

# 盛岡市医師会主催 母子保健・思春期保健講演会 愛着障害の理解と支援 ～発達障害との違い、関係～

盛岡市医師会 理事 智田 文徳

## はじめに

小児科や児童精神科の外来には、様々な問題行動を訴えた子どもがひっきりなしに受診している。その中でも攻撃的な行動を示す子どもが増えている。米澤好史教授（和歌山大学教育学部）によると、攻撃行動の最大の原因は発達障害ではなく、愛着障害であるという。一般的に、子どもが暴言を吐き、殴る、蹴るなどの攻撃行動をしているのを見かけたなら、誰でもそれを止めようとするだろう。しかし、中には止めようとすればする程、余計止まらなくなり、むしろ激しくなってしまう子どもがいる。そういう子どもの背景に愛着障害があるという。また、親や教師が励まし、様々な授業の工夫をしても、意欲的に学習に取り組めない子どもや、職場、学校現場等における対人トラブルの問題にも愛着の問題が関係しているという。

愛着の問題、愛着障害は、ある発達障害と実に良く似た行動をするため、見分けが難しいという特徴を持っている。発達障害の診断がついているケースへの支援がうまくいかない場合、診断が間違っていることがある。更に、精神医学会の診断基準では認められていない、発達障害と愛着障害の併存例も多く認められるという。

愛着の問題は、子どもの心や発達の問題だけではなく、大人にとっても大きな影響を与えている。令和4年11月29日に行われた盛岡市医師会母子保健講演会（演者：米澤好史教授）の内容を紹介しながら、愛着（アタッチメント）の視点から、こどもの発達（学習・教育）支援を捉えなおしたい。



講師 和歌山大学教育学部  
米澤好史 教授

## 愛着（アタッチメント）とは何か？

愛着（アタッチメント）理論を最初に提唱したのは、医師であり精神分析家のジョン・ボウルビーで、その考え方に忠実な研究者は愛着を「危機的な状況において、身を守るために、ある対象に接近しようとする認知と行動のシステム」と限定的に理解している。したがって、「感情は関与しない」「愛情とは区別する」ことになってしまう。米澤教授によると、その考え方には少し偏りがあり、実際の愛着障害支援で活かせない部分、それだけでは不十分な部分があるという。その上で、愛着（アタッチメント）の基本原理を、「愛着とは、特定の人と結ぶ、情緒的なこころの絆」と定義している。そして、人は「特定の人と結ぶこころの絆」すなわち「愛着の絆」を基盤に人間関係を広げ、深めていくことから、愛着の問題を抱えた子どもの支援に限らず、全ての子どもの発達支援においても、愛着の視点を常に意識すべきだとしている（表1）。

表1 愛着（アタッチメント）を理解するための3つのポイント

### 特定の人と結ぶ関係

：親子関係に限らず、誰とでも結ぶことができる関係  
一度にたくさんの人と同時には結べない関係  
(だから1対多の場面で愛着の問題は生じやすい)

### 情緒＝「気持ち」「感情」

：愛着の問題を抱えるこどもの特徴として、「感情の未発達、未学習」  
感情が十分機能していないのに、支援者は、見た目の成長に惑わされ過剰な期待をかけた対応をするため、子どもの感情混乱が生じる

### 絆

：子どもの問題、親の育て方の問題という捉え方は間違い  
絆とは“子ども”と養育者“との間に起こる「関係の問題」

出典：米澤好史 2018「やさしくわかる！愛着障害理解を深め、支援の基本を押さえる」ほんの森出版

## 愛着障害とはそもそも何か？

教育や医療の現場では、愛着障害を誤解している人が多い。さらに専門家の中には、愛着障害をできるだけ狭く、限定的に捉えようという人が多い。米澤教授は、愛着障害をできるだけ広く捉えることで、様々な愛着や発達の問題に対して愛着の視点を活かすことが可能になるとしている。その上で、愛着障害を「情緒的な心の絆の形成不十分」あるいは「その絆が崩壊した状態」と定義している。すなわち、愛着障害を抱える人は、大人でも子どもでも、「特定の人と結ぶ絆（愛着の絆）」がまだしっかり出来上がっていない、愛着形成不全の状態にあるとしている。そして、大人の中には、一旦出来上がっていた愛着の絆が何らかの理由で壊されてしまった人もいるという。

## 間違った愛着障害の理解

愛着障害にまつわる誤解（表2）のうち、代表的なものについて解説する。

表2 愛着（障害）の6つの誤解

- その1：産んだ母親の責任である
- その2：育て方の問題である
- その3：親の養育を受けられない場合や、親から虐待を受けた場合だけに見られる現象である
- その4：愛着障害、愛着の問題は世代間伝達する
- その5：愛着障害は取り返しがつかない。『もう遅い』
- その6：他者による愛着修復支援が、親との関係を悪化させる

出典：米澤好史 2018「やさしくわかる！愛着障害理解を深め、支援の基本を押さえる」ほんの森出版

親の養育を受けられない場合や、親から虐待を受けた場合だけに見られる現象である（その3）

愛着の研究の始まりが、戦争孤児への支援だったこともあり、愛着障害が親の養育を受けられずに施設や病院で育つ子どもに特有の症状という捉え方がうまれた。その後、家庭内で虐待を受けた子どもが愛着障害になることが分かってから、その捉え方が少し広がった。それでも、一部の虐待の専門家が、愛着障害になっているということは、親が絶対にマル・トリートメント（不適切な関わり、虐待）をしていると決めつけてしまうことがある。しかし、養育者が一生懸命子どもに関わろうとしているのに、子どもが愛着障害となっているケースもたくさんある。愛着障害は誰にでも起こりうる、身近な問題として捉えるべきである。

産んだ母親の責任である（その1）

育て方の問題である（その2）

愛着障害の原因を、虐待や親の育て方だけに求めてしまう人たちが犯す間違いである。愛着障害は関係性の障害である。親の関わりのみで親子の関係性は決まらない。例えば2人の子どもを持つ親が、どちらにも同じ様に関わったとしても、片方にばかり愛着の問題が強く出てしまう場合がある。つまり、親と子の特性が合わない（相性が悪い）ために愛着の問題が生じている、ということである。

愛着障害は取り返しが見つからない。『もう遅い』（その5）

大きな年齢から関わる場合、手遅れだと話す人もいる。数十年前、愛着形成に臨界期・敏感期があるという考え方が広まった時期がある。当時はよく、生後1歳6ヶ月頃までに愛着の絆を誰かと結べていたら問題ないが、その時機を逸してしまったなら、一生、誰も愛着の絆は結べないといわれていた。しかし、正しい理解と介入により、何歳になっても愛着障害の修復は可能である。

他者による愛着修復支援が、親との関係を悪化させる（その6）

これが愛着障害の正しい支援を阻んできた大きな誤解である。園や学校、施設の支援者の中には、親でもない自分がこの子と愛着の絆を結ぶことできないから、愛着の支援はできないと話すがいる。これは、愛着が「特定の人」と結ぶ絆という定義を理解できていないためである。愛着の絆は、「親」を含めた「特定の人」と結ぶものであり、それは誰でもなることができる。むしろ、親子関係で問題が生じている時、違う人が子どもと別の関係性を結び、その関係性を軸に親子関係を修復していくやり方が使えることも多い。

## 愛着形成のための3つの基地機能

特定の人と結ぶ、情緒的なこころの絆はどうやったら結べるのだろうか。愛着障害の子どもが見せる気になる行動はなぜ起こるのだろうか。米澤教授が全精力を注いでこれらを研究してきた結果、3つの基地を作れば愛着障害を治すことができるとの結論に達したという（図1）。

安全基地（secure base）

ジョン・ボウルビーが、安全基地が愛着の絆作りに大事な働きをしているといったため、愛着障害の専門家はこの安全基地を重視している。安全基地機能は、その子ども（人）がネガティブな感情（恐怖、不安、怒り、悲しみ、悔しさなど）になった時、そこから守ってくれる働きをもっている。

安心基地（reassure, restful & relax base）

米澤教授は、沢山の愛着障害の子どもに会う中で、安全基地の問題だけでは説明できない行動をする子どもがたくさんいることに気づき、愛着形成に必要な更に2つの基地機能を提唱するに至った。その1つが安心基地である。

安心基地とは、その人と一緒に居るとポジティブな感情を直接生みだしてくれる存在をいう。安心基地づくりに寄与するポジティブな感情とは、この人と一緒に居るとなぜか落ち着く、ホッとすると、この人と一緒に何かしていると必ず楽しくなる、だからこの人と一緒に何かしたい、一緒に居たい、という気持ちをいう。子どもがネガティブな感情になっていると、よかれと思って楽しいことをさせてあげようとする親がいるが、安心基地作りには全く貢献しない。こういう違いも意識しながら支援、関わりに活かしてほしい。

### 探索基地 (search base)

安全基地と安心基地が愛着形成の基盤、車の両輪となり、この上に3つめの基地である探索基地が積み上がる。子どもの発達支援で探索基地ができると、精神的に自立する基盤ができたことと捉えられる。他の愛着の専門家は、安全基地の働きの1つに探索機能があると捉えているが、これでは支援をする時の順番が分からなくなってしまう。探索基地を3つめの基地として捉えると、支援者が安全基地と安心基地との違いに気づきやすくなる。

安全基地、安心基地は、この人に守られている、一緒に居ると良い気持ちになるなど、その機能を担う人と一緒に確認するものである。ところが探索基地は、子どもが基地機能を担う人から一旦離れて、また基地に戻ってくるという動線の中で確認する基地であることから、子どもの自立の基盤になる。

この3つの基地機能が揃うことで、愛着障害支援のゴールが見えてくる。

## 3つの基地機能を元にした問題行動の理解

3つの基地機能を思い描くことで、愛着の問題に基づく様々な問題行動を理解することができる(図1)。

### 基地から適切に分離できない問題(母子分離不安)

親と一緒に居ると安全・安心は確保されているが、保育所、幼稚園、学校などに行くと不安が強くなり、親(基地)から離れがたくなる子どもがいる。臨床の現場では、母子分離不安と呼ばれる現象である。しかし、精神

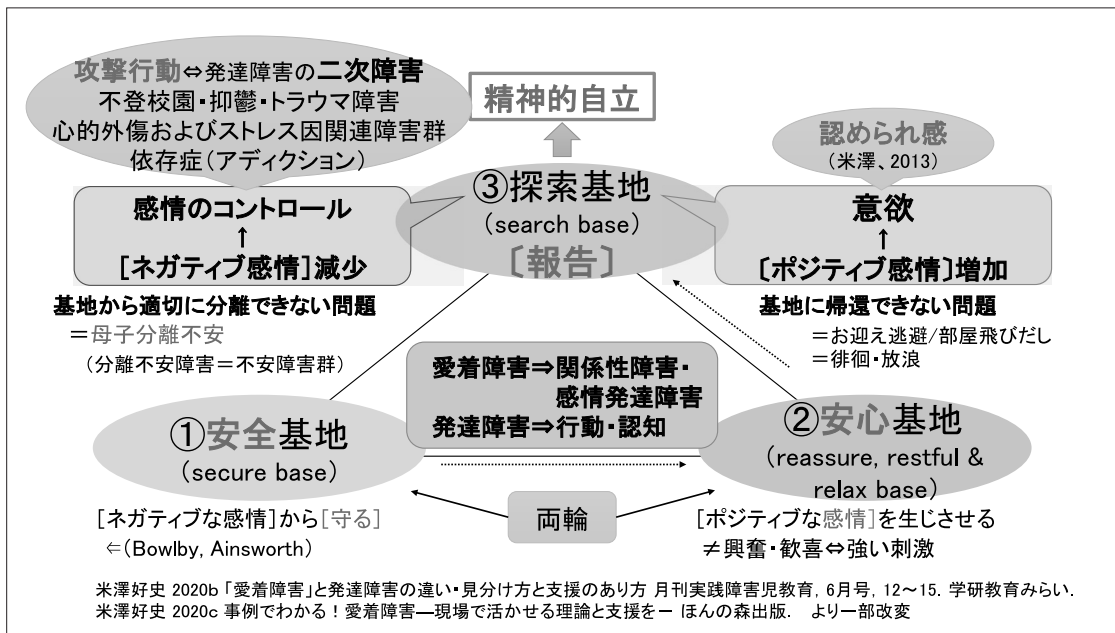


図1 愛着(アタッチメント)を理解するための3つのポイント

医学会上の分類では、分離不安障害、分離不安症と位置づけられているため、愛着障害とは違うグループの診断になってしまう。結果として、愛着の視点からの良い支援ができていないケースも多く認められる。また、母子分離不安の相談が幼児から中高生や大学生へと高年齢化している。このことは、愛着の問題が広がりつつある1つの現れといえるだろう。

### 基地に帰還できない問題

夕方に親が保育所に迎えに来た時、園の中を走って逃げてすんなり帰らない子どもがいる。「お迎え逃避」と呼ばれる現象(米澤好史)で、分かりやすい愛着障害の特徴である。学校等で授業活動中に教室を飛び出してしまう子どもの中にも、愛着の問題を抱えている場合がある。もっと深刻な例は、徘徊・放浪(家に帰らない、友達の家を渡り歩く、たまり場にたむろする、など)で、社会問題化している(例: トーヨコキッズ)。基地に帰れない背景に愛着の問題があると意識して支援する必要があるだろう。

## 探索基地機能の働き

基地から離れて戻って来られたら、それで探索基地機能が働いているといえるのだろうか。愛着障害支援で探索基地ができていのかどうかを必ず確認してもらおう1つの分かりやすいポイントが、子どもが基地に帰ってきた時に「報告」という行為の有無である。報告することが、子どもの自立にとって大切な2つの働きとなるのが、探索基地の機能(働き)だからである。それを確認しておきたい。

### ポジティブな感情を増やす働き

探索基地ができている子どもは、園や学校で何かができ、先生から褒められたりしてポジティブな感情が生じた時に、探索基地に報告するということを必ずする。家に帰った途端、「こんな楽しいことがあったよ、聞いてよ」と報告すると、探索基地が「そうか、こんなことができたんだ、私もうれしいよ。良かったね」と一緒に喜んでくれる。そうすると不思議なことに、ポジティブな感情を基地から離れて一人で感じた時よりも、探索基地に報告して分かち合った後の方が、もっと嬉しく、楽しくなる。これがポジティブな感情を増やすという探索基地の働きである。更に、この働きを通して意欲を育む基盤も培われる。子どもの年齢に関わらず、認められ感の経験をしたことが一番意欲を高めていることが明らかとなっている。子どもがやっていることを、親や先生など誰かから認められたという経験が意欲をもっとも高めている。

てよ」と報告すると、探索基地が「そうか、こんなことができたんだ、私もうれしいよ。良かったね」と一緒に喜んでくれる。そうすると不思議なことに、ポジティブな感情を基地から離れて一人で感じた時よりも、探索基地に報告して分かち合った後の方が、もっと嬉しく、楽しくなる。これがポジティブな感情を増やすという探索基地の働きである。更に、この働きを通して意欲を育む基盤も培われる。子どもの年齢に関わらず、認められ感の経験をしたことが一番意欲を高めていることが明らかとなっている。子どもがやっていることを、親や先生など誰かから認められたという経験が意欲をもっとも高めている。

### ネガティブな感情を減らす働き

一方、基地から離れて行動した時にネガティブな感情(怖い、腹が立つ、悲しいなど)が生じることがある。探索基地に報告すると、その嫌な気持ちを減らし、無くしてくれる。これが探索基地の2つ目の働きとなる。そして、探索基地の存在を意識できて、初めて子どもは感情のコントロールができるようになる。

## 感情発達の障害という視点

### 攻撃的な行動の背景にあるもの

愛着障害の子どもは感情のコントロールができない様に見える。一番分かりやすいのが、暴言、殴る、蹴る、物を壊すといった攻撃行動だといえる。彼らにしたら、自分に嫌な気持ちが生じたのに、誰もそれを減らしてくれないから、それを誰かに、何かにつけているにすぎない。そういうネガティブな感情がいっぱいあって、それを何かにつけて攻撃しているのに、それだけ止められても嫌な気持ちは減らないだろう。むしろ止められたことで増えてしまい、より激しくなってしまう。

### 発達障害は攻撃行動の直接の原因ではない

以前は、発達障害が攻撃行動の原因である

かのように捉えられた時期があった。今では、その子どもの発達障害に合わない対応が繰り返された結果、二次障害として攻撃行動を獲得したという言い方になってきた。この二次障害の正体こそが愛着障害と捉えると、発達障害と愛着障害の正しい関係が見えてくる(図2)。

### トラウマとの関係

親がうつ状態になっていて、子どもとの愛着の絆づくりに苦勞する場合がある。聞くと、親も過去に愛着の問題を抱えていたことが多々確認できる。この流れの中にあるのが、愛着障害をトラウマ障害の一種としてだけ狭く捉えようとする考え方である。実際、愛着障害そのものが、心的外傷およびストレス因関連障害群に位置する診断になっているた

め、その捉え方が主流なのは当然かもしれない。ただ、愛着障害をそれだけに限定すると、不安の問題や基地に帰れない問題、意欲が出ない問題、攻撃行動を表してしまう問題を愛着の視点から支援できなくなってしまう。

### 依存症との関係

愛着の問題として捉えるべき問題がもう1つ増えてきている。それが依存(アディクション)で、子どもの場合はゲーム・ネット依存が圧倒的に多い。探索基地機能の視点で見るとき、基地から離れて戻る動線の中で、ゲームやネットをしたとしても何ら問題はない。ただし、そこから離れられないという状態になっているということは、探索基地が機能していないことになる。依存を愛着障害の問題として捉えると、支援の道筋が見えてくる(表3)。

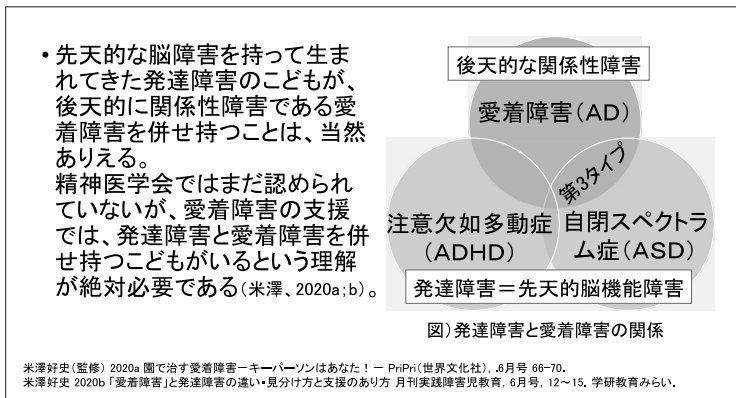


図2 発達障害と愛着障害の関係

表3 発達の脆弱性・(精神的弱さ)による昂進化・相補行動としての現れ(米澤、2019e)

・[多動] [モノ] との関係	⇒ [抜髪・抜毛] [ゲーム障害(依存)] [性的] 問題
・[口] の問題+ [自己評価低]	⇒ [摂食] 障害
・[危険な行動] [自己防衛] [愛情欲求] [自己高揚]	⇒ [リストカット]
・[モノ] との関係	⇒ [盗癖(クレプトマニア)]
・[モノ] + [アピール]	⇒ [性器いじり]・[性的化]
・[姿勢・しぐさ]+ [不安・緊張]	⇒ [チック]・[吃音]

米澤好史 2019e 愛着障害・愛着の問題を抱えるこどもをどう理解し、どう支援するか?—アセスメントと具体的支援のポイント51— 福村出版。

### 感情発達の障害

ここで、愛着障害とは何の障害か、もう1つの捉え方を紹介したい。愛着とは特定の人と結ぶ3つの基地、愛着の絆を基盤に、子どもの感情(気持ち)が育っていくものである。愛着障害の人は、感情が年齢相応に育っていない状態、つまり、感情発達の障害であると捉えることができる。発達障害は行動や認知の障害であり、感情発達の障害である愛着障害と見分けることができる。

ただし、感情の発達は一筋縄ではいかない。日々、その子ども、その人と関わっていく中でアセスメントしていくしかないという特徴を持っている。感情発達の問題がどのような現れ方をするのか、そこに話しを進めていく。

## 発達障害との違いを踏まえた 愛着障害の理解と支援

専門家でも愛着障害を発達障害と混同してしまい、結果的に支援が効果を持たない現実がある。実際、愛着障害はどういう発達障害とよく見まちがわれてきたのだろうか。一番見まちがわれてきたのが、注意欠如多動症（ADHD）であろう。自閉スペクトラム症（ASD）に取り違えられているケースも多い。

先に示した通り、それぞれの障害特性を理解するためには、その障害特性において一番苦しい部分は、どの心の働きに生じているのかを踏まえる必要がある（図3）。ADHDは行動の問題として捉えるべき障害である。ASDは様々な現れ方をするが、認知（目で見、耳で聞いて、手で触って、情報を取り入れる心の仕組み）の問題が障害の根っこにある。愛着障害はこれまで確認してきた通り、感情の問題である。

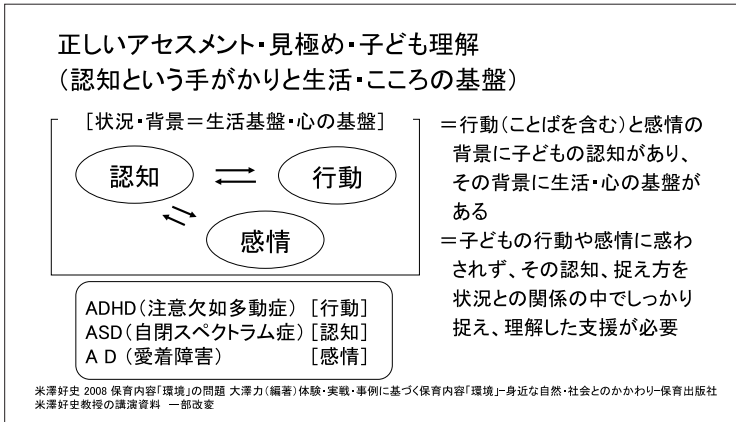


図3 よく混同される発達障害との違いを踏まえた愛着障害の理解と支援

表4 愛着障害・愛着の問題発見ポイント(超簡略版;米澤、2015e参照)

①多動・落ち着きのなさ	多動の現れ方
ADHD	[いつも] = 行動
ASD	[居場所感の欠如] = 認知
AD	[ムラのある] = 感情
②片付け・ルールの問題	
ADHD	= 実行(遂行)機能 ⇒ 行動支援
AD	= 感情・意欲の問題 ⇒ 感情支援
③モノへの接触・口の問題	接触欲求は安心基地の問題⇒接触快
モノをさわる・さわりながら歩く	
モノを口に入れる・指吸い・爪噛み	⇒ ダブルで接触
モノが散乱、座席、寢床の周りにも	⇒ 囲まれたい
④床への接触	
靴脱ぎ・寝転び・這い回り	
	ASDは知覚異常(感覚過敏)⇔ADは接触感・刹那的解放感⇐安心基地
⑤危険な・感情の紛らわせ行動	
高所・投擲・痛さ鈍感・服装・姿勢・遺糞・遺尿	
★愛着・感情の問題 ⇔ 運動機能発達・感覚統合不全・感覚調整障害	
<small>米澤好史 2015e「愛着の器」モデルに基づく愛着修復プログラム—発達障害・愛着障害 現場で正しく子どもを理解し、子どもに合った支援をする— 福村出版、全254頁。</small>	

これらのことを心に留めながら、どの障害がその行動・現象の原因になっているのかを見極め、子どもを理解し支援していただきたい。

次に、いくつかの代表的な問題行動を例に挙げながら、愛着障害と発達障害の見分け方のポイントを示していく(表4)。

### ①多動・落ち着きのなさ

一番混同が生じているのは、多動・落ち着きなく動き回るといった特徴をめぐってのことだろう。実は、愛着障害の特徴の一つも多動・落ち着きなく動き回ることだが、それを知らない人が多い。現場で子どもと関わる中で多動の現れ方を確認すると、その違いが必ず見えてくる。

ADHDの子どもはどこにいても、何をしても、どんな気持ちになっても、別の言い方をすると認知や感情とは関係なくいつも多動である(多動性障害という名の通り、行動の問題である)。それに対して、ASDの子どもの多動は、

居場所感という認知の欠如による。ここにいたら良い、これをやっていたら良い、という居場所感を感じられたら、ASDの子どもは全く多動ではない。しかし、急に予定が変更されてしまった場合などに多動になる。居場所感という視点から見ていくと、多動の理由が見えてくる。

愛着障害の子どもは、多動で動き回る時もある、落ち着いている時もあるなど、ムラのある多動を示す。これを感情の問題として捉えると、多動の理由が見えてくる。私たちも、ネガティブな感情が強い時に落ち着くことは難しいだろう。そんな時、愛着障害の子どもは多動になる。また、ポジティブな感情が激しく生じた時にも多動が目立つが、それがほどよく生じている時は落ち着いて過ごすことができる。そのため、愛着障害の支援では、落ち着いた状態をいかにして作るかが最初に必要となってくる。

## ②片付け・ルールの問題

もう1つの見極めポイントが、片付けやルールの場面である。

ADHDは行動、特に実行機能の障害が片付けの問題に分かりやすく現れる。ADHDの子どもは、先を見通して、順序立てて片付ける一連の作業を最後までやり遂げるのが苦手である。そのため、予め行動を分割しておき、1つずつ確認しながらやらせるという、行動面からの支援さえすれば、必ず片付けられるようになる。

ところが、このような行動の支援をしても、愛着障害の子どもは片付けようとはならない。愛着障害は感情の問題である。片付いた方が気持ち良いという気持ちそのものがまだ育っていない。だからこそ、その状

態に向けて片付けようという意欲が出るはずもない。これが愛着障害の子どもの感情、意欲の問題である。また、ルールが守れないように見える問題も、ルールを守って行動した方が気持ち良いという気持ちそのものがまだ育っていないといえる。当然、ルールを守ろうという意欲もでてこない。

以上のことから、この子たちに行動の支援だけをしたのでは成果は全く出ないこと、感情の支援が必要であることを理解できたのではないだろうか。

(当日、③以下の説明は時間の関係で割愛となった)

## 愛着障害の3大特徴

米澤教授が愛着障害の3大特徴と呼んでいるものがある(表5)。これらは愛着障害でなかったら絶対に起こらない感情発達の問題である。もし、これらが少しでも認められたら、愛着障害と捉えて支援する必要があるという。

### 愛情欲求行動

1つめは、安心基地ができていないことに

表5 愛着障害の3大特徴(米澤, 2019e) ⇒感情発達障害

- |                                 |                      |
|---------------------------------|----------------------|
| ①愛情欲求行動                         | ⇐ <b>安心基地機能</b> が未構築 |
| ①注目をされたい・アピール行動・静寂潰し            |                      |
| ②愛情試し行動 ⇒ <u>人を見て行動を変える</u>     |                      |
| ③愛情欲求エスカレート現象                   |                      |
| ②自己防衛                           | ⇐ <b>安全基地機能</b> が未構築 |
| ①否認・他責・被害的他責のウソ                 |                      |
| ②自己正当化                          |                      |
| ③解離 ⇔ 対人暴力・暴言                   |                      |
| ③自己評価の低さ                        | ⇐ <b>探索基地機能</b> が未構築 |
| ①自己否定⇒自信のなさ                     |                      |
| ②自己高揚⇒優位性への渴望→ <u>いじめ/命令・支配</u> |                      |
| ③意欲・感情のムラ                       |                      |

米澤好史 2015e「愛情の器」モデルに基づく愛着修復プログラム—発達障害・愛着障害 現場で正しく子どもを理解し、こどもに合った支援をする— 福村出版, 全254頁。



よって起こる愛情欲求行動である。親がお迎えに来たとき、すんなり帰らず逃げ回る子どもが良い例になる。すんなり帰ると親がこちらを向いてくれている瞬間があつという間に終わるが、わざと逃げたら親がずっとこちらを向いて追いかけてきてくれる。すなわち「こっちを向いて」「構って」「注目して」などのアピール行動が愛着障害にみられる愛情欲求行動である。人を試し、その結果人を見て行動を変える。厳しい人の前ではよい子になり、優しい人の前では不適切な行動を重ねてしまう。優しい人ほど、この子どもの愛情欲求に応えようとするため、不適切な行動はさらにエスカレートしていく。

### 自己防衛

2つめは、安全基地ができていないことが原因の自己防衛である。何か不適切な行動をしても、自分はやっていないと否認する。人のせいにしてしまう。友だちとトラブルがあっても、自分は一つも悪くない、相手の子が全部悪いと被害的、他責的という特徴を示す。これらは、自分を守ってくれる存在（安全基地）が見つかっていないから起こっている。そのため、正直に言いなさい、と真正面から追い詰められると、解離（それをやっちゃった、という記憶が飛ぶ現象）してまで自分を守ろうとしてしまったり、問い詰めてくる相手に対する暴力が出てしまう現象も良

く起こっている。

### 自己評価の低さ

3つめは、自己評価の低さで、一見相反する二通りの出方をする。自分はどうせダメで、できない、という風に何かをやる前から意欲が湧かず、やろうとしない自己否定の特徴として認められる。一方、自分の自己評価の低さを認めたくないために、他人の失敗などを注意、指摘して、相手よりも優位に立とうとするなど、無理矢理それを高める場面を探し出そうとする。その結果、親よりも優位な立場に上り詰めてしまい、親を支配し、命令している子どもも多い。これが自己高揚という特徴である。これらは、どちらも意欲を育む基地である探索基地がきちんとできていないことを表している。

## 愛着障害の3つのタイプ

これまでの愛着障害に対する支援現場で、その存在が指摘され、診断にもつながっている3つのタイプについて説明する（図4）。

現状、脱抑制タイプと抑制タイプの診断名は、それぞれ記載した通り異なっているが、その違いは安心基地、安全基地の問題として捉えると区別しやすい。脱抑制タイプの子どもは、安心基地を求めていることから、人を見たら全く警戒することなく関わりを求め、過剰な身体接触を好む特徴を持っている。一方、抑制タイプの子どもは、安全基地ができていないため他人を非常に警戒し、関わりを忌避するという特徴をもっている。

第3のタイプは、米澤教授が提唱している発達障害と愛着障害を併せ持っている子どもである（図2）。ASDと愛着障害が併存し

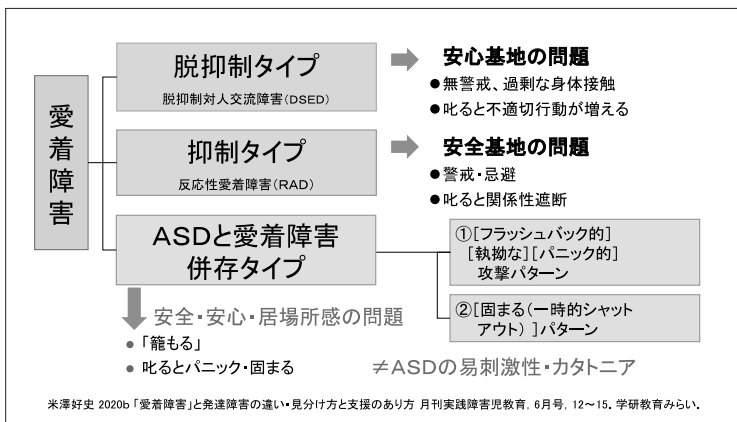


図4 愛着障害の3つのタイプ（米澤、2020b）

たタイプの子どもは、パニックを起こしたかのような激しい感情混乱、激しい攻撃行動、周囲をシャットアウトして固まる、といった行動を示すことがあるが、これらをASDの症状としてだけ捉えるのは不十分と思われる。愛着の問題を併せ持っているとして捉えて愛着の支援をすると、愛着の修復に必ずつながっていく。

## 愛着障害の支援方法

多動の支援の際、まずは子どもが落ち着ける場面を作っていくことを説明したが、それは安心基地作りから始めることを意味している（図4）。過去の愛着理論では安全基地の存在しか指摘されてこなかったため、安全基地作りから始めるために支援が失敗してしまう。実際の安心基地作りでは、「愛情の器モデル」の3つの原則を意識して進めていく（図5、表6、7）。

特定の人と結ぶ絆が愛着であることから、「愛情の器」作りに際しては、最初にキーパーソンを決め、1対1の関係で進めていかなければ失敗してしまう。キーパーソンは、親がもう一度やろうとしても、それ以外の人でも誰でも良い。

支援は常に先手を取ることが重要となる。子どもが先に欲しがったものに対して、後から応えても余計に愛情欲求を喚起させて愛情欲求エスカレート現象（表5）を生じてしまう。子どもからしたら、要求しないと応えてくれない人では安心作りにはつながらない。

愛着障害の子どもは感情が育ってないことから、嬉しそうな顔をしているから良かった、と思っはいけない。この嬉しそうな表情を、それが楽しいんだよ、と気持ちと結びつけて初めて、感情の支援になる。

以上の3つを意識して支

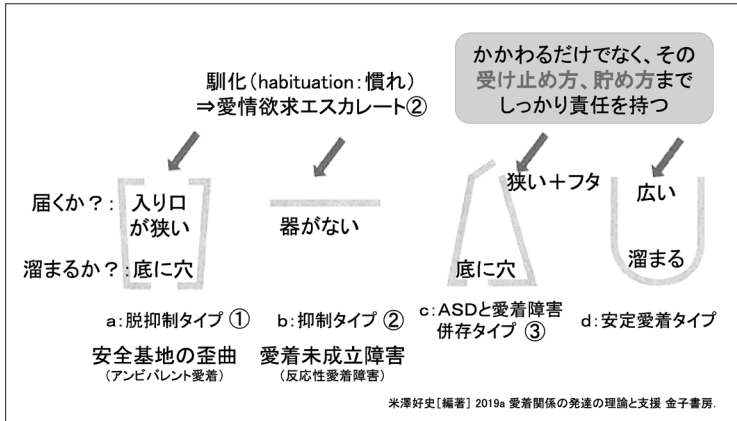


図5 「愛情の器」モデル（米澤、2019a；2019c）

表6 「愛情の器」づくりとは？

<p><b>[1対1]</b> で「キーパーソンと<b>一緒なら</b>」を意識 ⇔ <b>刺激過多</b></p> <p>「子どもが欲しがる」前に、<b>[先手]</b> でかわり愛情を！ ⇒ 愛情の<b>入り口</b>支援</p> <p><b>[感情]</b> 学習（<b>感情</b>を教える） ⇒ 愛情の<b>器の底</b>を塞ぐ支援</p> <p style="text-align: right;">米澤好史教授の講演資料</p>
---

表7 愛着の問題を起こすよくない対応

<p>・叱る ⇒ 気持ちを変えない・気持ちを混乱、 反発・意欲低下</p> <p>・褒める ⇒ 求めに応じて褒める [愛情欲求エスカレート現象] ⇒ みんなで勝手にかわる [愛情のつまみ食い現象] ⇒ 曖昧な褒め方</p>	<p>= <b>[後手]</b></p> <p>= <b>[後手]</b></p> <p>= <b>[1対多]</b></p> <p>= <b>[感情認知×]</b></p> <p style="text-align: right;">米澤好史教授の講演資料</p>
---	---

援を続けると、特定の人との絆が作り上げられ、愛着障害は直すことができる。

## まとめ

愛着障害とは、親が子どもに「愛情を注いでいない」ということではなく、親と子どもの愛情の行き違いの結果、生じた状態である。子どもが欲しい（望む）時に、欲しい（望む）愛情をもらえていない問題であり、逆に子どもが欲しくない（望まない）時に、欲しくない（望まない）愛情を押しつけられている問題ともいえる。それは、子どもの側からすると、愛情を感じ取ることができず、また、それを貯められない問題といえる。支援者としては、感受性豊かに、そしてモニタリングの視点を大切に、愛着障害の支援に臨んでいただきたい。

## 質疑応答

講演会の当日、米澤教授には5つの質問に答えていただいた。

Q 様々あると思うが、愛着障害はどの位の期間で改善するのか？

A 愛着障害に3つのタイプがあると説明したが、一番長く時間がかかるのが抑制タイプ（反応性愛着障害）だと思う。愛情の器モデルで説明しているが、色々の良い関わりをしても、それを受けとめる心の装置を作らないといけないのに、それが全くできていない。抑制タイプの子どもの場合、平均2～3年は覚悟して、とお願いしてきた。1年では、その器ができたかどうかを前の年と比べられない。こんな風にきちんと受けとめる素地ができた、と確認するのに2～3年は必要と思う。残りのタイプは支援をする連携チーム、あるいは様々なリソースが上手にからまって適切な支援ができた

ら、ケースにもよるが、大体数ヶ月で成果が必ず出てくる。もちろん様々な現れ方をするのが愛着障害であり、こころまぐいったなと思っていると、違う現れ方がでてくるというケースはよくある。そこを含めて、誰かにきちんと引き継いでいくという体制を取っていただく必要はあるが、目安としてはそういうことを捉えていただいたら良いと思う。

Q 1人の担任で30人の児童を見なければいけない。その中に攻撃性の高い児童がいる場合、クラス集団という社会の中でどういう支援をしていけば良いか。

A 攻撃性の支援の中で申し上げたポイントが参考になる。それはダメ、と真正面から止めようとする余計に嫌な気持ちが生じて、攻撃が止まらなくなるという特徴は、集団場面で注意、指摘すると更に強くなるということ、園や学校の先生方には是非知っていただきたい。つまり、愛着障害の子どもは、集団場面において、もっとも特定の人を意識しにくくなるため、集団で支援し、指導するということが馴染まないことを理解していただきたい。そのため、攻撃性の高い行動が起こった時、起ころうとする時には、その集団から少し遠ざけてあげる、という場面を作れるかどうかのポイントになる。攻撃場面が起こった時の止め方として良くアドバイスしているのが、それをしちゃダメ、という風に止めるのではなく、ちょっと違うことに注意を逸らして止める方法である。例えばその子に好きな本があったとしたら、暴れ出した時に「恐竜の本を図書室に見に行こう」という風な形で注意を逸らしてあげると、その場で混乱していた感情から離れ、注意を逸らすことができる。

Q 愛情の器となった教員が暴言や暴力に漬れてしまいそうです。身体的にも精神的にも辛いです。関わる教員についての、特にキー

パーソンへのアドバイスをお願いします。

- A 気持ち、本当に良く分かる。愛着障害の攻撃行動の中で、まさに直接関わろうとしている先生に対して暴言、暴力が出てしまうということがあるが、まずそれをどう受けとめるかというお願いとして、例えば、先生に向かって死ねとか殺してやろうか、とか暴言を言いながら殴りかかってきたとしても、これは本当に先生を亡き者にしたい、先生を攻撃対象として意識して攻撃しているのではない、と正しく受けとめてやって欲しい。嫌な気持ちが生じた時、一番身近にいて下さる方にその気持ちを紛らわして当ててしまう、これが愛着障害のこどもの特徴なので、まずその攻撃行動の意味というものを先生ご自身が全部受けとめてしまっただけでしんどくならないでやってください、とお願いしてきました。死ねと言われて私が助けてあげようか、という風に思っただけで、そういう表現しかできないんだ、と思っただけでやっていただきたい。私もいつもこうやって支えさせていってきた、やれることは限られているけれども、キーパーソンの先生を支えてくれる、支援するチームのメンバーが居てくれると、先生がしんどくなったものを聞いてもらったり、代わりをしてもらったり、という形で連携していけると思うので、そういう体制を園や学校、施設など色々なところでチームとして作っていく。これがキーパーソンの先生が潰れない、しんどくならない1つの支えになっていると思うので、そんな仲間を作っていくと良いと思う。

Q 安全基地、安心基地、探索基地ということでは話したが、それぞれの役割を担う3人が支援に必要ということか？

- A 説明が不足していて申し訳ない。安全・安心・探索基地は1人の方が担う基地機能である。まずは、その子との間に安心基地という形で関係性を作った先生が、「この人と一緒に居ると良い気持ちになる人な

ら、自分を守ってくれる人だ」、こんな風に安全基地の働きも付け加えるところまでできれば、その先生は「先生、行ってくるね」あるいは「こんなことしてきたよ」という風に基地から離れて行動する時の出発点と報告点になって探索基地も兼ねることができる。こんな風に一人で3つの基地機能を兼ねる形が一番理想的といえる。ただし、一人の負担が多くなりすぎていると思われるなら、一部を誰かに担っていただくということは、キーパーソン中心にやっていただけなのであれば大丈夫なので、そんなアドバイスをさせていただくこともある。

Q 以前、愛着障害と思われる子どもの学級担任をして、恐らくキーパーソン（親以外の人）が自分だったと自覚していたけれども、「ぎゅってしてほしい」「手を握って欲しい」という要求、要望に対して、どのような対応を取るべきだったのか、未だに悩んでいる。ちなみに子どもと自分は同性（女性）だった。

- A 皆さんが身体接触について悩むのは、そのまま受けとめてしまうと愛情欲求エスカレート現象を産んでしまう危険性がある一方で、身体接触を拒否すると関係性を切ってしまうことになるからだと思う。私がお願いしてきたのは、子どもが「先生抱っこ」「ぎゅーっとして」という風に要求してきたものに対し、ただ対応するのでは後手の支援になるため、一旦受けとめた上で違う身体接触に移すことを提案していただくこと。「ぎゅーっとして」と言われて「ぎゅー」とした後、「実は握手の方が気持ち良いよ」などと、違う身体接触の方が本当に良い気持ちを確認しやすい接触になる、と提案して対応する。すると、こちらが先手になるため、先手で関わり安心という状態に至るルートを作ることができる。

## 主な著書

- ①発達障害・愛着障害 現場で正しくこどもを理解し、こどもに合った支援をする「愛情の器」モデルに基づく愛着修復プログラム 福村出版 (2015.10)
- ②「やさしくわかる！愛着障害－理解を深め、支援の基本を押さえる－」ほんの森出版 (2018.7)
- ③「愛着関係の発達の理論と支援 (本郷一夫監修 シリーズ支援のための発達心理学)」(編著) 金子書房 (2019.3)
- ④愛着障害・愛着の問題を抱えるこどもをどう理解し、どう支援するか？－アセスメントと具体的支援のポイント51－ 福村出版 (2019. 8)
- ⑤「事例でわかる！愛着障害－現場で活かせる理論と支援を－」ほんの森出版 (2020.6)
- ⑥「子育てはピンチがチャンス！－乳幼児期のこどもの発達と愛着形成」(監修／藤田絵理子・米澤好史 共著／くまの広珠 (画)) 福村出版 (2021.8)
- ⑦「『速解チャート付き 教師とSCのためのカウンセリング・テクニック』第3巻 諸富祥彦・曾山和彦・米澤好史 (編共著)「特別支援と愛着の問題に生かすカウンセリング」ぎょうせい (2022.1)
- ⑧「発達障害と併存する精神障害の理解と支援」本郷一夫・大伴潔 (編著)「障害者・障害児心理学」(分担執筆) ミネルヴァ書房 (2022.2)
- ⑨「愛着障害は何歳からでも必ず修復できる」(近刊：2022.9) 合同出版。
- ⑩「特別支援教育 通常の学級で行う「愛着障害」サポート－発達や愛着に問題を抱えたこどもたちへの理解と支援－」(近刊：2022.10) 米澤好史・松久眞実・竹田契一 (共著) 明治図書出版。

