

セラピー各論 1

保育心理士養成講座

稲垣綾子

日本女子大学家政学部児童学科 准教授

臨床心理士・公認心理師

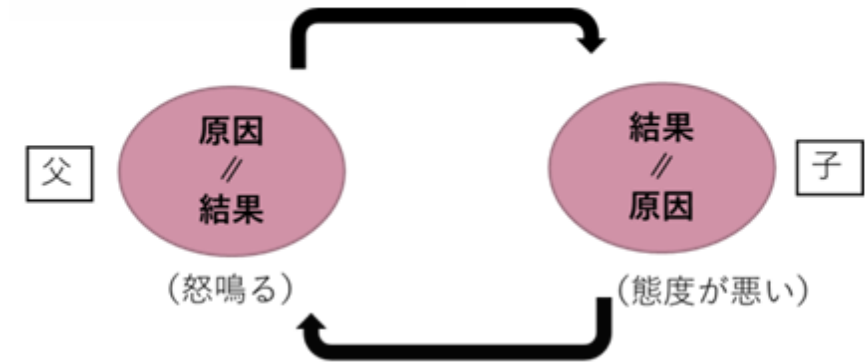
※本資料の複製や無断使用，無断引用，転載，SNSやAIへのアップロード等はお控えください

子どもと家族の心理援助で大切にしている視点 関係性のなかで“しごと”をする

1. 悪者探しをしない・円環的なサイクル＝**家族療法**の視点

- お父さんの言い分：「子の態度が悪い（原因）から、私は怒鳴る（結果）」
- 子どもの言い分：「父が怒鳴る（原因）から、僕は態度を悪くする（結果）」

《円環的因果律のダンス》



✓ 無意識に家族のバランスをとろうとする子どもたち

★ 2. 個人の心の危機を、関係の中で調整するサイクル ＝**アタッチメント**の視点

アタッチメント

- 個人の内的世界と現実の関係性をつなぐもの

△ 愛着 ≡ “人や物へのポジティブな思い入れ”という意味合いが強い

- 誰かに対して感じる情緒的な、気持ちの上での**つながりや結びつき**
- 特に、**怖い、不安、危ない、しんどいというネガティブな気持ちになった時に**、慰めてほしい、支えてほしい、理解してもらいたいと感じる相手や、困ったときに**頼れる相手との関係**がアタッチメントの関係

(モレッティ・稲垣, 2025)

◆ひとりの感情の揺れを**ふたりの関係性のなかで調整**
安全感 + 保護 の見通し

⇒ **他者と心理的につながりながら、ひとり立ち**

(遠藤, 2012)

@Ayako Inagaki



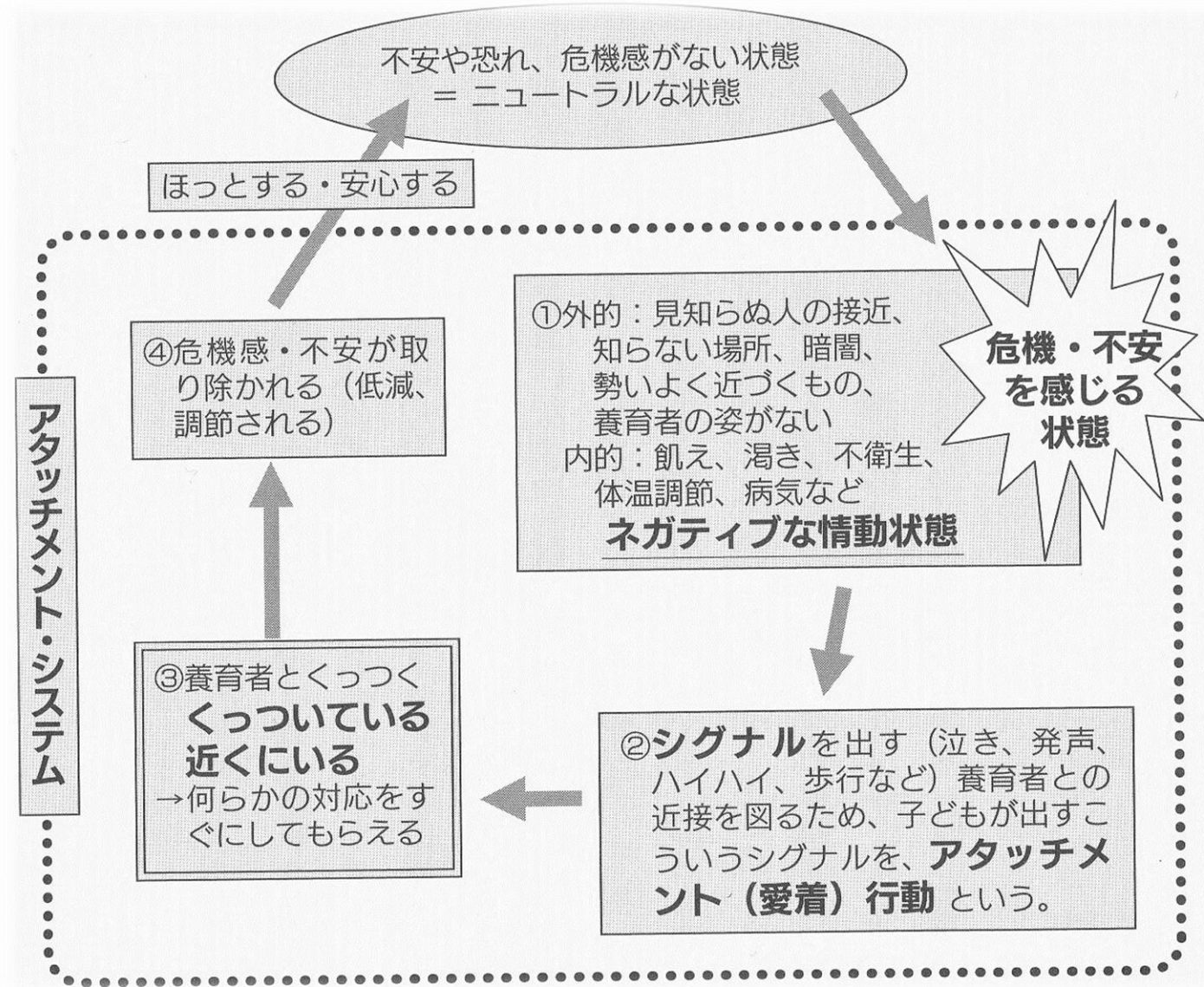
アタッチメント システムの働き

- ✓ 一者の情動の崩れを
二者の関係性によって調整する仕組み

(Schore, 2001)

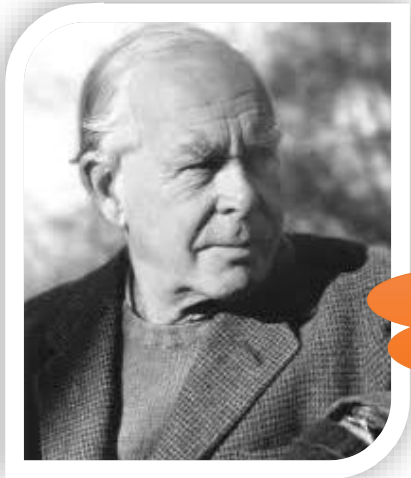
◆ 関係性をつなぐ指針

- ① 家族や周囲の大人の役割
- ② 支援の方向性 (北島, 2021)



(数井, 2012)

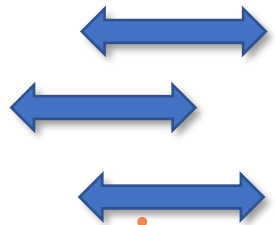
子どもの“こころ” どう考える？



ジョン・ボウルビー John Bowlby
1907-1990 児童精神科医・精神分析家

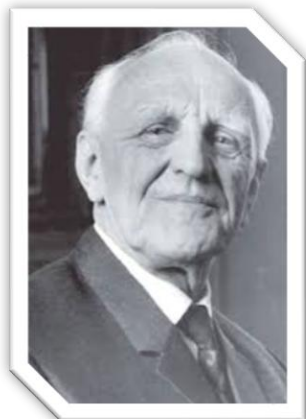
危機的な状況での
アタッチメントシステム
と養育システム

外の世界
現実



移行対象
ー内と外のあいだー

内的な世界
(心的現実)



ドナルド・ウィニコット
1886-1971 小児科医・精神分析家 @Ayako Inagaki



アンナ・フロイト 1895-1982
精神分析家・自我心理学

VS

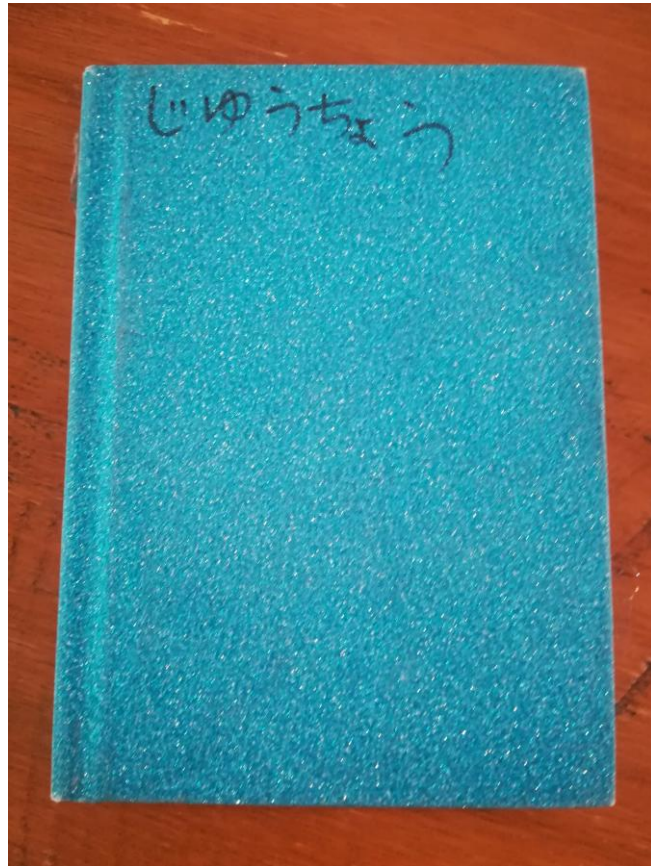
プレイセラピー
と子どもの心の
世界をめぐって



メラニー・クライン 1882-1960
精神分析家・対象関係論

事例 Aちゃん 6歳（小1）女子

“じゅうちょう”はどんな存在？



- 小学校のスクールカウンセリング事例
- 1学期終わり頃、担任の先生より依頼
「控えめだが利発、友達との交流も穏やかで落ち着いたタイプの女子だが、最近何かに怖がってオドオドしている。相談にのっていただけますか。」
- 教室の様子はそれほど目立つことはないが、休み時間に声掛け。担任の先生が彼女の様子を気にしていること、相談室でも話を聴くことができることを伝え、担任の先生とその日の放課後に来室。
- 話を聴くと、「一昨日見たTVの怖いシーンを学校でも思い出してしまって怖くなる…ママにも相談したが、どうしたらいいかわからない…」
- 親御さんに連絡をとり、来室してもらうことに。

* 複数のケースを組み合わせて構成した事例です *

アタッチメント対象の2つの側面

- ◆ 不安な時に, 支持, 慰め, 安心を与える 「**安全な避難場所**」
(safe haven)
 - ◆ 探索活動, 遊びへの関与を促す 「**安心の基地**」
(secure base)
- ◆ アタッチメント対象に不安を受け入れてもらい, 安心感を得られたのちに送り出してもらうという循環のなかで, ネガティブな情動が調整され, 自律的な活動が可能となる。
- **感情コントロール**や**自律性autonomy**と深く関係
- (Bowlby, 1973; Miculincer & Shaver, 2003)

揺れ動く “感情” の扱い

“アタッチメント”システム
から考えてみる

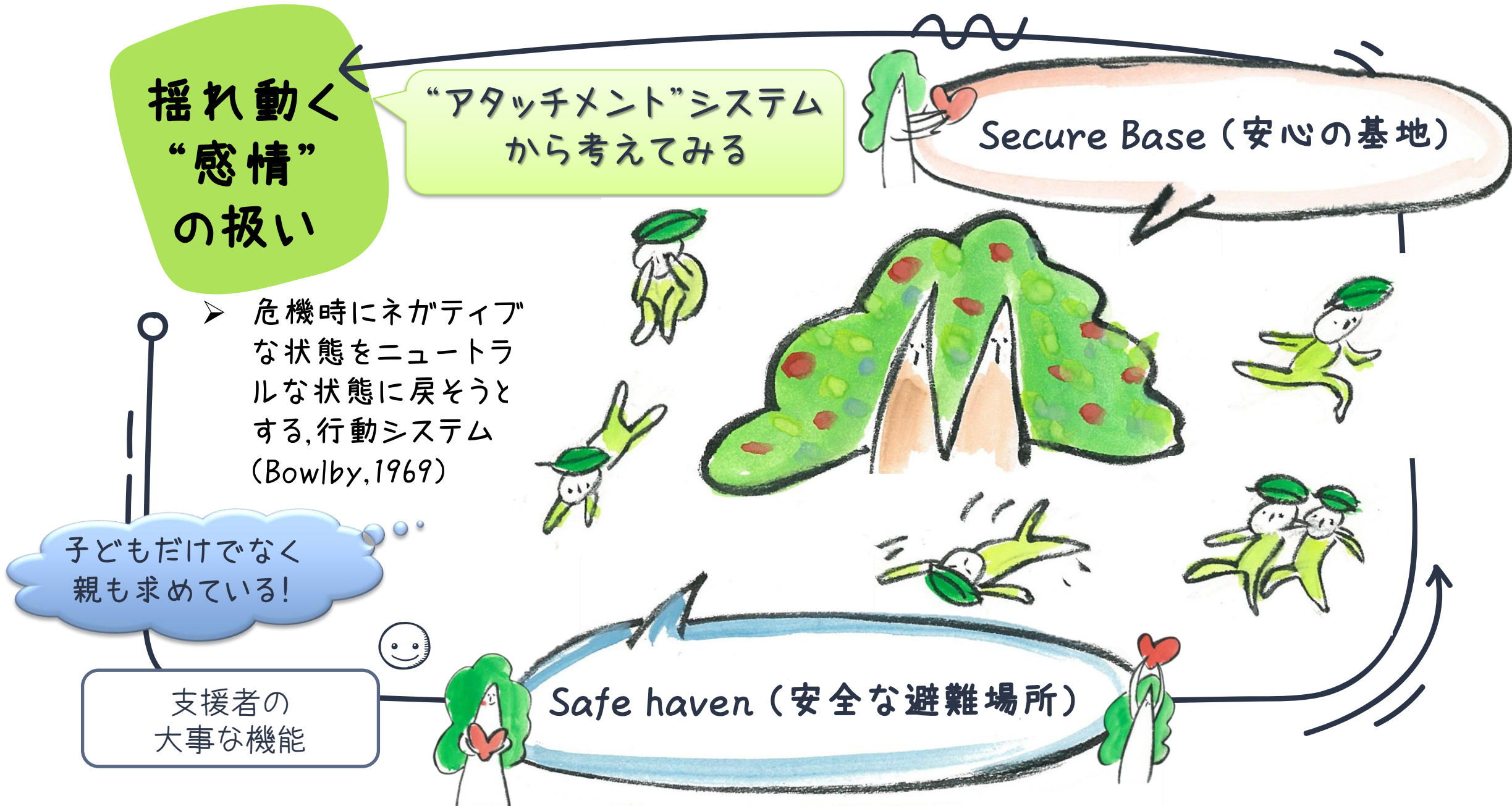
Secure Base (安心の基地)

- 危機時にネガティブな状態をニュートラルな状態に戻そうとする, 行動システム (Bowlby, 1969)

子どもだけでなく
親も求めている!

支援者の
大事な機能

Safe haven (安全な避難場所)



援助者が “アタッチメント対象” になるためには…

◆開かれたコミュニケーション

- ➔ 否定的な気持ちも語れるかどうか
(何かに脅かされていることを理解する姿勢・安全な避難場所)

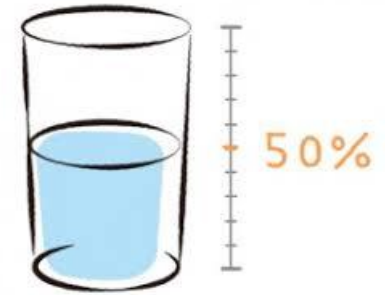
◆アクセスが可能であること

- ➔ 必要なときに連絡がとれ、本人のペースやスタイルに合わせた関わり
(時熟を待つことのできる安定感)

◆必要な場合には守りと支援行う

- ➔ IP (Identified Patient) のために動いてくれるという信頼感
(安心の基地としての機能)

子どもと家族援助における基本姿勢



- 人與人との「関係性」に注目する（自分をも含む）
- ポジティブに出来事をとらえる。良い面にも注目する
- 非難的にならないこと，「悪者（＝原因）探し」をしない
- 対等な関係であること
- 援助者の評価基準，専門的知識をあてはめない
 - ✕ 判定的な態度
- 家族のもつ意味づけを重視
- ✓ **子どもの問題の解決に最も影響力をもっているのは家族！**

（檜林，2013）

内的作業モデル

Internal working model

- 自分が主観的に不安や危機を感じたときに応じてくれるのは誰か？
 - その人からどの程度、慰めが期待できるのか？
 - 自分がその人から援助や保護を受ける価値があるのか？
- …といった「仮説」であり、次の行動を導く「**心的な表象モデル**」

◆ 安定アタッチメント対象が存在 ⇒ 慰めや援助を期待できる

… 自ら助けを求める行動を起こしやすい。

援助の手が差し伸べられた時には援助を受け入れることができる。

◆ 安定アタッチメント対象が不在 ⇒ 誰からの慰めも期待できない

… 援助を求める行動は起こしにくい。

支援が提供された場合でも無視や拒否に結びつきやすい。

✓ IWMは無意識的・自動的に作用。
私たちの対人関係のあり方に、一貫性と安定性をもたらす

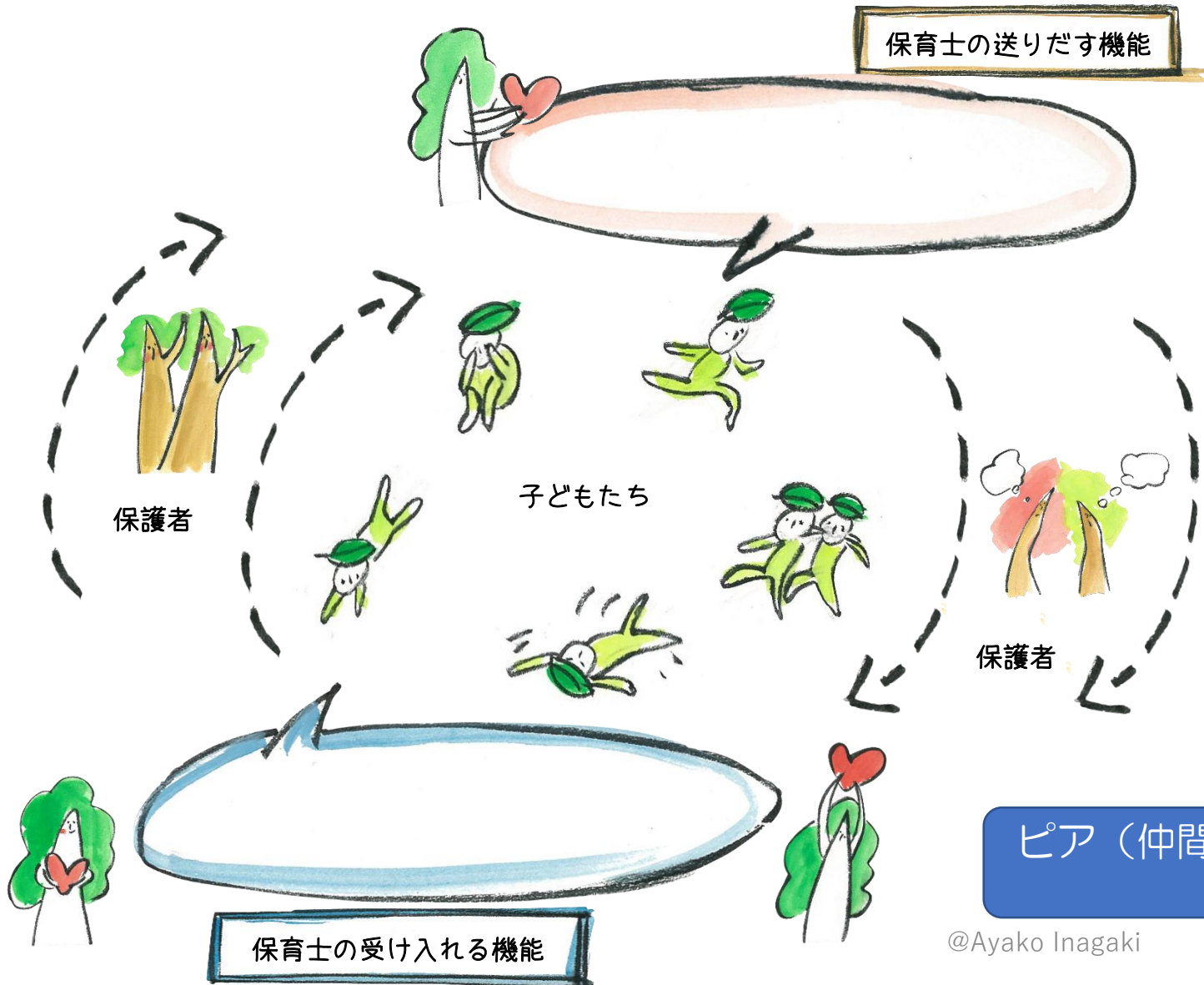
アタッチメントの 特徴と発達

“危機的な状況で発動”されるのが基本
「楽しく」でも危機的な状況において利用できない
関係,「体を寄せ合う」ことはできても不安に関して
無関心な関係では,アタッチメントは充足できない

- | | |
|-----------|-------------------|
| ① 近接性希求 | (一緒に過ごすのが好きな人) |
| ② 分離苦悩 | (離れていて寂しく感じる人) |
| ③ 安心の基地 | (応援してくれていると感じる人) |
| ④ 安全な避難場所 | (落ち込んだときに慰めてくれる人) |

- すべてを備えることがアタッチメントの絆 (attachment bond) の形成には必要
- 乳児期は親がすべての特徴を担うが, 児童期 (8~14歳) になると, 主要なアタッチメント対象は親だが, 「近接性希求」「安全な避難場所」の特徴がピア (同輩・友人・恋人) 関係に移行。
- 15~17歳になると, すべての機能がピアに置き換わる
(Hazan & Shaver, 1994; Zeifman & Hazan, 2000; 中尾, 2017)

4つの“アタッチメントのニーズ”に注目して支援を考える



- ①近接性希求
(一緒に過ごすのが好きな人)
- ②分離苦悩
(離れていて寂しく感じる人)
- ③安心の基地
(応援してくれていると感じる人)
- ④安全な避難場所
(落ち込んだときに慰めてくれる人)

ピア（仲間）関係で解決していくための基盤、移行期を
保育士は、どう支援するか？

《架空事例》

Bくん 5歳年長 「あたまがづらい」

- 3月生まれのB君は、皆より身体も一回り小さく、できないことが多い。集団指導では集中が続かず、多動気味。乳児クラスから在籍しているので、B君が小さいことや幼い部分があることは、子どもたちも、他の保護者もわかっていて、可愛がる意味で、Bの自由な言動を話題にすることが多かった。保護者も、そうした様子を愛らしく感じ、楽しんでいた。
- 年長の夏休み明けから、登園しぶりが始まった。登園時は母にべったり。また、午睡明けに泣きじゃくることが始まった。母親自ら、今の仕事が忙しく、Bに寂しい思いをさせていることが担任との間でも話題に。実際、母が早くにお迎えに行くと、満面の笑みでほっとした様子をみせた。
- 秋の運動会前から、Bは友だちに手を出すようになった。担任は、手でなく言葉で伝えるように指導し、そのことを母にも伝えた。同時期、「家にいたい」と朝パニックが頻発。我慢がきかない。この頃から、Bは家でもあまり友だちの話をすることがなくなった。

- 運動会当日, 年中の男児チームがすれ違いざまに, Bを呼び捨てにして逃げていった。年長クラスでは「くん」を使うので, 気になった母がBの気持ちを聞くと「ふつう」。
- 運動会でのBは, 皆と同じようにできず, 他の保護者も失笑。演技中, 4~5月生まれの男児がBを指導する様子を見て, 母は「これでいいのかな」と不安に感じた。
- 担任からすると, Bのできなさに最初はどうなることかと思ったが, 運動会本番にむけて, 「Bはだいぶできるようになった。成長した」と。
- 運動会後も, Bの午睡明けの泣き・暴力・我慢の利かなさが続いた。母がちょうど早めに迎えにいった日は, 午睡明けから「寂しい」とずっと泣いていて, おやつも食べられない状態だったとのこと。
- その日の夜, 母がBに, お昼寝のあとの寂しい気持ちについて聞いたところ, Bは, 珍しく30分ほど語ってくれた。

- 「今日は公園に行くとき、列でX君（4月生まれ）たち（男児）が後ろから蹴ってきたんだ。それで仕返しした。ごめんなさい。でも先生は前にいて、いえなかった」
- 「でもさ、いいこともあったんだ。Cちゃんたち（女児）と一緒に虫をつかまえて、家を作ったりしたんだ」
- 「X君はいつもぼくのこと“チビ”って言う。今日も、給食でぼくが好きなブロッコリーとごはんが出たから、ちゃんとお野菜とデザート食べてから、おかわりしにいったら、そこにX君がいて。“ブロッコリーごはん、できてきてないじゃん。あ、チビだからな。できないもんな”って言ってさ。食べれなくなった。…あたまが辛い」。先生にはいろいろおしごとがあって言えなかった。
- その前日の朝には、「おかあちゃんのすがたが見えなくて、ぼく、寂しくなって泣いちゃったんだ」と最後に伝えて、眠りについたとのこと。

- 母は涙ながらに担任に報告。

「できないことが多いのは仕方ないと思ってきたけれど、こんなに本人を苦しめていたとは思わなかった。B, 本当に心細くなって、午睡明け、母親の姿がみえなくて、シクシクしてたのかな…」

B君と母には、どのようなアタッチメントのニーズがあり、保育士としてはどのような対応が考えられるでしょうか？

アタッチメントや仲間関係の支援を念頭において、
小グループでディスカッションしてみましょう

文献

- Diamond, G.S. & Diamond, G.M. (2013). Attachment-Based Family Therapy for Depressed Adolescents. Amer Psychological Assn.
- 遠藤利彦 2012 子育て・子育ての基本について考える ～アタッチメントと子どもの社会性の発達～ 甲南女子大学国際子ども学研究センター第 80 回公開シンポジウム.
https://www.konan-wu.ac.jp/~kodomogaku_for_children/bulletin/vol.14/80_ENDOU.pdf
- 稲垣綾子 (2023) MAP (Make an Agreement/ Arrangement on Parenting) プログラム資料, unpublished.
- 数井みゆき (2012) アタッチメントの実践と応用：医療・福祉・教育・司法現場からの報告. 誠信書房.
- 北川恵 2013 アタッチメント理論に基づく親子関係支援の基礎と臨床の橋渡し. 発達心理学研究 24(4), 439-448
- 北島歩美 2019 アタッチメントと家族支援. 日本家族療法学会ワークショップ講師資料.
- 北島歩美 2021 アタッチメントの発達と家族 In 児童虐待における公認心理師の活動. 金剛出版.
- 中尾達馬 2017 児童期から成人期のアタッチメント, Inアタッチメントに基づく評価と支援, 北川恵・工藤晋平編, 誠信書房.
- 檜林理一郎 2013 家族療法の理論. In 家族療法テキストブック. 金剛出版.
- マーレン・M・モレッティ & 稲垣綾子, 2025. Connect (コネクト)：親と養育者を対象としたトラウマインフォームド・アタッチメントベースドプログラム日本版マニュアル, 未公刊. (Original Manual: Moretti, M.M. in collaboration with Connect Clinical Team, Connect: Parents and Caregivers, An Attachment Based and Trauma Informed Program for Parents and Caregiver 2020 version, Simon Fraser University)