0～6歳児のための

「成長の土台」をつくる 発達支援のお話

行動面で気になる様子がある、コミュニケーションがしづらい、言葉や身辺自立が遅い、お友だちと遊べない、集団参加が難しい…など、お子さんの発達面で、気がかりなところはありませんか？

気がかりな様子・行動がある場合は、早期発見・早期改善が効果的ですが、お子さんが小さいと、「発達は個人差があるので、もう少し様子を見ましょう」と言われてしまうことがあります。また、専門家による発達支援〈療育〉の多くは、3歳になるのを待つ必要があります。

この小冊子では、ゼロ歳から始められる、〈成長の土台〉に注目した発達支援の考え方をご紹介します。「すでに療育に通っているが、効果が出てこない」とお悩みの方も、きっと良いヒントが見つかるはずです。

もくじ

■ 早期発見は難しい？　2

■ 診断や専門的支援が先延ばしになる理由　3

■ 「親子関係が進みにくい子ども」がいる　4

■ 早期発見のポイントは、愛着形成への着目　5

■ 愛着形成が揺れている子どもの特徴　6

■ ふつうの育児法が、裏目に出てしまう　8

■ 従来の療育では、効果が出にくい子ども　9

■ 〈成長の土台〉をつくる発達支援の進め方　10

★よくある質問★　11

■ 早期発見は難しい？

●お子さんの発達が気がかりで、相談室にいらっしゃる親御さんたち。早いケースでは、生後6ヶ月の赤ちゃんもいます。かわいい反応が返ってくる時期ですが、「なんとなく様子がおかしい」と気になり、相談に来られるのです。「目が合いにくい」「泣いてばかりいる」「そりかえりが多い」「おとなしすぎる。サイレントベビー？」など、ご心配はさまざまです。

　1歳のお誕生日を過ぎると、「言葉が遅い」というご相談が多くなります。また、「落ち着きがなく、目が離せない」「かんしゃくがひどく、身辺自立が進まない」「親子のコミュニケーションが進みにくい」「発達障害なのではないか？」といった相談も増えてきます。

●0～2歳児で困るのは、小さな子どもの発達に関する、専門的な相談先が少ないことです。また相談しても、「年齢が低いうちは、個人差が大きいので、あまり心配しないで。3歳ぐらいまでは様子を見ましょう」と言われたり、「なるべく話しかけてあげて」「子どもの気持ちを受け止めてあげて」など、ありふれたアドバイスしかもらえなくて、がっかりすることもあります。

★「様子を見てよい」のか、「早めに手を打つべき」なのか、
　早期発見できる方法はないのでしょうか？
★すぐに始められる、早期改善の方法はないのでしょうか？

■ 診断や専門的支援が先延ばしになる理由

●「言葉が遅れていたけれど、3歳になったら、急にしゃべり始めた」というケースもあります。しかし一方で、「もっと早めに手を打っておけば」と後悔される方もいらっしゃいます。

　どうして、「様子を見ましょう」と診断が先延ばしになるのでしょうか？ また、ほとんどの療育は3歳児以上が対象で、それまでは、専門的な支援が受けられないのはなぜでしょうか？

●たしかに、小さい子どもの発達は個人差があります。しかし、それ以上に大きな理由は、「0～2歳児の発達は、専門家の支援ではなく、日常的な親子関係の中で、自然な形で進んでいくもの」という考え方があるからです。

　たとえば、生後6ヶ月を過ぎた赤ちゃん。あやすと笑顔で応えてくれたり、相手をしないでいると、喃語（なんご）を発したり、泣いてアピールしたり。こんな自然な親子のやり取りの中で、「もっと気持ちをわかってもらいたい」という意欲が高まり、自主的に言葉を覚えていくのです。

　さらに親子関係が進むと、「ママやパパと同じことをしたい」という気持ちが出てきて、親のマネをするようになります。その結果、服を着る、靴をはく、スプーンを使うといった身辺自立が進んでいくのです。

●表現や成長に向かう意欲、いわば〈成長の土台〉は、専門家によってではなく、ふだんの親子関係の中で育まれていきます。ですから子どもが小さいうちは、「専門家に頼らず、まずは、ふだんの親子関係を大切にしましょう」というアドバイスになるのです。しかし…。

■「親子関係が進みにくい子ども」がいる

●〈成長の土台〉となる親子関係のことを、愛着関係と言います。愛着理論は、イギリスの精神分析学者のボウルビィによって提唱され、その後、児童心理学の常識になりました。

「愛着形成がうまくいかないことで、発達や人間関係に影響が出てしまっている状態」は愛着障害と呼ばれ、親の虐待やネグレクトなどが主な原因とされています。つまり、「ふつうに育児をしていれば、愛着は自然に形成されるものだ」という考え方なのです。

●ですから、愛着形成にとって重要な時期である0～2歳ぐらいまでのお子さんについては、「一番大切なのは親子関係です。まずは、親がしっかり育てていってください」と言われます。

専門家から、「愛情を持って育てる」「笑顔で接する」「子どもの気持ちを受けとめる」「たくさん話しかけてあげる」といった、当たり前のアドバイスが返ってくるのは、「この時期に大切なのは、当たり前の育児」と、専門家は考えるからです。

●しかし近年、親がいくら愛情たっぷりに育てていても、愛着親子関係が進みにくい子どもが増えています。相談室でも、そのようなお子さんにたびたび出会います。親御さんたちは、「子どもの発達は、すべて親の育て方にかかっている」みたいに言われて、途方に暮れてくれているのです。

そういうケースでは、親子関係という〈成長の土台〉作りを、一緒に手伝ってくれるような専門家の支援が必要です。

■ 早期発見のポイントは、愛着形成への着目

●小さい子どもの発達は、確かに、個人差は大きいものです。しかし、〈成長の土台〉となる親子関係（愛着関係）に関しては、かなり早い時期から、その状態を見るすることができます。

〈成長の土台〉がぐらついていると、いくら待っていても、本格的な発達は始まりません。したがって、愛着形成の状態を見て、「様子を見てよい」のか「早めに手を打つべき」なのかを、早い時期に判定することは重要です。

●愛着形成の状態を知るための方法で、よく知られているのは、発達心理学者のエインズワースらによって提唱された「ストレンジ・シチュエーション法」です。「母子分離の状況を作り、しばらくして母親が戻ってきたとき、子どもがどのような行動をとるか」を観察します。そのようなストレス場面では、愛着関係が育っているお子さんなら、親に助けを求めたり、抱きついて泣いたりという行動が見られるからです。

●子どもの「泣き」や「甘え」は、愛着形成と深く関わる表現行動です。ですから、言葉による表現を待たなくても、それに先に出てくるはずの「泣き」や「甘え」といった表情や行動による表現の発達を見ることで、早期発見が可能になるのです。

もし、お子さんの愛着形成が揺れているのなら、ゼロ歳であっても、〈成長の土台〉に注目した発達支援を開始することが望まれます。なるべく早くに取り組んだ方が、効果も出やすいからです。

■ 愛着形成が揺れている子どもの特徴

●「愛着形成が揺れているか否か」を判断するため、先ほどの「ストレンジ・シチュエーション法」を実施するとすれば、特別な実験観察室が必要です。しかし相談室では、お子さんのふだんの様子を伺ったり、実際の様子を拝見したりすることで、専門的な視点から、愛着形成の揺れを判定することができます。

●ここでは、相談室でよく見られる「**愛着形成が揺れていると思われるお子さんの特徴**」をご紹介します。ぜひ、ご参考になさって下さい。

※ただし、愛着形成が揺れている場合、ここにあげた様子が、すべて表れるわけではありません。また、これ以外の様子が表れるケースもあります。逆に、ここにあげたような様子が見られる場合でも、しっかりと愛着形成が進んでいるようなケースもあります。なので、あくまでも参考程度にご覧いただき、ご心配な場合は、ぜひお早めにご相談ください。

【0歳児】

・目が合いにくい。
・抱っこをすると、そりかえったり、身をよじらせたりする。
・抱っこをしたとき、一体感が感じられない。
・ほとんど泣かない。（反対に、ギャーギャー声で長泣きする）
・サイレントベイビー（おとなしすぎる赤ちゃん）
・いつも機嫌が悪い。
・親になつかない。

【1歳児～】　※0歳児の項目に加えて

・怖いことや嫌なことなどがあっても、親に助けを求めたり、泣きついてきたりしない。
・聞き分けが悪い。
・少しのことで、かんしゃくを起こしやすい。
・こだわりが強い。
・落ち着きがない。
・集団行動が苦手。
・たいした理由もないのに、人に手が出る。
・指しゃぶり、物なめ、鼻ほじり、歯ぎしりなどの〈気になるクセ〉が直らない。
・気持ちが分かりにくい。
・奇声が多い。
・寝つきが悪い。眠りが浅い。
・増えていた言葉が、ある時期から消えてしまった。

●〈成長の土台〉である愛着関係が形成され、成長意欲や表現意欲が進むと、ふだんの何気ない親子関係が、自然に子どもの知的な発達を促します。ところが愛着の形成が揺れていると、「笑顔で接する」「たくさん話しかける」「子どもの気持ちを受けとめる」といった努力も、空回りになってしまうことが多いのです。

■ ふつうの育児法が、裏目に出てしまう

●ほとんどの育児書は、「ふつうに育児をしていれば、愛着は自然に形成されるものだ」という前提で書かれています。しかし、愛着形成が自然に進むお子さんと、そうではないお子さんとでは、接し方のコツに違いがあります。それどころか、ふつうの育児法が裏目に出てしまう場合もあるのです。

●たとえば、「子どもの気持ちを尊重する」ということについて。愛着形成が揺れているお子さんは、ホンネの気持ちをなかなか表現してくれず、表現した気持ちが、ホンネの気持ちとは正反対の場合もよくあります。なので、「子どもの言い分を受け入れる」という接し方が、子どもの不満やストレスを倍加させてしまうことがあるのです。

●また、「ダメなことはダメと教えていく」ということについて。愛着形成が揺れているお子さんは、親が気づかない不安や緊張（隠れストレス）を抱えこんでいて、それが困った行動となって表れることがあります。ですから、愛着形成が揺れを改善していかないことには、いくら言って聞かせても、困った行動が直らないことが多いのです。

●さらに、「すぐに泣いてしまうのは赤ちゃんで、泣かないで行動できるのが成長」、これがふつうの見方です。しかし、ここぞと言うときに、〈泣き〉という、愛着形成のための重要な表現行動を取れることが、〈成長の土台〉作りのカギとなるのです。

■ 従来の療育では、効果が出にくい子ども

●3歳以降の場合は、「様子を見ていたが、いよいよ心配になってきて…」という方からのご相談が増えてきます。また、「特に心配していなかったのに、3歳児健診で発達の遅れを指摘された」という方や、「すでに療育に通っているが、効果が出ない」という悩みで、相談室を訪れる方もいらっしゃいます。

●愛着形成が揺れているお子さんの場合は、従来の療育では効果が上がりにくい面があります。なぜなら…。

　たとえば〈集団療育〉では、友だちとのやり取りで、良い刺激を受けることが期待されます。しかし、親との愛着関係が揺れているお子さんの場合は、そもそも人への興味・関心が育っていないので、自分勝手な行動ばかりになってしまいがちなのです。また〈個別療育〉でも、提示された課題に対して、なかなか興味を示してくれません。それは、親子関係の中で身についているはずの成長や表現に向かう意欲が育っていないからです。

●このようなお子さんの場合は、〈成長の土台〉作りのための療育に取り組んでいくほうが効果的です。また、従来型の療育との併用も可能です。

■ 〈成長の土台〉をつくる発達支援の進め方

●相談室では、愛着支援技術の専門家が、〈成長の土台〉作りのための発達支援を通して、「自然な親子関係が進んでいく」ため手助けをしています。

●進め方としては、まず親御さんから、ご心配の内容や、ご家庭でのふだんの様子をうかがいます。さらに、目の前のお子さんの様子を拝見することで、成長の土台としての愛着形成が揺れているか否かをアドバイスをしていきます。

●つぎに、愛着形成が揺れることの一番の原因である、感情抑圧傾向についてご説明します。小さいお子さんの感情抑圧傾向は、親御さんの目からはわかりづらい点があります。そこで、お子さんとのやり取りを見ていただきながら、感情抑圧傾向を見抜くポイントをお伝えしています。そこがわかると、今までとは違う角度から子どもを見ることができてくるので、ふだんの関わりのなかでも、やり取りのコツがわかってくるはずです。

●親御さんが新しい見方になじんできたら、愛着形成のポイントとなる表情や行動による表現（「泣き」や「甘え」）を導くための体を使ったやりとりをお伝えし、さらなる〈成長の土台〉作りをサポートしていきます。

★よくある質問★

(Q) 1回の所要時間は、どれぐらいですか？
(A) 90分程度です。じっくりとお子さんの様子を拝見し、今できることを丁寧にご説明したいので、それだけの時間を頂戴しています。

(Q) 0歳の赤ちゃんに対しては、どのような内容になりますか？
(A)「目が合いにくい」「抱っこをすると、そりかえる」など、p6に書かれている様子が見られる赤ちゃんは、感情抑圧傾向により、愛着形成が進みにくい場合があります。そのような赤ちゃんに対しては、「泣く」という自己表現行動を励ますような接し方が、予防的育児として必要です。抱っこのしかたなど、ちょっとした工夫から始められるポイントをお伝えしていきます。

(Q) どれぐらいのペースで通う必要がありますか？
(A) 最初のうちは、2週に1回通っていただくのが基本です。しかし、「月1回では効果がない」というものではなく、それなりの効果が期待できます。

(Q) どれぐらいの期間通えば、改善されますか？
(A) 愛着形成に即効薬はなく、じっくりと腰をすえて通っていただく性質のものです。ですから、〈成長の土台〉つくりのための療育は、いわば体質改善の漢方薬のようなものだとお考えください。
　ただ、多くのケースでは、2週に1回のペースで通っていただくと、3ヶ月程度で、お子さんの行動に変化が表れます。半年通っていただくと、親子関係がかなり改善され、発達面での前進が感じられるようになります。その時点で、「手ごたえがあるので、このまま続けたい」とい

う方と、「手ごたえがあったので、そろそろ卒業したい」という方がいらっしゃって、最終的には、親御さんの選択となります。

（Q）現在、他のところで療育を受けています。しかし、先生の言うことを聞けずに怒り出したり、走り回ったりで、なかなか進歩が見られません。このような子どもでも、だいじょうぶですか？
（A）はい、だいじょうぶです。「聞き分けが悪い」「じっとしてくれない」「すぐにかんしゃくを起こす」といった行動の多くは、愛着の揺れから来るものです。ですから、〈成長の土台〉つくりのための療育に取り組んでいくことで、自然に意欲や落ち着きも出てきますので、ご安心ください。

（Q）5歳児で、中～重度の発達障害があります。このような場合でも、〈成長の土台〉をつくる発達支援（療育）の効果はありますか？
（A）もちろんあります。多動・他害・自傷・奇声・こだわりなどの〈気になる行動〉は、愛着関係がしっかりとできあがっていくと、落ち着いていく場合が多いのです。また、〈表情や行動による表現〉が伸びていくと、お子さんの気持ちがわかりやすくなるので、つきあうコツが発見できるのではないでしょうか。ぜひ、あきらめずにご相談ください。

★「〈成長の土台〉をつくる発達支援」についての詳細（場所・費用・予約方法等）は、WEBサイトをご覧下さい。

WEBｻｲﾄ「ぴっかりさんの子育て相談室」
～ぴっかりへのご相談～ →→→

■子育てカウンセラー／ 萩原 光（はぎはら・こう）

千葉県八千代市でシャローム共育相談室を主宰し、子育て相談・親子カウンセリング・ことばの発達相談・発達が心配な子どものための療育支援・大人のためのカウンセリングを通じて、多くの親子の立ち直りを援助している。ネット上では、「ぴっかり先生」として有名。著書は『心を抱きしめると子育てが変わる』（主婦の友社）、『ちょっと気になる子の育て方』（学陽書房）、『お母さんの抱っこでよい子に育つ』（PHP研究所）など多数。愛着支援技法研究会・代表。

■シャローム共育相談室

〒276-0031　千葉県八千代市八千代台北16-17-4
TEL:090-6142-9456
Eﾒｰﾙ:picari@nifty.com
WEBｻｲﾄ「ぴっかりさんの子育て相談室」
（http://picari.jp/）→→→

※WEBサイトには育児に役立つ話がたくさん掲載されています。