



安全基地の話

かいせつ

安全基地とは、物理的な場所としての基地ではなく、不安・恐怖を感じた時、辛い時や満たされたい時に、それを素直に話せて頼ることができ、子どもの心のよりどころとなる、安全・安心を感じることができる大人のこと。

子どもにとっての最初の安全基地は
「家」であり「親」である。



安全基地



エネルギーチャージ完了！



たとえば言うなら、充電ステーションのようなものであり、電池切れになってしまう前に、基地に戻って充電して、また出かけていく、というイメージ。



安全基地で充電するとは？

かいせつ

あった出来事を聞いてほしい
できたこと・頑張ったことをほめてほしい
一緒に遊んでほしい
困ったことを解決してほしい
不安・怖い・悲しい・寂しいを受け止めてほしい



充電されて元気になって
また外の世界に行く



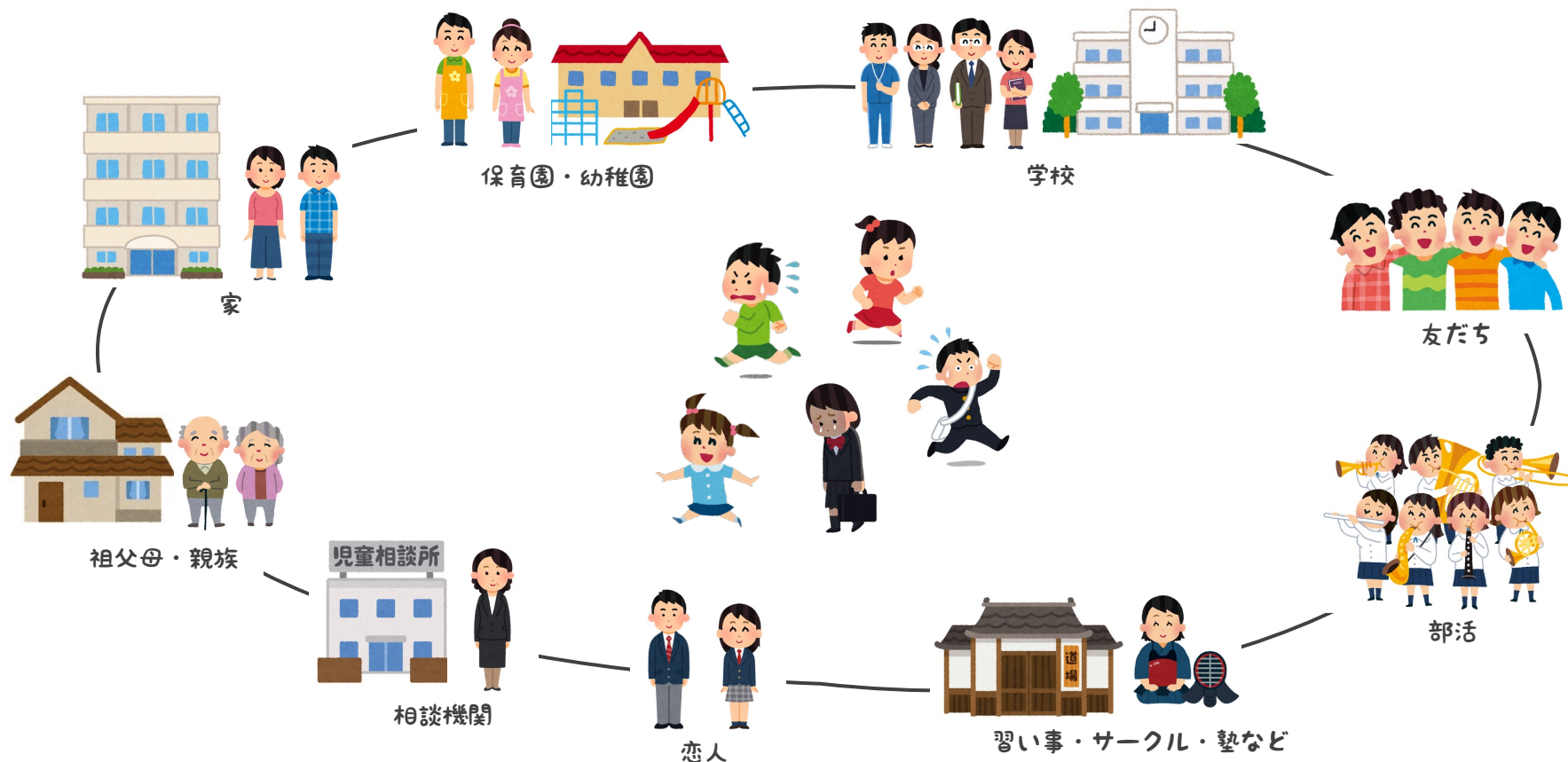
ひとことメモ

子どもの関わりにおいてよく言われることは「ほめましょう」だけど、それ以上に大切なことは、困った時・不安な時・悲しい時…ピンチな時に助けてあげること、守ってあげること。子どもが大きくなったら、親が手を貸してあげられなくなる時もあるけど、そんな時でも寄り添って味方になってあげる、それが一番の充電。



安全基地はたくさんあった方がいい

スマホは電池が減ってきたら、家に帰ったら充電するけど、外でも充電できる場所がたくさんあると安心できるように、充電する安全基地はたくさんあった方がいい。



モバイルバッテリーを持てるともっと安心。例えて言うなら、モバイルバッテリーは自分自身を安全基地とするようなもの。自分で自分を充電できるモバイルバッテリーも持っておこう。



安全基地に戻ってこれない子もいる

じゅうよう

安全基地があったとしても、自分から安全基地に戻ってこれない子もいる。性格的にちょっと内気な子
どうやって話しかけたらいいかわからない子、大人に対して緊張・怖いという気持ちを持っている子…
戻ってこれない理由は人それぞれ。そういう子には「いつでもいいから相談してね」と言っても、自分
からは戻ってこれずに、一人で抱えこんでしまう。だから、まずは大人の方から出向いて働きかける
「出張充電」が必要になってくる。



ひとごとメモ

こういう子は、いきなり悩みを相談する、何かを打ち明ける、ということはハードルが高いため、まずはちょっとした雑談、
一緒に遊ぶ、ほめる、といったことから積み重ねていくことが良い。そして、大人と関わるということをルーティンにした方
が安心でき、慣れるのも早くなるため、週1回必ずその時間を作る、などと設定した方が良い。



安全基地に戻ってきても、素直に充電されない子もいる

じゅうよう

安全基地に戻ってきても、素直に気持ちを表現できない子もいる。自分の気持ちを乱暴な形で表現してしまう、つまり暴言をはいたり暴力をしてしまったりする子もいる。ほめられてもあまのじゃくな反応をしたり、わざといたずらをして大人の気を引こうとしたり…



ポイント

こういうタイプの子は、大人側も、目に見えた行動に対して感情的に怒ってしまいがち。でも、全て「充電」されたくてやっている行動で、それに対して怒るだけの対応になってしまったら、子どもはもっと電池切れになってしまい、悪循環になる。だから、工夫やテクニックが必要。目に見えた行動に振り回されず、充電してあげられるような方法を考えていこう。



愛着の話を「充電」になぞらえてまとめました。4ページ目は抑制型・回避型愛着の子を、5ページは脱抑制型・不安型愛着の子をイメージしています。愛着の話としてまとめてありますが、本質としては、愛着に課題がある子でなくとも、子育てにおいて基本中の基本となる話であり、どの子にも共通するものです。

保護者や学校・園、施設職員などに対して、最初にこの話をし、動機付けをした上で、「充電」とは何をすることを指すのかを一緒に考えたり、充電の方法として、CAREであったり、別資料「愛着を攻撃力と守備力にたとえて考える」などを提示したりする、という組み立てをイメージしています。

5ページ目の最後の「工夫やテクニック」についてはこの資料の中では触れていませんが、子どもの言動に振り回されずに充電作業を遂行していくために、より専門性の高いアプローチを考える必要があります。戦略的無視・予防的教育法・先手奪還支援・役割付与支援・感情のラベリング・トークン法など、様々な理論・プログラムを構成する要素を、その子の実情に合わせてアレンジできると良いでしょう。