

結婚や出産の回避をはじめとした、引きこもり、 依存症、虐待、犯罪等の愛着不全に由来する 社会問題を改善するために

—自治体の妊婦健診等の一環として行う親への啓蒙プレゼンテーション視聴の提案—

遠 藤 暢 宏*

To improve social problems derived from attachment spectrum disorders,
such as avoidance marriage and childbirth and social withdrawal,
addiction, abuse, crime, etc. :

A proposal to have parents watch an educational presentation
as part of the municipal prenatal checkup program

In recent years, there have been many social problems that stem from the instability of parent-child attachment formed in infancy, such as low birthrate, social withdrawal, addiction, abuse, crime, etc. In particular, in the problem of low birthrate, when looking at the breakdown of reasons why men and women who think “I don’t want to get married” and “I don’t need children”, it can be seen that there are more reasons derived from attachment deficiency, which prioritizes one’s own interests over connections with others, than economic reasons. Therefore, it is necessary to review the way of raising children from childhood and improve the attachment disorder. Therefore, I thought it would be effective to widely conduct the viewing of enlightenment presentations that convey the appropriate way of parenting, using the opportunities of prenatal checkups and other services that local governments are already implementing. In this presentation, I will introduce (1) the significance of attachment and the parenting environment necessary for its formation, (2) the symptoms of attachment deficiency in children and the parenting that causes it, (3) concrete support methods that show the roles of both parents in improving attachment deficiency symptoms, and (4) how to use the support methods introduced in (3) for three representative situations.

1. はじめに

昨今では、深刻な虐待やネグレクト等の問題を抱えた家庭で育った子供だけでなく、ごく普通の家庭で育った子供の場合にも、結婚や出産の回避をはじめとして、引きこもり、依存症、虐待、犯罪等、乳幼児期の子育てによって形成された親子間の愛着が不安定であることに由来する社会問題が多く見られることが指摘されている¹⁾。(本稿では、深刻な問題を抱える子供に見られる「反応性

愛着障害」に対して、一般の家庭の子供にも見られる「愛着スペクトラム障害」²⁾を研究の対象とするが、「先天性の特性」という誤解を招かないために「愛着不全」と呼ぶ)

例えば、少子化問題においては、現在未出産の20代から40代の女性会社員や次の子育て世代を担う18歳から25歳の若者が「子供はいらない」と考える理由や、少子化問題の主要因と指摘される「未婚化」³⁾の鍵を握る、現在結婚していない男女が「結婚したくない」と考える理由を見ると、何れも「子供が苦手だから」「人と一緒に住むことが負担に感じるから」「自分の自由な時間が制限

* 元小学校教師

されるから」等のような、子供や異性を含む他者との絆を尊重する“他者愛”よりも、自分の都合や利益を追求する“自己愛”を優先する「回避型」と呼ばれるタイプの愛着不全に由来する理由を挙げる人の方が、「経済的に恵まれないために出産・結婚できない」という理由を挙げる人よりも遥かに多い実態⁴が見られる。これらのことから、「回避型」愛着不全を少なくするための各家庭での教育力は、行政による経済的支援よりも遥かに重要であることが分かる。

このことから分かる通り、冒頭で挙げたような、家庭での子育てに端を発する様々な社会問題を改善するためには、親御さんに対して、子供を愛着不全にしない適切な子育ての方法を広く周知する必要がある。しかもその時期としては、子供に問題が発生する前、しかも多忙な子育てが始まる前、即ち子供を出産する前が相応しい。加えて、新しくそのための機会を創り出すよりも、既に自治体が実施している妊婦健診等の枠組みを利用して、親を一堂に集め、正しい育児情報を知らせる啓蒙プレゼンテーションを行う方が有効であると考えて（早期のうちに子供への接し方を改めれば安定した愛着に修復することができるという愛着の後天性の性質⁵をふまえれば、乳幼児健診で行っても比較的少ないリスクで安定した愛着に改善することが可能）。

2. 啓蒙プレゼンテーションの概要

本啓蒙プレゼンテーションのタイトルは、「子供に健全な一生を贈るための父母両性の働きを活かした子育ての基本」であり、以下の4章からなる。

- 第1章 愛着が子供の一生に与える影響とその形成に必要な育児環境
- 第2章 子供の二大愛着不全症状とその原因となる子育て
- 第3章 二大愛着不全に陥らないために必要な父母両性の働きとその支援方法
- 第4章 3つの生活場面に応じた父母両性の使い

分け方

視聴は原則90分間（先天性の特性であるASDやHSCについての視聴も希望する方には更に15分間）の一度だけであるが、視聴者には当日紹介するスライドと説明文とを記載した別冊資料集を配布し、帰宅後にご家族に届けて頂き、育児に対する共通理解が図られるようにする。

3. 啓蒙プレゼンテーションの詳細

《第1章 愛着が子供の一生に与える影響とその形成に必要な育児環境》

本章での内容は、子供が愛着形成の臨界期に当たる1歳半になるまでの間⁶に特に大切になるもの⁷と考える。

1歳半までに養育者から愛され安定した愛着を獲得できた子供は、その後の人生を、周囲の人間を信頼できる「基本的信頼感」や、物事をポジティブに捉えることができる「基本的安心感」に支えられて生活することができるために、余計な不安感やストレスに悩まされることが少なくなる⁷。逆に、例えば「基本的信頼感」を獲得できなかった子供は、将来的に、不信感を抱く相手を目の前にした際の防衛反応から、①相手を責めたり（暴言、暴力等）、②相手から逃げたり（別れ、転職等）、③問題を消去したり（無視、沈黙等）しやすくなるとされる⁸。

また、親との間に形成された愛着は「第二の遺伝子」とも呼ばれ、本来の遺伝子にも劣らないほど、子供の一生に渡って様々な資質（人間関係能力、自立性、ストレス耐性、感受性、知能、精神的・身体的健康、非行や犯罪、結婚や子供を持つことへの意欲、ゲーム・ギャンブル・アルコール等への依存性等）の形成に影響を及ぼす⁹。つまり、乳幼児期から親がきめ細かく世話をすれば、子供は、非行や犯罪に走ることなく、周囲の人達と温かな人間関係を保ちながら安定したキャリアを築き、愛する人と結婚し子供をもうける大人になる、ということであり、例えば少子化問題の鍵を握る結婚や出産に至るかどうかも、その人格形

成の一部であると考える。

ただし、少子化を改善するために、単に従来の子育て助言を繰り返せば良いということではない。なぜならば、結婚や出産を妨げている「回避型」愛着不全は、戦後高度経済成長期以降、現在に至るまで行われてきた子育てによって増加した愛着のスタイルである（第3章参照）ことから、いつの間にか、従来の子育ての中に「回避型」を生む接し方が含まれている可能性があるからである。つまり、今後子育ての仕方を情報発信するに当たっては、特に「回避型」が生まれる要因と、それに即した子育ての仕方を伝える必要があるが、本プレゼンテーションではそれらを示している。

更に、赤ん坊は自分に不利益な状況が生じると母親に助けてほしいと泣きわめくが、いくら泣いても母親に助けてもらえない経験ばかりが続くと、赤ん坊は「これ以上エネルギーを使い続けると自分の命が危なくなる」と察知し、自らの手で母親に対する愛着を心から消し去る「脱愛着」の段階に至るとされる¹⁰。それは、どんなに親の愛情を求めても応えてもらえないことから「どうせ親は自分の要求に応じてはくれない」「期待する（泣く）だけ無駄」と“諦める”心理状態である¹¹。そういう子供達は、その後「あまり泣かなくて育てやすい子」と誤解されてしまう場合がある¹²。

その親への不信感、成長とともに他者一般へと広がっていき¹³、その結果として特に顕著に表れるのが、先に述べた人間関係能力の欠如である。そうなれば、例えば成人後には「結婚・出産したとしても、パートナーも子供も自分を愛してはくれないだろう」等と否定的に捉えるようになることも考えられる。

なお、特に母親が家事・育児を一人で担うために精神的に不安定になりやすいワンオペレーション育児（以下「ワンオペ育児」）や、「抱き癖がつくから子供は泣かせたまにした方がいい」「泣かせておけば、そのうち静かになる」「泣く子は育つ」等の考え方¹⁴は、子供をこの「脱愛着」に至らせてしまう可能性が高まると考える。先に、

「従来の子育ての中に『回避型』を生む接し方が含まれている可能性がある」と述べたが、それは例えば、ここで指摘するワンオペ育児や子供が泣くことを肯定する考え方である。

また、生まれたばかりの子供は、初めはある特定の養育者（通常は母親）だけと愛着を形成しようとする「愛着の選択性」を持つ¹⁵。昨今では母親と父親が、家事だけでなく、子供の世話をする育児まで日常的に分担しようとするケースが見られるが、できれば3歳頃までは、基本的には母親が育児の中心になる方が、より安定した愛着が形成される¹⁶。

なお、先に述べたように愛着を形成する上での臨界期は概ね生後1歳半までとされていて、そのチャンスを逃すと子供との愛着を形成し難くなる。一方で、SNSに寄せられた「赤ちゃんはまだ物心もついていないのだから、育児の手を抜いても成長に影響するはずがない」という投稿に対して多くの「いいね」が寄せられたり、子供が1歳になる前から保育所に預けたりする等の実態が見られるのは、1歳半までの育児の重要性が知られていないためであると考えられる。しかし複数の専門家が、1歳になる前の母子一体化を図るべき時期に子供を保育所に預けると、将来鬱障害などの心の病気を引き起こす恐れがある¹⁷等と警鐘を鳴らしている。

以上のことから、1歳半までは、できるだけ子供が発しているSOSに対して全て応えてあげる“完全保護”の意識を持つことが大切である¹⁸。しかしそれが無理難題ではないことは、現実には子育ての大先輩方が「わが子が赤ん坊の頃のことは、とにかく無我夢中で覚えていない」と話すほど育児に没頭していたことから分かる。その意識は決して昨今の価値観の多様化の波に飲み込まれてはならないものであると考える。

ただし、その間の育児は、決して母親にとって辛い経験ばかりではない。乳児が泣いたりぐずったりした時こそ、授乳やおむつ替え等の世話をきちんとすることによって、子供に「自分は守られ

ている」という安心感を育むことができる¹⁹。つまり、子供が泣く時は親子ともに追い詰められるピンチであると同時に、「この人は自分の不利益を取り除いてくれる信頼できる人」という母親への信頼感を子供に育むチャンスでもある。更に、その信頼感が育まれれば、その後の子供に対する嫉もずっと楽なる²⁰。若いお母さん方にはそれらのことも併せて伝えたい。

一方で、愛着には、早期のうちに子供への接し方を改めれば、安定した状態に修復することができるという後天性の性質がある⁵ため、仮に1歳半までの愛着形成が上手くいなくても、その後できるだけ早い時期に子供への接し方を適切なものに変えることによって、安定した愛着に修復することができる。特に幼児期のうちなら、登園渋り等の比較的軽度な症状の内に愛着を修復することができると思う。

《第2章 子供の二大愛着不全症状とその原因となる子育て》

(1)「回避型」愛着不全症状

このタイプには、周囲の人間に対して、関わりを避ける、反発・攻撃する、共感性が低い、束縛を嫌う。更に、自己表現が苦手、失敗を恐れる等の症状が見られる²¹。出現率は20%以上と考えられる²²。例えばこれらの症状から、友達をいじめたり²³、引きこもりになったり²⁴、結婚や出産に対して消極的になったり²⁵、子育てや貧困等のピンチに陥った時に周囲にSOSを出せなかったり²⁶、暴力的な犯罪に走ったり²⁷、パートナーや子供への暴言や暴力に及んだりする²⁸可能性が高くなると考えられる。

この親に共通する接し方は、仕事やワンオペ育児等のために子供の存在が煩わしく感じ、日頃から「何やってるの!」「うるさい!」「やめなさい!」等の言葉で否定的・拒絶的に接したり²⁹、スマホに気を取られる等して子供に対して無関心や放任になったり³⁰することである。

つまりこれは親の愛情が日常的に不足している

ケースで、子供は、どんなに愛情を求めても得られなかったために、やがて諦めてしまうと捉えられる。先の「脱愛着」もこれに当たる³¹。

国は少子化問題を改善するために、特に経済支援対策に躍起になっているが、精神科医の岡田尊司氏は、この問題の要因について「日本経済が極めて元気だったバブル経済の頃でさえも出生率が下がり続けていたことから、経済雇用環境の問題よりも、結婚生活や子育てに希望や興味を持てないということの方が大きい」「今よりずっと貧しい、食うや食わずの時代でも、高い結婚率と出生率を維持してきた」等として、特に結婚や出産に後ろ向きな「回避型」愛着不全の増加に警鐘を鳴らしている³²。

(2)「不安型」愛着不全症状

このタイプには、相手の顔色を気にし過ぎたり、過度に愛情を求めたりする等の依存性、更に、自己肯定感が低い、相手への評価が逆転しやすい等の症状が見られる³³。出現率は15%以上³⁴。例えばこれらの症状から、不適切な言動を見せるパートナーにも依存し暴言や暴力を容認³⁵したり、パートナーとの間に愛情面での軋轢が生まれ恋愛・結婚関係を維持できなくなったり³⁶、更には、母親の顔色を気にし過ぎて指示なしには行動できなくなってしまう「マザコン」³⁷や、子供が親になった際に我が子に過剰に関わる「毒親」³⁸になったりする可能性が高くなると考えられる。

この親に共通する接し方は、子供への思いが過剰であるために、子供を褒める時と叱る時との基準が気まぐれで一貫性が無かったり、過干渉や過保護をしたり³⁹することである。

つまりこれは、親の愛情が日常的に不足している「回避型」とは違い、愛情はあるけれども、親が子供に関わり過ぎて感情的・盲目的であるために愛情が不安定になっているケースと捉えられる。子供は目の前に不規則に現れる親の愛情を逃すまいと、親との絆に対して過度に執着するようにな

ると考えられる。

なお、「回避型」と「不安型」の何れにも共通する問題として、不足している安心感を酒・ギャンブル等に没頭し偽物の安心感で補おうとする依存症⁴⁰や、不安感やストレスで自律神経に過剰に負荷がかかることによって至る心身異常⁴¹が挙げられる。

因みに、アメリカの心理学者サイモンズによる一般的な親の不適切な養育態度の分類の中で用いられる観点として、親子の心理的な距離が遠い「拒絶 (rejection)」と、近い「容認 (acceptance)」とがある⁴²が、ここで言う「回避型」は「拒絶」の過度なもの、「不安型」は「容認」の過度なもののことを表していると考ええる。つまり、この二大愛着不全は決して特殊な分類ではなく、世の中の不適切な養育に見られる一般的な分類を表しているものと捉えている。

《第3章 二大愛着不全に陥らないために必要な父母両性の働きとその支援方法》

本章では、子供を健全に導くための働きとして「母性」と「父性」を提案するが、「母性＝母親」「父性＝父親」ということではなく、母親も父親も互いの性のある程度は持っていて、実際の子育て場面では、むしろ一人の親が両性を使い分けることの方が多い⁴³。しかし、「母性」の主要な役割を担うオキシトシンホルモンは女性ホルモンによって、「父性」を担うバソプレシンホルモンは男性ホルモンによってそれぞれ活性化される⁴⁴ことから、ここでは敢えて「母」「父」という性別名をそれぞれの表記に用いている。

(1) 母性の働きとしての「安心7支援」

第2章で述べた、親の日常的な愛情不足による「回避型」愛着不全に陥らないためには、子供と安定した愛着を結び安心感を与える心の「安全基地」となる親の存在が必要になる。ここではその

働きを母性と捉え⁴⁵、更にその具体的な支援の方法として、複数の専門家の指摘⁴⁶に共通した支援行為を選んで「安心7支援」として次のように定めた。

「子供とスキンシップを図る」「子供と話す時には子供をきちんと見る」「子供に微笑む」「子供の話を最後まで否定せずに聞き、共感する」「穏やかな口調で話しかける」「子供なりの良さや小さな伸びがあった時を逃さず褒める」「以上の中で、やると決めたものはいつも心がける」。

なお、始めからこれら全てを実践しようと思う必要はなく、「これは自分にもできそう」「これは効果がありそう」と思ったものから始めても十分効果が現れると考えている。なぜなら、例えば、微笑むと自然と子供を見たり話し方も穏やかになったりする等、自分が選んだ支援行為の背景にある「子供のためになる行いをしよう」という気持ちから、無意識の内に他の行為も伴って行われることが多いため。更に、多くの子供は親から愛されたいと願っていることから、親のどんな愛情行為にも敏感に反応するためである（実際のプレゼンでは、その実例を複数紹介している）。複数の支援行為をここまで具体的に示したのも、親御さんが自分に合った具体的なアクションを起こしやすくするためである。更に、特に昨今はスマホに注意を奪われがちで、その時の気分でやったりやらなかったりすることが多いことから、心がけるべき支援行為を具体的に提示することは有効であると考ええる。

加えて、親に対して愛着を形成した子供は、その大好きな親を困らせることをあまりしなくなる⁴⁷ことから、子供と愛着を結ぶこれらの支援で接していると、叱ることが格段に減ると予想される。そのため、第2章で紹介した「回避型」愛着不全の子供の親に見られがちな「何やってるの!」「うるさい!」「やめなさい!」等の言葉もあまり使わなくなると思われる。中でも、「困った子だ」という親の表情に反射的に反発してしまいがちな子供にとっては、「微笑む」行為は、親の印象を

穏やかなものに劇的に変えることから、より効果的であると考ええる。

ところで、これらの支援行為は、幼い頃に正しい養育を受けてきた人にとっては当たり前の行為だと思うが、その養育方法について再度念を押したり、それ以外の人達に広げたりするだけだからこそ、少子化問題もその改善が期待できる。逆に新しく特別な方法では、それが多くの家庭に浸透することはあまり期待できない。

なお、この母性が果たす役割については、ここでは『安心7支援』で子供の気持ちを受容すること（方法）によって、子供に安心感を与えること（目的）」と定義する⁴⁸。

因みに、これらの支援行為は、対人関係を充実させることを目指す交流分析学で言う「ストローク」（相手の存在を認める働きかけ）に当たるものでもある⁴⁹。

（2）父性の働きとしての「見守り4支援」

第2章で述べた、親の感情的・盲目的な愛情による「不安型」愛着不全に陥らないためには、子供と適度な距離において冷静に見守る親の存在が必要になる。ここではその働きを父性と捉え⁵⁰、更にその具体的な支援の方法について、複数の専門家の指摘⁵¹を基に「見守り4支援」として次のように定めた。

「（まず）子供に任せるかどうかを決める」「（その後）子供に任せると決めた活動中は子供を微笑みながら見守る」「（ただし）子供がSOSを求めてきた時、または指導が必要な時には迷わず教える」「（最後に）子供が課題を達成できた時にはそのことを認める」。

なお、これらの支援行為は時系列順になっているため、「安心7支援」のように、どれか特定の支援を選んでも良いというものではなく、出来るだけどれも行ってほしいものである。

また、父性が果たす役割については、『見守り4支援』で子供との間に適度な距離において、試行錯誤する子供の様子を見守ったり、必要に応じ

て指導したりすること（方法）によって、子供が社会的に自立するための力を養うこと（目的）」と定義する⁵²。

なお、子供に任せて自力でやらせたり、時には指導してやり直しをさせたりする父性を「子供にがんばらせる働き」と捉えれば、先の子供の気持ちを受容する母性は「子供の味方になる働き」⁵³と捉えることができる。世の中のご夫婦でも、困っている子供を助けようとする母親に対して、父親が「自分でがんばらせてみよう」等と促すというようなことはよく見られる姿だと思う。

ところで、愛着不全現象が現れたそもそもの始まりは、戦後の高度経済成長期の核家族化の中で、父親が仕事のために家庭から離れて、母親だけに子育てを押し付けた（現在でいう「ワンオペ育児」）結果、母親が安定した精神状態で子育てができなくなり、イライラして子供に当たりがちな「回避型」を生む育児や、盲目的にその時の気分で子供に接しがちな「不安型」を生む育児に陥ったことと考えられる⁵⁴。また1964年の東京オリンピック以降普及したテレビに目を奪われる親子や、女性の社会進出に伴って保育所を利用する家庭が増えたことで、「安心7支援」のような親子間の愛着形成行為が減少したために、子供が特に「回避型」愛着不全に陥ったと考えられる⁵⁵。もし今後も周囲の配慮が足りず、母親によるワンオペ育児が続くようならば、歴史は必ず繰り返されるだろう。むしろ現在は、「回避型」化が高度経済成長期以降の負の世代間連鎖によって更に進んだ⁵⁶ことや、専業主婦が多かった当時と違い仕事も持っている多忙な母親が増えたことから、少子化をはじめとした愛着不全に由来する社会問題は今後一層増加すると考えられる。

また、先に述べたように、母性が、子供が成長する過程で不安感に襲われた際に安心感を与える役割を担うのに対して、父性は子供を社会的に自立させるための遊び役⁵⁷や躰役⁵⁸を担う。つまり「子育ては母親の役目」という考えは大きな誤り

遠藤：結婚や出産の回避をはじめとした、引きこもり、依存症、虐待、犯罪等の愛着不全に由来する社会問題を改善するために

である。

特に、幼少期に子供に任せて好きな事に熱中させていると、思考・判断力、人間関係能力、目標達成意欲等の「非認知能力」が身につく、大人になってから、学歴や収入が高い、労働経験年数が長い、健康管理ができる等の人生の成功に繋がりがやすいことが指摘されている⁵⁹が、その能力を子供に獲得させることができるかどうか、幼少期に好きな事に熱中できる遊びの相手役を担う父性によるところが大きい。

なお、東京大学大学院の山口慎太郎氏が、少子化を改善するならば、現金を給付するよりも、母親の子育て負担を減らして出産へのハードルを下げるべきであるとの旨を指摘している⁶⁰ように、先に挙げたような母親に偏りがちな子育ての責任についての誤解を解くことが、現在の少子化問題を改善することにも繋がると考える。

《第4章 3つの生活場面に応じた父母両性の使い分け方》

第1章で述べたように、1歳半までは子供に対

して“完全保護”、つまり「受容」（母性）のみで働きかけるが、それ以後は排便や着替え等の場面で「見守り」や「指導」（父性）も行われるため、本章で紹介する父母両性の適切な使い分けが必要になる。

なお、子育て中の夫婦を対象に行ったある調査によれば、子育てに対する悩みとして、「子供と上手くコミュニケーションがとれない」「子供が勉強しない」「子供が言うことを聞かない」等が挙げられている⁶¹が、これらはどれも母性と父性の使い分け方に原因があると考えられる。

下記の「図-1」は子育ての全体像を示している（啓蒙プレゼンテーションのスライドより）が、子供への接し方は、これまでに示したように、子供の味方になる母性と子供にがんばらせる父性の2種類だけ。更に、それらを意識して使い分ける生活場面は「活動場面」「不安場面」「日常場面」の3つだけ、とそれぞれ限定している。これによって子育ての全体像を視覚的に俯瞰することができ、「今この子に一体どう接したらいいのだろう」と

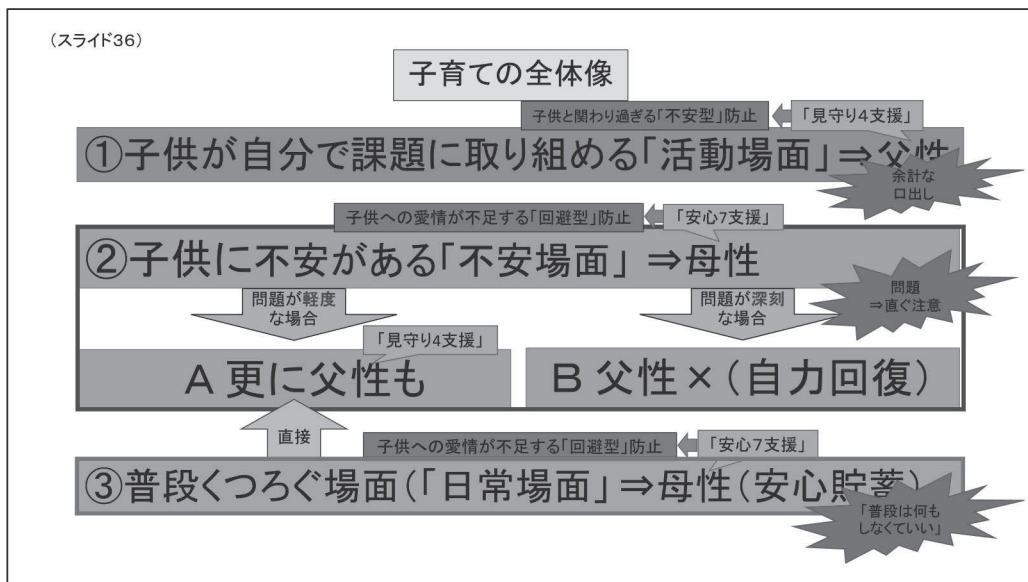


図-1 子育ての全体像

暗中模索に陥りやすい親御さんが、子育てに対する見通しを持ちやすくなると考える。

以下に、それぞれの場面での父母両性の使い分け方を紹介する。

(1) 場面①「活動場面」での支援

子供が何らかの課題に自ら取り組んでいる「活動場面」(遊びや趣味、身支度や手伝い、自分で出来るようになると努力している等の場面)では、主に子供の活動を見守る父性を施すことによって、更に意欲的な活動を行うことができるようになる⁶²と考える。

ありがちな誤解は、親が子供の活動中に余計な口出しをしてしまうことであり、その場合、子供に対する親の愛情が感情的・盲目的になり、子供が「不安型」愛着不全に陥りやすくなると考える。

(2) 場面②-A 問題が軽度な「不安場面」での支援

子供が何らかの問題を抱え望ましい行動ができない「不安場面」ではあるが、問題がそれほど深刻ではなく、子供の言動をその場で直したい場面(いつまでもゲームをしている、「イヤイヤ」をする、スーパーで駄々をこねる等の場面)では、まず始めに微笑みながら「楽しそうにゲームしているね」等と子供の気持ちを受容する母性を働きかける。そのことによって、子供は親がまるで自分の味方であるかのような気持ちになる⁵³。その後で指導する父性を働きかけると、子供は「自分の気持ちを理解してくれるこの親の言うことなら聞き入れたい」⁶³という気持ちになりやすい。

なお、私の特別支援学級担任としての経験上、多忙であることから止むを得ず、始めに受容することなく直ぐに指導したとしても、普段から「安心7支援」で接していれば、子供は指導者を自分の味方と認識しているため、いつもと同じように微笑み穏やかな口調で話しかければ、たとえ心理的な過敏性を持つ子供であっても十分伝わると考

えている。

ありがちな誤解は、子供に問題が起きると直ぐに注意をしてしまうこと。特に、“叱る”という刺激による外発的動機付けは、相手が慣れてしまえば刺激を更に強くしなければならないことから、その度に子供の中に反発心が起きやすく、いつしか親に安心感を求めることを諦め「回避型」愛着不全に陥りやすくなると考える。

(3) 場面②-B 問題が重度な「不安場面」での支援

先と同じ「不安場面」の中でも、子供から笑顔が消え、深刻な問題を抱えている場面(登園や登校を渋る、同じ問題行動が繰り返される等の場面)では、子供に安心感を与える母性を施した後は、社会的自立を促す父性を減らすことで、多少時間はかかっても子供の中に自力で回復しようとする力が生まれ、根本的な問題の改善に至りやすい⁶⁴。

ありがちな誤解は、子供に深刻な問題が起きた時でも励ましや叱咤激励をしてしまうこと。その時の問題が深刻であればあるほど、子供は「自分はこれ程辛い思いをしているのに、親はそれさえ分かってくれない」等と受け止めてしまい、親に対して安心感を求めることを諦めて「回避型」愛着不全に陥りやすくなると考える。

(4) 場面③「日常場面」での支援

子供が不登校や自殺に至る要因の中には、「本人の不安や無気力」「親子の関わり方」「家庭不和」等⁶⁵のように、何らかの特定のトラブルではなく、日常的な場面で、母性を与えるはずの安心感が少しずつ不足する、いわば“安心感の貯蓄”不足が窺われるものが見られる(「不安や無気力」は、不安感が高まり自律神経に負荷がかかった際に現れる精神面での症状⁶⁶)。因みにこれは、交流分析学で言うところの、相手との信頼関係を維持するために必要とされる「ストロークバンク(相手の存在を認める働きかけの貯蓄)」⁶⁷に当たるものであると考える。この「信頼関係」こそが、正に親

子間の愛着に相当する。つまり、リビングルームでくつろいだり食事をしたりするような「日常場面」では、普段から「ストローク」の一種である「安心7支援」によって安心感を与える必要がある。

ありがちな誤解は、「普段は何も支援をする必要はない」と油断してしまうこと。そのために配慮に欠けた接し方が続いた場合、子供の中には少しずつ親に対する不安感が高まっていき、いつしか親との絆を諦める「回避型」愛着不全に陥りやすくなると考える。

【引用・参考文献等】

- 1 岡田尊司「愛着障害～子ども時代を引きずる人々～」光文社新書 2011年 p.4
堀内勁「サイレント・ベイビーからの警告」徳間書店 1999年 p.21-22, 76-79, 196-197
- 2 岡田尊司 前掲書 2011年 p.48
- 3 赤川学「これが答えだ！少子化問題」ちくま新書 2017年 p.61-62
山田昌弘「日本の少子化対策はなぜ失敗したのか？結婚・出産が回避される本当の原因」光文社新書 2020年 p.44-46
天野馨南子（監修）「未婚化する日本 ペアーズ共同調査と統計データが示すその傾向と対策」白秋社 2021年 p.48-50
- 4 株式会社「識学」「働く女性のこどもに関する調査」(<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/0000000094.000029010.html>)
BIGLOBE「子育てに関するZ世代の意識調査」(<https://www.biglobe.co.jp/pressroom/info/2023/02/230221-1>)
株式会社「オノフ」「『結婚しない』も選択肢の一つ。現代の未婚女性が抱く結婚観とは？」(<https://www.onoff.ne.jp/blog/?p=6295>)
株式会社「リクルート」ブライダル総研「恋愛・結婚調査2023」(https://souken.zexy.net/data/ra/renaikan2023_release.pdf)
- 5 岡田尊司「発達障害と呼ばないで」幻冬舎新書 2012年-A p.90-91
- 6 岡田尊司 前掲書 2011年 p.24-25
- 7 岡田尊司「母という病」ポプラ新書 2014 p.53-55, 74
E.H. エリクソン著、西平・中島訳「アイデンティティとライフサイクル」誠信書房 2011年 p.52-53
佐々木正美「子どもの心はどう育つのか」ポプラ新書 2019年 p.36-40
- 8 山下エミリ「子どもの一生を決める『心』の育て方」青春出版社 2023年 p.36-39
- 9 岡田尊司 前掲書 2011年 p.4, 5, 18-20, 45
岡田尊司「愛着崩壊～子供を愛せない大人たち～」角川選書 2012年-B p.65-71
林道義「母性の復権」中公新書 1999年 p.36-45
堀内勁 前掲書 1999年 p.66-69
- 10 岡田尊司 前掲書 2011年 p.28-31
- 11 岡田尊司「愛着障害の克服 『愛着アプローチ』で、人は変わる」光文社新書 2016年 p.254
- 12 堀内勁 前掲書 1999年 p.10, 11
林道義 前掲書 1999年 p.45-47
- 13 岡田尊司 前掲書 2011年 p.44-45
- 14 帆足暁子「0, 1, 2歳児 愛着をはぐくむ保育」Gakken 2019年 p.87
網谷由香利「『0歳児保育』は国を減ぼす」論創社 2016年 p.64-66
- 15 岡田尊司 前掲書 2011年 p.22-24
- 16 岡田尊司 前掲書 2012年-B p.212-214
- 17 網谷由香利 前掲書 2016年 p.18, 24-26
林道義 前掲書 1999年 p.34-36
- 18 佐々木正美「子どもへのまなざし」福音館書店 1998年 p.138-142
- 19 帆足暁子「0, 1, 2歳児 愛着をはぐくむ保育」Gakken 2019 p.30
- 20 佐々木正美「『お母さんがすぎ、自分がすぎ』と言える子に」企画室 2000年 p.51-52

- 21 岡田尊司 前掲書 2011年 p.38, 212-213, 215, 223-225
柳澤慧「サイレント・ベビー」クレスト社 1998年 p.28-32, 37-38
岡田尊司「回避性愛着障害 絆が希薄な人たち」光文社新書 2013年 p.42-43, 159-161
- 22 岡田尊司 前掲書 2011年 p.38
岡田尊司 前掲書 2012年-B p.199-202
- 23 岡田尊司 前掲書 2012年-B p.100
- 24 岡田尊司 前掲書 2011年 p.216-218
- 25 岡田尊司 前掲書 2013年 p.97-100
- 26 岡田尊司 前掲書 2013年 p.152-154
- 27 岡田尊司 前掲書 2011年 p.213
- 28 岡田尊司 前掲書 2011年 p.213, 224-225
- 29 林道義 前掲書 1999年 p.137-138
岡田尊司 前掲書 2012年-B p.92-93
- 30 岡田尊司 前掲書 2011年 p.38
岡田尊司 前掲書 2012年-B p.197
- 31 岡田尊司 前掲書 2013年 p.91
- 32 岡田尊司 前掲書 2012年-B p.4, 199-202, 203
岡田尊司 前掲書 2013年 p.4
- 33 岡田尊司 前掲書 2011年 p.225-227
岡田尊司「不安型愛着スタイル 他人の顔色に支配される人々」光文社新書 2022年 p.31-33, 34-35
- 34 岡田尊司 前掲書 2022年 p.5
- 35 岡田尊司 前掲書 2022年 p.24
- 36 岡田尊司 前掲書 2022年 p.34-38
- 37 岡田尊司 前掲書 2022年 p.81-89
- 38 岡田尊司 前掲書 2022年 p.40-43
- 39 岡田尊司 前掲書 2012年-B p.93
林道義 前掲書 1999年 p.110-112
- 40 岡田尊司 前掲書 2011年 p.142-143
- 41 岡田尊司 前掲書 2012年-B p.70-71
- 42 Percival Mallon Symonds「The psychology of parent-child relationships」Appleton-Century Co. 1939年 p.18-20
- 43 岡田尊司「父という病」ポプラ新書 2015年 p.37
林道義「父性の復権」中公新書 1996年 p.206, 207
- 44 岡田尊司 前掲書 2012年-A p.136-137
- 45 岡田尊司 前掲書 2012年-B p.92, 93
岡田尊司 前掲書 2011年 p.21, 262-264
林道義 前掲書 1999年 p.1, 53
- 46 岡田尊司 前掲書 2012年-A p.248
ヘネシー澄子「子を受けない母 母を拒否する子」学研 2004年 p.120, 122, 124, 127, 130
菅原裕子「子供の心のコーチング」PHP文庫 2007年 p.28, 29
川上康則「教室マルトリートメント」東洋館出版社 2022年 p.180, 181
杉田峰康「人を育てる『愛のストローク』無条件のふれあいで子どもは変わる」モラロジー研究所 2022年 p.10-11, 31
司馬理英子「スマホをおいて、ぼくをハグして!」主婦の友社 1989年 p.155-156, 158-159, 162-167, 171-177
岡田尊司 前掲書 2011年 p.264
- 47 岡田尊司 前掲書 2016年 p.154-155
- 48 岡田尊司 前掲書 2011年 p.21, 262-264
林道義 前掲書 1999年 p.1, 53
- 49 杉田峰康 前掲書 2022年 p.10-11, 31
- 50 岡田尊司 前掲書 2012年-B p.93
岡田尊司 前掲書 2015年 p.80
- 51 岡田尊司 前掲書 2015年 p.80
岡田尊司 前掲書 2022年 p.152-154
石川尚子「オランダ流コーチングがブレない『自分軸』を作る」七つ森書館 2017年 p.32, 113
小川大介「頭のいい子の親がやっている『見守る子育て』」株式会社KADOKAWA 2019年 p.6-10, 41, 45
岡田尊司「過敏で傷つきやすい人たち HSPの真実と克服への道」幻冬舎新書 2017年 p.247-249

遠藤：結婚や出産の回避をはじめとした、引きこもり、依存症、虐待、犯罪等の愛着不全に由来する社会問題を改善するために

- 52 岡田尊司 前掲書 2012年-B p.93
岡田尊司 前掲書 2017年 p.247-249
岡田尊司 前掲書 2015年 p.80, 84-85
林道義 前掲書 1996年 p.1, 51
榎本博明「イクメンの罫」新潮新書 2022年 p.48
岡田尊司 前掲書 2015年 p.78
- 53 鯨岡峻「子供は育てられて育つ」慶応義塾大学出版社 2011年 p.156, 157
- 54 岡田尊司 前掲書 2012年-B p.92-93, 185-186
- 55 岡田尊司 前掲書 2012年-B p.188-191, 194-199
- 56 岡田尊司 前掲書 2013年 p.94
- 57 岡田尊司 前掲書 2015年 p.40
- 58 岡田尊司 前掲書 2015年 p.78-79, 84-85
林道義 前掲書 1996年 p.58
- 59 主婦の友社知育・教育取材班編瀧靖之監修「東大脳の育て方」主婦の友社 2017年 p.22-59
ジェームズ・J・ヘックマン「幼児教育の経済学」東洋経済新報社 2015年 p.17, 18
- 60 関西テレビニュース「予算審議が過熱する“子育て支援”『児童手当はコストが悪い。女性の負担軽減をすべし』と専門家は指摘」(<https://www.ktv.jp/news/feature/230130-3/>)
- 61 日本トレンドリサーチ・子育ての悩みに関する調査 (<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/0000000163.000087626.html>)
- 62 岡田尊司 前掲書 2015年 p.80
- 63 佐々木正美「はじまりは愛着から～人を信じ、自分を信じる子供に～」福音館書店 2017年 p.90
- 64 石井志昂「『学校に行きたくない』と子どもが言ったとき親ができること」ポプラ新書 2021年 p.26, 47
岡田尊司 前掲書 2016年 p.7-8, 154-155
- 65 文部科学省「令和4年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果について」(https://www.mext.go.jp/content/20231004-mxt_jidou01-100002753_1.pdf)
- 66 小林弘幸「眠れなくなるほど面白い 図解 自律神経の話」日本文芸社 2020年 p.18-19
- 67 小林雅美「心のエコロジー～交流分析・ストローク エコノミー法則の打破～」鳥影社 2009年 p.43-45
杉田峰康「人を育てる『愛のストローク』無条件のふれあいで子どもは変わる」モラロジー研究所 2002年 p.57, 58
近藤裕「愛のストローク療法」日本教文社 1992年 p.24, 25