

抱き癖についての考え方

特定非営利活動法人東日本保育研究会

○赤ちゃんの抱っこは最重要スキンシップ

0歳の赤ちゃんと大人との間で、機会がもっとも多く、かつもっとも重要なスキンシップは、抱っこです。

母親のみ、母乳を飲ませるといふ、特権的なスキンシップをもつことができますが、いつも母乳を飲ませているわけではありませんし、就労や母体の都合で母乳を与えていない母親もあり、また、いずれは母乳をやめていくわけですから、母親にとっても、抱っこが最重要たるスキンシップといえるでしょう。

赤ちゃんにとっての抱っこは、心理的な安心感を生みます。安心感から、喜び（嬉しさ）や楽しさといった感情面の発達があり、もちろん成長にとって不可欠なものです。それ以上に大切といっても過言ではないのが、「自分はこの人に大切にかわいがられている」と感じることです。これは、『愛着形成』という、赤ちゃんにとって初めての密接な人間関係を作ることに、必須のファクターなのです。

『愛着形成』は、子どもの行う『愛着行動』に対する大人の『母性行動』（注）によって、子どもが獲得するものです。

抱っこを例にとりましょう。

赤ちゃんが、不安、寂しさ、甘えなどによって、泣きます。泣くことが『愛着行動』です。『愛着行動』を受けて、大人は抱っこします。抱っこすることが『母性行動』です（抱っこの際に、やさしく声をかけたり、頭をなでてあげたり、背中を軽くトントンたたいてあげるのも、『母性行動』の一環です）。

『愛着行動』に対して『母性行動』がなされ、質量ともにその密度が高まり、相互作用をなして、赤ちゃんは『愛着形成』を獲得します。

『愛着形成』によって、まず『愛着形成』の対象となる大人への愛情、信頼が生まれ、成長に伴ってその大人を行動基地として、自らの経験を増やしていくのです。

抱っこは『愛着形成』の基礎ともいえる、大変重要なコミュニケーションであり、特に親子間では、強固な絶対的絆を築くための、必須とも言える『母性行動』なのです。

（注）母親の場合に『母性行動』と言われますが、母親以外の大人の場合でも『母性行動』と呼ぶことがあるので、ここでは、母親以外の大人であっても『母性行動』と記すことにいたします。

○抱き癖を考える前に

0歳の赤ちゃんに限らず、1歳、2歳、またそれ以上の子どもにとっても、抱っこは大切なコミュニケーションです。

しかし、抱っこについて、「抱き癖をつけさせてはいけない」という話をよく耳にもします。

実際の育児でも、子どもがあまりにも頻繁に抱っこをせがみ、家事をする暇もない親御さんは大勢います。

子どもの抱っこのせがみに辟易としている自分に、「抱き癖をつけてしまった」と後悔する人、また周囲から、「抱き癖をつけてしまったのではないの？」と言われて、「そうかもしれない」と思いあたる人など、多くの親御さんが抱き癖について悩んでいます。

しかし、ここで考えなければならないことは、本当に抱き癖なのか、なのです。

抱っこをしょっちゅうせがむことが、果たして抱き癖と言えるのか、よく検証してみなければなりません。

○抱き癖とは

本来、抱っこをせがむということは、子どもから大人へコミュニケーションを求めているということです。しかし、抱き癖のために抱っこをせがむときは、コミュニケーションを求めているわけではありません。

つまり、抱き癖がつくということは、抱っこ本来の、コミュニケーションが不十分となり、「愛着形成」の機能を持たず、抱っこの意味が失われる状態をさすのです。

では、抱き癖であるか否かを、どう判断すれば良いのか、まず、抱っこしたときの子ども様子を見てみましょう。

子どもの様子が、抱っこされてうれしいと感じているならば、いくら抱っこをせがんでも抱き癖とは言いません。そうではなく、抱っこされるのが当たり前と感じ、うれしさを感じないと、抱き癖となります。

このように、抱っこしたときの子どもの反応で、およその見分けができるのです。

ただし、泣いていたときに抱っこをしても、見分けは困難です。抱っこをせがんだときに有効な見分け方といえます。

また、抱っこをせがんで抱っこしてもらえた子どもが、どのような反応をしたかも、抱き癖がついているかどうかを判断する具体点です。

抱っこをされてから、子どものほうから、声を出す、笑う、目を合わせてくる、大人の顔を触ってくる、などのアクションがあれば、抱き癖がついていないと判断できます。

一方、抱っこされても落ち着くだけ、目を合わせない（または合わせてもすぐ逸らす）、手で大人の服をつかまない（手で服をつかむことができる子どもの場合）、などの様子が見られたら、抱き癖がついている懸念があります。

○抱き癖のつき方

抱き癖はどういう過程でつくものなのでしょうか。

一般には、抱っこをしすぎるためにつくと言われることが多いのですが、本当にそうでしょうか。

実際には、あまり抱っこされないのに抱き癖がつく子ども、いつも抱っこされていても抱き癖がつかない子どももいます。この違いは、子どもの性格や個性の差異ではありません。抱き癖は、抱っこした回数でつくものでなく、抱っこしたタイミングによってついてしまうものであるからなのです。

したがって、抱き癖がつくから抱っこしない、というのは間違いですし、抱き癖を気にせず抱っこしましょう、というのも無責任なことなのです。

○抱き癖は抱っこされたときの状況が多様なほどつきやすい

抱き癖がつかない抱っこのタイミングを、あらかじめ知ることは非常に難しいことですが、私たちは、抱き癖がつかない子が、いつ、どのようなときに抱っこされているのかから、ヒントを得ることができます。いつ抱っこしてはいけないか、ではなく、いつ抱っこをすれば良いか、という視点です。

単純に考えて、抱っこする回数が多いほど、抱き癖をつけるタイミングを踏むリスクは高くなります。しかし、これは抱っこをする時と状況を見ないでのこと。状況を論理的に絞っていくと、抱っこされる機会を多く得ているのに抱き癖がつかない子どもは、回数に比して抱っこされる時の状況が非常に限定されています。つまり、抱っこしている大人

のほうで、どういうときに抱っこをするか、いくつかの状況を決めているのです。

一方、抱っこされる回数が決して多いとはいえないのに抱き癖がついてしまった子どもは、様々な状況で抱っこされているケースが多いのです。

このことから推測されるに、回数に関わらず抱っこされたときの状況の種類が少なければ抱き癖がつくタイミングを踏みにくく、状況の種類が多いほど抱き癖がつきやすいといえるのではないのでしょうか。