

未来をつくる保育者育成の方法

～個性を伸ばす意識改革の実践～

中 澤 伸 元

Methods for Training Childcare Workers who will Create the Future

～ Practice of awareness reform to develop individuality ～

Nobumoto NAKAZAWA

キーワード：保育士育成、表現力、意識改革、個性

はじめに

私は、音楽表現の指導を通して、将来保育士を目指す学生たちの育成をしている。私の指導方法は、これまでの音楽技術を中心とした指導とは一線を画すものであり、これからの保育士育成のためには必要不可欠な要素であると確信している。

保育士を目指す学生たちに必要なのは、真の表現力や想像力である。そして、それを支える人間力である。音楽表現は心の思いを伝える手段であるが、自分が伝えたいことを自分らしく伝えるためには、音楽技術以前に、豊かな感性がポイントとなる。よって、私はこの感性の部分の教育に力を入れてきた。

これまであらゆる指導方法を試みてきたが、十数年の実践と研究の結果最も重要だと感じているのは、学生の意識改革である。学生が人間らしさを持って表現できるようになるためには、まず本人の人間としての意識改革が必要不可欠である。学生は一人一人違う感性を持っている。違う言葉を選び、違う表現方法を用いて自分を表現するのが本来の自然な姿である。ところがそれができない学生がたいへん多い。この問題点を本文では明らかにし、音楽表現指導の中で効果が出ている具体的な方法を示したい。

1. 個人としての意識改革

保育士を目指す学生たちは、人間らしさ溢れる表現者であることが求められる。ところが多くの学生は、少なからず不安や悩み、苦しみを抱き、自分に制限をかけて生きている。まずはこの点から改善すべきと考える。

1-1. 自分らしさを確立する

人間は、環境の中で作り上げられている部分が大きい。学生たちは生まれてきた時から今まで、親や先生など、身近な人の影響を受けて自分の生き方を決め、現在の自分を作り上げてきている。自分以外の考え方や捉え方を参考に生きてきた今までの自分は、本来の自分ではない生き方をしている可能性がある。今の生き方や居場所が心地よくないと感じるなら、それは本来の自分ではない。

目に見える成績や能力など、これまでの結果によって評価されがちな環境の中では、他人の批判や評価を気にする癖がつき、結果的に自分の可能性を潰してしまう。人に嫌われないために自分の意見を我慢する生き方を身につけてしまったり、本当に自分がやりたいことを諦めて安全な道を選択したりしている。

学生の悩みは多岐にわたるものの、いずれも、この自分らしさが確立されていないことに帰結する。努力できない学生や、やる気のない学生につ

いても同じである。人間は、本来の自分らしさが発揮できていればそれだけで元気なのである。

1-2. 潜在意識を変える

人間の意識には、自分で自覚している顕在意識と、無意識の部分である潜在意識とがあるとされている。このうち、顕在意識はわずか10%程度であり、無意識である潜在意識が約90%を占めるということだ。つまり、顕在意識でどんなに強く思っても、潜在意識がそれを否定していると、思いは実現されない。

例えば、学生はよく「歌が上手になりたい」と言うが、顕在意識のこの思いはこの時点で潜在意識に支配されてしまっている。「になりたい」という言葉は、「なれていない」という現状、そして「なれない」という過去の記憶から出てきている。潜在意識の中では「なれない」けど、顕在意識では「になりたい」となっているのである。このままの意識では、上手になれない自分ばかりを無意識下で意識している状態のため、上手になるための筋肉が働きにくく、上手になれる確率は下がる。

これを解決するために、潜在意識を変えていく訓練が必要である。人間が意識してコントロールできるのは顕在意識であるため、顕在意識に繰り返し経験させることで潜在意識を変えていく。繰り返すことによって臨場感が高まり、そのリアリティが徐々に潜在意識を変えることができる。「上手になりたい」が「上手になっている」、そして「上手になる」というイメージにまで成長する。

1-3. 効果の高い実践内容

学生が自分らしさを確立し、自分を活かすために潜在意識を変えていけるよう、これまで様々な方法を試みてきた。その中で、確信の持てる訓練内容がいくつか見つかっている。ここではそれを紹介する。

(1) モチベーションを上げる声出し

号令係一人「きおつけ～！よ～い！せ～の！」
全員「できる！できる！できる！」

号令係は、全員がプラスの心の状態になるよう意識して号令をかける。一人ずつ交代して、全員が号令係になる。これを言う前と言った後の気持ちの違いを確認する。ほとんどの学生はやる気になっている。

(2) 7つの氣「七大氣」で声出し

七大氣とは、勇氣、元氣、和氣、根氣、本氣、やる氣、その氣の7つで、これは私が特に必要と思う氣力を7種類挙げたものである。これらの氣を意識することで、学生は自分の中に眠っている力を引き出すことができる。声出しは以下の3パターンで行う。

(i) 七大氣を読み上げる

「1つ勇氣！」「2つ元氣！」「3つ和氣！」
「4つ根氣！」「5つ本氣！」「6つやる氣！」
「7つその氣！」

(ii) 七大氣がないとしたらそれは自分の問題であると自覚する

教員「勇氣がないのは誰のせい？」
学生「自分！！」

7つの氣について、一人一人が交互に質問していく。すべてにおいて自分の意識が選択した結果であることを認め、マイナスからプラスに心の状態を変える訓練である。

(iii) 七大氣があるということを実感する

教員「勇氣あるかい？」
学生「勇氣あるよ！」に始まり…
教員「その氣になってきたかい？」
学生「その氣になってきたよ！」まで

7つの氣について、一人一人が自分に必要な、又は欲している「氣」を次々に質問し、それに全員が答えていく。全員から「あるよ！」と答えてもらった氣を自分の中に取り入れ、完全体になった状態からスタートできるように導くことを目的とする。

(3) アファメーション言葉の声出し

「私は素敵!」「さすが私!」「私って凄い!」
「私の声はいい声だ!」「惚れ惚れするような
いい声だ!」など

なりたい自分を目指す訓練としてアファメーションを取り入れている。「なりたい」という言い方ではなく、現在すでにそうであるという表現で行う。学生は初めは恥ずかしがったりするのだが、二か月も過ぎると自ら楽しんで言うようになる。

以上の訓練は、一人一人の意識を高めるために行う実践訓練である。これらは習慣化され、いつの間にか当たり前のこととして取り組めるようになることが重要である。

心の状態が表現に関わってくる。次の表現者としての意識改革を支えるものである。

2. 表現者としての意識改革

臨場感なくして表現は成り立たない。よって、音楽表現を可能にするために、自分がリアリティを感じることを、そしてそれを伝えられるようになることを目的とする訓練を行っている。音楽の表現力としての技術はもちろん、それを習得するためには想像力や新しい発想力も必要となる。個人としての意識改革を、人に伝える表現者としてより洗練されたものにしていく。

2-1. 想像力と臨場感の実践

歌詞を台詞として表現する練習

二人が組み、交代で歌詞を台詞として相手に伝える。相手が伝わったと感じるまで繰り返す。相手が受け入れてくれたら成功。

曲を理解するためには、作詞作曲者が何を伝えたかったかを捉えることが必要であるが、歌詞の解釈は十人十色である。よって、学生が歌の内容を捉えたものを如何に表現するのか、まず知る必要がある。自分なりに捉えた歌詞をどう表現するかは学生たちの自由だ。教員は、作品から逸脱し

た解釈の場合にのみヒントを与えて導くのみである。

歌詞を台詞として伝える目的は、自分の解釈を臨場感あるものとして相手に伝えることである。自分が理解しても、それをいかに表現するかは繰り返しの訓練でしか獲得できないものである。自分が感じていることを相手にもリアリティを持って感じてもらうためには、自己完結しないで意識の抽象度を上げることが必要である。相手の意識に繋がる表現を学生は感覚で学んでいく。相手の心が動いたときに、人の心を動かす表現ができたことになる。

2-2. イメージを声に乗せる実践

練習した台詞を歌う練習

台詞で表現した意識で歌ってみる。台詞の時と同じ表現力で歌えたら合格。

歌詞を台詞として伝える方法がわかっても、それが実際の歌になると同じ意識のまま表現することが難しくなる。また、曲に合った表現でなければ意味がないという側面もある。さらに、発声する声そのものの意識も重要である。これは実践する中で、徐々に感じ取っていけるものであり、繰り返しの訓練で無意識にできるようになることしかない感覚である。この点に関しては、学生たちも初めはピンと来ないのだが、実践を繰り返し、意見交換をし、試行錯誤しながら新しい発想力を得、最終的には楽しんでその技術を身につけることができる。

2-3. ミュージカル制作

卒業研究では、毎年ミュージカル制作に取り組んでいる。なぜミュージカルという方法を取るかといえば、これが保育者に必要な素養を多面的に育てることができる最も適した方法だと考えるからである。作品づくり中で想像力を育て、表現することで意識を改革し、イメージを具現化して伝える力をつける。保育要領に謳われている「感じたことや考えたことを自分なりに表現することを通して豊かな感性や表現する力を養い創造性を豊

かにする」という課題が、ここで達成される。

3. 保育者を育てる者としての意識改革

学生の能力を引き出して伸ばせるかは、教員次第である。学生たちは皆、高い能力を身につける本質を持っており、指導に順応する素質を持っている。ほんの少しの教員のアドバイスでも、驚くほど器用に課題をこなすことができってしまう。音楽表現においても、モチベーションを上げるためのサポートをすることで学生の臨場感は高くなり、そこにリアリティが生まれ、徐々に意識が変わり、イメージするものも変わっていく。その結果、見事に相手を感動させられる表現を身につけていく。

教員には、学生たちはみな完全であるという視点が必要である。生まれてきた時から人間は完全だからである。人間には60兆とも言われる細胞があり、その一つ一つに遺伝子が組み込まれている。自分を生かせる莫大なエネルギーを学生たちは誰でも持って生まれてきているということだ。学生たちは、成長できる要素を生まれながらに持っている。

これまでの教育は、学生を不完全なものとして指導する傾向が強い。もし、学生を0点からのスタートと見てしまうと、-20点はその時点でマイナス評価となってしまふ。けれど、100点からのスタートと見れば、-20点でもまだ80点あり十分なプラス評価である。マイナスの解釈からは、「できない」「無理だ」などのマイナスな要素しか生まれえない。可能性は生まれてこない。よって、100点満点からのスタートとして指導しなければ、学生の無限の可能性を引き出すのは難しいということだ。不完全な部分は、本来の完全を目指すための問題集であり、そこを指導するのが教員の役目である。

学生の意識改革を促すために、教員自身も意識改革をしていくことが必要である。

さいごに

これまでの音楽表現は、歌詞を覚えてただ楽しんで歌うことが中心であった。しかしそれでは表面的なものに終わり、音楽の本来的な表現力とは

言えない。また、保育者の想像力や人間的魅力の開発にも繋がらない。

新しい時代の流れに伴い、AIと共存していく時代へと移行していく今、保育者の役割は重要である。保育者は、環境づくりをはじめ、新しい発想力、考え方、捉え方、心に触れるコミュニケーション力など、人間らしい役割と技術が必要とされる。人間一人一人の役割は、「その人らしさ」の表現である。それが自然にできる保育士が多く育つことを目指し、今後も音楽表現を通して研究と指導を続けていきたい。