

## 「子育てにアタッチメント」

園長 原田健次

なぜこのテーマにしたかという、昨年末に答申された国の施策として、養育者(親・保育者)が子育ての中で「アタッチメント」を形成できる社会をつくろう。という流れになっているからです。

では、アタッチメントとは何でしょう？

アタッチメントとは「くっつく」こと。子どもは何らかの危機に接して、恐れや不安などのネガティブな感情を経験したときに、身体的な意味でも、心理的な意味でも、誰か特定の人にくっつきたいと強く願う欲求があり、実際にくっつくことを通して、崩れた感情や身体の状態を元通りに立て直そうとする行動の傾向をもっている。アタッチメントを通して「もう大丈夫だ」という安心感に浸れたとき、子どもはそこを「安心の基地」として、再び元気に外の世界に飛び出していくことができる。そうした経験が日常的に繰り返されることで、子どもは、自分は必ず守ってもらえるのだという確かな見通しをもてるようになる。とされています。

よく誤解されるのはアタッチメントとスキンシップです。くっつくことは同じでもアタッチメントはネガティブな感情に結びついたくっつきであり、楽しくもっと遊んで欲しくてくっつくというのではないのです。

アタッチメントは、恐れ、不安、といった子どもの感情が崩れた時に、大人がしっかりとそれを受け止めて、安心感を与えて気持ちを落ち着かせることなのです。

アタッチメント理論では、親や保育者などの養育者は、小さな子どもにとって「安心の基地」あるいは「安全な避難所」としてあるべきだといわれています。

「安全の避難所」とは、子どもはいろいろなことに興味を持ち探索や冒険の最中に、遊び疲れしたり、何かにつかかって痛い思いをしたり、知らない人に出会ってびっくりしたり、自分の思い通りにならなかったりして、恐れや不安といったネガティブな感情が生じたときに、子どもは、行けば必ず慰めてもらえるはずの「安全な避難所」に一目散に駆け込もうとします。

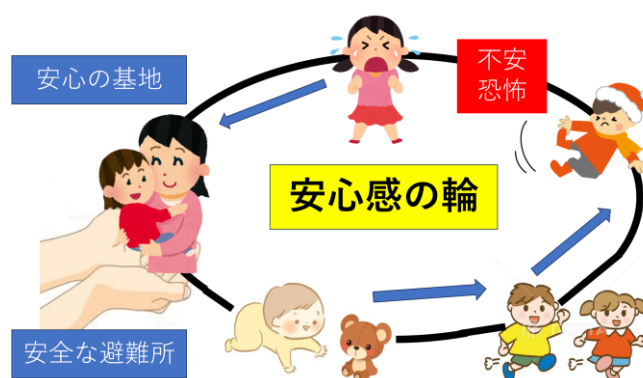
「安心の基地」とは、養育者にしっかりとくっつき安心感を取り戻し、感情の燃料補給を済ませると、再び養育者を「安心の基地」として勇敢に外界へと出て行こうとします。

この繰り返しを「安心感の輪」といわれています。子育てや保育の基本は「安心感の輪」を子どもに経験させることです。

発達心理学者の遠藤利彦さんは、その時に大切なことは、先回りして子どもがいやな思いをしなくて済むようにすることではなく、子どもの自律的な活動を背後から温かく「見守る」こと、そして「応援する」こと（＝「安心の基地」としての役割）、しかし、子どもが恐れや不安などのシグナルを送ってきたり、自ら駆け戻ってきたりした時には、今度は可能な限り、その気持ちに「寄り添う」こと、そしてその崩れた感情をしっかりと元通りに「立て直す」こと（＝「安全な避難所」として役割）と述べています。

ついつい大人は「転ばぬ先の杖」のように子どもに失敗させまいと先回りをしてしまうことがあります。そのことは決して子どものためになっていないということを私たちは認識しなければなりません。

子どもたちは、本来、自分で学ぼうとする力を持っています。自分で学ぼうとする気持ちは、つまりは好奇心でありその子のあるべき姿です。それを無理に抑制したり、子どもの行動を制限することなく、見守ることが大切ということを皆さんと共有したいと思います。



1)日本赤ちゃん学協会編集 遠藤俊彦他著『赤ちゃん学で理解する乳児の発達と保育第3巻 言葉・非認知的な心・学ぶ力』中央法規、2019