

5回目：心理学の視点からメンタルヘルスを考える

(こころと行動の発達)

胎生期から老年期

1

こころと行動を発達理論から考える

人間の発達

*『エリクソンの理論』
こころの発達は乳児期から老年期まで至る。
その基本は乳児期にあると考える。
各発達段階に重要なポイントがある。

I: 基本的信頼	対	基本的不信 (乳児期)
II: 自律性	対	恥・疑惑 (幼児期前期)
III: 自主性	対	罪悪感 (幼児期後期)
IV: 勤勉性	対	劣等感 (学童期)
V: 同一性確立	対	同一性拡散 (思春期・青年期)
VI: 親密性	対	孤独感 (成人期初期)
VII: 生殖性	対	停滞感 (成人中期)
VIII: 統合性	対	絶望感 (老年期)

テキスト p 20参照

2

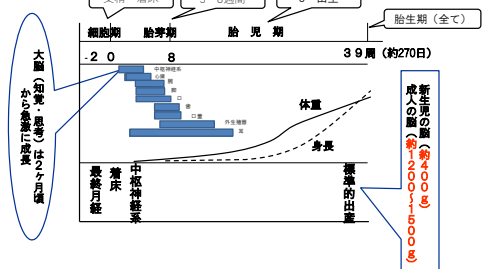
1. 胎児期のメンタルヘルス

- * 心の発達と各発達段階の特徴を知る
 - ・ 胎児期～老年期の特徴
- * 子どもの発達は胎児期から
 - ・ 特に医療保育に必要な知識 (子ども・大人の発達=全発達段階)
 - ・ 実習などを通し体験からの学びも大切

テキスト p 23~

3

胎児期

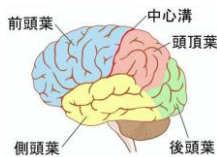


4

(脳について)

〈大脳皮質〉

- ・ 前頭葉：計画・遂行・意思など
- ・ 側頭葉：聴覚
- ・ 頭頂葉：体性感覚・空間認知
- ・ 後頭葉：視覚



脳は胎生期早期に作られ始める
妊娠初期は大切な時期とも言われる

5

(脳のネットワーク)

〈脳神経系には〉

- ① 中枢神経系
 - * 脳・脊髄
- ② 末梢神経系
 - * 体性神経系
 - * 自律神経系 → 副交感神経系 / 交感神経系

生きてゆくための重要な神経系

6

(人間の生活から考える脳)



7

(胎生期と周産期)

〈胎児の環境は母体〉

1. 胎生期の危機 → 特に、胎芽期 (3~8週) は身体器官が作られる時期
- ・有害物質
 - ・伝染病感染
 - ・薬物服用
 - ・過度の飲酒やたばこ
 - ・環境汚染 など

テキスト p25~ 参照

8

(妊娠中の環境?)

〈心の発達 は胎教から〉

- * 母親の精神的安定
 - ・お腹の中で赤ちゃんは音楽を聴いている?
 - ・お母さんが赤ちゃんに話しかけると?
- ↓
- ・胎児の聴覚：妊娠 2 4 週頃から発達するとされている。
 - ・お母さんと赤ちゃんのコミュニケーションは胎児期から始まっている。

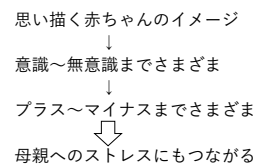
9

母親が赤ちゃんに抱くイメージ

(胎児期のウェルビーイング)

(レボピッシ)

- * 幻想的な赤ちゃん
- * 想像の赤ちゃん
- * 現実の赤ちゃん



テキスト p27 参照

10

2. 乳幼児期のメンタルヘルス

(愛着：ポウルビィ)

- * 赤ちゃんのシグナル
 - 養育者が受け止め
 - 愛着関係を発展
 - 愛着行動を身につける

(基本的信頼関係：エリクソン)

↓

生きて行くための知能を発達させる
(運動・言語・社会性など)

テキスト p29~ 参照

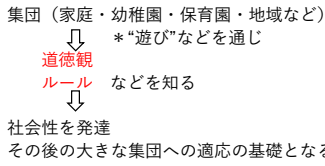
11

子どもの「遊び」の変化



12

子どもの社会性について



* 大人になってからの社会性の原点は乳幼児期にある。この時期の環境をどのように整えることができるかがその後の適応に影響を与える。

13

乳幼児期の親子関係 （乳幼児期のウェルビーイング）

- * 乳児期：子どもは五感を通じ周囲への働きかけを学ぶ
養育側は子どもが発するサインを読み取り反応する
 - * 幼児期：子どもは「話す」「歩く」など身につけ、自律を学ぶ
養育側はしつけという文化を伝える役割を担う
- ↓
- 親子の相互関係が重要となる
親支援の必要性が高まる

テキストp32～

14

3. 学童期のメンタルヘルス

①大人社会への適応の基本の時期

- * フロイト → 「潜伏期・潜在期」
（エネルギーは文化的・知的な方向に向く）
- * ピアジェ → 「具体的操作期」
（論理的操作・判断力：例えば算数など）

テキストP38～

15

②学校という場

* 集団が本格化

- プラス → ・社会性
・自己コントロール
・道徳基準の芽生え

- マイナス → ・リーダーの影響が大
・上下関係の問題



問題が見えにくい

テキストp38～ 参照

16

③これまでの評価との違い

(相違)

	比較対象	評価方法	対人関係の中心
幼児期	個人内	絶対的評価	親・保育士 他
学童期	他者	相対的評価	友達 (複数) 他

↓

優劣が生まれる

〈心の問題への影響〉
・どのような問題が考えられるか？

17

学童期の危機

- * 発達障害の問題
・多くは幼児期・児童期に診断
 - * ストレスの問題
・学校という社会でのストレス
・学習という学びへのストレス
- ↓
- * 時には不登校・いじめなどの原因ともなることもある

18

学童期の「自尊感情」 (学童期のウェルビーイング)

「自尊感情」：自分自身の存在の価値を認め、実物大の自分を受け入れ、自分を大切にしようとする気持ち

①学童期 → 同年齢集団の中での気づき
他者からの評価

↓

「自尊感情」は逆境へのレジリエンス（回復力・うまく適応できる能力）となる

テキストp44 参照

19

4. 思春期・青年期のメンタルヘルス

①思春期と青年期の違い？

- ・青年期の一部に、思春期が…
- ・青年期は特に身体的・性的成熟の時…

↓

- * 子どもから大人への過渡期として、青年期前期を思春期として考える。
- * 厚労省（15～29歳）
- * エリクソン（13～19歳）
- * ユング（成人前期を青年期とし、～40歳頃まで）

テキストp49～

20

②定義

明確な定義はない。

「青年期」は「子供から大人への過渡期」であり、ほぼ15歳～25歳くらいまでのことを指し、はっきりとした年齢の定義はない。

肉体的な変化と性的な関心の高まる思春期も青年期の一時期であり、自我意識や社会意識も発達する時期である。

21

③青年期の発達課題

- * エリクソン：自我同一性（アイデンティティ）の確立
 - 「自分は何者か？」 「自分はどう生きればいいのか？」 など、自問し迷いながら答えを見つけようとする
- * モラトリアム：子どもから大人への猶予期間
 - 小此木は、最近では大人になることを嫌って避ける「万年青年」や心の中でモラトリアム心理を抱き続ける人が増えていると指摘

テキストp51～ 参照

22

思春期・青年期の「友人関係」 (思春期・青年期のウェルビーイング)

- * 親しい友人
 - 他者の身になり他者の体験を味わい、理解し、他者に対し共感的態度を身につける。
- * ひとりでいること
 - 自分を高めるのに大切な時間となり、想像力を豊かにし、創造性を育てる。
- * 親離れ・子離れ
 - 親の役割を見直す時期

テキストp52～

23

5. 成人期のメンタルヘルス

- * 成人前期（20歳代後半～40歳前後）
- * 成人後期（40歳前後～60代前半）

→ 子ども時代からの移行期を経て、社会の中で大人の役割をとる。保護される側から保護する側になる。

<フロイト>
大人とは？ → 愛することと働くこと

テキストp58～

24

「人生の正午」としての中年期

(成人期のウェルビーイング)

成人期前半：「愛することと働くこと」

職業を得て、パートナーを選択、家庭を築く
→ 外的世界に自分を適応させようと、心的エネルギーを外に向け、外面的・社会的な自分を創っていくことに主要な関心を向ける。

成人期後半：自分の内に潜む声に耳を傾け、内的世界に関心を向け、自分の人間としての本来の姿を直視し、弱さにも気づき、自分を成長させていく。

→ 外から内への転換期

テキスト p 60～ 参照

25

6. 老年期のメンタルヘルス

(老年期のウェルビーイング)

* 65歳～死を迎えるまで

老年期：「締めくくりの時期」

「残された時間をいかに生きるか」

「近づいてくる死を認識する時期」

- 老化
- 喪失感
- 神経発達症との近似

テキスト p 66～ 参照

26

本日のまとめ

第1章 テキスト p 19～p 74

* 胎児期～老年期 各段階におけるメンタルヘルスについて

* 各年代のウェルビーイングについて理解

27