



「遊ぶ」ことの大切さ



こどものこころの相談室 がじゅまる 臨床心理士 寺崎 真一郎

今を生きる子どもたちにとって、「遊ぶ」ことの危機が訪れているように思います。こういうことを書くと、「YouTube はだめだ」とか「ゲームがだめだ」、「最近のこどもは外遊びをしない」というような議論になりやすいと思いますが、ここでは改めて「遊ぶとは何か」という原点に立ち返りつつ、遊ぶことの意義について考えてみたいと思います。

私は療育の仕事をしていた頃、ことばの発達がやや遅れ気味で、お母さんと離れることが難しいお子さん、A 君に出会いました。その頃、私は児童発達支援センターの管理者を務めており、発達を促す場の必要性を強く感じていました。そういった事情もあって、こどもを中心に保育士と保護者と一緒に遊んでもらったり、そこで起きたことについて保護者と振り返ったり、こどもの発達について保護者に理解を伝えたり、こども自身の発達をサポートする場を作っていました。

センターに来た A 君は最初は不安そうでしたが、次第に慣れてきて、積んであったブロックを持って、「ぶー」と声に出して遊び始めました。私は「ブロックを車に見立てて遊んでいるんだ」と思いました。しかし、お母さんはその姿をみて、とても心配そうでした。不安そうに見ていたお母さんは A 君に近寄りミニカーを渡して、「今、A が持っているのはブロック。これが車ですよ」と言いました。





A君はお母さんから渡された赤いミニカーを手にしたまま呆然と立ち尽くしていました。

その様子を見ていた私は、お母さんのそばに行ってミニカーを渡したわけを聞いてみました。お母さんは「もうすぐ3歳半健診があるから、これが何かを覚えないといけない。ブロックを車だと誤解してしまったら、健診に引っかかってしまうかもしれない」と胸の内を教えてくださいました。

私は「ああ、そうだったんですね、お母さんとして、正しいことを教えたいと思ったのですね」と伝えると、お母さんも頷いていました。それからしばらくお母さんの想いを汲み取りながら話を聴いていると、お母さんが色々な不安を抱えていることが分かってきました。お腹の中に新しい命が宿っていること、数カ月後には弟か妹が生まれてくるのに A 君は母と離れることを怖がるので母と離れられず、どこに行くのも一緒であること……。発達的な偏りがあって仕方がないと言われているが、1人でこどもたちを育てていけるのかという不安があること。そういう色々な不安を抱えているようでした。

集団遊びの良い点は、他のこどもたちの様子を見られることです。A 君のお母さんは、私や保育士の話聴いて、他のお母さんたちが遊んでいる様子をじっと観察していました。そして恐る恐る、ブロックで遊ぶ A 君のそばに行って、その A 君の世界に入って遊び始めました。



時間とともにお母さんの表情も少しもほころんで「あの子は、ブロックはブロックだって分かった上で、それを車に見立てていたんですね」と私に話してくれました。**遊びは、現実と空想との間で起きる。**そのことを母は気がついたようでした。

A 君は色々な機関で分離不安が課題になっていたお子さんでしたが、それ以降急速に、母と離れられるようになり、1人で登園できるようにまでなって周囲を驚かせました。

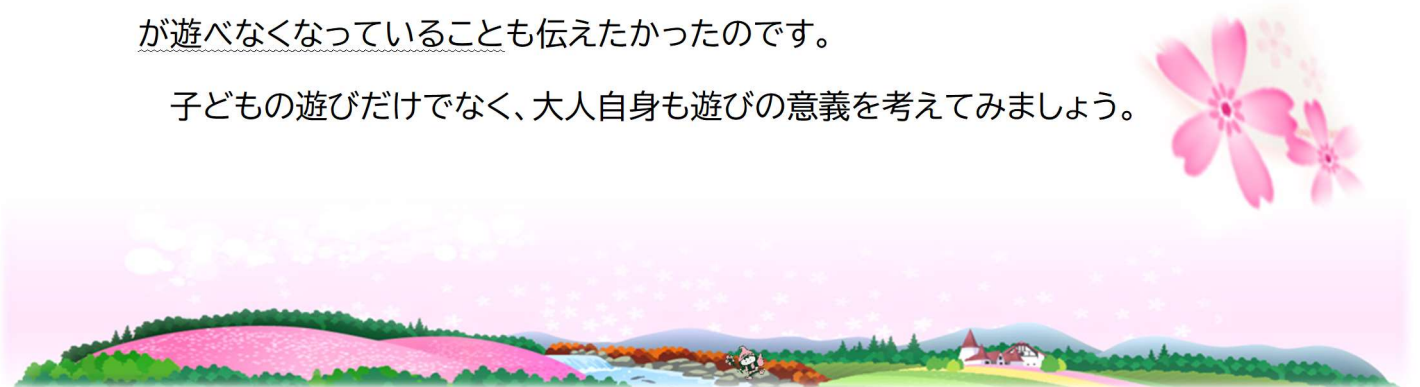
まだことばで自分の気持ちを語ることが難しいこどもにとって、**遊ぶことは「自分の心を表現する言葉の代わりになる」**と言われます。また、遊びは何度でもやり直すことができるという利点もあります。

例えば、東北の震災では「津波遊び」がこどもたちの中で広がり、今年の元旦に起きた能登の震災では「ブロック崩し」の遊びが広がったと言われます。こどもは怖かった体験を遊びの中で表現し、何度も繰り返したり、それを見守る大人たちに受容されたりすることで怖かった体験を乗り越えようとしています。

つまり、**遊びはトラウマティックな体験を乗り越える力**になります。また、仲間や大人と遊ぶことで**一緒にいる心強さや安心感を得る**こともできるでしょう。

私が冒頭で触れた「遊ぶことの危機」は単に子どもたちの間で YouTube が流行しているとか、ゲーム依存が広がっていることだけではなく、そもそも大人自身が遊べなくなっていることも伝えなかったのです。

子どもの遊びだけでなく、大人自身も遊びの意義を考えてみましょう。



3月11日に公開予定の次号では、「こどもが遊ぶこと」について、別の視点から考えてみたいと思います。

スクールカウンセラー事業として、毎月1回、滝上町内のこども園、小中学校を訪問し、お子さん・親御さんとお話する時間を設けています。

ご相談を希望される方は、お子さんの通う滝上町内のこども園、小中学校または教育委員会へお問い合わせください。

