

愛着理論の小児看護への応用

Application of Attachment Theory in Pediatric Nursing

田村 美子

Yoshiko Tamura

要旨

本研究は、ジョン・ボウルビィによる愛着理論を基盤とし、小児看護におけるその応用可能性を理論的および実践的に検討した。愛着理論は、子どもと養育者の間に形成される愛着が心理的健康や社会的行動に及ぼす影響を解明する理論である。特に分離不安や入院などストレスの多い環境におかれた子どもの心理的安定に寄与する重要性が示唆されている。また、愛着が脳の発達や情動制御に与える影響についても、神経科学的視点から考察した。

小児看護における実践例として、プレイタイムや音楽療法、家族とのつながり維持の工夫などを取り上げた。さらに、笑顔の乳児モデルを用いた教育の有効性を示し、学生の共感力やケア技術向上に寄与することを論じた。愛着理論は今後も、医療・福祉分野における重要な理論基盤として活用され、子どもから成人までの心理的健康支援に貢献することが期待される。

Abstract

This study theoretically and practically examines the applicability of John Bowlby's attachment theory in pediatric nursing. Attachment theory elucidates the impact of attachment formed between children and caregivers on psychological health and social behavior. It also highlights the importance of supporting the psychological stability of children in stressful situations, such as those involving separation anxiety or hospitalization. Additionally, the effects of attachment on brain development and emotion regulation are considered from a neuroscientific perspective.

We discuss playtime, music therapy, and efforts to connections with the family as practical examples of pediatric nursing. Furthermore, we demonstrate the effectiveness of education using the smiling infant model, arguing that it contributes to the improvement of students' empathy and care skills. Attachment theory is expected to continue to be utilized as an important theoretical foundation in the medical and welfare fields, contributing to psychological health support for children and adults.

キーワード：愛着理論，小児看護，教育的応用

Key Words : Attachment Theory, Pediatric Nursing, Educational Application

緒言

愛着理論は、ジョン・ボウルビー(John Bowlby, 1969, 1973, 1980)によって提唱され、子どもと養育者の間に形成される愛着がその後の人格形成や社会的行動にどのような影響を与えるかを探る理論である^{1)~3)}。ボウルビーは、愛着を単なる本能的な行動ではなく、進化的な適応の一つとして捉えた。愛着は、子どもが安全に探索活動を行うための「安全基地」として機能し、養育者が適切な反応を示すことで、子どもは安心感を持つ。この関係は人生を通じて影響を及ぼし、特に対人関係や自己認識に関係することが示唆されている。

メアリー・エインスワース(Mary Ainsworth, 1970, 1978)は、ボウルビーの理論を基に乳幼児期の愛着スタイルを分類するための「ストレンジ・シチュエーション法(Strange Situation Procedure, SSP)」を開発した⁴⁾⁵⁾。この方法は、1歳児が未知の環境で母親と分離・再会する際の行動を観察した。

その結果、母親の存在が乳児の探索行動を促進し、分離時の不安や再会時の反応が愛着の質を反映することを示した。乳児の愛着行動は、「安全型」「回避型」「アンビバレント型(不安抵抗型)」の3つに分類され、これらのスタイルは成人期の恋愛関係や対人行動にも影響を与えるとされている。また、エインスワースの研究は、養育者の一貫した反応が子どもの情緒安定や安心感にどのように寄与するかを示し、愛着理論が子どもの発達と心理的健康において重要な理論的基盤であることを明らかにした。

小児看護学においても、愛着理論は特に重視されている。愛着理論に基づく心理的サポートは、医療処置や入院によって不安を抱える子どもに心理的安定をもたらす重要なアプローチである。入院中の子どもは養育者と離れることが多く、強い不安を感じやすい。こ

のような場合、看護師が「安全基地」としての役割を果たし、子どもに安心感と信頼感を与えることが求められる⁶⁾。これにより、医療処置に対する不安が緩和され、治療やケアの効果が向上することが期待される。

本稿では、愛着理論の研究動向を考察するとともに、小児看護における愛着理論の具体的な応用例と今後の展望について検討する。

1. 愛着と脳の関係

近年、愛着理論と脳科学の融合による研究が進展しており、愛着が脳の発達や機能に与える影響についての理解が深まっている。ヒトの脳は胎児期、乳幼児期、思春期に爆発的に成長するが、これらの時期は脆弱であり、外的環境の影響を受けやすい。一方、感情と報酬感を制御する大脳辺縁系の発達は、前頭前皮質が未熟な10歳頃に始まる「思春期」に、ホルモンの増加により成熟が促進される⁷⁾。

フォナギーとルイテン(Fonagy & Luyten, 2016)は、愛着スタイルが脳の構造や機能に及ぼす影響を神経科学的に検証し、特に前頭前皮質と扁桃体という情動処理に関わる領域に注目している⁸⁾。前頭前皮質は自己制御や計画、判断を司る領域であり、扁桃体は情動の処理やストレス反応に関与する。これらの領域が強く連携することで、情動制御やストレス応答が安定化する。

安全な愛着を持つ子どもは、扁桃体と前頭前皮質の結びつきが強化され、情動制御が安定している⁹⁾。これにより、他者との信頼関係を築きやすく、社会的つながりも円滑に形成される。一方、不安定な愛着スタイルを持つ子どもは、扁桃体が過剰に反応しやすく、ストレスや不安に対する感受性が高まる。この結果、情緒不安定や対人関係の困難を経験するリスクが増加する。

友田らの研究¹⁰⁾によれば、反応性アタッチ

メント障害（Reactive Attachment Disorder: RAD）のある子どもたちにおいて、機能的磁気共鳴画像法（fMRI）を用いた分析により、脳の活動が低下し、報酬系の部分の機能低下が確認されている。発達遅れや障がいがなく、年齢相応に心身や認知機能が発達している子どもは、高報酬時には脳が活発に活動し、低報酬時には、脳の活動が低下する。愛着障害児は、高報酬時に脳の活動の変化がみられない(Figure1)¹¹⁾。この結果から RAD の子どもたちは、報酬への反応が低下し、嬉しさや他の情動的なつながりを形成しにくい傾向がみられると考えられる。愛着形成が脳の報酬系と密接に関わっていることを示し、幼少期の安定した愛着が脳の発達において重要な役割を果たすことを示唆している。

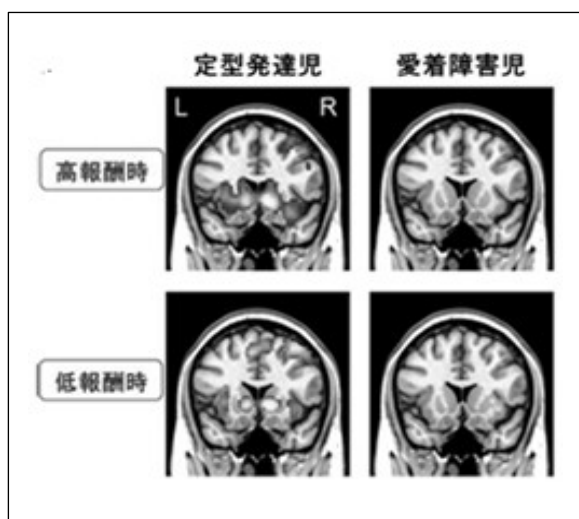


Figure1 金銭報酬課題時の定型発達群と愛着障害群の脳活動

世界保健機関(WHO)は、「WHO Guidelines for the Health Sector Response to Child Maltreatment」(2019)¹²⁾の中で、不適切な養育が子どもの成長や発達に与える影響について警鐘を鳴らしている。不適切な養育には身体的虐待、心理的虐待、性的虐待、ネグレクト（養育の放棄）が含まれ、これらは子どもの健全な発達を阻害する行為である。幼少期に安

定した愛着関係が築けない場合、子どもは情緒的な問題や対人関係の困難を抱えるリスクが高まる。このガイドラインでは、医療従事者が愛着の問題を早期に認識し、適切な支援を提供することの重要性が述べられている。

数井・遠藤ら¹³⁾は、自律・安定型の母親の子どもが、不安定型の母親の子どもに比べて愛着の安定性が高く、相互作用や情動制御においてポジティブな傾向が見られることを明らかにしている。これは親の愛着が子どもの愛着に影響を及ぼしていることを示唆している。

今後、愛着理論の神経科学的基盤に対する理解が深まることで、愛着障害の治療や介入方法がより精密に構築されることが期待される。愛着が脳の発達に及ぼす影響を詳細に解明することで、発達障害やトラウマを抱える人々への効果的な介入が可能になるだろう。また、愛着理論を基にした新たな治療法が確立され、医療や福祉の現場で幅広く活用されることで、愛着障害を抱える子どもや成人への包括的な支援が実現するだろう。

2. 成人期における愛着スタイル

成人期における愛着スタイルの研究は、重要な進展を遂げている。ミクリンチャーとシェイパー（Mikulincer & Shaver, 2007）は、成人期の愛着スタイルが恋愛関係、友情、職場での対人関係に影響を与えることを明らかにした¹⁴⁾。安全型の愛着を持つ成人は、対人関係において他者を信頼し、情緒的に安定した健全な関係を築くことができる。一方、不安型の愛着を持つ成人は、相手からの愛情や承認に過剰に依存する。回避型の愛着を持つ成人は、他者との距離を保ちながら情緒的なつながりを避ける傾向がある。

成人期の愛着スタイルは、幼少期の愛着経験に基づいて形成されるが、パートナーシッ

プや社会的経験を通じて変化することが示されている。愛着スタイルの柔軟性は、心理療法や人間関係の中での成長において重要な意味を持つ。たとえば、成人が安全な愛着スタイルを身につけることで、対人関係の質が向上し、社会的サポートの強化につながることを期待される¹⁵⁾。このように、成人期における愛着スタイルは、心理的成長と適応力の重要な指標である。

3. 臨床応用と愛着障害

愛着理論の臨床応用は、発達障害やトラウマを抱える人々に対する支援において特に重要である。カッシディとシェイバー（Cassidy & Shaver, 2016）は、愛着に基づく介入が情緒的な問題や対人関係の困難を軽減する効果があると指摘している¹⁶⁾。このような介入は心理療法の現場で広く応用されており、セラピストがクライアントに「安全基地」としての役割を果たし、情緒的な安定を提供することが求められる。

ホームズとスレイド（Holmes & Slade, 2018）は、セラピストがクライアントに共感的に接し、安全な治療環境を提供することで、情動制御や対人関係の安定を取り戻す手助けができると述べている¹⁷⁾。特に、不安定な愛着スタイルを持つクライアントに対して、セラピストが安全な愛着体験を提供することで、心理的回復力の向上が期待される。これにより、愛着障害を持つ人々に対する治療効果が高まり、日常生活での対人関係の質も改善される。

さらに、ストレーザーンら（Strathearn et al., 2009）の研究では、愛着が母親の脳内におけるオキシトシン分泌に影響を与えることが示されている¹⁸⁾。オキシトシンは情緒的な結びつきと信頼感を育むホルモンであり、愛着関係が強いとその分泌が促進される。この知見

は、愛着が脳の神経基盤に及ぼす影響を理解する上で重要であり、愛着に基づいた介入が生理的な面にも効果を及ぼす可能性を示唆している。

4. 小児看護における愛着理論の応用

小児看護において、愛着理論は子どもへの心理的および情緒的支援の基盤として活用されている。ボウルビイは、乳幼児期の安定した愛着関係が情緒安定や対人関係、ストレス対処において重要な役割を果たすことを指摘している¹⁹⁾。これに基づき、小児看護では特に入院や分離状況において子どもが安心感を得られる環境づくりが重要である。

小児科病棟で、入院中の子どもに対しての日常的な遊びでの関わりや検査時のプレイ・プレパレーションやディストラクションを実施し、子どもの検査前の不安を取り除けるようにしている²⁰⁾。病室でのプレイタイムや音楽療法といった²¹⁾、子どもがリラックスし自己表現できる機会を提供することが心理的安全性の確保に効果的である。また、看護師が共感的かつ支持的な態度で接することで、子どもが安心し信頼感を築くことができ、医療処置や治療に対する不安も軽減される。

入院中の子どもにとっては、保護者との愛着関係が非常に重要である。小児看護の実践では、保護者との面会時間の延長やリモート面会の導入といった工夫が行われ、家族とのつながりを維持することで子どもの心理的安定が保たれるよう配慮されている²²⁾²³⁾。

5. 愛着を育む教育

小児看護では成長発達段階に応じた援助や安全な技術を提供することが大切である。そして、子どもに愛情をもったケアリングに基づいた看護が必要である。臨地実習では、小児病棟の縮小や少子化に伴い子どもに関わる機

会が減っている現状である。このような状況に伴い、実際の臨床の場面を疑似体験として看護実践が学べるシミュレーション教育を取り入れられている²⁴⁾²⁵⁾。シミュレーション教育には、子どものシミュレータとして新生児、乳児、幼児モデルなど発達段階に応じたモデル人形が開発されている。

筆者は、笑顔の乳児モデルを小児看護におけるシミュレーション教育に導入している²⁶⁾。既存のシミュレータモデル人形は、体は固く子どもらしい柔らかさがない点があげられる。



Figure2 笑顔の乳児人形

笑顔の乳児人形は、胴体が布製となっており柔らかく抱き心地のよい感触であり、「キャロライン」と名前をつけ親しみが持てるようにしている。

パソコンに保存している笑顔の乳児モデルの写真に対して AI(Artificial Intelligence)は、「幸せな毎日」という名称を付与していた(Figure2)。おそらく AI は、乳児の笑顔から幸せという感情を読み取ったと考えられる。乳児の笑顔を目にした際に感じる「かわいい」「守ってあげたい」という情動は、人間の子育て行動を支える根源的な仕組みと考えられる²⁷⁾。乳児は養育者との相互作用を通じて「安全基地」を形成し、これによって安心感や信頼感を育む^{28)~30)}。そして、養育者の応答性は乳児の愛着スタイルの質を大きく左右するとされる。特に、乳児の笑顔に対して養育者が笑顔や

声かけ、抱っこなどのポジティブな反応を返すことで、健全な愛着関係が形成されやすくなると考えられている。乳児の何とも言えない笑顔の可愛らしさは、子どもとの日々の豊かさと絆の重要性を引き出し、学生の中に「未来の親」としての意識を芽生えさせるきっかけとなると考えられる。

筆者の所属する大学では小児看護学実習で、医療施設実習と保育所実習を行っている。保育所実習前の学内演習で、笑顔の乳児人形を使った絵本の読み聞かせを行っている(Figure3)。

入戸野(2013)³¹⁾は、笑顔には社会的関係を強める機能があると述べている。さらに、笑顔を「かわいい」と感じ、それに対して笑顔で応じるというやり取りによって、双方の「かわいい」という感情が増強される可能性も指摘している。このように笑顔を介して相互の心の交流が促進されることが考えられる。

笑顔の乳児人形と学生の交流により、学生は子どもの発達段階に応じた適切なケアの方



Figure3 絵本の読み聞かせ (掲載許可済)

法やコミュニケーション技術を習得し、実際の看護現場で子どもとの信頼関係を効果的に築けるようになることが期待される。

笑顔の乳児人形との関わりを通じて、学生からは「母性を感じる」「可愛い」「癒される」などの感想が聞かれている。こうした笑顔の表情を通じて子どもの思いに対する共感力や

コミュニケーション能力を高める役割を果たしていると考えられる。実際の子どもと接する際に、子どもが笑顔を見せたときに自然に笑顔や声かけができるようになることで、子どもとのポジティブな相互作用が促進され、情緒的安定や健全な発達に寄与することができる。そして、子どもとの関わりにおいて、柔軟で温かみのある接し方を実践できるようになると考える。このような取り組みを通じて、学生は育児に対する喜びや責任感を実感し、将来的に親となるための心理的準備を整えることが期待される。

笑顔の乳児人形は、子どもの看護や保育に関わる実践的な学びを提供する教材として活用できる。また、このような笑顔の乳児人形は、愛着形成が難しい状況にある親や子どもに対する治療的支援にも応用できる可能性がある。

こども家庭庁は、幼児期までのこどもの育ちに係る基本的なビジョン（はじめの100か月の育ちビジョン）³²⁾に、「幼児期までのこどもの育ちに必要なアタッチメント（愛着）の形成をこども自身が社会への基本的な信頼感を得るために欠くことができないものである」としている。他者への心の理解や共感力を育み、そして健やかな脳や身体を発達させていくために欠くことができないものである³³⁾。

愛着は、子どもが不安な時に身近なおとなが心に寄り添い、安心感を与える経験を繰り返すことで形成される信頼の基盤である。そして、こどもの心身の発達や社会への信頼感、認知能力の育ちに不可欠であり、生きる力につながると考える。

愛着理論は今後も医療や福祉の分野における重要な理論基盤として発展し、子どもから成人まで、すべての人々の心理的健康を支える理論としての価値を持ち続けるであろう。

利益相反

本論文に関して、開示すべき利益相反事項はない。

文献

- 1) Bowlby, J (1969), Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment. New York: Basic Books.
- 2) Bowlby, J (1973), Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment. Basic Books.
- 3) Bowlby, J (1980), Attachment and Loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression. New York: Basic Books.
- 4) Ainsworth, M. D. S, & Bell, S. M. (1970), "Attachment, Exploration, and Separation: Illustrated by the Behavior of One-Year-Olds in a Strange Situation". Child Development, 41(1): 49-67.
- 5) Ainsworth, M. D. S, M. C. Blehar, E. Waters, S. Wall (1978), Patterns of Attachment: Psychological Study of the Strange Situation. Erlbaum, Psychology Press.
- 6) Bowlby, J (1990), A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development, Basic Books.
- 7) 友田明美 (2017), 脳科学・脳神経科学と少年非行, 犯罪社会学研究, 42:13-14.
- 8) Fonagy, P, & Luyten, P (2016), A multilevel perspective on the development of borderline personality disorder, Development and Psychopathology, 28(4pt1):1333-1363.
- 9) 同掲書 8).
- 10) 友田明美 (2021), アタッチメント障害に関する脳科学的知見, 心理学ワールド/日本心理学会 編 (95) 9-12.
- 11) 福井大学・ハーバード大学医学部精神医学教室 (2015), 「愛着障害児における報酬系機能の低下を解明」, 閲覧日 2024.11.16.
- 12) WHO GUIDELINES FOR THE HEALTH SECTOR RESPONSE TO CHILD MALTREATMENT, <<https://cdn.who.int/media/docs/default-source>

- /documents/child-altreatment/technical-report-who-guidelines-for-the-health-sector-response-to-child-maltreatment-2.pdf?sfvrsn=6e0454bb_2&download=true>, (閲覧日 2024.11.16).
- 13) 数井みゆき・遠藤利彦・田中亜希子 (2000), 「日本人母子における愛着の世代間伝達」, 教育心理学研究, 48(3):323-332.
 - 14) Mikulincer, M., & Shaver, P. R.(2007)., Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change, Guilford Press.
 - 15) 同掲書 12).
 - 16) Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2016), Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications (3rd ed.). Guilford Press.
 - 17) Holmes, J., & Slade, A. (2018), Attachment in Therapeutic Practice. Sage Publications.
 - 18) Strathearn, L., Fonagy, P., Amico, J., & Montague, P. R. (2009), "Adult attachment predicts maternal brain and oxytocin response to infant cues". Neuropsychopharmacology, 34(13): 2655-2666.
 - 19) Bowlby J, 黒田実郎・大羽 葵・岡田洋子他 (訳) (2007), 母子関係の理論 I: 愛着行動: 215-388, 岩崎学術出版, 東京.
 - 20) 大矢佳代・藤田直也(2014), ホスピタルプレイを使った総合病院における子どものサポート体制の構築: 外来検査にかかわって, 子どもの心・体と環境を考える会誌 14 (1): 31-39.
 - 21) 伊藤良子・Ito Ryoko(2022), 日本の看護ならびに小児看護における音楽療法の概念分析ーRodgersらの概念分析のアプローチを用いてー 旭川大学保健福祉学部研究紀要, 14: 27-35.
 - 22) 西名諒平・戈木クレイグヒル滋子・岩田真幸(2021), きょうだいの居場所をつくる: 小児集中治療室入院時と面会するきょうだいへの支援, 日本看護科学会誌 41 (0): 395-404.
 - 23) 藤田優一・植木慎悟・北尾美香・福井美苗(2021), 新型コロナウイルス感染症の拡大による小児の入院環境の変化とその対応策に関する実態調査, 日本小児看護学会誌 30 (0): 205-212.
 - 24) 岡崎草代夏・武田美奈子・東海林美幸・鹿野ひとみ(2022), 小児看護学実習におけるシミュレーション教育を取り入れた学内実習での学生の学びと今後の課題, 研究紀要, 青葉 Seiyō 13 (2): 53-68.
 - 25) 古屋肇子・高野由紀子・小島賢子(2024), 小児看護学病院実習のレディネスとしてのシミュレーション演習とデブリーフィングによる学生の意識の変化, 大阪青山大学看護学ジャーナル, 7: 25-33.
 - 26) 田村美子・岡本次枝(2014), 小児看護におけるシミュレーション教育-赤ちゃん人形導入の試み-, インターナショナル Nursing Care Research 13, 1 :97-101.
 - 27) Melanie L. Glocker, b, 1, Daniel D. Langlebenc-d, Kosha Rupare, et al.(2009), Baby schema modulates the brain reward system in nulliparous women, Edited by Marcus E. Raichle, Washington University School of Medicine, St. Louis, MO, 106(22)9115-9119, <https://doi.org/10.1073/pnas.0811620106>.
 - 28) 同掲書, 1).
 - 29) 同掲書, 2).
 - 30) 同掲書, 3).
 - 31) 入戸野宏(2013), かわいさと幼さ: ベビースキーマをめぐる批判的考察, VISION, 25, (2):102.
 - 32) こども家庭庁(2023), 幼児期までのこどもの育ちに係る基本的なビジョン (はじめの 100 か月の育ちビジョン), https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/6e941788-9609-4ba2-8242-64c1f5ab/20230928_policies_kodomo_sodachi_07.pdf. (閲覧日 2024.11.10).
 - 33) 同掲書, 26):13-14.