

幼児期の手伝い活動の経験が自己概念の拡張及び自己肯定感の育みに与える影響についての検証

大室 亜 樹 幼児教育科 非常勤講師
高 桑 秀 郎 幼児教育科

(2022年10月3日受理)

〔 要 約 〕

本研究では、幼児期に手伝いを行うことによる自己概念の拡張及び自己肯定感の育みについて、保育園での実践と観察を基に検討を行った。

保育園の子どもを観察と保護者の聞き取りから、保育園での手伝い活動が、子どもにとっての自信となり、子どもの方から家庭でも手伝いを申し出るなど、主体的な活動を生む意欲を見せるなどの変化を見せた。幼児期という自己肯定感が大きく成長する時期に、信頼できる大好きな家族や保育者に認められること、自分が必要とされているという実感をもつことは、高い自己肯定感と自己の役割意識、社会の中での自分の存在意義の確認、責任感を育む。

意欲的に保育活動の中に手伝い活動を取り入れ、子どもの肯定的自己を育む取り組みを行うことは、単に生活スキルや技能を向上させるだけでなく、目指す子どもの育成に通じていると言える。

1. はじめに

現代の日本では、子どもの自己肯定感を育むことが大事であることがクローズアップされてきた。諸外国に比べ、日本の子ども達の自己肯定感の低さが浮き彫りになってきており、教育現場でも自己肯定感が低いことによる活動に対しての意欲に関する課題が取り上げられている。この事実を受け、文部科学省の教育再生実行会議においては、平成29年6月1日に「自己肯定感を高め、自らの手で未来を切り拓く子供を育む教育の実現に向けた、学校、家庭、地域の教育力の向上」と題した第十次提言を取りまとめた。¹⁾ これは、子ども達の自己肯定感を育む必要性を国が示したことになる。

自己肯定感とは、保育・幼児教育・子ども家庭福祉辞典²⁾によると次のように定義されている。自分自身のことを肯定的に評価、認識すること。自己肯定感は環境や経験によって変化するものとして一般的に捉えられ、研究者によっては自尊感情と同義として使用することもある。自己肯定感が安定して高いことは、精神的健康や社会適応の基盤となり、学習意欲や円滑な人間関係の構築とも関連する。つまり自分の存在を認め、ありのままの自分でいいと思える心の状態のことである。また、自らの価値や存在意義を肯定することなので、様々な困難を乗り越える上での土台作りにも関係し、その土台がしっかりしていることで、他人

との信頼関係や他人を尊重する気持ちを持つことができるようになり、他人と協力し活動をするにも大きな影響を与える。

現代の日本の子ども達は、自分のことを好きになれない、自信がもてない、周りの人と比べてダメな部分が多いと感じるなどと否定的な自己評価をしている子が多い。平成25年に、日本を含めた7カ国(韓国、アメリカ、イギリス、ドイツ、フランス、スウェーデン)の満13~29歳の若者を対象とした意識調査(我が国と諸外国の若者の意識に関する調査)³⁾では、自己肯定感に関しては、自分自身に満足しているという質問に対して、日本45.6%、韓国71.5%、アメリカ86.0%、イギリス83.1%、ドイツ80.9%、フランス82.7%、スウェーデン74.4%という結果だった。また自分には長所があるかという質問に対しては、日本68.9%、韓国75.0%、アメリカ93.1%、イギリス89.6%、ドイツ92.3%、フランス91.4%、スウェーデン73.5%という結果だった。つまり日本の子ども・若者達は、諸外国と比べて自己を肯定的に捉えている者の割合が低いことが内閣府により報告されている。また諸外国に比べて、うまくいくかわからないことに対し意欲的に取り組むという意識が低く、つまらない、やる気が出ないと感じている若者も多い。また心の状態に関しても、諸外国と比べて悲しい、憂鬱だと感じている者の割合が高く、自分の将来に明るい希望を持たずにい

る者も全体の4割近くいた。

自己肯定感が高いと言われる人は、精神的に安定しており、人からの評価を必要以上に気にしない傾向にある。これは、ありのままの自分を受け入れ、自分に対して自信があり、活動に対して必要以上に臆病になったりしない。そのため、困難に感じられることにも失敗を恐れずに挑戦し、結果としてできることが増え、それらの経験を通して、更なる自分の可能性を広げより自己肯定感を高めていくことができる。

それに対して自己肯定感の低い人は、自分にはできない、自分はダメな人間だと感じており、自分の価値を認められず、極度に自信がないために、物事をすぐに諦めてしまったり、挑戦することを諦めてしまったりする。また他者に対するコンプレックスを抱きやすく、それが精神的ないらつきや暴力になって表れることもある。これらのことが悪循環となり、新たな自信につながる経験へと結びつくことが困難となり、結果的に自己肯定感が増々下がってしまうということに陥ってしまう。

以上のことから、自己肯定感とは人の人生を左右すると言っても過言ではなく、価値観や行動・経験、更には生き方にまで影響を与えるものであることが分かる。

幼児期は、これから生きていくための基盤を作る重要な時期である。子どもは自らの活動の経験を通じて、自らの能力を育み、必要な能力を身に付けていく。その為に、将来にわたって関係してくる自己肯定感を幼児期に育むことは欠かせない発達課題の一つである。自己肯定感とは、性格の形成にも大きな影響をもたらす。自己肯定感を育むためには、日常生活の中で成功体験や好きな人などに認められるといった体験を積み重ねていくことが必要となってくる。

身近にそうした経験を積める機会として、手伝いが挙げられる。手伝いを頼まれるのは信頼の証であり、自分は信頼されている、受け入れられているという自己肯定感を高めることにも繋がる。更には手伝いの活動内容が自分にはできると感じながらすることで、自然と意欲的に取り組むことができる。さらに活動の経験を積むことでその活動に関する技能向上が望め、そのことも自己肯定感を高めることにつながる。そして手伝いをしたことで依頼者などから褒められ、自分の存在が役に立っている、感謝されているという実感を得ることができる。そして、その集団の一員としての役割を担っているという責任感がより自分自身の存在に自信を与えることになる。もし失敗したとしても、改善点や工夫点が分かれば、次は改善して役に立てるであろうという自分への期待にも繋がる。自分ならできる、自分は役に立っているという経験を繰り返して

いくことが、自己肯定感を高めることに繋がっていく。

しかし、かつては下の子の面倒や家事など、家庭内で子どもがする手伝いは日常茶飯事であったが、現在は家族の形態の変化や家電製品の発達や普及により、かつて子どもが行っていたような手伝いは目にしなくなってきた。⁴⁾ 例えば、鰹節を削らなくても、すでに削られた製品が売られていて、子どもが鰹節を削って、その鰹節が夕食のおひたしに使われて、家族に「美味しいね。」などと子どもの活動を認められるような経験をほぼ見なくなった。そうした変化は、既製品を購入してきた方が安価で便利、自分や家電製品に任せた方が確実に業務を遂行できるなど、様々な理由は考えられる。しかし、そのことは子どもが自己肯定感を育む機会を喪失するだけでなく、生活経験が未熟なまま大人になり、将来必要となる生活スキルが下がることにも繋がってくる。家庭での手伝いには、子どもの発達を促進する経験の機会が数多く存在する。^{5), 6)}

そこで本研究では、保育園で子どもが手伝い経験をしたことによって、それまでの子どもの様子との変化や育まれてきたものについて、観察と保護者からの聞き取りを通じて検討してみた。その上で、手伝いによる自己概念の拡張及び自己肯定感の育みについて、考察を加えた。また改めて幼児期の手伝い活動の必要性について検討した。

2. 本論

自己概念とは、自分がどのような人間なのかということについての理解、つまり自分が思っている自分に対する主観的なイメージのことである。その中には、自分の内面にある性格や能力、身体的特徴、行動及び個人の特徴などに関する、比較的永続した自分の考えも含まれる。つまり自己理解を深め、自分の価値はどのようなものなのか、何を大切にしたいのか、何を送りたいのか、何を目指していきたいのかといったように自分軸の基礎作りにも関連してくる。

カール・ロジャース (1902-1987) によれば、自己概念には自己イメージ、自尊心、理想的な自己の3つの要素がある。⁷⁾

自己のイメージは、自分が自分自身をどのように考えるか、見つめるかということである。自分は背が高いなどの自分自身について物理的に知っていることや〇〇の姉であるなど社会的役割、自分は明るい性格であるなどの性格特性が含まれる。この自己イメージは、必ずしも現実と一致するとは限らない。

自尊心は、自分自身に認める価値のことである。他人よりも何か得意なことを発見することで、その分野での自尊心は高まる。一方、自分自身と他人を比較し

て、特定の分野で成功していないことや他人が否定的に反応していることに気付いた場合、自尊心は低下する。つまり、ある分野では高い自尊心を持ち、同時に他の分野では否定的な自尊心をもつということになる。

理想的な自己とは、自分がなりたい自分である。自分のイメージと理想的な自分には違いがあり、その不一致は自尊心に悪影響を与える可能性がある。カール・ロジャースによれば、自己イメージと理想的な自己は、合同又は非合同である可能性がある。自己イメージの合同が大きければ自己実現を可能にし、自己イメージと理想的な自己の不一致は、自己実現を妨げる内部の混乱へと繋がる。この理想像は、なりたい自分や人生における目標から成り立っており、永遠に変化し続ける原動力でもある。

更にカール・ロジャースは、自己概念の形成に影響をもたらす主な要因として、幼少期の経験と他者からの評価の2つを挙げている。

幼少期の経験の観点から見ていくと、幼少期に両親及び養育者から無条件に愛され、受け入れられる経験をする事で、どんな自分でも受け入れることができる。そのことで困難を乗り越えようとする力、失敗を恐れずに挑戦する力を身に付ける。肯定的な自己概念を形成するためには幼少期に身近な人に愛され、受け入れられる経験を如何に積み重ねていくかにかかっている。

次に他者からの評価という観点では、自己にとって他人からの評価が満足できるものなのか、満足できないものなのか自己評価に影響してくる。つまり、自己概念は後天的に形成されるものの割合が高いと言える。生まれてからの体験や生育環境、人との関わり方等により、自分をどのように捉えるようになったかなど、これらの経験値により自己概念は形成されていく。

幼少期に特定の人との愛着関係を結ぶことは、今後の人格形成の土台となる自尊心や基本的信頼関係の構築に大きく影響されると言われている。愛着とは、特定の養育者と子どもとの間に築かれる情緒的絆のことを言い、この絆が築かれた関係を愛着関係と呼ぶ。愛着関係に関して保育所保育指針解説では「社会の中で生きていく人間として、子どもの発達において特に大切なのは、人との関わりである。乳幼児期において、子どもは身近にいる特定の保育士等による愛情豊かで受容的・応答的な関わりを通して、相手との間に愛着関係を形成し、これを拠りどころとして、人に対する基本的信頼関係を培っていく。また自分が、かけがえない存在であり、周囲の大人から愛され、受け入れられ、認められていることを実感し、自己肯定感を育んでいく。」と述べられている。^{8). 9). 10)} これらのことから、やさしい語りかけや抱擁、スキンシップなど、

一貫して温かく親密で裏切られることのない関係の中で育つ心の絆であることが分かる。養育者は普段から愛情をもって関わっていくことで、子どもはその養育者を特別な存在として認識する。更に子どもの要求を敏感に感じ取り、月齢及び年齢に応じた関わりが大切になってくる。また安定した愛着関係を築くことができると、子ども自身が養育者から守ってもらえる安心感を持てるようになる。無条件に愛される経験は、自分のことを大切かつ価値のある存在と信じることができ、自分自身の存在を肯定し価値ある存在として実感できることに繋がる。

幼児期は、運動機能の発達により基本的な動作ができるようになる。生活習慣においては、基本的なことはほぼ自立し、一日の見通しをもって行動できる。言葉の発達においては、話し言葉の基礎ができることで、会話の中での言葉のやり取りも不自由なくできるようになってくる。また知的興味・関心が高まることで、様々なことに関わり、思考力や認識力が高まっていく。視野が広がり、身近な人や物、自然などの環境への興味も広がっていく。¹¹⁾ 以上のことから、子どもが様々なことに興味を持って意欲的に関わり、活動に取り組めるような環境を整えていくことで子どもの順調な発育・発達が促され、その経験によって肯定的な自己を育んでいくことができる。周囲が意図してそうした環境を準備することが自己概念の発達にとって重要である。

これらの発達を支えているのは、乳児期からの安定した愛着関係である。特に人間関係においては、安定した愛着関係が後の仲間との関係性が広がりや深まりに関わっていく。子どもは、成長と共に自我が育ち、独立した存在として行動するようになる。次第に自己主張することも増え、仲間とのぶつかり合いも起こってくる。このことで、自分とは違う他者の存在や視点に気付くと同時に、心の葛藤を経験する。それと同時に、仲間と一緒に共通の目的に向かって意見を出し、話し合いを繰り返し、折り合いをつけるなどの経験も遊びや活動を通して経験する。他の子どもと思いや考えを出し合い、協力することで、目的が達成された時の満足感や達成感、肯定的な自己の発達に大きく働きかけ、何ものにも変えることはできない。子ども同士の協同的なあそびの中には、自己の発達と他者の受容を経験するといった発達過程が網羅されている。そしてこのような感情体験は、子どもに自信を与え、肯定的自己を育むことに繋がる。

自己概念には、ポジティブな面とネガティブな面が存在する。自己概念が拡張していく過程の中では、ポジティブな面の自己概念を拡張していくことが、子ど

もの育ちにとっては有益である。ポジティブな自己概念は、自分でできることを繰り返し経験することで、自分はできるという感情と自分はこんなことができるという感情が生じる。そのことが自分自身の励み、意欲、自信となり、次の活動への意欲に繋がる。またこのポジティブな気持ちは、できないことにも挑戦してみよう、今よりもっとできるようになりたいという向上心を生み出していく。つまり自分はできるという有能感を持つことは、今以上のことを行い、他のことにも挑戦しようとする気持ちを強くし、物事に対する知的好奇心を生み出す。これは主体的な自己の経験にもつながり、主体性の育みにも大きく寄与する。更にこの時の行動が自分の思い通りになった時は、やればできると自分の行動に対しての満足感や達成感を味わうことができる。一方、自分の思い通りにいかなかった時でも、どうしてそうなるのだろうかと疑問を持ち、どうしたらうまくいくのだろうと、前向きかつ、自分の興味・関心を深掘りし、諦めずに次の策を考えるようになる。そしてもう一度やってみようという挑戦心を持ち、自ら考えた工夫を試し、再度やろうとする気持ちに対してと自らの試行とその結果に対して、充実感を得るようになる。

このようにポジティブな自己概念を持つことは、結果がどうあれ充実感や満足感、自己肯定感といった自信へと繋がる活動を行うことができ、主体的な自己を育み、その過程の中で試行錯誤を通じて、思考力、判断力、表現力等を養う活動を行うだけでなく、多様な活動に前向きかつ意欲的に取り組む気持ちが育まれていく。

乳幼児期は、生きる力を育む土台作りの大切な時期であり、その時期に自己肯定感を育むことは、その後の人生を前向きに生きることに繋がっていく。子どもが自分を肯定的に認め、自分の存在に自信をもち、価値ある存在として誇れるようになるには、子どもが乳幼児期に自己肯定感を育ていけるよう、養育者や保育者を始めとする周りの人達の理解と支えが必要である。

子どもは、大人の行動をよく観察し、同じことをやってみたいと同じような行動をとることがある。これは自分の好きな人と同じことをすることで自分の価値を高めようとする働きの一つである。このことは子どもが自分から活動しようとする主体的な選択のきっかけの一つになり、様々な生活行動を経験させる良い機会となる。また、それが自分自身のためだけの生活行動でなく、自分の周囲の生活集団の利益となるようなことであれば、活動の遂行による自己満足だけでなく、自分の活動が周囲の役に立ったという応答的反応

があれば、自己の価値の高まりの実感さらには強化される。手伝いは、そうした子どもの同一化の欲求を利用できる身近な活動であり、それを通じて、日常生活の中で必要な生活スキルを身に付けることができるだけでなく、周囲からの応答的評価を得やすく、自己肯定感を育むには格好の活動の機会となりえる。

そこで本研究では、子どもの保育園での手伝いの経験が、子どもの育ちをどのように進めたかを自らの観察と、保護者からの子どもの家庭での様子の聞き取りによって追跡した。その中で子どもの行動を自己概念の発達という観点で捉え、考察を進めた。

3. 事例研究

山形県M市の保育園の2歳児クラス6名と3～5歳児混合クラス12名それぞれを対象にして、保育活動内で日常の手伝い行動を取り入れ、以下の事項を検討した。3～5歳児の混合クラスについては、年齢差があるため、それぞれの年齢に沿った活動の様子や異年齢の関わり方、心の変化等も考慮しながら検討を進めた。

園児のプライバシーに配慮し、名前はイニシャルで表示した。

本研究で検討した内容は以下の通りである。

- ① 日常の手伝い活動において肯定的な言葉がけをすることで、園児にどのような心の変化や育ちが起きるか、行動変容として見て取れるか。
- ② 普段は積極的な行動を示すことが少ない子どもに、肯定的な行動変容は見られるか。
- ③ 家庭にも手伝いの協力や肯定的な言葉がけの協力を得ることで、家庭内での行動に変容はあるか。

尚、保護者の聞き取りについては、論文以外には使用しないことで同意を得た。

< 2歳児クラスでの事例 >

- (1) 対象児 2歳児：男児4名 女児2名 計6名
- (2) 実施期間 2022年4月～2022年6月
- (3) 実施内容

日常の手伝い活動（2歳児） エプロン配り・荷物運び・テーブル拭き・布団敷き・プランター栽培（ミニトマト、朝顔）の水やり・洗濯たため

(4) クラスの様子と経緯

4月、2歳児クラスに進級したことを喜び、様々なことを自分でしようと意欲的な子が多く見られる。何でも自分でするとやる気いっばいに取り組む一方で、上手くいかずに痲癢を起こすことも多々ある。何でも自分でやりたいという気持ちでいっぱいだが、できそうできないという悔しさともどかしさの狭間で揺れ

動く。例えば、ズボンやズックの着脱など、子ども達は試行錯誤しながら、手や足を使って頑張っている姿が見られる。保育者は、子ども達の奮闘する姿や自分でやろうとする気持ちを受け止め、見守り待つことを心がけ、できない部分について必要な援助をするようにしている。また、ズックを履けずに困っている子がいると、履かせてあげようとする子もいる。履けずにいる子の顔を覗き込みながら手伝う姿は、大丈夫、私がしてあげるといふ他者を思いやる気持ちが芽生えていることの証である。自分ができるようになったことで、自信をもって他の子にも手伝おうとする気持ちや他人の役に立ちたいという気持ちが出てきたこと、自分のことだけでなく、周囲のことが見えるようになり、友だちと関わろうとする気持ちが育っていると考えられる。

また、保育者の手伝いをしようとする姿も見られるようになってきた。保育者が食事前にエプロンを渡していると、子どもは自分がするとエプロン渡しを手伝い始める。みんなに渡し終え「ありがとう、みんなのエプロン渡せたね。先生うれしいな。」と声をかけると、とても満足そうな表情を浮かべた。このことをきっかけに、他の子も手伝いに興味をもつようになった。

それらの子ども達の様子を踏まえ、日常の保育活動中に積極的に手伝い活動を取り入れ、園児たちの育ちを観察した。

(5) 活動内容

子ども達の興味関心など様子をみながら、日常生活の中で普段は保育者が行っている活動の中で、対象の子ども達ができそうなことをその都度お願いしてみた。

● 2歳児の手伝い活動

幼児の活動	援助と配慮事項
<ul style="list-style-type: none"> ・エプロンを配る。 ・テーブル拭きをする。 ・布団敷きをする。 ・プランター栽培の水やりをする。 ・洗濯物をたたむ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・渡しやすいようにかごを準備する。 ・自分でしようとする気持ちを尊重し、見守りながら、保育者は必要に応じて援助する。 ・全員に強要せず、一人ひとりの発達に応じた援助をしていく。 ・保育士も一緒に行うことで、楽しく活動ができるようにする。 ・満足感が得られるよう、手伝ってくれたことを具体的な言葉で褒める。

(6) 実践記録

手伝い活動は、子ども達が興味のあること、簡単にできそうなことから始めるよう配慮して進めた。

① エプロン配り

食事前に保育者が子ども達にエプロンを配っているが、「これ誰の?」と聞くと、ほとんどの子が「〇〇くんの。」と友だちのエプロンを理解している。毎日このようなやり取りを繰り返しているうちに、S児が「Sがわたし。」と、友だちの名前を呼びながらエプロンを渡し始めた。保育者は「ありがとう、Sちゃんのおかげでとっても助かったな。」と褒め頭をなでると、とても誇らしげにするS児。これを機会に、他の手伝いもするようになった。手伝いをするたびに「Sがんばったよ。」「先生助かった?」と聞くS児。保育者から頼まれたことだけでなく、自分から手伝いをするようになっていく。

S児の行動に刺激され、他の子も手伝いをしたいという気持ちが出てくる。時には手伝いの取り合いになることもあるので、手伝いの内容を分散させ、みんなに均等に手伝いの機会が与えられるような環境を設定する。また日々の積み重ねから、食事前でエプロンを渡す時間になったという認識もでてくるようになった。自分で気づき手伝おうとする気持ちが芽生え、自分から気付いて手伝ったことに関しては、より一層その子に感謝するよう配慮した。また手伝いをしてくれた子には、手に花丸を書くなどのこともやってみた。すると先生が喜んでくれた、先生に褒めてもらった・認めてもらったという気持ちからか、手伝いをして沢山褒めてもらうことを通して、子ども達にとっては達成感と満足感を感じられたようである。手伝いを繰り返していくことで自分でできるといった自信にも繋がり、結果としてもっとお手伝いがしたい、次もやりたいという意欲を持つようになってきているように見える。

更にできることが増えていくことで、より自分自身に自信がもてるようになり、意欲的に活動やあそびに取り組むことができるようになると同時に、自己肯定感を高めることが期待される。自我が芽生えるこの時期は、自己概念の発達段階であり、自己肯定感自己概念の中でも重要な役割を果たす。単に自分の身の周りのことができるようになったという経験だけでなく、他の人の役に立つ、他の人に感謝される(とりわけ保育者などの子ども達が好きな人に)、認められる経験というのは、自己概念の発達において、とりわけ自己肯定感を育むという観点においては有益な経験と言える。

＜3～5歳児クラスでの事例＞

- (1) 対象児 3～5歳児（以上児異年齢クラス）12名
 3歳児：男児1名 女児1名 計2名
 4歳児：男児1名 女児3名 計4名
 5歳児：男児4名 女児2名 計6名
- (2) 実施期間 2021年9月～2022年6月
- (3) 実施内容

食後の雑巾がけ・午睡前の布団敷き・掃除・花瓶の水替え・窓ふき・畑や花壇の草むしり・水やり・収穫など（計画的な手伝い）

(4) クラスの様子と経緯

3～5歳児の異年齢合同クラスということで、それぞれの年齢よる発達等の差がある。人数の少ない保育園であるため、年齢を問わず関わるのが日常である。そのため、各年齢に違和感を覚えることなく活動やあそびが展開されている。このクラスは、好奇心が強く、興味のあるあそびに対してじっくりとあそび込むことのできる子が多い。そのため、あそび始めると数時間、数週間、あそびによっては何カ月も継続したあそびが展開される。冬には“雪山研究所”と名付けた雪あそびが3ヵ月にわたり毎日続けられた。当園は豪雪地帯にあるため、冬のあそびは多様な展開をしていくことができる。これまでのあそびや活動で培ったアイデアや技法をあそびに取り入れる姿が見られ、雪あそびの時間が近づくとも5歳児はペットボトルに色水を作ったり、卵パックなど廃材、様々な種類のスコップを準備したりする。それを見ている3・4歳児も、同じように見様見真似で準備を始める。色水を作る5歳児に「この色どうやって作るの？」という3歳児の質問に対して「夏、水あそびで作ったことあるよね。黄色と青を混ぜると緑色。それに赤と白を混ぜてみようと思ってる。」と、3歳児にあそび方を教えながらも新しいことに挑戦しようとする姿を見せている。するとこの3歳児も、ペットボトルを持ってきて色水作りを始める。そして5歳児は色水作りを手伝ってあそびの準備が続いていく。雪山では、無造作に積まれた雪をこいで登っていかなければならないが、5歳児がスコップを使い足場を踏み固め小さい子も登りやすいように階段を作る。更に、腰丈まである雪をこいで自分達の作っている“雪山研究所”と名付けたかまくらまで進み、そこに積もった雪を払いよけてようやくあそびが始まる。このように、あそび始めるまでには、沢山の準備や段取りが必要になる。それを自分達でできるのは、見通しを持ちあそびに対する明確な目的や楽しさをもっているからであろう。それは、日々の生活の中で見通しを持てるようになってきているからこそできるあそび方でもある。この5歳児の姿を身近に感

じている3・4歳児の子ども達は、自然と5歳児を頼り、憧れをもって、自分達も5歳児と同じようにやってみたいという意欲にも繋がっている。5歳児にとっては、3・4歳児の子ども達に頼りにされているという感覚があり、リーダーとしての自覚をもち、自分の存在に自信をもつことにも影響している。

また普段の生活の中では、ジャンパーのファスナーができない子3歳児がいると、4歳児が「こうやってするんだよ。」と4歳児が見本を見せる。この子は、ジャンパーの下の方を片方の手で押さえることで、安定してファスナーが上へ上がっていくことを伝えたい様子だった。「貸して、こうするの。」と手をとって手伝う4歳児は、以前同じような経験をしている。自分の経験を今度は逆の立場で繰り返していく。「ありがとう。」と言われた時の4歳児の表情は、誇らしげだった。「またできない時に言ってね。」と最後に付け加えていた。このような姿は、日常的に異年齢で関わり一緒に過ごしているからこそ自然にできるものである。

更には保育者がしていることにも興味をもち、一緒にしようとする子もいる。5歳児のK児（男児）は、保育者が玩具の消毒をしていると「何してるの？」と興味深そうに見てくる。「ほくもするよ。どのおもちゃをもってくればいい？そうか。今日使ったおもちゃをもってくればいいんだね。」と、その日に使った玩具を持ってくる。K児は以前から玩具の消毒作業を頻繁に見ており、保育者がしている作業の流れを観察していた。「先生、助かった？ほくがんばったよ。大変な時はほくに言ってね。手伝うからね。」と言ってその場を去っていった。その後も毎日のようにK児は玩具消毒を手伝ってくれる。一緒に作業しながらその日の出来事ややってみたいあそびの話など、保育者と2人で会話しながら手伝いを続ける。「毎日ありがとう。きれいなおもちゃであそべると気持ちがいいよね。」と保育者が声をかける。また、その姿を見ていた他の保育者からも「いつもありがとうね。おもちゃの消毒って大変なんだよね。助かるよ。」と声を掛けられると、とても誇らしげにしている。

あそびでも日常生活でも、よく保育者や友だちの姿を見て自分でもやってみようと、好奇心旺盛の子ども達である。一方で自己主張が強い子が多く、意見のぶつかり合いで言い合いになったり、手を出したりするなどのトラブルが多々ある。好奇心旺盛で素直に自分の気持ちを言葉や行動で伝えられる子が多いため、保育者も具体的な言葉で伝えたり褒めたりするように心がけている。

(5) 活動内容

活動の中で配慮した点は以下の通りである。

- ① 子ども達の興味・関心など様子をみながら、日常生活の中で普段は保育者が行っている活動の中で、対象の子ども達ができそうなことはその都度依頼した。
- ② グループ活動の中に手伝いを取り入れてみた。
- ③ 子どもが自らしたいと意欲を示したことは、多少難しいことでも依頼してみた。

● 3・4・5歳児の手伝い活動

幼児の活動	指導上の留意点
・日常の手伝いの内容を知る。 <個人の手伝い> ・保育者がやっていることの手伝いをする。 ・花瓶の水替え ・掃除 ・窓ふき ・草むしり ・荷物運び 他 <グループ活動としての手伝い> ・食後、グループごとに手伝いを行う。 ・雑巾がけ ・布団敷き ・手伝いを終えたらシールをもらい、表に貼る。	・手伝いややり方がわかりやすいように、見本を見せる。 ・最初は強要せず、興味をもった子が行えるように準備をする。 ・保育士も一緒に行うことで、楽しく活動ができるようにする。 ・保育者も一緒に行いながら、自分達で食後の後片付けを行い責任感をもてるようにする。 ・満足感が得られるよう一人一人を褒め好きなシールを選べるようにする。

手伝いの後にシールをあげるという配慮に至った理由は、次の経緯があったからである。

花壇の草むしりの手伝いをしている時に、「草をむしってくれたおかげで、お花に沢山栄養がいくんだよ。お花もきっと喜んでいるね。ありがとう。」窓ふきの手伝いをした時には、「窓がピカピカになって、外の景色がよく見えて気持ちがいいね。ありがとう。」などと、子ども達の気持ちに寄り添った言葉がけを工夫した。次第に子ども達は、進んで手伝いをしてくれるようになり、内発的動機づけとして2/3ほどの子には効果があった。内発的動機として効果があった子ども達は、手伝いをするに楽しさや意欲を感じることができ、自発的な手伝いへと変化していった。

一方で、その効果が得られなかった子ども達の中には、発達障害を持った子や他の子の行動につられてしまう子がいた。内発的動機づけによる効果を期待したが、継続性をもつことが難しかった。今回は、全員に手伝いをしてほしいという保育者の願いがあったので、子ども達の興味関心を引きやすい方法として、シール

表を作り掲示することにした。がんばり表にシールを貼っていき“手伝いを頑張った”といった気持ちを視覚的に訴えることで、自分の気持ちをうまく理解することが難しい子ども達でも、達成感を持てるようになり、更には手伝いをしている姿を見ることのできない保育者や保護者にも伝わりやすく、一人ひとりに声を掛けてもらえることを期待した。また、友だち同士でも手伝いを頑張っていることを認め合うきっかけにも繋がるのではないかと思い、シールをもらって貼るという配慮に至った。シールをもらうことは、手伝いをしたことへの報酬的な役割となり外発的動機づけとの解釈もあるが、シールを報酬として与えるという感覚ではなく、あくまでも内発的動機づけの補助的な役割として考えた。

(6) 保護者からの聞き取りの内容

保護者とのやり取りの中で、園での手伝いの様子や今回の研究の主旨や内容について、口頭で伝えた。

●活動前

- ・家庭では、手伝いをする機会はあるか。
- ・家庭で手伝いを意識的に取り入れているか。
- ・どのような内容の手伝いをしているのか。

●活動中・活動後

- ・家庭で手伝いをする機会は増えたか。
- ・自分から手伝いたいということはあったか。
- ・家族も意識的に手伝いの機会を増やすことができたか。
- ・園での手伝い活動を継続して行ってきた中で、家庭での変化はあったか。変化があった場合どのような変化があったか。
- ・家庭で手伝いをする中で、子どもと家族の間でどのようなやり取りがあったか。
- ・「手伝いたい！」と子どもから言ってきた時がチャンスなので、手伝いの結果がうまくいってもうまくいなくても、具体的な言葉で褒めてもらえるようお願いする。

(7) 実践記録

手伝いの方法として、自由に保育者の手伝いをする方法とグループ活動として手伝いをする2つの方法をとった。

① グループ活動としての手伝い

4グループ（異年齢各3名ずつの4グループ）

4月から日常的に、食後の雑巾がけと布団敷きを行っている。これは自分達でやることだと意識して意欲的にする子もいるが、中にはめんどうくさい、疲れるから嫌だなどといった理由で、やりたがらない子もいる。また、グループごとに役割分担を毎日交代で行っていたが、グループとしての仲間意識が低くまと

まりや意欲をあまり感じられないことが、9月頃まで続いていた。

やらされている手伝いと自主的に行う手伝いでは、手伝いから得られる効果は全く異なる。自主的に行う手伝いには、やり終えた後の達成感や心地よさだけでなく、手伝いによる充実感から次への意欲が湧いてくるのが期待できる。子ども達が、手伝いをするものの意義、責任感、達成感を感じ、更には保育者から認めてもらい自信へとつながるような経験ができるよう、手伝い活動への向かい方について見直しを図った。

手伝い活動への向かい方の見直しのポイントは以下の通り。

- 1) みんなでグループでの手伝いについて話し合いをし、手伝いの内容ややり方の確認をする。
 - 2) グループのリーダーを決め、リーダーを中心に活動を進めていく。
 - 3) グループで協力して行えるよう、なるべくメンバー全員が揃った状態で行えるようにする。
 - 4) 始める前に、その日の役割分担を確認してから行うようにする。
 - 5) 手伝いをやり終えたら、グループ毎にご褒美シールをもらい、掲示している表に貼る。
- ② 保育者の働きかけ
- 1) リーダーを中心に主体的かつ意欲的に行えるよう促していく。
 - 2) 保育者も一緒に雑巾がけや布団敷きを行い、一緒に楽しくできるようにする。
 - 3) 失敗しても大丈夫と思えるような環境を整え、一人一人の発達に合わせた内容をできるようにする。
 - 4) 年上の子は、年下の子への配慮ができるように見守り、年下の子は年上の子の姿を見てやってみようとする気持ちが育っていくような配慮をする。
 - 5) 手伝いをしている間、終えた後にも、具体的な言葉で感謝の気持ちを子ども達に伝え、達成感や満足感を味わえるようにする。
- ③ 子ども達のその後の様子～雑巾がけの姿から～
- リーダーをお願いすることで、リーダーがグループの子に「雑巾がけするよ。」などと声掛けするようになった。リーダーは、保育者から頼りにされているという責任感から、意欲的に手伝いをするようになってきた。その姿からグループの年下の子も手伝い活動に関心を持つようになり、一緒に頑張る姿が見られる。また、保育者も一緒に行いながら「力を入れて進むのは大変だね。」「だんだん足の力がついてきたね。」などと活動の大変さを評価したり、成長を認めたりする声をかけると、子ども達は嬉しそうに雑巾がけを繰り返す。

また、往復3回はしようという目標を子ども同士で決めたことで、その約束は守ろうとして頑張っている。徐々に体力もついていき、3回以上する子中にも出てきた。その日より気持ちにムラが出てしまうこともあるが、繰り返し行いご褒美シールが貯まっていく様子を見ることで視覚的にこれまでの成果を認識し、達成感や満足感をより感じていくようになった。

また雑巾がけに関しては、雑巾をしぼる、雑巾を洗うといった技術を伴う部分もある。特に3歳児は、発達の段階で雑巾をきつくしぼることは難しい。雑巾はうまく絞れず水がしたたり落ちている様子を見た5歳児は、「貸して、こうやって絞るんだよ。」と見本見せ、手をとって絞り方を教える姿があった。その日をきっかけに、時々雑巾が絞れているか確認してあげるようになった。時々嫌になることもあるが、無理強いしない程度に励ましたり、雑巾がけリレーや競争などのゲーム感覚を取り入れていったりして、楽しくできるよう工夫していった。

また、2月頃になるとグループでの手伝い活動にも慣れてきて、他のグループが終わっていないと手伝う姿も見られるようになってきた。自然とこのような行動は増え、「手伝ってくれてありがとう。」と、手伝ってもらったグループの子から、手伝ったグループの子が感謝される場面も見られた。その他にも「もっと雑巾がけする所あるかな。」と探し、「お遊戯室もやろう。みんなであそんだもんね。」と子ども同士で自主的に雑巾がけをするようになっていった。

更に雑巾がけを毎日繰り返すことで、上肢や足腰が丈夫になっている様子が見られる。始めたばかりの頃は、雑巾を絞る力が弱い、力の入れ方が分からないなどのことがあり、うまく雑巾が絞ることができない子もいて、床がずぶ濡れになることも度々あった。その都度、絞り方を保育者や年長児が手を添えながら雑巾を絞ったり、仕上げをしていったりした。また、雑巾を滑らせて前に進むこともままならなかった子ども達も多かった。しっかり手をつき腰を上げ足に力を入れて踏ん張る、この体のバランスと力の入れ加減は、繰り返し経験していかないと獲得できないことである。根気と体力がいるが、周りの励ましや少しずつできるようになっていく実感と、その過程を褒められることで、自分の成長を実感し、“諦めずにやろう”という意思を持てるようになっていった。少しずつ雑巾がけの技能は上達し、最終的に遊戯室を何度も往復できるようにまでなった。

④ 園での様子～5歳児K児～

5歳児のK児は、興味のないことには“めんどくさい”という気持ちが優先してしまう。次の活動への切り替えや整理整頓、当番活動など、生活の中で必要なことを面倒と思う気持ちが優先し、全体の活動から遅れをとってしまったり、おろそかになってしまったりする部分が多々見られる。その反面、興味関心のあることに関しては、とことん夢中になる性格なので、一度興味を持つと探求心の強さから、そのことに対してどんどん掘り下げていくことができる。

園での手伝い活動には、当初あまり興味示さず、雑巾がけや布団敷きも人任せにしていることが多かった。K児がグループリーダーになると、リーダーと呼ばれ頼りにされたことが心地良かったようで、これまで面倒くさそうにしていた活動も、自分からするようになっていった。そうした変化を生んだ要因の一つとして、ご褒美シールが貢献している。保育者から褒められたこと、自分の頑張りがご褒美シールをもらい表に貼ることで目に見えて増えていくのがわかることは、K児にとって自分の頑張りを認めてもらい、その気持ちの積み重ねが目に見えてわかることで意欲と自信へとつながるきっかけとなった。

これらの手伝い活動への向かい方についての見直しをきっかけに、進んで雑巾がけをしたり、自分の担当以外の場所を雑巾がけしたり、更には気付いた時に進んで保育者の手伝いをするようになっていった。この姿から手伝い活動に意欲的になっていったことがわかる。また保育者の手伝いをする中で、今までにない気付きもあったようである。

K児は、週に一度朝7時の開所と同時に登園する。その際に延長保育の先生は、毎日朝一番に保育園に来て掃除などしてみんなのことを待っていてくれることを知った。その時に「ほくも手伝うよ。毎日雑巾がけをしているから、窓ふきのお手伝いするね。」と自ら雑巾を絞り手伝ってくれた。その際に延長保育担当の保育者に対して「先生毎日してるの？」と質問をした。延長保育の保育者は「そうだよ。みんなが気持ちよく“おはよう”って来ることができるようになりたいなと思ってね。きれいなお部屋だと気持ちがいいもんね。」と答えた。それから早番の時間に登園した際には、毎回窓ふきやカーテン開けの手伝いをしてくれた。その時に「Kくんが手伝ってくれるから助かるなあ。もっとお願いしてもいいかな？」と聞かれるとK児は「うん、任せて。」と言い張り切って卒園するまで手伝ってくれた。この自分だけしか知らない特別感、雑巾がけをした時にもらえるご褒美シールの効果とも似ている。またこのことでK児は、早朝から自

分達の知らない所で心地よく園生活を送れるように支えてくれている人がいることに気付き、感謝の気持ちをもてるようになっていった。

また、卒園式で自分の得意なことを発表しようということになり、本児は跳び箱に挑戦することにした。今まで跳べるのは3段までだったが、朝の身支度が終わるとすぐに遊戯室へと行き、跳び箱の準備をする。毎日10回は跳ぶという目標を持ち、1カ月間毎日跳び続けた。その間、4段さらには5段と挑戦する高さも高く設定していった。

このように継続する力や自分に対する自信がついたことで、様々な活動に意欲的になり、挑戦する意欲や失敗しても粘り強く挑戦し続けることができるようになっていった。やればできるといった自信をもてるような機会を設けること、一人一人に合わせて気持ちに寄り添った声掛けや受容をしていくことは、子どもの育ちを大きく左右することがK児の姿からわかる。日々、子どもの気持ちの変化を見逃さず見守りながらも影で支えていくことが、保育者としての役割の一つである。

(8) 保護者からの聞き取りによる子どもの家庭での様子～5歳児K児～

① 園での手伝い活動前の様子

K児は3人兄弟の末っ子である。家庭では甘えっ子で兄や姉などに何でも頼ることが多く、苦手意識のある玩具の片付けや保育園の準備など、生活に必要なことも自分からすることは難しかった。

② 園での手伝い後の様子

以前から家庭では兄と姉が手伝いをしている姿を見ており、気が向いた時に手伝いをすることはあったが、自分から進んですることはほとんどなかった。グループリーダーとして手伝い活動を始めてから、自分でしようとする気持ちが出てきたので、保育者はグループリーダーとして、グループの子に声をかけ一緒に手伝いを頑張っている姿を家庭にも伝えた。母親からは、次のようなK児の家庭での様子を聞くことができた。

K児は自分の興味関心のあることには夢中になってできる性格だ。K児の興味のあることから家庭での手伝いに繋げていきたいということで、興味があり作業的にも楽しくできるお菓子作りや餃子作りをしてみたとのことだった。餃子作りは根気のいる作業が多いため、楽しみながらできるように、好きな形に餃子を作ってその過程を楽しめるよう工夫をした。母親は「この形、K児にしか作れないおもしろい餃子だね。」などと具体的に褒めるようにした。更に家族でK児は手伝った餃子を食べる時には「おいしいね。また作ってほしいな。」「こんなに沢山作るのは大変

だったよね。」などと、手伝ったことをねぎらう言葉を家族が掛けてくれることで、K児も「そうだよ。この餃子はみんなのために作ったんだよ。」と得意気に話してくれた。

また姉と一緒にお風呂掃除もしてくれるようになり、みんなが気持ちよく入れるようにどの部分をきれいに洗ったらいいのかなど、姉に掃除の仕方を教わりながら泡だらけになって一生懸命に掃除をした。自分が掃除したお風呂に入ると「ピッカピカで気持ちがいいね。」と嬉しそうだ。また母親に対しては「ママ、手伝ってもらって助かった?」と質問し「そうだね、とっても助かったよ。K児のおかげでみんなが嬉しい気持ちになったよ。」と話すと、自分は役に立ててよかった、家族の一員として認められたというような表情だった。

このように、幼児が手伝いをするようになるには、きっかけが必要である。ただやみくもに「手伝って!」というだけではK児の心には響かない。保育園での手伝い活動で認められた経験が自信となって、家庭でも手伝いをすることでみんなの役に立ちたい、喜ばれたい、自分が役に立つ人間だと家族にも認められたいという気持ちになっていったと考えられる。

4月から小学校に入学し、家庭学習が始まった。家庭学習の内容としては、宿題、音読、読書の他に手伝いの項目があり、手伝いをしたかと手伝いの内容を記入する欄が設けられている。担任の先生からは「毎日決まった内容の手伝いを継続していくことで、責任感と達成感が生まれる。」といった話があったので、様々な手伝いをした経験した中から新聞受け取りなら毎日続けられそうだとK児自身が判断し、決定した。それから毎日、早起きをして新聞を取りに行き、最初に読む祖母へ届けるということを続けている。自分で決めたことなので続けることができていると思われる。そして祖母から「毎日ありがとう。早起きして朝一番にK児が新聞をもってきてくれるから嬉しいな。」と声をかけられる。その後も父親から「今日もありがとう。」と言われ朝食後に一緒に新聞を見る。K児の興味がありそうな記事と一緒に見ることで、父親との二人だけの時間を心地よく過ごしている。このような日常の繰り返しがK児にとって“やってよかった、家族の一員として役に立っている”という気持ちで満たされることに繋がっている。最初の頃は、お願いされていたことも、このような経験を積むことで自ら手伝いをするようになっていった。この繰り返しがK児の中での習慣となり、自分の役割として認識して、更には責任感をもつことにも繋がっていくことが期待できる。

これらは、幼児期から繰り返し手伝い活動を行ってきたこと、その過程でK児自身が認められた経験から、自信をもち自分の存在価値を感じることができているからこそその成長過程であると考ええる。幼少期から継続して手伝いを行い、周りの人がK児の頑張りを認めよりのサポート体制があったからこそその成長でもある。

＜4歳児A児の事例＞

(1) 対象児 4歳児：A児（女児）

(2) 実施期間 2022年9月

(3) 実施内容

花瓶の水替え（自然な形での手伝い）

(4) 対象児の様子と経緯

A児は、自分から発言したり進んで行動したりすることがあまりなく、5歳児の姉H児（女児）と行動を共にすることが多い。あそびや活動においても、保育者や友だちに促されてすることが多く、どちらかというところ引込み思案である。この事例に関わりのある4歳児のM児（女児）は、自分で考えて様々な行動をする活発な子で、保育者にも積極的に声をかける。少人数のクラスのため友だち関係は限定されがちではあるが、その分子ども同士や保育者との密な関係を築くことが期待できる。少人数であるからこそ、A児のように自分に自信が持てず自分らしさをなかなか発揮できない子どもにも、保育者や友だちがじっくり関わることで自己肯定感を高めることに繋がるのではないかと考える。

(5) 活動内容

・普段の生活の中で自然に始まった手伝い活動であるため、あそびも含めて活動内容は子どもも主体で行った。

●あそびから発展した手伝い活動

幼児の活動	指導上の留意点
<ul style="list-style-type: none"> ・あそびの中で花摘みをする。 ・摘んできた花を花瓶に飾る。 <ul style="list-style-type: none"> ・花瓶を用意する。 ・花瓶に水を入れる。 ・花の飾り方を工夫する。 ・花瓶の水替えをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・様々な草花を摘めるように、活動の中に多様な場所への散歩を取り入れ、花壇の花を自由に使えるようにしておく。 ・子どもが扱いやすく興味をもてるような様々な大きさや形、素材の花瓶（空き瓶、カップなど）を用意する。 ・保育園の様々な箇所に花を飾り、花のある空間の心地よさを感じられるようにする。

	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもに花瓶の水替えをする必要性を伝え、保育者と一緒にするだけでなく自らしようとする気持ちになれるよう援助する。 ・水の入れる加減などを一緒に見ていく。
--	--

(6) 実践記録

A児とM児は共通して草花あそびを好み、よく一緒に花摘みをしたり、その花をままごとや製作あそびに使ったりしている。ある日、保育者と一緒に摘んだ花を保育園の園舎内の所々に飾って楽しんだ。次の日保育者が花瓶の水替えをしていると、M児がA児を誘って水替えの手伝いをする。M児には保育者と一緒に花瓶の水替えをした経験があり、A児に水替えの仕方を教えながら一緒に行った。保育者から「ありがとう。一緒に水替えをしてもらおうと嬉しい気持ちになるな。」と声を掛けられると、にっこり微笑んでM児は「また明日もするね。」と言ってあそびに出かけて行った。A児は言葉を発することはなかったが、明るく気持ちが満たされたような表情から、楽しい時間を過ごせたことが伺われた。その日をきっかけに、保育者が水替えを始めると2人は毎日手伝うようになり、次第に保育者がいなくても進んでしてくれるようになった。A児とM児の関係もこの花の水替えの手伝いをきっかけに、少しずつ深くなったように受け止められた。

A児は言葉数が少ないものの、自分で摘んできた花の水替えを保育者やM児と一緒にする時間が、心地いい時間となっているようである。最初の頃は、M児と保育者との会話がほとんどで、A児は隣でニコニコした表情で聞いたり頷いたりすることがほとんどだった。保育者は「一緒にしてくれてありがとう。」「花が喜んでいてみたいだね。」「Aちゃんは、お花が好きだからお世話の仕方も丁寧だね。」などと、肯定的な言葉がけを繰り返し行う。次第にA児も話に参加するようになり、「Aのおうちのお花もいっぱいあるんだよ。おばあちゃんもお花のお水替えしてるよ。」など、少しずつ心を開き自分から話をするようになっていった。

この花瓶の水替えをきっかけに、日々のグループでの手伝い活動への意欲もわくようになっていった。花瓶の水替え作業、そしてしおれた花があると新しく摘んできた花に交換するなどの作業を毎日繰り返し行ったことで、何事も丁寧に継続する力が確実についていったようだ。活動や行事に関しても冬のコンサートでは、根気強く練習を重ねみんなの前で楽器の演奏

を披露することができた。また友だちの輪の中に入り、好きなあそびに夢中になる姿も見られたりするようになってきた。手伝いをするといった小さなきっかけが、A児の心の成長へと繋がり、自信をもつきっかけとなったと考えられる。そして、この半年で自分から行動したり、挑戦したりしようとする気持ちも育てている。

更に年長児になると、一番大きいお姉さんという意識が強くなり、年下の子の世話を進んですることも出てきた。年中児の頃は、年長児に姉がいることもあり姉を頼りにしていることが多々あった。姉が卒園し、自分が年長になったことで、意識的に行動する機会も増えてきている。6月に行われた運動会の向けての取り組みにもその姿は表れており、以前は前に出て発表することに対して緊張と恥ずかしさがあったが、今は声を出そうと頑張る姿が伝わってくる。マーチングでは、ダブルの楽器を担当し、難しいリズムも諦めずに繰り返し練習し、自信をもって演奏できるようになっていった。みんなで合奏している時の表情は生き生きしており、これまでの練習の成果を精一杯出そうとする意気込みが感じられた。

どこか自信をもてず、友だちや姉の傍にいて安心しているような姿が多く見られた年中の時期に比べ、手伝いを継続し、その時々で褒められ満たされた気持ちになってきたことで、少しずつ自信をもてるようになってきていることが伺われる。保育者や友だちから認められること、褒められることは、自分自身のことを認められるようになり自信へと繋がっていることがA児の姿からわかる。

(7) 家庭での保護者からの聞き取りによる様子

保育者は日々の手伝いの様子やA児の変化を母親に伝えて、A児の心の成長を母親と共感できるように、送迎時に繰り返し話をしていった。園での手伝い活動を続けて1ヵ月ほどたつと、母親から「家でも手伝いをするようになった。」という話があった。保育園での手伝い活動による効果があるようで、家に帰ってから「保育園で先生にお花のお水替えしてくれてありがとう。って言われたんだよ。」と嬉しそうに話したとのことだった。今までしなかったような手伝いを姉と一緒に進んでしてくれるようになり、母親は喜んでいる。その際に、園での手伝いをしている時の様子を話した。A児は、最初の頃は花瓶の水をこぼしてしまい落ち込んだこともあったが、保育者が「大丈夫だよ。雑巾でふけば元通り。」と励ましながら、友だちや保育者と一緒に花瓶の水替えを続けたことを話した。失敗を繰り返し様々な経験をしながらも、A児は手伝いをして褒められることで自分は認められていると実感で

き、更には少しずつではあるが自信も持てるようになり、様々なことに挑戦しようとする気持ちも育ってきていることを伝えた。またそれをA児の姿から学んだことを母親に伝えると、手伝いをしようとする気持ちを大切にしていきたいという反応があった。

その3ヵ月後には、姉と一緒に料理の手伝いをするようになったとのことだ。「卵を割るのが難しいけど頑張ってくれました。難しいけど頑張っているねと声を掛けると、もっとやりたそうで。」と、母親の表情も明るかった。少し難しいことにも挑戦しようとする姿は“やればできるかも”“挑戦してみよう”とする自信の表れにも感じ取ることができた。

4. 考察

幼児期に自己肯定感を育む上で大切なことは、日々の生活の中で成功体験や自分の行動について自分自身が納得し満足できる経験を積むことである。それに加え、このような経験や行動において、他者からの肯定的な評価を得ること、認められることも自己肯定感を育む上で重要な要素となる。自己概念の形成においては、他者からの評価が納得できるものか、あるいは否かによって自己評価に影響を及ぼす。つまり、他者から肯定的に評価されれば、子どもは自分に対する自己肯定感を高め、否定的に評価されたり、認められなかったりすると、自己肯定感は低くなってってしまう。

幼児期の発達課題の一つとして、心身の発達に合わせて基本的生活習慣を身に付けることが挙げられる。就学前にはある程度の基本的生活習慣が身に付き、自分で身の回りの生活行動は何でもできることが理想的である。これができるようになるということは、周囲の養育者の依存から脱却し、自立への第一歩となる。子どもは自分で自分のことができるようになったことで、幸福感を感じると同時に自分に自信を持ち、他の活動にも自信をもって行動できるようになり、自己肯定感を高めることにも繋がっていく。基本的生活習慣の自立は幼児期の自己肯定感の形成にも大きく貢献している。

また、他人に認められたり褒められたりする経験によって、自分に自信を持ち、見守られている感覚が強くなり精神的に安定するようになる。そうなると、様々な活動への意欲にも繋がっていき、前向きに自分の力を出そうとするようになる。もっとやってみたい、できないことにも挑戦してみよう、誰かの役に立ちたいなど、次へのステップを踏むための土台が形成される。

事例による手伝いの効果は大きく2つに分けられ、

これらの2つの効果が相互に作用し、結果として自己肯定感を育むことに繋がっている。

4歳児A児の事例では、それまで、どこことなく自信を持って過ごしていたA児が、最初は保育者や友だちに促されながらも継続して花の水替えの手伝いをしたことは、A児が自信をもつきっかけとなっている。そして、次第に他の活動に対しても意欲的に取り組むことができるようになっていった。そして、その姿を保育者や友だちから認められることで気持ちが満たされていくと共に、この認められた経験から、次第に家庭でも手伝いをしてみようと挑戦する前向きな気持ちが出てきている。母親は、A児が家庭でも手伝いをするようになったことにA児の成長を感じ、喜んでいる。保育園での手伝い活動がA児の自信となって、家庭での主体的な手伝いの申し出という形に現れている。また、A児自身が今できることだけではなく、少し難しいことにも挑戦しようとするようになった。母親はその姿を温かく見守り、具体的な言葉で励ますことで、よりA児の自己肯定感を高め自信を持つことにも繋がっていったことが分かる。

また5歳児K児の事例では、当初は園での手伝い活動に対して興味を示さず、人任せにしていた。しかしグループリーダーとなり仲間や保育者に頼りにされたことや、手伝い活動を頑張った証としてご褒美シールをもらったことなどの経験は、K児にとって心地いい感覚を味わういい機会となった。手伝い活動を行うことで、自分の頑張りを保育者や仲間にも認められ、その頑張りをご褒美シールとして表に貼っていった。このことは、K児にとって自分の頑張りを認めてもらい、努力の積み重ねが目に見えてわかるような形で残すことができた。それが意欲と達成感に繋がりと、結果として自信をもって他の活動にも意欲的に取り組めるようになったことが分かる。また家庭でも、園での手伝い活動が軌道に乗ってくると同時に、手伝いを積極的に行うようになった。保育園で自分自身を認められた経験が自信となり、家庭でも手伝いをすることで、自分が役に立つ人間だと家族にも認められたいという気持ちになっていったのではないかと考えられる。また保育園と家庭で継続して手伝い活動を行っていったことで、最初は受動的に行っていたことでも、周りに褒められ認められることで自発的に行うようになっていった。これは、繰り返し手伝い活動を行っていったことがK児の中での習慣となり、自分の役割と認識して、更には責任感をもって行動することのスタート地点に立ったとも言えるだろう。

この2つの事例から、子どもが、お手伝いによる生活の中での成功体験により満足感や達成感を味わうこ

とができるようになり、更にその行動を他者から肯定的に評価されることで、自己肯定感の拡張へと繋がっていったことが分かる。

核家族化や共働き等で生活時間に余裕がない現代社会において、家事代行サービスの普及や高機能な家電製品が生活必需品となり、家庭での家事の時間は減少している。¹²⁾特に、6歳未満の子どもを持つ妻の家事労働時間については、一週全体あたり2001年は7.41時間から2021年にかけては7.28時間と減少している。また、例えば鯉節は既に削られてパックで売っているのが当たり前になり、すりごぎを使って行うような手順は、ミキサーで行うことが出来るようになった。このような背景からすると、以前は子どもにお願いをしていた手伝いの質は、変わってきていることが推測される。しかし、子ども達が生きていく中で必要な生活スキルは、家庭内での手伝いの中に沢山ある。手伝いを行うことによって子どもは経験を積み、生活スキルを向上させるだけでなく、子ども自身の幸福感や生活スキル向上の実感により、自己肯定感を育む。またそれらを家族に褒められることで、子どもの自己肯定感は更に強化される。それだけでなく、家族のために役立っている、家族に必要とされる活動を自分が行っているという実感は、役割の認識と共に責任感を育み、自分の存在に対する大きな自信となり、家族の帰属意識を強く持つだけでなく、生きて活動していく上での意欲に大きく働きかけていくものである。つまり、幼児期に子どもが家庭での家事に参加する機会を減らしてしまうことは、子どもの生きる力を身につける経験の機会を失うことにも繋がると言える。

例えば、ほうきでゴミを取り除く作業はロボット掃除機で行い、雑巾がけはフローリングワイパーなどを利用し掃除をするケースである。これらの道具を使用することで作業効率は上がり、よりきれいな仕上がりとすることが期待され、家事の作業時間の短縮と共に、時間に余裕のない現代社会には向いたものと言える。しかし、このような便利な道具の利用を否定するものではないが、安易に便利な電化製品に頼ってしまうことで、子ども達の手伝う機会が少なくなっているのも事実である。昔ながらとってしまえば古くなるかもしれないが、昔ながらの作業方法や作業過程にこそ、子ども達の手伝いの意義や体や心の発達を促す機会に通じる。子どもの発達を考えていくと、子どもが家事の手伝いをするように導くことで、子どもの生活スキルの向上だけでなく、自己肯定感や集団の中での役割意識などの社会的スキルなどの非認知能力を育むことが期待される。

雑巾がけの事例からみていくと、雑巾がけは全身を

使って掃除をするため、上肢や下肢の筋肉や体幹を鍛えるのに役立つ。雑巾がけは、上肢で自分の体重を支え、足を踏ん張り地面をつかむ力やそれを上肢に伝える体幹の強さやバランス感覚が重要であり、それらの機能の統合をとることで前に進むことができる。実際雑巾がけをしていると、それぞれの年齢の発達段階、あるいは個々の体力に沿った活動内容を計画し、実践していく必要がある。

雑巾がけを始めた当初、3歳児はまだ手先への力の入れ方がぎこちなく、雑巾を絞る際に両手で押し付けるような握り絞りになることが多かった。実際に雑巾がけをする時も、四つん這いになってもなかなか前に進まず苦戦する姿や両足でジャンプしながら前へと進む姿が多く見られた。4歳児になると、日頃からおしほりを絞っている経験もあり、両手で雑巾の左右を持ち絞ることができるが、横絞りになり十分に水分が絞りきれないことが多い。雑巾がけは、四つん這いで片足ずつ進むに時々バランスを崩して転んでしまう姿もあった。5歳児は、手先への力の入れ方が分かりだいたい水気を含まずに雑巾を絞ることができた。雑巾がけは、昨年度も経験していることからしっかりと前に進むことが出来る子が多い。中には、両手にバランスよく力が入っていないせいにかまっすぐに進めない子や、体格のいい子はすぐに疲れて休むなどの姿が見られた。このように、当初は一連の流れがうまくいかないことも沢山あったが、継続して行っていくことで、発達段階を追いながらも次第に力の入れ方やコツを覚え、基礎体力もつき雑巾絞りや雑巾がけができるようになっていった。雑巾がけは、精神的にも根気のいる作業であるため、続けていくには保育者の励ましや仲間同士で協力し合うなど、肯定的な声掛けや関わりが重要となってくる。

また、姿勢を保持する基礎的な筋力を身に付ける上でも、雑巾がけはいい運動になる。また継続して行うことで、少しずつできるようになっていく実感がわき、やればできるといった自信もついてくる。更には、汚れた所をきれいに掃除したという結果が応答的環境として作用し、活動の結果として自己肯定感に反映される。

こうした家事や日常生活での作業による身体活動の時間を増やすことは、幼児期運動指針でも提唱されており、「幼児期は毎日1時間以上体を使った活動を行うこと」とされている。¹³⁾子どもの身体活動は、単なる動作ではなく、その動作の開発、精錬を含むものであり、人として生活するのに必要な動作を行っていくことは、人間の発達に欠かせないものである。しかし、屋内での活動が主で屋外での活動時間が家庭に戻って

からほとんど見られない、現代の子どもの発達を考えた時に手伝いによる身体活動の機会というものは、本来であれば、必要であり貴重なものと言える。

更に雑巾がけによる上肢で体重を支えるという活動は、ともすれば操作系の動作が多くなりがちな現代の生活において、なかなか経験しない動作であり、体幹や上肢の筋力発達に大きく貢献する。これらの発達は小学校以降の学習内容の跳び箱を跳ぶ技能にも生きて来るものである。

以上のことから、雑巾がけの手伝いを繰り返し行うことで、雑巾がけと自分たちで自分たちの身の周りを綺麗にするという生活スキルが身に付き、上肢や体幹を中心に身体が鍛えられ、心も満たされた経験ができたことがわかる。自分達が汚した場所は自分達できれいにするという意識も持てるようになり、自己選択や自主性、積極性も育むことができている。これは、雑巾がけができるようになったという成功体験だけでなく、雑巾がけに伴う様々な経験を通して、生活に於ける様々なルール、あり方に触れたからこそその成長と言える。それらが、子ども達の満足感や達成感に繋がっただけでなく、保育者から感謝され、肯定的な評価を得たことで、応答的環境として作用し満足感や達成感が更に強化されている。結果として、子ども達の自己肯定感を育むことにも繋がり、自分に自信を持ってない子達にも自ら意欲的な活動を行うだけの積極性を身に付けることができるようになったと言える。

保育園や幼稚園では、年齢や発達段階に合わせた手伝いをお願いすることが大切である。事例でも挙げたように、2歳児に最初から“雑巾がけ”の手伝いをお願いしても、心も体も未発達な部分が多いため、雑巾がけをすることは難しい。まずは、その子が興味をもっていることやできることが何かを見極め、保育者が手伝いをする内容を見つけて子どもにお願いする形をとることで、手伝いの効果が出てくる。具体的には子どもが出来る様になってきた基本的な生活習慣に関わるようなことが望ましい。子ども本人の基本的な生活習慣の動作の訓練にもなるし、繰り返し行うことでその技能は上達・洗練していく。そのことで子ども自身は幸福感を感じ、自分に対する自信を深め、更にお手伝いにより、他の人の役に立っている、集団の中の役割意識を認識するようになる。そして継続して少しずつ手伝いをする中で、手伝いが習慣化していく。習慣化していくことで、保育者からお願いをされなくても子ども自身が自ら気付き、自分から手伝おうという気持ちが芽生えてくる。自ら気付き手伝ったことに対して、先生に感謝された、好きな人たちの役に立っている、好きな人たちに求められているということを実感

する経験は、子どもにとって大きな自信となる。

手伝いをすることは、保育園や家庭など自分が生活する空間の中に、自分の役割や居場所があり、自分は必要とされているということ実感をもてる一つの手段である。それが結果として、子どもの自己肯定感が高まることにも繋がっていく。このように、生活の中で役割をもち大好きな人から必要とされる経験は、自己肯定感を育む上でとても大切な経験である。

自己概念形成に大きな影響を与える幼児期に、手伝いという子どもにとって身近な経験をした子どもは、人の役に立つことの達成感や心地よさ、高い自己肯定感の経験を積む。自己の内容が自らの体そのものから、その体を使って何かすることのできる自分に拡がっていく時期だからである。人の役に立つ経験は、自らが社会に存在する価値を認識し、自分と他者の存在価値を認め、分かち合い互いに必要とし尊び合う気持ちを育むことができる。現在社会において、このような経験を積み重ねていくことは、未来を担う子ども達が生きる力を培う上でも、成長段階でとても重要なことである。現代日本においては、日本の若者は、世界の先進国と比較しても、自己肯定感が低いことが報告されている。それは核家族化の進行によって、子育てにおける余裕がなくなり、子どもに成長の機会を与える余裕が養育者になくなってきていることの反映とも言える。このような経験を家庭で積むことが難しい現在、そうした機会を与えて子どもの健全な育ちを育むこと、本来、家庭で経験するはずの体験を代替して提供する機能も担っていくことも、今後の保育及び幼児教育の現場に求められていく課題である。

また今回の事例としては、特徴のある代表的な子を取り上げたが、他の子にも同じような影響があった。

5. 結論ならびにまとめ

本研究では、幼児期に手伝いを行うことによる自己概念の拡張及び自己肯定感の育みについて、保育園での実践と観察を基に検討を行った。また改めて幼児期の手伝い活動の必要性について検討した。

保育園の子どもの観察と保護者の聞き取りから、保育園での手伝い活動が、子どもにとっての自信となり、子どもの方から家庭でも手伝いを申し出るなど、主体的な活動を生む意欲を見せるなどの変化を見せた。このことから手伝い活動は、子どもの自己概念の発達に肯定的に働き、肯定的自己を育み、主体性や意欲的な活動への取り組みへプラスの効果をもたらした。手伝い活動を繰り返し行っていく中で周囲に認められ、必要とされる経験を積んだことで、自分はできるという感情が生まれ、自分自身に自信を持てるようになった

結果と思われる。幼児期という自己肯定感が大きく成長する時期に、信頼できる大好きな家族や保育者に認められること、自分が必要とされているという実感をもつことは、高い自己肯定感と自己の役割意識、社会の中での自分の存在意義の確認、責任感を育む。社会の中で貢献する喜びを経験することは、他者の尊重と同時に社会の中での自分の役割の認識にも繋がり、その中での意欲的な活動を他の場面でも引き出したことには主体性を育むという観点からも価値がある。よって幼児期に手伝い活動を通じて、肯定的自己を育む経験を数多く積むことは、その後の人生を社会の一員として主体的に生きる能力を育むのに役立つと言える。

その際気をつけなくてはならないことは、年齢や個人の発達段階に合った手伝いを頼むことである。大事なことは自分の力でできたという達成感と満足感をもつことである。もし、自分の力以上のことをやりたいと思う子に関しては、保育者が環境を整え、援助をしながら自分でできたという達成感を持てるような配慮が必要である。また、子どもが自発的に行うことで手伝い活動の効果が最大限に引き出されるため、保育者側から子どもにやらせても効果はほとんど得られない。そして大事なことは、失敗しても子どもの自尊心が傷つかないようなフォローをしていくこと、小さなことでも手伝いをしてくれたという気持ちを大切に、具体的な言葉や行動で褒め、子どもが自信をもち、満足感を得られるように導くことである。

現代日本の抱える問題として、自己肯定感の低い若者が多いことである。その背景には、幼児期に好きな人に自らの行いを受容され、認められ、役に立ったという自己肯定感を育む経験を十分に積むことができなかったことが挙げられる。そこには核家族化や共働き世帯の増加など、子どもを取り巻く環境の変化が大きく影響している。以前は家庭や地域社会を中心に行われてきた子育ても、現在は子育てのコミュニティーが狭くなり、家庭の子育て力が弱くなってきているのも確かである。このようなことから、保育園や幼稚園、こども園が家庭に代わって、子育ての役割を担うことが求められている。家庭で手伝いをする機会が少なくなってきている現代社会であるからこそ、日常を過ごす保育園や幼稚園、認定こども園でそうした手伝いの生活経験を代替えて積んでいくことが、必要である。

主体的で意欲のある子どもを育むことが、現在の保育所保育指針や幼稚園教育要領、認定こども園教育・保育要領で目指している子どもの姿にも現れている。意欲的に保育活動の中に手伝い活動を取り入れ、子どもの肯定的自己を育む取り組みを行うことは、単に生活スキルや技能を向上させるだけでなく、目指す子ど

もの育成に通じていると言える。

引用文献

- 1) 文部科学省教育再生実行会議, 「自己肯定感を高め、自らの手で未来を切り拓く子供を育む境域の実現に向けた、学校、家庭、地域の教育力の向上(第十次提言)」, 2017.6.1
www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/gijiroku/_icsFiles/afieldfile/2017/06/27/1387211_07_1.pdf, 2021.7.14
- 2) 中坪史典・山下文一・松井剛太・伊藤嘉余子・立花直樹 編, 「保育幼児教育・子供家庭福祉辞典」, 株式会社ミネルヴァ書房, 2021.6.1 P133
- 3) 内閣府, 「平成26年度版 子ども・若者白書(概要版)特集今を生きる若者の意識~国際比較からみえてくるもの~」
https://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/h26gaiyou/pdf/tokushu_01.pdf
https://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/h26gaiyou/pdf/tokushu_02.pdf
 2021.7.14
- 4) 東京都市ガス都市生活研究所, 「30~40代ファミリーの変化」都市生活ミニレポート, 2017.1
- 5) こどもまなびラボ, 鈴木みゆき, 「子どもにはぜひお手伝い体験を」, 株式会社スタディーハッカー, 2019.9.29
<https://kodomomanabi-labo.net/miyukisuzuki-interview-04>, 2022.12.1
- 6) ベネッセ教育情報サイト, 監修 市川由美子, 「お手伝いが子どもにもたらす効果は?いつから何をさせればいい?」, ベネッセ, 2017.9.13
<https://benesse.jp/kosodate/201709/20170913-2.html>, 2022.12.1
- 7) カール・ロジャースの心理学理論, <https://dialog-coach.link/carl-rogers/>, 2021.8.1
- 8) 厚生労働省 「保育所保育指針解説」, フレーベル館, 2018.3
- 9) 文部科学省 「幼稚園教育要領解説」, フレーベル館, 2018.3
- 10) 内閣府・部科学省・厚生労働省 「幼保連携型認定こども園教育・保育要領解説」, フレーベル館, 2018.3
- 11) 川並弘純 「保育内容指導法Ⅶ」, 聖徳大学通信教育部, 平成31年1月1日(第17版発行)
- 12) 総務省, 「令和3年度社会生活基本調査 生活時間及び生活行動に関する結果」, 総務省, 令和4年

8月31日

<https://www.stat.go.jp/data/shakai/2021/pdf/youyakua.pdf>, 2022.12.1

13) 文部科学省 幼児期運動指針策定委員会, 「幼児期運動指針」, 2012.3

SUMMARY

Aki OOMURO,
Hideo TAKAKUWA:

The Verification of Effect That Experiences of the Infant Help Made Children's
Self-Affirmation Be More Positive and Self-Image Be More Expanded

The purpose of this study was to verify the effect of experience of the infant help in nursery school made children's self-affirmation be more positive.

The experience of the infant help in nursery school made children's self-affirmation be more positive and we confirmed a fact that the children asked it to want to do a help in nursery school or their home by our observations and hearing of the protectors.

We proposed that have to take in a lot of activities of the help for a childcare activity. And this childcare activity comes true for a purpose that brought up independent ability and not, merely growth of life skills.

(A.OOMURO; Part-Time Lecturer, Uyo Gakuen College
H.TAKAKUWA; Uyo Gakuen College)