



## 愛着障がいへの対応・1 感情を教える

前々号までの内容を受けて、本号と次号では、対応のポイントについて取り上げます。

子どもの不適切行動、特に迷惑行為を目の当たりにすると、「なんでそんなことするの!？」（理由を問う）、「相手がどんな気持ちか分からないの!？」（相手への影響や相手の心情を問う）と問い詰めがちですが、迷惑行為を繰り返す子のほとんどは答えられません。

これらの問いは、行為に至った事情・感情や相手への影響を、この子が理解していることを前提としています。ところが愛着に問題を抱える子は、漠然とした不快感が常態化し、感情の分化・発達（多様な感情の形成）が滞っているため、そもそも人（自分や相手）の気持ちが分からず、無理難題を突き付けられて混乱を招き、不快感を一層募らせてしまいます。

気持ちが分からないから、不快感が膨らむから、単純な面白さや注意引きのために、相手の嫌がることを平気で行い続けるのです。その反応が嬉しく、自分が反応を引き出したという自己高揚感にも浸れるのですが、それはあくまでその場限りで消えてしまう快感であるため、繰り返し行ってしまうのです。これは年齢や学力とは無関係に起こることです。

**基本的な対応** 子どもの行動に惑わされず、まずは子どもが自分の感情を理解できるように、なぜそれをしたのかを問うのではなく、「今は〇〇な気持ちだったのかなあ／だったんだね」と穏やかな口調で感情に名前を付け、言い当てるようにします（感情のラベリング）。「〇〇な気持ちになって□□しちゃったね」など、感情と行動を結び付ける言い方もあります（〇〇には「イライラした」「悔しい」などの感情が、□□には「叩い」「机倒し」などの行動が入る）。

ただし、「そうじゃない」と否定したり、「うるさい!」と嫌がったりする場合は、それ以上の言葉かけは控え、胸の内を唱えます（教師には必要なステップです）。そして、「これしてみようよ」「これして欲しいな」など別の行動に誘い、ネガティブな感情から切り離してあげます。

荒れが激しい場合は助っ人が必要です。教室の外に連れ出す場合もあるでしょう。感情が収まってきたら、「今は△△△していると、いい気持ちだね」と、そこで生じているポジティブな感情を確認し、その上で、「さっきは〇〇な気持ちだったのかな」とさりげなくネガティブな感情を振り返り、さらに「〇〇な気持ちのときは、□□□と言ってね／できるといいね」のように、その感情が生じたときに、して良い行動・望ましい行動を具体的に教えるようにします（△△△には「先生と散歩」「先生の手伝い」などが、□□□には「先生、爆発しそうです」「廊下で深呼吸していいですか」などが入ります。その内容は教師間で共通理解を図ります）。

その後、教師の指導に沿った行動が見られたら、教師から「□□□できたね、嬉しいよ」と喜びの感情を伝えるとともに、「相手が喜んでくれることができたときって、自分でも嬉しい気持ちになるよね。」と、ポジティブな感情を意識させます。ネガティブな感情に覆われている子に、できるだけ多くのポジティブな感情を体験させ、その心地良さを教師と共有することを重ねていく中で、徐々に教師の存在がその子にとって愛着の対象になっていき、それがポジティブな行動にシフトしていくための基盤となるのです。

子どもの問題行動に対して、受け身の対応に追われることなく、**教師が投げかけ、子どもが応じる**ようなやりとりとなるようにしていくことが、愛着の問題を抱える子の対応では特に重要です。

このことについては、次号（本年度最終号）で取り上げます。



担当 学校生活適応支援アドバイザー（飯山・大瀧）  
TEL 639-4392