

保育士の感性発達に関する 実証研究

— 音楽活動を通じた感情・
身体反応・関係調整の検討

(田中友香理氏)

「研究成果報告書」を 読む手がかり

京都大学大学院特定講師・田中友香理氏に依頼した研究は「保育士の感性発達に関する実証研究」です。

今回の研究成果報告書は時間的にも、環境的にも金銭的にもかなり制約があったにもかかわらず、田中氏が今まで積み重ねてきた広い専門的な知見をベースに、子どもたちや保育者を捉える鋭い切り口をもとに、豊かな研究方法を意欲的に提案いただき、さらに保育者の専門性について脳科学という新しい切り口で研究をしていただけたことに感謝申し上げます。

「親性脳」から「保育者の感性」への変更

田中氏はこれまで、乳幼児とその養育者を対象に、親子間のやりとり（以下、相互作用）経

験の蓄積が、子ども側だけでなく、親側の脳機能（親性脳）の発達を促すことを、実証的研究により明らかにする研究をしてきました。そこで今回は、そうした養育者だけでなく、保育者と子どもの関係の中にもこうした親性脳に近い変化が見られるのではないかという予測のもとに依頼し、スタートした研究でした。

しかし、当初予定していた条件が大学の承認や研究に必要な調査対象園の環境が整わず、養育から保育へと軸足を変えることになりました。それは保育者の専門性に視点を移し、さらに音楽活動を通じた感情・身体反応・関係調整の検討をもとに、主観的指標として保育者と園児の心理的なつながりがどのように関連しているのかを明らかにする研究へと変更することになったのです。

「親性脳」から「保育者の感性」への変更は一見まるで違う研究を始めたかのように映るかもしれませんが、保育者の専門性を研究するためにはかえっていい方向になったと私は思いました。

田中氏の提案では、「『保育者は教育活動に加え、保護者支援や虐待の早期発見、地域連携などを行う専門職であるが、実際には低地位に人員不足、高離職率といった構造的課題に直面している。近年の国際的レビューでは、劣悪な労働環境は保育者の燃え尽きや離職に大きく影響することが示されており、その背景には職業的

発達を支える衝動的・関係的サポートの欠如がある』という『保育者の仕事』に対する問題提起から、『忙しい保育者が日常の保育実践に無理なく組み込める自然な情動調整支援アプローチが求められている』ということを示していただきました。この提案は、保育者不足問題を抱える私たちにとっては大変ありがたい提案だと感じました。

保育実践を支えるには、経験による知識や技術も必要となりますが、自己の身体状態や感情の変化、子どもの発する多様な手がかりを受け取り、それに応じて関わり方を調整する専門性が求められます。田中氏はこのような力を「保育者の感性」と捉え、保育者が自己の感情や身体状態、子どもの表情・声・行動などを感じ取り、子どもとの関係の中で応答を調整していく実践的な感受性として定義しています。

そこで本研究では、保育者の感性を、単なる個人内の心理的特性としてではなく、日常的な保育実践の中で生じる身体的調整、感情経験、子どもとの相互作用の積み重ねとして捉え、保育者の専門性の基盤にある心身のダイナミクスと関係形成の過程について、新たな知見を得ることを目的として研究を進めてもらいました。今日までの先行研究の多くが、保育者の養護的役割に焦点を当てたものや教育的役割が重視されたものが中心でしたが、そこを踏まえて田中氏が示したのは、教育や保育の学びはお互い

の相互作用の中で生まれていくものであり、教育者も保育者もそのことをもっと意識できるような研究をしたいという提案でした。

音楽活動と保育者の専門性

そして今回、保育内容の中から注目したのが音楽活動でした。

「音楽活動」他者と音を共有し、響きを調整し合う体験」そのものが、保育者の『共感的な感性』と『他者へ伝えるための表現力』を相乗的に高めることについてはさまざまな研究がありますが、そこを脳科学の分野から明らかにする研究はこれからの新しい知見につながるものと思います。

保育者が子どもに与える影響についてはさまざまなことが考えられますが、保育者が自分自身の感性・表現力の発達にも影響を与えているという感覚を持つには、それなりの同僚や研究者等との省察が必要であり、日頃の業務の忙しさの中でそのことを考える余裕はほとんどありません。しかし、今回の田中氏の研究はそのことを「見える化」するだけではなく、園で行う音楽活動について、「関係的かつ環境的な足場」として再定義することへの気づきと保育者の専門性について多くの気づきを与えていただきました。

私は、この「研究成果報告書」の冒頭に引用

された言葉にワクワクしました。それは「音楽は年齢や文化を超えて人間の日常生活に深く組み込まれた営みであり、旋律を口ずさむことや他者とリズムを合わせることは特別な訓練がなくても自発的に生じうる。このような営みは、人間に備わる『musicality（音楽性）』に支えられており、社会的相互作用や感情調整とも密接に関係していると考えられている」（Cross, 2001; Dissanayake, 2008; Savage et al., 2021）という記述です。

田中氏には、音楽活動は園によって取り組み方が違うので、実際の現場を見てもらうために研究企画委員会の委員の園を紹介しました。

そして私の園（東京・諏訪保育園）に来ていただいた時には、0、1歳児を対象にした音楽活動の日でした。子どもたちの前でリクエストに応えながら1時間近くギターでひたすら歌を歌う場をつくり、自由に出入りする子どもたちの様子を見てもらいました。その時、保育者たちを見る田中氏の視点やコメントがものすごく鋭かったのを鮮烈に覚えています。それは、子どもたちが楽しめるように体を動かしたり歌を歌ったりして一緒に楽しむ保育者の姿や、子どもたちが演奏者と一緒に合奏できるようにさりげなくいろいろな楽器を手渡したりする関わりを捉えて、「こんなさりげない子どもへの支援が保育者の素晴らしい専門性です。ここを見える化したいんです」とおっしゃいました。

「豊かな感性」や「表現」といった部分は科学的検証が最も難しい領域とのですが、ヒトの脳発達の感受性期にあたる乳幼児期の心的機能の発達は他者（環境）からの影響を強く受ける時期でもあるため、そこに関わる保育者の「感性」と「表現力」について検討することは非常に重要だという提案にも納得です。

ちょっと視点を変え、自分たちの園で行われている音楽活動について、こうした応答的な関わり方をしているか考えてみてください。

かつて保育所保育指針が6領域だった頃は「音楽リズム」として一つの独立した領域が存在していました。そのため、音楽活動をするのが課業の一つとして考えていた人が多かったのではないのでしょうか。ところが1989年に5領域になった時、「音楽リズム」は「絵画製作」とともに消えました。おそらく「表現」の中に組み込まれたと考えた人も多かったかもしれませんが。しかし「音楽リズム」に限らず、子どもたちの学びは主體的で総合的な遊びを通して行うものだという意図があったことがその変更理由にはあったはずです。ですから「音楽リズム」も「表現」だけでなく、「人間関係」でもあり「言葉」「環境」「健康」でもあるという意識を持って、遊びを通した総合的な学びになっているかを考えてみてください。

田中氏は「音楽活動の研究の多くは子どもを対象にしているが、保育者側にも情緒的恩恵が

ある可能性は十分考えられるので、音楽を通じて子どもと保育者が情動的に満たされる『双方向的利益 (reciprocal benefits)』の研究へと進む』ことを示してくれました。保育者が子どもと一緒に歌ったり合奏したりすることは、単に「子どもに音楽を教える活動」ではなく、音楽を通して子どもと響き合う空間そのものが、保育者自身の心を優しく支える土台にもなっていて、こうした活動を毎日積み重ねていくことで、保育者は一時の楽しさを超えて、日常の保育ストレスから守られ、プロとしての心のゆとりや元気をじわじわと蓄えていくことができるということを、この研究は示しています。

ピアノなどが苦手な人にとってはかえってストレスになる可能性もありますが、音源はピアノにこだわらなくてもいいと思います。私は子どもたちと一緒にギターで歌うのが好きなのですが、楽しそうに歌っている声を聞くと、とても嬉しいと感じながら元気をもらっているというのが実感できました。

このような可能性を脳科学の知見を使って研究するために、今回は音楽活動を中心に次の二つの視点からの研究が始まりました。

本研究の二つの視点

研究1は、3〜5歳児で構成される異年齢クラスで歌を歌う音楽発表会に向けた練習という

継続的な実践場面に着目し、練習過程における保育者の主観的感情と心拍指標との関係を縦断的に検討する研究です。これは、保育者が反復的な音楽実践を通してどのような感情を経験するのか、その主観的感情経験に対しで、身体生理反応がどのように関連するのかを明らかにすることを目的としたものです。

田中氏曰く、音楽発表会は子どもがみんなと一緒に活動する歌や合奏などを通して社会性発達や認知発達といった部分に焦点を当てており、保育者自身が音楽活動を通してどのような感情的・生理的变化を経験するのかは十分に検討されてこなかったため、そこに焦点を当てて研究するということでした。これは、私たちの行事が親の期待に応える内容ではなく、子どもも保育者も一緒に楽しめる機会になるということにつながっていく可能性を感じました。この時、データ分析に活用したのが心拍計ですが、心拍変動データの解析でここまでことがわかるのかという驚きと同時に、子どもとともに繰り返し音楽活動に参加する経験は、保育者自身のメンタル支援にもなる可能性があることを再確認できたのは嬉しい気づきでした。

こうした子どもとともに繰り返し音楽活動に参加する経験が保育者自身の感情状態にどのような影響を与えていくのか。この時のポジティブな経験やネガティブな経験により保育者たちの感情も揺れているということを知ると、日々

の「楽しい」体験の積み重ねが重要であることを感じたに理解できます。ピアノを弾きながら子どもと歌を歌ったり合奏をする時、「音楽は、年齢や文化を超えて人間の日常生活に深く組み込まれた営みであり、旋律を口ずさむことや他者とリズムを合わせることで社会的相互作用や感情調整とも密接に関係している」ということなどは、今までほとんど気づいていなかった部分です。

研究2は、研究1では測定期間が約1か月に限られていたため、保育者の変化を日常の音楽活動において、より長いスパンで理解する方法を考えました。さらに、保育者個人の主観的感情と生理反応に焦点を当てていたため、園児との相互作用の中で、両者の関係がどのように調整されていくのかという視点を十分に扱うことができなかったことを踏まえて、0歳児クラスでの日々の音楽活動を通しての個別のデータも取りながらの研究となりました。保育は、保育者個人の内的変化として完結するものではなく、園児とのやりとり、応答、タイミングの共有を通して成立する関係の実践の中にあるということですが、保育者の心身状態を理解するためには、その人の感情・身体変化に加えて、園児との応答的やり取りの質や、その中で形成される心理的関係性をあわせて捉える必要がある (Saboi & Pianta, 2012) という視点にも期待が高まります。

日常の保育場面における音楽活動に着目し、活動前後の保育者と子どもの発声パターン、すなわち音声の同期や子どもに合わせながら順番にやり取りをするターンテイキングの特徴を録音データから分析する手法ですが、この情報分析にも驚かされました。また、保育者の専門性の基盤にある「感性」とは、内面的な感情の豊かさのみを指すのではなく、自らの身体状態を調整しながら、子どもとのあいだに応答可能な関係の場を生成していく能力であるという捉え方も非常に重要な視点だと感じました。

さらに、ここで注目したいのは日誌データの活用です。本研究では、保育者のその日の主観的感情、各園児との心理的距離、および音楽活動の発生状況と内容を、日常保育の文脈に即して把握するために、音楽活動の有無や特徴と、保育者の感情評定、園児との心理的つながり感との対応を検討するための基礎データとして日誌データを検証している点です。これができるのは、対象園が日頃からこうした記録を積み重ねてきたという実績があることも見逃せませんが、こうした子ども理解のための記録は保育者ならすぐに実践できる研究だと思いました。

言葉によるコミュニケーションが難しい0歳児クラスでは、言語的なやりとりに先行して、声の抑揚、間合い、身体の向き、応答のタイミングといった非言語的の手がかりが関係形成の基盤となっていますが、言葉だけに頼らない応答

的關係性の構築は保育者の得意とするところでは、こうした日々の関わりの積み重ねをしている保育者なら、心理的距離の縮小として表れた可能性が高いというのは頷けると思います。

さらに、応答の速さや規則性の一方的増大ではなく、相互作用の自由度や安心して関われる余白が、保育者にとっては心理的距離の近い関係として認識される可能性が示されたという報告は、保育における良好な関係性を「よく反応すること」や「よく同期すること」のみで定義するのではなく、子どものリズムや自発性が保たれる関係として捉える視点の重要性を示しているという田中氏の分析に対しては、非常に共感できる部分です。保育にはこうした「間」が重要ですが、そのことは子どもの表現に合わせた保育内容を考えながら、日々の中にゆとりとした時間の流れを生み出す、ゆとりある暮らしを想像する必要があります。

今までやってきた保育実践への後押し

以上の二つの研究を通して、本研究全体では脳科学の視点から保育者の感性を、単なる個人の内の心理的特性としてではなく、日常的な保育実践の中で生じる身体的調整、感情経験、子どもとの相互作用の積み重ねとして捉えることにより、保育に新しい角度から切り込む研究となっています。これにより、保育者の専門性の

基盤にある心身のダイナミクスと関係形成の過程についても新たな知見を得る研究につながったと思います。

保育を高度で文脈依存的な営みと捉える田中氏ですが、ここを理解するには生態学的妥当性の高い場面での測定が求められるとのことで、この部分についてはさらなる研究を進めてほしいと思いました。

今回の心拍変動 (heart rate variability) の測定や音声を有用な指標の一つとして分析することとでここまでわかるといえるのは、驚きでした。同時に、相互作用の自由度や安心して関われる余白があることの大切さを示していただけたのは、保育者にとっても子どもにとっても、非常に重要な研究成果だと思います。余白を意識した保育は実際には難しい時間軸ですが、日常の子どもとの応答的關係の中に、その支援の可能性があること、つまりそのことが保育の仕事への喜びを感じ、保育者たちのエンパワメントを高めることにもつながる可能性があることは、予定調和にない子ども達の表現をゆとりを持って受け止めていく保育になると思いました。

保育者の感性を心拍変動に表れる身体的動員、声かけや応答潜時に表れる相互作用のタイミング、発声リズムに表れる関係の柔軟性等といった、普段は可視化されにくい指標にも表出する可能性を見出していただけなのはとても大きな喜びです。こうした目に見えにくい身体

的・相互作用の手がかりに、保育者一人一人が自らの実践の特徴や調整の仕方を理解できるような、個別的支援のあり方を構想していくことができたなら、もっと保育者の個性を活かした関係性が構築できると思います。ヒトの脳発達の感受性期にあたる乳幼児期の心的機能の発達は他者からの影響を強く受けることはよく知られています。そのため、保育者自身が子どもたちに与える人的環境としての役割の大きさは計り知れないものがあるというプレッシャーは、保育者なら誰しも感じているところです。そこを個人の問題にしない個別的支援のあり方が構想できたら、保育の世界はさらに豊かな感性や表

現力を育める場になるように思います。

田中氏のような専門分析をベースにした「研究成果報告書」を読む手がかりを書くということは非常に難しかったので、私自身の実践と重ね合わせながら、かなり主観的な解釈になっていると思っています。しかし、この研究を通して私が感じたのは、難しさより今までやってきた保育実践への後押しでした。そのことは、子どもの世界を広げることにもつながります。今回の研究で示されたデータが、実証的な証拠の第一歩となることを期待しています。

保育・子育て総合研究機構代表

島本一男

「保育士の感性発達に関する実証研究―音楽活動を通じた感情・身体反応・関係調整の検討」田中友香理氏（京都大学大学院特定講師）「研究成果報告書」は、HP あおむし通信に掲載しています。



<https://www.zenshihoren.or.jp/activity/kenkyu.html>