

# 一人ひとりが安心できる「つながり」を築くために

人間関係を上手に構築するためには？ 子どもと養育者の関係性や、家庭や職場で役立つ気持ちの整理術について、専門の方をお招きし学習しました。

第1回

37名  
参加



## 「愛着障害について

## ～子ども時代の愛着形成が生涯に与える影響」

講師 酪農学園大学准教授 須賀 朋子 さん

### ◆ 愛着とは「安全基地」のこと

赤ちゃんは泣いたら抱いてもらう、子どもは外の世界で遊び危険や不安を感じたら養育者の元に戻り安心を得る、その繰り返しによって養育者との絆(=愛着=安全基地)が生まれます。それが他者とのつながりを築く基盤となり、自立して人間関係や社会性を身に付けることができるようになるのです。

### ◆ 不安定な愛着がもたらす影響

子ども時代に虐待を経験すると安定した愛着を得られず「何をしても暴力は止まない、誰かに救われることもない」というトラウマから、自己防衛のために強そうな振りをして、いじめ、ハラスメント、DV、虐待、という行動を引き起こすことが多くあります。

また、子どもにとって親こそが絶対的な権威であり、恐怖は愛着の必要性を増大させ、虐待されればされるほど親にしがみつきます。同じように、いじめやDVの被害者も加害者にしがみつくことがあります。

更に、安心感の蓄積がないと、危険な状態にあるときに生き生きした気分になり、危険な人や刺激的な人に近寄ってしまいがちです。(例：DVを受けて離婚したのに、また暴力的な人と再婚する)

また、恋愛や仕事、薬物などへの依存に陥りやすい傾向もあります。

### 【参加者の声】

幼少期がとても大切なんだと気付きました。家庭が安心できる場をつくり、子どもがのびのび育ってほしいと思います。



日常の中でのトラブルの原因として愛着障害があることを知りました。



人間として社会で生きる力を身に付ける基礎が「愛着」ではないかと思います。

