

幼児の行動と姿勢の関係の現状と課題の一考察

山田 朋子

A Study on the Relationship Between Postures and Personality Characteristics in Children

Tomoko Yamada
(2006年11月29日受理)

I. はじめに

教育界において、子どもの様子に変化があることを、社会情勢や環境、健康、発達、発育など様々な角度からそれぞれの問題として大きく取り上げ研究されるようになって久しい。それは各分野から子どもの将来を危惧する切り口や専門的な研究が主である。

幼児期は成長段階で成長途上にあり、自己の確立がなされていない幼児が、問題行動とされるひとつの姿勢を維持できない、うろつく、落ち着きがないなどの状態をなぜそうするのかを自分で問題視して考えたり、周りの人に言葉などで伝えたり、改善することはとうてい困難である。だからこそ保育者は幼児の成長を支える専門家として、自分の気持ちを十分に表現する術をもたない成長期にある幼児の状態を的確に捉えるという非常に重要な役割がある。その気づきとして「姿勢」は形状のある視点として捉えやすく保育の中で保育者が「姿勢」を観点にすることは、大きな意味があると考えられる。子どもは生活の中で様々な姿勢をとっている。集団で合図に合わせクラスの子が同じ姿勢をするときに同じ年齢段階でありながらそれを持続できない子の存在が問題のひとつとされている。健全な成長の中で獲得されるはずの行動がなんらかの原因で困難であるならば、それをさぐる方法として「姿勢」を見ることはその子の傾向や特徴をつかむ事になるのではないだろうか。

つまり「姿勢」の特徴を見ることで「幼児のさまざまな問題行動や気になる行動」を浮き彫りにする

関係性が見えると考えるのである。それを日常保育の中で毎日必ず子どもを観察し比較や検証可能な保育者が、「姿勢」という目に見えるわかりやすい視点を持つことで「幼児の行動」の「心の姿勢」を捉えられるのではないだろうか。これは現場の保育上の問題点を解決する手がかりとして大きな意義をもつと考える。

保育園や幼稚園において、集団生活である保育を営む上で集団行動に適応しづらい子、気になる言動をする子、問題行動のある子が各クラスで存在しその割合が高くなっているとされている。これまでは個性として評価されていた子どもたちの中にも、研究がすすむにつれその行動の原因が障がいによるものではないだろうかと考える視点も出てきている。現場ではそのような状況の中で一人ずつの個性に寄り添った、その子に必要な保育を考慮にいった保育実践が求められているのである。

ところが成長著しい幼児の保育は年間を通したものと異なるためその計画内容も多岐にわたり、日常保育の中でクラスにおけるひとつの問題にじっくりと向き合い、それだけを取り上げ新たな取り組みを始めることはとても困難な状況である。しかし保育者は、日常保育の中で集団の中の様々な子どもたちを総合的に把握してよりよい保育手段を探り、健やかな成長をサポートしたいと望んでいる。

そこで、保育者が特別な準備や新たな取り組みに時間を割くことなく、日常の集団生活で子どもの様子や状態を把握する観点は大切であると思われる。そこから個人特性がわかれば、今後も増えていく可能性のある問題行動があると思われる子どもたちを

的確にとらえる方法となるのではないだろうか。

子どもたちの一人ずつの状態をよりの確に捉えることができたなら、複雑化している子どもの問題をもっと具体的に迅速に捉え早期対応ができると考える。そのためにも幼児の行動と姿勢の関連を探ることに意味があると考え。

本論文の、Ⅱ.「姿勢についての概念」では、姿勢について様々な見解がある中で幼児において望ましい「姿勢」とはどのようなものであるかを定義する。次の、Ⅲ.「幼児の問題のある行動とは」では、保育現場の問題行動や気になる子についての研究を概観する。さらに、Ⅳ.「現場での子どもの姿勢変化の現状」では、保育・教育現場での集団の中で見られる子どもの「姿勢の問題」に関する研究を概観し、子どもの問題行動における姿勢との関係性について明らかにする。

以上を通して、本研究では、「幼児の行動」と「姿勢」との関連から問題行動も含めた個人の個性をよりの確に把握し個人に寄り添った望ましい関わりを持つ機会となることへの示唆と今後の課題について検討することを目的とする。

Ⅱ.「姿勢」についての概念

1. 姿勢とは

「姿勢」について、猪飼は「人間および動物において、四肢、頭部、軀幹の相互の相対関係をいう」としている。その定義を用いて「小児の姿勢がどのような変化をとりながら成長を続けていくかについて詳細な研究をした報告は乏しい。また本質的に小児の脊柱、胸部の生理的変化が非常に大きいことなどを考慮にいと、姿勢に関する検討も今後に残された分野が極めて大きいと考えねばならない」と指摘している(猪飼・高石, 1967)。

この時点において人間としての基本的な立位の「姿勢」定義はあるものの、成長時期に区切って「幼児期の姿勢の特徴」を捉えた定義はなだ課題とされている。ではその後、幼児期の研究が進む中で具体的な定義はされてきたのであろうか。

2. 保育における「姿勢」とはなにか

実際、保育者は「正しい姿勢・良い姿勢」という表現を用いることが多い。

幼児期の子どもたちの「姿勢」を考察するとき、保育者はその指導している正しい「姿勢」について明確な定義をもちそれに準じた指導を行っているのだろうか。そもそも、姿勢の「正しい」「良い」「望ましい」などの観点は、保育者によって多様にある

ことに気が付く。

その具体的な内容は、立位や椅子での着席、運動面での状態、身体の状態また、しつけ、生活態度というものに大別できるであろう。これははっきりと分野が分けられているものではない。保育者が「姿勢」に関して一人ひとりの「保育観」という漠然としたものであるからである。そのため、ある保育者はしつけ、ある保育者は運動面の成長発達、ある保育者は自分の支援の対象や関心・観点が姿勢という位置づけの中にないため全く声かけされない可能性もあるのである。

このような保育者によって捉え方が様々である幼児の「姿勢」に関して、その言葉に大抵「正しい」「良い・悪い」などという言葉が加わることが多くみられる。これは形状についてのこととして表現されていると考えられる。また「活動に取り組んでいる時の姿勢」「しつけ・マナー」というような場合には、態度や心理的な状態の表現となることが多い。では望ましいとされる理想の状態は、「正しい」「良い・悪い」「取り組む」「しつけ・マナー」という表現のなかでどのように「姿勢」をとらえているのであろうか。どのような観点での捉え方がなされているかを先行研究より概観する。

(1) 保育指導計画における「姿勢」

保育は年齢に応じた成長段階に沿った計画を持って取り組まれている。もちろん保育指導計画といわれる年間計画・月案・日案・本時案などのなかに健康に関する表記はある。しかし「姿勢」という直接表現はなされていないもののその中に姿勢の観点は必ず盛り込まれているのである。

日常保育のなかで確実に毎日、さまざまな時間に、繰り返し何度も「声かけ」されることは、集団における個人の姿勢やからだの状態に対する内容である。特に集団活動の時には個人に声をかけることが増える。それは年齢の子どもを横並びに比較し、その年齢での望ましい発達段階の「姿勢」の型とずれている子どもに対して「指導」をする。これは望ましい姿勢の習慣付けであり、そこには健やかな身体成長のために身につけてほしいという保育の指導目的が含まれる。

「姿勢」に関する指導のなかには「心身ともに健やかな成長」を保障するために健康・精神面・運動面・しつけ・マナーなどの多くの意味を含めたものとなっているため、「姿勢」という観点が漠然としすぎたものとしたイメージがあり、またあまりに日常的なものであるがゆえに改めて重要な観点としてそれだけを取り出して検討し、研究のテーマとして

とり上げられることは少なかった。

子どもの望ましい成長過程をみるための保育者の多くの観点の中に「姿勢」という視点に絞って幼児の成長発達の支援をさぐる文献や研究はほとんどない。

(2) しつけとしての「姿勢」

基本的な生活習慣は一見、「姿勢」とかけ離れているようである。しかし、保育現場ではしつけやマナーに関して、日本の文化伝承としての挨拶・礼儀作法や立ち居振舞い、基本的な習慣として様々な場面で「姿勢を…」という表現で声かけが頻繁に行われている。

須永(2006)は、一般的に食事・睡眠・排泄・清潔・衣服の着脱を基本的な生活習慣としている。それ以外にも時間を守る、約束を守る、身の回りの整理整頓ができる、きちんとした挨拶ができるといった人間としての最低限度のマナーやルールを守るという自立した生活態度をも指す。

生活習慣には「十分な休養と睡眠」「適度な運動」「調和の取れた食事」という健康にとって不可欠な三原則が含まれている。この三原則は生活習慣病を予防していく上で大切な要素であり、成人の健康維持にとって不可欠なものである。こうした習慣は急に身につくことではない。特に食生活の乱れは子どもの健康維持に影響し、生きていくための体力の低下、ひいては気力や意欲の減退、集中力の欠如など精神面にも影響を及ぼす(小野寺, 2006)とされる。

保育場面での食生活の場面では、例えばしつけとして個に応じた指導する時には、背すじを伸ばして着席する、茶碗に手を添えるなどという「姿勢」をただすもっと具体的な声かけも多いのである。

基本的な生活習慣の50年間の変化・要約(谷田貝ら, 2002)を見ても、身体によりよい姿勢に関する項目が取り上げられてはいない。しかし正常な心身の発達の観点となる基本的な生活習慣には、本来、正しい姿勢の観点も必要となるのではないだろうか。また健康面での問題が大きく浮き彫りにされてきている今、重要な視点として研究し取り組む必要があると考える。

(3) 正しい「姿勢」とは

「正しい姿勢」として伊藤(2006)は、かかと、仙骨(おしり)、背中、後頭部の4点がきちっと柱に触れていて、腰と柱の間に手のひら1枚分の隙間が空いているとしている。また「わるい姿勢」は、日本人の不良状態の姿勢は、①猫背+反り腰 ②円背③フラットバックの、ほぼ3タイプのいずれかにあてはまるとしている。以下にその具体的な姿勢を説明

する。

① 猫背+反り腰

日本人に一番多いタイプの不良姿勢である。猫背のため頭が前にずれ、背中が丸まっている。加えて腰が強く後ろに反っているため、柱と背中の間が手のひら2枚分以上空いている状態。よって、おしりが垂れ、下っ腹がぼっこりになっている。

②円背

椅子に座るとき、腰を丸めて前かがみに座る習慣がある人に多く見られる。背中、腰が丸まっているため、後頭部が柱につかず、腰の部分がべったり柱についている状態。長時間この姿勢を続けていると、腕をまっすぐ上げることも困難になる。

③フラットバック

腰がまっすぐなので一見よい姿勢のように見えるが、腰のゆるやかなS字カーブがなくなっている。柱に背をつけて立ったとき、柱と腰の間に隙間がなく手のひらが入らない状態である。自然なカーブがないため下肢のしびれや痛みが生じることになる。

ちなみに「座るときもきれいな姿勢」は、正座でも椅子に座るときでも、70度くらい開脚して座り、足の裏でしっかりと体重を支えることである。また、若干、骨盤を前に倒して、やや反り腰で胸を張ってもよいとしている。

(4) 「良い姿勢」とは

成瀬(1998)は「良い姿勢」を、頸から肩、および背中から腰までの軀幹部が屈にも反にもならず、自体軸がしっかり直に立てられていること、そしてお尻が引けず、股関節と膝が反らず曲がらず、まっすぐであることなどが挙げられる。それらの節の部位が形の上でタテ直になっていけばよいというのではなく、その形で全体重が踵にかかるように、体軸にそってしっかりした踏み締めができており、全体重が足の裏全面で確実に支えられるように、自体軸がやや前傾して重心が踵よりも少し前、土踏まずのあたりにあり、足指のつけ根あたりに踏みつけの力が適切に入っていること。そのため、自体軸のどの部位にも主体によって柔軟ながら強くて確実な力が入っている状態が、最もよい姿勢とよいてよい、としている。

このように「正しい」や「良い・悪い」は表現の違いこそあるものの、望ましいとされる人間の姿勢を言葉で表していると考えられる。しかしこれは人間全般の成人またはそれに近い状態の身体での「姿勢」であり、猪飼の定義をより具体的に提示しただけである。成人への成長途上の幼児期の「姿勢」の特徴を踏まえた記述は見当たらない。

(5) 幼児の「姿勢」の定義

以上の多様な面から幼児期の「姿勢」を探ってきた中で、幼児の発達段階に応じた姿勢として形状的姿勢に視点を絞ることでより明確に、さまざまな価値判断や保育者自身の感性や保育観というあいまいなものではない、一般的な観察や測定が可能なものとして浮き上がらせることができると考える。したがって本研究において「姿勢」を著者は、「立位においては、体と地面の接点が固定された状態で、背すじが伸び、左右にブレのない上体を過度の緊張や弛緩することなく維持できる。着座では、椅子に対して背骨ができるだけ垂直で歪みがなく背すじを伸ばして一定の時間維持できる。また保育者による発達段階に応じた言葉や援助によって改善できる状態も含める。」とし、運動スキルのように動きが伴うものは、含まないとする。

Ⅲ. 幼児の問題のある行動とは

次に現場において子どものどのような行動が問題視されているのかを探る。

1. 問題行動や身体状態の様子

がまんでこない子（近藤，2005）、怒りをコントロールできない子（大川原，2004）、眠れない子、きちんとしすぎる子（桐山，2005）、忘れ物が多く整頓が苦手な子（浜名，2005）、不適當な生活習慣をもつ子（米山・池田，2005）、土踏まざる子、浮き足の子（小野寺，2005）不器用な子（是枝，2005）など、実に様々な状態の子どもたちが存在すると研究報告されている。しかし、これだけ多岐にわたる身体状態の異変が子どもたちに起こっているながら、それを保育現場や教育現場で、保育者たちがそれぞれのクラスで問題をかかえ悩みながらもなかなか解決する糸口を見出せない現状がさまざまな研究事例として挙げられている。このような、さまざまな問題解決のための手立てとして「課題姿勢」という観点到に絞る子どもの状態を明確に測定できるなら、現場においてより具体的な援助手立てを導きだすことができるのではないだろうか。

2. 保育者からの気になる子

「気になる知覚」「気になる社会性」「気になる体」の3つが具体的な姿として挙げられる。

①「気になる知覚」

感覚が過敏または鈍い。記憶するのが苦手。耳からの情報が入りにくいなどがある。

②「気になる社会性」

ルール・約束・順番が理解できない。状況判断が的確でない。場面に合った行動がとれない。一方的に話す。同じ話を繰り返すなどがある。

③「気になる体」

体のバランスが悪い。体の動かし方がわからない。手先が不器用などである。

また行動・感情面において落ち着きがない・衝動性がある・こだわりがあるなどの姿がみられ、あそびになかなか集中できない、楽しめないということがある（二宮，2005）。

このような保育での「気になる子」の状態を捉え問題提起する研究や文献は次々に発表されている。その中で「気になる子」に対してどのような取り組みをするべきかという方法の示唆はまだ不十分である。そこで幼児の姿勢と行動の関連を探る研究をすることはやはり大きな意味をもつと考えられる。

3. 障がい児とグレイゾーン

保育現場において健常児・障がい児のいる統合保育が主流となり久しい。現在では、インクルーシヴ教育という考えがなされるようになり、「統合保育」と言うことばを園の特徴として特別に打ちだすことがないほど各園で、各保育者によって取り組まれている。

それに加え、保育士は毎日のさまざまな保育の場面において同年代の子どもたちの成長を比較し、集団のなかで特に目立つ子、手がかかる子を特に障がいということではなく、なにか関わりにくさを感じる子どもとして「気になる子」という表現で捉えていることが多い。

4. 保育現場での統合保育・障がい児保育

ここで、保育現場とは何らかの保育機関における保育者による集団での保育をさしている。

現場から子どもの発達を捉えることは、子どもの姿と発達のメカニズムとの関連を見ていくことを意味する。すなわち、発達は、①身体的・生物的要因、②人との関係などに基づく喜びや緊張・ストレスなどの心理的要因、③家庭環境や地域環境などの社会的な要因の三つの要因によって規定されている。

育児・保育現場では、健常児、障がい児あるいは何らかの問題を抱えている子どもなど、すべてを対象とし、一人ひとりの子どもが自然や人や自分との関わりのあるありようとして示す行動特徴について、三つの発達の要因がどのように関連しているのか、生涯発達の視点から見直し、子どもを共感的に理解し

つつ子ども本来の自己実現のありようを探ることが、求められている。

保育現場において就学までに子どもに期待される育ちは、保育所については保育所保育指針（厚生労働省、2000）に、幼稚園については幼稚園教育要領（文部省、1998）に示されている。したがって、保育者はインクルージョンという視点の元に健常児も障がい児も、共に生活することが目指されている（藤崎、2004）。

障がい児研修会のなかで、うろつきやきめられた場に行きたがらない子・入れない子、束縛を嫌う子などを集団保育において目立つ問題行動である「気になる子」として指摘されることが増えている。これは集団生活を過ごしている子どもの中にその存在が顕著にみられるようになってきている現れである。保育者はその子の行動を個性として捉えた保育がよいのか、見守りが必要なのか、なんらかの障がいなのか、そうならばできるだけ早い時点でその子に必要な手立てが大切になる。この保育での個人の見立ては保育者にとって非常に大きな問題であり、不安と悩みを抱えながら日々接している。子どもの問題行動の中には「グレイゾーン」と呼ばれる何らかの障がいに関する疑いのある行動も見られる。

5. グレイゾーン

前川（2003）は、境界児とは正常と異常の境界にあり、どちらとも判定しがたい小児をいう。異常ではないが、行動・学習上でいろいろの問題があり社会生活に問題が生じる可能性が大きいグループをグレイゾーンと呼んでいる。現在の発達が遅れが障がいによるものか、あるいは能力障がいのためか、養育環境によるものか、あるいは両者によるものかの区別を必要とする。

グレイゾーンは、重症ではないが発達の遅れがあることから気づかれることが多い。そのため機能訓練・療育が行われる。しかし現実にはすべての障がい療育で治るわけではない。このため障がいを治療し、改善する「医療モデルの療育」から、障害があっても、援助が必要であっても地域で生活していける技術を育てる「生活モデルの療育」ととらえ直す考えとしている。

①生活モデルの療育のために普通の親子の結びつきを育てる。②自信と有用感を育てる。③生活のためのしつけ④生活技術の習得。

以上の基本的事項が達成されて、初めて社会生活に役立つQOL改善のための療育が意味をもつてくるとしている。

しかし、保育現場は療育ではない。そのため診断

がつかない「気になる」子どもに対しても個々に沿った保育という取り組みが今、大きな問題となっているのである。

6. 乳幼児健康診査健診項目から見える問題行動

では医療の分野から幼児の問題行動をどう捉えているのであろうか。乳幼児健康診査（これ以降、健診と示す）では、小児の段階から医療の立場で問題行動を発見し望ましい対応を行えるようにしている。その中で、健診項目に着目しその内容から問題行動を探ってみる。

健診項目（4・5歳）一指しゃぶり、爪噛み、チック、性器いじり、日中のおもらし、夜泣き、おかしい話し方、怖がる、おびえる、ひどい乱暴、落ち着きがない、聞き分けがない、動きが乏しい、周囲に無関心、母親から離れられないなど、愛情遮断症候群も含めて入学前に改善し得る事項を取り上げる意図を持つ（松田2003）。「姿勢を見る」という観点の問題行動の有無を見つける手立てとして注目されてはいない。又、文章化もない。

アメリカでは、大きな身体的異常がない子どもの集団生活の中で見られる問題児などの処遇の決定にMiller Assessment for Preschoolers (MAP) を、用いている。つまり、集団の中に「気になる子」が存在しその対応がなされているのであろう。しかし、ここでもさまざまな問題をかかえる子どもたちの姿勢の状態に目をむけた文章は見当たらない。

「課題姿勢」をとったり、幼児の健全な姿勢を観察したりすることを意識して着目することと行動との関連も示唆できるのではないだろうか。

IV. 現場での子どもの姿勢変化の現状

1. 問題行動に関する研究の中での「姿勢」

小学校・幼稚園・保育園という現場の中で子どもの姿勢がどのように変化をして、なにが問題で研究対象として浮き彫りにされているのか、さらに保育現場では理論的な観点では「姿勢」をどのように捉えているかを探る。

現在、幼稚園・保育園の中だけで「姿勢」だけ捉えて問題にするテーマの研究は保育界ではあまり発表されていない。また保育の方針は教育要領や保育所保育指針に基づき保育活動はさまざまにそれを問題視する園は少ないともいえる。しかし保育の現場でも子どもの体の変化は言われているものの、そこが明確にはなされていない。そこで現段階で、幼児が卒園後入学する小学校での身体の問題は幼児の近い未来の姿を表す問題であり、小学生だけの問題と

しては考えにくい。したがって教育現場での問題も検討する必要があると考える。

(1) 教育現場

子どものからだに関する研究や書物のなかの表現に姿勢を問題にしているテーマが増えている。正木(1979)は、「警告!!子どものからだは蝕まれている」での各章で、子どものからだに異変がおきている・長く歩けない子ども・異常信号がからだの各所に・子どもは老化している・背すじがおかしい・精神が植物化してきている!と表現している。

アンケート調査から小学生のからだのおかしさとして、朝からあくび・背中ぐにゃ・アレルギー・腹の出っぱり・朝礼でボタン・背すじがおかしい・転んで手がでない・授業中目がトロン・懸垂ゼロ・ボールが目にあたる、という項目を挙げている。

また最近目立つ体のおかしさとして、小学校では背中ぐにゃ・朝からあくび・アレルギー・背すじがおかしい・朝礼でボタン・ぞうきんがしぼれない・転んでも手がでない・なんでもない時骨折・腹の出っぱり・懸垂ゼロが挙げられている。

教育現場において椅子にじっと座れない、など姿勢を持続しにくい子が増えており、健康上はもちろんのこと場に応じた態度をとれない、落ち着きがない、友だちとのトラブルが多いなどの問題行動が目立ち、クラス経営に困難をきたしている報告も多い。

このような視点での小学生対象の姿勢と行動の関連についての報告がある(野田・鼻地, 1992)。普通学級に在籍している児童にタテ系動作訓練法の課題姿勢を適用し自己抑制能力の向上を図り、その結果として姿勢・動作の改善と行動面の変容がもたらされることが示唆された。

北野(2005)は、朝の登校風景、日中の校内、夕方のクラブ活動や下校の様子での子どもたちの歩く後姿、座っている姿勢や立ち話をしている様子から精神的な要因や心の問題が原因で元気がなくなっている、姿勢が悪くなっている子どもたちがみえてくるとしている。

1964年から実施されている「スポーツテスト」の結果のなかで「子どものからだと心白書'98」では、体力と運動能力のアンバランスが指摘されている子どものからだに心で多面的に多くの問題をかかえている状況のなかで、これらの問題解決には、「からだの調子を整える」ために必要なことを、できることから実行することが必要であるとしている。子どもたちが「やる気」になって、「からだの学習」をすることが、子ども自らのからだに心、そして生活の問題を解決することに将来つながる(正木1999)。

(2) 保育現場

一人の子をさまざまな角度からみつめることはよりその子を知り、望ましい成長発達の支援のために大切にする観点が多いほどより鮮明に一人の子の特徴を把握することができるというよいと考えられる。

ところで、集団生活において一人の子どもの様子を見る視点として意図的に声をかける内容には、「姿勢」にポイントを置くことが実に多い。

例えば、朝の集会や体操、クラスでの集団行動での整列を行う時の「気をつけ」や起立、直立姿勢の持続、給食中のしつけやマナーのための着席姿勢や、食器に手を添えること、順番待ちの時に周りの子にちょっかいをかけずにたって並ぶなど実にさまざまである。

「最近増えてきているからだのおかしさ」として保育所では、すぐ「疲れた」という76.6%・アレルギー76.0%・皮膚がかさかさ73.4%・背中ぐにゃ72.7%・そしゃく力が弱い64.3%、幼稚園では、アレルギー82.7%・すぐ「疲れた」という76.5%・肌がかさかさ69.1%・ぜんそく67.3%・背中ぐにゃ66.0%と報告されている(日本体育大学, 2000)。

正木(2002)は、からだの調子のいい子には、美しい立ち居振る舞いをするを、からだの調子の悪い子には、何かからだを悪くさせる原因を見つけ改善する方法を提案している。

前橋(1997)は、姿勢の悪さが身体に脊椎側弯や猫背、近視、胃腸障害など様々な悪影響を及ぼすとし、大人が子どもの体づくりや姿勢教育をもっと考えることを必要としている。小学校低学年頃まではまだ骨格がきまっていないので、それまでに正しい姿勢や良い姿勢を身に付けるように指導していくことが極めて重要である。立位姿勢のポイントとして、①両足は並行にし、体重を足全体にかける②膝は伸ばしたままで、力を抜く③背中を伸ばし、胸をはり、おなかを引く④肩を軽く下げ、両手を自然にたらす⑤頭をあげて、顎を引く。

座る(椅子、床)・立つ姿勢をとるとき猫背・そりすぎ・ぐにゃり・だらり・緊張を保てないことが、集団活動の中でひとりずつの状態を比較するとき目立つのである。この中には「気になる子」発見する観点としての姿勢も含まれている。そうすると姿勢を見ることは今、大きな問題のひとつである気になる子や問題行動のある子の発見・指導について大きな示唆をあたえらるるのである。

2. 姿勢と行動・心の関係

(1) 姿勢と心の関係

山口 (2004) は、「姿勢」ということばは、身体の姿勢そのものと、「身体の構え、事にあたる態度」という心理的な意味でも使われる。「前向きの姿勢」とか「受身の姿勢」といった表現は、人の心理状態や態度をあらわしている。また、実際の身体の姿勢とその人の心理状態は、深いつながりがあり、落ち込んで元気がない人は、本当にうなだれてうつ向いた姿勢になっている。逆に姿勢を変えることで、その人の心の状態を変えることもできるとしている。

鈴木・春木 (1992) は大学生を対象に実験をおこない、背中をまっすぐ伸ばしていても顔を下に向けると「抑圧された」気分になること、顔をどの向きに向けても背中を曲げていると「生気のない」「弱々しい」気分になることが分かった。

山口 (2004) は、人はある気分のときにはある特定の姿勢になり、逆にある姿勢をとってみることで、気分の状態もその姿勢に見合った気分にかわるのである。「心身一如」とはまさしくこのことをいうのだろうとしている。

このことから姿勢と心にも関係があり、こころを伴う「行動」と「姿勢」に関連があることが大いに考えられるのである。

(2) 姿勢と行動の関係

先行研究 (野田・上部・松尾・昇地, 1992) で普通学級に在籍している5年生の児童に動作法を適用し、自己制御能力の向上を図った。その結果としてもたらされる姿勢・動作の改善と行動面の変容過程について検討を行っている。その結果児童の姿勢・動作の改善の方法としてのみならず、心身両面に働きかけるアプローチ法として、動作法が有効であるということが示唆された。

また昇地 (1997) は、通常学級3年生を対象に姿勢の歪みと行動の関係を検討した。その結果、姿勢の歪みと行動との間には密接な関係があり、姿勢の歪みの顕著な者は、行動上の問題を有する者が多く、一方、行動上の問題がほとんど見られない者には、姿勢の歪みが小さいことが明らかになった。

さらに昇地 (1998) は、上記の児童に1年間動作法に基づいた姿勢の歪みの改善をねらった姿勢指導を実施した。その結果、姿勢の歪みの改善に伴う、行動の変容が明らかとなった。

そこで山田・昇地 (2005) は、児童を対象とした先行研究において指摘された関連が保育園児においても認められるのかを確かめるため、4・5歳児の混合クラスを対象に姿勢の歪みと行動の関係につい

て検討をした。その結果、課題姿勢を一定時間持続できなかった幼児は日常生活全般に渡り問題行動を示すことが多く、歪みが小さい幼児は行動の問題がほとんど見られないことが示唆された。

しかし3歳の健常児については姿勢と行動の関連については取り上げられていない。また、日本体育大学 (2,000) の調査の対象も4・5・6歳児で3歳児は含まれていない。これは特に3歳児は身体バランスが上手くとれず測定が困難で評定しにくいという3歳児の身体特徴が大きな要因の一つと考えられる。また成長過程において一定時間を持続した行動を行うには成長段階の個人差が大きく、一定のデータを得るのが困難であると考えられる。

3. キーエージとしての3歳児

エリクソン (1963) によれば、人生は乳幼児に続いて、2～3歳、4～5歳、6～11歳、12～18歳、成人早期、中年期、老年期という八つの年齢区分に分けることができ、各年代にそれぞれの課題と危機があり、それがうまく乗り越えられたときに、次の年代を生きてゆける能力が身に備わる。その能力を身に付けるためには、様々な乗り越えなければならぬ関門があり、その関門のある年齢をキーエイジという。キーエイジとしての3歳は、社会に生きながら独立した存在としての自己を作り上げていく時期であり、この時期が微細運動、知能、言語、行動、感情などの問題についてのキーエイジであるといえる (神谷, 1974) (Jean.P 他, 1965) (宮尾, 1999)。

したがって3歳児の姿勢の測定に困難さがあるなかでの方法論の確立には大きな意味があると考えられる。

V. 姿勢研究の現状と今後の課題

以上のように「姿勢」はさまざまな方面からその重要性や問題を指摘されるようになりながら、「幼児の行動と姿勢」との直接的な結びつきを研究したものはまだ取り上げられていない。特に発達の重要な時期である3歳児において、今後、姿勢と行動の関連を研究テーマとして取り上げていくことは保育現場において一つの示唆をあたえるものと考えられる。

(引用文献)

- Erikson, E.H. (1963).: Eight age of man, in "child-hood and society", *Revised Edition*, Norton, New York.
- 藤崎眞知代 他編著 (2004). 育児保育現場での発達とその支援, ミネルヴァ書房, 5, pp3・10.
- 浜名紹代. (2006). 生活習慣のしつけで大切な親子関係. 児童心理. 金子書房. 845, 18-23.
- 伊藤和磨. (2006). 「ぐんにやり姿勢」を芯から直そう! 姿勢セラピストまる先生の背筋のピンと伸びた子にする姿勢レッスン Edu. 小学館, 20-23.
- 猪飼道夫・高石昌弘. (1967). 身体発達と教育. 第一法規出版, 111-153. 東京
- Jean Piaget・Barbel Inhelder 著・波多野寛治・須賀哲夫・須郷博訳. (1965). 新しい児童心理学. 白水社. 東京.
- 神谷美恵子. (1974). こころの旅. 日本評論社, 東京.
- 桐山雅子. (2005). きちんとしすぎるの子の問題点. 児童心理. 金子書房. 845, 46-50.
- 北野江利子. (2005). 姿勢の悪い子ども (特集: 子どものこころ・子どものからだ). 子どもと発達発達. 日本発達発達学会編, 2 (6). 389-392.
- 近藤直子. (2005). むずかしい「がまん」のしつけ. 児童心理. 金子書房. 845, 36-40.
- 是枝喜代治. (2005). 不器用な子どものアセスメントと教育的支援. 発達障害研究. 27, 1, 37-45.
- 厚生労働省. (2000). 保育所保育指針
- 前橋明. (1997). 姿勢と座り方. 運動・健康教育研究, 7 (1). 7-14.
- 前橋明. (2004). いま, 子どもの心とからだに危ない. 株式会社大学教育出版, 38-42.
- 前川喜平. 大関武彦・古川漸・横田俊一郎編集. (2003). 今日の幼児治療指針, 医学書院, 13, pp503-504.
- 正木健雄・野口三千三編. (1979). 警告!!子どものからだは蝕まれている. 株式会社柏樹社.
- 正木健雄他編著. (1999). 子どもたちのからだからのさけびー保健室から子どもの今を問いなおすー. フォーラム・A, 16-22.
- 正木健雄. (2002). データが語る 子どものかたと心の危機-英知を集め 子どもの全面発達をめざして-. 株式会社芽ばえ社. 33. 94-95
- 松田光彦. (2003). 大関武彦他編. 今日の小児治療指針. 株式会社医学書院, 502-503.
- 文部省. (1998). 幼稚園教育要領
- 宮尾益知. (1999). 前川喜平・山口規容子編. 育児支援とフォローアップマニュアル. 金原出版株式会社, 39.
- 宮尾益知. (2003). 大関武彦他編. 今日の小児治療指針. 3歳児のフォローアップ, 株式会社医学書院, 43.
- 日本体育大学. 子どものからだと心 白書2000・「子どものからだの調査2000」結果報告. 学校体育研究室.
- 二宮信一. (2005). ココロとカラダほぐしあそび-発達の気になる子といっしょに. 株式会社学習研究社, 7.
- 成瀬悟策. (1998). 姿勢のふしぎ しなやかな体と心が健康をつくる. 株式会社講談社, 94-95.
- 野田和裕・上部明子・松尾美恵・鼻地勝人. (1992). 動作法の適用による児童の姿勢と行動の変容. 福岡教育大学障害児治療教育センター年報, 5, 43-49.
- 小野寺敦子. (2006). 夏休みに身に付けたい生活習慣-子どもの成長を支えるために. 児童心理. 金子書房, 845. 11-17.
- 大川原美以. (2006). 怒りのコントロールができない子の理解と援助 — 教師と親の関わり. 金子書房. 845, 1154-1162.
- 須永和弘. (2006). 生活習慣の乱れから見えてくるもの. 児童心理. 金子書房, 845. 41.
- 鈴木晶夫・春木豊. (1992). 軀幹と顔面の角度が意識性に及ぼす影響. 心理学研究, 62, 378-382.
- 鼻地勝人. (1997). 姿勢と行動-姿勢と行動の関係に関する研究-. 福岡教育大学障害児治療教育センター年報, 10, 75-80.
- 鼻地勝人. (1998). 姿勢の改善と行動の変容との関連について. 福岡教育大学障害児治療教育センター年報, 11, 73-79.
- 山田朋子・鼻地勝人. (2005). 保育園児における姿勢と行動の関係に関する研究. 中村学園大学・中村学園大学短期大学部研究紀要, 38, 123-129.