

幼児の自己肯定感の育ちへの援助と食環境

—食事場面の保育実践から—

畠山 範子

(久我山幼稚園)

1. 研究の目的

幼稚園に入園してくる幼児は家庭での育ち、母親との関わりなどの延長線上で園生活を始める。その中には、親達の育ちを背景にしたそれまでの生活習慣や思い込み、願望に加えて、現代のめまぐるしく変化していく生活環境等にも左右される部分が少なくない。幼稚園の集団での食事場面を通して、いろいろ気になる幼児の姿が見える。また、保育者はその姿に自分の思いをもって関わっていく。この研究で入園当初、極度に不安定で、人との繋がりを拒否し、多動傾向を示した幼児の自己肯定感の育ちの援助を、家庭から持たせる弁当と食事場面に焦点をあて明らかにする。我が幼稚園では、全日保育の日が週4日ある。その中の3日間の昼食は家庭から持たせる弁当、残り1日は給食を実施している。今回、この家庭から持たせる弁当と食事場面に焦点をあて、幼児と母親が保育者との関わりから変容していく姿を明らかにしていきたい

2. 研究方法

(1) 保育実践の場における食事場面に焦点をあてた事例研究

3. 事例

入園当初、全く食事をとろうとしない3歳児A子

① 母親の話から予想されるA子の家庭での様子

母親に家庭での話を聞くと、家では炊きたてのご飯のみ食べる。また「スナック菓子、ジュース類は大好きで、それが主な栄養源で、それのみで育っているようなものですが、全く問題はありません」と話す。またA子の要求は何でも聞いているとのこと。愛情をかけることは物を与えることに置き換えている典型のような生活ぶりがかがえた。まだ3歳にして、登園してくる時の洋服や靴は高級なブランドの物が多く、持っている数も半端でない。A子の口癖であった「きらい！あっちいって！」のことは母親に話すと、「ああ、それ、私がいつもA子に言っています。下の妹に手が掛かるのでしょっちゅう言っちゃうんですよ」と気にしていない。これを言われた時の人と

しての素直な気持ちを担任が母親に話すと、「A子は私の忙しいのが分かっているので大丈夫ですよ。でも気をつけるようにします」とあまり気にする様子は見せない。感じてはいるが表現をしないのか、ともとれた。どちらにしても、母親は自分を中心にして思考を働かせていることは事実である。担任は母親を追い詰めるのではなく、A子の育ちをともに喜びながら、子どもの理解が深まることを願い、折りをみて少しずつ、A子の思いを伝え、母親の思いも、批判せず言葉の奥にあるものを感じ取る努力をしていこうと考えた。

② 保育者の援助の実際とA子の変容過程

入園当初、思い通りにならないことがあると、大パニックを起こし、自分でおさまりがつけられない。なんとしても自分の要求を通そうとする。今まで騒げば何でも要求が通り、それを愛情の表現として受け取ってきている姿である。最初は食事場面に限らず、声をかけたり抱っこしようとする「きらい！、あっちいって！」と叫ぶと同時に走り回る。じっとしてられない。担任はAちゃん『大好きだよ』のメッセージを送りつづけた。また昼食時、全く弁当を食べようとしない。まず弁当の用意をすることを強烈に拒否する。食に対する関心がないように感じられる。また空腹感も感じないようである。保育者は食の場面も含め、粘り強く駄々をこねる場面に付き合いながら、少し方向を変える手助けをしていった。A子は着衣脱は基本的にできる。靴も履くのが難しそうなのでも自分で履く。これを、担任はA子には意欲を持って物事をやれる証として読取り、食事の場面で食に対する意欲につなげていこうと考えた。それまで、弁当には、冷凍食品が盛り沢山に詰められていた。それを毎日持ち帰っていた。担任は母親と連絡を取り、小さなお弁当箱を用意してもらう。その中に小さなおにぎり1個と大好きなジュースでできたゼリーを一つ入れてもらう。初めは手も付けなかったが、いろいろ声をかけていくうちに、ゼリーを全部食べられるようになった。担任はA子が幼稚園でお弁当（内容はゼリーであるが）を食べられたことを喜びたくさん誉めた。また母親に、A子の嬉しそうだった様子、担任の

嬉しかった気持ちも伝えた。(方法としてA子はひらがなが読めたので、A子にもわかるように、手紙をひらがなで書いて持たせた。)1学期の終わりの頃には、おにぎりが1つ全部食べられるようになった。この間最初、母親から「なんでうちの子だけお弁当の中身を指定されなければいけないのか」「食べなければ、あとで好きなものを食べさせるので声をかけなくていいです。ほっとください」等など強烈な手紙がきた。担任は母親が他の子どもの様子を見聞きすることで、「なんでうちの子だけこうなの」という焦りのようなものを持っていることを読みとった。その中で毎日のA子の様子や変化を、ともに喜べることを中心に細かく伝えていった。一学期の終わり頃になって、母親からA子様子を伝えてもらうことを喜ぶ返事がくるようになった。やっと親と繋がれたと担任は感じた。その頃A子は他の子どもの姿に興味を示す場面も見られるようになってきた。活動にも自分から参加してみようという姿も時として見せ、思い通りにいかない場面での大パニックが少なくなっていた。A子自身の成熟もあると思うが、A子は、保育者に丸ごと受け入れてもらい、認めてもらいながらより添ってもらえたことで、人との繋がりの暖かさ、居場所のあることの心地よさを感じとり、人と繋がることを受け入れられ、同時に自己肯定感を持つことが出来るようになったと考えられる。食事場面は、外から観察でき、共通理解でき、また子ども自身でその頑張りや喜びを確認できる。そして自己肯定感がうまれ、意欲につながっていけるまたとない良い実践場面であることが改めて確認できた。このあとA子は行きつ戻りつ、少しずつ食べられる物が増えていった。緑の物として入っている枝豆が食べられるようになったりするが、弁当の中身は相変わらず冷凍食品が多く、食の進まないときも見られた。そのよう時担任は「また明日のお弁当楽しみにして頑張ろうね」と声をかけ無理強いはいしないことを心がけた。本当の食材の味を楽しませてあげたいと思うこともあった。今、年中組になり、食事の量もふえ、弁当箱の大きさも皆と同じになった。活動への取り組みも意欲的な面がみられ友達との輪も広がっている。年少組での最後に母親達から担任へアルバムのプレゼントがあった。その中にA子の母親からの嬉しい言葉を見つけた。それは、2学期の終わりにA子に渡した『Aちゃん大好きだよ』の手紙を今でも毎晩枕の下に敷いて寝ています。また「親子で先生に抱えてもらって

幸せでした。心から有り難いと思っています」であった。担任は思わず涙がこぼれそうになった。

5.考察

事例の保育者の援助と幼児の変容の実態から、食べることは、心の状態、育ちと密接に関係していることが改めて確認出来た。食事を与えられるということは、用意してくれる人、一緒に食べる人との人間関係の中でなされていることである。それは用意されたもの、用意してくれる人、またその場の環境を幼児が受け入れる行為でもある。食への意欲は喜びに繋がる。そして生きる意欲に繋がっていく。食環境を預かるということは人を育てていくことであり、心を繋げながら、心を育てていく芯になるものである。しかし親たちは子どもの気持ちの深いところでの理解と具体的な受けとめ方がわかっていない。手間をかける必要性もよく認識出来ていない。子どもの育ちも幼稚園に預ければなんとかなるのではないか、そのうち良くなるだろうとの期待を持っている。親自身の成長には、細かな一人ひとりへの対応と具体的な方法の提示が保育者側に必要であることがこの事例からも明らかになった。

6.結論

現代の食生活は昔に比べると一見とても豊かである。欲しいものを欲しだけ食べられる。いらなければ残して捨てればいい。しかし、その実態は子ども達の食べている弁当の内容が冷凍食品のオンパレードで、いつもパターンが決まっていることから、相当貧弱であり偏っていることが分かる。経済が最優先される現代社会の中で食生活は人を育てるものであることを忘れ、手軽で使い易さのみが幅をきかせている。家庭に於いての食生活は「簡単、便利」が最優先されてきた。親たちは、食生活の歪みに何の疑問ももっていない。また食事は心理的、人間関係によるところが非常に大きいことも重要視していない。食事は生きることに繋がっておりそれは人間の根源に関わる。今回の事例から言えることは、食の場面を通して母親自身の子育てに対する不安やいらだちに丁寧に寄り添っていくことが可能であること。また幼稚園における集団での食事の場面は、家庭とは別に、子どもの行動の奥にある子ども自身の思いや行動の読取りが可能であり、それを通して親と共に、子どもの自己肯定感を培い意欲を育て、喜びに繋がっていける具体的で適切な場であると言える。