第１回　泣くことから始まる愛着の形成　～全ての人間関係のはじまり～
愛着の形成は自立の形成

講師　　岡村　由紀子　氏

はじめに

焼津市が幼稚園･保育所､公立･私立に関係なく、一つの子ども像「自己肯定感を持つ子ども」を掲げて、これから研修を重ね、焼津の子をみんなで育てていこうという取り組みは､全国的にも例のないことです。

子どもが生まれてきてよかった､自分のことがすてきと思えるには､まわりの大人がどうかかわるかが大きく影響します｡今日から始まる研修（10 回）の話は保育の基本的な内容です｡子どもってこうなんだよねという話をしていきたいと思います。

１　愛着と何か？

愛着とは、釣竿を買って、愛着を持っているというのとは違います｡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（くっつき）を求めるという形で、自分の生存（命）と安全を確保しようとする性向（傾向）と Bowlby は言っています。

また､母性的にかかわっていくことが重要なんだと言っています。母性的な人とは継続的、受容的、安定的、やさしさ、そんな資質を持っている人のことです。

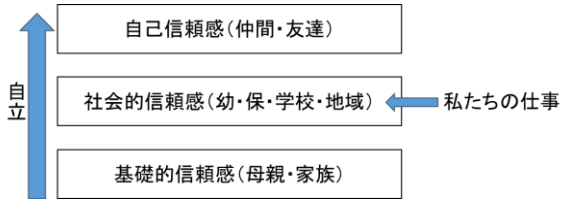
２　自立との関係(愛着の形成は自立へのプロセス)

①　くっつき→②絆の形成→③信頼→④自立

子どもにとって、「くっつき」によって何が心に生まれるかと言うと安心です。大人もそうです。好意をもっている人との「くっつき」により、心の安定につながります。「くっつき」とは、生理的行動（妊娠・出産・授乳）です。これは、母親にしかできません。また社会的皮膚接触のスキンシップ（微笑み、抱っこ、言葉かけ）でもあります。これは主として母親ですが、父親、祖父母、保育者にもできます｡赤ちゃんは視覚や聴覚などの感覚器官を通して、優しさの体験を積み重ねていきます。このような母性的なかかわりによって､生まれてくるのが絆の形成です。それが、信頼の基礎につながります。

信頼を構築し、安心を持っている子は、意欲的で好奇心が高く、協調性があります。自分は自分でいいんだという気持ちが沸き上がり､自立に向かいます。愛着の形成は自立の形成ともいいます。

愛着形成の過程で､母親と離される場面に遭遇すると赤ちゃんは不安になり、泣きます。だれかを求めます。そのだれかが安心基地と言われる人です。不安をいつも持っている子は愛着の形成が困難です｡泣いた時に世話をされなければサイレントベイビーになります。



近親者（家族）の中でまずは基礎的信頼感が生まれます。自立してくると社会（幼稚園・保育所、小学校、地域など）に目が向きます。そうすると、次に社会的信頼感が育ちます。さらに、仲間や友達との関係の中で､自分っていいなという自己信頼感が育ってきます｡基本的信頼感をベースに社会的信頼感や自己信頼感が育っていきます｡この３つの信頼

感が育っていないと思春期・青年期になり、命を絶ったり、引きこもりになったりします。私たちの仕事は、今だけでなく、これから思春期に向かう時の思考の土台を作っています。基本的信頼感から社会的信頼感を作っていく保育者の仕事は、大事な職種であると言えます。

３　愛着の発達（Bowlby）

３つのカテゴリー（ジャンル）があります。１つは発信行動です。泣く、微笑む、声に出すなど、子どもが教えてくれています。子どもから関係を作りたいよという発信です。２つめが定位行動です。注視、後追いなど、子どもがずっと目で追う行動です。３つめが接近行動です。抱きつき、探し求める行動です。

この３つの行動には、４つの段階があります。第１段階は、０歳から２、３か月です。じっと見る、声を出す、手を伸ばすなど、まわりのすべての大人が対象です。特定の人でなくてもいいです。首がすわるぐらいが目安とされています。この時に泣くことを拒否されたら、子どもは泣いてはいけないという力をつけてしまいます。

第２段階が、４か月から６か月頃までで、密接して皮膚接触をしてきた特定の人に対して、微笑むなど、自分からの反応が多くなります。４つの段階の内、２段階半までが０歳児です。０歳児は一生の愛着の土台が築かれる時期とも言えます。

第３段階が６か月から２、３歳ごろです。特定の人に対しての期待や愛着が高まります。一番言われるのが人見知りです。大好きな人、人に伝えたいことがある子が人見知りをします。自閉症スペクトラムの子は人見知りがないと言われています。愛着が形成されたかどうかは、人見知りができたかどうかと言い換えることができます。

第４段階は３歳前後です。特定の人が離れても、心の中に対象とのきずなが残る時期です。父母と離れて園に行っても、大丈夫というのがこの時期です。

４　愛着形成の意味

①人間に対する絶対的な信頼感は自己信頼感の形成に繋がります。そして、②愛着の対象は、心理的拠点となり、探索行動が活発化します。１、２歳は花盛りです。後ろを向いて、親や保育者の顔を見ます。「いるよ」と答えると、また探索活動に夢中になります。

１歳６か月検診での“積み木を積む”という課題があります。積み木を高く積み上げた時、いずれ崩れます。その時、親と目を合わせて、積み直すことができるかをみます。心と心が通う情動が育っていれば、ちょっとした励みの中で再チャレンジしようとします。それが１歳半の壁です。

③大好きな人とかかわる楽しさは、一生の人と関わる力の土台となります。

④自分っていいなと思いつつ、相手もいいなあと思える。人ってすごいなと思える。そんなイメージとしての愛着です。新たな人に出会った時、新たな経験をした時、他人に期待や信頼を抱くことができるのが愛着の内在化したイメージです。

愛着の形成は乳幼児期に形成されなければ、その後、形成されないかというとそうではないですが、すごくエネルギーがいります。思春期になると、こんな自分でも信頼してくれるのかと、わざと不適切な行動をとります。その行動を受容的、共感的な態度によって受け止めることで、信頼感が少しずつ生まれてきます。否定的な言葉からは反発しか生まれません。乳幼児期よりもはるかに長く、たくさんのエネルギーが必要になります。ですから、乳幼児期に核となる人との愛する愛される経験を十分する中で、愛着の形成をする必要があります。

５　愛着の形成の方法

（１）抱きとめあい（だっこ）の発達

①誕生から３カ月までは、抱きとめあいの準備期で、しっかり抱きしめ、やさしくかかわることで、一体感や心地よい世界を生み、特定の人に愛着を示す力が生まれます。

②３カ月から１歳までは、抱きとめあいの形成の時期です。子どもの方も積極的にくっつき、抱きとめあいを十分に経験することで、特定な人に全面的な信頼を寄せるようになります。抱き癖ができるといますが、子どもが望んでいない時に抱くから癖になります。子どもが望むときに抱きしめることが重要です。

③１歳から２、３歳になると、抱きとめあいの充実と卒業準備期です。優しいお母さんと叱るお母さんに代表されるようにアンビバレントな場面で、全面的に受け止められる中で、葛藤を乗り越えていきます。遊具で遊びたくて、だだをこねている子に、「遊びたいんだよね、でもね、もう行かないと」と受容的に受け止める中で、「じゃあ、１回だけやって帰る？」と伝えていくことで、子どもは行動を切り替えることができてきます。

④３歳以降は抱きとめあいの卒業の時期です。やさしいお母さんと叱るお母さんのイメージを統一し、心の距離を持てることで、お母さんから離れても行動できるようになります。これには個人差があります。

（２）カンガルーケアー（skin to skin care）

皮膚接触から子どものさまざまな感覚、とくに温感、触覚刺激によって、呼吸が規則的になり安定します。また睡眠が深くなり、ゆったり感が生まれます。

（３）タッチケア

アメリカの未熟児の治療法の中から生まれました。子どもの呼吸に合わせて、目を合わせます。そして素肌に触れて言葉をかけ、マッサージをします。

（４）わらべうた

乳児用は子どもの体を触って、さすったり、ひっぱったり、ひねったり、くすぐったりして、目と目を見て、１対１で行います。これは、愛着の形成に役立ちます。

６　愛着の広がり

あくまでも、愛着は、基本的には母親（母性的な人）との関係性の中で形成されます。しかし、母親だけでなく、複数の人との間に同時並行的に愛着関係を築くことができると、Bowlby は言っています。これを愛着のパートナーと言います。保育者は愛着のパートナーになれる存在です。

７　愛着のパートナーとしての保育者

子どもが泣いている理由は、大きくなりたい、発達をしたいということです。その時に必要なものは安全基地となる保育者です。子どもの実態や園の実情により、必要な職員の配置が求められます。

また職員が一貫性をもって、子どもへのかかわり方を統一していき、それを継続的に行っていくことが必要です。子どもの要求や状態に敏感で、情緒豊かな関わりができることが、保育者の質として必要なことです。

子どもを一人の人として見ていく一員として、親にはなれないけど、子どもを愛する応援団となる愛着のネットワークづくりを広げていきましょう。

子どもは親のことがすごく好きです。どんなに虐待をしている親でも子どもは親から離れられません。親子の絆は強いです。だからこそ、まわりの大人がサポートしながら、社会的信頼感を育てていかなければならないと思います。

第１回 保育者資質向上研修会
平成 28 年度 7 月 12 日
会場：焼津市総合福祉会館ウェルシップ