

# 1 歳児 D の情動調整における 「興味の転換」方略の効果と役割

深津 さよこ

## The Effects and Role of “Distraction” Approach in the Emotion Regulation of one-year-old infants

FUKATSU, Sayoko

### 要旨

乳幼児期に、養育者によってどのように情動を調整されたか、その経験の積み重ねが自己の情動調整の方略選択に影響していると言える。養育者が用いる情動調整の方略について、子どもの個人内要因や養育者との相互作用について、またその文脈についてのさらなる知見の積み重ねが重要であると考えられる。本研究では、ルールを破る場面において、情動調整が必要とされた D 児を対象に、保育所にて 3 か月間の自然観察を行った。D 児に対する養育者の情動調整方略のうち、「興味の転換」に焦点を当て、2 つのパターンを見出した。その効果と役割を検討した結果、D 児の情動を瞬間的に立て直し、次の遊びへ誘う効果が確認できた。またそこには、対象児の行動特性と 1 歳児の発達特性の理解が関与していることが結論付けられた。「興味の転換」は、発達初期の子どもの情動調整に効果があるだけでなく、子ども自身が将来においても活用できる方略であると考えられる。

### キーワード

1 歳児、保育者、保育所、興味の転換、情動調整

### Abstract

It can be said that the approach once chooses for one's own emotion regulation is influenced by how emotions were regulated by caregivers in infancy, and the accumulation of this experience. It is important to accumulate further knowledge about individual factors concerning children and their interaction with caregivers, as well as the children's attitudes toward emotional regulation used by caregivers. This study conducted a three-month nature observation at a day-care center for child D who required emotion regulation when it violated the rules. Among the strategies for emotion regulation employed by caregivers for child D, two patterns were identified, focusing on “distraction.” Examining its effect and role, I was able to confirm the effect of instantaneously rebuilding the emotions of child D and encouraging them toward the next form of play. It was also concluded that this action was linked to an understanding of the behavioral characteristics of the target child and the developmental characteristics of one-year-old infants. “Distraction” may not only be effective in regulating the emotions of children in the early stages of development but may also be a approach that children themselves can utilize in the future.

### Key words

one-year-old infant, caregiver, day-care center, distraction, emotion regulation

## 1 問題と目的

昨今、21世紀型スキル (Binkley, 2011) や Education 2030 (OECD, 2018) に基づいた乳幼児の育ちの根幹として、社会情動的スキルに注目が集まっている。非認知能力である社会情動的スキルは、自己の目標の達成や、情動の抑制、他者との協働という三つの要素で構成されており、これらのコンピテンシーが乳幼児期にどのように発達するのか、またその際に必要な支援とは何かについて検討する必要がある。社会情動的スキルは、早期介入の効果と共に、生涯にわたる発達という特徴があり、このことは日本の保育の方向性にも影響を及ぼしている (厚生

労働省, 2017)。「情動 (emotion)」とは、人間の感情の中のひとつの反応であり、基本的に行動と強く結びつく一過性のものであると考えられており、社会情動的スキルは、自身の感情を他者に伝えたり、思い通りにならない時でも辛抱したり、頑張ったりする能力が含まれており、そこには情動調整能力が関連していると言える。情動調整 (emotion-regulation) とは、自己に生じたネガティブな情動を多様な方略を使用して調整・制御することを言う (Gross, 2013)。現在では、情動が徹底的に抑制され、制御されることは、心身の不健康に結びつくと考えられており、適度に制御・調整されることが望ましいと

いう考え方が一般的である (Scherer, 2007)。

情動調整は、乳児期よりすでにスタートしている。生後初期においては、空腹などの生理的欲求から生じる不快感を乳児は“泣き”という手段を使って表現し、その不快感を養育者に取り除いてもらったり、調整してもらったりすることから始まる。次第に、探索活動など社会に関わろうとする行動が乳児自身に芽生え、それが規範的、道徳的に反する行動である場合には、養育者はなんらかの形で制御したり、調整しようと試みる。これらは、乳児にとって自己の欲求の実現を制限される経験となり、泣いたりぐずったりして平常時の情動とは異なるネガティブな情動を表出させる。養育者は様々な方略を用い、このネガティブな情動を調整しようと試みるのである。

Saarniら (1989) は子どもの情動調整に関し、「感情を表現する振る舞いは、特に社会的文脈の中で、他者とのやりとりにおいて発達する」とし、それは、「相手の意図の理解と文脈を結合して表現される」と述べている。つまり、情動を調整する能力は、他者との関わりによって発達し、同時に他者を理解したり状況を把握したりする能力につながっていくことがわかる。このように、発達初期に、自己の情動を他者との相互作用を通じて調整する経験は、子どもの社会化過程において重要であり、養育者との社会的な相互作用の質によって強い影響を受けることが示唆されている (Mikulincer, 2003)。

情動調整に関する研究では、自己に生じた情動をどのように認識し取り扱うか (個人内情動制御) について議論されてきた。しかし、近年では、他者の情動の制御や調整 (対人的情動制御) の重要性が示唆されており (Zaki & Williams, 2013)、情動調整をする側とされる側との関係性にも注目が集まっている。その関係性とはアタッチメントであり、アタッチメントは、「一者の情動状態の崩れを二者の関係性によって制御するシステム (dyadic regulation system)」 (Schore, 2001) と捉えられている。また、Emde (1989) もまた、情動的な関係の中で、良い・悪いといった基準を取り込むことが、道徳的な自己を育むうえで不可欠であると論じており、情動的なつながりのある養育者が作る環境は乳幼児にとって極めて重要であることがわかる。発達初期の情動調整に関する研究の対象者は、情動調整をする側が母親であるか保育者であるかに分かれ、また、対象年齢によってその方略が異なることが明らかとなっている。保育者と母親が行う情動調整の方略には違いが見られ、後者は、アタッチメントの傾向 (蒲谷, 2017) や情動の読み取りの能力 (星, 1997) に影響され、また、3 から 5 歳児についての発達評定では、養育者の評定の方が保育者よりも高い (山際, 2017) など、それぞれによって違いが見られている。一方、保育者が用いる具体的な方略は、2・3 歳児対象では、背中をさするなどの身体的接触や注意の転換が行われ、4・5 歳児対象では言語的対応がなされていることが明らかになっている

(Ahn & Stifter, 2006)。また、幼稚園の 4 歳児を対象とした研究では、あえて関わらないという方略を意図的に選択していることも明らかとなっており、そこには自己の情動を自律的に制御する経験を保育者が子どもに期待していると推察されている (田中, 2015)。

発達早期から子どもが経験する情動調整であるが、保育者が行う情動調整についての研究で、乳児期の情動に焦点を当てたものはほとんどなく、すでに多くの情動調整を経験している幼児期に集中している。Shonkoff (2000) は、脳の感受性において、情動調整に関する能力は、出生時から 1 歳半が発達のピークであることを示している。他の能力に比べ、情動調整は発達のピークが早く、どの能力よりも先に敏感期が減退していく様子がうかがえる。つまり、出生時から 2 歳前までの期間における養育者との相互作用が重要なのであり、子どもにとってこの時期に経験する養育環境が大きい影響を及ぼす可能性がある。1 歳前後のこの重要な時期に、養育者からどのような情動調整を受けているか、その意義について明らかにする必要があると考える。

また、社会基準の取り込みは生後間もない頃から始まる。Bloom (2013) は乳児が生得的に道徳感の基盤を備えているとし、そのため、養育者は文化的な価値に基づいた社会基準を伝達しやすくなる。養育者の社会的ルールの伝達を受け、子どもは徐々に社会基準やルールを理解し、経験と共に内在化させていくと考えられる。また、保育所では、他児が存在するため、家庭では経験しづらい「遊具の取り合い」や「横入り」などの場面に出会い、先行所有の権利や順番などの社会的ルールに出会うこととなる。これらのルールに子どもが出会ったとき、保育者からの行動制御を受け、思い通りにならないという葛藤を体験し、泣いたりぐずったりとネガティブな情動を表出させ、自己の欲求を通そうとする。保育者は、0 から 1 歳の子どもの反応を見ながら、ルールの伝達を行うが (深津・岩立, 2019)、その際に子どものネガティブな情動が生起する場面が見られている。このような子どもの自己の欲求と社会的ルールが対立しやすいルールの伝達場面を対象とすることで、規範的、道徳的ルールの遵守の価値を伝達しつつ、子どもの行動を制御し、その時に生じた情動を調整するというふたつの側面をもった保育者の情動調整の特徴を探る必要があると考える。

さらに、成人の研究であるが、情動の生起のしやすさや情動調整の方略選択には個人差が関連していることが示されている (Garnefski & Kraaij, 2007)。どの情動調整方略を頻繁に使用するかが、ネガティブなライフイベントに適応できるか否かに関連しており、自己批判や反芻よりも、認知的な再評価などが個人の幸福を促進すると考えられている。つまり、情動調整に関する他者との相互作用は、子ども個人の特性によって異なる可能性が推測でき、全体的な傾向ではなく、情動調整を必要と

する個人に焦点を当て、その相互作用の質を検討していくことが重要である。

以上より、本研究は、発達初期の情動調整に焦点を当て、1歳児の子ども個人にネガティブ情動が生じた際に、どのような方略を使用して保育者がそれを調整しているのか、また、その方略の効果と役割について明らかにすることを目的とする。

## 2 方法

### 参加者と倫理的配慮

2017年7月から9月において、週1回、9時半から10時半の間、都内保育所の0歳児クラスにて、自由遊びの様子（保育室や戸外）をビデオ撮影にて記録した。事前に予備観察期間をとり、観察者やビデオの存在に慣れてもらうよう配慮した。

0歳児クラスに在籍している子どもは9名であり（A～I児）、男児4名、女児5名であった。観察開始時の平均月齢は12.7か月であった。また、0歳児クラスの担任保育者は3名であり、すべて女性で有資格者である。経験年数は、クラスリーダーのJ保育者が25年、K保育者が10年、L保育者が5年である。

観察対象の保育者、子どもの保護者には紙面にて研究の目的と方法を知らせ、同意を得た。また、東京学芸大学倫理委員会（No.249）及び聖徳大学ヒューマンスタディに関する倫理委員会（NO.H29U022）にて研究の承諾を得た。

### エピソードの抽出

0歳児クラスの日常場面にて、保育者と子どもの自然な関わりを記録し、その中で、保育者がルールを伝達する場面をエピソードとして抽出した。保育者と子どもとの関わりを、言語・表情・視線・ジェスチャー等を写真と共に文字記録として起こした。

さらに、その中で子どもが不快な声をあげたり、泣いたり、ぐずったりし、ネガティブに情動を変化させたエピソードを「情動変化あり」のエピソードとし、分析対象とした。中には、興奮したり喜んだりするポジティブな情動が生起するエピソードもあったが、保育者との相互作用というよりも、他児との模倣がひとつの要因として挙げられると考え、今回は分析対象外とした。

また、保育者がルール伝達行為とは別に、子どもの情動を調整するための言動と考えられる保育方略を情動調整方略とした。

これらのエピソードについて、大学院生1名が無作為に選んだ20%のエピソードについてビデオを視聴し、子どもの情動表出や保育者の情動調整について確認した。そのうち、解釈が不一致であった4%については、協議の上、解釈を決定した。また、子どもと保育者の相互作用に着目する点から質的分析を主とし、量的な分析は、おおよその特徴を捉えるために参考とした。

## 3 分析対象児の選定

ルール伝達場面は全部で90エピソードあり、そのうちネガティブな情動変化が見られたエピソード数は22であり、全体の24.4%であった。Figure 1のように、ルールを伝達された際のネガティブな情動変化の有無を個別に示すと、D児が突出して多いことが明らかとなった。D児においては、保育者からルールを伝達された際、70.8%の割合でネガティブな情動が生起していることが明らかとなった。

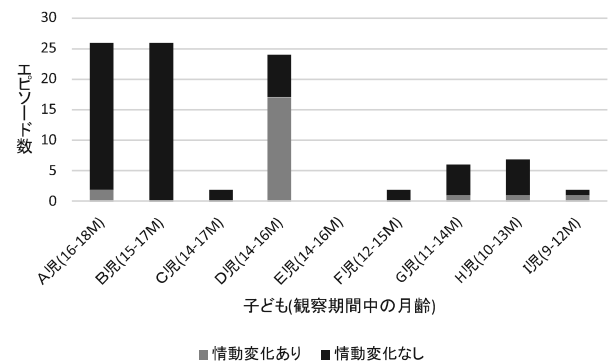


Figure 1 ルールを伝達された際のネガティブな情動変化の有無の個人差

注 複数の児が関わったエピソードはそれぞれでカウントしている。

また、A児、B児については、D児以上にルールを伝達され注意されたエピソード数が多いものの、保育者からの対応を受けた後の情動表出が異なる。A児とB児は言語での説明、身体接触での制止などにてルールを伝達された際、自分の行為を変化させることができる傾向にある上、表情の大きな変化も特になく、次の行為や遊びへと移ることができていた。しかし、D児はルールの伝達時に行動を制止させられると、不快な声や泣き声をあげたり、伏したりのけぞったりすることが多い。このようなD児の特性を踏まえ、保育者はD児の情動を調整し、ネガティブな心的状態からニュートラルもしくは、ポジティブな心的状態へと変化させる必要が出てくる。D児においても、保育者からの情動調整を大きな支えとして日常生活を送っていると推測できる。本研究では、ネガティブな情動を頻繁に生起させ、保育者からの情動調整の機会に多く出会うD児を分析対象とし、ネガティブな情動変化が起きた全22エピソードのうち、D児に情動変化が起きた17エピソードについて検討する。

## 4 結果と考察

### (1) 保育者のD児への情動調整方略の種類

まず、D児に対して、保育者はどのような方法でD児の情動調整を行っていたのかを確認するため、保育者が行った情動調整方略を7項目に分類した（Table 1）。言語的情動調整は2項目（1～2）であり、非言語的情動調整は4項目（3～6）であっ

た。「ポジティブ情動の表出」は言語を伴うが、身振り手振りも含めポジティブな雰囲気を作り出している様子から非言語情動調整に分離した。これら以外にも「その他」として、「依頼」「謝罪」「励まし」「原因の除去」などがあったが、それぞれ1度のみの対応であったため、「その他」に分類した。それぞれの項目がひとつのエピソード内で複数使用されている場合は、それぞれでカウントした。(例えば、「楽しかったね」と言いながらひざに座らせた”場合は、「共感」と「スキンシップ」でそれぞれカウントした。)

その結果、すべての情動調整方略で、最も使用されていたのは「興味の転換」であり、全体のおよそ1/4を占めた。その次に「確認・説明」「スキンシップ」であり、全体の13.7%であった。

Table 1 保育者のD児への情動調整方略の種類

	NO	項目	回数	例
言語的 情動調整	1	確認・説明	7	「それ食べれないもん」「お片付け(だね)、ないない」
	2	共感・代弁	5	「楽しかったね」「いやなんだ」
非言語的 情動調整	3	スキンシップ	7	ひざに乗せる、抱っこする
	4	ポジティブ情動の表出	5	歌うように言う、ふざけた口調で言う、笑いながら言う
	5	興味の転換	13	他の遊びや場所に誘う、揺らす、音を出す、体位を変える
	6	見守り	5	側や離れたところで見守る、D児から離れる
他	7	その他	9	依頼・謝罪・励まし・原因の除去など

(2) 場面別の情動調整方略

次に、ルール伝達場面に関し、どのような内容のルール伝達がD児のネガティブな情動を生起させているのかについて整理した。D児が情動を変化させる原因を整理すると、「(保育者からの)危険防止」「遊具の取り合い」「着脱拒否」「(他児との)交代拒否」「マナー違反」「片付け拒否」「その他」の7場面に分けることができた (Figure 2)。「危険防止」では、D児が砂を口に入れたり、動物に接近し過ぎた時などにその行動を保育者から止められ、泣いたりぐずったりしており、全体の26.1%を占め最も多かった。「遊具の取り合い」では、他児が所有する遊具が欲しくなり、保育者の対応後に情動変化を起こしていたが、特定の他児との関連はなく、全体の11.8%を占めた。着脱拒否は17.6%、交代拒否は11.8%、マナー違反は2.0%、片付け拒否は7.8%であった。「その他」には「感嘆詞(あ!などの大きい声で子どもの注意を引き付ける)」や「呼称(○○ちゃん!と名前を呼んで行動を制止させる)」などが含まれる。

以上の結果から、D児が情動をネガティブに変化させやすい場面は危険防止場面や着脱拒否場面であり、安全や生活に関するルールに違反した結果、ルールを伝達されていることがわかる。また、対人関係に関する遊具の取り合いや交代拒否が次点

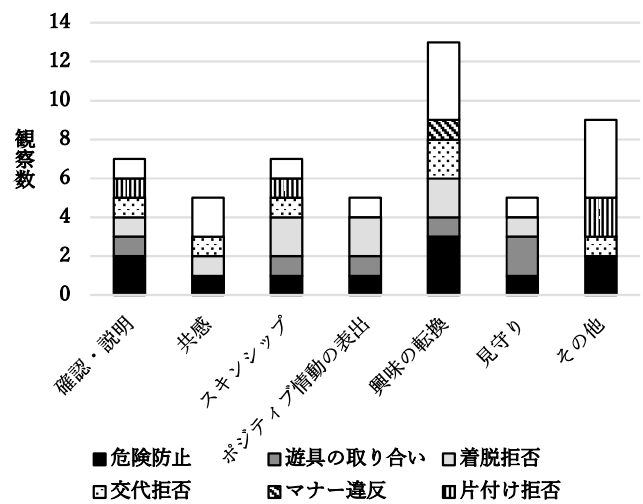


Figure 2 場面別の保育者が行う情動調整方略数

であり、他児との関わりの中で自己の欲求を通そうとしている様子が見られる。

さらに、場面によって保育者が使用する情動調整方略の違いを見てみると、危険防止場面においては、すべての方略を使用しつつも「興味の転換」方略を使用することが多く、危険であることを伝達したら、他の遊びなどに誘ってD児の気分を変えていることがわかる。また、着脱拒否場面では、「スキンシップ」をとりながらも、その場の雰囲気を変える「ポジティブ情動の表出」や「興味の転換」などの方略を使用する傾向が見られた。

(3) 「興味の転換」の役割と効果

保育者が情動調整のため、D児に最も多く使用する方略は「興味の転換」であり、全体の25.5%であった。「興味の転換」は対象児の興味や関心を意図的に他のことに向け、気分を変えたり、気晴らしをしたりすることであるが、意識を向かわせる「他のこと」について、2つのパターンが見出された。それは、①他の遊びや遊具を提示するパターンと②他の場面へ誘うパターンであった。その他にも、バギーを揺らすなどの方略が見られたが、ごく少数であったため、この2つのパターンを代表的なものとして分析する。①遊びや遊具を示す場合と、②新しい場所を示す場合とでは、その効果や役割が異なっていると考え、以下に、2つのパターンの具体的エピソードの分析を試みた。なお、実線\_\_\_はD児の情動変化を示し、波線~~~~は分析対象となる保育者の情動調整方略を示したものである。ここでのエピソードは、D児が情動をネガティブに変化させやすい代表的な場面の中で、保育者が興味の転換を他の情動調整方略と組み合わせて使用しているエピソードを選択した。

①他の遊びや遊具を提示するパターン

エピソード9 危険防止場面
2017/7/4 D児 14か月

散歩先で他児の模倣をし、D児も小枝を口に入れようとするが、L保育士がD児の小枝をつかみ口へ入れないようにする。しかしD児はその手を払いのけ、また口に入れようとする。そのやりとりを2度繰り返す。L保育士は小枝から手を放さず、D児と取り合いになる。D児は口に小枝を入れられず、地面に座ってぐずり出す<sup>(1)</sup>。近くにいたK保育士は笑いながら、「だってそれ食べれないんだもん」と言う<sup>(2)</sup>。L保育士はD児が持っていた小枝を手に取り、その小枝で地面に絵を描きだす<sup>(3)</sup>。K保育士はポケットからシャボン玉を取り出し、D児のまわりに吹き出す<sup>(4)</sup>。D児は地面に描かれていく絵を見つめ、落ち着いていく。

危険防止に関するこのエピソードでは、他児の模倣をし小枝を口に入れたかったD児であるが、保育者に何度も止められ、(1)のように、地面に座ってぐずり出す。しかし、その様子を見ていた他の保育者が(2)のように「ポジティブ情動を表出」させながら、食べてはいけない理由を「確認・説明」という方略を使用して伝える。面と向かって「危ないから食べちゃだめ」と否定的に伝達する方法もあっただろうが、K保育者はポジティブな方略を選択する。この理由として考えられることは、すでにぐずっているD児の姿に対し、否定するような対応をすると、D児の特性から、さらにぐずりを激しくすると推測したのかもしれない。L保育者が、それ以前に言語的注意をしなかったのも、D児の行動を否定するような対応は事態を悪化させる(結果としてぐずったが)と考えた可能性がある。また、ルールの伝達を一度きりにとどめ、下線(3)(4)のような連続した情動調整の方略の実施は、「地面に絵を描くこと」や「シャボン玉が浮かぶ様子」などの視覚的で動的な刺激を用いており、ネガティブな雰囲気から、明るくポジティブな雰囲気に徐々に変化させ、D児の情動を立て直そうとしたと考えられる。また、地面での描画もシャボン玉も、D児自身が主体的に遊べる内容である。D児の運動発達過程においても、適した遊びへの誘いであることがわかる。D児にはルールの理解ができると判断した可能性から(2)のようにルールを言語的に伝達し、しかし、1歳児という自己の欲求を押し通そうとする姿を「そのような発達過程にある時期」と肯定的に受け止め、ルールの遵守よりも、次の遊びへの気分の切り替えを重視したと考えられる。

## エピソード22 交代拒否場面

2017/7/11 D児 14か月

K保育士は、室内のボールプール内で遊んでいたD児を抱っこしてプールの外に出しながら「すいません、交代です」と言う。D児は「う〜」と不快な声をあげ、プールの方に体を向ける<sup>(5)</sup>。K保育士は「うん、いたかった。楽しかったね」と言い、D児を自分の膝の上に乗せる<sup>(6)</sup>。D児は「あ〜」と不快な声を

あげ続け、全身を動かして、プールの方へ行こうとする<sup>(7)</sup>。K保育士は「あ〜、楽しかったね」と言いながら<sup>(8)</sup>、D児を離さないようにする。(中略)K保育士は「よし、Dさん、(ボールを)拾いに行こう」と言って、D児を立てせようとする<sup>(9)</sup>が、D児はのけぞる<sup>(10)</sup>。K保育士はD児を置いて、離れたところでのボール遊びに誘う<sup>(11)</sup>。D児は目の前にころがってきたボールをつかみ、K保育士のもとへ行き遊び始める。

ボールプールで遊びたかったD児であるが、他児との交代のため外に出ることになり、下線(5)のように情動をネガティブに変化させた。この姿に対し、K保育士は下線(6)のように「いたかったね」とD児の思いに「共感」し、ひざの上に乗せるという「スキンシップ」をとる。D児の情動が下線(7)のようにネガティブな状態のままであり、保育者は下線(8)のように「楽しかったね」と再度D児の思いに「共感」している。このように、D児の思いに共感したり、スキンシップをとって安心させたりする方略を行っていたが、D児の情動はネガティブなままである。様々な方略を用いても、D児の情動が変化せず、「プールに入りたい」思いを引きずっていることから、K保育者は方略を変える。それは、下線(9)のようにボール遊びに誘うなどの「興味の転換」を行ったのである。しかしD児は言語的な誘いだけでは、下線(10)のように拒否の思いを表わしている。さらにもう一步、K保育者は下線(11)のように、「興味の転換」を視覚的に示すことにした。実際にころがってきたボールを見ることで、D児の「プールに入りたい」思いは薄まり、情動が立て直されている様子がうかがえる。集団生活では、0歳児クラスであろうと、順番は大切なルールである。今回はD児の思いに共感しながらも、D児の情動を立て直そうとボール遊びへ誘う様子があった。エピソード9の地面への描画やシャボン玉と同様に、視覚的で動的な遊びの提示は、視線を向けやすく、気分を変えやすいという特徴がある。また、このようなボールのやりとりはD児自身にも行える遊びであり、保育者とのキャッチボールは、保育者と一緒に遊べるというさらなる楽しみも内包されている。

## ②他の場面へ誘うパターン

エピソード28 その他の場面

2017/7/11 D児 14か月

(エピソード22の続き)ビニールボール遊びの片付けの時間になったが、D児はまだ遊びたかった様子で、ぐずり出す<sup>(12)</sup>。K保育士は「そうか、そうか」と言ってD児を抱き、ひざの上に乗せる<sup>(13)</sup>。D児は落ち着いていく。J保育士は片付けをしながら「またやろうね〜」と言う。K保育士は「そんなに楽しかった？」とD児に言う。K保育士はシャワーの準備のため、D児を床に降ろす。D児はまたぐずり声をあげる<sup>(14)</sup>。K保育士は「ご

めん、今、お水（聞き取り不能）」と言って行ってしまう。D児のそばにすぐにJ保育士が来て、「Dちゃん、のど乾いたよね。お水、飲んで、そして体温計ってシャワシャワ（シャワー）しようね～」と言いながら、D児をひざに乗せる。J保育士はD児を抱っこし、水を飲む場所へ行く<sup>(15)</sup>。水をわたされ<sup>(16)</sup>、飲み始めると落ち着く。

まだ遊び続けたかったD児であるが、片付けが始まると下線(12)のようにぐずり出す。K保育士は下線(13)のように「そうかそうか」とD児の思いに「共感」しながら、D児をひざに乗せている。その安心感からか、D児はネガティブな情動を落ち着かせている。しかし、K保育士が次の場面の準備のためにD児をひざから降ろすと、下線(14)のようにD児は再びぐずり出す。D児はひざの上に座るという「スキンシップ」によって、遊びたかった欲求を和らげ、気持ちを切り替えようとしていたのである。「スキンシップ」がなくなることは、気持ちの支えがなくなることとなり、再びネガティブな情動を呼び起こしてしまったのだろう。そんなD児に対し、下線(15)のように、今度はJ保育士がD児をひざに乗せる。その後、J保育士は「興味の転換」であるシャワーの場面をD児に想起させ、抱っこをして他の場所へ連れて行くのである。この抱っこもまた、「スキンシップ」である。床に降ろして、歩いて連れて行くことも可能であったはずであるが、K保育士がD児と離れたことで情動がネガティブになったことをおそらく見ていたJ保育士は、この状態のD児には「スキンシップ」が必要であると判断し、ひとつの情動調整方略として使用したのだろうと推察される。今回の情動調整は、目の前に具体的な刺激を提示するわけでもなく、言語的な説明によって、他の場面を想起させている。①他の遊びや遊具を提示するパターンよりも、イメージの共有という点で高度な方略であることがわかる。D児の情動を一瞬で変化させた「興味の転換」は下線(16)の水をわたす場面である。今までの情動調整が徐々に効果を発揮していた上に、この情動調整はD児のネガティブ情動を一瞬で変化させたと考えられる。

### エピソード33 着脱拒否場面

2017/7/18 D児 14か月

室内から外へ行く準備の最中、D児が帽子を頭に乗せられるが、被るのが嫌で脱ぐ。L保育士は「（聞き取り不能）」と言って、帽子をD児に被せる。D児はL保育士の顔をじっと見るが「ふえ～」と泣き声を発し始める<sup>(17)</sup>。そしてまた脱ぐ。L保育士はまた被せるが、D児が脱ごうとするので、帽子を押さえる。D児は指を口に入れて、「う～」と泣き出す。D児は声を大きくしながらL保育士から離れ、K保育士のもとへ行く<sup>(18)</sup>。K保育士は、D児に「（聞き取り不能）」と話しかけるが、D児はしゃ

がみこんでしまう<sup>(19)</sup>。K保育士は「心が折れたDさんにティッシュをあげよう」と言って、ティッシュの箱を取りに行き、D児のところに戻り、「はい！」と言って箱をわたす<sup>(20)</sup>。D児は泣きやんで、ティッシュの箱を受け取る。K保育士は「よろしく！」と言う。「先生は袋を持ってくるからね」と離れようとするが、D児の鼻水に気付く、「あ！」と言って戻ってD児の鼻を拭く。「よーし、じゃ、行こっか」とD児からティッシュの箱を取り<sup>(21)</sup>、離れる。その後L保育士がD児の頭に帽子を被せるが、嫌がらずに被る。

D児が帽子を被りたがらず、下線(17)のようにネガティブ情動を生起させる場面であるが、下線(18)のようにD児はL保育士のもとからK保育士のもとへ移動している。その理由は、「帽子を被らないことを許してくれる」相手を求めた訳ではなく、より心的距離の近いK保育士へ対応を求めに行ったのだと推察される。この時期のD児は、K保育士のそばにすることが多く、困ったことがあるとK保育士の顔を見て評価を確認したり（社会的参照）、安心できる居場所としてK保育士の存在を認めていた。そのK保育士にD児が対応を求めに行った際、K保育士は下線(20)のように、「帽子を被る」というルールには一切触れず、ティッシュの箱の受け渡しをすることで、D児の情動を立て直そうとした。「ポジティブ情動を表出」させ、「はい！」と元気よくティッシュの箱を差し出している。そのような勢いのあるK保育士の対応を受け、D児はティッシュの箱を受け取ってしまう。その瞬間的な行動の変容がD児自身の情動を変化させるきっかけとなったのであろう。また、下線(21)のように、情動が立て直されたD児に対し、元気な様子で何度も話しかけ、最終的にティッシュの箱の返却までしている。K保育士のポジティブな姿にD児が巻き込まれ、D児自身の情動が変化していく方略であると言える。ティッシュの箱は、遊ぶアイテムでもなく、面白さを連想させるものでもないが、このエピソードでは、遊びとは関係のない新しい場面を子どもに体験させる、もしくは見せることにより、情動の調整を行うという特徴がある。

## 5 全体考察

### 2つのパターンの効果と役割

保育者がD児の情動調整に最も頻繁に用いていた興味の転換方略について、エピソードより2つのパターンを見出し検討した。①他の遊びや遊具を提示するパターンでは、視覚的、動的刺激を効果的に用いることで、徐々にD児の情動が立て直されていく効果や、その遊びを受け入れることは、保育者と一緒に遊ぶことにつながると楽しさを提供する効果が見出された。つまり、情動を立て直しながら、新しい遊びの世界へD児を誘っていくことが目的であると推測され、それがこのパターンのも

つ役割であると考えられる。

一方、②他の場面へ誘うパターンでは、保育者のポジティブ情動の表出や突然の場面展開によって、瞬間的にD児の情動を変化させる効果が見出された。これは、新しい次の場面をD児に実際に体験させることで、自己の身体を動かして気分転換をし、情動を立て直すという役割があると考えられる。

両者は、同様に子どもの情動調整を目的としながらも、興味を何に転換させるのか、転換させた後に、どのような姿になることを期待しているのかが異なる。遊びへの興味の転換であれば、ネガティブ情動が生起する状況から、新しい遊びの世界に子どもと保育者が一緒に入っていく、一緒に遊びを楽しむという期待が込められていると考えられる。一方、他の場面への興味転換であれば、子どもにきっかけとなる行動を体験させ、その刺激によって、ネガティブな情動が生起する場面から抜け出すことができる。後者の興味の転換方略が使用されるエピソードが、遊び場面ではなく、片付けや着脱場面で使われていた点からも、遊びへの誘いではなく、行動の切り替えという点を重視していたのかもしれない。保育者は、長期的な見通しをもち、また、文脈に適した興味の転換方略を選択していると考えられる。

#### 興味の転換方略の意義

本研究は、エピソードの分析過程により、興味の転換方略を見出した。以下に興味の転換方略についての概要を整理した。興味の転換方略は、国内外での検討は不十分であり(石川, 2020)、さらには、保護者と保育者が行う興味の転換方略の詳細や相違について、今後の知見の積み重ねが必要であると考えられている。現時点では、興味の転換(distraction)方略は、気そらし、気晴らしとも呼ばれ、養育者による支持的対処のうちの感情焦点型反応に分類され、子どもをなだめたり、子どもの気をそらすなど、子どもの情動を立て直すことを支援する方略である。この方略を受ける子どもは、自身によるネガティブ感情への対処能力が高く、不安や抑うつによる問題が少なく(Mirabile, 2015)、他者の感情をよりよく理解できる共感性が高い(Fabes et al., 2002)ことがわかっている。しかし、興味の転換が過度になると、問題や不快な状況からの回避そのものが目的となり、不適応として捉えられている(村山・及川, 2005)。

保育現場で行われる1歳児を対象とした興味の転換方略は、自分が主体となってネガティブ情動から抜け出すことが難しい発達段階の子どもに、保育者との関わりを通して、自己の情動を調整する経験を積んでいると考えられる。乳幼児期にどのように情動を制御されたか、その経験の積み重ねが将来の自己の情動制御の方略選択に影響すると考えられているのである。規範意識を育てるために、ルールを伝達し、その行動様式を内在

化させることも重要であるが、1歳児という発達段階では、自己の欲求と社会で守るべきルールの遵守との葛藤を経験し始めた頃であり、情動がネガティブになることはむしろ自然な姿なのである。その時生じたネガティブな情動を、どのような方略を用いて調整していけばいいのか、そのことを保育者は経験を通して子どもに知らせているのであろう。いつまでもネガティブな情動にとらわれずに、他の遊びや場面に気を向けてみることで、自己のストレスをコントロールできる術を伝えているとも考えられる。また、エピソード33のように、興味の転換を取り入れることで、不快だった状況に結果的にスムーズに対応できる効果も期待できる。つまり、ネガティブな情動のまま、ルールを守らせるよりも、一度興味の転換をし、情動を立て直してから、ルールの遵守に向かわせるというものである。

1歳児を対象とした興味の転換方略は、この頃の発達段階に沿った対応であり、また、将来的に子どもが自己の情動を調整する際に役立つ方略のひとつであることが示唆された。この方略を適度に用いることで、社会的な良い効果へと結びついていく可能性をもっていると言える。これらは、石川(2020)でも「気そらし(興味の転換)反応後の問題解決や抑うつの悪化の防止という適応的結果に寄与しているのかもしれない」と述べていることから言えるのではないだろうか。

さらに、D児のように、ネガティブな情動が生起しやすく、保育者による情動調整を支えとして日常生活を送っている子どもには、自己の欲求が実現しない不快な状況に常に焦点を当てるよりも、興味の転換方略を適度に取り入れ、ネガティブな状況から短時間で脱却することも重要である。

## 6 本研究の意義と限界

本研究では、保育所での子どもと保育者の自然な関わりの中から見出された情動調整方略を分析対象とした。新奇な場所や人への過敏さや、アタッチメント対象との関係性が重視される1歳児という発達過程において、より自然な場所で自然な反応を捉えられたことは意義深いと言えるだろう。子どもが生活する場合は、常に多様な文脈や背景を含んでいる。複雑な要因が絡んでいることで、限定的な要因の抽出に至ることは難しいが、少なくとも、この複雑な状況が子どもの日常なのである。坂上(2010)も、1歳初期から2歳の終わり頃までの子どもについて、「この年代の子どもが示す行動は文脈や相手との関係性によって大きく変動することを踏まえると、情動発達についての理解を深めていくためには、より多様な文脈で子どもの行動を捉えていくことが必要であろう」と提案していることから、自然な場面を対象とした分析は、1歳児の情動表出を検討する上で妥当であると考えられる。

また、興味の転換方略について、2つのパターンの効果と役割を検討したが、これらが情動調整を必要としている子どもに

とっていかに有用であるか、また、保育者の保育方略についての新たな知見を提供する機会となり、子どもと保育者の相互作用の質の重要性を示した。

しかし、本研究は、D児のみを対象にしたもので、一般的な保育方略ではない可能性もある。また、3か月間の子どもと保育者の相互作用のみを取り扱ったものであり、月齢の進行に伴った反応の相違について言及するに至らなかった。今後は、D児のようなネガティブ情動が生じやすい子ども達と、様々な保育者による保育方略との関連を検討する必要があるだろう。その際、保育者による興味の転換の使用傾向が、保育者のどのような特性と結びついているか検証することも重要であると考えられる。それらは、対象の子どもをどのように捉えているかという子ども理解の視点と、子どもの成長についてどのような見通しをもっているかという視点と結びつくと想定される。結果として、子どもの情動調整を担う保育者の資質とは何かを問い、保育技術の向上につなげていきたい。

#### 引用文献

- Ahn, H. J. ; Stifter, C. Child care teachers' response to children's emotional expression. *Early Education and Development*. 2006, 17 (4), 253-270.
- Binkley, M.; Erstad, O.; Herman, J.; Raizen, S.; Ripley, M.; Miller-Ricci, M.; Rumble, M. *Defining Twenty-First Century Skills*. Springer, Assessment and Teaching of 21st Century Skills. 2011, 17-66.
- Bloom, P. *Just Babies: The Origins of Good and Evil*. Crown, 2013, (ブルーム, P. 竹田 円. (訳) ジャスト・ベイビー: 赤ちゃんが教えてくれる善悪の起源. NTT 出版, 2015.)
- Emde, R. N. *Relationship disturbances in early childhood: a developmental approach*. BasicBooks, 1989. (エムデイ, R. N. 小此木啓吾. (監修) 井上果子, 久保田まり, 鈴木圭子, 濱田庸子, 福田真美, 山下清美. (訳) 早期関係性障害-乳幼児の成り立ちとその変遷を探る-. 岩崎学術出版社, 2003.)
- 遠藤利彦. 「情の理」論. 東京大学出版, 2013, 359p., ISBN-10- 413011140X.
- Fabes, R. A.; Poulin, R.E.; Eisenberg, N.; Madden-Derdich, D.A. The Coping with Children's Negative Emotions Scale (CCNES): Psychometric properties and relations with children's emotional competence. *Marriage and Family Review*. 2002, 34, 285-310.
- 深津さよこ, 岩立京子. ルールの違反場面における乳児の罪悪感の芽生えと表出方法 - 保育所での自然観察を通して -. 東京学芸大学紀要, 2019, 総合科学系 I, 第70集, 63-72.
- Garnefski, N. ; Kraaij, V. The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment*. 2007, 23 (3), 141-149.
- Gross, J. J. Emotion regulation: Taking stock and moving forward. *Emotion*. 2013, 13 (3), 359-365.
- 星信子. 乳児の情動表出傾向について. 日本教育心理学会総会発表論文集, 1997, 36巻, 135.
- 石川遥至. 適応的・不適応的な形式の反応スタイルと能動的注意制御の関連について. *感情心理学研究*. 2020, 28, 11-21.
- 蒲谷慎介. 歩行開始期乳児の不従順行動に対する母親の調律的応答: 歩行不可期における応答との一貫性. *発達心理学研究*. 2017, 29 (1), 34-47.
- 厚生労働省. 保育所保育指針 平成29年告示. フレーベル館, 2017, 39p. ISBN-10-4577814234.
- Mikulincer, M.; Shaver, P. R.; Pereg, D. Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*. 2003, 27 (2), 77-102.
- Mirabile, S. Ignoring Children's Emotions: A novel ignoring subscale for the Coping with Children's Negative Emotions Scale. *European Journal of Developmental Psychology*. 2015, 12, 459-471.
- 村山航, 及川忠. 回避的な自己制御方略は本当に非適応的なのか. *教育心理学研究*. 2005, 53, 273-286.
- OECD. *The Future of Education and Skills*. Education2030. 2018.
- Saarni C.; Harris P. *Children's understanding of emotion*. Cambridge University Press, 1989.
- 坂上裕子. 歩行開始期に自律性と情動の発達-怒りならびに罪悪感, 恥を中心にして-. *心理学評論*. 2010, 53 (1), 38-55.
- Scherer, K. R. Componential emotion theory can inform models of emotional competence. In G. Matthews, M. Zeidner; R. D. Roberts (Eds.), *The science of emotional intelligence: Knowns and unknowns*. Oxford University Press, 2007, 101-126.
- Schore, A. N. Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*. 2001, 22 (1-2), 7-66.
- Shonkoff, J. *From Neurons to Neighborhoods: The Science of Early Childhood Development*. National Academy Press, 2000.
- 田中あかり. 幼児のつまづき場面における幼稚園教師の「敢えて関わらない行動」の働き-幼稚園3歳児学年と4歳児学年の発達的变化に応じて-. *保育学研究*. 2015, 53 (3), 284-295.
- 山際勇一郎, 小湊真衣, 高向山, 梅崎高行, 玄正煥. 保護者と保育者による子ども発達評定の差異に関する文化比較. *日本教育心理学会第59回総会発表論文集*. 2017, 152.
- Zaki, J. ; Williams, W. C. Interpersonal Emotion Regulation. *Emotion*. 2013, 13 (5), 803-810.

#### 付記

本研究の一部は、日本赤ちゃん学会第18回学術集会において発表された。また、本研究で使用したデータは、保育学研究第59巻第1号掲載（2021年10月）の「幼児期初期の罪悪感の芽生えとしての“後ろめたさ”の表出-保育者からのルール違反の禁止に対する幼児の反応の分析-」で使用したデータと同様である。しかし、本研究はD児にのみ焦点を当てており、保育者の興味の転換方略について分析したものである。