

菊池 春樹（きくち はるき：応用心理学部 臨床心理学科）

主な担当授業：発達臨床心理学、コミュニケーションの心理学、臨床心理学実習  
専門：発達障害、子どもと養育者の関係

## 「いたいいたいのとんでいけー」を科学してみた

### ●人生最初の心理療法？

「いたいいたいのとんでいけー」にボクが注目したのは、物理的な痛みの治療は何もして  
いないのに、痛みがやわらぐという、この現象は、まさに、人生で誰もが経験しうる最初の「心  
理療法」なのではないか？とふと思いついたことがきっかけでした。

### ●「いたい」のさまざまな実証研究

脳科学者のダマシオ先生曰く、「『痛みの情動』と『痛みの感覚』は別のもの」。情動は生理  
的なものですから、「痛い」という反応がある。でも、感覚としての「痛い」は、背景にある  
イメージの変化に伴い、「痛い」感情を変化させるといいます。心理学者のディンさんは、  
注射の時の母子を観察して、「母親の『侵入的なかわり』は、子どもの痛みへの反応を大き  
くし、苦痛の調整を妨げる。一方で、母親の『感受性があり情緒的応答性のあるかわり』は、  
苦痛の調整を助ける」という研究結果を発表しました。ボクが行った調査でも、「『いたい  
いたいのとんでいけー』は、子どもの話を傾聴しながら、痛みに共感することで、痛みの軽減に  
有効に機能する。逆に、子どもが泣いているのに耐えられないストレス軽減のために行われる  
と、ネガティブな感情を伴う。」ということが確認できました。

### ●今後の研究課題

ところで、不適切な養育の下で育った子どもとのセラピーにおいて、ぬいぐるみや人形を「傷  
つける」遊びが観察されることはよく知られています。セラピーが進んでいくと、子どもは安  
全や安心な感覚を得て、傷ついたぬいぐるみを「ケア」する遊びを始めます。「傷つける」連鎖を、  
「いたい」他者や自分に共感受け止め、「とんでいけー」と「ケア」していく、その転換点、  
詳細を探っていくのが、これからのボクの研究課題です。

