

保育者養成教育における身体感覚に意識を向けるワークの試み

野田 さとみ

1. 目的

身体感覚は外部状況を把握するための重要な情報源となる。特に言語によるコミュニケーションが未熟である乳幼児に直接かかわる保育者にとっては、子どもの理解、状態把握、援助方法の選択等、様々な場面で重要な役割を果たすと考えられる。都市化が進み生活の利便性が高まっている昨今、子どもたちの身体的な体験が不足し、感覚的な発育が十分になされないとの指摘がされて久しい。片岡(1990)は子どもたちに対して行った目隠しで食べ物を当てる試みでの正答率の低さから、幼児期の生活経験の重要性を訴えた。しかしその子どもたちも、もはや保育を担う立場、親の立場となる年代となってきている。子どもたちに生活や遊びの中で身体的な感覚を研ぎ澄ます経験を充実させるためには、まず保育者その重要性を理解し、保育の中で意識的に経験を広げることが課題となる。したがって既に体験が不足している現在の保育者養成課程で学ぶ学生たちに対しては、身体感覚を伴う活動を体験し意識を高めるための具体的なプログラムが必要であると考えられる。一般に身体感覚とは五感(触覚・嗅覚・聴覚・視覚・味覚)やさらに深部感覚、内臓感覚、平衡感覚を加えて八感覚に分けられて考えられることが多いが、本研究では主に外部からの入力を担当する五感に注目した。

子どもの五感の教育について斎藤・山下(2002)はコミュニケーションや集中力の問題と五感を伴う体験不足の関連を指摘し、自らの感覚を研ぎ澄ます活動の実践を数多く報告している。他にも季節の変化に合わせた経験の提案や実践報告(松田, 2010)など様々な試みがなされている。また、グラバア(2000)は「からだの通しての自己成長」をねらいとしたボディワークを提唱し、五感を磨くための教育として様々なワークの実践を行っている。

そこで本研究では、保育者養成課程における五感をはじめとする身体感覚を高めるプログラム作

成を念頭に置き、保育者の五感の使い方の特徴を探り、それらをもとに具体的なワークの実践の検討を行うことを目的とした。検討1では、保育者の五感の使い方に対して、保育者養成課程の学生が保育現場に出た際に、自分の普段の生活とは異なり保育者に特徴的であると感じた点について、アンケートによる記述をもとに検討した。検討2では、身体感覚に意識を向けるワークについて実践を行った結果について検討を行い、保育者養成教育において課題となる視点を探ることを試みた。

2. 検討1

検討1ではまず、保育者の五感の使い方の特徴を探ることを目的とした。専門職としての保育者が日々の業務の中でどのように五感を活かしているのか、その特性について保育者養成課程の学生を対象に行ったアンケート調査の結果をもとに検討した。

1) 方法

短期大学保育者養成課程の学生223名を対象として、保育者の五感の使い方の特徴的だと感じた点についてのアンケートを実施した。実施時期は2010年および2011年の1年生修了時における保育所実習履修後であった。学生にとって初めて学外実習であったため、現場の保育士に対し新鮮な目で観察することが可能な時期であると考えたためである。

質問内容は、実習中の様子を思い出して、五感のそれぞれの感覚(触覚・嗅覚・聴覚・視覚・味覚)について、保育士が特徴的に使っていると思った点を自由に記述することとした。特に思いつくものがない場合は記入しないこととした。結果の処理については、類似するものをカテゴリーに分類し、カテゴリーごとの回答数を集計した。

2) 結果

各感覚におけるコメント数を図1に示す。印象に残った感覚のみの記述を求めたため、感覚により回答数にはばらつきが見られ、コメント数の多い方から「視覚」(266件)「聴覚」(221件)「触覚」(202件)「嗅覚」(167件)「味覚」(116件)という順であった。なお一人が複数のコメントを記入している場合およびコメントは未記入の場合もあるため、コメント数と参加学生数はかならずしも一致していない。

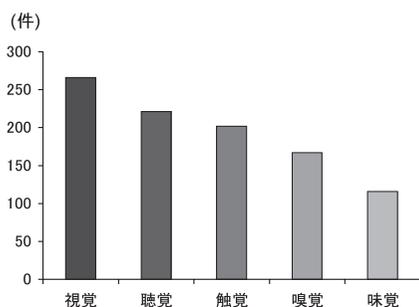


図1 五感のそれぞれの感覚のコメント件数

それぞれの感覚における記述について、カテゴリごとに回答数を集計した上位6項目のグラフを図2～6に示す。「視覚」では、「広く全体を捉える」(90件)に関わる回答が一番多く、次に「けが・体調・顔色などの健康状態の把握」(64件)、「危険な場所・問題などの把握」(61件)という順であった。「聴覚」についても、子どものけんかの察知など「子どもの声の変化」(90件)に関わる回答が圧倒的に多く、次いで「子どもの話の傾聴(内面理解)」(39件)、「状況・危険の察知」(27件)であり、「視覚」と同様に状況の変化、危険などをいち早く捉えようとする内容の回答が多い傾向が示された。「触覚」では、「体温・体調の把握」(105件)、次いで「スキンシップ・コミュニケーション」(36件)、「遊びおもちゃ等の提供」(26件)であった。「嗅覚」では「子どもの排泄の把握」(116件)が圧倒的約半数の学生がこの項目を記入した。「味覚」では、「味を伝える」(46件)、「給食等の味見」(37件)であったが、総数も少ないことから、学生が観察する中では理解しにくい部分であったと推測された。

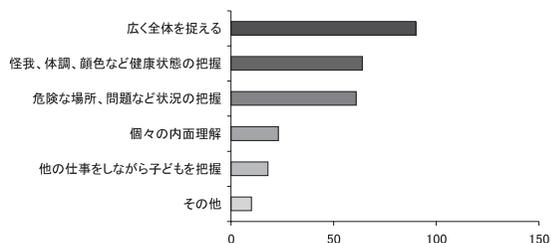


図2 視覚に対するコメント内容(件)

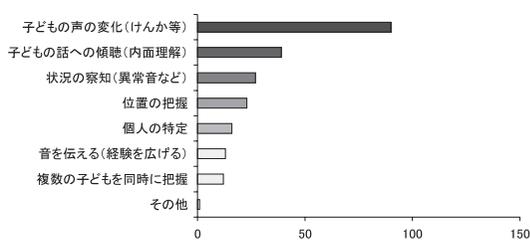


図3 聴覚に対するコメント内容(件)

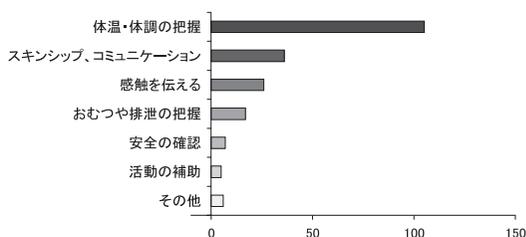


図4 触覚に対するコメント内容(件)

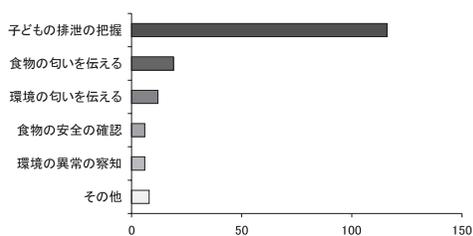


図5 嗅覚に対するコメント内容(件)

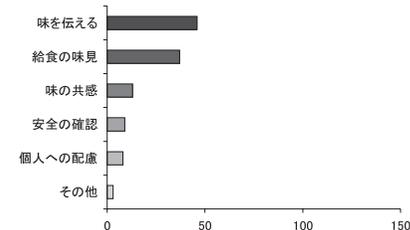


図6 味覚に対するコメント内容(件)

3) 考察

全体のコメント数では、「視覚」「聴覚」が上位にあがった。これらの回答からは、距離が離れていても子どもの変化に気づくことができるなど広い空間を把握しようとしている点や、複数の子どもを同時に把握するなど集団として子どもたちを捉え危険を察知しようとする点などがあげられた。この二つの感覚を比較すると、視覚は能動的に、聴覚は受動的に情報を捉える傾向の差はあるが、両者とも複数の情報を広範囲から同時に取り込むことが可能であるという特徴を持つ。これらのことから学生たちは、保育現場において保育者は広い空間や多くの人数つまり集団を同時に把握することに五感を使用していることが特徴の一つであると感じていたことが示された。

「触覚」「嗅覚」については、体温の変化や排泄の気づきなど、子どもの体調を確認する手段として使用している様子が強く印象に残ったことが読み取れた。これらは学生たちの普段の生活では直接体験することが少ない行為であったため、多く回答されたと考えられる。「嗅覚」については、他の感覚に比べプライベートで観察することが難しいものであるためか、コメントが少ない結果となったが、その内容からは感覚を他者と共有するために言語化している様子がうかがわれた。「触覚」「聴覚」「嗅覚」の少数意見の中にも、特に深部感覚・内臓感覚に関連する情報については言語化して子どもに伝えることが学生の印象に残っていることが示された。日常の保育の中で保育者の感じたことをあえて言語化する行為は保育者の特徴であると推測された。

以上のことから、保育者として身体感覚を高めるためには、普段の生活よりも広範囲に意識を向ける経験に加え、子どもたちに新たな経験を提供するために保育者自身が日常の中で感覚を味わい、それらあえて言語化し他者に伝達する経験が必要な要素としてあげられた。

3. 検討 2

検討 1 の結果を受け、検討 2 では保育者養成教育における身体感覚を高めるためのワークの実践について検討する。

我々は五感の中でも特に「視覚」から多くの情

報を取り込んでいる。先行研究の調査(グラバア, 2000)においても普段意識することが最も多いのは「視覚」であるとの結果が示されている。検討 1 における学生があげたコメント数の結果からも、「視覚」に関わる内容は保育場面においても観察しやすい項目であったことがわかる。保育者自身が感覚を味わい、他者に伝達する行為が必要とされていたのはそれ以外の「聴覚・触覚・嗅覚・味覚」であった。そこで検討 2 では最も意識しやすい視覚をあえて使用せずほかの感覚に焦点を当て味わうことを体験するワークを試みた。得られた結果より、保育者養成教育における身体感覚に意識を向けるワークの意義について検討した。

1) 方法

参加者は短期大学保育者養成課程学生 1 年生 95 名であった。「目隠し探検」のワーク(グラバア, 2000)を授業な内にて実施した。実施時期は 2011 年 9 月であった。このワークはボディワーク教育のでは自らの五感の使い方に気づくことを目的として行われているものである。手順は以下のとおりである。

- ①ペアを作り、一人が目隠しを一人はサポートをする。
- ②ワーク中、サポート担当者は目隠しをしている人の安全を守ることを前提にできるだけ多くの経験ができるようにリードをする。
- ③ワーク中は感覚に集中するため言語によるコミュニケーションはしない。
- ④ワーク中に 1 度は目隠しをしている人の手を放すこと、食べ物(準備されたお菓子)を食べる経験を促す。
- ⑤ワーク終了後、お互いにワーク中の様子を伝えあう。
- ⑥記入用紙に振り返りを記入する。

目隠しをしていた人は、ワーク中の感覚について「聴覚」「触覚」「嗅覚」「味覚」のそれぞれに対し、普段に比べ「非常に意識した」「少し意識した」「意識しなかった」の 3 段階で回答した。また、その他の項目として「空間」(広さに対する認識)「位置」(自分の居場所の意識)「姿勢」(自分の身体に対する意識)についても上記と同様の 3 段階で回答をし、それぞれの項目について及び

パートナーとの振り返りを含め、感想を自由に記述した。

2) 結果

「聴覚」「触覚」「嗅覚」「味覚」のそれぞれの項目における回答を図7に示す。「聴覚」については、「非常に意識した」の回答が62名と多く、「少し意識した」が31名でほとんどの学生が普段より意識が高まったと回答した。「触覚」についても、「非常に意識した」が80名、「少し意識した」が12名で、こちらも「聴覚」よりも多く学生が、普段より強く感覚を意識したと回答し、「視覚」を遮断した状態で外界の情報を得るためには、「聴覚」「触覚」の二つの感覚をまず普段以上に使用することが伺われた。逆に「嗅覚」については「意識しなかった」が66名と過半数であった。また、「味覚」では「非常に意識した」が22名、「少し意識した」が38名、「意識しなかった」が23名と、普段より意識する傾向はあるものの、意見が分かれる結果となった。

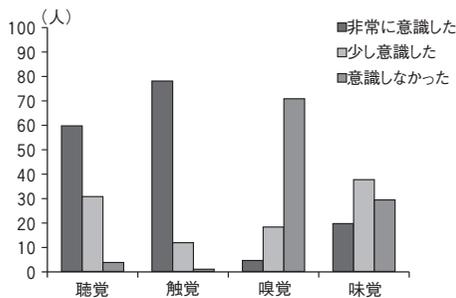


図7 目隠し探検中における五感に対する意識の変化(人)

五感以外の視点について、それぞれの項目における回答を図8に示す。「空間」については「非常に意識した」が70名、「位置」については「非常に意識した」が63名と、空間に対する認識の仕方、自分の居場所の捉え方が変化したと回答した学生が過半数であった。一方自分の「姿勢」については「非常に意識した」が27名、「少し意識した」が40名、「あまり意識しなかった」が21名と「味覚」と類似した傾向が示された。

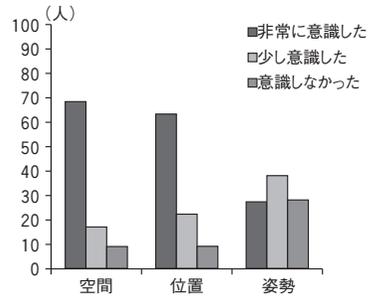


図8 目隠し探検中における五感以外の意識の変化(人)

3) 考察

上記の質問項目の結果および自由記述から、保育者養成教育としての「視覚」以外の感覚に意識を向けるワークに意義について考察を試みる。まず、「聴覚」については過半数の学生が視覚を使用しない状態では「聴覚」が敏感になると回答した。具体的には、「友達の声で誰がどこにいるのかわかった」「体育館の空調の音が近づいてくることがわかった」など、聞こえてくる音から周りにいる人の有無や位置情報を得ようとしたことを示す報告が多くあげられた。音により距離がわかる、いきなり大きな音が聞こえると必要以上に反応する、室内・室外の反響の違いに気づいたなどのコメントも見られ、「聴覚」を「視覚」を補う情報を得ようと駆使している様子が見られた。

「触覚」については「聴覚」よりも多数の学生が普段より強く意識したと回答した。「聴覚」と同様に、「視覚」情報が得られない状況に不安なっているため、それを補うために安全確認も含め普段以上に周りに触れる行動を起こすことで情報を得ようとしていたためであろう。「見えない分すごく手先に神経が行っていた」「体育館の壁に触ると安心した」など、状況を理解するために自ら積極的に触れようとしていたことも伺われた。「足の裏の感覚でどこを歩いているのかが分かった」「肌にあたる空気の温度変化にとっても敏感になった」など手で触れる以外に足の裏や肌の感覚に意識が向くようになったとの意見も多く得られ、「視覚」を補うためにあらゆる肌に触れる感の鋭敏さが増していたことがわかった。また、ワークの途中に

パートナーが補助する手を放す経験させるよう指示をしたが、その体験について「いきなり手を離されると本当に不安になった」「再びパートナーが触れてくれたとき安心感が得られた」といったコメントが多かった。これらの意見から、今回のワークが身近な人の接触により精神的に安心できることを体験的に学ぶ要素も含んでいると推測された。

「嗅覚」については意識しなかったという回答が過半数を占めた。これは、今回ワークをした場所が体育館及びその周辺であったため、臭いに極端な変化がなかったことも理由の一つであろう。しかし「目隠し探検」の実践の先行研究において「不安や恐れがあるときは触覚に頼るが落ちついてくると聴覚や嗅覚がよく働き、周りの状況を捉えようとしていた」(グラバア, 1984)と報告されているように、「触覚」比べ「嗅覚」は十分意識するまでに時間的なゆとりが必要とされる特質をもつと考えられる。そのため今回のワークでは不十分であったとも考えられ、実施場所及び実施時間については検討課題となった。

「味覚」については普段よりは意識する傾向はあるものの、意識する状態については意見が分かれる結果であった。今回のワークの中では何を口に入れるのかは目隠しをしている人には知らせていなかったため、「相手が何を口に入れようとしているのかわからず怖かった」「わからないものを口に入れることがあんなに不安だと思わなかった」などと味わう以前に不安を強く感じていた様子がかがわれた。また少数ではあるが、食べさせられる立場に子どもの心理を重ねて考察をする姿も見られ、保育する立場として配慮すべき事項を体験的に学習する要素も少なからず含まれていると考えられた。

その他「空間」「位置」については半数以上の学生が非常に意識したと回答した。自由記述を通して「いつもの場所なのにすごく広く感じた」「なんとなく広いところにいるか狭いところを通過するのがわかった」など視覚以外の感覚情報を駆使して状況を把握しようとしていたことが示された。「視覚で見ているとき世界は180度だが、目を閉じた途端世界が360度になる」(佐々木, 1987)と示されているように、視覚に比べほかの感覚は

より広い角度で情報収集が可能であることを体験できる機会であると思われた。

それらに比べ自らの「姿勢」についてはやや普段よりは意識する傾向はあるものの、意見は分かれた。何かに衝突するのではないかという恐怖心から「腰が引けていた」「前かがみになっていた気がする」というコメントは多く得られたが、それは「意識しなかった」と回答した学生からの自由記述にも多く含まれていた。つまり、振り返りを記入する時にはいつもと異なっていたことはわかかったがワーク中は自分の姿勢まで考えるゆとりはなかったということである。身体の動きを内観的に味わうためには開眼よりも閉眼の方が有効であると考えられる。開眼及び閉眼で動作を行う先行研究においては、閉眼で動作を行った場合は開眼で動作を行った場合より自分の体の動きに対する意識がより高まるとの結果を得た(野田, 2004)。しかし今回は状況を把握するための外部情報を取り込むことに必死となり、自分の身体がどのような姿勢を取っているのかについて考えるゆとりがなかった学生が多くいたものと思われた。この点についても嗅覚と同様によりじっくりと時間をかけ、不安を取り除くことで変化することも予測された。

今回は、視覚以外の感覚に意識を向けることをワークの目的としたため、質問項目には視覚を設定しなかったが、自由記述においては「明るさが変化するので位置がわかった」といった、目を閉じているにもかかわらず視覚の情報を頼りにしていたというコメントも得られた。普段と異なる感覚の使い方をする体験という意味ではこの点についても重要な気づきであると思われた。

体験を言語化する方法として、今回は振り返り用紙への記入、パートナーとの報告を行った。パートナーとともに共有した時間を振り返りお互いに感じたことを伝えあうことは、時間的制約もあり、全体としてエピソードの羅列になりがちであった。保育者養成教育のプログラムとするには、振り返りの記入も含めて、感覚に意識を向けることに焦点をあて、保育実践にイメージをつなげるための明確な導入が今後の課題となると思われた。

4. まとめ

本研究では、学生に対するアンケートから保育者の五感の使い方の特徴について検討し、その視点をもとに行った実践から保育者養成における身体感覚に意識を向けるワークの可能性について探ることを目的とした。

まず、学生アンケートの結果から保育者は日常生活よりも広範囲から複合的に情報を得て判断する姿が多くみられること、保育の中で起こる変化を鋭敏に察知していることが示された。また得た可視化し辛い感覚情報については積極的に言語化する姿が示された。したがって、保育者として身体感覚を高めるためには、普段の生活よりも広範囲に意識を向け多様な感覚を味わうとともに、子どもたちの新たな経験を広げるために自ら感覚を味わい、適切な言葉を選択し他者に伝えていく経験が必要であると考えられた。

普段とは異なる状況で自らの感覚を味わうための試みとして行ったワークからは、聴覚・触覚・嗅覚・味覚等の感覚に対して意識を高める効果はあったものの、各々の感覚により傾向が異なり、より深く味わうための課題も示された。また、今回のコメントの中で少数ではあるが「満足いくまで触ることを楽しんだ」「触れてもらうことがとても安心につながる」など子どもを援助する視点や子どもの心理をイメージしたコメントも見られた

が、多くは自らの感覚を味わう体験でとどまっていた。より保育実践に結び付ける教育プログラムとしていくためには、今後「子どもの視点で体験する」「子どもを援助する視点で体験する」といったテーマを限定したプログラムの作成が課題となることも明らかとなった。

参考及び引用文献

- ・片岡徳雄 (1990), 子どもの感性をはぐくむ. NHKブックス.
- ・グラバア俊子 (2000) 新ボディワークのすすめ. 創元社.
- ・山下柚実 (2001), 五感の故郷をさぐる, 東京書籍.
- ・斎藤孝・山下柚実 (2002), 「五感力」を育てる. 中央公論社.
- ・松田恵美子 (2010), 身体感覚を磨く12か月. ちくま文庫.
- ・グラバア俊子 (1984) 「ボディワーク試論Ⅱ」. 南山短期大学紀要12号, p128.
- ・佐々木正人 (1987), からだ: 認識の原点, 東京大学出版社.
- ・野田さとみ (2004), 「身体に意識を向けることに伴う身体感覚及び心理的变化について」. 奈良女子大学大学院 人間文化研究年報 第20号, pp.265-275.

A study of Body Awareness Work in the Training Education for Kindergarten and Nursery Teachers

Noda, Satomi*

幼児に直接かかわる保育者にとっては、子どもの理解、状態把握、援助方法の選択等、様々な場面で重要な役割を果たすと考えられる。本研究では保育者に特徴的であると思われる五感の使い方について特徴的と思われる点を探り、保育者養成教育における課題について検討することを目的とした。まず、検討1では、学生が実習で保育現場に出た際、保育者の五感の使い方に対して自分の普段の生活とは異なり保育者に特徴的である感じた点について、アンケートによる記述をもとに検討した。その結果「視覚」「聴覚」についてはより広範囲に意識を向けていること、「触覚」「嗅覚」「味覚」については意識的に言語化する作業が多く行われていることが示された。また、検討2では、身体感覚を意識するプログラムの実践について検討をした。視覚情報を取り除いたワークの実践をこのなった結果、その他の感覚に対する意識を高める効果はあったものの、各々の感覚により傾向が異なり、より深く味わうためにはまず不安を取り除くことが課題であることが示された。また、保育実践に結び付けるためにより狭義のテーマ設定が求められることが明らかとなった。

キーワード：保育者養成，身体感覚，五感