



7月25日(金)

「愛着（アタッチメント）と自己肯定感について」

講師・応用教育研究所 亀谷陽三先生



「愛着(アタッチメント)と自己肯定感」を、亀谷先生を囲んで輪になって話しました。日々の中で思うこと、悩むことを、亀谷先生に質問をしました。

【質問】

- 小さい時は自己肯定感が高いのに、だんだん下がっていく。どんなことをしていくと心の折れない子が育ちますか？
- 愛着って何？愛着を行動に移すには？愛着が欲しい子にはどこまですればいい？
- 子どもたちの試し行動への応え方？
- 満たしてあげているつもりが伝わらない。満たしてあげられていないようにも思う。。。



●**アタッチメント**とは「子ども」が「特別な大人」とくっつく関係のこと、生きていくための「居場所」

➡心の「安心基地」「安全基地」を手に入れる。

➡子どもは一人では生きていけない。守ってもらう。包み込んでもらう。

➡子ども側から見て、くっつきたい時にくっつけている？子どもが大人の思うような姿になった時にくっついていない？

➡アタッチメント関係がうまくいかないと、ストレス反応が起こって、大人からみて「困った子」に見えますが、本当は「困っている子」(子ども自身が困っている)なのです。人との関係で「安全や安心」が感じられたら困った行動をする必要がなくなります。

●**「居場所」**とは、①心理的に安全で安心できる場所②ありのままの自分でいられる場所。

➡心が安全。大人も同じ。

●**「自己肯定感」**とは、自分と自分の関係の中で「まるごとの自分」を育てること。成功して自信をもつことと勘違いされますが、それでは失敗したら下がってしまいます。子ども時代には、大人の協力を得て、「ありのままの自分」を肯定的に包み込む体験をすることが大切。

●**「私」(保育者・支援者)のできることは？**

*見方の捉えなおし➡「困った子」から「困っている子」へ

「何に困っているのかな？どうしたいのかな？」という見方を。

*捉えなおした見方は、必ず子どもに届きます。

*子どもを怖がらせて統制する関わりをなくす。

*くっつきたい子、見てほしい子、聞いてほしい子を包み込む。

*気がかりな子を包み込む大人の姿が、他の子たちのモデルになる。

*ネガティブな感情を「ありのまま」に受容する。(例:「いやだったね…」を全受容)

*意図的にポジティブな行動を観察する。大切なことは「君の良さや育ちを見ているよ」という「心のエネルギー」を出すこと。



感想:大人の都合で見ていたかも、「困っている子」と見方を変えたい。