

**FIRST STEP**



**The Tavistock and Portman**  
NHS Foundation Trust

**WATCH ME PLAY !**

マニュアル

第 2 部

もっと情報が欲しい方のために

© Tavistock and Portman NHS Foundation Trust  
Produced: April 2019, Gateway number: PUB19\_57

このマニュアルの引用は以下です。

Wakelyn, J. (2019) *Watch Me Play manual, parts 1 and 2. Version 1.*  
[www.tavistockandportman.nhs.uk/firststep](http://www.tavistockandportman.nhs.uk/firststep)

日本語版

翻訳：半田聡

監訳：御園生直美

\*日本語版の使用またお問い合わせは、御園生直美（misonoo@aoni.waseda.jp）早稲田大学社会的養育研究所までお問い合わせください。

\*この翻訳は JSPS 科研費 20k02222 の助成を受けたものです。

## 目次

Watch Me Play ! .....	4
Watch Me Play ! は誰のためのもの? .....	6
Watch Me Play ! はどんな風に役に立つの? .....	7
子どもの発達研究からの要点.....	9
親や養育者に Watch Me Play ! を導入するには.....	10
適応外 : Watch Me Play ! を用いるべきでない場合 .....	10
親や里親が Watch Me Play ! を行うのをサポートしてくれる人たち .....	11
Watch Me Play ! のための専門職によるサポート .....	13
Watch Me Play ! の事例 .....	22
子どもの発達研究と Watch Me Play ! .....	27
Watch Me Play ! の研修 .....	34
ワークショップの例 .....	34
役立つウェブサイト .....	36
参考資料 .....	37
引用文献 .....	38
謝辞 .....	42

## Watch Me Play !

Watch Me Play ! は、子ども達が自ら主導して遊び、それに養育者が個別的な注目を与えるとともにその遊びについて子ども達と話し合うことを促進する治療的なアプローチです。養育者は子どもの年齢に見合ったおもちゃを与えたら、短いけれどもいつも決まった時間だけ、静かな場所で子どもに自分の全ての注意を注ぐことを、週 2 回以上行うように励行されます。養育者はさらに、子ども達とその遊びについて話し合ったり、子どもの遊びを観察して気が付いたことや子どもの遊びに付き合うことで自分がどんな気持ちになるのかについて、自分以外に参与している大人あるいは専門家と後から振り返ったりするよう励まされます。

遊びというものは、子ども達が自分自身や自分を取り巻くこの世の中について知っていくための第一歩であると、広く認識されています。養育者から、想像力や創造性を刺激するようなおもちゃや素材を与えてもらうとともに、自分だけに注意を注いでもらうことで、子ども達は自分自身を表現する機会を得られます。子どもがやろうとしていることが安全である限り、子ども自身に遊びを主導させることで、大人は子どもの遊びから学ぶことができます。子どもが遊ぶ様子や、子どもの遊びに付き合うことで自分がどんな気持ちになるのか観察することで、子どもに参与している大人たちは、子どもが何を伝えてきているのか、そしてその子を支えていくのに一番良い方法は何なのか、を一緒に振り返ることができるようになります。

Watch Me Play には2通りの話し合いがあります。子ども達が遊びの中ですることについて子ども本人と話すことで、子どもは感情やアイデアを言葉にすることができるようになります。子どもの遊びについて他の大人と話し合うことで、養育者は発見や喜び、変化について振り返ることができ、どんなことでも心配なことがあれば、それを共有することができます。Watch Me Play を通したサポートを提供する専門家は、こうした感受性豊かな理解を提供する枠組みがあることによって、子どもにとっても養育者にとっても扱いきれぬペースで、他の方法では絶対に表現したり名付けたりされなかったであろう感情を言葉にしていくことができるようになります。物語や想像力に富んだ発想、そして遊びにはつきものの繰り返しがあることで、新しい考えや感情がゆっくりと自分自身のものとして馴染んでいくことができます。扱うことができないほどの体験を抱えた子ども達や養育者にとって Watch Me Play のアプローチは、この先、こういったタイプの更なる介入や評価が必要になるのか指し示してくれます。

注目と遊ぶこととは相補的です。温かな関心をもって観察することは、子どもの遊びを促進します。子どもの遊びがより焦点のはっきりした意味深いものになるにつれ、大人にとっても、子どもが何を伝えてきているのか記憶し、そのことについて考えることがより簡単になっていきます。遊びの中で子どもが伝えてくるものを細やかに観察することで、専門家はコンテインメント（包容）を提供し、子どもを中心とした視点を保つための振り返りが可能となります。

子どものことを心の中に抱えることは、親として関わる上での土台となるものですが、これは早期の不安によって悪い影響を受けてしまう場合があります。早期のトラウマや養育の中断を経験してきた子ども達は、遊びを通じて世界を探索したり、大人たちが自分のことを気に留めてくれていると感じたりする機会を持たずに来たかも知れません。Watch Me Play!によって、子ども達は自分こそが主役であるという感覚を取り戻し、自分の世界や人間関係について、世話をしてくれる大人たちは自分の伝えたいことを受け止め、理解し、そして考えてくれるという自信をもって探索していく機会を得ることができるのです。

### ソーシャルワーカーからのフィードバック

「この方法は、里親のもとで育てられている子どもの発達に非常に大きな支援となるし、他の委託先に移動することがあってもその時に子どものことを支えてくれるでしょう」

「私にとっては、一步下がって子どもと意義深い時間を過ごせることが魅力的だわ。遊ぶことは治療的にもなると思うの。子どもが『私は自分自身の人生を、自分自身の世界の中で生きて行けるの』と口にするための能力を、想像力が強化してくれます」

「養育者が子ども達に適応し、彼らがどこからやってきたのかを理解する上で、これは大いに助けになります」

## Watch Me Play ! は誰のためのもの？

Watch Me Play のアプローチは、一時的に里親委託されている乳幼児をサポートするために開発されました。里親たちは、里子の遊びのスキルや気分、行動面での改善が見られたと報告しているほか、養育している子どもの感情や行動を理解し反応を示していくことについて、以前よりも自信が持てるようになったと述べています。

このアプローチはもっと広い範囲でも用いられています。それは、逆境体験を持つ子ども達や、異なる養育者たちの下で育てられた子ども達、あるいは理解するのが難しいニーズを持った子ども達などのための第一選択の介入法としてです。

- ある10代の母親は、18カ月になる息子が毎日の Watch Me Play ! の時間を楽しんでいる様子だとコメントしました。遊びについて話しかけると、息子が以前よりももっと反応して声を出すようになったと彼女は感じているのです。
- 息子が里親の下での養育を経た後、家に帰ってきて同居を始めた母親は、自宅で Watch Me Play ! を始めて以来、息子が以前よりも落ち着いているし、彼女自身ももっとリラックスした気持ちで一緒に居られると報告しています。
- ある養父母たちは、新しい家庭にやってくる前に里親の下で Watch Me Play ! の時間を持つことに慣れた子どもを前にして、より自信をもって彼女に手を差し伸べることができると感じたと言います。一緒に新しい生活を始めた最初の数週間、遊びについて子どもと話をすることで彼女が発信する手がかりを拾い易かったのです。
- ある父親は、トラウマの後に精神的なストレスの徴候を示していた4歳の娘と、自宅で Watch Me Play ! を5回行ったところ、彼女が前よりももっと自由に遊ぶようになり、言葉数も増えたことに気が付きました。

### 親からのフィードバック

「指示は多くないけど、得られるものは多いです」

「やっていけると感じます」

「遊びこそ、子どもが自分にコントロールがあると感じられる領域ね」

## Watch Me Play ! はどんな風に役に立つの？

自分の世話をしてくれている大人から安全で一貫した注目を向けてもらえると、多くの子どもはすぐに反応を示します。子ども達の想像力と遊び心は、養育者や子どもを支える専門家が良いことを思いついたり、やる気を出したりする上での助けとなります。子ども達は自信がつけばつくほど、より明確に自分の想いを伝え、より長時間にわたって注意と集中力を発揮することができるようになります。子どもがより持続的な形で遊ぶようになると、養育者も子どもからのサインを理解し反応していくことに、より自信が持てるようになります。

Watch Me Play ! は、より集中的なアセスメントや介入が必要かどうか、そのヒントを得る一助になります。子どもの遊びのスキルが殆ど上達しなかったり、あるいは Watch Me Play ! のルーチンを続けることが難しかったりする場合には、子どもや養育者、そして専門家たちの経験が、より高度の専門家によるアセスメントのための有用な情報源となります。さらに養育者にとって必要な援助や研修が何かを見つける助けにもなるでしょう。

### 例：

ひどいネグレクトにあった女の子の発達のこと、里親は心配をしていました。しかし一緒に Watch Me Play ! を始めたところ、彼女がおもちゃを使ってより長い時間遊んでいられるようになったことに里親は気付きました。時間が経つにつれ、子どもは不安そうな様子が減り、対人関係にも積極的になっていきました。数週間が経ち、子どもが遊んでいる時にどんなことが起きるのか見慣れてくるにつれ、里親は彼女からのサインをつかまえるのが以前よりも楽になったことに気付きました。

子どもの遊びに定期的に注目を与えることで、里親や他の専門家たちは、子どもの関心やスキル、あるいは子どもが悩んでいる心配事などを、より明確に捉えられるようになってきます。専門家が観察したことや理解したことを共有することで、不安は減り、里親委託の質や安定性が改善して来るでしょう。ソーシャルワーカーからのフィードバックによると、観察したことを共有することによって、子ども自身のことや何が必要なのかについて、より理解を深めていくことが可能であることがよく分かります。それは特に、措置変更や、きょうだいの委託のような養育計画の難しい決定をしなければならない時に顕著です。

子どもの遊びに心を配ることで、子どもと養育者の周りに人を集めてチームを作ることができます。子どもの生活上の異なる側面を皆が持ち寄ることで、専門家たちはその子のことをよりコンテイン（包容）してあげられるようになります。子どもが遊びの中で示すものを大人たちが受け止めてあげられるようになると、子どもは独りぼっちでストレスや不安を抱えずに済むようになり、早期のトラウマの影響が和らいでいくのです。困難なことや心配なことを認識すると同時に、経時的な良い変化をしっかりと認めていくことで、専

門家同士が共に仕事をしていく上での良好な関係性を築いていくことができます。感情を受け止めてもらえるようなネットワークは、困難を抱えた親や、里親や養父母が自分の子どもに対して情緒的に反応できる状態を保つ上での助けとなります。

### 里親からのフィードバック

「私が彼女を見守ると、彼女は探索をすることができます」

「おもちゃ箱をひっくり返して、おもちゃがぜんぶ見えるように、そして子どもが自分で選べるようにします」

「テレビは消して静かな場所でやった方が良いです。その時間をもっと満喫できるし、あなたも子どもももっと集中してもっと関わる事ができるの」

## 子どもの発達研究からの要点

子ども主導の遊びは子どもの発達とウェルビーイングにとって基本的なものであり、学習と記憶を促進する。

養育者によって自分たちの感情を理解し名付けてもらった赤ちゃんや子どもは、自分自身のことや自分の感情をより良く知るようになり、大人に対してより大きな信頼感を抱けるようになる。

共同注意は言語を学ぶ上での第一歩である。

大人が子どもの行動の意味について考えることは、子ども達が自分の想いを伝え、安定したアタッチメントを形成する上での助けとなる。

養育者と同じ遊びを繰り返すことで、子ども達は順番や共有することのスキルを学んでいくことができる。

子どもが自分自身の考えに基づいて遊べるよう大人が促すことは、子どもが自立的に探究し、学び、自己調整を促進することである。

養育者と子どもが遊びの中で喜びを分かち合うことは、ストレスの影響を減少させるのに役立つ。

子どもが小さい時というのは、一生に渡るメンタルヘルス上の障害を防ぐための介入を行う機会に溢れている。

## 親や養育者に Watch Me Play ! を導入するには

Watch Me Play ! を実践するのは、大抵の養育者にとっては自然なことですが、中には慣れるまでに時間がかかる養育者もいます。実際にこのアプローチを試す前にこのマニュアルを読みたいと思う親もいるでしょうし、まずは自分でやってみたいと思う親もいるでしょう。親や養育者が研修やミーティング、あるいは健診に参加する際に、マニュアルの第1部に載せた「どうして遊びが重要なのか」のパンフレットを導入することができます。

親や養育者にこのアプローチを試してもらうには、Watch Me Play ! がどんな風に役に立つのかを説明した上で、許可をもらって数分間一緒にやってみて、子どもの遊びを見て気が付いたことや、子どもの遊びを見守ってみてどんな感じだったのか、彼らと話し合ってみるのが良いでしょう。

## 適応外 : Watch Me Play ! を用いるべきでない場合

Watch Me Play ! は、安全で養育的な人間関係のある状況の中での乳幼児への介入法です。このアプローチは、公的なサービスによってサポートを受けている家族に対する、一般的な養育上のアドバイスの一環として役に立つものであって、親としての能力を評価するための枠組みを提供するものではありませんし、社会的養育手続きのためのアセスメントに用いるように開発されたものでもありません。子どもの心身の安全に関わる問題がある時には、いかなる場合でもその子どもの安全とウェルビーイングの確保が優先されます。

メンタルヘルス上の困難を抱えた親や養育者に Watch Me Play ! を導入するかどうかは、臨床的な判断が必要になります。抑うつに苦しむ親の中には、子どもの遊びに関心を持てるようになることで気持ちが楽になる人たちもいます。子どもと喜びの瞬間を分かち合うことで、心が軽くなるのです。抑うつがより深刻な場合や、他のメンタルヘルス上の困難も抱えている場合には、親自身の治療がしっかりと確立するまでは、子どもの遊びに没頭して見守るという課題は、あまりにも負担が大きすぎるかも知れません。

子どもに自由に遊ばせることが難しい養育者の場合、親子と一緒に遊ぶ Joint Play Session が役に立つかも知れません。信頼関係ができ上がってくれば、子どもの遊びを描写したり、遊びの中の子どもが主導している部分についてコメントしたりすることができそうかどうか、少しずつ試してみることができるようになるでしょう。Joint Play Session と、子どもの遊びの発展や変化について探索していく養育者セッションと交互にやっても良いでしょう。

## 親や里親が Watch Me Play ! 行うのをサポートしてくれる人たち

保健師、ケアを受けている子ども達の看護師、ソーシャルワーカー、監督ソーシャルワーカー (Supervising SW)、保育士、乳幼児のメンタルヘルスに関する専門家、そして児童心理療法士は、親や養育者が乳幼児と一緒に Watch Me Play ! を行っていくのを励行するのに良い立場にいます。家庭を訪問したり専門家や外来で家族に会ったりする専門家であれば、訪問の際に Watch Me Play ! のアプローチを使ってみても良いでしょう。里親のサポートには、子ども自身の担当ソーシャルワーカーだけでなく、監督ソーシャルワーカーやピアサポート・ネットワークも役に立ちます。乳幼児のメンタルヘルスに関する専門家なら、Watch Me Play ! のアプローチが第一段階の介入法として、あるいはアセスメントのための情報収集の一環として役立つと思うかも知れません。

養育者と一緒に乳幼児の Watch Me Play ! をする機会があれば、専門家たちは多くのことを学べます。このアプローチによって私たちは、早期のトラウマや養育者と向き合うことに困難を抱える小さな子ども達の体験について、より多くのことを学ぶことができます。さらに、子どもと養育者の間での双方向の喜びを目の当たりにし、養育者と子どもの間の交流や相互理解が良い方向に発展していくということが、どれほど力強いインパクトを持つのかを学ぶチャンスにもなるのです。

### 乳幼児のメンタルヘルスに関わる臨床家からのフィードバック

「子どもへの介入は早ければ早いほど良いというのは、あらゆるエビデンスが示すところです。子どもが 7 歳、8 歳、9 歳、あるいは 17 歳になって暴れ出すのを待つのではなくて」

## 良くある質問

### Watch Me Play はどのように力を発揮しますか？

温かな眼差しと興味をもって見守られることで、子ども達は遊びに集中し、養育者への信頼を育み、自分自身を表現するようになります。すると子ども達は、自分を取り巻くこの世の中を探索し楽しむことが、今まで以上にできるようになるでしょう。心に抱えてもらっていると感じることは、安心感と安全感をもって成長していくことの一部であり、それは特に人生の早期にトラウマを体験した乳幼児にとって重要なものです。最早期の乳児期に一貫して心に抱えてもらえなかった子ども達は、認識することも考えることも困難な感情を他者の心に引き起こすことがあります。他の里親や、家族のメンバー、ソーシャルワーカーあるいは臨床家らとともに、連携をとり、子どもの成長発達を喜び、そして思いがけないでき事に戸惑うことは、このような感情の影響を持つ衝撃をコントロールしていく上での一助となります。Watch Me Play！における観察を分かち合うことで、専門家同士のミーティングや養育計画において、子ども中心の見方を促進していけるようになります。

### 仕事の上で Watch Me Play！を使うには、どんな研修が必要になりますか？

子どもの発達や乳児観察の研修は Watch Me Play！を行う上での有益な基盤となります。観察のための研修はロンドンのタビストックセンターをはじめイギリス中、あるいはヨーロッパにおける各種のセンター、そしてその他の機関で受けることができます。スーパービジョンやピアサポートも Watch Me Play！を用いていく上での役に立つ枠組みの一部です。

### Watch Me Play！を実践する新参の臨床家ですが、このマニュアルをどのように活用すればよいでしょうか？

マニュアルの 1 部と 2 部を両方とも読んだ上で、このアプローチをあなた自身の役割にどのように役立てることができるかじっくりと考えてみて下さい。クライアントにもマニュアルを薦めましょう。遊びの流れやセッションにおけるやりとりから学ぶことができるように、詳細な記録をつけて下さい。自らの臨床的判断に従い、数セッションごとにマニュアルの関係する章を読み返し、スーパービジョンにかけましょう。児童心理療法士や乳児観察の研修を受けた乳児のメンタルヘルスに関わる臨床家に相談したいと思ったら、児童心理療法士協会のセラピスト名簿を利用して下さい。

## Watch Me Play ! のための専門職によるサポート

### Watch Me Play ! の要点

#### 準備

- 養育者にテレビと電話の電源を切るよう頼みましょう。
- 電池で動くおもちゃは片付けましょう。
- その子の発達段階に合ったおもちゃを選びましょう。
- 床に座るか、丈の低い椅子に座りましょう。
- Watch Me Play ! を行う時間の長さは養育者の意見に従いましょう。

#### 実践

- 安全である限り、子どもを自由に遊ばせましょう。
- 養育者が子どもの遊びに全力で集中するよう励行しましょう。
- 養育者が子どもの遊びをシンプルな言葉で描写するよう励行しましょう。
- 子どもの遊びについて、子どもと養育者にシンプルな言葉でフィードバックしましょう。
- 子どもに主導させて遊ばせることが養育者にとって難しそうな場合には、そのことに気がつくようにしましょう。
- Watch Me Play ! の時間が終わる数分前になったら、子どもにそのことを教えてあげましょう。
- 子どもの遊びを観察した内容について、養育者と一緒に振り返りをしましょう。
- 子どもの遊びを見ていてどんな気持ちになったのか、養育者に尋ねましょう。

#### フォローアップ

- どんなことでも、子どもの前では話しにくいと思ったことがあれば相談できるよう、養育者と話をする時間をとりましょう。
- 養育者が Watch Me Play ! のために決まった時間を確保するよう励行しましょう。
- 専門家同士のミーティングや養育計画の話し合いにフィードバックしましょう。
- 子どもの遊びで難しいとかストレスだと感じることがあれば、どんなことでもよく振り返ってみましょう。
- 子どもの関心やスキルだけでなく、困難や苦勞している部分も認識しましょう。

## 自由な遊びをルーチン化すること

遊びの時間をルーチン化するというのは、子どもが自ら主導して遊べるように、いつも決まった時間と静かな場所を確保しておくことを意味します。そのためには、テレビは消して、電話と画面のついたデバイスは片付けておく必要があります。早期の体験のために過敏さを身に着け、無意識のうちに周囲に脅威がないかを探し続けてしまうような子ども達にとって、遊んでいる時に後ろでテレビやデバイスの画面が点いていると、特に気が散ってしまうものなのです。

里親や養父母たちは、子ども達が自分の遊びに注目してもらい体験を得る機会を定期的に持てるように、遊びの時間を自分たちがやっていける範囲かつ現実的な形でルーチン化していくことはとても大切だと述べています。やる気をだし過ぎて続かないよりは、時間が短くても週に何回かやれる方が、より有益です。

子どもとの Watch Me Play! の時間をどうやって終わりにするのか、養育者と検討しておくことも重要です。たいていの場合、セッションの終わる数分前に子どもに予め伝えておいて、子どもが次回を楽しみに思えるような形でセッションを終える方法を見つけておくのが役に立ちます。養育者が子どもの気持ち、例えばがっかりだとか、我慢できないとか、あるいはもっとやりたいとか、こういう気持ちに名前をつけてみるよう励行しましょう。決められた時間枠は守りつつ、感情を言葉にして表していくやり方は、子どもにとって何が起きているのかを認知していく上でとても役に立ちます。

## 子ども主導の遊びのためのモデルを提示し促進していくこと

子どもの遊びと養育者が観察した内容の、その両方に関心を示して、このアプローチについてモデルを示すことは、子どもの遊びと一緒に観察しているものとして養育者を導いていく上で、最も良いやり方です。子どもの養育に関わる別の大人と一緒に居てくれることで、養育者は Watch Me Play! の時間をルーチンとして確立していきやすくなるのです。その目的は、子どもの経験に焦点をあてた協働的で友好的な関係性を築き上げることにあります。

子どもと一緒に床に座ったり、床に近い丈の低い椅子に腰かけたりすることで、子どもはあなたが近くに居てくれると感ずることが出来ます。子ども達の中には、このやり方が不安を減らしていく上での鍵となる子たちも居ます。子どもがすることについて話し合うことで、あなたが子どもの遊びに関心を抱いていることを示しましょう。また、子どもの主体的な遊びを養育者が促進していけるよう彼らを励まし褒めることを通じて、自分たちの果たす役割が極めて大切なものであると養育者が理解できるよう援助していきましょう。

親の中には、子どもが自ら遊べるように促していくことが自然に身についている人もいれ

ば、とても新鮮で今までとは違うやり方のように感じる人もいます。子どもがどんな遊びを選ぶか待つのが難しいと感じる親もいれば、自分が思っていたのと違うやり方で子どもがおもちゃを用いるのを見るのが難しいと感じる親もいます。Watch Me Play！を行っている時の目標は、大人はコメントしたり様子を描写したりするだけで、子ども自身が自分で遊びを決めていくことにあるのだという点を、親や養育者に明確に伝えて下さい。大人が遊びに参加するのは、子どもが招き入れた時だけです。子どもが大人にも遊びに参加して欲しい場合でも、大人は子どもの遊びについていくだけで、自分の考えを出したり教えたりすべきではありません。

養育者の中には、小さな子どもと居る時でさえ、自分の役割はどちらかと言えば教えることであると感じる人もいて、こういう人は子どもに主導権を握らせて自由に探索させることが困難です。研修の機会に、子どもの発達における想像的な遊びの価値について、子どもの発達研究から得られる知見について話し合うと役に立つでしょう。遊びと反復こそが、後の学習のための基盤を作りだすことにつながるのです。もちろん、子どもに説明したり、指示や教示を与えたりすることは、常に行われている日常的なやりとりにおけるごく普通の側面です。子ども自身にペースを決めてもらい、大人は子どもが選んだことを描写するというのは、あくまでも Watch Me Play！を行っている間だけの話です。

子どもと養育者を尊重し、そして親子が今いる段階を受け入れることについても、私たちが Watch Me Play！を行う際にモデルを示すことができます。Watch Me Play！の時間中に、親や養育者ができることと、難しいと感じていそうなことが何か、そっと気づくようにしましょう。簡単な解決法はないし、子どもはひとりひとり違うということを認識することで、子どものニーズがいかに複雑で世話をするのがどれだけ大変なことか、他の専門家は本当に理解してくれるのかという不安を抱えている里親たちを安心させます。

このようなやり方で子どもと一緒に居ることは今までのやり方とは違うと感じられるけれども、実際にやってみる価値があることだと認識した上で、子どもと養育者に十分に注意を払ってフィードバックをしましょう。親たちに、Watch Me Play！の背景となる子どもの発達研究について伝えてあげて下さい。子どもの遊びや子どもとのやりとりにおける変化に、親たちが気づき始めるかどうか、見守ってあげましょう。

## 子どもと話をすること、養育者と一緒に振り返ること

親や養育者があなたと一緒に子どもの遊びを観察する仲間になれるよう励行しましょう。彼らの子どもが遊ぶ様子を見守り、その遊びについて彼らと話をすることで、彼らは子どもが自信を育み早期の学びを身に着けていく助けとなる、とても重要な保障を与えているのだと分かってもらえるようにします。子どもとこのような形で話をすることは、少し変わった感じがするものだとすることを認識して下さい。親や養育者は始めるにあたって自意識過剰な感じを抱くかも知れません。親というものはよく赤ちゃんに自由に話しかける（周りで起きていることを実況したり、周りの世界のことを言葉にしたり）ものだという事について、養育者と一緒に考えてみるのも良いかも知れません。Watch Me Play！を実践するというのは、そうした感じのことなのです。多くの養育者たちが、いったん慣れてしまえば Watch Me Play！のやり方がごく自然なものだと分かるかと述べています。

ずっと話し続けている必要はありません！静かにしたり少しの間黙ったりすることも役に立ちます。それは子どもが次に何をしようかと迷うことだったり、少しおとなしく過ごすのもいいかな？と思ったりするのと同じです。こうすることで子ども達は、自分の考えのための心のゆとりを持ち、次のアイデアが形になるのを待つことができるようになります。

養育者が自分の観察したものをあなたとシェアできるように励ますとともに、子どもの遊びの中で目についたものについてあなた自身がどう思ったのかをシェアしましょう。子どもの遊びに付き合っていてどんな気持ちになるのかについても、養育者と一緒に振り返って下さい。もし子どもが落ち着かなくなったり、子どもの前で話をするのは適切ではないと感じられたりすることがあったら、親や養育者とだけ話をする時間をもうけましょう。別の機会に新たにミーティングをもうけたり、電話で話をするのに予め時間を決めておいたりするのも構いません。

## 困難を認めてあげること

多くの養育者は、子どもに十分な注目を与えることを自然なこととして受け止めますが、中にはそのことに不安を感じる養育者も居ます。ペースを落としてみるというアイデアや一歩引いてみるということは、基本的にたいていの養育者にとって魅力的に映るものですが、これもテンポが変わるということであり、子どもとの過ごし方を変えることとなります。遊びの方向性を指図するのではなく、子どもの想像力とアイデアに任せるとするのは、一部の養育者にとってはとても新鮮なものであり、慣れて楽しめるようになるまでには少し時間があるかも知れません。子どもが遊びの中でどんなものを見せてくるのか根底に不安を抱えていると、養育者は遊びの中で子どもに自己表現をさせることに対して疑念を抱く場合もあるでしょう。こうした不安について、養育者と話し合う中で細やかに探究していく必要があるかも知れません。

ぜんぶ自分たちで考えなくて済むということに安心感を覚える親もいます。親の中には、子どもが遊びの中で主導権を握る様を見て、これまでとは違った形で子どものことを知るようになったと話す人もいます。一方で、子どもに自由に遊ばせて、遊びの中で自分自身

の選択をさせるというのは、やりすぎだと感じる親たちもいます。養育者と子どもと一緒に床に座って彼らの遊びに関心を持ちながら、最初に心に浮かんでくることから始めてみるのも良いかも知れません。やっていく中で、遊びの主導権を握らせてもらうことで、子どもが自らの主体性に満足している様子を取り上げるチャンスがそのうちに訪れるでしょう。そして養育者も自分の子どもが想像力と内なる才能をもっていることに賛同し驚くことでしょう。

## 喜びを分かち合うこと

楽しさや面白さ、新たな発見をすること、そして喜びを分かち合うことは、子どもと養育者の人生において圧倒的な価値と重要性を持つ瞬間です。いくらあっても足りません！

内に引き籠ってしまった子ども達や、自己統制に悪戦苦闘している子ども達にとっては、養育者と一緒に強烈な感情を体験することは、情緒をうまく処理していく能力を大いに向上させ自信をつけることにつながります。子ども達を受け身的な消費者にしようという流れが日増しに強くなっていく世の中であって、遊びはお金がかからず、養育的な関係性や将来のウェルビーイングの基盤を作り出す豊かな経験を得る機会となるのです。

## 気がつくこと

ネグレクトにさらされてきた子ども達は、楽しみや喜びを分かち合う経験を殆ど持たずにきています。剥奪と拒絶は強烈な恥の感覚を招き、結果として子ども達が自分のことを空っぽで何の価値もなければアイデンティティももっていないと感じるようになる場合があります。乳児の発信するサインがほんのつかの間のものであったり、声なきサインであったり、あるいは私たちが期待したり見たいと願ったりするのは違う形であったりすると、そのサインに気が付き応えることは、普通よりも難しくなります。Watch Me Play!によって観察を繰り返し、観察したものをシェアし、そして子どもの遊びに言葉で応えるチャンスを得ることで、乳幼児の普通でなかったり予想外であったりする反応にも気づきやすくなります。そうすることで、養育者も乳幼児に応える方法を見出しやすくなり、子どもも独りぼっちでストレスを抱えていると感じることが少なくなるでしょう。

特に強い情緒的な反応があった時にそれに気が付いてやれると、その子の遊びの中でもう少しよく考えてもう少し詳細に観察すると特に役に立ちそうな、そういう特別な一面を発見していくことができるようになります。対面であれ電話越しであれ、後から養育者と一緒に振り返るための時間をあらかじめ決めておくと、一緒にこのような瞬間を再訪し話し合う機会が得られるでしょう。こうした子どもの遊びについての振り返りや、子どもの遊びに付き合うことがどんな体験だったかを思い返すことによって、たとえ扱いの難しい感情が沸き起こっていたとしても、養育者が子どもにとって情緒的に応じてやれる状態であり続けることを支えてあげられます。観察に基づく振り返りは、感情を価値あるものとして認め、その意味について考えることで子どもの発達を支えていく文化を生み出す一助と

なります。

## 専門家ネットワークへのフィードバックすること

逆境体験を持つ乳幼児の心理的ニーズをアドボケイト（代弁）するためには、実践家は多職種連携や専門家ミーティングにおいて先頭に立つ役割を担っていかなければなりません。子どもが遊んでいる時に人々がそこに何を見るのか一緒に集って話し合うことに興味を持てれば、それが自由な遊びのための環境づくりの第一歩となります。子どものコミュニケーションや体験、そしてニーズに焦点づけた子どもを取り巻くチームがあれば、それが振り返りと観察情報に基づく養育計画とサポートのための場となっていくのです。

養育者が情緒的にコミットすることに価値を見出す文化の一員であるならば、彼らが世話をしている子ども達のために親密でびたりと合った養育を提供し続けていくことが、もっとももっとできるようになるでしょう。子どもと関わる全ての大人の貢献を価値あるものとして認めることは、重篤な剥奪や不適切な養育を受けてきた子ども達の問題に取り組む専門家たちを潜在的な二次トラウマの衝撃から守る上での助けとなります。

## よくある質問

**Watch Me Play！はどのくらいの頻度でどのくらいの期間にわたって行うべきでしょうか？**

Watch Me Play！は柔軟性に富んだアプローチです。養育者は Watch Me Play！の時間をルーチン化し、子どもと一緒に週に2回以上は Watch Me Play！を実践するよう励行されます。すぐにルーチン化して毎日 Watch Me Play！を行うようになる養育者も居れば、週に1回か2回程度が限界という養育者もいます。

専門家とのセッションをどのくらいの頻度で行うのか、またどのくらいの回数のセッションを提供するのか、それは子どもと養育者の環境にあわせて調整して良いでしょう。専門家とのセッションは毎週でも隔週でも、あるいは3週間に1度でも構いません。セッションとセッションの間が空けば空くほど、一貫性の感覚を保つことは難しくなるでしょう。

2～3セッションで良い変化を報告した養育者も居れば、変化がはっきりとするまでに6～8週間はかかる養育者もいます。子どもと養育者にとって十分なだけの遊びをルーチンとして確立することが難しそうだったり、6～8セッション経っても変化しない困難があったりする場合には、より集中的な介入やさらなるアセスメントが必要かも知れません。

**私が担当している親御さんは、子どもの助けとなるための戦略を学ぶことに熱心です**

が、時に新しいことに挑戦するのが難しい場合もあります。私はどうやったら彼らの力になれるでしょうか？

人はそれぞれ違うし、子どものことで心配を抱えた親や養育者を励ましていくやり方も様々です。自由で探索的な遊びが子どもの発達にとって価値があると知ることで安心する人たちがいます。こうした親にとっては、子どもの発達研究についての情報は特に有用となります。一方で、子どもの遊びに以前とは違う様子があることに気が付いたり、子どもと一緒にいる時の体験が以前とは違うと感じたりすることの方が、より重要になる親たちもいるのです。

Watch Me Play! の時間に子どもとのやりとりで、これまでとは違う何か新しいやり方を養育者に勧めようと思う時には、養育者が子どもに向ける注意や、彼らが与えたおもちゃや材料、子どもと遊びについて話す時の言葉遣い等を価値あるものとして認め、彼らが子どもを自由に遊ばせようとするその努力を称賛することが重要です。

私が担当している親御さんは、子どもが遊ぶ様子を四六時中見ていると言います。このアプローチとは何が違うのでしょうか？彼らにも Watch Me Play! を試してみるよう勧めることはできるのでしょうか？

Watch Me Play! のアプローチはとてもシンプルなので、養育者の中にはその重要性が分からない人もいます。けれども、子どもが遊んでいる時に近くに居てやることや、子どもと一緒に遊ぶことと、Watch Me Play! のアプローチとは同じことではないのです。子どもの遊びに関心を抱いていることについて、家族を誉めましょう。私たちが Watch Me Play! でやることの違いについて説明し、モデルを見せましょう。それは、子どものペースで主導権を握らせること、その遊びについて子どもと話し合うこと、そして子どもの遊びについて他の大人と話し合うことです。

親や養育者にとって何よりも励みになるのは、往々にして変化が見え始めてきた時です。多動の子どもがゆっくりと遊べるようになったり、とても引き籠っていた子どもが以前より生き生きとして物事に反応するようになったり、口数の少なかった子どもがしゃべるようになったり、あるいはテレビやデバイスの画面にしがみついていた子どもが人形遊びに夢中になったりするのを目にした時です。こうした変化は大抵、ある程度の時間が経ってから起きてくるものです。専門家の役割は、養育者が変化に気がつくよう援助し、彼らが子どもの遊びに興味を持ち続けられるよう励ますこと、そして彼らが Watch Me Play! が毎日あるいは毎週のルーチンとして生活に組み込んでいけるようサポートすることです。

子どもが遊ぶのを見守るだけでなく、養育者は子どもが自ら選んでやっていることについて子どもに話します。養育者は子どもに主導権を握らせ、向こうから誘ってこない限りは、こちらから提案したり遊びに参加したりしません。彼らはさらに、子どもの遊びに付き合っているとどんな感じがするのか、それに気がつくようにします。こうしたことが、20分間かそこらでやれる全てのことです。

私がサポートしている里親は、ひどいネグレクトの経験がある子どもを世話していますが、彼女はその男の子のために買った人形や他のおもちゃを彼が壊しているのを見ることは、とても難しいと感じています。彼が遊び始めると一瞬でプレイルームは全てぐちゃぐちゃになってしまうのです。私はどんなアドバイスをしたらいいのでしょうか？

子どもの中には、自由に遊ぶ機会が与えられると、これまでずっと抑え込んできた感情のはけ口を見出す子もいます。それは攻撃性や圧倒的な混乱だったりもします。このような感情に近寄ると心が揺さぶられてしまい、大抵の養育者は子どもに違った振る舞いをするよう教えなければいけないと感じるものです。子ども達におもちゃを大事にする方法を示してやることの意義はたくさんあります。けれども Watch Me Play! の時間だけは、子どもの遊びを受け容れ、彼のやることを描写し、そして自分が目にしたものを家族のメンバーや他の養育者、あるいは保健師やソーシャルワーカーといった、他の大人と話し合うよう養育者を励ましていくのです。こうすることが、子ども達が養育者に対する信頼感を育て、養育者とコミュニケーションをとっていく上での助けとなります。

もし子どもの遊びが見ていて不快なものや心を動揺させるようなものだと感じるなら、そしてその傾向に変化が生じないのなら、より専門的な援助が必要なのかも知れません。里親が耐えられるように Watch Me Play! の時間をもう少し短くすることを提案しても良いのですが、次にすべきことで最も役に立つのは、あなたかあるいは他の専門家が里親と一緒に Watch Me Play! を試してみることです。一緒にやることで、時間とともに子どもの遊びに生じてきた小さな変化に気づき、それを喜ぶことができるようになるでしょう。あるいは、乳児のためのメンタルヘルスサービスや、子どものためのメンタルヘルスサービス、児童心理療法士、もしくは親子心理療法士のアドバイスを求めるかどうか、検討してみても良いでしょう。

#### 里親からのフィードバック

「こちらから手を出さないことで、子どもが遊びを通じて物語を語ってくれるようになるわ」

私は特別後見人を担当していますが、彼の子どもはおもちゃを見せても反応せず何の興味も見せません。どうやって援助したら良いのでしょうか？

特別後見人に、Watch Me Play! の時間は、ただ一緒に静かに過ごすための時間なのだと思ってもらえるように促してみましょ。できればあなたも彼らと一緒に床に座り、子どものどんな小さな仕草や目の動きであっても一緒に観察して、それをどうやって言葉にしていくのか一緒に考えてみて下さい。あなた達は待つことができるのだということ子どもに示しましょう。どんな小さな変化でも目に留まったらコメントし、養育者が子どもの

ためにいつでも応じてやれる状態で居続けていることや、子どもに注意を向けていることを称賛しましょう。

時には、これまでに遊びの機会をあまり与えられずに来た子どもが、かなり小さな子ども向けのおもちゃに魅力を感じることもあります。水、砂、そして粘土があれば、子ども達は自分のやり方で自分のペースで取り組むことができます。もしその子にソーシャルワーカーや保健師、保育士、あるいはその他の専門家が関わっているようなら、子どもがあなたに見せてくれるものについて彼らと話し合い、さらに必要な援助がどのようなものか一緒に考えてみましょう。

## Watch Me Play ! の事例

以下に示す短い事例は、さまざまな年齢の子ども達を相手にどのように Watch Me Play ! を用いるかという例を示すためのものです。守秘義務のために、名前や個人を特定する詳細を変えてあります。

### モリー：里親養育を受けている赤ちゃん

#### 6週間にわたる訪問1回、電話フォローアップ、専門家ネットワークと協働

モリーは生後3か月の時に、初めて里親を引き受けたジェーンの家ソーシャルワーカーが連れてきました。モリーはヘロイン依存の状態生まれ、人生の最初の2週間は赤ちゃんのための特別治療病棟で過ごしました。私はモリーが5か月の時に、里親を家庭訪問するよう依頼を受けました。ジェーンは、モリーがひっきりなしに金切り声を上げて泣くことや急に機嫌が変わることが心配だと話してくれました。ジェーンの監督ソーシャルワーカーと私はジェーンと一緒に、モリーが里子に来る以前に置かれていたであろう生活環境がどんなものだったか考えてみました。私たちはまた、モリーがどのくらいの期間自分と一緒に居るのかジェーンにも確信が持てないということについても考えました。私たちはジェーンに、たとえ委託が短期間になったとしても、ジェーンが傍に居てくれるとモリーが感じられるようになれば、それは彼女の発達にとって助けになるものだ伝えて安心させることができました。

私は一日のうち何時間かはテレビのスイッチを切り、機械的なおもちゃを片付けてしまうことで、モリーの過剰な覚醒レベルを調節しやすくすることを提案しました。こういう風に静かな環境の方が、ジェーンにとっても自分が世話をしている乳児に調律しやすくなります。私はジェーンに、一日に1回20分間だけ、モリーと一緒に遊ぶことに全ての注意を注ぐというアイデアを示してみました。ジェーンはこれをルーチン化し、フォローアップの電話で、彼女がゆっくりとモリーの顔を覗き込み、眉を上げて静かに名前を呼んでやったところ、モリーの小さな顔がぱっと明るくなったことを報告してくれました。モリーが舌を突き出したり手を挙げたりした時に、ジェーンがその真似をするとモリーがそれをうっとり見つめていることに彼女は気が付いたのでした。

私はジェーンに、モリーの反応や彼女たちが一緒に遊んだ時の様子について、監督ソーシャルワーカーや保健師とも話し合ってみよう勧めました。三週間後、ジェーンはソーシャルワーカーに、モリーが何を必要としているのか以前よりも自信をもって理解できるようになったと感じる旨を報告しました。彼女は、これまでとは違ったやり方で自分の里子を知りつつあり、里子と一緒に過ごすことを以前よりも楽しめるようになりました。ジェーンは、モリーにとってどんなことがストレスになるのか認識できるようになり、以前よりも彼女の機嫌の変化を予測できるようになったのです。モリーは以前よりも慰めを受けいれることができるようになり、手の施しようもなく長時間にわたって泣いていたのも、以前より短くなったのでした。

## 考察

子どもが委託される時というのは、常に複雑な環境にあります。このような危機においては、遊びが子どもの発達にとって重要であるということが、容易に見失われてしまいます。子どもが里親の下から移動していってしまう予定が組まれていたり、委託がどのくらいの期間になるのかははっきりしなかったりすると、里親にとっては自分たちが里子と意義のある情緒的なつながりを得ることができるとは、なかなか実感しがたいかも知れません。

これは、たとえモリーのニーズを理解できるようになるまでに時間がかかったり、養育者がどのくらいの期間彼女と一緒にいられるかも分からない状況であっても、養育者が生後3か月のモリーの心に届くように援助した短期介入の一例です。遊びによって、養育者と子どもがどちらにとっても無理のないペースで一緒に居られるようになるための場が得られました。

### 専門家がやるべきこと：

- 乳児と養育者とのやりとりを細やかに観察すること
- 養育者が自分がケアしている乳児との間でつながりを感じられるように援助すること
- 養育者のケアが持つ重要性を価値あるものとして認めること
- 電話によるフォローアップで養育者が観察したものをシェアすること
- 子どもの発達ガイダンスを提供すること
- 専門家ネットワークと連携すること
- 初めて里親を引き受けた人たちの研修ニーズについてフィードバックすること

### ヘンリー：遊ぶことができなかった2歳

14ヶ月にわたる10回の訪問、専門家ネットワークとの連携、養父母へのサポート

ヘンリーは2歳の時に、家庭で負った重傷の治療を病院で受けた後、里親の下に連れてこられました。4か月後、ヘンリーの食事と睡眠の乱れや、里親の家の中を駆け回る多動傾向などに関して懸念が生じてきました。専門家ネットワークは里親のアシャをどのようにサポートしたら良いのかアドバイスを求めました。アシャは家でのヘンリーの様子を「竜巻みたい」と表現しました。

最初の3か月間、私は里親のもとを2週間おきに訪問しました。最初の6週間で、私はアシャが言っていた意味を理解しました。ヘンリーは絶え間なく走り回り、おもちゃを拾っては落としたり投げたりしていたのです。私たちはヘンリーがしていることについて、一緒に床に座って静かに話し合うことを粘り強く続けました。テレビのスイッチは切り、電池で動くようなおもちゃは少数の柔らかいおもちゃ、おもちゃの動物、車のおもちゃやパズルと置き換えました。徐々にヘンリーの動きがゆっくりとなっていき、やがて彼は2台

のおもちゃの車で遊び始めたのです。はじめの数週間は、ヘンリーが車同士をぶつけ合う様子を描写してばかりだとアシャは気づきました。しばらくすると、ヘンリーは車をソファの下に押しこめ、アシャに車を見つけて欲しいと頼むようになりました。アシャが後日、この遊びが彼女にとって本当に腹立たしくて居心地の悪いものだったと話してくれました。私は、ヘンリーの遊びがとても支配的で執拗だという彼女の経験と考えを分かち合いました。私は彼が時々ちらっと私とアシャの方を見ることにも気が付いていました。彼は私たちの様子をうかがっているようでした。アシャと私は、ヘンリーの幼少期について知っていることを振り返ってみました。車を使った遊びは、常に大人には目を光らせていないといけないという彼のニーズを、私たちがもっと理解していくためのヒントのようでした。

この話し合いの後、アシャは私に遊びに大きな変化があったと話してくれました。ヘンリーは自分の力で車を「発見」するようになったのです。アシャはとてもほっとしました！アシャは、ヘンリーが以前よりも遊びを楽しんでいる様子なのも嬉しく感じました。私たちは、彼が他のおもちゃも試してみることができるようになったことに気が付きました。彼は時々、おもちゃの動物に話しかけたり、アシャの歌う童謡に自分も加わったりしました。食事についての困難は解決し、夜もぐっすり眠るようになりました。ヘンリーを養子に引き取るという養親の申し出があった時、養父母はヘンリーが何を必要としているのか、どうしたら彼を援助することができるのか、とても熱心に考えたがりました。彼は導入期にも Watch Me Play! のセッションを続け、それは養父母の家に行って最初の数カ月間も継続されました。私はヘンリーの新しい両親を電話でサポートしました。私は彼が養父母宅での生活を軌道に乗せ、とても愛らしい子どもになったと聞いてとても嬉しい思いがしたものです。

## 考察

とても困難な最初の数カ月間、ヘンリーの遊びを見守り続けるためには、アシャは大変な根気と勇気を必要としました。彼女の注目とシンプルなおもちゃ、そして静かな環境という条件がそろったおかげで、ヘンリーの不安と過覚醒がコンテイン（包容）され始めたのです。

時間が経つにつれて、より探索的な遊びが始まりました。彼の遊びを見て私たちが気が付いたことを話し合うことで、ヘンリーは何かを取り入れ、警戒を解き、そしてもっと子どもらしく遊べるようになっていったのです。新しい家庭で、彼が今でも里親との交流を保っていることや、保育園を楽しんでいること、そして新しい養父母との生活を満喫していることを耳にして、私は感動しました。

## 専門家がやるべきこと：

- 子どもの発達ガイダンスを提供すること
- 子どもと養育者とのやりとりに参加し、養育者にフィードバックすること

- 養育者が子どもに全ての注目を向けている点を褒めること
- 変化が見られ始めた時に、養育者との振り返りを続けること
- 専門家ネットワーク、保育園、養父母候補者との連携すること
- 養父母と電話でのフォローアップを通じて振り返りを行うこと

### ラシャーナ：特別後見人と暮らすために移動した 3 歳 3 ヶ月にわたり 3 回のセッション、ミーティングと電話サポート

ラシャーナはとても恥ずかしがり屋で可愛らしい 3 歳児ですが、何度も委託関係の破綻や突然の移動を経験してきました。彼女はささやくような声でしゃべり、滅多に顔を上げることがなく、彼女の特別後見人となった叔母・叔父からの如何なる身体的な慰めも避けていました。

最初の Watch Me Play！セッションで私の同僚が気付いたことは、ラシャーナが遊び始めるや否や、叔母のシミーラは質問をし、次に何が出来るか次々と提案をし始めたのです。シミーラは何とかしてラシャーナに何かを与える方法を見つけ出したいと願っているようでした。彼女はどうしてもラシャーナに幸せになってもらいたかったし、彼女が愛されているのだということを知って欲しかったのです。しかし結果として、ラシャーナは心を閉ざしてしまっていたようでした。

私の同僚はシミーラに、一歩引いて見守り、ラシャーナが何をを選ぶのかに関心を持つよう勧めました。二人は一緒に、ラシャーナが初めておもちゃの動物で遊び始めるのを見守りました。同僚に励まされながら、シミーラはラシャーナがおもちゃの動物で何をしているのか描写してみました。ラシャーナが次に何をするか悩んでいる時にもシミーラは待っていました。Watch Me Play！のセッション終了後、シミーラは同僚と一緒に振り返りをしました。シミーラは、これまでにラシャーナがあんな風に遊ぶ様子は見たことがないと述べました。彼女はラシャーナが家でも同じようにするかどうか分かりませんでした。けれども彼女は Watch Me Play！をやってみることに同意し、ラシャーナの遊びの中で何が目に留まったのか、そしてラシャーナの遊びに付き合うことがどんな感じなのか、シミーラは電話でのサポートで同僚に話して説明しました。

外来でのフォローアップ・セッションで、ラシャーナがより自由に遊び始めるにつれ、シミーラと同僚は彼女の新しい一面を見るようになりました。ラシャーナはおもちゃの動物同士を喧嘩させてみせたのです。自宅でも変化がありました。これまで本当に物静かだったラシャーナが、スナップ（監訳者注：カード遊び）で勝った時に雄叫びをあげるようになったのです。ラシャーナは動揺するとシミーラの上で抱きしめて欲しいと頼むようになりました。シミーラには、ラシャーナがより生き生きとし、「小さな大人」ではなく 3 歳児になったように感じられました。彼女はラシャーナの世話を以前よりももっと楽しめるようになり、それはラシャーナが以前ほどよく言うことをきかず委託がより大変な状況になっても変わりませんでした。

## 考察

新たに養育者となり、子どもを圧倒することなく、彼らとつながる方法を模索している養育者にとって、遊びという安全なスペースが、新しい関係性を細やかに探究していける一つの領域になります。ラシャーナは、叔母が自分のために時間をとって遊びを見守ってくれるほど、自分は大事な存在なのだという自信とともに自分自身を表現するスペースを手に入れ、自由になることができました。こうして彼女は自らの声をあげられるようになったのです。

### 専門家がやるべきこと：

- 子どもの発達ガイダンスを提供すること
- 「ただ見守っているだけ」で十分だと養育者が感じられるように手助けすること
- Watch Me Play! のために時間を確保している点について養育者を誉めること
- 電話でのフォローアップを通じて養育者との振り返りを続けること
- 専門家ネットワークと連携すること。
- 養育者やネットワークとともに、良い変化を価値あるものとして認めること

## 子どもの発達研究と Watch Me Play !

### 乳児のメンタルヘルス上の困難と早期介入

「乳児のメンタルヘルスを維持することは、その先の一生におけるメンタルヘルス上の問題を防ぐための鍵である」(フォナギー、1998)

イングランドにおける子どものメンタルヘルス上の困難がどのくらい存在しているのか調査した最新の結果(サドラーら、2017)では、2~4歳の子どもの20人に1人がメンタルヘルス上の障害を抱えていると推測しています。ここでいうメンタルヘルス上の障害とは、情緒的障害、行動上の障害、多動、そしてもう少し頻度の低い障害として自閉症スペクトラムや摂食障害が定義されています。5~10歳の子どもについては、およそ10人に1人の割合でメンタルヘルス上の障害を持つと推測されています。

社会的養護のもとにやってくる小さな子ども達は、発達上あるいはメンタルヘルス上の障害のリスクが高くなります。そこには抑うつ、不安、多動、および心的外傷後ストレス障害などが含まれます(リームス、1999)。5歳未満で社会的養護のもとにいる子どもでは、少し前の報告でメンタルヘルス上の障害を抱えている割合は45~60%とされています(メルツァーら 2003、マックオーリーとヤング 2006、スターマーら 2005、ヒレンら 2012)。

人生早期におけるメンタルヘルス上の困難は、児童期および成人以降に進行中の身体的およびメンタルヘルス上の障害を持つリスクを上昇させます。乳児のメンタルヘルス上の困難に対する早期介入が効果的であり、個人とその家族だけでなく、社会全体にとっても有益なものであるということは既に十分に確立しているものです(アレン、2011；APPG、2015；クロッケンバーグとリアケス、2000)。

葛藤、暴力、ネグレクトなどの目立つ人間関係を生きてきた場合や、子どものアタッチメントに繰り返し中断が生じた場合には、子どもが小さいうちこそが修復と回復の最大のチャンスとなります。早期発症のメンタルヘルス上の障害に対しては、事態が複雑化するまで待つのではなく、早期介入をする方がはるかに効果的であると認識されています。アタッチメント治療についてのレビューでは、母性的な感性に焦点づけた4回~18回のセッションを乳児の人生早期に行うことができれば、大きな変化を達成することができる結論づけられています(ライトら、2015)。

ごく普通に成長している赤ちゃんは自然と大人の注意をひきつけます。しかし極度のストレスにさらされた赤ちゃんの中には、大人の注意を逸らすような防衛的な他人との関わり方を発達させてしまい、それが将来的な人間関係やアタッチメントパターンを悪化させることにつながる可能性があります(フライバーグ、1982)。子どもの発達研究および臨床研究によれば、脳の感情処理やアタッチメント形成に関わる部位が最大の発達と回復の能力が

最も高い生後 2 年以内に介入することが提唱されています(ショア、2010)。社会的養護を受けている子ども達については、里親委託が治療的变化の最大要因となることの強いエビデンスがあります(ルークら、2014)。養育者のアタッチメントと成長途上の乳児への調律が、安全と安定性に関する修復的経験を提供する手段となります。遊びを通して、里親と乳児は互いのことを知り新しい関係性を築いていくことができます。養父母にとっても、遊びは、子どもと初めて接する人が、子どものシグナルやコミュニケーションに気づくための時間として役に立ちます。

## 調律と早期のやりとり

「遊びは、子ども達が成長していくために必要な養育者との安全で、安定した養育関係の形成を支えるものである」(ヨグマンら、2018)

養育者との最早期の体験は、子ども達の将来の発達と人間関係を形作るものです。ハーバード大学子ども発達センターでは、子どもと養育者の間での調律されたやりとりを表現するのに「サブ&リターン」という例えを使っています(2018)。赤ちゃんは口を小さく開けたり、舌を動かしたり、あるいは眉をあげたりすることでサインを送って「サブ」します。親もしくは養育者は、じっくりと見守った上で乳児の表情を真似することで「リターン」をします。この時に養育者は、おそらく少しだけ大げさにしたり、ちょっとした変化をつけてみたり、あるいはサインに見合った音をつけて「リターン」を返すでしょう。乳児は大人の顔にうっとり引き付けられ見つめます。そしてさらに「サブ&リターン」が繰り返されることで、赤ちゃんが休憩のために顔をそむけるまで、赤ちゃんの顔も大人の顔も明るくなっていくのです。このような一連のやりとりの際には喜びのホルモンが分泌されて、赤ちゃんも大人ももっと続けたいという気持ちになり、子どもと養育者の絆が強化されるのです。

「赤ちゃんとどのように付き合うか：両親と赤ちゃんの情緒生活」(2015)の中で、ディリス・ドースとアレックス・デレメンテリアは、自分の感情を理解し認識してもらうことで、赤ちゃんは人間の持つあらゆる情緒を学んでいくことができるのだと述べています。

コミュニケーションには意味があり、本人も意味を探している一人の人間として子どもに反応することで、子どもは安定したアタッチメントを形成することができます。

「安全とレジリエンスを育む鍵はマインドマインデッドネス—子どもの心の中に何があるのかと考えることである」(スコフィールドら、2018)

マインドマインデッドネス研究によれば、意味について考えることは、子ども達のコミュニケーションと社会的発達を助けると言われています。養育者が子どもの最初の音と身振りに可能な限りの意味を付けてくれた子どもは、コミュニケーションが意味とを結びつけ

てもらわなかった子ども達と比べて、5歳時点での語彙数が多くなる傾向にあります(マインズら 2003、マインズとファーニーホッフ 2010)。こうした子ども達は安定したアタッチメントを形成する傾向にあることも知られています。「メンタライゼーション」「ふりかえり(reflective practice)」などでも、子どもの行動や遊び、コミュニケーションの中に意味を求めることの重要性を強調しています(フォナギーとアリソン 2012、レックマンら 2007)。

## 遊びの段階

「赤ちゃんは自分の周りで起こっていることのパターンを探することに積極的です。子ども達は自分の周りで何が起きているのか理解する必要があります。この欲求によって子ども達は、自分が必要とする情報を手に入れられるような活動へと駆り立てられます。こうして子ども達は探索し実験するのです」(ゴブニーク、メルゾフ、クール 1999)

遊びは発達段階に応じてさまざまな形をとります。まず、生後数週間で親と乳児がお互いを知るようになると、親と乳児の間でミラーリングゲームや「会話」が始まります。本当に幼い赤ちゃんでも、親もしくは養育者とお互いが相手の顔を近くから見つめ合うような、顔と顔を突き合わせたやりとりをする中で、完全な覚醒状態になります。(ムーレイとアンドリュース 2005、ドースとデレメンテリア 2015)

相互に細心の注意を払っている瞬間、乳児の生理的システムは完全に活性化されます(ミュージック、2016)。乳児の脳内では新たな神経接続が形成され—そして程度は低いですが、それに応じている大人の側の脳内でも—感情を認識し思考するための能力を発展させます。親や養育者が赤ちゃんの発信するサインに細やかな注意を払うと、赤ちゃんはこの双方向的な「ダンス」のパートナーの表情や声に反応してさまざまな情緒を体験します。養育者はしばしば、乳児が真似をしやすいように表情や仕草をいろいろと変化させます。あるいは養育者は、乳児の発する音を真似することで、それを出発点とした、行ったり来たりの会話を行うのです。およそ 7~2 カ月頃になると、乳児は例えば自分が落としたおもちゃが地面に落ちるなど、自分の行動が影響を与えることを学び始めます。

行ったり来たりの一貫した楽しい経験をするには、自己統制や順番待ち、共有といった、その後の発達にとって重要です(レディとミリュート、2015)。「いないいないばあ」や「小さな子ブタちゃん」のような繰り返しの遊びは、成長途上の赤ちゃんにとって、次に何が起きるのか予測することができるという満足感を与えてくれます。また、こうした遊びは、乳児が社会的関係を求め、それに応える乳児の能力の上に成り立っています。「いないいないばあ」や、かくれんぼ、ふざけ遊び等は、小さな子ども達にとって養育者の反応を探索し理解したり、楽しみや理解をシェアする喜びを経験したりする機会となります。

いつも子どもに読み聞かせをしている養育者は、読み聞かせた物語に基いてごっこ遊びをするよう促してやることができます。後に就学前くらいの歳になると、一緒に童謡を歌うことで子どもの想像力を生き生きとさせると同時に、言葉の基礎を積み上げていくのを手助けすることができます(ヨグマンら、2018)。

## 遊びと子どもの発達

1940年代のピアジェ、ヴィゴツキー、ブルナー、レディ、シルヴァ、その他の研究者たちが行った子どもの発達に関する初期の体系的な研究の時から、遊びが発達、ウェルビーイング、好奇心、記憶そして学習において本質的な役割を果たすことが認識されてきました。これらの知見は2018年にマイケル・ヨグマン博士率いるアメリカ小児学会の医師と研究者らが行ったレビューでも検証されています：

「遊びは健康の基盤となり、複雑な世の中で生きていくために必要なスキルを練習し上達させるチャンスを与えてくれるものである」

早期学習は、遊びの中での発見と社会情緒スキルの発達とを組み合わせたものです。遊びながら、子ども達は同時に問題を解決し注意を集中させることを身に着けています。こうしたことが全て、学校で学ぶ準備や学業的成功の基盤となる実行機能スキルの成長を促進させるのです。実行機能によって子ども達は一つの活動から別の活動へと移行し、ルーチンと境界を受け入れることができるようになります(ヨグマンら、2018)。

フロイトは、注意を、意味のあるパターンを探し、意識的な心である自我を現実と接触させる心的エネルギーまたは「観察する思考」の一形態であると説明しました(1917、1923)。共同注意は定型的な発達における重要な段階であり、小さな子ども達は自らの経験や自分が気付いたものを分かち合うことに強い関心を示すようになります。このように経験をシェアすることが、言語学習の最初の段階の手助けとなると考えられています。これまでの研究では、親子間の共同注意の量と、子どもの初期の語彙数との間に正の相関関係があることが知られています。子どもの発達の研究者であるジェローム・ブルナーは、共同注意とは親と子がお互いに、そして第三の対象物やでき事に協調して注意を向けることと定義しました(1976、1983)。子どもと彼らの遊びについて話し合うことは共同注意の体験を何度も提供できる一つの方法になります。

## 子ども主導の遊び

「子ども達が自らの学習において果たすべき役割について、ある種の主体性（自らの行為のコントロール）を与えられることで学習は発展していく」（ヨグマンら、2018）

発達の、情緒的、あるいは行動上の困難を抱えた子ども達をサポートするための多くのアプローチでは、対話の機会を増やし、お互いに楽しく交流するために、子ども主導の遊びを推進しています。言語療法、Soihullアプローチ、Webster Stratton Incredible Years やフォスタリングチェンジプログラムのような研修、親子心理療法、そして「Watch, Wait and Wonder！」などはすべて、養育者が十分に注意を払うことで促進される子ども主導の遊びに焦点を当てています。子どもの遊びに注意を注ぎ、遊びを言葉にしていくことで、子どもの自信、自己効力感、想像力、自尊心、集中力、統制力そして協調運動を向上させることが分かっています。また養育者の調律や感受性にも良い効果を及ぼすことが報告されています(パンクセップ 2007、サンダーランド 2007、ドジエールら 2009、エイリングとストリンガー 2013)。子ども主導の遊びの環境を整えることで、大人がどういう時に情緒的接触を図るためにこちらから働きかけるべきか、またどういう時に子どもへの関心や応答性を保ったまま、子どもの方から接触を求めて来るまで待つべきなのか、子どもから学ぶことができるのです。

アメリカの子どもの発達の研究者であるアリエッタ・スレイドは、子ども主導の遊びは地固めと統合のための手段だと考えています。つまり、遊びに体験や感情を注ぎ込むことで、「子どもは構造を作り出している」(1994: 91, 94)のです。子ども主導の遊びをこのように理解するのは何も新しいことではありません！1940年代にハンガリーの小児科医エミ・ピクラーは乳児の運動発達において、自発的な子ども主導の遊びが重要であることを観察しています。児童養護施設において彼女が確立した、養育者が全ての注目を子どものみに注ぎ、自由で想像的な遊びを促すことを原則とした実践は、今日でもヨーロッパ全土の居住型施設や子どもセンターにおいて影響力を保っています(ヴェーモスら、2010)。しかしながら、調査や臨床的実践が示してきたのは、子どもの発達やウェルビーイング上の深刻な懸念があると、自由な遊びが発達において価値あるものであることが見失われてしまう場合があるということです。より一般化して言うなら、リスクレベルが高くなると子どもの経験を心に留め置くことが、いっそう難しくなってしまうのです。

「困難な状況下では、『子どものことを心に留めておく』能力が損なわれる可能性があります」(オニオンズ 2018: 252)。

子どもの心身の安全に関わる問題がある時には、子どもの身体的健康と安全の確保が最優先されなければなりません。しかしトラウマからの回復過程では、身体的なものと心理的なものが密接に相互関与しています。アフリカで栄養失調からの回復した子どもを対象とした研究では、集中的な栄養補給に加えて、遊びと子どもへの注目を促進することを含む心理社会的サポートを受けた子どもの方が、集中的な栄養補給だけを受けた子どもよりも死亡率が低く、回復スピードも速かったことが報告されています(WHO、2004)。心理的幸福に焦点づけることは、回復と健康にとって必須である子どもと養育者の間の情緒的なつながりを生み出していく上で重要であることが分かっています。

### **探索の重要性**

「アタッチメントシステムは、乳児を養育者に接近させ、危害や捕食から守るために存在

している。探索システムは、乳児が環境について学ぶために世界に送り出し、安全で効果的に機能する可能性をより高めるために存在している」(エリオットとレイス 2003: 320)

ボウルビーが 1940 年代以降に行った研究によって、発達に不可欠なアタッチメントシステムと探索システムという相互にリンクする 2 つのシステムが明らかにしました(1969)。アタッチメントニーズが満たされると乳児は探索へと向かい、自分を取り巻く世界と交流し探索することができるようになるのです。

面白いことに、探索の方は研究でも研修でもはるかに少ない注目しか浴びてきませんでした。トラウマや養育の中断を経験してきた子ども達が、親しくなった相手にしがみつくと手を緩めて遊びと探索に乗り出せるようになるとは、なかなか信じがたいことかもしれません。しかし、自由に遊び探索することができないと、それは発達上の不利につながります。自分を取り巻く世界に好奇心と喜びを向けることができない子どもは、遊びを通して安心と満足を見出すことが難しくなってしまいます。

「…我々の種にとって、探索に伴う危険は学習という恩恵によって相殺される。子ども達の世界に対する理解は急速かつ大きく変化していくが、これは彼らが探索し実験するやり方と関係しているようだ」(ゴブニーから、1999)

指示することは子どもの創造性と想像力を抑えてしまうのに対して、子どもの遊びを促進し興味を向けてやれる大人は、子どもの自立的な探索や学習、そして言語の習得を促していると言えます。アメリカ小児科学会のレビュー(2018)によると、家庭で大人の指示を最小限にして積み木を与えて遊ばせた就学前の子どもたちは、初期の言語能力に改善が見られたと報告しています。

探索的な遊び、散らかしたり、物事を「間違える」ことは、子どもが世界について学び、後の正式な学習を支える協調性とコミュニケーションのスキルを発達させていく上で重要です。小児科医であり精神分析家でもあるドナルド・ウィニコット(1971)は遊びについて、私たちを取り巻く世界や私たち自身を探索し、世の中と創造的な関係性を築いていくための創造的なやり方なのだと述べています。

子どもたちは、想像力を働かせる遊びの中で物語を探求しながら、自分の感情を見つけていきます。遊びを繰り返すことで、強い感情が調整され、恐怖や不安、心配が徐々に小さくなっていきます。ちょうど私たちが夢の中で問題解決の方法を試してみて、目覚めた時には一歩前進するためのアイデアがよりはっきりとしたものになっている時のように、子ども達は遊びによって困難な状況を何とかしていくためにより良い方法がないか見つけ出していくことができるようになるのです。

## 逆境体験を持つ子ども達にとって子ども主導の遊びが持つ特別な価値

「小児期の逆境体験がある場合、遊びはよりいっそうその重要性を増す。遊びを通して親子が体験できる相互の喜びやコミュニケーションの分かち合い、そして調律は、身体的なストレス反応を調節する」(ヨグマンら、2018)

トラウマと、トラウマが乳児の脳内に引き起こす反応は、長期的な発達や、自己調整、人間関係およびウェルビーイングに関する能力に大きな影響を与えます(ペリー 1995、ショア 2010)。防御的な相互作用のパターンは、非常に幼い乳児でさえもシャットダウンさせてしまいます。差し迫った危険から自己を守るための生存モードは、感情を認識して調節する脳の部分を回避してしまいます。脳内のこうした部位が発達しないままだと、危険が去った後も長期にわたって、過覚醒や調節不全、解離のような防衛反応により、遊びや社会的交流および学習に支障をきたすこととなります(マッククローリー、デブリトとヴァイディング 2011)。

アメリカ小児科学会(2018)の報告によると、深刻な逆境体験のために生じた子どもの調節困難が、大人に支えられて自由に遊ぶ機会を定期的に与えることで改善したと報告しています。親密さ、信頼感、探究心などの心理的なニーズを満たすためには、乳幼児期に生き延びるために身につけた防衛的な人との関わり方にできるだけ早く対処することが重要です。遊びを通じて親子が体験する相互の喜びや、調律の分かち合いで、ストレスの影響を軽減することができます。身体的なストレス反応は脳機能と生理的なサインと結びついています。養育に際して子どもに心を配り、子どもからのコミュニケーションに対して振り返りと言葉によって応えていくことで、トラウマの影響を和らげ、過剰なストレスによる有害な影響を減らすことができます。

## 大人にとっての有益性

親が先手を打って行動することで、親のストレスを減らし親子関係を強化することができます。子どもと一緒に遊ぶことは、子どもにとってだけでなく大人の養育者にとっても価値のあることです。大人は子ども時代の喜びを再体験あるいは取り戻し、若返ることができるのです。子どもの遊びに心を配ることで、応答性の良い養育者は遊びの能力を再び蘇らせることができます(アルバレスとフィリップス、1998)。養育者は自分の子どもと関わり、観察し、小さい乳児の言語以前の行動を理解し、遊び心に満ちた交流に参加し、そして子どもの興味とスキルが開花していくのを目にする喜びをシェアすることができるのです(ヨグマンら、2018)。

子どものことを知り、気にかけている大人と一緒に振り返ることで、困難な経験の意味を理解することができます。一緒に子どものことを考えている人たちに支えられていると感じることで、養育者は孤独を感じなくなり、子どもの小さな発達段階に喜びや安心感を見出すことができるようになります。このことは、小さな子ども達の抱えた苦痛や混乱と近



親、里親、コンタクト・スーパーバイザー、ソーシャルワーカー、臨床家などのグループに「Watch Me Play!」を紹介する半日のワークショップ

- ワークショップの紹介、目的と目標(15分)
- 一緒に振り返る：移行の経験(20分)
- プレゼンテーションとディスカッション 第1部：  
社会的養育下の子どものための乳幼児のメンタルヘルスの介入：ニーズと機会(40分)
- 休憩
- プレゼンテーションとディスカッション第2部：  
「Watch Me Play!」アプローチ(50分)
- 第3部小グループでのケースディスカッション(40分)
- 閉会：まとめ
- 質問、振り返り、評価(20分)

里親と監督ソーシャルワーカーを対象とした「Watch Me Play!」の半日体験型ワークショップ

- ワークショップの紹介、目的と目標(15分)
- 一緒に振り返る：子ども時代の遊びの経験 (30分)
- Watch Me Play! の紹介：ロールプレイとディスカッション (40分)
- 休憩
- プレゼンテーションとディスカッション：なぜ遊びが重要なのか(40分)
- 小グループでのケースディスカッション(30分)
- 評価と閉会(15分)

## 役立つウェブサイト

- Association of Child Psychotherapists – Find a therapist register:  
<https://childpsychotherapy.org.uk/fat>
- Association for Infant Mental Health (UK)  
<https://aimh.org.uk/>
- The Centre for the Developing Child at Harvard University videos on ‘serve and return interaction’:  
<http://developingchild.harvard.edu/resources/serve-return-interaction-shapes-brain-circuitry/>
- Coram BAAF (British Association for Adoption and Fostering):  
<https://corambaaf.org.uk>
- First Step Leaflets  
[www.tavistockandportman.nhs.uk/firststep](http://www.tavistockandportman.nhs.uk/firststep)
- Plan Toys:  
[www.plantoys.com](http://www.plantoys.com)  
<https://www.youtube.com/watch?v=tpEoKBeVReQ>
- The Social Baby:  
<http://www.socialbaby.com/>
- The Tavistock and Portman NHS Foundation Trust and training centre:  
<https://tavistockandportman.nhs.uk/>
- Understanding Childhood:  
[www.understandingchildhood.net/](http://www.understandingchildhood.net/)
- University of East Anglia Secure Base model downloadable resources for trainings:  
<https://www.uea.ac.uk/providingasecurebase/resources/>
- Zero to Three:  
<https://www.zerotothree.org/>

## 参考資料

Daws, D. and de Rementería, A. (2015). *Finding Your Way with Your Baby. The emotional life of parents and babies*. London: Routledge.

Fawcett, M. and Watson, D.L.(2016) *Learning Through Child Observation*. London:

Jessica Gerhardt, S. (2015) *Why Love Matters. How affection shapes a baby's brain*. Second edition.

Gerhardt, S. (2015) *Why Love Matters. How affection shapes a baby's brain*. Second edition. Hove and New York: Routledge.

Hingley-Jones, H., Parkinson, C., and Allain, L. (eds) (2017) *Observation in Health and Social Care: Applications for Learning, Research and Practice with Children and Adults*. Jessica Kingsley, London.

Murray, L. and Andrews, L. (2005) *The Social Baby: Understanding Babies' Communication from Birth*. Richmond, The Children's Project/CP Publishing.

Prior, V. and Glaser, D. (2006) *Understanding Attachment and Attachment Disorders: Theory, Evidence, and Practice*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.

Sunderland, M. (2007) *What every parent needs to know. The incredible effects of love, nurture and play on your child's development*. London/New York: Dorling Kindersley.

Urwin, C. and Sternberg, J. (eds) (2012) *Emotional lives. Infant observation and research*. London: Routledge.

Wakelyn, J. (2019) *Therapeutic Approaches with Babies and Young Children in Care: Observation and Attention* Karnac/Routledge).

Youell, B. (2005) Observation in social work practice, in Bower, M., (ed.) *Psychoanalytic theory for social work practice. Thinking under fire*. London and New York: Routledge.

## 引用文献

- All Party Parliamentary Group (APPG) (2015) *Building Great Britons. Conception to age 2. The First 1001 Days*. <https://plct.files.wordpress.com/2012/11/building-great-britons-report-conception-to-age-2-feb-2015.pdf>.
- Allen, G. (2011) *Early Intervention: The Next Steps. An Independent Report to Her Majesty's Government*. London: Cabinet Office
- Alvarez, A. and Phillips, A. (1998) The importance of play: A child psychotherapist's view. *Child Psychology and Psychiatry Review*, 3, 3, 99-104.
- Ayling, P., and Stringer, B. (2013) Supporting carer-child relationships through play: a model for teaching carers how to use play skills to strengthen attachment relationships. *Adoption & Fostering* 37,2, 130-143.
- Bowlby, J. (1969) *Attachment and loss. Volume 1, Attachment*. New York: Basic Books.
- Bruner J.S., Jolly A., Sylva K., eds. (1976) *Play: Its Role in Development and Evolution*. New York, NY: Basic Books.
- Bruner, J. (1983) *Child's talk. Learning to use language*. Oxford, Oxford University Press.
- Crockenberg, S., and Leerkes, E. (2000). *Infant social and emotional development in family context*. In C. H. Zeanah (ed.) *Handbook of infant mental health*, pp 60-90. Second edition. London, Guildford Press.
- Daws, D. and de Rementeria, A. (2015). *Finding Your Way with Your Baby. The emotional life of parents and babies*. London: Routledge.
- Dozier, M., Peloso, E., Lindhiem, O., Gordon, M. K., Manni, M., Sepulveda, S., Ackerman, J., Bernier, A. & Levine, S. (2006) Developing evidence-based interventions for foster children: an example of a randomized clinical trial with infants and toddlers. *Journal of Social Issues*, 62, 767–785.
- Dozier, M., Oliver, A. et al. (2009) Effects of a foster parent training program on young children's attachment behaviors: preliminary evidence from a randomized clinical trial. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 26, 321–332.
- Elliot, A. J. and Reis, H.T., (2003) Attachment and Exploration in Adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 2, 317–331.
- Everson-Hock, E.S., (et al)., (2012) The effectiveness of training and support for carers and other professionals on the physical and emotional health and well-being of looked-after children and young people: a systematic review. *Child Care Health and Development*. 38, 2, 162–174.
- Fonagy, P. (1998) Prevention, the appropriate target of infant psychotherapy. *Infant Mental Health Journal*, 19: 124–15.

Fonagy, P. and Allison, E. (2012) *What is mentalization? The concept and its foundations in developmental research*. In Midgley, N., and Vrouva, J., *Minding the Child. Mentalization-based interventions with children, young people and their families*. Hove, Routledge., pp. 11- 34.

Fraiberg, S., (1982) Pathological defenses in infancy, *Psychoanalytic Quarterly*, 51: 612-635. Freud, S. (1917) *A metapsychological supplement to the theory of dreams*, Standard Edition,

14. London: Hogarth.

Freud, S. (1923) *Two encyclopaedia articles*, Standard Edition, 18. London: Hogarth.

Gopnik, A., Meltzoff, A., and Kuhl, P. (1999) *How babies think. The science of childhood*. London, Weidenfeld and Nicolson.

Hillen, T., Gafson, L., Drage, L. and Conlan, L.M. (2012) 'Assessing the prevalence of mental health disorders and needs among preschool children in care in England', *Infant Mental Health Journal*, 33 (4): 411-420. DoI: 10.1002/imhj.21327.

Leckman, J., Feldman, R., Swain, J., Mayes, L. (2007). *Primary parental preoccupation: revisited*. In Mayes, L., Fonagy, P., Target M. (eds.) *Developmental science and psychoanalysis: Integration and innovation*, pp. 89-108. London, Karnac.

Luke, N., Sinclair, I, Woolgar, M. and Sebba, J. (2014) *What works in preventing and treating poor mental health in looked-after children?* Oxford, Rees Centre/NSPCC.

Mcauley, C. and Young, C. (2006) 'The mental health needs of looked-after children: challenges for CAMHs provision', *Journal of Social Work Practice*, 20 (1): 91-104.

McCrory, E., De Brito, S., and Viding, E. (2011) 'Heightened neural reactivity to threat in child victims of family violence', *Current Biology*, 21 (23): R947-948

Meins, E. and Fernyhough, C. (2010) *Mind-mindedness coding manual, Version 2.0*. Unpublished manuscript. Durham, UK: Durham University.

Meins, E., Fernyhough, C., Wainwright, R., Clark-Carter, D., Das Gupta, M., Fradley, E. and Tuckey, M. (2003) 'Pathways to understanding mind: construct validity and predictive validity of maternal mind-mindedness', *Child Development*, 74: 1194-1211.

Meltzer, H., Corbin, T., Gatward, R., Goodman, R. and Ford, T. (2003) *The mental health of young people looked after by local authorities in England*. London: The Stationery Office.

Minnis, H. and Devine C., (2001) The effect of foster carer training on the emotional and behavioural functioning of looked-after children. *Adoption & Fostering*, 25 (1), 144-54.

Murray, L. and Andrews, L. (2005) *The Social Baby: Understanding Babies' Communication from Birth*. Richmond, The Children's Project/CP Publishing.

Music, G. (2011) *Nurturing Natures. Attachment and children's emotional sociocultural and brain development*. Hove and New York, Taylor and Frances.

National Scientific Council on the Developing Child (2012) Serve and return interaction. *You Tube citation* accessed 07/07/2015. <http://www.developingchild.harvard.edu>

National Institute of Clinical Excellence (NICE)/Social Care Institute for Excellence (SCIE) (2010) *Guidance on Promoting the quality of life of looked-after children and young people* PH28 <http://guidance.nice.org.uk/PH28>

Onions, C. (2018) 'Retaining foster carers during challenging times: the benefits of embedding reflective practice into the foster carer role'. *Adoption and Fostering*, 42 (3): 249- 256.

Panksepp, J. (2007) Can PLAY Diminish ADHD and Facilitate the Construction of the Social Brain? *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 16(2): 57–66.

Perry, B.D., Pollard, R.A., Blakley, T.L., Baker, W.L. and Vigilante, D. (1995) 'Childhood trauma, the neurobiology of adaptation and 'use dependent 'development of the brain: how "states become traits ' ' *Infant Mental Health Journal*, 16: 271-91.

Reams R., (1999) 'Children birth to three entering the state's custody', *Infant Mental Health Journal*, 20 (2): 166-174.

Reddy, V. and Mireault, G. (2015) 'Teasing and clowning in infancy', *Current Biology*, 25, (1): 20-23. *Doi: 10.1016/j.cub.2014.09.021*.

Sadler, K. et al., (2017) *Mental Health of Children and Young People in England. Summary of key findings*. NHS Digital, Health and Social Care Information Centre.

<https://digital.nhs.uk/data-and-information/publications/statistical/mental-health-of-children-and-young-people-in-england/2017/2017>

Schofield, G. (2018) *Secure Base Model introductory talk*. <https://www.uea.ac.uk/providingasecurebase/resources>. Accessed 23/7/2018.

Schore, A. (2010) 'Relational trauma and the developing right brain: The neurobiology of broken attachment bonds'. In Baradon, T. (ed.) *Relational trauma in infancy: Psychoanalytic, attachment and neuropsychological contributions to parent-infant psychotherapy*, pp. 19-47. London, Routledge.

Slade, A. (1994) 'Making Meaning and Making Believe: Their Role in the Clinical Process.' In A. Slade & D. Wolf (Eds) *Children at Play: Clinical and Developmental Approaches to Meaning and Representation*. New York: Oxford University Press.

Stahmer, A.C., Aubyn, C., Leslie, M.D., Hurlburt, M., Richard, P.B., Webb, M. B., Landsverk and J., Jinjin, Z. (2005) 'Developmental and behavioral needs and service use for young children in child welfare', *Pediatrics*, 116: 891-900.

Sunderland, M. (2007) *What every parent needs to know. The incredible effects of love, nurture and play on your child's development*. London and New York, Dorling Kindersley.

Vamos J. , Tardos A. , Golse B. , Konicheckis A. (2010) *Contribution of the Pikler approach to what is known with regard to a baby's resources*. Lecture at the 12th Congress of the World Association of Infant Mental Health.

Wakelyn, J. (2019) *Therapeutic Approaches with Babies and Young Children in Care: Observation and Attention*. Abingdon, Karnac/Routledge.

Wakelyn, J. (2019) 'Developing an intervention for infants and young children in care: Watch Me Play ! ' in *Supporting Vulnerable Babies and Young Children*, edited by Wendy Bunston and Sarah Jones London and Melbourne, Jessica Kingsley.

Wakelyn, J. (2019) 'Clinical research and practice with babies and young children in care ' in *New Discoveries in Child Psychotherapy Research*, edited by Michael and Margaret Rustin. Abingdon, Karnac/Routledge.

Warman, A., Pallett, C. and Scott, S. (2006) Learning from each other: process and outcomes in the Fostering Changes training programme, *Adoption & Fostering*, 30, 17 – 28.

WHO (2004) *The importance of caregiver-child interactions for the survival and healthy development of young children: a review*. <http://www.who.int/child-adolescent-health>. Accessed 16.03.2018.

Winnicott, D. W. (1971) *Playing and Reality*. London and New York, Routledge.

Wright, B., Barry, M., Hughes, E., Trépel, D., Ali, S., Allgar, V., et al. (2015) Clinical effectiveness and cost-effectiveness of parenting interventions for children with severe attachment problems: a systematic review and meta-analysis. *Health Technology Assessment*, 19 (52).

Yogman, M., ( et al) for the American Association of Pediatrics Committee on psychosocial aspects of child and family health, (2018) *The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children*. *Pediatrics*. 2018;142(3):e20182058)

## 謝辞

このマニュアルは、ファーストステップの主任児童心理療法士であるジェニファー・ウェイクリンによって作成されました。「Watch Me Play！」アプローチの開発に貢献してくれた子どもたち、里親、親、ソーシャルワーカー、コンタクトスーパーバイザー、学生、臨床家、マネージャー、同僚、友人たちに感謝します。また、マニュアルの草稿を読み、有益な提案をしてくれた同僚にも感謝します。

また、第 1 部の表紙に掲載されている、5 歳のときに描いた絵の複製を許可してくれたラシヨン・ファーストと、このアプローチに名前をつけてくれたサム・スクルトンに感謝します。

また、Tavistock Clinic Foundation からの資金援助にも感謝します。

このマニュアルを引用する際は以下です。

Wakelyn, J. (2019) *Watch Me Play manual, parts 1 and 2. Version 1.*

[www.tavistockandportman.nhs.uk/firststep](http://www.tavistockandportman.nhs.uk/firststep)



**Tavistock  
Clinic  
Foundation**

**Understanding the Life of the Mind**