを、「おっぱいおば

け」と呼んでいます。「泣けば抱っこ」「泣けば授乳」を日に何度となく繰り返していたためでしょう。日ごとに増す愛しさと、初めての子育ての中で少なからず直面する戸惑いとは混ざった複雑な思いを込めて、私は娘をこのように表現したのだと思います。

そうこうするうちに、娘の泣き方は次第にひどくなっていきました。生後一か月半ごろから三か月ごろまでは、まさに「かんの虫」が娘の中で騒いでいるのではないかと疑いたくなるようなこともしばしばありました。

理由もなく泣き続ける状態を「コリック」と呼びます。ぐずり続けるのは夕方に多いため、「たそがれ泣き」などとも呼ばれます。昔の人は、そういうとき、「かんの虫」が赤ちゃんの中で騒い

でいると考えたようです。

娘の場合も、昼過ぎまでは機嫌良く過ごすのですが、夕方が近づくと雲行きが怪しくなり、真夜中まで大泣きが続くようになりました。最初のうちは、「母乳の量が足りないのだろうか」「私の抱き方が気に入らないのだろうか」「どこか具合が悪いのだろうか」などいろいろな心配しました。

そのうちに、ただ泣いているだけなのだということとがわかってくると、何とか穏やかに眠ってもらおうとさまざまな方法を試みました。ゆりかごのようにゆらぐラック、心地よい音楽、夜泣きに効果というツボ。しかし、どれも決定的な効果はありませんでした。一時的に娘の機嫌が直ったとしても、数日もすると、また、娘の中のかんの虫が騒ぎ始めるようでした。

「赤ちゃんは理由もなく泣くことがある」

「赤ちゃんが泣くのは誰が悪いわけでもないのだから、親が責められていると感じる必要はない」

以前から担当している講義の中で育児不安について触れるとき、私はこのような内容を学生たちに話すことがあります。これらの言葉を改めて自分に言い聞かせながら、泣き続ける娘を抱いて家の中をうろろと歩き回り、「ああ、こういうことなのか」とその意味をかみしめました。そして、それまでの自分の言葉は、経験の裏打ちの全くない、何と薄っぺらなものだったのだろうか、と、深く深く反省しました。

そんなある日、育児休業中ではありませんでしたが、仕事のことで大切な電話をかけなければならぬとなりました。家族のいない平日の昼間に電話をかけるため、大問題となったのは娘です。大切な話

をしている電話口で大泣きされては困ります。そこで、その日は朝から電話をかけるタイムイングを計りながら授乳の時間を調整し、娘の様子をうかがっていました。

「そろそろ大丈夫かな？」

昼過ぎ、おなかいっぱい母乳を飲み、すやすやと眠りに落ちた娘の姿を横目で見ながら、そっと別室に移動し、電話をかけ始めました。

ところが、電話で先方に用件を伝えていると、突然、眠っていたはずの娘の絶叫が家中に響き渡ったのです。

「うわーーーーー！！」

その瞬間、私の体中からどっと冷や汗が吹き出しました。もはや全く集中できなくなっていました。私は、半ば上の空で用件を伝えて電話を切り、慌てて娘のいる部屋へ走っていきました。

「ごめんね、ごめんね」

私は冷や汗でびっしょりになりながら、娘を抱きしめました。娘は娘で、大泣きしたために汗びっしょりになっていました。

職業柄、私には乳児の発達について多少の知識がありましたから、泣き続ける娘を「赤ちゃんとはそういうもの」「これも一時的なもの」と、あの程度は客観的に見ることができました。また、幸いにも子育ての相談に乗ってくれる家族や友人がおりましたし、地域の子育てサポートの場も利用しました。こういった幸運な条件がそろったおかげで、娘が泣き続けていた時期も、育児ノイローゼというほどの深刻な精神状態には辛うじてならずにすみました。しかし、中には不安定な状態に陥る方もいるという理由が、実感として理解

できるような瞬間は数多くありました。

夕方が近づくと、ぐずる娘を抱きしめながら家の中を行ったり来たり歩き回る時間が始まりです。それはいつ終わるか全くわからない、長い長い時間です。

泣いている理由に心当たりがないときには不安な気持ちになります。かといって、たとえ泣いている理由がわかっても、あまりにも激しく泣かれると、つい、「どうして泣くの？ 何が嫌なの？」と、こちらも泣きたい気持ちになります。娘は何か不都合があったり具合が悪かったりして泣いているわけではないので、泣きやませようと必死になる必要はないのです。しかし、ずっと泣き続けられると、そばで聞いている私のほうがつらくなってしまふのです。こういう時間が永遠に続くような気がしてしまうとき、そしてそのつら

さをほかの誰かに受け止めてもらえないとき、きつと何もかも投げ出したくなってしまふのだろうと思います。

しばらくの間、娘は、気の済むまで泣き続け、夜中近くになると泣き疲れて寝入る日々が続きました。

生後四か月に入ると、娘のかんの虫は突然姿を消しました。それはちょうど、私の職場復帰に備えて保育園の馴らし保育に通い始めたころでした。娘は機嫌よくお風

呂に入り、機嫌よく母乳を飲み、そのままほとんどぐずらずに眠りつくようになりました。かんの虫がおさ



まった理由が、时期的なものだったのか、環境の変化のためだったのか、それともほかの理由のためだったのかは、いまだによくわかりません。

ところが、ほっとしたのもつかの間、やはり、子育ては一筋縄ではいきませんでした。生後八か月ごろから娘は再び夜泣きを始め、現在（一歳一か月）に至っています。今回は少々長期戦です。

とは言うものの、もはや親のほうも慣れたもので、「これもいつか終わりが来るさ」と、至って楽観的です。

「手のかかるときが一番かわいいとき」

指をくわえたまま眠りについた娘の寝顔を見ていると、よく言われるこのフレーズをしみじみと実感します。当分の間は、夫と交代で、のんびりと娘の夜泣きにつき合おうと思っています。

（十文字学園女子大学）