

平成30年6月23日

アタッチメントについて

江刺保育園 全体職員会議資料 園長 遠藤清賢

乳児は身体的に未熟な状態で生まれてきます。普通の動物と比較した場合、実際は20ヶ月くらい母体の中に居なければならないのですが、未熟な割には体が大きいので母体が耐え切れず10カ月で出産するようになっていたのだそうです。人間は平均して3kg弱で生まれますが、ゴリラは平均して1.9kgです。しかし、人間の精神はある程度成長して生まれてきます。物の感覚的な区別、人の声の区別、相手の気持ち、を理解できるようになっています。生後半年までには喜び、悲しみ、嫌悪、怒り、恐れ、驚き、等の基本的な感情が育っていることが確認されています。言葉の微妙な違い、声の質など赤ちゃん達はしっかりと区別することが出来ます。赤ちゃん達はそれぞれの環境に従って、必要な物と不必要な物を区別し、不必要な物は自分で廃棄しながら成長しているのです。そして一人の人間として成長する為に、正しいアタッチメントの対応が必要であり、この対応によって赤ちゃんの生き方、精神がほぼ決まってしまうのだそうです。

人間の場合赤ちゃんは未熟な状態で生まれてきますから、自分で動くことはできません。自分の行動によって必要な栄養を獲得するとか、体温調整、安全確保など、自分の力では出来ない状況で生まれてきます。ですから必ず、自分の世話をしてくれる人がいなければ命を保つことが出来ないのです。また年親にしても、出産は命がけの出来事であり、出産後一人で赤ちゃんの世話を全て自分一人で行うことは非常に困難なのです。従って人間は命を継承する為に、家族を形成し、力を合わせ協力して子どもの命を守り、成長を支えてきました。これらの行為が人間として生きるための必要不可欠な文化になっています。

アタッチメントとは、以前は「愛着」という意味に捉えられてきました。愛情形成のように捉えられてきていました。そのような意味もありますが、この理論ではアタッチメントとはもっと単純に「くっつく」という意味に捉えられています。「くっつく」とは簡単に言えば「抱っこする」ということです。子どもの成長にとって「くっつく」ことが出来る誰かが近くにいることが大切なのです。「くっつく」ことによって、不安、恐れ、寂しさ等の不快感を克服するのです。自分の中に在る不安要因から自分は守られているという信頼感を自分の中で育て成長するのです。子どもが不安や不快等感じた時、「くっつく」ことができる、信頼できる保育者がいつでもそばにいたことが成長に大きな影響を及ぼすことが確認されています。信頼できる大人とは家族や保育者、祖父母、その他であって、親でなければならないということではありません。当然、いつで

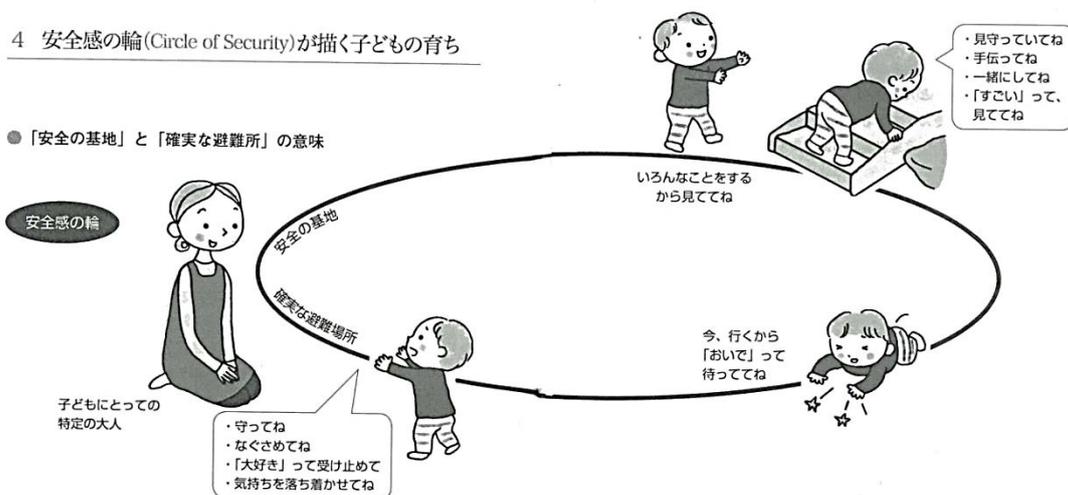
も抱っこしてくれる人がいる子どもの方が、明らかに成長に於いて精神的な自立が早まることが確認されています。逆に、だれも「くっつく」ことが出来ないで育てられた子は、自立できず、甘えや不安感の中で生きて行くことになります。子どもにとって安心できる養育者、つまり「くっつく」ことの出来る人がいないことは、子どもの成長に大きなダメージを与えることになるのです。当初、保育園で赤ちゃんの保育について、母親が関わらないのは子どもの成長に大きな問題を残すことになるのでは、という考えもありました。保育園を利用した子どもは何か問題があるように捉えられていた時代もあったのですが、実際に0歳児の保育が行われ保育園などの乳幼児保育施設で乳児がしっかりと成長できることが実績として証明されているのです。これはアタッチメントの対応が正しく行われてきたから母親がいなくとも普通に成長できたのです。

アタッチメントは0歳から2歳、3歳児前半の対応の中で重要な対応になっています。以前は、抱き癖、とか甘えの助長のためにある程度の厳しさが必要と言う考え方もありましたが、これは過去の事です。子どもの発達過程の研究が進み、子どもが「抱っこ」を求めても、継続的につき離す、放置する、強い言葉で叱責する、等は何の効果もなく、これらの対応は保育者が子どもとの関係性を放棄し、関係性を破壊する対応になってしまうのです。継続して厳しく対応することは子どもの成長にとって何の益もなく、逆に子供の精神的な成長に損害をもたらす行為になってしまう危険性をもっていることも研究され実証されています。保育対応の中で特に乳児の保育に於いて重要な事は如何に指導するのかということより、どのように見守り、どのように「抱っこする」のかということのほうがより重要なのです。

安全感の輪

4 安全感の輪(Circle of Security)が描く子どもの育ち

● 「安全の基地」と「確実な避難場所」の意味



この「安全感の輪」と言うのは、子どもにとって特定の大人は安全基地となっているということです。この大人に見守られ子どもは安心して遊ぶことが出来ます。好奇心にかられ自発的に遊び、活動します。この輪の中で痛い思いをしたり、見守ってくれる人がいなくなったりした場合に怖さや不安感、思い通りにならないフラストレーションを感じた時、あそこに行けば大丈夫だと感じ、特定の大人の居る場所に向かうのです。その養育者である特定の大人のいる場所が、子どもにとっての確実な避難所であり安全基地となります。

養育者は見守る存在です。子どもがこの「安全感の輪」の中で自発的な探索活動を行うことが出来るように見守ります。養育者はこの輪がしっかり回っていることに注意し、確認しなければなりません。

子どもの発達とは「安全感の輪」を拡大することです。しっかりとした「安全感の輪」が形成され、継続して活動が出来るようになると避難所に戻る感覚が長くなり、探索の範囲が広がります。最終的には一人で自立した活動できるようになり、避難所に戻らなくても良くなるのです。この輪は一生消えることが有りません、大人になっても自分は守られているという基本的な信頼感が心の底辺に確実に位置づけられているからです。この輪が自然に確実に機能することが子どもの健やかな成長のカギとなるのです。

私たちは、保育する上で自分とそれぞれの子どもたちの間に「安全感の輪」がしっかり形成されているのかどうか確認しなければなりません。形成されていないとすれば、どのような対応をすれば「安全感の輪」ができるのか考えなければなりません。食事においてもこの輪のように養育者のもとに行けば美味しい、心のこもった食事を頂くことが出来るという食事についての信頼感が形成され、日常の遊びや活動することにおいて、健康な命の継続のための正しい基本的な食事感覚が身に付くのだと思います。

「安全感の輪」が育む力

アタッチメントの重要性は恐れや不安感を克服する感情の立て直しであり、この経験の積み重ねが基本的信頼感や自律性、たくましさを育みます。保育者、養育者が恐れや不安感等に寄り添うことで共感性や心の理解能力を育みます。保育の働きは個々の子どもたちと「安全感の輪」を形成する働きであると言えます。

● 基本的信頼感(安全の感覚)

どのような状態でも自分は守ってもらえる存在であり、それだけ価値があり愛してもらえる存在であることを確信できる。自分に対する信頼と同時に他者に対しても同じ信頼感を得ることが出来ます。受け入れてもらえるという期待が人間関係の基盤になります。

● 自律性(ひとりでもいられる力)

恐れや不安なネガティブな状態を立て直すために泣いたり、そばに行きくっついたりして養育者に助けを求め、自分の崩れた感情を立て直します。これらの経験の積み重ねが自信となりたくましさが生まれます。

- **共感性(他者の気持ちを理解し、思いやる力)**

安全感の輪の中にいる養育者は避難してきた子どもたちの思いを共感することが求められます。そして、共感する言葉を語りかけます。その言葉を獲得し、相手の状態や気持ちを的確に読み取り想像することが出来るようになります。また自分の状態もただ泣くだけではなく的確な言葉でして欲しいことを表現できるようになります。この積み重ねが他者の気持ちを理解し、思いやる力を成長させ、心の理解力の発達に繋がるのです。

アタッチメントの個人差

本来子ども(赤ちゃんたち)は保護者、養育者と繋がりたい、くっつきたいという思いがありますが、アタッチメントは相手がいて成り立つものなので子どもの保護者の性格や対応の違いによって個人差が出てきます。アタッチメントの個人差は以下の4つに分類されています。

A. 回避タイプ

子どもの姿：養育者との分離に際し、泣くなどの混乱を示すことが無い。再開時に際して養育者から目をそらし、避けようとする行動が見られる。養育者を安全基地として探索活動を行うことが見られない。

養育者の日頃の関わり：一般的に子どもの働きかけに拒否的にふるまうことが多い。他の養育者と比較して子どもに微笑むとか身体的接触などが少ない。子どもが苦痛を訴えたりした場合、かえって子どもを遠ざけ対応を嫌がる場合もある。子どもを強く統制しようとする働きかけが見られる。

B. 安定タイプ

子どもの姿：分離時に泣きや混乱を示すが、養育者と再開時は積極的に接触を求め、容易に静穏化する。肯定的感情や態度が見られる。養育者を安全基地として積極的に探索活動を行うことが見られる。

養育者の日頃の関わり：子どもの欲求や状態の変化に相対的に敏感であり、子どもに過剰な働きかけをすることが少ない。子どもとの相互交渉は調和的であり円滑である。遊びや身体的接触を楽しんでいる様子が随所に見られる。

C. アンビバレントタイプ

子どもの姿：分離時に強い不安や混乱をしめす。再開時は養育者に身体的接触を求めますが、一方で怒りながら養育者を強くたたいたりする。一般的に行動が不安定で随所に用心深い態度が見られ、養育者を安全基地として探索活動を行うことがあまり見られない。養育者に執拗にくっついていようとする事が多く見られる。

養育者の日頃の関わり：子どもから発信される愛着シグナルに対する敏感さが相対的に

低く、子どもの行動や感情を適切に調整することが不得意である。子どもとの相互交渉は養育者の都合に合わせたものが多い。子どもが同じ対応をしても一貫性に欠く対応であり、タイミングがずれていることが多い。

D. 無秩序・無方向タイプ

子どもの姿：近接と回避という本来ならば両立しない行動が同時に、又継続的に見られる。不自然でぎこちない動きや、タイミングがずれ場違いな行動や表情を見せたりする。総じて何をしたいのか読み取り辛い。

養育者の日頃の関わり：被虐待児や抗鬱等の感情障害の親を持つ子どもに非常に多く見られる。精神的に不安定である。突発的に表情や声あるいは言動一般に変調を来し、パニックに陥ることがある。子どもをひどく怯えさせるような行動を示すことが多く、通常では考えられないような不適切な養育を施すこともある。

健全な「安全感の輪」を保持する為に

従来、親子関係、又は保育対応は『感性』が求められてきました。敏感であることは大切ではあるのですが、むしろ過敏になり過ぎ、先回りして対応してしまい子ども自身がストレス等に対して自ら乗り越えた実感に伴う経験に至らないというケースもあります。過剰な読み取り、先回りをしない事、侵害的でない事(何もしないで見守る)ことが大切なのです。子どもの目線に沿った養育者としての対応が必要であり、養育者はいつも子どもの状態を気かけながらも、どっしりと構え、子どもが求めて来た時に情緒的に利用可能な存在であるということです。このことを**情緒的利用可能性**といいます。「**情緒的利用可能性**」について養育者に求められるのは「敏感であること」「侵害的でない事」「環境を構造化すること」「情緒的に温かい事」が求められますが、子どもの状態によって、成長の状態によって働きかけの重要性が異なってきます。

この「**情緒的利用可能性**」という概念は、アタッチメントは「恐れや不安などのネガティブな感情を特定の他者にくっつくことによって調整しようとする」ことであり、養育者から見れば特に必要のない時、子どもの活動に踏み込まないこと、つまり侵害的でない事(何もしないで見守る)ことが大切なのです。「**環境を構造化すること**」とは子どもが取り組みやすい場所を整え、使いやすい道具やおもちゃを準備し、子どもの生活や遊びを支えることです。「**情緒的に温かい事**」離れたところに居ても応援団として絶えず子どもを励まし、暖かく見守ることです。

子どもに対しての声掛けは、よりたくさん声を掛けるというのではなく、子どもが自分で活動に集中している時、そばで見守り、子どもが振り返って目が合った時「すごいね。」とか「がんばっているね。」と笑顔で一言声を掛けるほうが、こどもはより安心して活動に集中できるのです。

子どもが発達にかなった環境の中で温かい雰囲気の中で活動している時の見守りの対応と子どもが困ったり、不安を感じ援助を求めた時に敏感に答える関わりが良いバランスになっていることによって発達はより促進されるのです。

特定の保育者と関わることはその保育者に依存してしまう状況を招いてしまうという疑問を聴きますが、特定の大人としっかりしたアタッチメントが形成されている子どもはそれを基盤として、様々な人たちと円滑に相互作用が出来るように成長して行くことが明らかになっています。しかし、保育者が「すべてを自分が対応してあげる。」ということは誤りで、子どもが求めて来た時に敏速に対応し、そうでない場合は踏み込まず、見守ることが重要です。

安全基地として大切な事

子どもの思いが、養育者の援助と一致する確率は初めのうちは3割から4割ほどしかないのが現実なのです。ほとんど、養育者の対応は失敗しているのです。但し子どもはその失敗を大目に見てくれます。そのためには失敗の修復が大切です。「ああそうだったの。ごめんね。」等の声掛けをして、改めて子どもの思いに答えることが重要なのです。このことによって子ども達自体「自己主張の力」「自律性」が高まるのです。**養育者は完璧を求めず、ほどほどの対応が良いのです。** 育つ主体である子どもとのやり取りの中で子どもから教わりながら、子どもの成長を育ててゆくことが大切です。子どもを保育や子育ての対象であるというのではなく、**一緒に育つパートナーとして見なすという視点が重要なのです。** 失敗を繰り返し、その失敗を修復しながら徐々に子どもの思いと一致した対応が出来るように関わる事が重要なかもしれません。

保育におけるアタッチメントとは

- **子どもの思いを推測し、先回りをしない。**
- 泣かないようにと、いつでも「抱っこ」するのではない。
- 子どもが求めていない時は見守る。
- 子どもが「抱っこ」を求めて移動できる範囲の中で見守る。
- 保育者は子どもにとって安心できる避難所になる。
- **子どもが求めた時に抱っこする。**
- **子どもの気持ちを共有する。不安や痛み、寂しい気持ち等、同じ気持ちを受け入れ声掛けをする。**

身体的・情緒的ケアを十分に与えること

子どもの生活において連続的、かつ一貫した存在であること

子どもに対して情緒的投資を行うこと

「情緒的投資とは」：今の苦勞が子どもの発達に繋がり、それは自分にとっても良い事と思えるということです。

「2つの社会的世界」に生きる子ども達

「家庭」と「保育園」の中で子どもたちは生活しています。家庭と施設の相互信頼と連携は非常に大切になっています。家庭とのアタッチメントが優先されますが、家庭の対応の不足する部分を施設が補うことが出来ます。家庭以外に出会う大人とのアタッチメントの質が集団的狀況下で子どもたちの適応性に深く関係しています。早い段階でケアしてもらった保育者とのアタッチメントが成長に大きく影響しています。保育園でのアタッチメントは家庭での親子関係のまずさを充分に補償することが出来るのです。保育園でのアタッチメントは非常に大切な対応なのです。

アタッチメントの形成の順序はきまっていません。一般的には家庭に於いてアタッチメントが形成され、保育園に入ってくるのですが、家族でアタッチメントの対応ができなかった場合に於いて保育園でしっかりとアタッチメントを形成することによって、家族とのアタッチメントが形成され、母親と子どもとの良い関係性を形成することが出来るのです。保育園は「こころの力」を良好に育み、子どもの成長を支える大切な場所になっているのです。

保育におけるアタッチメントのポイント

「二者関係に関連した敏感性」

子ども一人の気持ちをおくみ取って素早く的確に対応する。母親の対応に求められる。

「集団生活に関連した敏感性」

保育園等では「二者関係に関連した敏感性」のみを重視した関わりは多くの課題が生じてしまいます。従って「集団生活に関連した敏感性」と言う対応が求められるのです。これは子ども同士のやり取りに目配りができ、集団にとって楽しく安全な保育環境を構築し、その活動を支え、促す援助をすることで、保育者と一人ひとりの子どもとの関係に於いてよいアタッチメントが形成され子どもたちの良い成長に繋がるのです。年齢が進むにつれ、アタッチメント対応も異なってきますが、「安全感の輪」の形成が個々の子どもたちの成長の基盤になっているのです。その輪が大きく成長したことを意味していると思います。「集団生活に関連した敏感性」の対応により、保育園の集団により、思いやり、協力関係ができ、より良い友達関係によって自分自身のより良い成長に繋がって行くのだと思います。

参考文献「赤ちゃんの発達とアタッチメント」

著者：東京大学教授 遠藤利彦氏 ひとなる書房 1,404円