

教育と良好な情緒的安定との相関関係:

そもそも教育の本質とは、何でしょうか？

人間の限りない成長をめざし、人間が人間として育ち合う環境づくりと進めること。そのためには、一人ひとりが持つ潜在能力、可能性を引き出し、その素晴らしさを認め合い、自主、自力での成長を援けあう関係づくりを構築していくことにあるのだと言われています。そして共に育つ（共育）環境づくりは、あらゆる人間集団において求められます。その観点から、人間が生まれ、成長していく過程のなかで、学習能力と認知能力の発達は、良好な情緒的安定と深いつながりがある理解されています。ここでは、良好な情緒的安定を構築するベースとなる「愛着」との関係性の研究について、簡単に言及したいと思います。

1、愛着との関係性

発達心理学では、相手を大事に思う気持ちに支えられた絆を、「愛着」と表現しています。この心理的絆、「愛着」は将来の対人関係を築くモデルとなり、学習の基盤となるものです。

愛着の発達において、赤ちゃんは、生後7、8ヶ月頃になると、特定の人と意思疎通のために独特のやり方で、コミュニケーションをとるようになります。その人は、赤ちゃんが発する声や身振りを解読してくれるし、赤ちゃんが出すサインに応じてくれます。この独特のやり方（コミュニケーションの手順）は、母子など、乳児と特定の人との間でのみ通じるもので、見知らぬ人には使うことができず、意思疎通ができません。こうした関係が心理的な絆であり、こうしたコミュニケーションがとれる関係にある人が愛着の対象です。子供は、母親や父親との愛着を基盤にして、段階を経て他の人と人間関係を結ぶことを学び、自分の世界づくりを進めていき、将来の対人関係を築いていきます。

愛着者は、子供が必要とする支持、保護、慰めを与えてくれ、特に遊びなどをおしておきる興奮の感情をうまく調整し、予期せぬ事への驚き、共有された肯定的な感情の刺激をもたらしてくれます。これらは、発見や目新しさへの欲求へとつながり、必要な時にいつでも見つけられる安心の基盤から、よりよく分離する可能性をもたらしてくれます。

今日の脳神経科学では、赤ちゃんと養育者の正しいバランス、感情の正しい調節は、生後2年間の右脳の成熟と密接に関係していることが示されています。(Schore 2008) 左脳はその後に成熟し始めますが、言語習得にしたがって、左脳はますます支配的な役割を果たすようになります。脳梁によって可能になった両脳の結合によって、右脳から左脳への感情情報の伝達が可能になり、左脳は、受け取った情報を制御し、精神化し、順次言葉で処理していく。前頭葉と前頭前野が成熟することで、推論、抽象化、認知能力の向上が可能になります。

更に、具体的には、3歳から5歳の間、つまり保育園児の時期に、右脳と左脳との関係性の資質が発達されることが立証されている。

2、認知発達と愛着の関係: 安全な愛着と認知プロセスの相関関係

精神科医ジョン・ボウルビイの研究によると、(1958)人は、幼少期の両親との関係の良し悪しによって、自分の周りのあり方、他者とのあり方、自分自身とのあり方、感情的なありかたを発達させ、こうした機能のありかたを愛着スタイルとして、4つに分類し、わたしたち自身や他者との関わり方を説明しています。

- ①、安全な愛着 (人口の50-60%)
- ②、回避的・恐怖的愛着 (25%)
- ③、不安型・妄想型愛着 (20%)

④、無秩序・混沌愛着 (5%)

① 安全な愛着

安全な愛着は、右脳、左脳の機能がうまく統合されていること、および知識の自律的レベルと無自覚的レベルがうまく連結していること、エピソード記憶と意味記憶の総合性が取れていることと相関しているとされています。つまり感情の適切な調節と精神化の発達により、認知プロセスが完全に展開され、子どもは、学習や学校の課題という冒険への準備が整っていきます。子どもは、目新しいものに刺激され、学校での経験は、積極的で豊かな経験の機会となります。4歳児が自分の能力を超えるようなことに集中する能力があることも示されています。(Pommier de senti A 2012)

② 不安定な愛着

同じことは、不安定な愛着には当てはまらず、子どもが回避性愛着を身につけると、感情生活の表現が抑制され、子どもたちは、幼少期の体験の中で、不快の原因と思われるものから、自分を守ろうとします。最初の2年間の感情体験は、右脳でうまく統合されず、左脳が成熟するにつれて、感情登録にさらなる圧力がかかります。感情は存在しますが、あまり精神化されていません。

このような状況下では、世界と感情生活に関する抽象的な知識が発達し、操作的なものを好むようになります。言語野は大脳辺縁系、情動系との結びつきが弱いので、なおさらです。脳の発達に不可欠な海馬は、体験した出来事を感情と調和して符号化しません。

このような条件下では、世界に関する知識こそが優遇されていきます。愛着像からの分離による不安に加えて、学校での状況が、アンバランスを悪化させる可能性が高くなることにも繋がります。

2歳からの保育園を奨励している現状では、感情の正しい調節に問題がある子どもには、早すぎるのではということに、注意することが必要でしょう。

学習は、特に左脳を活性化させると言われています。不安的な愛着では、子どもが適切な認知能力を備えていれば、学校の課題などを、感情的な生活から自分を守るための付加的な手段として投資する可能性が高くなります。更に、子どもが、親が情緒的成長よりも自分の成功に満足しているのを見れば、子どもは、親が喜ぶために必要なことをするようになります。

例えば、学校で困難な課題に直面したとき、安全な愛着に育まれた子どもと同じくらいの時間、集中力を維持しますが、よく観察してみると、経験したストレスの重要性を物語るものとして、自己に焦点を当てた身振りが数多く存在します。(Pommier de Santi A 2012)

③ アンビバレントな愛着

アンビバレントで不安な愛着を持つようになると、子どもはしばしば、経験している感情の激しさに圧倒されるようになります。暗黙の記憶、つまり子どもの言語以前の早期体験の非意識的な痕跡が、皮質下構造からの否定的な感情で飽和しているからです。このように、非意識的な記憶の痕跡が、現在の生活における特定のストレスによって、強く活性化される可能性が高くなります。侵襲的な情報は右脳の皮質領域に伝わり、皮質下領域をコントロールすることが難しくなります。同様に、左脳も右脳から受け取るストレス情報をコントロールすることが難しくなります。

このような状況では、自律的な知識、つまりグローバルで感情的な世界認識が支配的となり、言語能力は介在しにくくなり、したがって、学習課題はより難しくなります。

学習課題は、感情的な状況と密接に依存します。もしその状況が穏やかで落ち着くものであれば、学習課題は発達します。しかし、不安な要素が現れると、学習はすぐに中断されます。

すると子どもは、与えられた学習課題よりも、自分の感情をコントロールすることに夢中になります。難しい学習課題などに直面すると、子どもは集中力を維持できなくなり、自己中心的な行動が多く見られるようになります。

④無秩序な愛着

最後に、愛着が無秩序であるとされる子どもは、否定的で、しばしば矛盾した感情から生じる情報を、首尾一貫した全体として統合することができにくくなります。

しばしば経験するトラウマ的な体験の結果、使用される神経細胞経路が、繰り返し、闘争及び闘争に関係するものであるため、皮質下の領域よりも、無秩序な情報で過負荷になっている皮質領域は、うまく発達しにくくなります。

このような状況では、思考が発達する余地がなくなります。子どもは、連続性の感覚を形成するためにまとめることのできない神経状態に侵されていきます。そして、学習課題を受け止めることが困難になります。

3、愛着のパターンと子どものパーソナリティとの関連性

また、ボウルビイは、愛着のパターンが、子どものパーソナリティとも関連があるとも示唆しています。特に、自己統制力や、自己回復力などとの関連です。

安定的な愛着を示した子どもの方が有意に高い自己回復力の得点を示し、自己統制力においても適度な得点を示したが、回避型の子ど

もは過剰な制御、アンビバレントな子どもは過小な自己制御の得点を示したと示唆しています。

4、自己肯定感を高める教育法の修正

愛着の関係とは、単に「親と子との関係」を意味するのではなく、子どもが求めるセキュリティ・レギュレーションと愛着人物（親など）が提供する安心、保護、なだめ、安らぎ、援助などを含めた非対称で、補完的な関係として捉えられています。つまり、子どもの負の感情を受け止め安心感や安らぎを与えることによって、子どもは、恐怖や、不安などから感情的に立ち直り、安心感を得て生活のエネルギーを取り戻すことができます。それが、子どもの自己肯定感を高める重要な要素となります。そういう意味から、愛着の関係は、子どもの生存に関わる重要な発達機能的関係であると言えます。

最近、愛着障害という言葉がメディアなどで紹介されるようになり、さまざまな心理社会的な問題との関係について注目が高まっています。教育の場においても、そうした関係性を修正していくアプローチの重要視されています。日本でも、子どもたちの自己肯定感の低下が懸念されております。フランスでは、子どもの「なぜ?」をベースに自己表現力や自己肯定感を高める自己管理能力と相合理解力を育てていく、フランス生まれの「フレネ教育」を取り入れている公立学校が全国にあります。大人が知識を授けるのではなく、子ども自身が生活の中で抱いた興味や関心から発生した自由な表現を重視する教育方法です。

子ども（自分）が持っている力、その素晴らしさに気づかせる教育に力を入れることによって、愛着問題の補完、修正していくような

プログラムを開拓していくことで、より本来の教育の本質に近づいていくのではないのでしょうか？