

# 連載 関係からみた子どもの こころと育ち

小林 隆児 Kobayashi Ryuji 大正大学人間学部臨床心理学科教授, くじらホスピタル

## 母子への支援の基本的考え「関係発達支援」

これまでさまざまな事例をとおして解説してきたように、乳幼児期にみられる「子どもと養育者とのあいだ」にかかわり合いの難しさが生まれる最大の要因は、子どもにみられる「甘え」のアンビバレンス(相手を求めたい気持ちがあるにもかかわらず、実際には回避してしまうこと)と、それと結びついて表れる養育者の側の「子どもにかかわるのが難しい」という戸惑いや困惑、焦燥感であると筆者は考えている。それゆえ、臨床の要となるのは、このアンビバレンスを緩和するようにはたらきかけることと、養育者の側の負の感情および負のかかわりを軽減していくことである。言い換えれば、両者のあいだに生まれた負の循環(悪循環)を断ち切ることである。アンビバレンスを緩和するはたらきかけの中心は、それまでの養育者による過干渉的な対応をできるだけ控え、子どもの関心の向かうところをていねいに受け止め、それに呼応していくことである。

このような対応が功を奏すると、子どもの「甘え」が前面に表れやすくなり、その結果、子どもの気持ちの動きを掴みやすくなる。子どもの気持ちが養育者に掴みやすくなることによって、養育者も子どもの気持ちを受け止めることが比較的容易になり、当初の、かかわりが難しいという感じが薄れ、好循環が生まれる端緒が切り拓かれる。そのなかで子どもに少しずつ安心感が育まれていくようになると、子どもは外界に対して好奇心をもち始め、積極的に外界との関係をもつようになる。

子どものそうした生き生きとした肯定的な姿は養育者の大きな喜びとなり、養育者の前向きな育児姿勢を強めて、子どもとのあいだで何かを共有しよう、子どもの気持ちに添おうという姿勢が生まれやすくなる。こうして好循環が本格的に巡り始めると「甘え」はさらに強まっていくが、それとともに子どもの側にさまざまな表現意欲が湧き、それを養育者と分かち合うことが大きな喜びとなっていく。このような母子関係の変化をとおして、母子ともに互いを心底理解することができるようになる。その結果、母子双方に基本的信頼感が生まれていくのである。

筆者はこのような母子関係への支援を「関係発達支援」とよんでいる。



## 事例：O男(初診時3歳6カ月)について 親子に対して試みた母子関係修復プログラム

初診時にみられたO男のアンビバレンスに対して、筆者は面接場面で具体的に上げながら解説した(本誌6月号参照)。実際の母子分離場面では一見何も反応がないかのように見えたが、母子再会の場面で、O男が母親の膝の上に恐る恐る乗った際に、深い「溜め息」をついたことから、O男の強い安堵感が見てとれた。この反応をとおして、O男が母親をいかに強く求めているかが母親にも実感できるようになったことで、母親のO男に対する見方、かわり方は大きな変化を見せ始めた。

初診からわずか1カ月で、O男は母親に対してははっきりと「甘える」ようになるとともに、さまざまな行動の意図も母親にはわかりやすいものになった。この好循環の芽生えを確かなものにしていくために、筆者は2泊3日の短期入院による母子関係修復プログラムを提案した。母親は強く希望し、さっそく入院することになった。このプログラムは冒頭で述べた「関係発達支援」の考え方に基づいて企画されたものである。

### 母子関係修復プログラムについて

2泊3日食事付(朝夕、各2回)で、子どもには子ども向けのメニューを提供した。

1日目：午後1時入院。筆者と遊戯室で母子面接(1時間)、その後、ほかのスタッフ(作業療法士(OT)、臨床心理士(CP)各1名)による自己紹介と懇談(茶菓子付、1時間)。夕食後は自由(遊戯室を提供)

2日目：午前、朝食後に母親には「アロマ&リラクゼーション(OT担当、1時間)、子どもには、遊びを取り入れながらの心理検査ないし心理的評価(CP担当、1時間)を行う

昼食後、親子共同での遊びと団らん(茶菓子付、1時間)、その後、全員での話し合い(1時間)、母親へのアダルト・アタッチメント・インタビュー(AAI)<sup>注</sup>を実施(筆者担当、1時間～1時間半)

夕食後は自由(遊戯室を提供)

3日目：午前、朝食後に筆者と総括面接(1時間)

昼食を摂りプログラム終了

### 短期入院での経過

#### ●1日目午後：遊戯室での母子面接

最初、部屋でOTが相手をしているときにはのびのびと遊んでいた。そこに母親と筆者が入室。母親を見ると、すぐにうれしそうな反応を見せ、母親のそばに寄って、背にもたれかかり、寄りかかってリラックスした雰囲気になった。しかし、それは長く続かず、すぐに起き上がり動き始める。筆者がそばにいてO男は気を使うのか、落ち着かず、すぐに母親から離れてしまう。まだ他者がいるとすぐに反応し、自分の欲求を抑えて、回避的反応が生まれやすいことがわかる。

母親も筆者との話に夢中になり始める。最近家庭で気づいたことについて話を聞いていくと、母親は子どもに対して確かな手応えを感じ始めていることが伝わってくる。それでもまだ母親の気が張りつめている印象はぬぐえず、びりびりした感じが筆者には伝わってくる。どこか近づき難い感じを抱かせる。そんな母親に対して、O男はさり気なく母親の膝の上に乗って、手にした絵本を読んでくれと仕草で要求する。母親が読んでやると、黙ってじっと聞いている。本当に絵本を読みたいのだと思わせる態度である。

しばらくしてから、身体運動に誘ってみた。バランスボールの上に乗ったまま立ち上がり、筆者が支えつつも母親にも手伝ってもらう。次に、ボールに腹這いにさせて揺らしてやると、揺れを怖がらず、楽しそうに反応している。余分な緊張もなく、全身を他者に委ねて揺れるのを楽しんでいる。あまりにも心地よさそうにしていたので、20分くらい母親と筆者は汗だくになってつき合った。O男の要求に対して母親は柔軟に呼応することができるようになり、それに伴って、O男も母親に身を委ねることが可能になってきたことがうかがわれる変化である。アンビバレンスが急速に緩和してきたことがわかる。

注：AAIは半構造化された面接法で、子どものころの親子間の経験が、いまの自分にどのような影響を及ぼしているかを振り返ってもらうことで、現時点での被験者のこころのなかでの親子のアタッチメントにかかわる質を評価するものである。両親についての回想では、両親の人物像ではなく、両親との関係そのものに焦点を当て、「できるだけ小さいころから始めて、お母さん(お父さん)との関係を表すような形容詞やことばなどを5つあげてください」と尋ねている。詳細については本連載の第3、4回(32巻、3、4号、2009)を参照のこと。

### ●2日目午前：OTによるアロマ&リラクゼーション

この時間帯は、日頃多忙で気苦勞の多い母親に、日常からの解放をねらって設けたものである。まずOTは母親に対してストレッチ運動やマッサージを施しながら全身の緊張をほぐしていく。ここでもO男は母親と離れて過ごすことはできないので、母親のそばではほかのスタッフが相手をしながら共に過ごすことになった。そこでわれわれの予期せぬ驚くべきことが起こった。それは以下のようなエピソードである。

OTが少しずつ母親の身体をほぐしていくと、母親の顔の血色がよくなり、みるみるリラックスしてきたのがわかった。そこで、バランスボールを使って母親に身体をボールに預けるようにしてリラックスしてもらうことにした。O男はそんな母親の姿を見ていて、自分もそばにあった小さなボールを使って同じようにやり始めた。つぎに、母親が仰向けになって床に臥せ、身体を伸ばしてゆったりした途端に、O男は母親に寄っていき、両足を伸ばしている母親の股間に分け入って、自分も同じように横になって仰向けの姿勢になり、母親に全身をべったりくっつけたのである。

母親が心底リラックスすることによって、O男は急速に母親に接近しやすくなったのであろう。それがこのような行動となって示されている。これほどまでにO男の「甘え」がストレートに出現したことで、われわれのみならず、母親も確かな手応えを感じ取ったことだと思う。これをきっかけとして、以後O男は母親にべったりくっついて過ごすようになった。母子関係は劇的な深まりを見せるようになったのである。

### ●2日目午後：AAI実施

O男は母親の膝の上に乗って机に俯せるようにして、おとなしく座っている。母親の話聞きながら、面接を遮るようなことはまったくしないで、途中からいつの間にか入眠してしまった。母親に抱かれることで心底安心していることを感じさせる。

## AAIからみた母親の両親像

自分の母親との関係について尋ねると、かなりの時間がかかり、やっと反応が返ってきた。以下、具体的なことばとそれにまつわる具体的な思い出が語られている。ただし、4つしか答えられていない。

「先生と生徒、あるいは師弟関係」〈常にこうしなさい、ああしなさいと言われていた。だから私は「～ねばならない」という思い

が強い。怠けることへの強い罪悪感がある。いつも叱られていた〉

「女子寮の先輩と後輩」〈女性の機微が互いにわかるが、たまには嫉妬も混じる。母は女っぽいなと思う。私は娘なのに娘でない。妹へのライバル視にも似ている〉

「運命共同体」〈中学生のときに母親に言われた。それが自分に刷り込まれたように思う。とにかく何事も分かち合うような関係。つらいことも苦しいことも互いに吐露して歩むという関係〉

「母の分身」〈自分の子どもではなく、自分のコピー、自分のミニチュアのような存在をつくりたかったのではないかと思う。多感な中学生・高校生時代、多少は反発もしたけど、しきれていない〉

一方、父親との関係については、母親の場合よりもすんなりと回答した。

「子煩悩」〈熱が出たとき、そばにずっといて手を握ってくれていた。どこかに行きたいとき、切符を買ってくれた。高校生のころまで足の爪を切ってくれた。小学2年まで一緒に風呂に入っていた〉

「やさしかった」〈中学生のとき、となり町の私立に通っていたが、遅れると車で送ってくれた〉

「先回りして、布石を打ってくれた」〈大学入学時、資料を取り寄せてくれた。寮にも予約してくれた〉

「感情を表に出さない」〈怒らない人。夫婦げんかを見たことがない。母は怒っても父は笑っていた〉

以上の内容から、自分の母親に対してはアタッチメントをめぐってかなりの極端を感じさせてはいるが、互いの絆は深いものが感じられた。さらに父親によってしっかりと受け止められてきたことによって、両親に対する強い信頼感が感じられた。家族全体としてもまともなものであると思われる。

最後のほうの質問で「子どもの将来について希望を3つあげてください」と尋ねると、〈自立してほしい。やさしい大人になってほしい。遅くなってほしい〉と答え、「あなた自身が子どもだったころから学んだことは何か」という質問に対して、〈しつけから始まり、リラックスして中身を充実させるより、社会的振る舞いを身につけさせられた。こうすれば叱られなかったと思うことが多い〉。最後の質問「子どもに学んでほしいことは何か」に対して、〈人に対する思いやり、愛情、人に対するやさしさ〉と結び、全体をとおして、話に一貫性があり、情緒的にも動揺することなく語ることができている。安定自律型と判断できる内容である。

### ●3日目午前：総括面接

この期間中の出来事を振り返って確認する作業を行ったが、母親の満足度は極めて高く、母子関係の大きな変化を実感できた3日間であった。O男の「甘え」は何のためらいもなく表現できるようになっている。

### ●第5回

退院後1週間。入院時に遊んでいたラウンジの遊戯スペース(写真1)を好むようになった。それまで使用していた遊戯室に入るのを「違う、ここじゃない、あっち」とでも言うようにして、拒否し、ラウンジに行くように強く自己主張するようになった。入院中に母子で過ごした病棟の空間が、ことのほか気に入ったのであろう。家庭では、常同行動、パニックはまったく消失した。寝るとき、これまで母親に対して背を向けていたが、退院後は母親のほうにべったりくっつくようになった。祖母が相手をしようとするとはっきりといやがるようになった。家庭で認められた劇的な変化が次の日記にも示されている。

### ●母親の日記より

今日は素晴らしいことがありました。

朝、保育園に行くとき、「ママ!!」と声をかけてきたので、振り向くと、(私のほうをしっかりと見ながら)「パーシー(機関車トーマスの仲間)」と言うので、内心嬉しく、驚きながらも、「ベッドに行ってください。たぶんあるよ」と答え、一緒にベッドルームに行くと、パーシーのミニ列車をすぐに自分で見つけて、それを手に持ってうれしそうに小走りですぐ玄関に向かっていました。

このとき、私と視線を合わせて「パーシー」と尋ねてきたときのO男の姿は、とても印象に残る出来事で、忘れられないものになるのではないかと思うほどです。いままで、大安売りのように「ママ!!」を連呼して、自分の要求を通すことがほとんどだったので、こちらにわかるように尋ねてきたことにとても驚きました。

入院のときもそうでしたが、子どもの気持ちに寄り添い、受け止めるという意味がこの出来事からも、実感としてよくわかるようになってきました。

ここ2日間ほど、入眠時に電気を消すと「ママ! いやー!」と言います。そこで、ベッドサイドのライトをつけたまま寝ています。これも自己主張の表れのひとつかと思って受け止



写真1 病棟のラウンジに設置された遊戯スペース

めています。

今日は日曜日で、家業である工場の仕事も忙しかったので、保育園に預けました。仕事が終わって、夕方O男を迎えて工場に帰ると、サーッと私から離れて祖父の膝に座り、好きなテレビを見始めました。夕飯の時間もそっちのけで見えていましたが、おなかが空き始めると、いつもの自分の椅子ではなく、食卓にいる私の膝の上に来て、べたべたふさげながらご飯を食べました。その後、一緒にテレビを見ていたのですが、途中で私がおなかが空いたので立ち去ると、「ママ! ママ!」と走ってきて引き止めました。工場の中で私を追うということをごんにはっきりとした行動で示したのは初めてかもしれません。

保育園の先生からも、最近、園での様子が少し変わったと聞きました。

O男は保育士さんの目から見ても、手のかかる子ではなかったらしいのですが、今日は園内の椅子を重ねて積み上げたところへ行き、椅子をガタガタと揺すって落とそうとしたり、赤ちゃん返りしているような注意を引く行動をとったそうです。自分を表出してきた証の「甘え」かなと思います。最近、O男が甘えて乱暴になるのは、比較的子どもたちの出席率が高い平日です。1人の保育士が2~3人の園児たちで過ごす土日の静かな日は保育士さんの指示にもきちんと応えるそうです。通っている保育園は、私立のこじんまりしたところなので、園児数も十数名で、保育士さんが6人います。保育士さんはみんな私たちの事情をご存じなので、保育士さんのほうから、O男の表現に対して細かく応えられるゆとりがあるため、要求があればなんでもどうぞとお願いしていただいま



す。

普段O男と生活をともにしている母親としては「甘え」が出てきて嬉しいのですが、対社会ということ考えると、どうしつければよいか、一歩外に出たときにどう対処したらよいか、もどかしくなり、わからなくなります。O男の行動による自己表現を、言葉を添えて受け入れた後、根気よく説明することも必要かなといまは思っています。でもなかなか難しい問題です。

この1週間の間に見られた多くの印象的なエピソードは、O男がそのときの自分の気持ちを率直にわかりやすく表現していることを如実に示している。とりわけ、O男が心細さを感じて、それをしっかりと母親に主張することができるようになったのは、それを受け止めてもらったという心地よい体験があったからにほかならない。その蓄積が母親に対する揺るぎない信頼感を生んでいるのであろう。もし、それがなければアンビパレントになってしまい、直接このようには自分の気持ちを出すことはできない。

## しつけをめぐる母親の不安

日記の最後に記述されたしつけをめぐる母親の不安は、子どもが甘えるようになったことの喜びとともに、「甘え」が助長されることによってもたらされる、世間の目に対する戸惑いが強く感じられる。短期間に起こったO男の急激な変化によって出てきた母親の不安ということが出来るが、その後、O男の自己主張はますます強まり、確かなものとなっていったが、O男のわがままの助長という結果をもたらしていないことは強調しておく必要がある。以下の日記は、その2週間後の内容である。

### ●母親の日記より

夜、入眠時、O男よりも私のほうが早く眠くなってきてしまい、ウトウトしていると、しっかり横目で私の顔を確認して「ママ!」と起こします。そして、お気に入りの絵本を私の顔の前に持ってきます。「もうねんねしよう」と言うと、怒って泣き始めるので、「わかったよ。1回読もうね」と言って、読み終わると、また要求するので、「もうねんね、ねんね、ごめんね」と言うと、泣いて叫びます。よしよししながら頭を撫でていると、私に身体と顔をくっつけながら落ち着いて

そのまま寝てしまいます。O男の要求や気分の変化がわかりやすくなってきました。

## 子どもの不快な気分を穏やかにしてくれる母親の役割

子どもの要求をできるだけ叶えてやることは大切であるが、いつもそれが可能ではない。相手をする側も生身の人間であるので、それには限度がある。そのことを子どもにわかってもらうことも必要である。しかし、子どものほうは欲求を我慢することによって不快な情動が高まる。それをいかにして穏やかなものにしていくか、このことが子ども自身の我慢する力を育てるためには不可欠である。ここで母親が子どもをなだめてあやしているのはとても大切なことである。子どもの不快な気持ちを穏やかにしてゆく役割、これは自己調整的他者 self-regulatory other といわれているもので、このことの積み重ねによって、しだいに子ども自身のなかに自分の気持ちを自分自身でおさめる力がついてくる。ここに不快な情動が、母親に守られながら快なものへと変わってゆく体験の重要性がある。こうした力がつくことは、生涯にわたってとても重要な意味をもつ。人間のこころの働きは、その多くが情動を基盤にしているゆえ、情動の機能が不安定であったり、機能不全状態に陥れば、記憶や思考といった重要なこころの働きにも支障が出てくる。その端的な例が虐待事例にみられる多様な精神病理現象である。一見何の変哲もないような母子のかかわりのなかに、子どものこころの育ちをめぐる、きわめて重要な役割があることをわれわれは忘れてはならない。

## その後

O男の自己主張はますます確かなものになっていくとともに、父親のうつ病改善と相まって、親子3人で一緒に生活する時間が増えていった。そのなかでO男に揺るぎない安心感が育まれていった。すると、両親以外の大人たちとの交流も自然な形で生まれるようになり、だれからもかわいがられるまでになっていった。わずか7カ月の期間でこのように見違えるまでの変化を見せたのは、筆者にとっても大変な驚きであった。わずか2泊3日の入院であったが、それは母子間の絆を確実にするうえで非常に大きな役割を果たしていたのだと痛感している。