

【研究ノート】

こども園における乳児期の愛着形成

森 優子*・麻 理恵*
久留島彩織**・岡 みゆき*

要旨

乳児期の愛着について学んだ。愛着形成がうまくいかなかった場合には愛着障害がおこることも理解し愛着形成の重要性を知った。保育者が乳児を養育する現場で感じている課題をあげてもらい、その方策を考えるため「保育を学ぶ学生」と「保育者」の考えを比較するアンケート調査を行った。その結果を考察していく。

キーワード：愛着形成 養育者 愛着障害 情緒 スキンシップ

はじめに

愛着とは、子どもが特定の人との間に作る情緒的な結びつきのことである。子どもが不安な時に親や身近にいる信頼できる人にくっつき安心しようとする行動を愛着行動という。愛着形成は、新生児が生きていくために重要な親や養育者との信頼関係を築くことであり、子どもの人間に対する基本的信頼感や自己肯定感、社会性の発達に重要な役割を果たすといわれている。愛着の形成は、生後6～7ヵ月頃から始まり、抱っこや手を繋ぐなどの接触を通して親や身近な養育者との親密な関係が構築される。これらを愛着形成という。

愛着形成の理論は、心理学者であり精神分析学者でもあるジョン・ボウルビー (John Bowlby, 1907-1990) が唱えた愛着理論 (attachment theory) によって確立された。ボウルビーによる愛着理論では「新生児は、生きていくために重要な養育者との信頼関係を築くことが必要であり、その信頼関係が形成されることで、子どもは安心感や自己肯定感を得ることができる」「子供は社会的、精神的発達を正常に行うために、少なくとも一人の養育者と親密な関係を維持しなければならず、それが無ければ、子供は社会的、心理学的な問題を抱えるようになる」(愛着行動, 1969) と述べられている。乳幼児の場合、特定の大人から継続的に愛され、

*大谷さやまこども園

**福岡女子短期大学

大切にされることで深まる情緒的な絆は、子どもが生きる上で必要なだけでなく、人間性の発達にも大きく関わりとされている。愛着が深まり、情緒が安定することで人への信頼感が育まれることから、乳幼児期の発達における親や養育者との愛着の形成は重要だと考える。

愛着形成は、子どもが生きるための手段でもあり、赤ちゃんは誰かに自分を守ってもらわなければ生きていけない、生命維持のためにも愛着形成が必要である。子どもは、生後半年くらいになると、自分のお世話をしてくれる養育者を理解できるようになり、徐々に親や養育者との愛着を深めるようになる。2歳ごろには愛着形成がほぼ完成し、3歳以降になるとアタッチメントの対象が内在化し愛着行動は徐々に減少するとされている。

愛着行動には、発信行動、定位行動、接近行動の3つがある。これらの行動は、子どもが愛着を持っている対象に自分を守ってもらうために見せる本能的な行動であるといわれる。

一方で、親や養育者が赤ちゃんに愛着を持つことができなければ、赤ちゃんは順調に育たない可能性も示唆されている。脳研究に取り組む小児精神科医である友田は「子どもの脳を傷つける親たち」(2017)で子どもの心と身体の成長・発達を妨げる不適切な療育(マルトリートメント)が子どもの脳を物理的に傷つけ、学習欲の低下や非行、うつや統合失調症などの病を引き起こすことが明らかになってきたと述べている。友田は科学的見地からも子どもの脳を傷つきから守る方法、健全なこころの発達に不可欠である愛着形成の重要性を説いている。ヒトを含む霊長類の発達行動学を推進してきた根ヶ山は、母子関係に限らず、個体の関係にはすべからず個体間が引きつけ合う「求心性」と離れようとする「遠心性」が認められると示唆している。愛着理論は、求心性のみが強調されるバランスを欠いた母子関係を理想化してしまったと批判している(根ヶ山, 2021)。そのような考えも認識しておくべきだと考える。愛着形成は、子どもの心の成長に大きく影響を与える重要な要素であり、子育てにおいても取り組むべきポイントであると考えられる。近年の社会的な変化である両親共働き・女性の社会進出と親と子が離れて暮らす時間を多くしている。そのような状況もあるなかで、日本でも1990年以降、子ども虐待が増加するにつれて愛着形成や愛着障害への関心が高まってきた(杉山, 2018)とされている。著者らの勤務するこども園においても保育現場で愛着形成が重要だとされている時期の乳児らを前に、保育者が日々迷いながら悩みながら保育を進めている姿が見られる。保育現場でも愛着形成を重要な子育ての要素としてとらえ充実させたいと考えている。子どもの愛着行動をしっかりと、とらえられる知識や寛容さを持つことが大事だと感じている。

愛着理論

愛着理論は、精神科医のジョン・ボウルビイ(1907-1999)によって提唱された概念である。

愛着を意味する「アタッチメント (attachment)」から、アタッチメント理論とも呼ばれる。ボウルビィは、「母親 (養育者) の世話・養育を求める乳幼児の行動」を愛着行動と名づけ、この概念は、発達心理学において重要な役割を果たしていると言われる。

愛着行動は、以下の3つのパターンに分けられ

1. 発信行動: 泣く、笑う、声を出すなど。
2. 定位行動: 目で追う、接近するなど。
3. 接触行動: 抱きつく、よじ登るなど。

第1段階 (生まれてから生後12週ごろまで): 発信行動と定位行動が見られ、養育者との区別はしていない。

第2段階 (生後12週から6ヶ月ごろまで): 特定の人と他の人を区別し、養育者に対して積極的な愛着行動を示す。

第3段階 (生後6ヶ月から2、3歳ごろまで): 養育者を安全基地にして周囲を探索し、知っている人と見知らぬ人を区別する。

第4段階 (3歳以降): アタッチメントの対象が内在化され、愛着行動が徐々に減少する。

愛着行動を通じて、子どもは「内的作業モデル」を構築する。内的作業モデルとは、子どもは愛着行動を通して、「養育者から安心感や愛護感を得られる」ということを学び人間関係の形成や心の安定に影響を与え、生涯にわたって持続すると言われる。

愛着理論は、アメリカの心理学者ハリー・ハーロウ (1905-1981) のアカゲザルを用いた愛着形成の研究「代理母実験」がある。針金製と布製の代理母模型を用意して、子ザルがどちらを選ぶのか調査した実験である。この実験結果から、接触 (スキンシップ) による安心感が愛着形成に大きく関わっていることが示されている。

アタッチメントを測定するためにアメリカの心理学者エインズワース (1913-1999) が開発した観察法「ストレンジ・シチュエーション法」では、乳幼児の愛着行動を母親との分離と再会場面での子どもの様子で測定し、4つのアタッチメントパターンを発見している。

A タイプ: 回避型 (avoidant)

母親と離れても、ほとんど泣いたり混乱したりをする事がない。母親との再会時には、母親から目を逸らすなど母親を避けようとする。母親を安全基地として部屋を探索するというよりも、母親の存在がないかのように自由に振る舞う事が多い。

Aタイプの子どもの母親は、子どもからの働きかけに対して拒否的に振る舞うことが多いとされ、子どもに対して微笑んだり身体接触をしたりする事も少なく、子どもが苦痛を示した時にむしろ子どもを遠ざける事もある。

B タイプ：安定型 (secure)

母親と離れる時に多少泣いたり混乱をするものの、母親が戻ってくると抱き付いたりしてすぐに気持ちを落ち着ける事ができる。母親を安全基地として、積極的に遊ぶ事ができる。

Bタイプの子どもの母親は、子どもの欲求などに敏感で、子どもに対して無理な働きかけをする事が少ない。子どもとのやり取りも平和的で、遊びや身体接触を楽しむ。

C タイプ：アンビバレント型 (ambivalent)

母親と離れる時に強い不安や混乱が見られる。母親が戻ってきても、怒りながら母親を叩くなどネガティブな感情の切り替えがなかなかできない。母親を安全基地として自由に遊ぶ事が苦手で、常に母親の側にしようとする傾向がある。

Cタイプの子どもの母親は、子どもとの関わりはあるが、それは子どもの欲求に応じたものというよりは母親の都合に合わせたものである事が多いとされている。そのため、子どもからの働きかけに対する反応がずれることが多く見られる。

D タイプ：無秩序・無方向型 (disorganized/disoriented)

Dタイプはエインズワースの初期の実験にはなくその後見出されたタイプである。戻ってきた母親に対して顔を背けながら近づいたり、母親にしがみついた直後に床に倒れ込んだりといった本来なら両立しにくい行動を同時に取るとされる。また、虚な表情のままじっと動かなくなってしまう事もあり、何をしたいのかが読み取りにくい。さらに母親に対して怯える様子を見せる事もあり、逆にストレンジャーに対して親しげな態度を取ることがある。

Dタイプの子どもの母親は、抑うつ傾向が高く精神的に不安であり、子どもへの虐待が見られる事が多いとされている。ストレスに対して極めて脆弱で、情緒的に引きこもりやすいタイプである。

これらの4つのタイプについては心理学的実験によっても裏付けられている。

愛着障害とは

愛着がうまく形成されなかった場合に現れる愛着障害についても述べておきたい。愛着障害は、幼少期の愛着形成に問題を抱えている状態を指す。愛着とは、幼少期に親や養育者との間に情緒的な絆が育まれていくことで、信頼関係や親や養育者の愛情を感じることができるようになることである。しかし、何らかの理由で愛着形成が上手くいかず、信頼関係や愛情を感じられないまま成長すると、対人関係や社会生活に問題を抱えやすくなると言われている。

精神科医の岡田尊司は、「愛着を土台に、その後の情緒的、認知的、行動的、社会的発達が

進んでいくからであり、その土台の部分が不安定だと、発達にも影響が出ることになる。愛着障害が発達障害と見誤られてしまうのも、一つにはそこに原因がある」(2012)と述べている。

愛着障害は、他の障害や精神疾患、高血圧、過敏性大腸症候群のリスクにも繋がる可能性があるとも言われている。幼少期の愛着形成が上手くいかなかった場合、自立心や自尊心が低くなりやすく、他者とのコミュニケーションが取りにくくなることもある。このように愛着障害は社会生活や心身の健康に影響を及ぼす可能性があることがわかる。

医学的な知見では愛着障害は反応性アタッチメント障害と脱抑制型対人交流愛着障害の2つの型があり、これらは5歳以前に発症するとされている。判断基準には親や養育者との関係性が重要な基準となっている。治療にはカウンセリングや心理療法、家族療法が用いられる。

反応性愛着障害

反応性愛着障害(RAD)は、人と目を合わせず抱きつく、養育者に近づいたり逃げたり逆らったりするなど、通常では見られない不安定で複雑な行動態様を示す愛着障害の一種である。この障害は、早期の児童期における養育者に対する通常の愛着を形成することの失敗から生じる。具体的には、不適切な養育環境によって引き起こされ、安定した養育環境に置かれるとほとんどの場合大きく改善される。この点において、発達障害とは明確に区別される。反応性愛着障害は、子どものその後に影響を与える可能性があり深刻ではあるが比較的珍しい障害とされている。治療や支援には、適切な養育者との安定した愛着形成を促進することが重要である。安全で安心な生活環境の提供と感受性のある養育者との肯定的な相互交流によって、子どもの心身の成長・発達、生活行動面の改善ができる。子どもには、適切な行動と対人関係構築をサポートするソーシャルスキルトレーニングや日常生活支援が行われることで親や養育者には肯定的な養育スキルの習得支援を行うことで親子の関係改善を図る方法が提案されている。さらに、多機関連携体制を構築して、長期的に子どもと養育者への援助・支援体制を継続することが必要である。

脱抑制型対人交流愛着障害

脱抑制型対人交流愛着障害は、アメリカ精神医学会の基準で以下のように定義されている。

特徴：

1. 見慣れない大人に対して過度に親しげに接近する行動。
 2. 言語的または身体的な行動で過度に馴れ馴れしくなり社会的規範を逸脱することがある。
 3. 遠くに離れて行った後に大人の養育者を振り返って確認することが少ない、または欠如。
- 見慣れない大人に進んでついて行こうとする傾向がある。

以上の行動の原因は重度のネグレクトが原因で、養育者に甘えたいのに甘えさせてもらえな

いため、他人に対して甘える行動に出るからであるとされている。

愛着理論は、人々の社会的・心理的発達に深く関わる重要な理論である。愛着障害を起し脱抑制型対人交流愛着障害になると、子どもがすべての状況で過剰に親しげに接近し、警戒心がなくなる特徴を持ち重度のネグレクトによって引き起こされることが多いといわれる。適切な養育環境に置かれると改善されることがあるともいわれている。治療や支援には、適切な養育者との安定した愛着形成を促進すること、安全で安心な生活環境の提供と、感受性のある養育者との肯定的な相互交流によって、子どもの心身の成長・発達、生活行動面の改善が期待できるとされている。

乳児を養育するこども園での課題

子どもが入園できるのは生後 57 日以降となっている。女性は労働基準法により出産の翌日から 57 日以上が経つまでは仕事に復帰できない。それ以降、こども園は 0 歳児で授乳が必要な子どもを預かり養育することになっている。0 歳児の設置基準で保育者は子ども 3 人につき 1 人となっている。長時間保育乳児は基本 11 時間まで園での保育を受けることができる（内閣府, 2014）。乳児といえども親と離れて暮らす時間が長くなっている。愛着形成を、しっかりと確立させるためには親だけではなく保育者も力を注がねばならないと感じている（初塚, 2010）。

そのような保育現場で 0 歳児クラスの保育者が課題を感じる点を挙げてもらい改善点を考えることにした。

1. セルフミルク

最も発育発達の著しい変化がある 0 歳児クラスは 3 人の子どもに対して保育者 1 名とされている。愛着形成の為に、授乳時は抱いてアイコンタクトをとりながら哺乳瓶で与えることが重要であると知識では理解しているが実際には 3 人の 0 歳児に理想的な授乳をすることは難しい。

双子育児などで手が回らない場合などセルフミルクという授乳方法があり哺乳瓶サポートクッションというグッズも売り出されている。クッションには哺乳瓶を入れるホルダーがついており、哺乳瓶を入れる方と枕の部分に分かれている。この 2 つはマジックテープで繋がれており枕に仰向けに寝かせ哺乳瓶ホルダーについているマジックテープで固定し授乳できる。グッズを使わずに簡単にタオルなどで高さ調整をしてセルフミルクを行うこともある。生理的欲求であるミルクでお腹いっぱいになる充足感が愛着形成の主要因ではなくむしろスキンシップ（接触）による安心感が愛着形成に大きく関わっているとハーローの代理母実験結果でも報告されている（Deborah Blum, 2014）。授乳の時間は乳児と養育者とがコミュニケーションカス

キンシップを取る大切な時間であるとするならば保育者がセルフミルクは愛着形成に悪影響があるのではないかと悩んでいる。そう思いながらも自身の負担を軽減でき、お腹をすかせている0歳児に同時に授乳できることは魅力的だとも考えているようである。

2. ベビーマッサージ

近年、よく耳にするベビーマッサージといわれる「赤ちゃんの身体に触れることで、言葉や感覚でのコミュニケーションを促進し、リラックス効果や脳神経発達にも効果がある」とされるもので愛着形成に良い効果があると言われている。Youtubeで検索すればたくさんの動画がUPされており家庭や保育現場で行われることが多くなっている。身体接触での愛着形成に効果的であると思われる。養育者との1対1の関係で行うことが原則であるが、同時に3人の発育発達の異なる乳児を担当する0歳児クラスの保育者が効果的に行うのは難しいと思われる。ベビーマッサージは愛着形成に効果的であると感じていても時間的・人的に余裕のない場合は取り入れることは難しい。

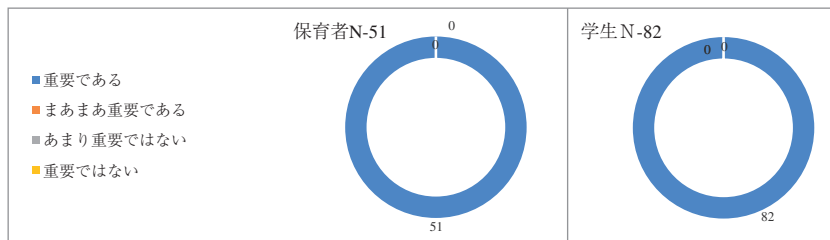
研究の目的

乳児保育に携わっている保育者から上がってきた課題の解決と保育者に愛着形成が重要であることが認知されているのかを知りたいと考えた。現在、保育を学んでいる保育者養成校の学生は新しい知識や感覚を持っていることも予想されたため、保育者と保育学生の愛着形成に対する意識の違いも調査することとした。その結果から保育現の課題に役に立つ方策を考えることを目的とした。

方法

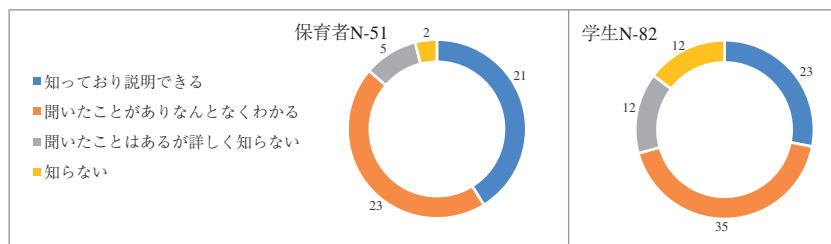
2024年1月に保育者51名、保育者を志す学生82名に対して、愛着形成に関するアンケート調査を、ICTを活用して実施した。調査の趣旨や内容を事前に対象者に説明し、同意の得られた方から回答を得た。

質問1 乳児期の愛着形成は重要だと思いますか

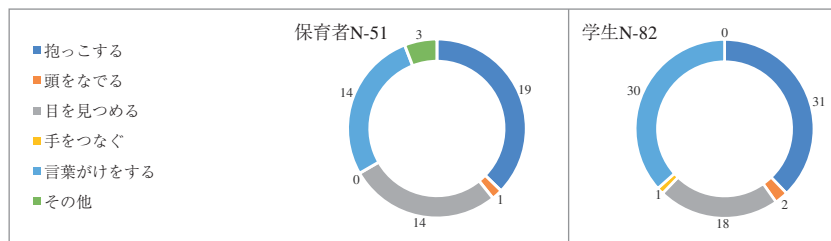


こども園における乳児期の愛着形成

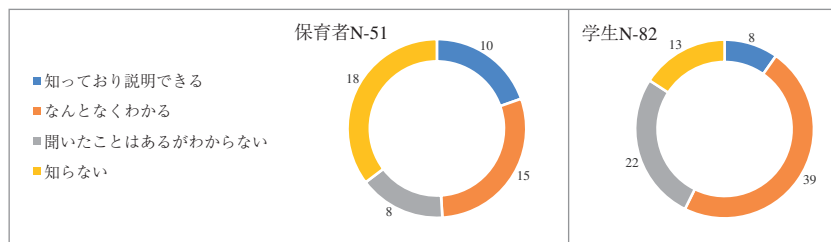
質問 2 愛着障害という言葉を知っていますか



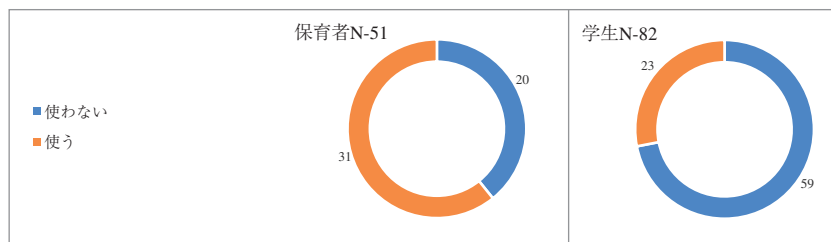
質問 3 愛着形成に必要なと思う事柄は何ですか



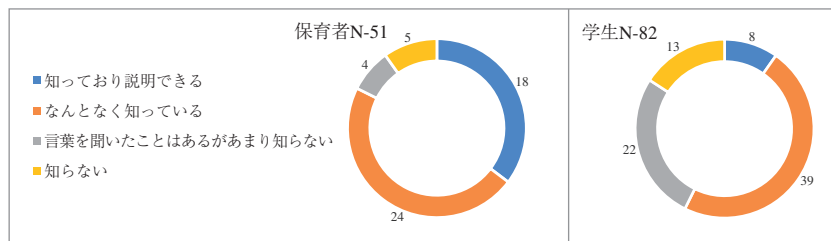
質問 4 セルフミルクという言葉を知っていますか。



質問 5 セルフミルク（赤ちゃんが自分でミルクを飲む）のための便利なグッズについて



質問 6 ベビーマッサージという言葉を知っていますか



こども園における乳児期の愛着形成

質問7 ベビーマッサージを実習したと仮定して。保育現場で行いますか 行いませんか

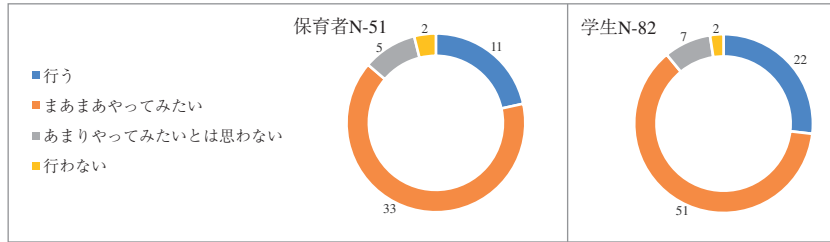


図1 アンケート結果グラフ

表1 アンケート結果 (%)

質問1: 乳児期の愛着形成は重要か				
	保育者	%	学生	%
重要である	51	100	82	100
まあまあ重要である	0	0	0	0
あまり重要ではない	0	0	0	0
重要ではない	0	0	0	0

質問2: 愛着障害という言葉を知っていますか。				
	保育者	%	学生	%
知っており説明できる	21	41	23	28
聞いたことがありなんとなくわかる	23	45	35	43
聞いたことはあるが詳しく知らない	5	10	12	15
知らない	2	4	12	15

質問3: 愛着形成に最も必要だと思う事柄は何ですか。				
	保育者	%	学生	%
抱っこする	19	37	31	38
頭をなでる	1	2	2	2
目を見つめる	14	27	18	22
手をつなぐ	0	0	1	0
言葉がけをする	14	27	30	37
その他	3	6	0	1

質問4: セルフミルクという言葉を知っていますか。				
	保育者	%	学生	%
知っており説明できる	10	20	8	10
なんとなくわかる	15	29	29	48
聞いたことはあるがわからない	8	16	9	27
知らない	18	35	36	16

質問5: 赤ちゃんが自分でミルクを飲むための便利なグッズ				
	保育者	%	学生	%
使わない	20	39	59	72
使う	31	61	23	28

質問6: ベビーマッサージという言葉を知っていますか。				
	保育者	%	学生	%
知っており説明できる	18	35	8	10
なんとなく知っている	24	47	39	48
言葉を聞いたことはあるがあまり知ら	4	8	22	27
知らない	5	10	13	16

質問7: ベビーマッサージを習得したと仮定して保育現場で行いますか。				
	保育者	%	学生	%
行う	11	22	22	27
まあまあやってみよう	33	65	51	62
あまりやってみようとは思わない	5	10	7	9
行わない	2	4	2	2

結果

保育者、学生へのアンケート調査の結果を表1、図1に示す。結果から、回答全般に保育者と学生で大きな違いをみることはなかった。質問1では、回答者全員が愛着形成は「重要である」と回答している。質問2の愛着障害については、まだ知識として定着していないと感じられる。質問3では愛着形成に最も必要だと思う事柄について、保育者、学生ともに「抱っこ」

が38%であり、次いで「言葉がけ」が保育者は27%、学生が37%であった。質問4セルフミルクの認知度は低いことが分かった。質問5のセルフミルクグッズの使用については、保育者の61%が「使いたい」と回答しているのに対し、学生の72%が「使わない」と回答しており、保育者と学生の考えに違いが見られた。質問6・質問7のベビーマッサージについては、認知度の高さが分かった。「行う」「まあまあやってみよう」を合わせると保育者は約86%、学生は約89%である。ベビーマッサージを行いたいと考えるものが多いことがわかった。

考察

回答者全員が愛着形成について「重要である」と回答していることから、愛着理論は子どもの社会的・心理的発達に深く関わる重要な理論であると保育や学生に広く理解されていることがわかった。セルフミルクについての質問では、保育者と学生の考え方に違いが見られ、現場をよく知る保育者の回答が現実的かつ実践的であった。実際に0歳児3人に対し、1人の保育者では理想的な授乳を行うことは難しく、便利で安全なグッズがあるのであれば使いたいという保育者の回答は希望が含まれていると考える。反対に学生は理論上で学習した知識としては理解し想起はできるが保守的な傾向にあると感じられた。調査前に予想していたような保育に対する新しい感覚というものは、どちらかといえば現場の保育者の方に多く見られた。ベビーマッサージに関しては、愛着形成に良い影響があることが保育者や学生に広まってきていることや、習得できたとしたら使ってみようという前向きな回答が得られた。この回答からも、新しい取り組みを現場へ導入していくことの必要性を感じた。

まとめ

子どもが健やかに成長するために、家庭においては親、こども園においては保育者との乳児期での愛着形成がとても重要であると考えられる。

実際に、毎日の0歳児との一つ一つの関わり（目を合わせての授乳、抱っこをする、オムツ交換する、あそぶ、話をする等々）が愛着形成に繋がり、信頼関係が構築していくことを実感しながら保育を行っており、今回の研究結果で、その大切さを再確認することができた。

さらに、今回のアンケート結果からも得られた「セルフミルク」「ベビーマッサージ」についても前向きに検討して保育者の負担を軽減できるように考えていきたい。しかしながら、両者ともに現実的な壁があることも事実である。「セルフミルク」については、できることならば使ってみようという意見はあるものの、先述のとおり授乳の時間は乳児と養育者とがコミュニケーションを取る大切な時間であると知識づけられていることから、保育者が愛着形成への

悪影響や安全性について悩んでいる状況にある。その影響について検討を重ねる必要性を感じる。「ベビーマッサージ」については、取り組みたいという前向きな意見が多くあるものの人的・時間的な壁があり保育現場の実情を改善しなければ導入は難しいと思える。これらの問題は、保育者が心に余裕を持たず、子どもの愛着行動を見逃してしまうなど、子どもの愛着行動を捉える寛容性とも繋がってくると考えられる。

今後は「セルフミルク」や「ベビーマッサージ」の導入について、園内で議論することや研修を行うなどの取組みを行い、実現に向けて動いていきたい。筆者らの研究分野である健康領域「幼児体育」につながるように発展させてマッサージ遊びやマッサージ体操として保育現場に普及できればと考える。

【文献】

- ジョン・ボウルビー (John Bowlby) : 「母子関係の理論 1 愛着行動」黒田実郎他訳, 岩崎学術出版社, 1977
- デボラ・ブラム (Deborah Blum) : 「愛を科学で測った男－異端の心理学者ハリー・ハーロウとサル実験の真実」藤澤隆史他 (翻訳), 白楊社, 2014
- 岡田武史 : 「発達障害と呼ばないで」幻冬舎新書, 2012
- 大林まみ : 「ママと赤ちゃんのヒーリング・ブック」PHP 研究所, 2009
- 友田朋美 : 「子どもの脳を傷つける親たち」NHK 新書, 2017
- 岡田武史 : 「発達障害と呼ばないで」幻冬舎新書, 2012
- 根ヶ山光一 : 「『子育て』のとらわれを超える : 発達行動学的「ほどほど親子」論」新曜社, 2021
- 杉山登志郎 : 「子育てで一番大切なこと」講談社, 現代新書, 2018
- 初塚真喜子 : 「アタッチメント (愛着) 理論から考える保育所保育のあり方」相愛大学人間発達学研究, 3, 1-16, 2010
- 内閣府 : 幼保連携型認定こども園の学級の編制、職員、設備及び運営に関する基準, 2014