第 7 回
保育とアタッチメント ～集団保育の中で育つ人間として生きる土台～

講師　岡村　由紀子　氏

はじめに

以前私は、アタッチメントと言うと愛着、0 歳の親子の関係に関わること、という認識でした。現在は、長時間保育の子どもが増加する中で、長時間園に預けられるということは子どもから見たらどういうことなのかと考えるようになりました。子どもの 24 時間を考え、発達を踏まえて園の保育の質を上げるには、どのようなことに気をつけたらいいのかを考える中で、アタッチメントの概念にいきつきました。

Ⅰ．アタッチメントとは何か

「ジョイントネス」とは、「お互いが感応し合う情緒的なつながり」のことです。「お互いにひきつけ合い、つながるって気持ちいい」と感じると脳と心が育っていく、という概念です。首の座っていない赤ちゃんが人を求めて、声のする方へ向くために首が座ったり、体を動かそうとするために寝返りができるようになったりします。人を求める気持ちから体も育つのです。

赤ちゃんは生まれながらに人が大好きです。そして、赤ちゃんはあの愛らしい容姿から大人を引き付けます。さらに赤ちゃんは、大人の声に反応し「ん～ん～」と声を出したり笑い返したりすることで、大人を引き付けます。「お互いに人をひきつけ合って心と脳が育っていく」これがジョイントネスという概念であり、生まれながらにもつだれかれ構わずつながろうとする心なのです。実は、これが、その後の「アタッチメント」の呼び水となっているのです。アタッチメントとは、子どもが危機的状況や不安を感じる状況に置かれた時、特定の対象との近接を求めるという形で自分の生存と安心を確保しようとする性向（ボウルビィ）です。つまり、大人側がアタッチメントを作っているのではなく、発信の主体は子どもだということです。発信のしかたには 3 種類あります。一つ目は、泣く・微笑む・声を出す発信行動。二つ目は、注視・後追いといった定位行動。三つ目は、抱き着く・探し求めるといった接近行動です。

ボウルビィは、愛着理論（今は心理学的にはアタッチメントという）において、愛着行動には 4 段階あると述べています。生後 0～6 か月は「誰でもいい」という段階で、6 か月～1 歳までは特定の人を求めて「この人がいい」という段階です。2 歳くらいまでは人見知りがありながらも、支えがあって前へ向かっていく段階になります。それを経て、3 歳以降は自己が形成されると言われています。

Ⅱ．自立との関係

（アタッチメント形成は、自立へのプロセス）

１）①くっつき→②絆の形成→③信頼→④自立

①くっつきについて

愛着・アタッチメントは、母親というイメージがありますが、今は母親という生理的につながっているという人よりも「母性的関わり」が重要だと言われています。アタッチメントとは、くっつくことです。くっつくことで子どもは安心します。くっつくことを生理的行動にすると、妊娠・出産・授乳という母親にしかできない行動になりますが、くっつくことの社会的行動は、母親でなくても、父親でも祖父母でも保育者でもすることができます。それは、微笑む・声を掛ける・抱っこをする等です。このこ

とによって不安や空腹に対して安心感を得ることができます。

②絆の形成について

子どもは「くっつく」という、優しさの体験の積み重ねによって、大人との「絆」が形成されます。

③信頼について

絆の形成を経て、自我の芽生えた子どもたちは周囲との共感的な関わりにより、大人に対する信頼をもつようになります。

④自立について

信頼を構築した子どもは、協調性、社会性を獲得し、良好な対人関係を構築し自立へと向かうのです。

２）分離不安

身体的な接触と距離的な近接性から物理的に切り離されることから生まれる苦痛や葛藤のことを分離不安といいます。離れると不安になるので、安全基地を求めるのです。離れる→不安になる→安全基地を求める、この繰り返しの中で、基本的信頼感が育ち、子どもは「自分」ができてきます。「絶対に自分を守ってくれる」と思える存在があることが安心につながります。しかし、呼んでもだれも来てくれない、放っておかれるという経験からは、安心は育ちませんし「泣いてもいいんだ」という自己肯定感は育っていきません。つまり、アタッチメントの形成は、自立への形成でもあるのです。初めて親から離れて園生活に入る時、最初は泣くけれどだんだん泣かなくなってくるのは、心の中で、親がいなくても自分は愛されているという安心感が育っている証拠です。

Ⅲ．アタッチメント形成の重要性…心と体に重要

１、社会性

人間が生きていく上で、「不安になったらくっついて、そしてまた頑張れそうになったら離れて…」を繰り返すことができるのは、親や保育者が安全基地として機能しているということです。人間に対する基本的信頼感・自己信頼感が形成されているのです。これが育っていないと、不安になりいつも保育者にくっついていたり、親にわざと嫌なことをしたりする姿が見られることがあります。

２、アタッチメントの対象は、心理的拠点となる

子どもが高い所に登ろうとして泣いたとします。そのとき「見てるよ。やってみる？」と言う声掛けや眼差しがあると、涙を拭いてまた登ろうという気持ちになります。このように人とのつながり、不安になったら人にくっついて力をもらうことで、子どもはまた一人で歩き出せるのです。

３、自他の理解と共感性

愛されている子は、人を愛することができます。それは、自己理解と他者理解ができているからです。自己肯定感は、人との関わりの中で育ちますから、大人が子どもの気持ちに共感することが大事なのです。

４、生涯にわたる絆としてのアタッチメント

新たに人に出会ったとき、新たな体験をしたとき、他人に期待や信頼を抱くことができます。幼少期にアタッチメントの形成が不十分であっても、今の自分を丸ごと愛してくれる人に出会い、共感してもらうことで、アタッチメントは後からでも形成することが出来ると言われています。

Ⅳ．アタッチメント形成の方法

１、抱きとめあい（だっこ）の発達

抱きとめあいと言っても、ただ抱っこをすればいいというものではありません。

誕生から３か月は、抱きとめあい準備期です。だれでもいいので、一体感、心地よい世界を味わうことで、特定の人にアタッチメントを示す力が生まれます。

３ヶ月から１歳は、抱きとめあいの形成期です。「泣く」など赤ちゃんからの発信に抱くなどによって積極的に応えるようにします。抱きとめあいを十

分経験することで、子どもは大人を全面的に信頼するようになってきます。

1歳から2、3歳は、抱きとめあいの充実と卒業準備期です。全面的に受けとめられる充実感を味わう中で、行動範囲が広がり、いたずらもできるようになった赤ちゃんは、危険を察したお母さんにその行動を制止されることも増えてきます。全面的に受けとめられるわけではないことを体験する中で、関わりの質的変化が生まれます。

子育て支援センターにきたある親子の話をします。その子は自閉傾向があり、知らない人を見て、大きな声を出して泣き出しました。すると、その子のお母さんはそこにあったソファーを壁に向き合うように置き換え、子どもを座らせました。目の前が真っ白の壁になった途端、その子はピタリと泣き止みました。しかし、これは応答的な関わりとは言えません。もし、このときにお母さんが「大丈夫よ」と抱っこし、子どもが泣き止んだとしたら、お母さんも子どもは応答関係を結ぶことができ、お母さんは、子育ての喜びを感じることが出来ます。

3歳以降は、抱きとめあい卒業期です。優しいお母さんと叱るお母さんのイメージが統一され、お母さんとの心の距離をもてることで、離れても行動できるという自立に向かっていきます。

アタッチメントが形成されている子どもは、安心して園で過ごすことができます。「後でお迎えに来るからね」「ただいま、○ちゃんお迎えにきたよ」と親が応答的に関わることで、子どもは園生活を安心して送ることができます。抱きとめあいとは、子どもから一方的にするものではなく、大人も応答的に関わり、両方向で繋がることです。

２、カンガルーケアー

皮膚接触により、心の安定が高まります。さまざまな感覚の中で特に、温感、触覚刺激により、呼吸が規則的になり心が安定するのです。又、睡眠が深くなります。

３、わらべうた

乳児にとって笑い合ったり、くすぐり合ったりする「わらべうた」は、関係性を育てていく上で、とても大切なあそびです。相手の呼吸に合わせて目を見てあそびを進めることができ、応答的関係が育ち易いあそびです。

Ｖ．アタッチメント欲求が高まる時

保育におけるアタッチメントについてお話します。人間にとって、空腹、睡眠・疲労、痛み、不安、恐怖、アタッチメント対象の不在、暗闇などは、子どもにとってアタッチメント欲求が高まる時です。乳児は、空腹や睡眠時にアタッチメント欲求が高まり易く、不安は、年齢により質的に変わることから、（１）保育者の母性的関わりの質と（２）子ども集団への保育者の指導が重要になります。

（１）について

①お母さんとくっついているだけや虐待を受けていたら応答的な関わりが形成されず、アタッチメントは形成されません。共感的、応答的、継続的で一貫性のある保育者の母性的関わりが必要であり、保育者が「THE チーム」になりアタッチメントのネットワークを作り同じ対応をすることが大切です。「応答的」とは、「ああしなさい」「こうしなさい」という大人の一方的な関わりではなく、子どもに共感的に関わっていくことです。「共感的」とは、子どもの願いを敏感に察し、望んでいることが分ることです。保育は、母性的関わりをもち、アタッチメント形成を目指して人格の形成に関わる仕事です。ですから、結婚していないから、まだ子どもがいないからとか、男性か女性かといったことは関係ないのです。社会的な営みなのです。

②現代は、社会的に保育をする時代になり、園にいる時間が長くなっています。ですから園にいる保育者、担任だけでなく園長先生や事務員さんすべての人が、子どもたちにとって安心できる大人集団なることが求められています。アタッチメント形成に

は皆さん保育者の腕にかかっているということなのです。それは、子どもたちがいずれ学童期、思春期になったとき、自己肯定感、人との関係性に大きく関わってきます。困ったら受け止めてくれる人がいて、安心して過ごすことができることは、自己肯定感の土台が育っているということです。保育者は、母性的な関わりをする存在の一人として関わることが可能だからこそ、保育や保育者の質が問われてくるのです。

（２）について

アタッチメント対象は、保育者だけでなく、年齢が大きくなってくると子ども集団もアタッチメントの対象になり、アタッチメント形成には非常に重要な役割を果たします。

① アタッチメント形成を大切にした保育

共感的理解とは、相手の気持ちがわかることです。保育の場では、子どもの今を共有して、楽しさの方向に進もうとし、子どもなりの理屈を知ろうとすることです。理性的理解とは、大人が思う理解の方向で保育を作ることです。気持ちは理解するが心はここになく、子どもの心に向き合っていません。例えば、お母さんを求めて泣いている子を抱っこしながら「ママがいいよね、ママがいいよね」と声を掛けつつも、心は給食の準備のことを考えている状態のことです。また、子どもの心に否定的で全く違うことをすることもそうです。泣いている子に対して「私はママじゃないの。ここにママはいないの」と言うなど、子どもの心に共感していないため、子どもはどんなにその保育者に抱っこされていても安心できません。アタッチメント形成には、この共感的理解がとても大事です。

②自己肯定感の形成と保育

アタッチメントの形成は、結果として自己肯定感の形成に繋がっています。それは

＊０歳児は、泣くことから始まります。泣いて知らせ、全てを受容されます。受け入れられ、園生活を楽しさの方向へ向かえるようにしていきます。保育園に入ったばかりでお母さんを求めて泣いている子に「お母さんいるかな。見に行ってみよう」と度々園庭に行くのは、「ママがいい」と言っているこの子の気持ちに向き合っているのでしょうか。ママを探しても園にはママの姿はないのです。それよりも園が楽しく感じられるように保育を工夫し、園がこの子の居場所になることが望ましいのです。私たち保育者は、この子に「ここがいい」と思われるような保育を作っていくのです。

＊１歳児は、イヤイヤ期です。「自分で」を大切にする時期です。0歳児の時に思いを受け入れられているので、思いきり自分を出すことができます。

＊２歳児は、自分でしたい心がますます強くなる時期です。

＊３歳児は、容赦なく自己主張をしますが、他者理解は難しい時期です。

＊４歳児は、他者の存在に気づく時期です。

＊５歳児は大きくなりたい気持ちと甘えたい気持ちが混在しています。どんな時も自分は園で大事にされている、失敗しても受け入れてもらえる、誰かに自分の思いを聞いてもらえることが、不安を乗り越えていく力になります。

③ 肯定感を育てる集団作り

園で過ごしていく中で、友達と過ごすことが楽しい、相手の思いを知ったり、話し合いをして考えたりする経験が、クラス集団の中で自分の思いを伝える力につながってきます。他者理解も進んでくるため、一緒に遊ぶ仲間の元気のない姿にも気づく力も心配する気持ちも育ってきます。一緒に生活するみんなの居心地がよくなるように考えることで、友達と支え合える関係を築いていきます。

第７回　焼津市保育者資質向上研修会
令和３年２月１９日（金）
会場：焼津公民館　大会議室