子育てコラム

杉本（すぎもと）　太平（たいへい）

プロフィール

宇都宮共和大学子ども生活学部教授。資格は認定心理士、人間関係士。東京都文京区教育センターの心理相談員や埼玉県下で乳幼児健診・乳幼児発達支援・子育て支援などに従事し、現在大学において保育者養成に務めている。その他、人間関係・HRST 研究会会長として関係学理論を背景に独自に開発した地域住民や対人支援の専門職者を対象に心理劇を用いたアクティブラーニング（HRST）の研修会を主催し、子育て支援者の養成を中心に各種の講演活動、子育て・人間関係に関する出版物の発行を行っている。

乳児期の「愛着」と「いつくしむ」関係

■「親になる」ための準備

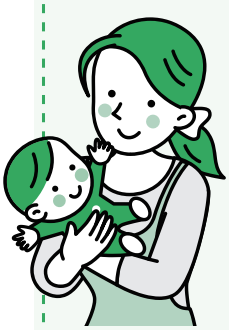
育児相談の場では「子どもをかわいいと感じられない」と語る親と出会うことがあります。子どもを出産して「親である」ことと「親になる」ことは違うことと、その出会いのたびに感じます。

人と人が出逢うための「準備」が出逢いの「質」を決めていきます。「親になる」ための準備は妊娠・出産前から始まっています。夫婦で育児に対する考え方を語り合い、赤ちゃんの存在から生じる生活環境・生活サイクルの変化や仕事や人間関係の変化にどう対処するか、赤ちゃん中心の生活で人生の優先順位も変えていくこと、母親の心身の負担をどう支えるのか、語り合うことはたくさんあります。子どもの名前を考えながら夢を託し、その成長を思い描く。これらの「親になるための準備」が、子どもを「いつくしむ」心を育てていき、その誕生から始まる親子の出会いの「質」を高めていきます。

「子どもをかわいいと感じられない」と語る親への支援は「親になるための準備」からの掘り起こしがスタートになります。上手く準備ができなかった背景がある場合はその整理を、「準備」はできていたけれど実際の育児の「困難感」で「いつくしむ」心がなえてしまったのであれば、その解決を共に考え、励まし、勇気づけながら「親になる」ためのサポートを試みていきます。「親になる」のはたやすいことではないのです。

■「愛着」が育てる「親心」

ボウルビィ（Bowlby）やラター（Rutter）といった先駆者が親（養育者）の養育の仕方により、子どもの心に「愛着」という行動や心理が形成されていくとして、親の養育の仕方が注目されるようになりました。ここでは、「愛着」を育む養育の仕方ではなく、子ども持つ「愛着」という力が「親心」を育てていることに触れたいと思います。

新生児は視覚が未成熟でほとんどぼやけて見えない世界にいます。でも、親が顔を近づけて優しく声をかけるとじっと「見つめて」きます。「泣き」「笑い」のサインに親がどう反応してくれるのかを感じ、さまざまに「働きかけ」ていきます。この「働きかけ」（愛着的行動）そのものが「親心」を育てる力になります。そして、五感をフル回転して自分の産まれでた世界を感じ取ろうとし、その発達とともに行動の範囲や身体を動かす機能が向上して、「遊び」が始まっていきます。その振る舞いも「親心」を育てています。子どもに寄り添う養育行動のみならず「遊び」を共にするなかで、「愛着」と「愛しみ」が親子の関係や絆を織りなしていきます。

要は、子どもの「育つ力」を信じて「子育てを楽しむ」ことが何よりも大切なのです。乳幼児期という人の人生で最も短く、限りなく貴重でその土台となる日々を、夫婦・親子でよろこびとともに味わっていってほしいと願います。