

幼稚園教諭に対する身体感覚を活用した研修の試み

Experiential training utilizing physical sensation for kindergarten teachers

川本 静香* 春日 徹男** 田中健史朗***

KAWAMOTO Shizuka KASUGA Tetsuo TANAKA Kenshiro

要約：本稿は、幼稚園教諭に求められる総合的な教育力の基礎となる、子どもに寄り添い、子どもを理解するための「身体感覚」を活用した体験的研修の報告と、こうした研修の意義や課題について、参加者の感想を用いて検討したものである。本研修は、幼児期の子どもに寄り添い、共感的に理解をする上で有効とされる、フォーカシングの理論と技法をベースとして構成された。参加者の感想から、幼稚園教諭にとってのこうした研修は、参加者に対し自己表現に対する抵抗感や不安感を喚起させるため、導入時には参加者が研修にコミットしやすくするためのフォローや工夫が必要であるが、適切にコミットすることで、参加者の様々な気づき（例えば、多忙な日々の保育実践に対する内省や、自身への気遣い、セルフケアの必要性などに対する気づき）が促進されることが明らかとなった。

キーワード：幼稚園教諭, 身体感覚, 研修報告

I 問題と目的

日本社会は少子高齢化時代を迎え、核家族化や都市化、情報化など、子どもを取り巻く環境が大きく変化している。こうした環境の変化を受け、中央教育審議会より出された「子どもを取り巻く環境の変化を踏まえた今後の幼児教育の方向性」(2005)では、幼児教育において、日々急速に成長していく子どもの育ちに対して常に関心を払う必要があるとしている。また、幼稚園教諭に対して、「子どもの育ちをめぐる環境や親の子育て環境などの変化に対応する力、具体的には、幼児の家庭や地域社会における生活の連続性及び発達や学びの連続性を保ちつつ教育を展開する力、特別な教育的配慮を要する幼児に対応する力、小学校等との連携を推進する力などの総合的な力量が必要」(中央教育審議会, 2005)としている。

このように、現代の幼稚園教諭は、子どもひとりひとりの日々の育ちや変化に敏感になりながらも、小学校への進学に向けた長期的な視点に立った、総合的な教育力が必要とされている。他方で、こうした総合的な教育力を担保する難しさも指摘されている。中央教育審議会(2005)は現代の幼稚園教諭に対し、「幅広い生活体験や自然体験を十分に積むことなく教員等になっている」ケースや、「自らの多様な体験を取り入れながら具体的に保育を構想し、実践することがうまくできない」ケースといった、体験を通しての保育、教育実践の困難性を指摘している。また、現場の多忙化や、ストレスによるメンタルヘルスの問題(西坂, 2002)もある。西坂(2002)によれば、幼稚園教諭のメンタルヘルスに関わるストレス因として、「園内の人間関係の問題」と「仕事の多さと時間の欠如」があることを明らかにしており、こうしたストレス因によるメンタルヘルスの問題によって、幼稚園教諭がますます子どもに対して充分に関わること、そして子どもに寄り添うことが難しくなっている

* 教育支援科学講座・附属教育実践総合センター ** 附属幼稚園カウンセラー *** 教育支援科学講座

るといえる。

以上のように、幼稚園教諭に求められる能力が高度化、かつ総合的なものになる中で、幼稚園教諭自身の経験の少なさや業務の多忙化、ストレスによるメンタルヘルスの問題により、ますます子どもに寄り添い、子どもを理解する教育実践が困難になりつつある。そこで本稿では、こうした課題に対し、現場の要請¹に応える形で実施した、「身体感覚」を活用した子ども理解に関する体験型研修の実践報告と、その意義や課題について、参加者の感想を質的に分析し、検討することを目的とする。

II 方法

1 研修参加者

山梨大学附属幼稚園ならびに他2園の幼稚園教諭18名であった。

2 研修日程

2018年8月2日（木）の10時～11時30分（90分）で実施された。

3 研修目的

本研修は、山梨大学附属幼稚園等合同夏季保育者研修において、幼稚園教諭を対象に、子どもの視点に立ち、共感的に子どもを理解することについて、体験的に学ぶことを目的とした。

4 研修講師

山梨大学附属幼稚園の心理カウンセラーが担当した。

5 研修内容

(1) **研修導入のための講義** 幼児教育における子ども理解とフォーカシングに関する説明を、約20分程度、パワーポイントによるスライド資料を用いて行った。ここでは、子どもの動作・姿勢・鳴き声・言葉・行動・制作物は、子どもの心を反映したものと解釈されるため、園での生活や遊びの中から、子どもの声を汲み取り、共感的に理解し、子どもへフィードバックをすることが求められることを確認した。また、幼児期の子どもは発達途上にあり、言語的なコミュニケーションが大人と比べて困難となるため、子どもの体験に寄り添うこと、そして共感的に理解することがより重要であることを示し、そのためにフォーカシングの理論や技法が役立つことを示した。フォーカシングは、Gendlinが創案した心理療法であるが、現在では心理療法にとどまらず、新しい人間関係を構築したり、自己理解を促進したり、知的創造の方法としても用いられる。また、子どもの気持ちを理解する方法や、心理援助者が自分の援助関係のあり方を検討する方法など様々な方法が展開されている（伊藤，2005）ことから、フォーカシングの理論や技法を研修に取り入れることで、幼稚園での実践に役立つ知識とスキルの獲得が期待される。

(2) **ワーク①「園児との関係を体験してみよう」（個人ワーク）** 本ワークでは、自分の身体感覚や気持ちを点検することで、幼児との関係性に気づくことをねらいとした。講師の主導のもと、リラックスして参加者自らの身体感覚を丁寧に感じた後、気になる園児を思い浮かべ、描画を行った。描画は、A4の用紙と色鉛筆を用いた。用紙は横にして使用するよう指定した。リラクゼーションから描画までの具体的な手順は次のとおりであった。①椅子座位でリラックスできる姿勢をとる（身体にあいさつするように）、②深呼吸をしながら楽な呼吸を感じる、③手・肩・足先・太もも・腰・

¹ 山梨大学教育学部附属幼稚園の副園長より、「保育の営みに関わる保育者には、子どもに寄り添い、共感できる力が必要である。また附属幼稚園では『保育における子どもの声』を研究主題として事業を行うなかで、保育者側の共感力が課題として浮き彫りになってきた。子どもの体験に寄り添うことが問われている」という問題提起があり、本研修はこれに応える形で実施された。

背中・胸など身体の各部位の感覚を味わう、④気になる園児を思い浮かべる（心理的に動揺がひどくならない程度に扱える園児とする）、⑤感じたことを画用紙に描画する（画用紙を横向きにクレヨンで描く）、⑥描画を味わう（眺めた感じや気づくことは何か）。なお、園児との関係について、身体感覚を伴って点検することは、参加者にとっては心理的トラウマを思い出させることにもなりかねない。そのため本研修では、「今・ここの自分が取り扱える程度の園児にすること」を伝え、安全に研修に参加できるようにするための配慮を行った。

(3) ワーク②「他者の体験に寄り添う」(ペアワーク) ペアワークとして、個人ワークで描いた絵を用いて、自分の体験を相手に話し、お互いの体験を分かち合うワークを実施した。本ワークでは、参加者を空いているスペースに円形になるように集めた後、自由にペアを組んでもらい、その後、ペアごとにまとまって地べたに座ってもらうような形で導入を行った。ペアワークの具体的な手順は次のとおりであった。①ペアになって描画したことを相手に聴いてもらう、②相手に感じたことのフィードバックをもらう（評価ではなく感想を伝え合う）。なお、本ペアワークにおいては、抽象的表現であってもプライバシーに配慮することを講師から参加者に伝えた上で実施した。

(4) 配慮事項とクロージング 各ワークを体験する中で参加者が不調をきたすこともありえるため、講師から、気分が悪くなった場合は途中で中止して構わないことや、休憩を入れることも可能であると伝えた。そして安全に研修を終えるために、研修の最後に現実の自分に戻れるようにクールダウンと質疑応答の時間を持つとともに、和やかな雰囲気で行ったことを心がけた。そして、研修終了後の不調に対してもケアの手立てを説明した。

6 感想

研修に参加した幼稚園教諭に対し、本研修を受講した感想を自由記述にて求めた。

III 結果

「身体感覚」を活用した子ども理解に関する体験型研修について、参加者にとっての意義と課題を明らかにするために、本研修に対する感想を質的に分析し、検討を行った。本稿では分析対象となる質的データが自由記述による小さなデータとなるため、こうしたデータの分析に適しているSCAT (Steps for Coding and Theorization) (大谷, 2008 ; 2011) を用いて分析を行った。SCATは、質的分析の初学者であっても、決められた手続きに従い段階的に分析を進めることで、比較的容易に質的データを分析することのできる手法である(大谷, 2008)。

1 SCATによる分析

回答が得られた17名分の本研修に対する感想(自由記述)を、SCATを用いて分析を実施した(表1参照)。S以下、SCAT分析の結果抽出されたストーリーラインと、理論記述を示す。なお、SCATによって抽出された構成概念を文中の【】で示す。

表1 本研究のデータにおける SCAT 分析の一部

番号	発話者	テキスト	①テキスト中の注目すべき語句	②テキスト中の語句の言い換え	③左を説明するようなテキスト外概念	④テーマ・構成概念(前後や全体の文脈を考慮して)
1	1	体験の流れを大事にし、共有していくことで、ほぐされていく気持ちもあるのだと知り、勉強になりました。	体験の流れ、共有、気持ちほぐれる	体験、共有、リラックス	体験の分かち合いによるリラックス効果(総合)	体験の分かち合いの効果
2	1	より一層、目の前の体験を大切にしていこうと思いました。	目の前の体験	生きた体験	忙しい日々への反省(原因)	「今・ここ」の価値への気づき
3	2	久しぶりに自分と向き合ったかなと感じました。保育の現場はとでもストレスフルです。でも先生の気持ちがすぐに子どもに響いてしまう厳しい現場でもあると思います。自分の感情と、どうコントロールしていくのか、そうしたこともこれからの保育者に必要な力になっていくのではないかと考えています。	ストレスフルな保育の現場、自分に向き合う、自分の感情をコントロールする力	ストレスフル、向き合う、セルフコントロール	ストレスへの気づきとセルフケアの重要性(総合)	自分の保育への気づき

(1) **ストーリーライン** フォーカシングの理論と技法を取り入れた今回の体験的研修は、参加者に自身の体験やイメージを描画によって表現することの不安感や抵抗感である【表現に対する予期不安】を喚起させる、導入の難しい研修であった。しかし研修が進むに連れ、幼稚園教諭として多忙な日々の中、子ども達と向き合ってきた主観的な体験を参加者同士で共有することができ、【体験の分かち合いの効果】を実感するようになる。例えばそれは、【多様な意見や感じ方の受容】に関わる体験や、目の前の子どもたちと向き合うことに対する【「今・ここ」の価値への気づき】や【自分の保育への気づき】であった。加えて、ワークの導入部において、リラクゼーション法を取り入れたことにより、参加者が研修の中で【リラックスすることによる心地よさ】と【セルフケアの必要性】に気づき、単に知識やスキルだけを学ぶだけでなく、参加者へのケア効果も確認される研修であったといえる。

(2) **理論記述** フォーカシング理論を用いた体験的研修は、参加者に対し自己表現に対する抵抗感や不安感を喚起させるため、導入時には参加者が研修にコミットしやすくするためのフォローや工夫が必要である。しかしながら講師の適切なフォローにより、参加者が無理なくリラックスして研修にコミットすることで、参加者が自発的に様々な気づき(例えば、多忙な日々の保育実践に対する内省や、自身への気遣い、セルフケアの必要性など)に対する気づきを得ることが促進された。

IV 考察

本稿では、幼稚園教諭に求められる、子どもに対する共感的理解についての学びを深める、「身体感覚」を活用した体験型研修の実践を報告した。加えて、研修の感想を質的に分析することによって、本研修の意義と課題を明らかにすることを試みた。

研修は上記の2つのワークから構成された。1つ目のワーク「身体感覚の点検と気になる園児を思い浮かべて描画制作」は、個人ワークであった。このワークでは、参加者の中の気になる園児との関係性を表現するために、描画と彩色という手段を用いた。普段は子どもの描画制作を指導する側の参加者には、戸惑いを感じるケースも見受けられたが、子どもが取り組んでいることを体験することで、子どもや参加者自身についての新たな理解が促進されたと考えられる。また、気になる園児を思い浮かべるといふ課題は、参加者と園児の普段の関係性への振り返りを促進させた。これにより、「気になる園児」の問題を園児側に帰属させるのではなく、「保育者(参加者)－園児」という相互関係の視点から「気になる問題」を捉え直すことが可能となった。「保育者(参加者)－園児」という関係性を捉え直すことにより、問題に対する視点の切り替えが生じ、子どもに対する理解の深化と、関係性の向上を志向する手立てが得られやすいと考えられる。なお、個人ワークでは、参

加者が共感しやすい状況をつくるために、ワークの冒頭で講師の主導によるリラクゼーションが取り入れられた。こうしたリラクゼーションにより、参加者が自身の身体感覚を丁寧に味わうことが可能となり、自身の心身を緩ませて心地よさを創出することにつながった。また、気になる園児を思い浮かべた時の感覚や気持ちを捉えやすくなったといえる。

2つ目のワーク「ペアワークで他者の体験に寄り添う」では、気になる園児との関係についての描画を、ペアを組んだ相手に見せ、感想を伝え合うものであった。ここで、自分の体験していることを相手に言葉で伝えることで、自分の気持ちや園児との関係性についての主体的な気付きが促進された。加えて、自分の体験を傾聴してもらうことによって、傾聴してもらったことによる気持ちの変化に気づき、傾聴の重要性を再確認する機会となった。

本研修は、上述した目的にもとづき実践された。参加者の感想の質的分析結果からも、おおむね、講師側のねらいに通りの学びが展開されたと考えられる。他方で、リラクゼーションを研修の中に取り入れたことで、参加者自身がセルフケアの必要性に気づくなど、当初ねらいとしていなかった気づきをも促進された。こうした取り組みは、日々多忙な現場で勤務する幼稚園教諭に対し、非常に効果的であったことといえる。一方で、フォーカシングの理論や技法を研修に取り入れたことにより、ワークの導入時において、参加者が自己表現をすることに対する抵抗感や不安感を感じやすいことも明らかとなった。この点は、研修の実施前より講師が懸念していた点であり、実際の研修では、講師の適切な配慮によって、不調者が出ることなく安全に研修を終えることが出来た。

本稿で報告した体験型研修は、心理療法の理論と技法を取り入れていることから、研修の効果が期待される一方で、参加者に対して侵襲的である可能性を常に考えておく必要がある。こうした侵襲性や参加者への負担について、今後も検討を重ねるとともに、研修前後での効果測定を取り入れることで、より良い研修のあり方を模索していくことが求められる。

V 引用文献

- 中央教育審議会 (2005). 第1章 子どもを取り巻く環境の変化を踏まえた今後の幼児教育の方向性 文部科学省 (Retrieved from http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/05013102/002.htm), (アクセス2018年10月22日).
- 伊藤義美 (2005). フォーカシングの展開 ナカニシヤ出版.
- 西坂小百合 (2002). 幼稚園教諭の精神的健康に及ぼすストレス, ハーディネス, 保育者効力感の影響 教育心理学研究, 50, 283-290.
- 大谷尚 (2008). 4ステップコーディングによる質的データ分析手法SCATの提案ー着手しやすく小規模データにも適用可能な理論化の手続きー 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 (教育科学), 54(2), 27-44.
- 大谷尚 (2011). SCAT: Steps for coding and Theorization: 明示的手続きで着手しやすく小規模データに適用可能な質的データ分析手法 感性工学, 10(3), 155-160.