



マッセ・市民セミナー
(NPO法人ちやいんどネット大阪共催)

乳児期のコミュニケーションと心の育ち ー愛着関係と自我の芽生えを中心にー

開催日：令和元年9月6日(金)

会 場：四條畷市市民総合センター 多目的室（1階）

マッセ・市民セミナー

(ちゃいんどネット大阪・マッセOSAKA共催講座) (河北ブロック)

乳児期のコミュニケーションと心の育ち —愛着関係と自我の芽生えを中心に—

今井和子氏

(元立教女学院短期大学・子どもとことば研究会代表)

日時：令和元年9月6日(金) 14:00~16:30

会場：四條畷市市民総合センター 多目的室(1階)

1. 3歳未満児保育の重要性

今回の指針の改定では、3歳未満児の保育が本当に重要だということがかなり強く打ち出されました。なぜ3歳未満児の保育は大事かという、子どもたちの自己肯定感の育ちの土台が3歳未満児で養われるからです。

日本の子どもたちは、自己肯定感の育ちがとても低いです。自己肯定感というのは、自己信頼と他者信頼の両方からなっています。自己信頼とは、自分は生まれてきてよかった、自分には成長していく力があると自分が思っていることです。前はできなかったことができるようになってうれしいとか、自分が自分のやりたいことをやってのける力を持っている、僕はすごいとか、そんなふうで成長していくプロセスで自分を本当に大切にしようとする気持ちが育っていく。実感として育っていく自分を感じながら、僕ってすごい、自分が好きだと自分を肯定する気持ちが育まれること、これを自己信頼といいます。

それからもう一つ、自己肯定感には他者信頼というものがあります。人っていいなということです。人は一人では生きていけません。周りの人にいろいろと育ててもらって子どもは大きくなるのです。特に、3歳未満児は自分の思っていること、考えていることを言葉ではまだ伝えられないと思ってください。なかなか人に自分の思いが伝わりにくいわけです。言葉の生活化といって、言葉で自分の思いを少しずつ人に伝えられるようになるのは3歳ぐらいからです。それはとても大事な節目なのですが、言葉で言えなかったとしても、泣いたとき、困っているときに、表情を見てくれて自分の思いが分かってくれる人がいる、ちゃんと自分の思いは人に伝わる、人っていいな、特に自分を育ててくれる人に対しては、この人こそ大切な人なのだと感じる。それから、一人でいるより人と一緒にいる方が楽しいというコミュニケーション力を育んでいくのが他者信頼です。

自己信頼と他者信頼を合わせて、自己肯定感の育ちと言っています。この自己肯定感の育ちが、本当に人間にとっては大事なのです。自分が大切でなければ、人を大切にはできません。自分の思いをくみ取ってもらえなくて、どうして人の思いをくみ取ることができますか。自分の思いを大切にくみ取ってもらってこそ、人の気持ちに気付き、人の思いを大切にしようという気持ちになるのです。

この自己肯定感の育ちが、日本の子どもたちは異常に低いのです。韓国・中国・アメリカなどでは75～89%の子どもたちが自己肯定感の育ちがしっかりと感じ取れるのに対して、日本の子どもたちは何と36.1%です。100人中わずか36人しか自己肯定感の育ちが感じられないというのは、異常に低い数値だと言われています。

これにより、今、日本の子どもたちに起きている問題がいじめです。平成30年度に認知されたいじめが前年度から13万件増えていて、子どもたちは自分がいじめの対象にならないか、とても心配しています。そして、何と毎年毎年いじめが低年齢化しています。困りました。私は、「子どもとことば研究会」というのを30年以上やってきています。魂から発せられるのが言葉だということで、昔の人は言葉のことを「言霊」と言ってきました。私は今でも言葉には心からあふれ出る魂、思いが込められていると思います。どんな思いが込められているか、言葉を通して子どもの心の世界を探っていくことを研究会でずっとやってきています。

いじめをする子どもたちの口癖は「どうせ俺なんか」「私なんて生まれてこなければよかった」「いくらやったってできっこないし」というような、自己否定、自己憎悪の言葉です。いじめをする子どもたちは、いつの間にか自己肯定感を奪われてしまっていて、自分が大切だと思えないので平気で友達をいじめてしまいます。

もう一つの口癖は「むかつく」という言葉です。幼児でも、けんかをする相手に対して「むかつく」と言っているのをよく聞きます。なぜそんなに「むかつく」と言うのか、ずっと分析してきたのですが、今、子どもたちは遊んでいないのです。小学生以降の子どもたちが群れて鬼ごっこや缶蹴り、ドッジボールをしている姿を全く見なくなりました。今、小学生が群れて遊んでいるのは学童ぐらいです。大人がおいしいものを食べに行ったり、カラオケに行ったり、いい映画を見たり、スポーツをしたりしてストレスを解消するのと同じように、子どもは夢中で遊ぶことでストレスを解消するのです。ところが、今は子どもたちが遊んでいないのです。だからストレスがたまりにたまってしまっていて、そのストレスを弱い者にぶつけるのがいじめなのです。

いじめばかりではありません。コミュニケーションを断ってしまっている姿、引きこもりというのは、日本の子どもたちだけにしか見られない現象です。最近では韓国などでも見られるようになってきたという報告がされていますが、かつては日本にしか見られなかった現象で、今や引きこもりの子どもたちが50万人以上いると言われています。大人になっても引きこもっている人を合わせると100万人以上です。マイケル・ジーレンジガーさんというアメリカのジャーナリストは、日本でこんなに引きこもりが多い原因の一つとして、日本の親子はアタッチメント形成がうまくいっていないということを挙



げました。つらいとき、困ったときに、自分の心の支えになる、信頼できる人を心の中に持つことができていない。愛着形成がうまくいっていないということです。

それから、日本の子どもたちは希望や夢を持ってなくなってしまっています。子どもたちにとって、未来は財産です。その未来に全く希望をなくしてしまって、大人になりたがらない。引きこもってしまっているということです。本当に困りました。それから、昨年9月に一斉に新聞やニュースで報道されましたが、ネット依存の疑いのある中高生が何と93万人もいるということです。ゲームやSNSをあまりにもやりすぎてしまって、日常生活が困難になり、学力低下や生きる意欲の低下、特に前頭葉、大脳の前頭前野の機能低下が危惧されるということです。本当にこれは大変なことだと思います。そして、自殺者が多い。13～30歳ぐらいまでの青少年の死亡原因で一番多いのは自殺なのです。

このように、今、子どもたちは受難時代を迎えています。だからこそ、最初の6年間、もしくは、6年間ではないかもしれませんが、保育園や幼稚園、こども園は、子どもたちにしっかりと生きる希望を持たせ、生きる喜びを感じさせていかなければ、子どもたちが本当にコミュニケーション力をなくしてしまってしまうのではないかと心配です。

今、私が最後の最後にと書いて書いているのが『集団っていいな』という本です。今から27年前に『集団ってなんだろう』という本を森上史朗先生と一緒に書きました。それは今でも皆さんにとっても喜ばれているのですが、当時とはどうも子どもたちの姿が違ってきているということで、いろいろなところに行って子どもたちのやりとりを調査させてもらっています。例えば4歳の子どもが、お友達がブランコに乗っているのを見て自分も乗りたくなくて「乗せて」と言う、「駄目だよ」と断られてしまいました。『集団ってなんだろう』という本を書いた頃は、「駄目だよ」と言われても「何で駄目なの、私だって乗りたい」「いつだったら乗せてくれるの」と、何らかのやりとりができていました。ところが、今は断られると「もう遊ばないから絶交する」「先生に言っちゃう」と言う子が圧倒的に多いです。自己肯定感を育てていない子どもは、思いどおりにならないと、自分の人格を否定されたと思ってすぐにコミュニケーションを断ってしまうのです。今は残念ながら保護者にも自己肯定感が育っていない方が結構いると思います。そういう人たちはすぐに人のせいにします。その人たちが悪いと言っているわけではありません。自己肯定感を育ててもらえなかったのです。今は大人も子どもも本当にコミュニケーション力が低くなっています。

2. 新「保育所保育指針」改訂のポイント

今回の指針では、0・1・2歳児は自己肯定感を獲得する時期と書かれています。表情やしぐさ、泣き声は、言葉に代わる言葉です。泣くというのも訴えの言葉なのです。それをしっかり受け止めて、今何を訴えているのか、何を言っているのか、言葉に代わる言葉をしっかりと理解する保育者の感性がいかに重要かということも指針に書かれています。

特に乳児保育に関しては、今までは3歳未満児と3歳以上児という二つのブロックに

分かれていました。それが今回は0歳児、1歳以上3歳未満児（1、2歳児）、3歳以上児と三つのブロックになりました。3歳未満児保育が重要視され、その記述が増えてかなり保育内容が具体化されたわけです。

そして、今までは0歳から5領域だったのですが、今度は乳児、0歳児に限って保育のねらいとして、「健やかに伸び伸びと育つ」「身近な人と気持ちが通じ合う」そして「身近なものに関わり感性が育つ」の3つのポイントが示されました。そして、1歳以上3歳未満児からは、これまでどおり5領域を考えて指導計画を立てるというふうに変ったわけです。そして、3歳未満児は養護と教育が一体となって保育ですが、3歳以上児は幼稚園も認定こども園も保育園も、みんな幼児教育ということで一貫性をもって語られるように進めていくということになりました。

また、今までも養護の大切さは言われてきたのですが、今回、さらに養護が重視され、指針の第1章に組み込まれました。養護の定義は、命を守り育てること、そして情緒の安定を図ることです。この情緒の安定を図ることが、とても大事だと言われています。安定した感情や情緒というものは、安心して過ごせる場、機嫌のいい大人との関係性の中で育ちます。人は皆、生きてきた環境や考え方が違います。それは当然です。でも、一緒にクラスを受け持つようになった複数の保育者が、同僚性を大切にしながら本当に尊重し合う人間関係をつくり、子どもたちが安定した養護の下で情緒の安定を図っていけるような日常生活を送っているかどうか。子どもにとって園あるいはクラスというのは家庭の延長であり、家庭から離れて子どもが初めて出会う社会のモデルです。子どもが家庭から離れて8時間もしくは11時間も生活する園で、先生たちの顔色を見なければならなかったり、先生たちがぎくしゃくして何とも言えなかったりというのは困ります。先生たちの良好な関係性の中で子どもは安心して自己発揮できていくようになるということを、しっかり考えてほしいと思います。とても難しいことだと思いますが、私はこのことを養護のところで一番大事にしたいと思っています。

保育者は皆、子どもの幸せをしっかりと保証できる、最大の利益を保証できるいい保育者になりたいと思って資格を取っており、同じ志を持った仲間なのです。毎年毎年、子どもと一緒に生活して学びを獲得していくのが保育者だと思います。ですから、先輩も後輩もなく、新人も20年やってきた主任さんもみんな同じ立ち位置で、子どもたちの幸せのためにやってきているわけです。そこでつながって、しっかりと心を通わせ合っていて、いいチームを作っていけないだろうか、そこで結び合っていけないだろうかというのが、同僚性です。目指しているものは同じなわけですから、いいチームを作って子どもたちの安定した情緒を育てていくということも、養護の大切な意味の一つです。

3. 『0・1・2歳児の世界』

では、実際にどんなふうに養護が行われているのでしょうか。ある園の姿を見ていただきますが、よその園の話というのではなくて、自分たちの保育をちょっと振り返りながら見ていただけるとありがたいです。0歳児クラスの食事と寝る場面です。園長先生



は乳児保育をすごく大事にしています。担当の先生も勉強してやっているのですが、子どもたちの表情が今ひとつ豊かでないということでした。子どもの表情は、内面を映し出す鏡です。そこで、養護が大切にされているかどうか、どこが課題かを見てください。

動画開始

この先生は0歳児クラスでも一番大きな子どもたち3人を担当しています。離乳食の椅子に座っている子は、担当ではないのですが、担当の先生は他に泣いている子がいてその子にどうしても手がかかるので見てあげています。テーブルに座っている3人の子は、みんなもう1歳になっています。

今、先生がスプーンで食べさせてあげようとしたら、男の子がちょっと顔を背けました。今度はテーブルを叩きました。こういうしぐさを言葉に代わる言葉と思って理解しなくてははいけません。なぜ叩いたのでしょうか。先生は「叩かないでね」と言っていますが、それだけではなくて、なぜ叩いているのかを考えてやりとりしなければいけません。

次はお昼寝の場面です。食事が終わると、おしめを換えてきれいにしてもらって畳の部屋で寝ることになっています。ちょっと抱っここの仕方が荒っぽいですね。抱っこは体も心も抱きかかえられ、人を愛することを学ぶことだと、慶應大学小児科の先生がおっしゃっていました。もう11月なので、園の生活リズムになるべく子どもたちを合わせようということで、午前寝した子やまだ寝たくない子もみんな、ご飯を食べ終わったら寝るということにしているそうです。今、横向きにしている子を、先生は何も言わないでうつ伏せで寝かせてしまいました。後で先生に、なぜうつ伏せにさせたのかと聞くと、この子はうつ伏せでなければ寝ないからということだったので、どんなことがあってもうつ伏せはいけません。命を守るためです。そして、まだ寝たくない子もいます。20分ぐらい経つと諦めて寝てしまいますが、本当は複数担任ですから、まだ寝たくない子は少しお部屋やベランダで遊んで、眠くなったらお部屋に入っていくことができるはずなのですが。

動画終了

さて、食事の場面など、皆さんはどのように感じられましたか。養護が大切にされていたでしょうか。今日は時間がないので私から気付いたことを言わせていただきますが、あまり楽しそうに食べていませんでしたね。これでは残念です。食べる楽しみは生きる喜びを育てることです。食育が保育内容の中心に据えられたということは、いかに食べる楽しみを育てることが大切かということです。

それから、1歳1か月の子に先生が食べさせてあげていました。本当はその必要はないと思うのですが、口に入れてあげていました。その子はもぐもぐと一生懸命咀嚼して

いたのですが、まだその子がおっくんと飲み込んでいないうちに、先生はまた口に入れてしまいました。1歳児の、よくかんで食べるという食生活をしっかりと身に付けてほしいときに咀嚼できない状況を作ってしまうというのはまずいですね。

それから、最初は顔を背けて、伝わらないから今度はテーブルを叩いた男の子がいました。「先生、少し早すぎるよ、僕に食べさせてくれなくていいよ、僕一人で食べられるから」。もし言葉で言えたらきっとそう言ったでしょう。もしも表情やしぐさ、言葉に代わる言葉をしっかり受け止める保育者の感性があれば、「ごめんごめん、先生がちょっと急いで食べさせすぎちゃったね」「自分で食べるのね。もう食べさせなくてもいいよね」と言えたでしょう。それこそが応答関係です。子どもの言葉にならない訴えを先生が読み取ってやりとりするということがとても大事です。あるいは、子どもの言葉にならない言葉に同調する、共感することが大事なのです。僕の訴えたことがこの人にはちゃんと伝わる、この人には訴えればちゃんと分かってもらえるのだと子どもが感じることで、信頼関係が育っていくのです。子どもの言葉に代わる言葉をどれだけ受け止め、気持ちを理解してやりとりできるか、そこが最も大事なところなのです。

ところが、つい急いでしまうわけです。そうすると、子どもの訴えをしっかりキャッチして受け止めてあげようというゆとりがなくなります。ゆとりがなくなると共感が乏しくなってしまいます。今は保護者も忙しい生活の中で、お迎えに行ったときに子どもがぐずぐずしてなかなか帰ろうとしないと、「早く支度しなさい、お母さんは先に帰っちゃうから」などと言っているのが聞こえてくる場合があります。なぜぐずぐずしているのか、なぜ支度をしないのかと聞いてあげるのではなくて、先に帰ってしまうよと一方的に言われてしまって自分の気持ちが分かってもらえないことが続くと、子どもは訴えても分かってもらえない、訴えてもしょうがないと諦めるようになります。それではまずいのです。

今は小規模保育やベビーホテルでの保育、企業内保育など、いろいろな保育が行われています。一生懸命やっているところもありますが、中にはここで子どもたちが育つのかと思うようなところもあります。環境の格差がかなり出てきてしまっているのですが、でも何よりも大事なものは人的環境です。環境はいろいろでも、子どもたちの言葉にならない言葉を受け止め、本当に感情交流を豊かにするような保育をしてもらいたいという願いを持って、今まで40冊以上本を書いたことで貯まった原稿料や増刷料を使って、『0・1・2歳児の世界』という本を自費出版しました。全5巻で、皆さんに少しでも読んでもらえればと思って本当に安く販売しています。その2巻目が『心地良い生活と養護』です。子どもは養護を通して自分の存在の意味を見出していきます。自分の世話をしてくれる大人の養護によって、自分が大切にされていると感じます。おしめ交換一つでも、「2回も3回もして嫌になっちゃう」と言われて嫌々世話をされるのと、「いいんちをしてくれたね」と褒めてもらえるのでは全く違います。フロイトは、うんちは世話してくれる人に喜んでもらうための子どもからのプレゼントだと言っています。うんちをして、「いいおなかだ」と言ってさすってあげて、褒めてあげると、子ど



もはまたいうんちをしようします。気持ちのふれあいです。子どもは、自分の存在の意義を、養護を通して感じ取り、自己肯定感が育まれていきます。この養護を通してというのが、とても大事なことだと思います。子どもは本当に人の気持ちに敏感です。子どもたち一人ひとりを本当に大切に、あなたと一緒にいることが私にとってもとても幸せなことなのだと気持ちを込めて世話をしてあげる。それが子どもに伝わって、この人こそ自分を守り育ててくれる大好きな人だ、自分にとって本当にこの人は必要な人なのだという愛着や他者信頼が生まれていくわけです。

先ほどお見せした園で、その後、研修をしました。動画を見てもらって、どうですか、養護が大切にされていますかということはこの園の先生方に聞いたわけです。すると、ある先生が手を挙げて、涙をぼろぼろこぼしながら「私は今まで自分が保育している姿を見たことがありませんでした。子どもに申し訳ないと思って泣きたくなりました」とおっしゃいました。とても率直な先生です。気付かずにやっていたということが、私の学びでした。私は気付いているがやっているとと思っていたのですが、気付かずに子どもにそういうことをしていることがあるのだということです。これはちょっと怖いと思いました。

では、どうしたらこういうことが防げるかということですが、私はやはりチームだと思います。クラスの中でいつでも何かあったら話そう、分からないことや困ったこと、気付いたことがあったら何でも話そうという雰囲気、気楽に話せる土壌づくりをすることが、クラスリーダーの役割だと私は思います。子どもの願いや欲求をしっかり受け止め、それを支え、発達を助長していくことが子どもにとって最善の利益だとすれば、まずいなと思っても言えないなどということでは、子どもの最善の利益を保証する園とは言えません。園は子どもの人権を守る砦です。子どもの権利条約の第三条、最善の利益を保証する、そういう保育を進めていくことが、一番大事なことだと思います。

事例に戻りましょう。研修の1か月後、園長先生がまた来てくださいと言うので行ってみたら、全く変わっていました。先生は、ほとんど食べさせずに子どもに任せています。そして、「今日のおつゆの中には錦糸卵が入ってるね」「みっちゃんの好きなお豆腐さんだよ」と言葉がけも多くて、子どもの表情がすごく良くなっていました。園長先生は本当に喜んでいました。変わったのです。『学ぶことは変わることです。』これは宮城教育大学の林竹二先生の言葉です。この園で、私は研修の意味、学ぶことは変わることなのだというすごく大事なことを教えてもらいました。いい出会いをさせてもらったと思っています。

相互に喜び合い、尊重し合える関係性こそ養護の神髄であり、そして感情が豊かであるということが、脳を活性化するのは、皆さん知っていますか。順調に子どもが育っていくと、3歳ぐらいまでに大人の脳の8割方ができてしまうのです。それくらい脳の発達は3歳未満児で著しいのです。その脳の発達が著しい時期に感情が豊かであることによって、脳は活性化します。逆に、いがみ合っていたり、怒られてばかりいて子どもが本当に安心できるような生活の場になっていなかったり、虐待されたりすると、脳が



緊張してしまって発達しないのです。いかに尊重し合える関係性、そして養護が大切にされる生活が大切かということです。

4. 0・1・2歳児のコミュニケーションと心の育ち・愛着形成と自我の芽生え・葛藤 4-1. 愛着の形成

さて、では子どもの心はどんなふうに育まれていくかということを考えていきたいと思えます。人間の心は、大切なものから発達すると言われていています。その最初が愛着関係、人を求めてやまない心です。乳児は、人と心を響き合わせたくて生まれてくるのではないかと思うくらい、人の目を食い入るように見つめます。乳児の特徴は人の目を食い入るように見ることでありますが、乳児はそうして目から人の気持ちをくみ取ろうとしているのです。私も生まれてきた以上は人としっかりコミュニケーションを取りたい、響き合って生きていきたいと思って必死になって人の目を見ます。このアイコンタクトが成立することが、コミュニケーション力の原点であり、一番の土台です。

乳児は授乳のときに小休止しますが、別におなかがいっぱいになって休むわけではありません。ちょっと小休止してまた飲みます。なぜ小休止するのかということ京都大学の正高信男先生が研究されました。動物の赤ちゃんはみんな一気飲みだそうです。なぜ人間の赤ちゃんは小休止するかというと、飲み始めると必ず「たくさん飲んでね」「大きくなってね」「ほらおいしいおっぱいだよ」などの声が聞こえてきます。その声が聞きたくなくて、コミュニケーションを取りたい気持ちが優先して子どもは小休止するのです。そして、声が聞こえると安心してまた飲み始めるのです。栄養補給よりもコミュニケーションを優先する、それくらい人と心を響き合わせたくて子どもは生まれてくるのですから、それにしっかり応えていかななくてはいけません。

そして、人との関わりを通してこそ、「私」というものが形成されていきます。愛着が形成されていく道筋、コミュニケーションの原点は0歳児期にあり、自分の欲求や感情を分かち合い同調してくれる人の存在、泣いたときに「そうか、つらかったね」「さみしくなって泣いたのね」と言ってくれる人との一体感の体験こそが、社会的人格が形成されていくスタート地点です。自分の中の他者を豊かにしていくということです。

次に、生後2～3か月になると、乳児は養育者が自分のそばから離れようとするとして泣いて訴えます。そんな乳児の求めに気付いて、「そうか、もっとここに居てほしいと訴えているのね」と同調してくれる人を自分に取り込んでいって、人は自分のことを分かってくれるものなのだ、人にはちゃんと自分の思いが伝わるのだと、他者のイメージを自分のものにしていきます。こうした他者と共鳴し合う力、これが情緒的共鳴、分かち合いとも言いますが、これが豊かであればあるほど乳児はその人への信頼を強めていきます。乳児期に自分の欲求や願いに同調してもらえる経験が乏しいと、自己形成が育たないばかりか、そのうち相手の関心を向けさせるために、相手が最も嫌がることをするようになります。自分に関心を引き寄せるために、わざと人の物を取ったり、わざと物を投げたりして、あえて大人を困らせるようなことをする子どもたちが今とても増え



てきていると、私も先生たちからよく聞きます。自分の訴えに全く関心を持ってもらえなかったり同調してもらえなかったりすると、人には自分の思いが伝わらないと屈折した自我を持ってしまって、素直に人を求めるということせず、乱暴をしたり困らせるような手立てで自分の方に引き付けてしまうのです。暴走族があえて人がいっぱい住んでいるところを走るのと同じです。

そして、困ったことに、今のお母さんたちは子育てを見てきていないのです。自分が子どもを産むまで赤ちゃんの世話をしたことが全くなかったというお母さんが67%もいるという厚生労働省の調査があります。分からないのが当たり前なのです。だから、泣いたときになぜ泣いたのか分かってあげて、適切なケアをしてあげることが愛着形成の6～7割を決定するにもかかわらず、お母さんたちはどうしていいか分からないものだから、人から教えてもらってスマホの動画を見せてしまいます。スマホの動画を見せると子どもは動くものに興味があるから泣き止んでしまうのだそうです。授乳中こそ目を見て話しかけてあげなくてはいけないのに、授乳中にメールを打つのは虐待に等しいと柳田邦男さんも訴えています。そういう行き違いみたいなことが、今は当たり前のように行われています。お母さんたちを責めるわけではありませんが、応答関係が成立しない中で、愛着が非常に育ちにくくなっています。

ただ、愛着が形成されるのは、親だけではないのです。金沢大学医学部の木村留美子先生は、30年程前から、親あるいはそれに代わる重要な人との間で繰り返し行われる養護を通して、子どもの中に形成される愛情の絆のことを、「アタッチメント」、「愛着」と言っています。もし園に保育所保育指針の解説書があったら、その111ページを見てください。そこには「乳児期において、子どもは身近にいる特定の保育士などによる愛情豊かで受容的・応答的な関わりを通して、相手との間に愛着関係を形成し、これをよりどころとして人に対する基本的信頼感を培っていく。また、自分がかけがえのない存在であり、周囲の大人から愛され、受け入れられ、認められていることを実感し、自己肯定感を育んでいく」とあります。このことは、今回初めて指針の解説書に書かれました。そして、自己肯定感の土台も0・1・2歳児期に育つ。だから、親だけでなく、保育者も子どもとの愛着関係を形成してくださいということも初めて書かれました。1日に8時間もしくは11時間も子どもが生活する園で、特定の保育者との間で愛着関係をしっかり形成することが、自己肯定感の基礎になるということが書かれたわけですが、私は遅すぎると思ったくらいです。でも、しっかり書かれてよかったと思います。まずは子どもと保育者との愛着関係をしっかり形成して、それだけではなく、親と子の間で質の高い愛着関係が形成されることを支えていってあげてほしいと思います。

4-2. 愛着はどのように形成されるか

保護者は愛着がどのように形成されるのか、あまり知りません。そこで、私は『0・1・2歳児の世界』の1巻目として『愛着形成と自我の育ち』を書きました。愛着がどう形成されるかということと自我の芽生えの関わりはものすごく大事です。子育て支援

センターなどで話を聞いていると、お母さんたちが「泣いたときが一番困る。泣くと胸が痛くなる」と言うので、「そういうときはあやしてあげたら」と言うと、「あやすって何ですか」と聞かれるのです。あやすというのは、乳児の機嫌を回復して安心させてくれる人とのふれあいの喜びを感じ取ってもらう行為で、育児では最も重要なことです。それぞれ動物はいい子育てをしています、あやすということをしているのは人間だけです。人間の親だけが乳児にあやしかける子育てをしてきたのです。昔から、本当にいろいろなあやし遊びが伝承されてきています。でも、今のお母さんたちは、そうしたあやし遊びや笑わせるおはしゃぎ遊びを全く知りません。子育てが伝承されない社会になってしまっています。今は、子育てを伝承していくことは、園の大事な役割になっているのではないかと私は思っています。ですから、私は学生に、保育者になったらたくさん覚えて親に伝えていってくださいと言っています。

先ほど、愛着の形成でとても大事なのは泣いたときの適切なケアだという話をしましたが、もう一つ大事なことは笑うことです。笑うということは、人と一緒にいることが楽しいという喜びを味わうことでもあり、もちろんストレス解消にもなります。赤ちゃんだってストレスをいっぱい抱えていて、笑うことでストレス解消になります。そして、笑うことは、体の免疫力を高めます。ところが、最近本当に子どもたちが笑わなくなっています。私が10年くらい前に行った調査で、いくらおはしゃぎ遊びやぐすり遊びをしてみんなが笑っていても、なかなか笑ってくれない、笑わない3歳未満児が6%もいることが分かりました。これは大変だ、笑いがなぜ大事かということをもっと伝えていかなくてはいけないと思って、私は「日本笑い学会」に入ったのです。それこそ笑い学会の本場は大阪です。関西が笑いの本場です。入って驚いたのが、お医者さんが8割以上いたことです。どうしてこんなにお医者さんが大勢いるのかと驚いたのですが、笑うことに病気の回復力を高める効果があるということが、今認められてきているようです。チャップリンの動画を毎日見て、不治の病にかかって治らないと言われていた人が治ったという本も出ています。笑うということがいかに免疫力を高め、健康に良いかということです。

子どもは生後2か月ぐらになると人が笑うと笑うようになります。そして、3、4か月で首がしっかり座ってくると声の通りが良くなって、きゃっきゃと声を上げて笑うようになります。そのときに、うんと声を出して笑わせてあげることが非常に大事なのですが、お母さんはそういうことを知りませんし、おはしゃぎ遊びなどもやってあげられないから、子どもがあまり笑わないのです。お母さん自身も育児に対して不安があったりするとあまり笑いませんし、笑わせるゆとりがないのですが、もっともっと笑わせてあげてほしいと思います。そこで、私は3巻目に『心とからだを育む遊び』ということで、伝承的な遊びや発達に合った遊びをたくさん載せました。ぜひ見ていただければうれしいです。

首がしっかり座った子どもは、共同注視といって興味のあるものをじっと見るようになります。そのときに、大人もその子が見ているのと同じものを見て心を通い合わせる



ことがとても大事です。例えば、お散歩に行ったときに6か月の子どもが犬を見ていたとします。「今、犬を見てるんだね。ワンワンが好きなのかな」「あれ？ ワンワンがしっぽを振ってるね」と、心を通い合わせ、同調します。応答関係を作って話してあげることで、この人は自分の見ているものと同じものをちゃんと見てくれる、しかも語ってくれるのだとなりますし、繰り返し見ることでこれがワンワンなのだという事も分かってきます。

そして、やがて10か月から1歳ぐらになってくると、今度は子どもの方から自分の発見したもの、感動したこと、疑問に思ったこと、伝えたいこと、心を動かしたことを、自分から訴えるようになります。必ず指さして大人の方を見て、大好きな人がちゃんと自分の訴えを見てくれるか確かめます。それに対して、「見たよ、今、ワンワンがいるのを教えてくれたんだね」「うんうん。ワンワンがいたね」と、親や保育者がしっかり答える。そうすると、だんだん物に名前があるということが分かってきて、自分にも名前があることが分かってきます。これは大事なことで、だんだん1歳児の世界に入ってきます。

特に今日は心の育ちということで愛着関係と自我の芽生えについて話していますが、物に名前があることが分かってきて、自分の思いをこの人こそがちゃんと分かってくれる人なのだと分かってくると、人見知りをするようになります。人見知りというのは、自分のよく知っている大好きな人と、そうでない人を見分ける力がついてきたということです。ですから、人見知りというのは愛着関係が育ってきたことを意味しています。そう言うと、「うちの子人見知りしないのですが大丈夫ですか」と不安を訴えるお母さんもいますが、必ずしも人見知りしなくても、愛着関係がしっかりできてきている子もいます。ただ、表情が乏しくてあまり笑わなかったり、抱かれると嫌がったりする子は、人見知りが出ないと心配な子です。そういう子に対しては、アイコンタクトや泣いたときの適切なケア、いっぱい笑って楽しいねという時間を持つといったことを、もう一度念入りに繰り返すことがとても大事です。諦めないでください。愛着をどの子ともしっかりと形成してほしいと思います。

物に名前があること、自分にも名前があることが分かってくると、自我が芽生えてきます。この自我の芽生えというのが、1歳児にとっては本当に大事な心の育ちです。自我というのは、自分の心、自分の思いにこだわる働きです。自我の定義はいろいろありますが、私は自分が今思っていること、考えていることがだんだん子どもの中に育ち、その自分の思いにこだわるようになることだと思っています。

でも、それはまだ「何を思っているの」「何をしたいの」と聞かれても、言葉では言えません。自分の思っていることや考えていることがあっても言葉で言えないのは、すごくつらいことです。皆さんも、風邪を引いて声が出なくなってしまったときに、もどかしく思った経験があると思います。そう考えると、1歳児や2歳児がどんなにつらいか分かると思います。この時期に自我が芽生え、自己主張が始まるのは、「僕の思っていること、つもりを大切にしてください」という訴えなのです。このことを、保護者の方にぜひ



ひ伝えてもらいたいのです。どうも日本の親は、「いやいや」「だめだめ」という自己主張が始まると、子どもが言うことを聞かなくなった、素直でなくなってきたと思って、「ちゃんと言うことを聞きなさい、駄目でしょ」と、大人の思いを押し付けてしまうことが多くなります。そうすると、オキシトシンというこの時期に分泌する大事な成長ホルモンがあまり分泌しなくなると言われています。ですから、抑え付けずにどう対応したらいいかということ伝えていかなくてはけません。高橋恵子先生という心理学者の調査では、アメリカやヨーロッパの親が子育てで一番感動が大きかったのは、子どもが自分に対してNOと言えたときだそうです。自我の芽生えを子どもの成長と捉えて感動するのです。日本の親にもそのことを伝えてほしいのです。

この時期に自我が芽生える背景には、歩くことができるようになって、自分の行きたいところに行けるようになるということがあります。自分が行動の主体者なのだということが自我を芽生えさせると言われています。だから、この時期一番好きなのがパイパイです。パイパイというのは、大好きな人から離れていきますよという独立宣言です。

二つ目が、言葉の獲得です。自分が誰であるか分かる、物に名前があることによって自分が誰であるかが分かってきます。そうすると、大好きなこの人はママとかパパとか先生で、自分とは違うと分かる。そうすると、自分が自分の主人公なのだということに気が付き始めて、もう赤ちゃんではないのだから自分のことは自分で決めたいと、自己主張をするようになるのです。人間の子どもってすばらしいですね。

それからもう一つ、自分のつもりというのが出てきます。ただ、自分はこうしたいと思っても、そのつもりを「どうしたかったの」「何がしたいのか言ってごらん」と言われても、言葉では言えません。実は、私が1歳児クラスを受け持っていたとき、9月ですから半分ぐらいの子は2歳になっていました。ある日、私は早番で、もう1人の先生は遅番で9時半出勤でした。3日間雨が降って4日目、子どもたちはお天気になったと喜んで、窓から外を眺めて「おんも行きたい」というように訴えました。その週はもう1人の先生がリーダーで、何をするかを決めることになっていたのですが、私はつい、「もう1人の先生が来たらお散歩に行こう」と言ってしまいました。そして先生が来たのが9時半です。もう2時間たっているわけです。出勤した先生は私のところに来て、「運動会の遊びをまだ一度もしていないので、今日はホールで運動会の遊びをしたいです」と言ったのです。すると、子どもたちがみんな、先生のところに行って「だめだめ」とか「いやいや」「ばかばか」と言って、怒りだしてしまいました。

そのときに、これと同じようなことが子どもたちの生活の中にはいっぱいあるのではないかと、反省しながらつくづく思いました。自分のつもりを分かってもらいたい。でも、「どうしたいの」と聞かれても自分のつもりは言葉で言えません。そうすると、「どうしたいの、分かんないわね」と、お互いに分かり合えないが多くなってきます。そうすると、子どもは泣いたり怒ったり、駄々をこねたりします。この駄々こねこそ我慢をするとても大事なチャンスで、この葛藤がとても大事なのだと、田中昌人先生や白石正久先生という心理学者が言っています。

大事なのは、自我が芽生えたときにどう対応するかで、頭から「言うこと聞かなくちゃ駄目」とは言わずに、まず「いやいや」と言ったときには何が嫌だと訴えているかを分かってあげてください。そして、その「いやいや」の中身を言葉にしてあげます。そうすると、子どもは分かってもらえた、自分のことを一人の人間として尊重してもらえたとうれしくなります。そこで、今度はお母さんや保育者が自分の考えを述べます。そして、子どもに自分の訴えと大人の考えていることは違うのだと気付かせます。これが何よりも大事です。自分の訴えと大人が考えていることが違うことに気付かせます。そうして、困った、どうしましょうとなると、3歳以上児であれば、自分でどうすればいいか、解決策を考えて出してくれます。2歳になったばかりだとそれはまだ無理ですから、お母さんが代わりに、お互いに納得できる案を提案します。抑え付けては駄目です。そうすると、子どもは納得します。そうやって折り合いをつけるということが、対話の始まりです。あなたはそう思ったのね、私はこう思うのよとお互いに思っていることを出し合って、違ったときにはどうするか。違いがあって当たり前で、その違いを何とか分かち合っていかなければいけません。お互いが違いを認め合いながら、どうすればいいか問題解決を図る。こういう経験が、自我の芽生えのとき、自己主張が始まったときにはとても大切なのです。そうやって自我の芽生えに対応していくと、子どもは自分の主張を理解してもらえた、そして大人の考えていることも理解できる、ではどうすればいいのかと折り合うことがだんだん身に付いていきます。とても大事なことです。ぜひ本を読んでください。

5. 2歳児の葛藤（事例考察）

でも、子どもたちは自分の思いがうまく伝えられないだけに、葛藤が大きいです。2歳児は、葛藤の多さ、難しさ、思いどおりにならない事態にぶつかって、混乱状態になります。その子どもの姿を見てもらいたいと思います。これこそが、私が最後に一番皆さんに分かっていただきたいところです。

動画開始

しんちゃんという乱暴な男の子がいました。2歳9か月です。1歳で保育園に入ったときから人の物を取ったり人を押したりといったことはあったのですが、2歳になるとますます乱暴になってしまって、先生たちは本当に困っていました。私はしんちゃんが2歳の6月にこの園に呼ばれて、この子にどう対応したらいいか、どういう指導が必要かということを研修しました。

しんちゃんは、2人の男の子と0歳から一緒に仲良しです。2人が虫を取ってきて先生に見せているところにしんちゃんがやって来て、さっそくれんちゃんの汽車を取ってしまいました。担任の先生が返しなさいと言ったら返しました。ここが大事なのですが、しんちゃんの乱暴ぶりを見るだけではなくて、しんちゃんの本当の要求、願いは何かと

いうことを、しんちゃんの行動からしっかりと見てください。

しんちゃんは2歳9か月です。人の名前や物の名前は言えます。名詞は出てきます。でも、自分の要求や思っていることをまだ少しも言葉にできません。奇声になってしまいます。先ほどの仲良しの2人がまだここに居て、れんちゃんが「あっち行け」と言っています。しんちゃんは、このような言葉が全然出てこないのですが、「やめて」と言っています。ということでした。

動画終了

2歳のときのしんちゃんの乱暴ぶりを見ていただきました。本当に乱暴で大変な子どもなのですが、皆さんにしんちゃんの本当の願い、要求は何かを分かってもらいたいと思って見ていただきました。さて、しんちゃんの本当の願いは何だったと思いますか。私は初めてこの園に行き、この子がしんちゃんですと言われて、今見ていただいたビデオを撮ったのですが、撮りながら私は胸が熱くなりました。しんちゃんは、本当はお友達と遊びたいと切実に願っているのです。それなのに遊ばなくて、葛藤しています。遊びたいのに遊べないという生活の中で、この子はイライラしているのではないかと私は見ました。なぜそう思ったかということ、最初にれんちゃんを持っていた汽車を、しんちゃんが取ってしまいました。取るというのは必要だから取るわけで、汽車が手に入ればそれで遊びだすのかなと思ったら、先生が「返しなさい」と言うと、しんちゃんはそれを返して、走って汽車の置いてあるところへ行行って、青い汽車を持って2人のところに戻ってきたのです。つまり、僕も同じ物を持ってきたから仲間に入れてというサインです。私はそれを見て、しんちゃんはお友達と一緒に遊びたかったのだと思いました。

そして、先生が「連結、連結」と言いつながって遊びだしたところまではよかったのですが、れんちゃんの股の下にしんちゃんの腕が入ってしまって、れんちゃんは動きがとれなくて困ってしまい、しんちゃんの汽車を取ってしまいました。するとしんちゃんは怒って、「何で僕の汽車を取るんだ」と言わんばかりにれんちゃんの頭をばんと叩きました。しんちゃんは、れんちゃんが動きが取れなくて困ったということが分からなかったのだと思います。手を出したことで先生に注意されて、しんちゃんは「いや」と言いました。あれは一語文といいます。本当は「いや」の後に続く言葉があるのです。「先生はいやだ、僕のことをちっとも分かってくれていないじゃないか、僕だって本当はお友達と遊びたいのに、先生は何で僕の気持ちを分かってくれないの」と、訴えたかったのだと思います。「いや」という一語文の後の隠れた言葉はそういう言葉だったと思います。しんちゃんは乱暴の限りを働いていますが、その乱暴にはみんな意味があるということ、保育者である皆さんには分かってもらいたいのです。



6. 2歳児の保育

6-1. 2歳児の理解のために「行為はその子の自己表現」心の動きを見つめる

今日は、せっかく皆さんに来ていただいたので、ぜひ覚えて帰っていただきたいことがあります。一つは、「見る」と「観る」ということです。「見る」というのは、「また乱暴している」「また髪の毛を引っ張った」「また人の物を取った」「またかみついた」などと、目に見える働きを指します。3歳児でも言葉が出てくると、「しんちゃんがまた乱暴してるよ」「また人の物を取ったよ」「また頭を叩いたよ」と言います。目に見える働きというのは、見ていれば誰だって分かるわけです。しかし、子どもを見るときにこれだけでは困ります。目に見える働きだけでは困るのです。では、もう一つの「観る」とは何でしょう。目に見えないものを見ようとする働きです。目に見えないものが見えっことはありません。でも、見ようとするれば見えてくるのです。目に見えないものを見ようとする働き、真実を追求しようと思って見る、これがもう一つの「観る」です。

皆さんがたった7分間のビデオを見て、しんちゃんの本当の願いがつかめたのは、観ようとしたからです。観ようとしなければ観えませんが、観ようとするれば観えてくるのです。全て行動には意味があります。かみつくだって、ただ言葉が出てこないからかみつくのではなくて、日ごろの疲れや生理的な不快感、例えば3日も4日も便秘になっているとか、朝ご飯を食べてこなくておなかが空いてしょうがないとか、寝不足でもっと寝たいのにみんなが騒いでいてうるさいとか、そういうこともかみつきの要因になるのです。ですから、理由もなくかみついて困るなどとは言わないでください。理由もなくかみつくなどということはありはしません。乱暴でも何でも必ず心の理由があります。その心の理由を見ようとするのが「観る」です。

なぜかみついたのか、なぜ今怒ったのか、なぜ急になくなったのか、なぜと問う心は相手の魂に近づく心です。「なぜと問うて子どもの本当の心の理由をつかむこと、これが保育者の役割ではないか」と灰谷健次郎さんがお茶の水女子大学で記念講演をされたときにおっしゃいました。なぜと問う心は相手の魂に近づく心、なぜと問うてみて子どもの目に見えない心の動きを捉えることこそ、本当の子どもとつながれる大事な力になっていくということです。皆さん、子どもを否定的に見ないでください。乱暴で困る、遊ばなくて困る、落ち着きがなくて困る、かみつけばかりして困る、困る困ると目に見える姿だけを決して見ないでください。必ず行動には理由があります。だから、なぜと問うてその心の理由を考えてほしいと思います。

先生は、注意ばかりしていました。「またかみついたの」「また乱暴したの」「また人の物を取ったの」「止めて、止めなさい」と、後手後手の対応で注意ばかりしてきました。そうすると、その注意されている様子を見て、他の子どもたちは「また乱暴したね」「しんちゃん乱暴だね」「また先生に注意されてるよ」と、みんなもますます、しんちゃんは乱暴な子で困るというふうに見てしまいます。確かに注意することは大事です。乱暴をしたら、「やめてちょうだい、そんなことをするとお友達が痛いから」と注意することは大事です。でも、それだけではなくて、なぜ人の物を取ってしまったのか、



「みっちゃんもその本が欲しかったの?」「みっちゃんもとっても好きな本だから、自分の本だよと言いたかったの?」「一緒に見たかったの?」と、言葉にしてあげてください。

滑り台の上から滑ろうとしている子を押ししたのは早く滑ってほしいと思ったからだし、かみついたのは手をつなぎたかったのに友達がいやいやと言ったからで、必ず心の理由があるのです。見えないものを見ようとして、その心の理由をしっかりと読み取ってあげてください。聞いたって駄目です。「なぜかみついたの」「僕、便秘してるんです」なんて、子どもは言いません。大人が考えてみることで、必ず見えてくることがあります。そうやって、3歳未満児は自分の思いを言葉で言えないだけに、大人がなぜと問うて子どもの心の理由を代弁してあげることが大事です。「こうしたかったんだね」「本当はこうするつもりだったんだね」と先生が言ってくれば、子どもは僕のつもりを分かってもらえてうれしくなります。子どもの自己主張は、僕のつもりを分かってということなのです。その子どものつもりを理解し、本当に心と心がつながり合える関係性を作っていくことこそが、保育ではないでしょうか。皆様のご活躍を心から祈念しております。頑張ってください。