

第2回 イヤ！自分で！から始まる自我～大きくなるのは、楽ではない～ 年齢別に見る自我の発達と保育



講師 岡村 由紀子 氏

はじめに

自我とは？簡単に言い換えると、やりたいことがわかる自分です。それまでは他者の言いなりになっていた自分の行動や意識の主体の意味がわかるということです。似た言葉に「自尊心」という言葉がありますが、それは確たる自分を持ち、自分自身を大切にできる心ということです。2歳ごろに芽生え、これがないと生きていけないという大切なものです。

1 なぜ大事なのか

遊びの中で自分が何かに働きかけ、体を通して自分が得意なことに気づいたり、これは苦手だった、苦しかったなどと感じたりして自分を作っていきます。実体験から、自分の好きなどころはどこか、他児と比べて自分の得意なことや不得意なことは何かなどと自分を分析します。自分がやりたいことや大切にしたいことがわかることが、自己肯定感の形成の一つです。これは 0 歳児から育っていきます。

2 0 歳児の発達…自我の土台

(1) 乳児期前期 3 つの発達

①2 か月頃までは、生まれた当時の反射が残っています。口角反射といい、生存を維持するために、自分の意思ではなく反射で、おっぱいやミルクを飲みます。赤ちゃんの視力は 30 cm くらいです。赤ちゃん目と目を合わせて、「おいしいね」「大きくなるといいね」などゆっくりと話しかけることが大事です。

②3、4 か月くらいになると、赤ちゃんはミルクを飲んでいる時に、キョロキョロしたり、おなかがいっぱいだから舌ペラで押し返したりします。反射から解き放たれて、自分でおなかがいっぱいだとわかってくる時期です。それは主人公になりたい気持ちの芽生えです。この時期には、赤ちゃんが泣いたらミルクをあげる。つまり赤ちゃんが欲しい時に欲しいだけあげる、というリズムで授乳します。

③5、6 か月になると、赤ちゃんは目の前のおもちゃをじっと見るようになります。授乳を通して、人と心を通い合わせることが気持ちよと感じる力が育ちます。一緒に遊ぶという活動も、あくまでも赤ちゃんの動きに合わせる事が大事です。赤ちゃんが泣いたから抱いたのであれば、抱き癖はつきません。赤ちゃんが望んでないのに抱っこしていると、抱き癖がつきます。あくまでも主人公は赤ちゃんです。乳児期前期はあまり反応がないと言いますが、丁寧に見ていけば3、4 か月から、授乳している時、あやした時、赤ちゃんは楽しいとにこにこ反応します。キーワードは「赤ちゃんに合わせる」です。

(2) 乳児期後期 3 つの発達

①7、8 か月頃、愛着の形成ができます。赤ちゃんは特に生存に係わる世話をしてもらいの中で、心を通い合わせると心地よい人を求めます。そういう人を赤ちゃんが選択しています。それが人見知りです。

②9、10 か月。大好きな人のところへ、移動が可能になってきます。そして、言葉の前の言葉＝指さしが出てきます。「ワンワンいたね」「お花きれいだね」など大人がたくさんかけてくれた言葉を身体

に入れ込んでいるから、今度は赤ちゃんの中から言葉が出てくるのです。

③11 か月頃、例えば犬がいた時に「ワンワンいたね」と声をかけられると、ただの動いているものではなく、関係や意味がわかるようになってきます。0歳児クラスの先生は、聞かれていなくても赤ちゃんにたくさん声をかけています。これがすごく大事です。0歳児はこのように周りから声をかけられて、自分のやりたいことがわかる自分（自我）を見つけ出す核＝レセプター（受容体）を作っています。「あっあっ」という喃語に対して、応えてくれる大人がいる。自分の思いを言ってもいい、泣いてもいいなど、〇〇してもいいのだという器を作っています。これが自我の土台です。一番はおなかのすいたなどの快か不快かの感情です。この先、感情が分化して、怒りや嫉妬が生まれてきますが、0歳児のこの時期のレセプターは、心地よいかどうか为中心です。

3 1歳児の発達…自我の芽生え

(1) 自我が芽生える時期です。1歳児の自我の芽生えは、愛されて、たくさん声をかけられて「〇〇してもいいんだ」ということを学んできたからこそ、この時期に「自分で！イヤ！」が出てくるのです。しかし、乳児は大人が言葉をかけても、それで心や身体を整理することができない時期です。だから大人にとってはややこしくて、頭にきてしまうこともあるものです。保育士はチームです。何から何まで自分でやろうとしなくても、困ったときに交代することもいいでしょう。ちょっと空気が変わっただけで、子どもは気持ちを変えられます。

この時期に認知の発達もして、見立てる力がついてきます。見立てて「どうぞ」が一緒にできる。それは象徴機能です。これがやがて、見えないもの、想像性の発達につながります。この時期は人生で一番共感の眼差しを多く得られる時期です。これが、2歳時期の立ち直り能力の原動力になります。ハイ

ハイをする赤ちゃんが、後ろを振り返り、大人と目を合わせてニコッと笑う。そしてまた進む。この子どもが送ってくる眼差しを拾うことが、2歳児期の立ち直りにつながります。

(2) 1歳児後半の発達には、大好きな人、眼差しを拾ってもらった大人と一緒に見立て遊びができるように育ってきたことがあります。1歳半健診で、積木を積むという検査をします。指先の発達＝脳の発達を見ていますが、積んだ積木が崩れた時にその子がどういう態度をとるかも見ています。もう一度チャレンジすることができれば、立ち直る力が育っていると判断します。人生はほとんどどうまくいかならないことばかりです。挫折しても立ち直らなければなりません。この立ち直る力の土台が、1歳半前後に、大人から眼差しを送ってもらい、失敗しても立ち直り、もう一度挑戦する。これは探索活動につながる力であり、自己コントロールの形成にも大きくかかわります。

4 2歳児の発達…自我の芽生えを豊かに

自我が確立して豊かになってくるとともに、言葉が出ない分、噛んだり、引っ張ったり、かなり動作が激しい時期に入ります。2歳になると比べる力を獲得し、「自分と人とは違っている。だからこのおもちゃは自分の物」という気持ちが生まれます。人に対しても同じです。関わり方は十分でないけれど、「この人が好き、この物が好き」がはっきりしてきます。“こだわる”時代です。こだわりがすべて悪いのではなく、2歳児はこだわることによって、自分の大事にしたいことがわかってきます。自我が確立してくると、なんとなく他人が見えてくるのです。

この時期、先生に必要なことは“のり”です。子どもは自分のしたいことをしたいし、好きな人ができる割に人との関係性ができないからこそ、トラブルが生まれ始めます。そういう時ほど先生と一緒に遊んで遊ぶことで、子どもは「一緒だね」「楽しい

ね」を覚えていく時期なのです。それが確たる自分を持たせ、自分自身を大切にできる自尊心を芽生えさせます。子どもの心には、大きくなりたい自分と甘えたい自分の二つがあって、いい時ばかりではなく、でこぼこしながら、らせん階段のように成長していきます。特にこの自尊心や自我という、自分のしたいことがわかる自分が目覚めるときは、心の中では嵐が起きているような状態です。大人から見れば、手がかかってどうしようもない大変な時期に実は発達している。特に自我というのは、周りにたくさん迷惑をかけながら、自分一人ではなく、人との関係性の中で育っていきます。だから、大人も子どもも巻き込まれてエネルギーがいるために、この時期、虐待発生率が高くなります。それは自我に対して、親達がどう接していくかという子育ての知恵が伝わり合っていないからです。

5 3歳児の発達…自我の確立

3歳児になると自我が完全に確立して、他者がしっかり見えるようになります。「地球は自分のために回っている」という時代で、依存から自立していく過渡期です。「イヤイヤ」の自分なりの理由や自分のやりたいことを語れるようになり、対大人では2歳児ほどややこしくなくなります。また、自分の支度はできていなくても人の世話を焼く。これは、他者に関心を持ってきた大事な姿です。他者を自分に入れ込む時代が次に来て、そこで自我が確立されていきます。

他者に関心を持つ3歳児では、自我と自我とのぶつかり合いによるけんかが起こります。2歳児くらいからけんかは生まれますが、この頃は物の取り合いだからあまりこじれません。ここに人が入ってくるとややこしくなります。この自我と自我のぶつかり合いの時期は、けんか両成敗の指導ではいけません。「あなたの思いとあなたの思いがこう違って」ということを丁寧に伝えることが大切で、白

黒つける必要はないです。結論は出なくても、お互いの思いを知り、どうしたらいいかを一緒に考えることが大事です。けんかは他者理解のチャンスです。4、5歳児の話し合いは、結論を導き出すためではなく、他人がどういうふうに思っているかを知る機会です。4、5歳児の先生は、話し合いの整理をして、話し合いの答えを出すために、子どもが自分の言いたいことを言えるようにします。自我の発達の中では、話し合い活動が大事なのです。特に発達障害の子は、自分のしたいことが不適切な行為として出てきます。人をたたいたり、嘔んだり、奇声を上げたりする行為は不適切ですが、気持ちはしっかりと受け止めるのが、プロの仕事です。それをしないと発達障害といわれる子たちが学童期、思春期に入って、自己肯定感を持てなくなります。だから自己肯定感を持てるように、褒めましょう。本当にそのことが素敵だね、という時に褒めるのです。

6 4歳児の発達…第2の自我の誕生

気持ちの伝え合いを大人が補助している時代と違い、人の心が自分の心に入ってきます。そのベースになるのが、比べる力です。人と自分の違いを認知するのがだいたい4歳です。4歳児は人格敏感期といわれるくらい揺れます。自分というものを作っています。ふざけたり、臆病になったり、いたずらしたりします。4歳児は“人から見られる”という人生で初めての壁にぶつかりながら自分というものを見直し、自分だけが一番でもないし、下手な子、上手な子がいることを知ります。弱い子に対して、攻撃的になってくるのもこの時期です。言いつけが多いのもこの時期です。他人の目がすごく気になり、他人からどう見られるかという思いから、他人のことを言いつけます。この時に子どもは、自己内省といって自分の心を見つめていくのです。この時期の子が園に行くのを嫌がるというのは、友達の事が見えるようになって、心が揺れ始めているから

です。友達の言った言葉が心の中に刺さってしまい、解決できない。何が起きているでもなく、先生も親も理由を見つけられない。でもそれはわがままではなく、大きくなっているということです。

この時に大切なのが、友達という集団の質です。自分の思うようにいかなかった時、周りがどう対応したかによって、クラスが好きにも嫌いにもなります。自分の自我を親にではなく、クラスの仲間の中で大事にされるのが大切です。人の心が多様な集団の中で、友達って素敵だなという心が育つ。つまり安心と信頼です。この信頼が“自己信頼”につながる前の、“社会的信頼”です。

大好きな人の前では、子どもは自己コントロールしていきます。自己コントロールには、人から言われて自分を止める“他律的コントロール”と、自分で自分をコントロールする“自律的コントロール”があります。今の若者は、“他律的”は育っているけれど、“自律的”が育っていない。その理由は、温かい集団経験がないからです。

自己コントロールのない自我は、ただのわがままになってしまいます。自分のやりたいことを、人を泣かしてまでもやっていいわけではない。友達との関係が豊かになっていくように自分のやりたいことを調整できるようにすることが、この時期の保育で大切です。

7 5歳児の発達・・・第2の自我を豊かに

4歳児で目覚めた第2の自我が確立します。人の心がわかるから子どもは嘘をつくようになります。正直に言ったら、この人は怒るということがわかったり、格好悪い自分は見せたくなくなったりするから嘘をつくのです。3歳児の“自分だけ”という自我だけでは生きていけない。人がどう思うか、これはやってはいけない、という感情をくぐって、新たな第2の自我を自分の中に入れ込みます。これが、乳幼児期に育てていく、大事な根底です。見えるとこ

ろではなく、活動の裏にかけがえのない自分を発見して、新しいことに挑戦したり、勇気を持ったり、がんばったりというように、自分を豊かに鍛えていくには、仲間集団が必要になってきます。ですから、保育者がクラス内の人間関係を丁寧に見て、対等の関係の中で子どもがいきいきと自分を出せるようなクラス作りをすることが大切です。この時代は、先生対子どもというより、子ども集団の中で、子どもがどういう風に関わって自分を作っていくか、人との関係性が大切です。自我というのは、一人ぼっちでは育てられず、豊かな関係性の中で育ちます。大人対子ども、子ども対子ども、そして大人と大人の豊かな人間関係をモデルにして、やりたい自分が大きく膨らんでいくのです。

やりたいことを認めることは、わがままのように感じますが、大人からすると困った姿であるただこね、イヤイヤ、泣く、言いつけなどに、大事な発達の根があると捉えていくと、保育の視点が豊かに変わっていくと思います。

終わりに

ワロンは「3、4か月の赤ちゃんは、あやされるだけでなく、大人も一緒に喜びを分かち合ってほしい＝共感（コミュニケーションのはじまり）という気持ちを持っている」と言っています。

人間として生きる土台を創る大事な子ども時代に立会い、喜びを共感できる保育者の仕事は、責任も大きいのですが生きがいも大きいです。ぜひ、専門職としての力を発揮してください。

第2回 保育者資質向上研修会 平成28年度7月26日 会場：焼津市総合福祉会館ウェルシップ
