

# 「愛着」の視点を支援とかがかりに

● 第1回 ●

## 「愛着」という視点から 見えてくるもの



和歌山大学教育学部教授

米澤 好史

よねざわ よしふみ 赤ちゃんから大人までのトータルな発達支援と現場主義をモットーに、学校園所等のこどもの現場に直接出向いて助言・支援しています。

### 増える「気になる子」「指導困難な子」

最近、年を追うごとに、保育所、幼稚園、学校で、そして、家庭で、「どうして、こんなことをするんだろう?」「今までのかかり方では、余計、その行動の問題が増えてしまう」「強く注意・指導すると、大暴れして止まらない」「どのようにかかわればいいかわからない」と感じられるこどもたちが急激に増えています。まさに、「気になる子」「指導困難な子」「かかわり方がわからない子」の増加現象です。

筆者は、保育所、幼稚園、小学校、学童保育、中学校、高等学校、特別支援学校、児童福祉施設、医療施設等の保育など教育・福祉の現場に出かけ、こうしたこどもたちへの支援のアドバイスに駆け廻っています。今回、一年間の連載の機会をいただき、このようなこどもたちをどのように理解し、どんな支援をしていけばいいのかを丁寧にお伝えしたい、そのことで、現場の先生方やこどもにかかわる人たちの支えになりたいと思っています。

### 「愛着障害」「愛着の問題を抱えるこども」という視点

こうしたこどもたちを正しく理解し、支援するために必要なのが、「愛着障害」「愛着の問題を抱えるこども」という視点なのです。愛着障害という視点は、専門家の中にもまだまだ共有

されておらず、そのことが、現場で子どもとかわり支援しておられる方々の混乱とご苦労を増幅しているという現状があります。

それは、「学校では発達障害とよく似た行動をしているが、家では問題ないとして受診してくれない」「発達障害との診断があり、研修等で学んだ支援をしているが効果がなく、改善が見られない」「発達障害が疑われたので受診したが、発達障害ではないと診断されたので、どうしていいか途方に暮れている」という現場の先生方の声に現れています。

今、現場で起こっているいちばん残念なことは、「愛着障害を発達障害と誤解して、発達障害への支援をしても改善せず、徒労感だけが残ってしまふ」「気になる子どもへの対応に苦慮して専門家につないでも、発達障害とは認定されず途方に暮れる」「愛着の問題に気づいていても、それは親子の問題。もう子どもがこの年齢では手遅れと誤解して、できることはない諦めてしまふ」、あるいは「愛着の問題を愛情不足と誤解して、愛情を注ぐことにかえって行動の問題を増幅し、余計、疲弊してしまふ」等の現象です。

このような現象に接しところが痛むと同時に、子どもとかわるすべての人が、正しく愛着障害を理解し、その支援をしていただくことが大切だという思いを強くしています。

どうしてこのようなことが起こるのでしょうか。それは、心理・医療の専門家が、子どもが実際の生活をしている現場に赴かず、診療室やカウンセリングルームで子どもをちょっと見て、

あるいは、単に心理検査や発達検査だけをして、親の訴えだけを聞いて、診断・判断してしまうからです。

愛着障害は、生活の現場で子どもがどのように行動するのか、その感情の発達の状態とともにしっかりと観察しないと見えてきません。そして、その愛着修復支援も、数か月に一回から数回の診療やカウンセリング、心理療法で修復できるものではないのです。また、愛着障害に対する誤解が診断や理解を躊躇させ、その支援を妨げるといふことも起こっています。正しく愛着障害を理解し、支援していく必要性を痛感しています。

### 「親子関係ウソ・ホントクイズ」

愛着障害を正しく理解するには、そもそも、愛着とは何なのかの説明から始める必要があります。「愛着？ 知ってるよ、親子関係のことだね！」とおっしゃる方も多いのですが、これがそもそも誤解です。

愛着について正しく理解していただくために、筆者がつくった「親子関係ウソ・ホントクイズ」(米澤、二〇一五)を紹介します。今回、紹介するにあたり、少し文言を修正・改訂し、よりわかりやすくしました。

まずは、次ページのクイズにチャレンジしてみてください。正しいと思うものには、括弧内に「○」を、間違いだと思ふものには「×」をつけてください。

\*

- ① ( ) 落ち着きのない子どもには、「動き回ってはいけません」とその都度、しっかりと叱ると、落ち着いてくれる。
- ② ( ) 人間関係に問題を抱える子どもは、できるだけ早く子ども集団に入れて、集団に慣れさせたほうがいい。
- ③ ( ) 子どもが非行に走りやすいかどうかは、母親が就労しているか、両親がそろっているか、家庭の貧困と関係ある。
- ④ ( ) 親が子どもと一緒にいる時間が長いほど、子どもには、いい影響を与える。
- ⑤ ( ) 就労している母親をもつ子どもは、それを不満に思ったり、寂しがっている。
- ⑥ ( ) 親として不適切なかかわりをしなければ、子どもの問題行動は生じない。
- ⑦ ( ) 母親の育児不安は、父親が子育てに参加しているほど、起こりにくく、参加していないほど起こりやすい。
- ⑧ ( ) 親は自分が自分の親に育てられたようにしか、子どもを育てられない。
- ⑨ ( ) 子どもの社会的発達や探索心に影響を与えるのは、父親のほうである。
- ⑩ ( ) 生後1歳6か月くらいまでの育てられ方の影響は、非常に強く、大きくなってからそれを取り返すことはできない。

いかがでしたか。

正解を申し上げましょう。お気づきの方も多いと思いますが、正解はすべて「×」です。どうしてもすべて間違いなのか、項を改めて、解説してみます。

### 愛着障害を意識することの大切さ

クイズ①の答えがもし「○」で、子どもを叱れば落ち着いてくれるのであれば、誰も困らず、筆者も学校園所の現場に呼ばれることはないでしょう。

ここで留意していただきたいのは、愛着障害、愛着に問題がある子どもを叱ると、よくないことが起こりやすいということです。この連載を通して、愛着障害のこどものタイプをいくつか紹介しますが、あるタイプの愛着障害のこどもは、その行動を止めさせようとしてよく叱られるのですが、それは逆効果で、叱れば叱るほど、その行動が増えてしまいます。また別のタイプの愛着障害のこどもでは、叱ると人間関係が切れてしまい、以後一切、かかわりを拒否されてしまうことがあります。あるいは、叱ると大暴れが始まり、泣き叫び、物を投げる等がなかなか納まらず、止めようとすればするほど、その大暴れは止まらなくなってしまうタイプの愛着障害のこどももいます。いずれの場合でも、叱るといふ対応は不適切なのです。

また、クイズ②のように、親子関係がうまくいかないと感じられた親御さんが、「そうだ！ こどもを保育所に入れよう！

そうすれば、同じ年齢の子どもがたくさんいる集団で馴染んで、人間関係の問題をクリアできる！」とよくお考えになるパターンがあります。このような相談を直接、筆者がいただいた場合は、それは期待できないことをお伝えします。「どうしても保育所に」とご希望される場合は、加配の保育士の先生に「対一の対応をしていただける体制をお願いします」。

また、人間関係の支援のために、安易にクラブやサークルに入ることを勧めるアドバイスにもよく接しますが、これも不適切です。なぜなら、人間関係は、集団にぼーんと放り込むことで育まれるものではなく、「対一」「一人と一人」の関係から築いていくものだからです。

愛着の問題は、「対一」になると案外、落ち着いてくれるのに、「対多」の場面の授業や集団活動では、問題が起きやすい」という先生方のお気づきに象徴されるように、「対多」で起きやすく、「対一」の支援こそが必要なのです。このことは、「教師1対1」の場面だけでなく、「子ども1対教師多」という場面でも愛着の問題が起りやすいことをのちのちご紹介したいと思います。

### 物理的環境と心理的環境の違い

クイズ③と④については、子どものこころの発達に影響を与えるのは物理的環境そのものではなく、心理的環境であることを強調したいと思います。母親が働くこと子どもが非行に走りや

すいのなら、誰も女性は働けなくなり、男女共同参画の世の中に逆行することになります（筆者は男女共同参画推進の行政委員でもありますので、女性の社会参画を妨げる言動には絶対反対です）。母親が働いているだけで、子どもに悪影響を与えると非難したり、ひとり親のご家庭のお子さんに偏見を持っている人がいたりします。これは明らかに間違いです。

また、昨今、問題になっている家庭の貧困の問題ですが、もちろん、子ども食堂などの支援が必要のように、食べていけない等の問題にはきちんと行政・福祉の支援が必要です。しかし、家庭が貧困だから子どもが問題を起こしやすいとか、非行に走りやすいというのは偏見にすぎず、間違いです。「母親が働く」「ひとり親家庭」「貧困」というのは物理的環境にすぎず、それが直ちに子どものこころに影響するわけではないのです。子どものこころに影響するのは、心理的環境です。

クイズ④では、親が子どもと一緒にいる時間が長いということとは、物理的環境としては適切かもしれませんが、しかし、一緒にいても、親は携帯ゲームやインターネットに夢中で、子どもはゲームをしているという状態だとしたら、親子でやりとりもなく、心理的環境は貧弱だといえます。子どもの心理的環境に影響を与える親のかかわりとして特に大切なのは、モニタリング機能です。モニタリングとは、親が、子どもが今、何を欲しがっているか、何を困っているか、どんな思いであるかを知ろうとしていること、どれだけ知っているかです。これが大切なのです。

実は、非行に走りやすい子どもの特性に「仲間志向性」が高いことが指摘されています。仲間志向性とは、友達や知り合いから何かに「行こう！」と誘われると、それがよくないことかもしれない、行かないほうがいいかもしれないと思っても、何にでもつい行ってしまふ、従ってしまう傾向を言います。なぜ、「よくないことかな」と思いつつ、誘われると断れないのか。それは、こどもの側から言うと「親に期待できない」「親が当てにならない」、親の側から言うと「こどもの気持ちを察知していない」「モニタリングできていない」、すなわち愛着形成が不十分だからなのです。

例えば、母親が働いていることは単なる物理的環境ですから、直ちに問題は生じません。そのことを「こどもが寂しい」と思うことは、心理的環境ですが、たいていの場合、それだけでは問題が起らないのです。こころの問題につながるのは、「こどもがお母さんが働いていることを寂しがっていることに、母親自身が気づかない」というモニタリングの問題が生じた場合なのです。こどものこころに気を配り、察知することは、家庭園所でも学校でも、とても大切なことなのです。

クイズ⑤がなぜ「×」が正解かというと、たいていの調査では、こどもに母親の就労について問うと「賛成」との答えが多からずです。しかし、この表面的な答えをそのまま受け取るわけにはいきません。こどもは、親のすることを、最初は必ず肯定的に「それでいいんだ」と受け入れようとするものです。でも、こころの底では、少し寂しいのです。それを抑えて、「賛成

だよ」と言っている健気さに共感することが真のモニタリングです。そうしないと、「寂しさを我慢してお母さんを応援しているのに、その気持ちをわかってくれない」という思いが生まれてしまうかもしれません。こうした寂しさは、「お母さんは、寂しいけどお母さんが働くことを応援してくれようとしているあなたの気持ち、わかっているよ、その気持ち嬉しいよ！」と抱きしめることで氷解することでしょう。

### 支援とその受け止め方の違い

クイズ⑥と⑦は、よくある「別に不適切なかわりをしていないのに問題が起るなんて……」「こんなにかかわっているのに効果が出ない」という現場での声に対応して作成したものです。実際、愛着の問題は、特に親が虐待、もしくはそこまできななければ不適切なかわりをしていない場合でも、多く起こっています。「不適切なかわり」をする・しない、逆に、「適切なかかわり」をしている・していないで、直ちに、こどもへの支援の効果を判定することはできないのです。特に、愛着の問題の視点ではこの点が重要です。

そのことがいちばんわかりやすい現象にスポットを当てたのが、クイズ⑦です。母親の育児不安、子育て不安は、パートナーの父親の子育て参加の状態とは関係ないのです。つまり、父親がいくら頑張っても、育児不安になる母親はたくさんいます。逆に、父親が子育てにまったく参加し

ていなくても、育児不安にならない母親もたくさんいるのです。では、母親の育児不安は何と関係しているのでしょうか。

母親が育児不安になるかならないかは、母親自身が、「うちのお父さんは育児に参加してくれている」と感じているかどうかによって決まるのです。つまり、父親が実際は育児にたくさん参加していても「うちのお父さんはだめだ、全然、やってくれない！」と思ってしまう母親は育児不安になりやすく、父親が全然育児にかかわっていても「うちのお父さんは、帰宅したとき、ひと言、声をかけてくれる、それでいい！」と思える母親は育児不安にならないのです。

そう、人間とはこういう心理的な生きものなのです。「どうかかわったか」が問題なのではなく、かわられた側が、こどもが、「しっかりとかわってもらった」と感じるかどうかが重要なのです。支援の効果は、支援の内容ではなく、支援の受け止め方で評価されるものなのです。

だからこそ、筆者は、愛着の問題を抱えるこどもには、どんな支援、どんなかわりが効果的なのか、こどもが受け止めてくれるのか、どんなかわりはいくらやっても効果がなかったり逆効果なのかの効果評価を大切に支援をしてきたのです。

## 愛着の世代間伝達は起るのか？

クイズ⑧は、愛着の問題の世代間伝達に関係するクイズです。よく、「虐待をしてしまう親は、自分自身も自分の親に虐待され

ている」とか、「自分が自分の親にされたことを、ついこどもにもしてしまう（されたからしない、という逆の対応も含めて）」として、愛着の世代間伝達の存在が指摘されています。筆者も、そのように感じる事例に多く出会い、世代間伝達を信じたくなることがありました。しかし、調査研究してみると、筆者は、世代間伝達は自動的には起こっていないことを発見したのです（米澤、二〇一五）。自分の親に安定愛着的にかかわられた親は自立しており世代間伝達から自由であり、かわり不十分、回避的にかかわられた親も影響は少ないのです。支配的に統制され不信感を感じた親が、いちばん世代間伝達の特徴を持っているということがわかりました。

しかし、それもまた自動的なものではありません。親がこどもを育てるとき、自身の親（こどもにとっては祖父母）がもう一度影響を与え、子育てに関して「こうしろ」「こうしてはいけない」と指示して親を傷つける、あるいは傷つけられると脅威に感じるこどもがいちばん強く媒介していたのです。

クイズ⑨⑩は、愛着形成とは何をしてきたことなのか、愛着修復とは何をしていくことなのかという内容と関係するものなので、その解説は「愛着とは何か」、その機能の解説をする次回に譲りたいと思います。

### 引用文献

米澤好史（二〇一五）『愛情の器』モデルに基づく愛着修復プログラム―発達障害・愛着障害 現場で正しくこどもを理解し、こどもに合った支援をする』福村出版