

## 第 69 回日本小児保健協会学術集会 特別講演 1

アタッチメントの枢要な役割を再確認する  
—乳児院調査の結果にも拠りながら—

遠藤 利彦 (東京大学)

## (1) アタッチメントの生涯に亘る枢要な役割

アタッチメント理論の創始者たる John Bowlby によれば、アタッチメントとは文字通り、生物個体が他の個体にくっつくようにする（アタッチしようとする）ことに他ならない。Bowlby は、個体がある危機的状況に接し、あるいはまた、そうした危機を予知し、恐れや不安の感情が強く喚起された時に、特定の他個体への近接を通して、主観的な安全の感覚を回復・維持しようとする行動傾向をアタッチメントと呼んだのである。

このアタッチメントに関わるこれまでの膨大な研究の蓄積は、とりわけ乳幼児期におけるアタッチメント経験の質が、人の心身の多様な側面の発達に深く関与し得ることを実証してきている。幼い子どもは、養育者等との緊密な関係性によってもたらされる安全の感覚に支えられて、外界への探索活動や学習活動を安定して行い、また、相対的に円滑な対人関係を構築することが可能になるのだと考えられる。Bowlby は、養育者は、小さな子どもにとって「安心の基地」(secure base) および「安全な避難所」(safe haven) として在るべきだと言明していた。子どもは特に感情の崩れがなく落ち着いている時には、養育者を「安心の基地」として、それを拠点に活動の範囲を広げ、いろいろなことにチャレンジしながら思い切り遊び、探索や冒険に没頭することができる。しかし、その探索や冒険の最中に遊び疲れや痛い思いをしたりして、恐れや不安といったネガティブな感情が生じると、子どもは、今度はあそこに行けば必ず慰めてもらえるはずの養育

者という「安全な避難所」に猛スピードで駆け込もうとするのである。そして、そこで養育者にしっかりとくっつき安心感を取り戻し、感情の燃料補給を済ませると、再び養育者を「安心な基地」として勇敢に外界へと出て行こうとする。小さな子どもの日常は、まさにこうしたことの繰り返しだと言えよう。ある研究者らは、こうした繰り返しのあり様を「安心感の輪」(circle of security) と呼び、子育てや保育などの基本は特に難しいことではなく、この「安心感の輪」をごく自然に子どもに経験させてあげることなのだとしている。

実のところ、アタッチメント理論が最も重視するのは、何かあった際には確実につながることができるという主観的確信が、高度な自律性の獲得を可能ならしめるということである。そこには、一つの逆説があり、幼少期に恐くて不安な時に安定してくっつくことができ、その度ごとにしっかりと安心感に浸ることができていた子どもほど、何かあったらあそこに向けて信号を発すれば、あるいは駆け込んでいけば、必ず慰撫され・保護してもらえるはずだという確かな見通しを持つことができるようになる分だけ、徐々に他者に過度にくっつくことなく、すなわち、あまり甘えたり依存したりすることなく、逆にしっかりと一人で自律的・主体的にいられるようになるのである。

しかし、言うまでもないが、すべての子どもがこのある意味当たり前とも言えるアタッチメントを安定して経験できる訳ではない。とりわけ虐待やネグレクトといった不適切な養育に日々さらされている子どもは、養育者とのアタッチメントに重篤な問題を抱え込み、

時にそれに起因して心身発達のさまざまな側面に看過しがたい遅れや歪みを呈してしまうことがある。現に、世界各地で展開されている長期縦断研究は、乳幼児期に子どもがその養育者との間で経験するアタッチメントの質が、その後の生涯に亘る心理社会的適応や心身の健康等をかなり長期的に予測し得ることを明らかにしてきているのである。

## (2) アタッチメントが心身の発達にもたらすもの

これまでの膨大な研究の蓄積は、幼少時のアタッチメント経験の質が、広く、心身の多様な側面の発達の道筋を左右し得ることを実証してきているが、殊にその影響が大きいとされているのが、自他への基本的な信頼感の形成に対してである。極度の恐れや不安の状態にある時に無条件的に、かつ、一貫して養育者などの特定の誰かから確実に護ってもらうという経験の蓄積を通して、子どもはそうしてくれる他者およびそうしてもらえる自分自身に対して高度な信頼の感覚を獲得することが可能になると言える。逆に、虐待などの不適切な養育にさらされかなり恒常的にアタッチメント欲求を満たしてもらえない状況下で育った子どもは、時に、自他に対して根深い不信感を形成してしまうことがあるという。子どもはアタッチメントを通して、自分あるいは他者はどのような存在であるか、もう少し具体的に言えば、他者は近くにおいて自分のことを受け入れ護ってくれる存在なのか、翻って、自分は困った時に求めれば助けてもらえる存在なのか、愛してもらえる存在なのかといったことに関する主観的な確信を形成するに至るのである。

こうした自他に対する主観的な確信を Bowlby 自身は「内的作業モデル」という術語で呼んでいるが、彼によれば子どもは、これを一種の人間関係のテンプレートとして用いて、自分が養育者等の特定他者との間で経験したことをほとんどそのまま別の他者との関係においても期待するようになり、結果的に、その後多くの場合その主要な特定他者との間で経験した関係と類似した性質の対人関係を持つに至るのだという。

また、こうして獲得される自他への信頼感は、先にもふれたように「一人でいられる能力」あるいは自律性の発達にも密接につながるものと仮定されている。自身のアタッチメント欲求が安定して満たされる状況で成育した子どもは、何かあったらあの人にところに行けば必ず保護してもらえる、慰撫してもらえるはず

という高度な見通しを持てるようになる分、逆の見方をすれば本当の危急時以外の時は不安から解放されて在る分、その感覚に支えられてそれこそ確実に保護し慰撫してくれる他者を「安心の基地」として、そこから外界に積極的に出て自律的に探索活動を起こすことが可能になるのである。

さらに、アタッチメントは、共感性やメンタライゼーション（心の理解能力）の発達にも寄与するということが知られている。近年、とみに注目されるようになってきていることに、子どもが恐れや不安などの感情をもって近接してきた時に養育者はその崩れた感情をただ立て直すだけではなく、多くの場合、自分自身が「社会的な鏡」となり子どもの心の状態を調律し映し出す役割を果たしているのではないかという仮定がある。例えば、子どもが何かに痛がっているような時に、養育者にはそれが自身の痛みのように感じられ、瞬時つい痛みの表情を自らの表情に浮かべてしまうということがごく普通にあるのではないだろうか。また、そこで多くの場合養育者は、「痛かったね」と言った上で、その後「痛い痛い飛んでいけ」というような発話をしながら子どもの崩れた感情の回復を図ろうとするであろう。こうした、養育者における子どもの心の状態を共感的に映し出し、また、その状態に合致した発話を向けるような働きかけの下で、子どもは、徐々に自身の心に何が生じているかを理解し、さらに、そうした理解を他者の心の状態にも適用し得るようになりその中で豊かな共感性や思いやりの力を身につけていくと考えられるのである。

加えて、アタッチメントは、身体や脳の発達に対しても深く影響を及ぼし得ると言える。感情とは元来、心身の緊急反応として在る。それは、特定の行為傾向と緊密に結びついており瞬時にそれを可能ならしめるための身体状態を咄嗟に準備するものである。例えば、アタッチメントを引き起こすきっかけたる恐れという感情は、逃避という行為傾向と結びついておりその行為にかなった心臓、血管、内臓、筋肉などの身体活動を瞬間的に賦活させる。しかし、別の見方をすれば、緊急状態とは当然それだけ身体各所に高い負荷がかかった状態ということになり、それが効率よく元通りにされなければ身体のさまざまな機能不全を招来しかねないものと言い得る。極端な場合には、それが種々の心身症にもつながり得るとも言えるが、神経生理学的組織も含め身体全体が未だ形成途上にある子どもに

においてはその度重なる感情制御の失調は、ただ一時的に病的状態をもたらすに止まらず時に恒久的な意味で深刻な発達不全を引き起こしてしまう危険性がある。

例えば、近年、摂食、睡眠、繁殖、概日リズム、免疫など人の基本的な生理的活動に関与するとされるHPA（視床下部-下垂体-副腎皮質）軸やSAM（交感神経-副腎髄質）軸の発達に乳幼児期のアタッチメントの質が深く関係している可能性が指摘されている。現に、歪曲したアタッチメントとの関連が相対的に強く想定される被虐待児ではこうした脳内基盤に深刻な発達不全を抱え込むことが多く、ひいてはそれがその子ども固有の脆弱性の素地となってさまざまな身体健康上および心理行動上の問題を生涯発達過程全般にわたって生じやすくさせるのだという。一部のアタッチメント研究者は、子どもが受けるこうしたダメージを「隠れたトラウマ (hidden trauma)」と呼び、その破壊的意味合いの大きさに警鐘を鳴らしている。また、アタッチメントに関する縦断研究の中には既に、幼少期のアタッチメントが成人に至ってからの身体的健康をどれだけ予測するかを問題にしているものもある。ある一つの研究によれば、生後12・18か月にその養育者との間におけるアタッチメントが不安定だった個人は、安定していた個人に比して32歳時の段階で約4倍多く種々の身体症状を訴えたという。

### (3) アタッチメントの個人差とそれを分けるもの

言うまでもないが、乳幼児は、養育者を自分の力で選び変えることができない。そのため、彼らは、どのような養育者であれその対象との間で最低限安全の感覚が維持できるよう、その養育者の関わりの質に応じて自分の近接の仕方を調整する必要に迫られそこにアタッチメントの個人差が生じてくることになる。

Mary Ainsworthによれば、アタッチメントの個人差は、特に養育者との分離および再会の場面に集約して現れるという。彼女は、統制された条件下で生後12~18か月の子どもにこうした分離と再会を経験させその反応を見る体系的な実験手法、いわゆるストレンジ・シチュエーション法を開発し、子どものアタッチメントの特質が、A回避型、B安定型、Cアンビヴァレント型の3つの内のいずれかに振り分けられることを明らかにしている。Aタイプは、養育者との分離に際しさほど混乱を示さず、常時相対的に養育者との間に距離を置きがちな子どもである。Bタイプは、分

離時に混乱を示すが、養育者との再会に際しては容易に静穏化しポジティブな感情をもって養育者を迎え入れることができる子どもである。Cタイプは、分離に際し激しく苦痛を示し、なおかつ再会以後もそのネガティブな感情状態を長く引きずり、時に養育者に強い怒りや抵抗の構えを見せるような子どもである。Ainsworthによれば、A回避型の子どもの養育者は相対的に子どもに対して拒絶的にふるまうことが多いという。一方、Cアンビヴァレント型の子どもの養育者は、子どもに対して一貫しない接し方をしがちであるという。それに対して、B安定型の子どもの養育者は、相対的に子どもの潜在的な欲求やシグナルに対して感受性や応答性が高く、しかもそれが一貫しており予測しやすいのだという。

なお、近年、第4のアタッチメントの存在が注目を集めている。B安定型はもちろん、A回避型は養育者に対するアタッチメント・シグナルを一貫して抑え込もうとする点で、また、Cアンビヴァレント型はアタッチメント・シグナルを最大限に表出しアタッチメント対象を常時自分のもとに置いておこうとする点でいずれも整合的かつ組織化された (organized) アタッチメントであると考えられることができる。しかし、こうした行動の一貫性を著しく欠いた子どもも一定割合存在するようである。より具体的には、顔をそむけた状態で親に近づこうとしたり再会の際に親を迎えるためにしがみついたかと思うとすぐに床に倒れ込んだり、親の存在そのものに対して突然すくみ固まってしまうたりするといった不可解な行動、換言するならば、近接と回避の間のどっちつかずの状態にあり続ける子どもがいるというのである。こうした子どもは、個々の行動が全体的に秩序立っていない (disorganized) あるいは何をしようとするのかその行動の方向性が定まっていない (disoriented) という意味で、D無秩序・無方向型と呼ばれている。これまでのところ、心的外傷から抜けきっていない養育者や抑うつ傾向の高い養育者の子どもに、また、日頃から虐待されているような子どもに高頻度で見られると報告されており、現在、臨床的な視点から多大な関心が寄せられている。

### (4) アタッチメントが拓く乳児院養育の可能性

2017~2019年度の3か年にわたって、子どもの虹情報研修センターの課題研究として、乳児院で生活する子どもの心身発達を精細に把捉するためのアセスメ

ント票の作成と、それをを用いた入所中の子どもの発達的变化を実証的に明らかにすることを目的にした調査を行ったことがある。全国の乳児院 139 施設にアセスメント票を送付し 63 施設からの返送があった（返送率 45.3%）。分析対象児は 2019 年 8～9 月上旬に乳児院に入所した 107 名であり、入所時の子どもの日齢は平均 192.6 日であった。その後、退所等に至るまで平均 147.8 日にわたって子どもにいかなる発達上の変化が生じたかについて分析を行った。

全分析対象児の内 43 名に被虐待歴があり、被虐待歴のある子はそうでない子に比して入所時にアタッチメント障害に関連した行動特徴が多く、一方、大人を安心の基地として利用することが少ないという傾向が認められた。全分析対象児において入所時点と最終時点を比較した結果、発達領域の二項関係、社会性、社会的認知、情動発達、自己・自我発達において得点が高くなっていた。一方で、トラウマや子どもの SOS については、低月齢のトラウマにおいて入所時点から

最終時点にかけて有意な減少が見られ、子どもの SOS 領域については心理的領域において有意傾向の減少が認められた。担当養育者に対するアタッチメントについては、入所期間中に「安心基地」因子の得点が増加し、脱抑制型対人交流障害傾向と反応性アタッチメント障害傾向の明らかな低減が認められた。以上から、数か月という短期間であっても乳児院入所児は、入所中に担当養育者とアタッチメントを形成しそれを通じて心理社会的に健全な方向へと発達を遂げている可能性が示唆された。

#### 文 献

- 1) 遠藤利彦. 乳児院養育の可能性と課題を探る—現代発達科学的視座からの検証—第 3 報. 2019 年度・子どもの虹情報研修センター研究報告書. 2021.
- 2) 遠藤利彦, 編. 入門: アタッチメント理論—臨床・実践への架け橋. 東京: 日本評論社, 2021.