

焼津市版

エピソード集

「自己肯定感」て、どう育てるの？
“育ち”は、発達によってちがうって？

保育のヒントが
見つかります！



0歳児ごろ・・・泣くことから始まる

～自己肯定感を形成する保育とのつながり～

- ・大人が子どもに受容的に関わることで、すべてが受容される経験が大事です。
- ・あやされることで、「泣いてもいいんだ」という心が形成されます。
- ・泣いたときには、放っておかず、関わります。

ちょうだい

ゆい（10か月・女） ひめか（9か月・女）

夕方、部屋で遊んでいた時のこと。

- ゆい お皿を何枚も出して並べたり重ねたりして遊んでいた。
ひめか ハイハイでやってきて、ゆいが使っているお皿を指さし、「んっんっ。」と保育者に訴えてきた。
ゆい チラッとひめかを見たが、（取られたくないのか）お皿をしっかりと自分で持っていた。

ひめか お皿がほしいと、泣いて訴える。

渡すことを強制せず、ゆいちゃんの思いに寄り添い、気持ちを確認しています。

保育者 「ひめかちゃんもお皿がほしいんだね。」と言って、ゆいに「ひめかちゃんに、1つどうぞってできるかな？」と聞く。

ゆい “いやいや”と首を横に振る。

ひめか 一段と泣き声が大きくなる。

保育者 「ほしかったよね。」とひめかの思いを受け止め、代弁する。

すぐに解決を求めず、「待つ」という保育者の姿勢が支えとなっています。

ゆい その様子を見て、少し悩んでいたが、一枚のお皿を取って、ひめかに「あい。」と差し出した。
ひめか お皿を受け取り、にっこり笑う。

保育者 「ひめかちゃん、うれしかったね。」
「ゆいちゃん、ありがとうね。」

ひめかちゃんの気持ちに共感する声かけと、ゆいちゃんの行動を認める声かけ。これがやがて、ありがとうの心に繋がっていきます。

ゆいは、「うん」とうなずき、ほかの遊びに向かっていった。



1 歳児ごろ・・・いやいや！自分で！が大切

～自己肯定感を形成する保育とのつながり～

- ・大事にされたからこそ、自我（やりたいことがわかる自分）が出てきて、「いや！」や「自分で！」が多くなります。
- ・叩く・噛む・切り替えや変化が難しいなど、関わりはややこしくなるばかりですが、本来、自我が育ってきたことを、大人は喜ぶべきです。「いや！」の気持ちに共感し、心は大事にして、返すことが求められます。

こっち、どうぞ

ようた（1 歳 11 か月・男） あゆむ（1 歳 3 か月・男）

ようた
あゆむ
ようた

四角い積木をきれいに並べ、「おうち～」などと言いながら、1 人で遊んでいる。
ようたが使っている積木が気に入り、並べてあった積木に手を伸ばした。
あゆむの伸ばした手に気づき、「だめ！ようちゃんの！」
と言って、あゆむの手を振り払った。

あゆむ
ようた
あゆむ
ようた

しつこくまた寄っていく。
あゆむを叩いた。
突然のことに驚いた様子で、泣きだしてしまう。
（泣いてしまったあゆむに困ったのか）
はっと保育者の顔を見る。

自分のもの、という強い
思いが出る 1 歳児です。

あゆむくんに共感しつつも、
ようたの思いを優先し、
ようたの心を大事に
しています。

自分の行為を振り返る 1 歳児
の姿です。まなざしを送るの
が一番多い年齢です。



保育者

あゆむに「びっくりしたね。痛かったね。この積木は ようたくんが使っていたんだね。」
と伝え、

ようた

ようたに「ようたくんが楽しそうで、一緒に遊びたかったみたいね。あゆむくんも
一緒に遊んでもいいかな？」と聞く。
「・・・」

保育者

（聞こえているはずだけど。質問をかえてみよう。）
「あゆむくんはどれを使ったらいい？」

ようた
あゆむ

「こっち、どうぞ。」と自分からあゆむに積木を渡し、あゆむの頭をなでた。
保育者を見て、にっこり笑った。

保育者

あゆむに「あゆむくん、よかったね。
貸してもらってうれしいね。」
ようたに「あゆむくんがにこにこしているよ。
ようたくん、ありがとう。」

ようた

保育者を見て、笑顔でうなずいた。

その後、2人は、それぞれ楽しそうに遊んでいた。



保育者を通じて、2人の気持ちと言葉を結び付けていくと、
「ありがとう」の言葉の本当の意味を、体で覚えていきます。

2歳児ごろ・・・ますます強くなる自分の心

～自己肯定感を形成する保育とのつながり～

- ・ますます自分の“したい”気持ちが強くなりトラブルが増えますが、保育者は共感的に関わります。
- ・頑固のように見えますが、ころっと変わる気分のノリがあります。
- ・その気分のノリに合わせる保育者の演技力も必要です。

だって2さいだもん！

さとし（2歳2か月・男） A（2歳2か月・女） B（2歳1か月・男）

朝のサーキット遊び、少し高さのある平均台で遊んでいたAとB。
平均台を渡って、とびおりをしている。2人ともうれしそうな表情。

A・B 「みててー。」

保育者 「見てるよー。」と応じる。

得意気にしている姿がほほえましく、危険がないように見守っている。

気分をのせてあげる言葉
かけがいいですね。

2人を見て、「自分もや
ってみたい」「自分もで
きる」という心の芽生え
が感じられます。

少し離れたところから2人の様子を見ていた さとし がやって来て、平均台に自ら上がって、
ゆっくりと渡り、端まで来てしゃがむ。

保育者 （いつもは自主的に参加しない さとしが？）
（とびおるのか？）
（私に助けを求めるのか？）
（それとも、あきらめるのか？）

すると、さとしは勇気を出してとびおる。

保育者 「すごいじゃん、さとしくん！ かっこいい〜！」と伝えと、
さとし 「だって2さいだもん！」と中指、薬指、小指を立てて得意げな表情を見せる。
A・B 「Aも2さい！」「Bも2さい！」
保育者 （指は3本立っているが、まあ、いいか！）
「そうだね、みんな2さいだもんね！」と保育者も指を3本立てて応じる。

その後、また挑戦するさとしの姿があった。

保育者も子どものノリにあわせる演技力が
必要です。保育者のノリがあったから、ま
た挑戦できたのかな。



3 歳児ごろ・・・自己主張が強くなるが、他者理解は難しい

～自己肯定感を形成する保育とのつながり～

- ・容赦なく、きつく強く自己を主張しますが、他者の意図を理解することは、難しいです。
- ・集団の中で、誰かに聞いてもらった、大事にされた経験を積むことが大事です。

アイスクリーム屋さんしようよ

ゆみ（3 歳 11 か月・女） はるな（3 歳 8 か月・女） まさと（3 歳 4 か月・男）

「アイスクリーム屋さんしようよ！」ゆみ、はるな、まさとで、アイスクリーム屋さんごっこをしはじめた。

ゆみ 「はい、どうぞ。まさとくんたべて。」

はるな 「どうぞ、めしあがれ。」

まさと 「いただきます。」と言って、食べるまねをする。
「ごちそうさまでした。」と2人の方へカップを返す。

はるな 自分が作ったアイスとゆみが作ったアイスの両方を、スッと手に持ってしまう。

ゆみ 不満げな顔をして怒り出す。「それ、わたしの！かえて！」

はるな 「だめ！はるなの。フンッ！」と顔を後ろへ向ける。

ゆみ 「なんでとっちゃう？」と取り返そうとするが、
かわされてしまい、はるなの頭を叩こうとする。

はるな 負けずに叩き返そうとする。

まさと 困った様子で2人を見ている。

保育者 (まさとくんはどうする？何か言うかな？)

ゆみ 不服そうに担任を見る。

保育者 (いよいよ助けを求める眼差しだな。)

「アイスクリームください。まさとくん、アイスクリームどうだった？」

まさと 「・・・おいしい。」

保育者 「なんの味にしようかな～。そのアイスおいしそうだね。」

はるな 困った表情を見せる。

保育者 「どうしたの？」

ゆみ 「わたしがつくったアイスなのにね、はるなちゃんがとっちゃった。」

保育者 「そうなの？」

はるな 「まちがえただけだよ。」

ゆみ 「ちがうよ！ほんとにとったんだよ。」

保育者 「そっかぁ。はるなちゃんは、まちがえちゃったんだね。どっちもおいしそうにできているもんね。」

ゆみ 「そっち、わたしがつくったの。」と手を伸ばす。

はるな 「・・・。」

ばつが悪そうにしながらも、少し不満げな顔で、ゆみのアイスを返す。

まさと はるなとゆみの間に座って話していた担任の膝に座り、はるなとゆみ、担任それぞれの顔を見た後、「だいじょうぶだよね。」とほえまわ。

また、3人でアイスクリーム屋さんをして遊び始めた。

2 歳児までの遊びとの違いの1つ、イメージを持って遊び始める姿です。

自己コントロールの育ちの前に大切な、言葉での自己主張の姿です。



けんかして、痛い思いを知って、学ぶ時期です。保育者は、事の成り行きを見守りながら、助け舟を出すタイミングを見計らっています。

自分が悪いことがわかっているからこそ、嘘の言い訳ですね。でも、そこはあえて責めていません。



4 歳児ごろ・・・他人の目が気になる

～自己肯定感を形成する保育とのつながり～

- ・人から見られる自分がわかるので、周りの目が気になり、自分の思いや考えを素直に出しにくくなります。
- ・自分の思いを伝え、他者を自分の中に取り入れる力が育ち、心が揺れる時代です。その経験の中で、自己コントロールの力が育ってきます。

ここにあわをつけてくれない？

しん（4 歳7か月・男） N（4 歳7か月・男） K（5 歳2か月・女）

しんは、登園後、水着に着替え戸外に出ると、同じクラスのNと一緒に水鉄砲を使い、遊び始める。保育者は近くの泡遊びコーナーにて、他児と遊び、Kは近くの砂場で遊んでいる。

しん・N 「えーい！」と水鉄砲を勢いよく発射し、遊んでいる。

水鉄砲を撃つことに夢中で、周りの友達の遊び道具にも水がかかってしまうが気づいていない。

保育者 （道具も濡れちゃうし、周りの友達にも迷惑がかかるな。）

作った泡を倉庫の壁に塗り、的を作る。

しん 「え？それなに？うってもいい？」と興味を持ち、聞さにくる。

保育者 「いいよー。」

しん・N 「やったー！」と喜び、泡に向かって水鉄砲を撃つ。

しん 「あわがながれているよ。おもしろいね！」
水鉄砲で撃った泡が流れる様子を見て楽しむ。

子どものやりたい気持ちを否定せず、環境を創って楽しみを保障する。幼児教育の基本ですね。



周囲の物事に興味を持ち、その仕組みについての関心が高まります。起きた事象についてその原因を考えようとしてします。因果関係への気づきです。

保育者が倉庫の壁に泡を付け、しんとNが水鉄砲で撃って流すというやり取りを何度か繰り返す。

そのうちに、泡コーナーで遊んでいた園児から「せんせい、みてみて。」と声がかかったので、保育者は倉庫横から泡コーナーへと移動をし、しんとNは倉庫横に残って遊ぶ。

保育者 （私がいなくなってしまうかな？）

しん・N 自分たちで泡をつけ、水鉄砲で撃つことをしていたが、おもむろに、近くの砂場で遊んでいたKに話しかける。

しん 倉庫を指さしながら「ここに泡つけてくれない？」

K 「いいよー。」

しん 「このあわをここにつけて。そしたらほかでっぼうでうつから。」とルールを提案。

K 「わかった！でもわたしもみずでっぼうやりたいから、あとでこうたいして！」

しん 「じゃあ、3かいやったら こうたいにしよう！」と提案する。

自分たちでルールを創る、変えることができるようになります。自己コントロールの形成が土台となり、ルールが守れるようになります。

4歳児らしい、子どもだけで遊びが成立している姿です。



その後も仲良く交代しながら遊びを進めていく。

5歳児ごろ・・・折り合いをつける

～自己肯定感を形成する保育とのつながり～

- ・自分だけのことを主張していたら、楽しくない、おもしろくないという経験。
- ・友達や仲間と一緒にいると楽しいという経験。
- ・自分の思いを主張し、相手の気持ちを理解し、考え、話し合う経験の中で合意形成を図っていきます。

だれか せんせいやくと かわってくれないか？

りえ（5歳8か月・女） H（5歳8か月・女） K（6歳7か月・女） U（6歳5か月・女）

発表会の役決めがほぼKのリードで決まったが、りえが浮かない顔で隣の席のUに話をしている。

保育者 （何か不安になっているのかな？）

U 「せんせいにいってみれば。」

りえ 「・・・やっぱりみみずくやくがいい。」と、か細い声。

保育者 「そうかぁ、じゃあみんなに言えるかなぁ。」

「先生に言えたんだからきつと言えるよ。大丈夫！」

U 「じゃあ、りえちゃんがはなしがあるって、Uがみんなにいうね。」

U 「ねえ、みんなぁ りえちゃんがはなしがあるんだって。」

りえ 「あのね・・・だれか せんせいやくとかわってくれないか？」

保育者 （みんなの前で言えた！声も少し大きくなった！）

K 「えっ～！だってもうきめたじゃん。」

子どもたち 「そうだよ。」「もうきまったよ。」と口々に言う。

保育者 （やっぱりそう言うよねえ。）

りえ 目にはみるみる涙が溜まっていく。

U 「でもさぁー、りえちゃん すっごいがんばって かわってっていったんだよぉ！」

K 「じゃあ、せんせいやくだって がんばれるじゃん！」

保育者 （今頑張って言えたことを誉めたいけどなぁ。そういう応援の仕方もあるなぁ。）

Kに続いて発言する子はなく、りえは下を向いたまま。

H 「いいよ。かわっても。」

K 「えっ！いいわけ？みみずくやりたいんだよねえ。」

H 「いいよ！かわっても！」さっきよりも大きい声で答えた。

りえ 「ほんとう？Hちゃんありがとう。」

U 「りえちゃん、よかったね。」

りえ 「うん。Uちゃんもありがとう。」

子どもたち 「ありがとう。」と口々にHに礼を言った。

クラス全員で共有できましたね。

1人の意見も大事にしています。

どうしたの？



困ったことはみんなに相談。"仲間が後押ししてくれる"そんな関係が育っているのですね。

5歳児ともなると話し合いが日常的になってきます。子どもたちに任せて見守っている姿勢がいいですね。

りえが頑張って言ったことを認め、理解してあげたのですね。他者理解が進むと、折り合いをつける力が育ちます。

あのね・・・



エピソード集発行によせて・・・

教育・保育の目的は、教育基本法前文に「豊かな人間性と創造性を備えた人間の育成」と書かれているように、人格の形成にあります。そして、人格の中核になる自己肯定感の形成は、生まれたその日から始まります。泣くことから始まる子どもの「思い」に共感的・応答的に関わることで、子どもには無条件に人を信じる力である基本的信頼感(愛着)、そして「ありのままの自分でいい」という自己肯定感が形成されていきます。

「焼津の子どもは、焼津に住む大人たちみんな育てよう」の思いから始まったプロジェクトの中で、私たちは保育の専門職として「子どもの心を知る」「自己肯定感の形成から考える」という視点から学んできました。そして、ここに掲載されている実践(エピソード)は、焼津市内全園から提出していただき、課題検討部会において論議抽出したものです。

論議の中で大切にすることは、個別性(それぞれの園の制度・保育形態・文化・歴史などのちがひ)と共通性(子どもが今を充実して、自己肯定感を持って未来を生きる力を形成すること)です。

保育の世界から生み出された、“大人たちの宝物”(＝このエピソード集)をこれからの自園の保育に活かしていただき、「焼津市の保育の質の向上」に繋がっていくことを願っています。

乳幼児期に焼津で過ごした子どもたちが、将来、「自分って素敵だな。大人って素敵だな。」と思い、自分の未来を切り拓くことを願って!!

静岡福祉大学 岡村由紀子

～オールやいづ★ねっこプロジェクト～

【平成 28、29 年度 課題検討部会】

市川洋子・上澤紀代子・大石照寿・加藤裕子・久保山なぎさ

栗原智美・鈴木邦代・水野仁美・山岡かつ絵・吉永道子

事務局：焼津市こども未来部 保育・幼稚園課