

子どもへの関わり方が自己制御と感情の育ちに与える影響

Influence of Involvement with Children on Self-Regulation and Emotional Development

芳賀 亜希子

要 約

乳幼児が友だちと関わる際には、自分なりに友だちについて理解して関わっているが、どのような行動や言葉などをてがかりとして他者を理解しているのか。子ども同士で遊んでいる場面で出される子どもの言葉から、他者の理解につながるものを取りあげ、他者の理解のしかたについて考察している。他者を理解する過程で他者の感情にも気づき、自分の感情も理解する経験をもとにして、感情を制御できる力を獲得していく上で、大人の関わりや言葉かけの影響を受けているといえる。本論では、どのような関わりや言葉かけが自己制御と感情の育ちに影響を与えるのか、その関連をみるためのてがかりについて検討した。

キーワード：子どもの自己制御、感情の育ち、自己理解、他者理解、乳幼児期の社会性

1. はじめに

子どもの発達過程においてさまざまな心身の機能が獲得されていく。その中で、周囲の多くの他者と関わり、影響しあう過程で社会に適した行動や態度が獲得されていく社会性が発達していく。この社会性とは、乳幼児期、児童期、青年期にわたって成長していくものであり、大人になってからも発達していくものといえる。親をはじめとして、家族、友だち、地域や教育・保育の場で関わり合う他者と関わり、影響を受けながら、社会化していくのである。

この社会化の過程において、他者との関わりに必要な「他者のことを理解する」ということはどのように育っていくのであろうか。たとえば、他者の認知のしかたについて、対人認知構造の基本3次元として、林は「社会的望ましさ」「個人的親しみやすさ」「活動性」をあげている(林,1978)。この認知構造は大人を対象として考えられているものであるが、乳幼児期においてもこの構造の基礎となるものは育っていると考えられる。乳幼

児期には他者の理解がまだ十分にできない中で、どのような他者の行動や言葉に、他者を理解するためのてがかりを見いだしているのであろうか。これらについてとらえる上で、この3つの次元を指標として調べることは、まず乳幼児の他者の理解のしかたをとらえる上で参考になると思われる。

そこで本論では、生活場面において、子どもの言葉から他者理解につながるような内容のものを取りあげ、他者のどのような言葉や行動をもとにして理解をしているかということについて分析する。そして、乳幼児が普段の生活や遊びの中で、他者を理解する力を、どのような段階を経て、また養育者の関わりからどのような影響を受ける中で獲得していくのか、それらの関連をみるためのてがかりについて検討していく。さらに、他者を理解する過程で他者の感情に気づき、自分の感情も理解する経験をもとにして、自分の感情を制御できるような力を獲得していく上で、大人の関わりや言葉かけはどのように影響するのであろうか。どのような関わりや言葉かけ

が自己制御と感情の育ちに影響を与えるのか、その関連をみるためのてがかりについて検討していくこととする。

2. 子どもの他者理解

2-1. 友だちの行動の理解

幼稚園や保育所での幼児が生活する場面で子ども同士がやりとりする会話から、他者の理解につながると思われる言葉を取りあげた。その中で多くあげられたものは次のような言葉である。

- ① しっかりおかたづけができる
- ② ものをこわしたりしないからえらい
- ③ わすれものをしない
- ④ おもちゃをかしくてやさしい
- ⑤ やくそくをまもってくれる
- ⑥ 順番をまもらない
- ⑦ いつも自分ばかり三輪車にのっているからよくない
- ⑧ こぼれたときとかいつも助けてくれる
- ⑨ なかまにいれてといたらいれてくれるからうれしい
- ⑩ すぐおこらない、すぐおこりだす
- ⑪ うさぎの世話をしていてやさしい
- ⑫ おなかがいたいときにだいじょうぶといってくれるからやさしい
- ⑬ ちいさい子にはやさしい
- ⑭ こわいけどやさしい
- ⑮ 遊んでいるときよく泣く
- ⑯ いつもおもしろいことをいう
- ⑰ わらってばかりいる
- ⑱ 外で走りまわっていて元気
- ⑲ すごく力が強い
- ⑳ あまりしゃべらなくて静かである

以上のような子どもの話した言葉は多くの子どもたちの中にみられた。上記の言葉は子どもの話した通りではなく、たとえば、②については、「A 子ちゃんはね、ものをこわしたりしないんだよ」といったように話した

ことばをまとめたものである。他の言葉も同様である。これらは、普段の生活場面から、聞こえてきたものであるが、単に目の前の場面における他の子どもの行動についてふれて言ったわけではなく、その場の状況をふまえ、お互いの行動の文脈にそって、対象となる子どもについてこれまでに理解したこととして、その子どもの行動特徴や特性といったことについてふれた内容であるにとらえられる。

まず、①の「しっかりおかたづけができる」という言葉は、保育者がクラスの子どもたちに、そろそろかたづけをするように促したところ、B 男は周囲にいた友だちの C 男と D 男について、「C ちゃんはいつもしっかりおかたづけができるんだよ。でも D ちゃんはあるよりやらないんだよね」と発した言葉からとりあげたものである。それぞれの友だちについて「かたづけをする」といったことに対する行動特徴をとらえているといえる。また、言葉として外にはあらわれていなかったが、B 男の表情には、「だから C ちゃんはえらいんだよ、しっかりしているんだよ」といった思いが、その内面に芽生えていたのではないかと推測できる様子が読みとれた。もちろん、これは推測であるが、生活の中で、言葉によるやりとりだけではなく、やがては内面の思いまでも相手とやりとりすることによってコミュニケーションがおこなわれることにつながると考えれば、大人は子どもの内面の思いを受けとめ、その思いを適切な言葉にして、より深い理解について示すことが求められるといえよう。

2-2. 表にあらわれる感情からの理解

次に⑩、⑮、⑰のような、怒る、泣く、笑うといった表情に、感情がともなってあらわれている様子から他者を理解していることもうかがえた。表情の理解は、認知構造の 3 つの次元の一つの親しみやすさに影響を与える（林,1978）。大人は自分にとって相手が親

しみやすい存在かどうかを表情によってとらえ、行動を制御することも少なくないが、子どもも表情に注目するのは同じといえる。

しかし、表情のみではなく、その内面まで把握して理解することは子どもには難しい。大人は内面まで理解し、次の行動を選択することもできるが、表面上の理解にとどまることが多いといえよう。

2-3. 感情の理解と自己制御との関係

また、④、⑦、⑨のような子ども同士の関わり場面において、よくみられる行動から他者の特徴についてとらえている。そして、自分の抱く感情も一緒に示している。とくに⑦については、他者の行動を自分の嫌な思いとつなぎ合わせよくないことととらえている。自分に置き換えて、自己を制御する行動につながる可能性があり、向社会的行動にもつながるので発達上重要であるといえる。この言葉に至るまでに、どのような大人の働きかけの影響を受けたのか、その要因を検討することは、子どもの自己を制御する力を獲得することにつながると考えられる。

もちろんここで理解していることは、ある一つの具体的な行動、自分との関わりの中でよくみられる行動特徴から、その友だちの性格・特性としてとらえているものであるので、大人の他者理解とは違い、一面的な理解にとどまっていることがわかる。

しかし、表に見える行動から他者を理解し、ある場面での自分の感情に気づき、自分はその行動について抑制しようとすることは、人との関わりにおいて重要なことである。

感情の育ちや自己制御能力の獲得は、生活の中で他者を理解する過程において、細やかなとらえができるように子どもが発した言葉に対して補足的な言葉をかけることで促されると考えられる。

3. 他者理解のしかたに養育者のかかわり方が与える影響

②、④、⑦、⑨、⑪～⑭のように、子どもたちは友だちの行動をとらえながら、あわせて人格の特性を表すような「やさしい」「えらい（しっかりしている）」「よくない」といった言葉と組み合わせて他者をとらえていた。ここには、日々の生活の中で、どのような行動が、「やさしい」、または「しっかりしている」「よくない」ものであるのかをこととしているのかがわかる。

子どもたちはどちらかという自分の体験に置き換えることで理解をしているものと思われる。内面化した方がより理解が深まるのではないだろうか。小学校入学前までに自分の感情の理解をできるようにすることはその後、行動する際必要となる感情の制御にもよい影響を与えらると思われる。

4. 子どもの人間関係

4-1. 子どもの人との関わりにおいて気になる行動

子どもの人との関わりにおいて気になる行動として、子育て講座の場であげられたことを以下に示す（芳賀,2012）。

楽しくなるとつい調子にのってはおもちゃを外し、態度が大きくなる。年下の子のおもちゃをとる、年上の子に対し見下した言葉を使う。

児童館や子どもの多い所に行くと、様子を見て親から離れず、少し間をおいてから遊ぶ。おもちゃの貸し借りで子どもたちの間に親が介入し過ぎて子どもに我慢させすぎている。

2歳の子どもの「ごめんなさい」と言えない場面がでてきた。

周りの人の顔色を気にして、様子をうかがい遊びに集中できない。他の子が遊んでいるのを気にしてばかりで、おもちゃを取られても「いや」と言えず悲しそうな顔をする。

子どもと子どものけんかで、かみつき癖のある子にかまれたり、たたかれたりして泣く。

自分からたたくことがなく、気持ちが優しいというより弱い子としてみられる。

子ども自身のおかれた場面での感情と自分の行動への制御がみられ、親の気になることとしてあげられている。

中には普段の生活において、子どもが大人からの関わりにより自己制御し過ぎている可能性を示すものもある。これは、感情が自分自身の行動に影響することの理解と、他者からの反応を引き起こすという対人的な結果の理解（塚本,1997）が十分にできていないことからくるものと考えられる。

自分の感情が自身の態度や行動に与える影響についての知識について検討し、年少児でも否定的な感情は自分の他者に対する態度を否定的な方向に歪め、課題遂行を低下させる、肯定的な感情の場合には、他者に肯定的な判断を下す傾向があり、課題遂行は上昇することを理解している（Harris et al., 1981）。自分の行動を制御する上で、他者の感情だけではなく自己の感情の理解も促されることが重要である。自己の感情をも踏まえて行動をとる、あるいは自己制御ができるようになるためには、自己そして他者という両方の存在からとらえることのできるような養育者の言語的関わりが必要であると考えられる。

4-2. 自己主張への親の対応のしかた

幼児期は子どもの自己主張が強くなる年齢であるので、関わり方にとっても悩んでいる親が多い。受け止めることが大切とわかっていても、実際には感情的になってしまうので、自分の関わり方がよいのかどうか、どのように関わると子どもの育ちにより望ましいかということを知りたいとの思いが多くみられる。子どもの自己制御と感情の育ちに関わるやりとりを以下にあげる（芳賀,2012）。

言葉がでてくるようになるとだめというものをほしがり、おこるとすぐに泣く。

親の言っている意味はわかっているようだが反抗的な態度をとるので怒れる。

自我が強くなってきた子どもにどれくらいあたたかく対応するとよいか考え、1時間以上かかり結局叱ってしまう。

ゆとりをもてないときには怒る、子どもを待てずにやってしまい、結果子どもが反抗してくる。

子どもの示す感情に、大人も自分の感情を統制できず関わる様子がみられる。子どもが自己制御できるためには、まず自分の行動とその場面で生じた感情を理解し、どのように統制することが望ましいかわかること、つまり状況と感情反応の結びつきに関する知識や、表出を統制すべき感情とその場面に関する知識（塚本,1997）が必要となる。

Cole (1986) は、実験場面では4歳児でも年長児と同じように否定的な感情を抑制することを明らかにしている。また児童期の中でも、年齢が高くなるほど感情表出ルールを行動の中により多く取り入れることを示している（Saarni,1979）。

年齢が高くなるほど、感情反応の知識を理解し行動に適切に取り入れることができると考えると、3歳あるいは4歳という年齢から養育者が言葉によって感情反応や状況との関係について伝えることで自分の行動や感情表出の制御に活かすことができいくのではないだろうか。そして、幼児期の養育者の言葉による関わりが適切でなかった場合には、とらえが十分でないまま社会的行動のしかたを学ぶことになるので、児童期以降の感情表出や自己制御に何らかの影響がでてくるのではないだろうか。

5. おわりに

幼児では、自分なりの尺度で他者を理解していることがわかった。とくに、認知構造の基本次元の一つである社会的望ましきという視点で行動をとらえていることが多くみられ

た。これは、保育者や親といった養育者が、子どもが社会化していけるようにしつけを行っていること、集団活動の場で道徳的・愛他的行動などの社会的行動がとれるようにするために関わっていることが影響をしていると考えられる。子どもにとっては養育者からの関わりの中で、自分自身の生活に結びついている事柄と関連づけながら、他者について理解している。

次の段階として、その他者の行動が望ましいものであるのか、そうでないのかという善悪を判断する力や、表にあらわれている行動にともなって生じている友だちの感情をとらえる力をのばしていくことが重要であると思われる。愛他的行動を必要とする場面は共感性という感情要因が重要であるとし、共感性は他者と自己との認知された意識の相互作用を通して生み出されるものであるとし、共感性の認知的側面と情動的側面を強調している (M.L.ホフマン, 2001)。現在では、共感性とは相手の感情の理解と感情の共有という認知的側面と情動的側面をあわせたものであるといわれていることから、他者の行動の理解ができるようになる認知能力の発達し始めていく4歳児頃からは、あわせて相手の感情の理解が可能となるような養育者の援助が大切であることを意識することが求められる。日々子どもとの関わりの中で、養育者は場面の状況や事柄の善し悪し、またそう判断する理由などを理解できるような言葉かけをすることが多いが、そのときの他者の感じている気持ちに気づくような働きかけをすることが重要であると考えられる。表にあらわれる行動をとらえられるだけではなく、見えにくい相手の気持ちが適切に読みとれることの大切さを再認識し、関わる大切であるといえよう。

今回得られた子どもの他者を理解する様子をふまえ、大人の働きかけが子どもの感情の理解や行動の制御にどのように影響を与え

るのか、養育者の言葉かけとの関連について検討していくことが求められる。

また、幼児期は比較的素直に自己統制力の様子が行動に表われるが、児童期以降は認知的に入り組んだ自己統制力の姿が表れることとなる (畠山、戸田, 2000)。測定方法の困難さから判断することが難しくなる児童期より前の幼児期の段階での自己統制力と、その獲得に影響を与えると思われる大人の関わりをできるだけ具体的にとらえることは、子どもにどのような養育的態度をとればより適切な自己制御ができるのか、あるいは適切でない制御をすることが少なくなるのかについて明らかにできることに繋がるとと思われる。

また、単に抑制、我慢している自己制御と、生きていく上で必要となる抑制をわけて、幼児期の自己制御力をみていく必要がある。

私たちは社会のあらゆる場面において自己制御を求められる。状況に応じて、様々な感情、思考、行動の意図的な制御を行っている。自己制御と実行機能の関連を指摘する研究がふえつつあり、これは感情制御、思考制御との関連も示されつつある (服部, 2015)。

幼児期においてはまず感情制御の影響について考え、実践場面における自己統制と感情制御に影響を与えている養育者の関わり、特に子どもの行動をどのように理解し言葉をかけているのか、子どもの共感性という視点を踏まえた言語的関わりとの関連をみるために、事例検討を積み重ね、明らかにしていくことが今後の課題である。

引用／参考文献

- Cole, P.M. Children's spontaneous control of facial expression. *Child Development*, 57, 1309-1321 1986
- Harris, P.L., Olthof, T., & Meerum Terwogt, M. Children's Knowledge of emotion. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 22, 247-261, 1981

芳賀亜希子 子育て支援事業に参加する親への支援のあり方の検討 浜松学院大学短期大学部研究論集 8,57-63,2012

畠山和也・戸田須恵子 青年前期における自己統制力質問紙作成の試み 北海道教育大学紀要（教育科学編）51,75-89,2000

服部陽介 自己と他者に関する思考・感情の意図的抑制と実行機能 心理学評論 58,115-134,2015

林文俊 対人認知構造の基本次元についての一考察 名古屋大学教育学部紀要（教育心理学科）25, 233-247, 1978

Martin,L.Hoffman Developmental synthesis of affect and cognition and its implications for altruistic motivation. *Developmental Psychology* 11, 607-622 ,1975

M.L.ホフマン 菊池章夫 二宮克美訳 共感と道徳性の発達心理学 川島書店 2001

Saarni,C. Children's understanding of display rules for expressive behavior. *Developmental Psychology*, 15,424-429 1979

塚本伸一 子どもの自己感情とその自己統制の認知に関する発達的研究 心理学研究, 68, 111-119,1997