

第5回保育者のマインド 講義の概要

保育者のマインド（心のあり方）について、

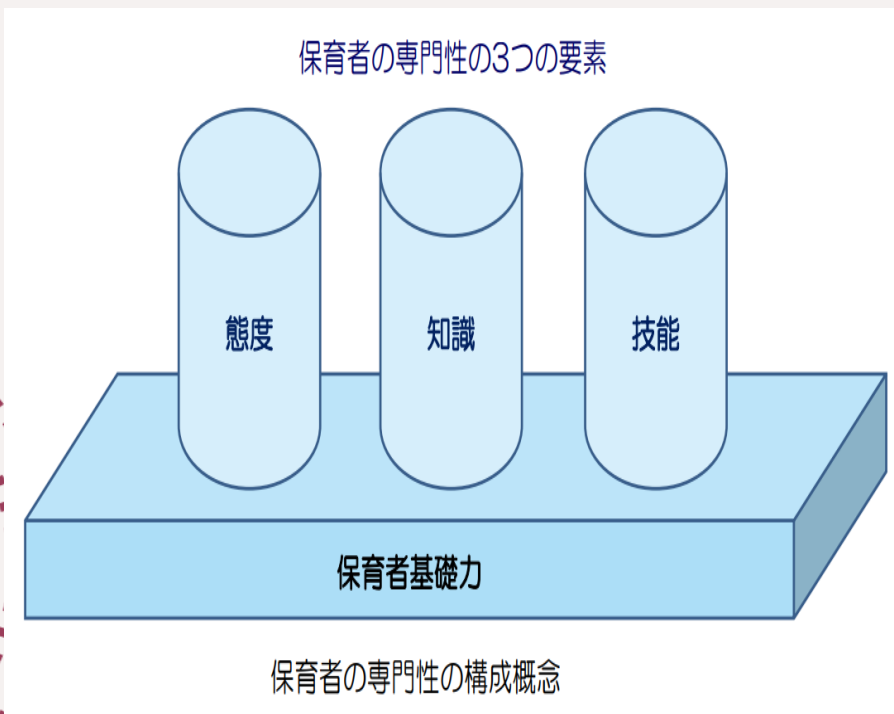
心理学の分野で脚光を浴びている「マインドフルネス」を中心にお話します。

学びのポイント

1. 保育者の専門性における「マインド」の位置づけ
2. 保育現場に満ちた「教育的瞬間」と保育者の出
3. 保育者の居方と「マインドフルネス」
4. 保育事例から考えるマインドフルネス



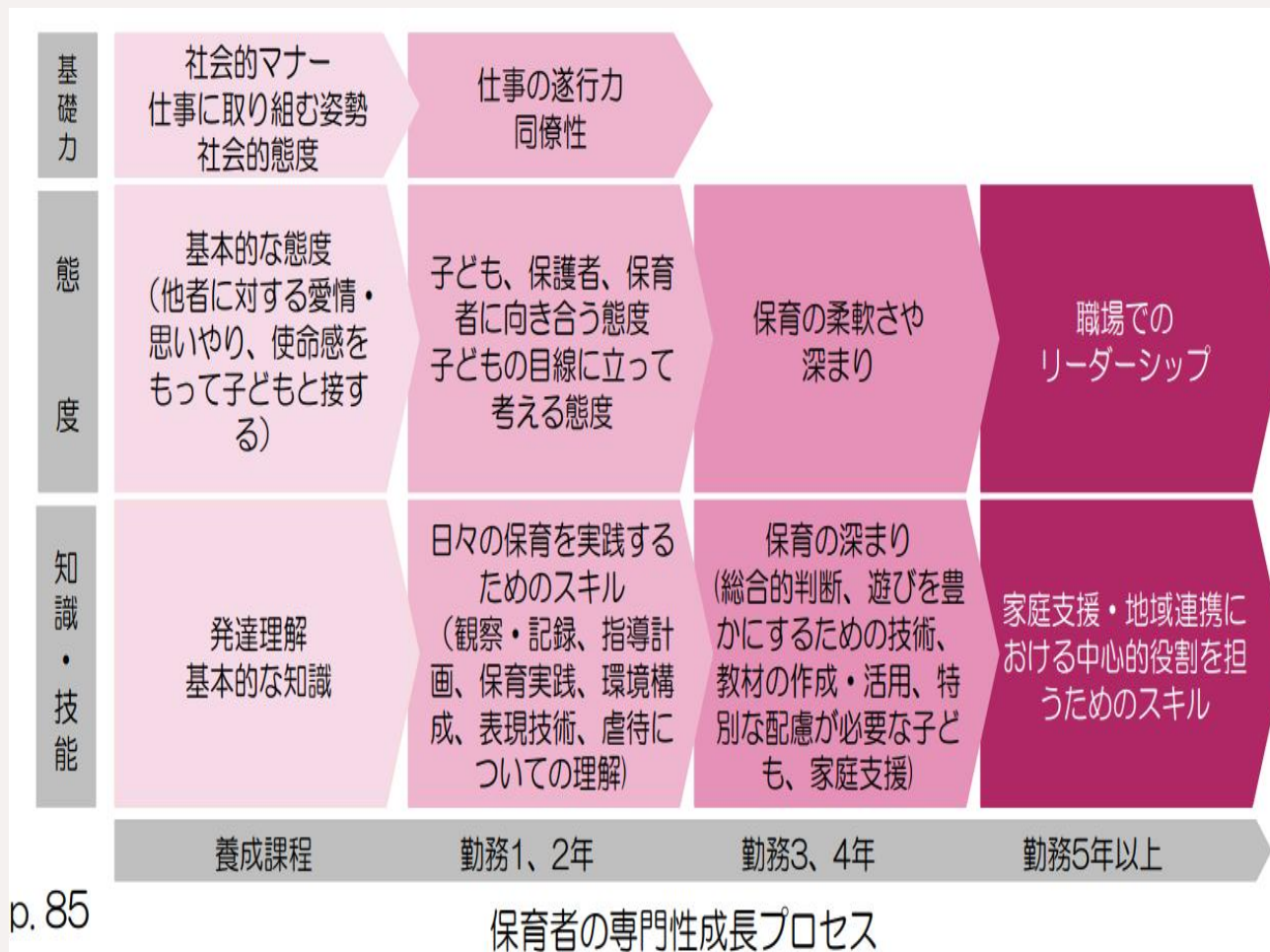
1. 保育者の専門性における「マインド」の位置づけ



知識：～を知っている

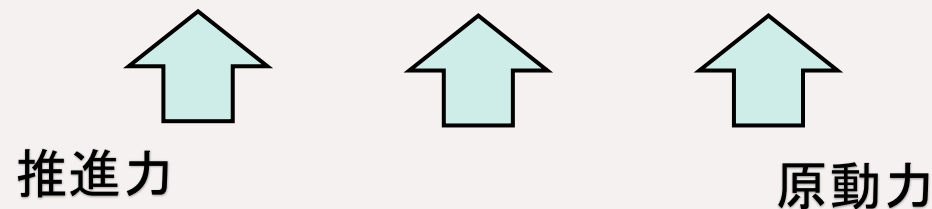
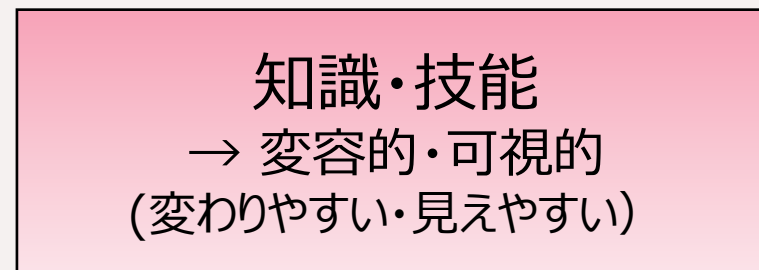
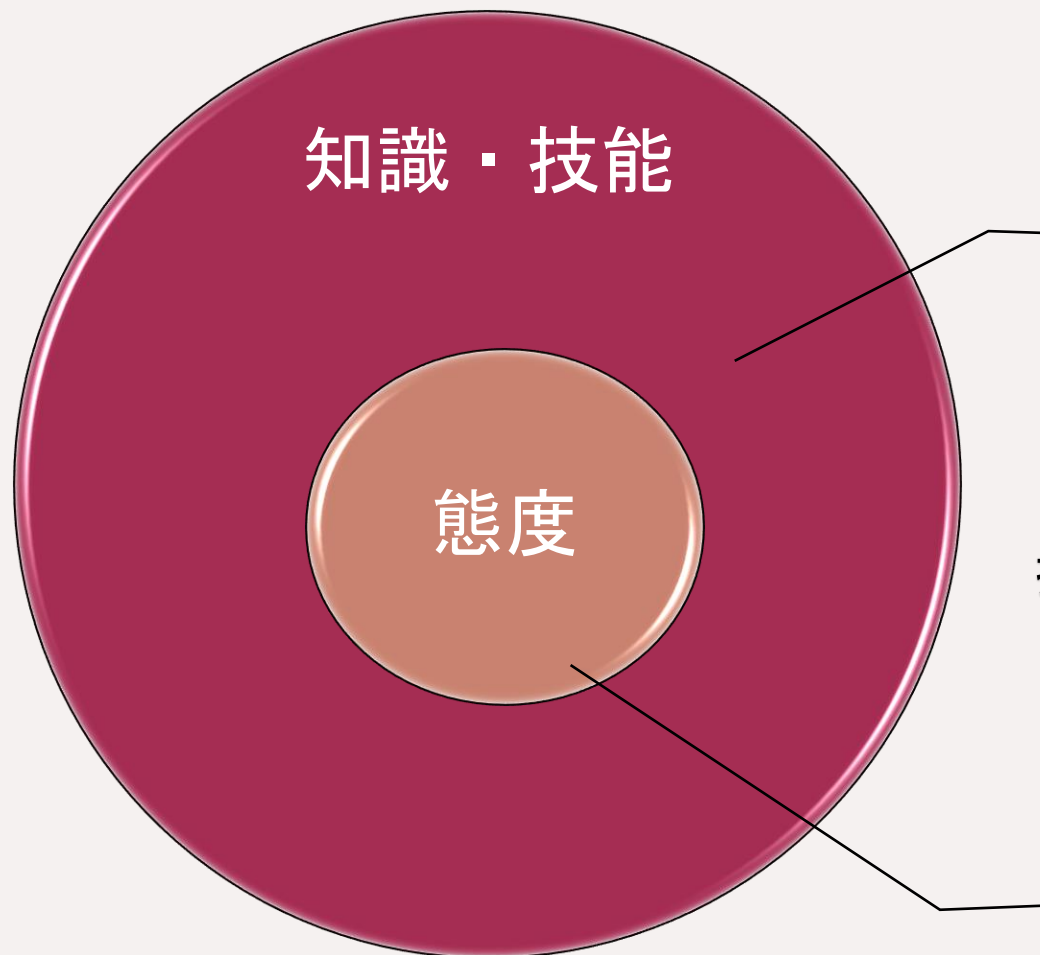
技能：～ができる

態度（マインド）：～しようとする



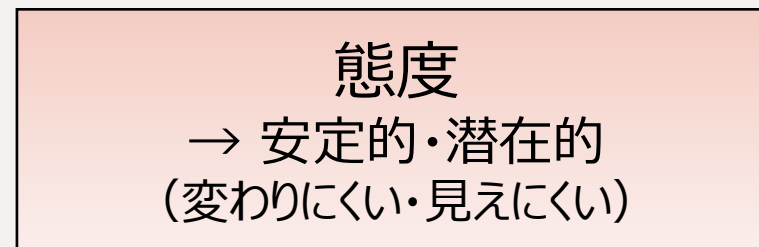
保育実践の基盤としての態度（マインド）

保育実践



マインド

保育者の心のあり方や子どもに向きあう態度



保育者における適性の「同心円モデル」
(金子, 2021を基に簡略化したモデル)

2. 保育現場に満ちた「教育的瞬間」と保育者の出

教育的瞬間 (pedagogical moment)

「子どものために何らかの教育的な働きかけをしなければならない一瞬」(鹿毛, 2007)

教育的瞬間

① 保育者の生きがい

保育者は、乳幼児期の子どもの保育に、毎日全力投球をしている。

乳児が一歳をすぎた頃、人間としての、歴史的な第一歩、自分から歩き出そうとする瞬間に、出会うことがある。

さて、いよいよと、歩きはじめようとするのだが、でも、まだ、だめ…。担任のエプロンをつかんで、なかなか離さない。そして、ついに、歩いた。もう、うれしくてたまらない。「ねえ、ねえ」と、クラスの仲間たちはもちろん、となりのクラスにも話す。

そして、「いまか、いまか」と待ちわびていた母親に、早く伝えたくてしかたない。喜ぶ姿を想像しながら、連絡帳に書く。そして、夕方、「今日、歩けたんですよ」と伝えるとき、**保育者としての喜びをかみしめている。**

『保育とは何か』(p.165-166)

鹿毛雅治 (2007) 『子どもの姿に学ぶ教師』—「学ぶ意欲」と「教育的瞬間」— 教育出版

近藤幹生 (2014) 『保育とは何か』 岩波書店

教育的瞬間に向き合う保育者

教育的瞬間

②偏食ー野菜嫌いー（3歳児）：こだわりの表明

3歳児担任のA保育者は、保育経験二年目である。昨年は無我夢中だったが、二年目も終わりのこのごろ、保育者として自分がしていることをいろいろと考えるようになった。その一つにB男のことがある。

B男は肉とご飯が大好物で、野菜をまったくといっていいほど、食べようとしない。家庭でも困っていて、仕事をもつ母親は連絡帳などを通してA保育者にも協力を求めている。もちろん、A保育者も母親に頼まれるまでもなく、B男の偏食には困っていて野菜を食べるように言うのだが、一向に効き目がない。

ことばで言っても肉とご飯だけ食べて後は遊びだすB男を無理やり席に連れ戻してなんとか食べさせようとするがうまくいかず、そのせいかこのごろ、遊びに誘っても「A先生なんて嫌いや！」と入ってこないことも出てきて、だんだんB男との関係が悪くなってくるような気がしてきた。

『幼児教育への招待ーいま子どもと保育が面白い』（p.10）

教育的瞬間に向き合う保育者

教育的瞬間

③「ヨモギ団子事件」（5歳児）：思いがけないトラブル

5歳児のクラス「ゾウ組」の子どもたちは、近くの土手にヨモギ採りに出かけた。「ヨモギを採ってお団子をつくろう」というのは、ゾウ組の子どもたちが相談して決めたことである。採ってきたヨモギでお団子をつくりはじめた。丸め終わった団子は、子どもたちがお盆にのせて運び、鍋で茹でることにしていた。10時過ぎから2つのグループに分かれて団子をこねはじめた子どもたちは、おやつの団子づくりに一生懸命だった。

「ああっ！！」。11時過ぎ、突然1つのグループから大きな声とため息が聞こえてきた。丸めた団子を茹でるためにお盆で運ぼうとしたとき、リホが手をすべらせてしまい、お盆を床に落としてしまった。

子ども：「あーあ」「1人で持ってたからや」「最悪～、最悪～」「リホが落とした」「リホのせいや」
子どもたちは、悪いのは「リホちゃんだ」とリホ一人を責め続ける。

保育者：「みんなのグループやのに。このグループの人、一緒に考えて」

保育現場に満ちた教育的瞬間と保育者の出

マインド

教育的瞬間に気づく

保育者のいきがい

“はじめての歩いた瞬間”

偏食—野菜嫌い—

“子どものこだわりの表明”

ヨモギ団子事件

“思いがけないトラブル”



意志が働く

保育者の願いを持って子どもの成長を支えようとする



保育者の出

教育的瞬間を的確に捉え、意志をともなう適切な働きかけを行う

3. 保育者の居方と「マインドフルネス」

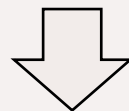
新米教師の小谷先生と小学1年生の鉄三少年の物語

まったくしゃべらない、文字が書けない、暴力をふるう鉄三は、ある時、ハエをビンに入れて飼い始め、さなぎやうじの世話を始める。小谷先生はその様子を見て、ハエを飼うのは不衛生だからやめさせようとするも、鉄三に思いっきり突き飛ばされてしまう。

しかし小谷先生は、両親のいない鉄三にとってハエを飼うことがかけがえのないことだと気づき、鉄三と一緒にハエを研究することに喜びを見出していく。

鉄三は小谷先生とかかわるうちに、文字を覚えたり、クラスのみんなど楽しくおしゃべりをするようになり、ついに「ハエ博士」として新聞で紹介される。

『兎の眼』



「あるがままの姿」を受け入れる



空を飛びたい

社会福祉法人わこう村 和光保育園（千葉県富津市）

【5歳児】

きっかけ

落ち葉を集めて焚いている時に保育者が、集まって来た子どもたちに、「雲と煙の違いって、知ってる？」と問いかけた。袋に煙を集めてみたり、その匂いを嗅いだりしているうちに、**A児**が「俺さ、空飛んでみたい。そうすれば雲のことも調べられるし、ベットみたいに寝られるかもしれないじゃん」と好奇心を膨らませていった。



活動の展開

《どうやったら…》 **計画① 子どもの発想や想像を受け止める**

B児「ねえ、私、空の飛び方なら知ってるよ！！いい本があるから来て！」と、保育者と共に**A児**・**C児**を連れて園の文庫に行く。**B児**「ほら」と『ぼっかりこ』（今井弓子 作/教育画劇）という絵本を開いて見せる。

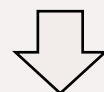
（絵本は、喫茶店のイスに乗ったらイスがクルクル回って空に飛び上がり、雲の上まで行くという内容のもの）

A児「これで飛べるの？」 **B児**「飛べるよ」 **保育者**「じゃあ、やってみようか」と促す。そこで、クルクル回るイスと一緒に探しに行き、事務室で回りそうなイスを発見。**A児**・**B児**「空を飛びたいからイスを貸してください」そして、**B児**が「ほら、これやるの」と絵本を見せると、**事務のMさんは「そう！！飛べたら教えてね」と貸してくれた。**

2階デッキで、交代でイスに乗っては思い切り回してみるが、一向に飛ぶ気配はない。何度も絵本を見ては試してみるが…「回し方が弱いよ」「ちょっと無理かも」「もう！どうやったら飛べるんだよ！？」と子どもたち。



藤井幸雄・中川雄三（1993）『ぼっかりこ ふんわりこ』福音館書店



「**あるがままの姿**」を受け入れる

ソニー教育支援プログラム 保育のヒント 保育実践例

<https://www.sony-ef.or.jp/preschool/pdf/webmag/webmag151-01.pdf>

注目を集める「あるがままの心理学」

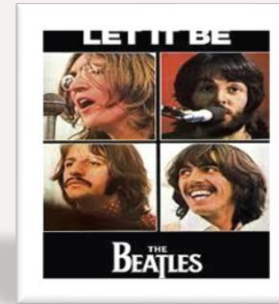
ビートルズ 「Let It Be」の歌詞

When I find myself in time of trouble
苦難の時にいると気づいた時、

Mother Mary comes to me
アリア様が僕のところに現われて

Speaking words of wisdom
素晴らしい言葉をくれたんだ

Let it be
「ありのままがいいんだよ」って



写真：HMV & BOOKS online



写真：https://stat.ameba.jp/user_images/20201112/23/shokodotmc/d6/a2/j/o0715100014850179240.jpg

アナと雪の女王 「Let It Go」の歌詞

Let it go , let it go, Can't hold it back anymore
ありのままの姿みせるのよ

Let it go , let it go, Turn away and slam the door
ありのままの自分になるのよ

何も怖くない 風よ吹け

少しも寒くないわ

マインドフルネス(mindfulness)

マインドフルネスとは、
心のとらわれから解放され、
新しいことに生き活きと気づくプロセス



写真 : <https://thegrowyoungproject.com/prof-ellen-j-langer/>
Harvard University
Ellen J. Langer



エレン・ランガー・加藤諦三 (2009)
『心の「とらわれ」にサヨナラする心理学』PHP研究所



ジャン・チョーズン・ベイズ (2016)
『「今、ここ」に意識を集中する練習』日本実業出版社



写真 : <https://www.pygma.co.jp/blog/c89>

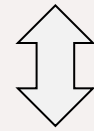
マインドフルネスの著書

仏教の瞑想思想

保育者の居方とマインドフルネス

マインドフルネスな保育者

今起きている出来事や体験に注意が向けられ、
子どもの新鮮な気づきに対して開かれた柔軟な心の状態
→ 「子どものあるがままの姿を見る」



マインドレスな保育者

自分の価値判断に縛られ、今起きている出来事に気づかず、
規則やルーティンに支配された心の状態
→ 「固定観念にとらわれて子どもを見る」

ストレス

性格

指導観

子ども観

4. 保育事例から考えるマインドフルネス

① 走ると危ない！！（4歳児）

2月初旬のある朝、4歳のK君が靴を脱ぐのももどかしそうに、思いっきり保育室めがけて廊下を走りこんできた。…

A保育者は思わず「あぶない！走ってはダメ！！」と、強い口調で叱りつけた。

同じ場面をみた担任のB保育者の反応は少し違っていた。「K君、張り切っているね」と声をかけながら抱き止めた。そして、「お部屋から飛び出してくる子がいると、ぶつかるよ。歩いて行こうね」と言って聞かせている。

K君はしっかりとうなづいて、ニコニコしながら保育室に入ってしまった。

- ◆ A保育者とB保育者のかかわり方の違いはどこにあるのでしょうか？



子どもの心をつかむマインドフルネスな眼差し

A保育者：マインドレス(mindlessness)

自分の価値判断に縛られ、今起きている出来事に気づかず、
規則やルーティンに支配された心の状態
＝「固定観念にとらわれて見る」

→ 「廊下を走る＝いけないこと」 → 子どもの心はなれていく

B保育者：マインドフルネス(mindfulness)

今起きている出来事や体験に注意が向けられ、新鮮な気づき
に対して開かれた柔軟な心の状態
＝「あるがままの姿を見る」

→ 「廊下を走る＝わくわく」 → 子どもの心をつかむ

②落ち葉掃き（3歳児）

11月の秋ごろ、保育者は落ち葉掃きをしていました。
その一方、子どもたちは、先生が集めた山のような落ち葉を、両手で抱えたり足で踏んだりして散らかしています。



マインドレスな保育者
「掃除が片付かなくて困る」
→（子どもへ）少しの間、
あっちに行っておね！



マインドフルネスな保育者
「落ち葉の感触って気持ち良いね」
→子どもが楽しめるように
落ち葉の山を残しておこう！

自分が子どもなら・・・



③せいちゃんの水遊び（4歳児）

水色の洋服を着ている4歳児のせいちゃんと男の子の2人は、保育室の中で、段ボールに水をためてかき混ぜるなどして、水遊びを楽しんでいます（①）。

その様子に気づいた担任の保育者は、少し強い口調で、「お水やるときは、お外でやって。お部屋はみんなが遊ぶのに、これじゃあビチョビチョ」と言い、使っていた段ボールを取り上げます（②）。また、他の子も一緒に水遊びをしていたにもかかわらず、せいちゃん一人に対して、「ここやったでしょ。せいちゃんがやってたよって、お友達から聞いちゃった。これからはお外でやろう」と注意します（③）。

水浸しになってしまった保育室ですが、クラスの子どもたちが協力して、雑巾で床を拭くこととなります。しかし、せいちゃん一人だけは、保育室の床にびちゃびちゃの雑巾を絞って水をたらしたり（④）、水道でコップにためた水をブロックへかけたりして（⑤）、水遊びをまだ楽しんでいる様子です。保育者も他の子と一緒にになって、一生懸命に床拭きをしているため、せいちゃんの様子が目に入らないようです。…



①



②



③



④



⑤

なぜ、マインドレスになってしまうのか？



水あそびを
やめさせること

せいちゃんは
「気になる子」

部屋の
掃除をする

マインドレスな保育者

自分の価値判断に縛られ、今起きている出来事に気づかず、
規則やルーティンに支配された心の状態
→ 「固定観念にとらわれて子どもを見る」

- ✓ 子どもたちの大好きな水遊びが禁止されてしまいます
- ✓ せいちゃんに対する注意がとても厳しくなる
- ✓ 床を拭くことに一生懸命で子どもと向き合うことが少ない

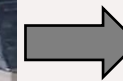
マインドフルネスな眼差しから捉えた「せいちゃんの姿」

マインドフルネスな保育者
今起きている出来事や体験に注意が向けられ、新鮮な気づきに
対して開かれた柔軟な心の状態
→ 「子どものあるがままの姿を見る」



- 手洗い場の鏡に水をかけ「**おーしまい**」と言い、その後、積み木を片付けようとする
- せいちゃんが水遊びから片付けに気持ちを切り替えた**教育的瞬間**
- 自分なりのペースですが、片付けようとする心が育っていることが分かります

おーしまい



ご視聴ありがとうございました。

学びをさらに深めたい方への推薦図書



ジャン・チョーズン・ベイズ (2016)
『「今、ここ」に意識を集中する練習』 日本実業出版社

灰谷健次郎 (1984) 『兎の眼』新潮文庫

黒柳徹子 (1991) 『窓ぎわのトットちゃん』講談社