

ひまわりからの メッセージ

94号

2019.4.15

NPO ひまわりの花内

西濃園域

発達障がい支援センター

発行人: 中野たみ子

平成の終わりに



新年度になり、一週間が経ちました。子ども達は学校に行っているでしょうか。心配しながら日々を送っています。

さて、私事ですが、昨日、高校三年生の時に担任であった野田武志先生を数名の学友と一緒に見送ってきました。先生とは、実に半世紀以上にわたる交流でした。

教育の場では、よく「共育」ということが使われます。教える側の教師も生徒も共に学び共に高め合っていくということだと思います。野田先生は、それを実践されていました。私たちのクラスは生意気なクラスでしたので、先生の担当の社会の授業では毎時間先生が困られるような質問をしたものでした。私達より十一歳年上の先生は、自身が知らないことを皆に詫び、次の時間には必ず調べて来て答えて下さったのでした。後日、先生は「あの時は君達に学ばせて

もらったよ」とおっしゃいましたが、私たちは、先生の真摯な生き方に、どれ程の影響を受けながら測り知れないと思います。それは、その後の私たちの長い交わりを考えれば言わねばならないことでしょう。

人は一生の間に様々な人に出会いますが、その出会いによって人生が変わってしまうことも少なくないと思うのです。

新年度、子どもたちはどんな先生に出会うのでしょうか。

もしも、「私がこんなに一所懸命にやっているのに……」「なぜ先生の言うことが分からないんだ！」という思いが強い先生に出会ったとしたら、おそらく「共育」などはあり得ないのではないのでしょうか。職業人である前に、一人の人間として誠実に真摯に生きること、私たちに示して下さいました先生に出会えたことは、一生の宝物であったと思います。そして私もまた、出会った人達に出会えて良かったと思っています。りえるような人間になれたらいいなと思うのです。

イチローが引退し、平成はまもなく終わります。国民栄誉賞を辞退したイチローさんが今後をどの様に生きていくのか興味があります。令和がどの様な時代になるかわかりませんが、一つの区切りとして私も自分を見つめ直してみようと思います。そして、平成最後の「ひまわりからのメッセージ」を恩師野田武志先生に捧げたいと思います。

さあ、新年度、また新たな出会いが待っています。

愛着障害

私たちは「安全基地」に

なれるのだろうか？



『愛着障害の克服』（岡田尊司著、光文書新書）を手にとってみました。著者は精神科医で、長年、医療少年院で勤めていて、その経験から、愛着の問題に目を向けるようになったといえます。

愛着（アタッチメント）ということをはじめてとらえたのは、ボウルビィでした。子どもと母親の関係が安定したものであることが、後の子どもの発達に影響を与えると考えたのです。そして、ボウルビィと共同研究者であったエインワースは、母子関係において、母親が「安全基地」として機能していることをつきとめ、愛着にもいくつかの型があることに気づいたのです。実験としてどうしたかという点、見知らぬ部屋に一歳児と母親が招き入れられ、続いて見知らぬ人が入室する。子どもがおもちゃで遊んでいる間に、こっそりと母親がいなくなり、しばらくしてまた現れるという状況で、子どもがどう反応するかを見るのです。

安定型愛着……一番安定しているタイプで、おもちゃで遊んで

いた子どもは母親がいなくなると不安になって遊びをやめるが、母が戻ってくると、また遊びはじめます。

回避型愛着……母親がいなくなっても無関心でずっと遊びつづける子です。心拍数をはかると上昇しているので、体の方は反応しているのに母との関係は希薄です。

抵抗・両価型愛着……母親がいなくなると過剰なまでに不安がり、母親が戻ってきたときも遊びに戻ろうとせず、母親がいなくなったことに腹を立てて母親を拒否しにりりしたりする場合、一貫した育児がなされていないと思われれます。

無秩序型愛着……虐待を受けた子どもに多く見られるタイプで、母親が戻ってきたとき凍りつくように固まったり、強い当惑を見せたり、さっさと向いたまま近づいたり奇妙な反応も示すと言われます。

安定型の子どもは母親は感受性が高く、「応答性」があるのに対し、回避型では拒否と無関心、あるいは過保護過干渉である場合が多い。両価型では、気まぐれで過剰に反応するかと思えば全く無関心で、そのために子どもに不安を抱かせやすいと考えられます。

この本の著者は、うつ、不安、緊張、対人関係の問題、依存症、過食、気分の波、DVや夫婦関係の悩み、不登校等々人が抱える悩みに「不安定な愛着」が関係していると

考えています。そして、愛着は、いくつになっても改善していくことができるものとして「愛着アプローチ」を勧めています。

エインワースのいう「安全基地」とは何でしょうか？それは信頼できる相手であり、心を聞いて話せる相手であり、共感してくれる相手でしょう。けれどそれは、なかなか難しいことだと思います。幼い時から安心感を得られる環境に育った場合、その人自身が安全基地になることは割にでき、やすいかもしれませんが、そうではない人にとっては、自分自身が誰かの安全基地になることは難しいに違いありません。安全基地になるための条件として

① 本人が今、話したくないと思っていることを質問しない。
会社のこと、学校のことなど、根ほり葉ほり聞くことは、かえって傷口を大きくしてしまふことになります。

② 叱ることをできるだけ減らす。

嘘をつく、お金を持ち出すなどの行動には、背景に周りとの関係性の問題があることが多く、きびしく叱っても問題が解決しないことが多い。特に子どもの場合は、良い行動をした時にほめるようにし、好ましくない行動は無視した方がよい。どうしても看過できない、生命にかかわるようなことは、しっかり反省させることです。

③ 叱れない関係のまずさ、

意外にこれは多いように思います。どんなことをしてもかばってもらえる関係は、「自分は悪くない」という誤った判断におちいっていく危険性があります。著者は「奇跡の人」のサリー・ワンとヘレンの関係性を例にあげています。ダメなことには、体を張って止める覚悟も必要だということですね。叱れない大人が増えています。

④ 反応が遅い。

困っていて助けを求めているのに、反応が遅くては、心はなれてしまします。反応が遅いのは最悪です。

⑤ 求められたら応えること

求められた時だけ応え、あとは無視していかというと決してそうではありません。相手が何も求めてこなくても、しっかりと見守っていくことは大切です。

⑥ 気分や草、声のトーンを合わせる。

「ちゃんと目を合わせて話さない」と強要されても困るのです。視線を合わせようとしない相手には、こちらにも視線を外してみることです。相手が低い声で話すのであれば、こちらでも合わせて、安心感をつくれるようにしていきなすね。コミュニケーションは、ことばだけではなく、表情や視線など非言語的なことにも気を配ることが必要です。

安全基地に向かない人は、すぐに問題を解決しにくくなる人です。本来は、自分で考えて解決方法を見い出していくように導いていくべきなのに、一方的に自分の考えを押しつけるのは避けるべきです。

又、求められてもいないのに話をする人も安全基地には向きません。求められてもいないのに口を出し、指示していくことは意外に多いのですが、多くの親さんたちは自分か子どもの主体性をうばっていることに気づいていないものです。

自分の言い分にとらわれる人は、全く自分の非に気がついていないことが多いものです。例として、ひきこもっていた息子がやっと食堂に下りてきて朝食の味噌汁に口をつけ「味が薄いね」と言ったそうです。すると母は「あなたの体のことを考えて塩分を控えるのに、どうしてそんなことを言うの」と、くっつかかってしまったそうです。息子は着も脱け出して、又、へやにこもってしまったそうです。母は「がしかし、母は」どうしてそうなのかわかったのか、理由がわからないうちに「言った」ということです。

皆さんは、おわかりですね？、息子さんは別に母をせめたわけではありません。それより、いちいち説教教してくる母がうつとつしいと思っただけでした。

こじれて問題が大きくなってしまった時、医学的な診断だけに頼らず、根底にはもしかしたら愛着の問題からくる不安定さがあるのではないかと考えてみることのヒントをこの本は教えてくれています。

子どもたちの不安定さの原因がご両親の関係性にあたり学校での人間関係であったりすることは、少なくないのかもしれませんが、ただその場合に、周りの大人や友達などとの関係性もどのように改善していったら良いのか、愛着アフォーの難しさも感じます。

吾が子に良かれと思っていることや、子どもたちに対する何気ないことばによって、子どもたちが傷つき、修復にはかなりの手間と日数がかかることを知っておくことは、今後の課題でもあるでしょう。

子どもたちの育ちの中で愛着の大切さを考えると、発達障害の子どもたちの関係性について私たちができることは何なのか真剣に考えていかなくてはなりません。年令の低い自閉症の子を親から離して預かる療育機関を便利さだけで利用していくことの危さも知っておかねばなりません。目の前の便利さが将来に何をもたらすのか、先を見通す力も私には必要ですか？……。

五月の例会は、十三日、奥の細道記念館です。

