

愛着関係づくり

園長 児嶋 草次郎

1月30日の石井十次記念式の時、チラホラと咲いていた墓地の河津桜が、満開状態です。2月の最後の日曜日、後援会副会長の森さち子さんより「今、満開の桜の下でお茶飲み会をやっています。メジロや蜜蜂がいっぱい来ています！」と晴れやかな声で電話連絡をくださり、次の日の早朝行ってみました。石井十次墓地の東側の一画がピンク色に染まっていました。まだ、周辺の森の木々は眠りから覚めてないのに、この一帯は明るいピンクの桜が咲き誇り、一足早い春を謳歌しています。私もそこにたたずみ、朝の清涼な空気の中で、自らの雑念をひととき忘れることができました。

これらの河津桜は、2014年、石井十次没後100年（児嶋琥一郎生誕100年）を記念して植樹したものです。150本植えましたが成長して間が狭くなって来たので、一部はのゆり幼稚園の移転改築を記念して、のゆり希望の森に移植しています。それでも100本以上の見事な桜園となりました。成長も順調で、あれから8年で、私たちに希望と癒しを与えてくれる聖地の一部となりました。

さて、こうして原稿を書き始めた時に、元九州保健福祉大学教授の山崎きよ子先生より御手紙が舞いこみました。

今春、九州保健福祉大学を卒業する友愛園卒の学生は2名で、先生が在職中も大変お世話になっています。卒業をお祝いして御自宅で食事会を開催することにしてくださっていたのですが、そのうちの一人T・N君がすでに大阪に就職（2月23日）してしまい、叶わなくなったという内容でした。

T・N君は、臨床福祉学科で学んだのですが、在学中に大学の授業以外に自分で保育士の勉強をし、資格を取り、社会福祉士と精神保健福祉士の国家試験も受けています。山崎先生の話によりますと、二つとも「合格間違いありません」とのこと。頼もしい限りです。4年間で保育士、社会福祉士、精神保健福祉士、三つの資格を取るのには、九州保健福祉大学始まって以来だろうとのこと。私たちも誇らしくなります。

山崎先生は御手紙で彼のことを次のように評価してくださいました。

「私が大学教授の20年間、社会福祉士に合格する学生数を増やすことを目差してやっておりました中で、このように、冷静に判断し自主的に計画を立て確実に実行した学生を知りません。それにアルバイトもギリギリまでやって手を抜かずです。

彼はこの4年間で『自分是可以』という自信をつけたと思います。」

ありがたい御言葉です。後輩たちのためにも、こうして書き記しておく必要があります。彼の兄のA・N君も九州保健福祉大で学び社会福祉士の国家資格を取っています。この二人だけでなく、この同世代、一緒に友愛園で育った子供たちにはけっこう優秀な子が多いのはなぜなのだろうとも考えてしまいます。

T・N君は2、3歳頃に入所し、当時10人ほどいた他の幼児たちとイモでも洗うような雰囲気の中で育っています。今のように幼稚園に通うこともできず、朝から晩まで園内保育で、住み込みで

働いている女性保育士に密着した環境の中で生活しています。保育士も大変だったろうけど、愛着関係はしっかりできていたと言えます。彼は好奇心も旺盛で、多動で落ち着きがなく、正直発達障がいも疑ったこともあります。もちろん先祖より受け継いだ素晴らしい素質もあるのですが、彼は成長するにつれ、生活習慣や自律心や忍耐力、それに社会性等もしっかり身につけていきました。大学生になると、一般の大学生以上に責任感強く、礼儀正しい学生として、大学の先生方やアルバイト先の人々より評価されるようになり、私も驚いていました。家庭生活には恵まれなかったかもしれないけど、こうして、児童養護施設でも立派に育っているのです。彼だけではないのですが、一般家庭で何不自由なく育った子供以上に、しっかり志と自律心を持った人間が育っていることに、子供の可能性を信じ、また未来への希望を抱くことができます。

しかし一方、現在の園の中・高生の男児たちを見ていると、矛盾も感じます。中学生・高校生になっても生活習慣や自律心が身につかず、グチや不満の多い子が目立つからです。資質的には素晴らしいものを持っているように見えるのですが、常に気分や感情に振り回され、自分自身の課題や目標から逃げているようにも見えます。この差は何なのでしょう。

この頃浮んで来たキーワードが、「発達障がい」と「愛着障がい」です。特に「愛着」について、職員どうしでもう一度学び直す必要性を強く感じ始めています。

「愛着」と言えば、イギリスの精神科医ジョン・ボウルビィでしょう。遠い昔の私の大学時代、「乳幼児の精神衛生」は必読書でした。第二次世界大戦で孤児となった子供たちの調査から、「母性的養育の喪失」が、子供の人格の発達に重大なマイナスの影響を与えていることを指摘したのです。

今回私は、岡田尊司著「愛着障害」・「愛着障害の克服」を読み返し、職員向けに勝手に整理してみました。できれば子供たちにも読んでもらい、自分の愛着障がいをどう克服するかを考えてほしいと思います。

私自身、施設の中で生まれ育ち、小さい時は施設の子供たちと一緒に生活しましたので、今考えれば「愛着障がい」を背負っていました。私はどう克服したのか。おそらく読書でしょう。愛読した太宰治、川端康成、夏目漱石、ドストエフスキー、詩人と言えば、中原中也、山頭火等は皆愛着障がいであろうと岡田氏は指摘されています。文学以外では、チャールズ・チャップリン、スチーブ・ジョブズ、アメリカ元大統領ビル・クリントン、バラク・オバマ等をも岡田氏はあげておられます。愛着障がいは、けっこう多いのです。「偉大な人物は、愛着障害を抱えているケースが少なくない。」とも。実の親に育てられても、3分の1は、不安定な愛着関係にあるとか。

私の場合、愛着障がいの作家たちが書くことで障がいを昇華させた世界に、どっぷり浸ることで昇華させていったのかもしれませんが。子供たちも、世の中には多くの愛着障がい者がいるのであり、それぞれにそれぞれの方法で克服していつているということに気付かねばなりません。それぞれに自分の愛着障害に向き合ってほしいと思います。

医師である岡田氏は、特定の養育者との結びつきが愛着であり、幼い子供の発達や安定にとって不可欠の役割を果たしているとし、子供は安心感の拠り所を持つことによって、知的、社会的、情緒的経験を積むことができ、安定した人格を獲得すると説明してくださっています。その安心感の拠り所を「安全基地」と呼ぶのだそうです。

そして愛着障がいとは、「親の愛情に恵まれなかった人に起きた愛着の傷に起因する問題」なのです。特徴として、以下のようなものがあげられるそうです。

- ・相手の気持ちに対する共感性が未発達な傾向を示す。相手のことを思いやるということが苦手。

- ・ストレスに弱い。自分を支えるために、何らかの対象に依存する場合がある。
- ・過度に意地をはってしまう。本当は相手の求めに応じたいのだが、わざと抵抗してしまう。
- ・向上心や自己肯定感が乏しい傾向が見られる。目標に向かって努力しようという意欲が湧きにくい。

また岡田氏は、愛着障がいをも二つのタイプに分けています。

①抑制性愛着障がい 誰にも愛着しない警戒心の強いタイプ。内にこもる方のタイプで、私など振りかえると、こちらだったと思います。発達障がいの自閉症スペクトラムと見分けがつけにくいそうです。

②脱抑制性愛着障がい 誰に対しても見境なく愛着行動が見られるタイプ。多動や衝動性が目立ち、ADHD と診断されることもしばしば。

さらに岡田氏は、愛着のスタイルを4つに分けて説明しています。

①安定型愛着 母親との愛着が最も安定しているタイプ。母親が子供の「安全基地」として機能しているということ。こいうタイプは、成人しても対人関係や社会適応で困難が少ない。怒りのエネルギーもうまくコントロールされ、自分を客観的に振り返る力を身につける。

②回避性愛着 求めても無視されるという体験を何度も味わううちに、甘えることが少なくなり、母親との結びつきが希薄になったタイプ。無愛想で表情も乏しいため否定的対応を引き出してしまいがち、振り返ることや事実と向き合っことを避ける傾向にある。

③抵抗・両価型愛着 母親が気まぐれで養育にムラがあったり、神経質で過干渉であったりした場合、子供は過剰に甘えようとしたり抵抗したり、アンビバレントな反応をするようになる。成長して、怒りや不安といった感情をコントロールできず、客観的な視点で物事を見れなくなる。

④無秩序型（混乱型）愛着 回避性と抵抗・両価型の入り混じった行動パターン。親が心に傷を負っている場合、行動予測が不能であることが、子供の行動を無秩序なものにしていく。被虐待児童の8割以上にこのタイプの愛着が認められている。子供は母親と再会した時固まったり、当惑したり、そっぽをむいたまま近づいたりという奇妙な反応を見せる。感情に圧倒され、冷静な視点を失い、将来は、情緒・行動面の障がいを呈しやすく、様々な精神疾患にかかりやすい。

現在、児童養護施設に入所する子供たちの65%は、何らかの虐待を受けたりネグレクト（養育放棄）状態の中に置かれて来たと言われています。まだ36%くらいは発達障がい等を背負わされている子供たちだとも言われています。友愛園に来るケースの中にも、子供が発達障がい（ADHD）で、多動で粗暴で叱ることが多くなり、結局、力で我が子の行動をコントロールしようとして、結果的に虐待になってしまったという不幸なケースもあります。いずれにしろ、愛着障がいを背負っているケースがかなりあると見なければなりません。発達障がいに関しては、医者に頼ることが多くなりますが、この愛着障がいについては、しっかりアセスメントして、私たちの課題として向き合っいかねばなりません。

一体どう対応していったらよいのか。岡田氏は「愛着アプローチ」として次のように説明しています。親という本来の安全基地に代わる存在として、安心の拠り所を提供することで、本人の安定をはかるとともに、本人が自分自身の課題に向き合っことを可能にする。

それは、①愛着修復アプローチと②愛着安定化アプローチに分けられ、①は主に親との関係を安定したものに回復させる方法。②は親との関係修復とは別に、子供の身近にいる存在が安全基地となる方法です。私たち施設職員は、その両刀使いであらねばなりません。

私たちにとって必要な姿勢とはどのようなものなのか。岡田氏はおもしろい例をあげておられま

す。昔の「肝っ玉母さん」的存在になれということなのでしょう。

「我々が幼子だったころ、母親がどれほど大きな存在だったか覚えているだろうか。まるで神のように万能な力を持ち、どんな問題にも対処してくれると同時に、いけないことは『ダメ!』と言って、しっかり止めてくれる。地団駄を踏もうと、有無を言わず抱え上げられてしまえば、もう抵抗などできない。しかし、それは決して暴力的な攻撃や強制ではなく、愛情を込め、身を挺して守ってもらえているという安心感があつたはずだ。」

日本の子育て文化が代々培って来た母親像でしょう。心の中はどうだったか分かりませんが、子供の前では、動揺することなく明るくデンと構え、あたたかく受容し、時には厳しく導いていく。幼少期には特にそのようなスタンスは必要でしょう。サルやチンパンジー等の世界でも、母親がしっかり「安全基地」を演じている姿を見た時は、私達は感動します。

しかし、今、施設も色んな試練に直面させられています。子供のプライバシーが過度に重要視されるようになり、子供たちとの間に距離を取ろうという心理が職員の心の中で働き始めているとも言えます。スマホが家庭で普及し、有害情報（特に性）に馴れてしまった子供たちも入って来るようになっていきます。特に男性職員は、子供とのスキンシップの際には、一度立ち止まって、受容のあり方を考えなければなりません。現場を知らない児相職員から、一緒に入浴するなら海水パンツをはくべきなどと言われたら、入浴指導もできなくなってしまいます。愛着関係づくりがむづかしくなっているのです。昔のようなスキンシップがとりにくくなって来ているのです。

何のために友愛社では、住込み勤務を原則としてきたのか。子供中心の生活をして、愛着関係・信頼関係を築くためと言ってもよいでしょう。ここで躊躇していたら、伝統的養育は崩壊してしまいます。

岡田氏の本を読んでいて、安堵する部分もありました。

「施設で育ったケースでも、職員の献身的な努力によって、安定した愛着を育み、良好な社会適応を示すケースも少なくない。」

施設は、子供たちの未来を作る場であり、私たちの責任は重く、逃げ腰では対応できないと改めて思います。特に幼少時期、やはり体を張って子供たちに向き合わなければ、子供たちの人格は育たないと感じます。

最後に、私たちの今後の安全基地作りにおいて、参考になる岡田氏の言葉をいくつか拾いあげておきます。

- ・愛着というメカニズムの正体は、オキシトシンというホルモンによって与えられた仕組み。抱擁や愛撫は、愛着システムであるオキシトシン系を活性化する。
- ・甘えの体験を取りもどしていく必要がある。
- ・振り返り力とは、自分の感情に飲み込まれず、相手の気持ちや自分のふるまいを客観的に見る力。ロールプレイ（役割演技）やロールレタリング（役割交換書簡法）によって、相手の立場に立って考える練習をする。
- ・日記や文章を書くことで、吐き出すことによるカタルシス効果もあり、自分を客観的にする練習にもなる。自分の体験したことを語る事が大切。
- ・問題に向き合うことは苦手。乗り越えようとする勇気がないので、一緒にやり遂げてくれる人を求めている。
- ・いつもかまってくれたり関りをもってくれる人を切実に必要としている。
- ・待たせることも、このタイプの人々の精神状態を悪化させる。高い応答性必要。

- ・発達障がいも改善のカギは愛着の安定化にある。愛着が安定している子供ほど、たとえ発達障がいであってもその後の社会適応において困難が少ない。