



6月号のつづき

たんぽぽ

八代市教育サポートセンター
子ども支援相談室だより
令和6年 7月号
文責 古杉 敬子

子育てとアタッチメント（愛着関係）

■アタッチメントとは・・・

アタッチメントの元来の意味は、英語の「アタッチ」(attach)でくっつくということです。

アタッチメントとは、ネガティブな感情に結びついたくっつきです。ただ単に肌と肌がくっついて気持ちがいいというスキンシップとは違います。また、ただ抱っこしてあげればいいというようなことでもありません。怖い思いや不安な思い、あるいは子供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、気持ちを立て直し、そして安心感を与えるということです。

具体的に言うと小さい子供にとって、ちょっと転んで痛い思いをしたり、ほんの短い時間でも部屋に一人置いていかれたり、あるいは初めての人に会うというような場面では、怖い思いをしたり不安を感じたりすることがあります。子供は恐がったり不安がったりすると、すぐに身近にいる親（養育者）や保育者などに泣きながら、駆け寄ります。そして、くっつくことで、その恐れや不安の感情から立ち直り、元の状態に戻ることができます。



子供がまだ小さい場合には、抱っこなどの肌と肌の触れ合いがもっとも効果的なのは言うまでもありませんが、たとえ抱っこがなくても、大人はやさしいまなざしや温かな表情、声、言葉かけ、そして、子供の話をしっかり聴こう、子供のことをわかろうとする姿勢で子供に安心感を与えます。

このように子供が大きくなるにつれて、安心感は、身体的なつながりから、心理的なつながりへと強くなっていきます。

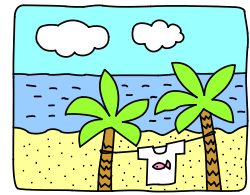
そして、怖い時や不安な時に人と身体的および心理的にくっついて、心が安心したという経験は、子供の自信と自律性にもつながっていきます。

まさしく、親（養育者）は、「安全基地」の役割を果たします。「安全基地」は、飛行機が飛び立つときの飛行場のような役割を果たす大切なものです。しかも、「安全基地」は、いざというときの子供の避難場所にもなります。困ったとき不安なときは助けてもらえるので、子供は安心して外に向かって行動ができます。

反対に、親（養育者）が「安全基地」として十分機能していないと、子供は安心して外に向かって出かけて行動する「探索行動」ができません。

「探索行動」とは、人から言われなくても、自分から進んでいこうという性質のものです。

幼児期、児童期、青年期と成長するにつれ、「探索行動」の範囲は、少しずつ広がっていきます。学校へ登校し、学校生活を送ることも「探索行動」の一つなのです。



■不登校解決にもつながる安定したアタッチメント（愛着関係）

不登校の対応をしていくとき、不登校という問題自体を改善しようとするより、まず優先されるのは、アタッチメント（愛着関係）の安定化です。

不登校は、心の問題です。多くは、不登校という問題自体に目を奪われ、何とかしようと必死になるあまり、子供は、ますます傷つき、結果的に問題がこじれてしまう場合があります。

不登校のすべてが、アタッチメント（愛着関係）の不安定さがきっかけというものではありません。しかし、不登校の解決を図っていく場合には大いに参考になり、不登校の解決につなげていこうと多くの実践がされています。



☆アタッチメント（愛着関係）が安定してくると・・・

- ・・・子供の心が安定し、「安心と安全」を感じ取ることができるようになる。
- すると、集団や社会と健全に関わっていこうとする「探索行動」がはたらき始める。
- そして、「探索行動」（学校に行こう）につながる。

まずは、ありのままの子供（不登校状態）を受け入れ、否定することなく、アタッチメント（子供の不安をしっかりと受け止め安心感を与え、子供の話をしっかりと聴く、子供のことをわかろうとする姿勢）を意識して、子供に安心・安全を感じ取らせるような対応を是非やってほしいと思います。アタッチメントは、不登校の子供に限らず、みんなが実践してほしい内容です。

子供に関わる周りの大人（家庭、学校等）は、常に安心・安全な場所づくりを意識しましょう。

出典：「入門アタッチメント理論 遠藤利彦著」



子育て相談（不登校など）

●相談方法

- ・電話 0965-33-6145（相談室直通）
- ・メール kodomo-sien@yatsushiro.jp
（または、右のQRコードから）
- ・面談 やつしろ子ども支援相談室
（八代市役所4階教育サポートセンター内）



- 相談時間 月～金曜日 午前9時～午後2時

