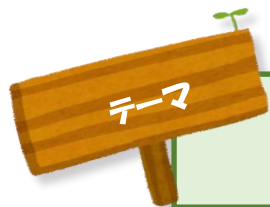




わくわくひろば

やまなし幼児教育センター 2024年3月発行 NO.4



愛着(アタッチメント)って何？

愛着って愛情のこと？

育児雑誌や子育てのネット記事で目にすることが多い「愛着」という言葉。日常でも使われる言葉のため、「愛情」とほぼ同じような意味で理解している方々も多くいらっしゃいます。

しかし、実は、愛着とは、アタッチメント(attachment)という発達心理学の専門用語です。令和5年12月にこども家庭庁が発表した、子育てや保育に携わるすべての人に理解してほしい「はじめの100か月の育ちビジョン」では、愛着(アタッチメント)を、「不安な時などに身近なおとなが寄り添うこと

や、安心感をもたらす経験の繰り返しにより、安心の土台を獲得すること」と説明しています。

怖いことや心配なことが起きた時、信頼している大人にくっつき(attach=くっつく)、安心する



山梨大学教育学部附属幼稚園
若本純子先生に聞いてみた！

ことで、つらい気持ちから立ち直る。これがアタッチメントの基本的な役割です。

ストレスやつらい出来事などで気持ちが落ち込むことは、大人でもありますよね。その時に、「自分で自分をなだめてあげる」「自分で自分の機嫌をとる」ことができるのは、生きていくための大切なスキルです。乳幼児期は、そのための土台づくりを、自分のことを大切に世話してくれる保護者や保育者と一緒に行っていく時期なのです。



アタッチメントを育むにはどうすればいいの？

ポイント① 子どものシグナルをキャッチしよう！

では、アタッチメントを健やかに育むために、保護者や保育者は、どういったことに気をつけながら、子どもたちにかかわればいいのでしょうか。

ポイントの1つめは、子どもが発信するシグナルに気付き、読み取ることです。子どもたちは、いろいろなシグナルを発信しています。表情、体の動き、泣きの強弱、声の大きさなどなど。言葉がまだない子どもたちは、これらのシグナルを使って、自分の気持ちを伝えようとしています。しっかり目を向け、耳を傾けてみてください。そして、子どもの気持ちを想像してみましよう。間違いなんて気にしないで。子どもの気持ちを読み取ろうとして、子どもに寄り添おうとしている姿。それだけで、子どもは少しだけ安心できるのですから。



ポイント② 子どもの不安な気持ちに寄り添った言葉と表情で、かかわろう！

ポイントの2つめは、読み取った子どもの気持ちに見合った言葉、表情、態度、行動でかかわることです。

たとえば、子どもが大きな犬を見て、泣きながらくっついてきたら、どう対応すればいいでしょう。慰めるつもりで、「ただの犬でしょ？」と無表情で言うなどして、つい、子どもの気持ちを否定してしまっていないか？

子どもは怖くて泣いているので、「怖かったね～」と言いながら、「守ってあげるから大丈夫。安心して」という気持ちをこめて、ぎゅっと抱きしめましょう。同じように守ってもらい、安心して経験を繰り返す中で、子どもの中には、「何か怖いことがあっても、きっと助けてもらえる。だから大丈夫」というイメージが根付いていき、自分だけで気持ちを立て直せるようになっていくのです。

アタッチメントは健やかな育ちの土台

この、子どもが不安などを感じた時に、身近な大人から温かく受けとめられ、子どもが安心して感情を立て直すことができるのは、「安全の避難所*」と呼ばれる役割です。

一方、子どもは「安全だ、安心できる」と実感すると、まわりの世界に対する好奇心や興味が出てきて、探索行動を始めます。これを保護者が励まし、見守ることで、子どもの自発的な遊びや活動を支えるのが「安心の基地*」の役割です。特に**重要なのは、子どもが求めてこないうちは、距離を置いて見守る**ということです。それがあがることで、子どもは自由に、自分らしく、やりたいことに取り組みます。子どもが振り返って、「ぼく、わたし、すごいでしょ！」と自慢してきたら、笑顔で、存分にほめてあげましょう。



出典：山梨大学教育学部附属幼稚園令和5年度第2回公開保育資料を一部変更

上の図は、下側がアタッチメントの「安全な避難所」ルート、上側が「安心の基地」ルートを示しています。これらはつながった輪で、両方の役割がうまく回っていくことで、子どもの心身の成長がもたらされます。まさに、アタッチメントは、健やかな育ちの土台なのです。

※ 遠藤利彦(2017)『赤ちゃんの発達とアタッチメント：乳児保育で大切にしたいこと』ひとなる書房

やまなし幼児教育センター

「やまなし幼児教育センター」は、県内すべての子どもたちの健やかな成長を願い、山梨の幼児教育の質を充実・向上させるため、主に幼児教育に携わる先生や小学校の先生を対象に研修を行っています。また、幼児教育に関わる内容の調査・研究も行っています。保護者の皆様には、「わくわくひろば」を通じて、幼児教育について発信していきます。

甲府市武田4-4-37（山梨大学J号館内）
Tel 055-220-8143



やまなし幼児教育センター

YECDEC