【原　　著】

人間関係力を育む保育者養成教育の実践
－心理教育“サクセスフル・セルフ”保育者養成版の作成，実施と評価－

加藤　由美　安藤　美華代

Childcare Worker Training to Foster Capacity for Interpersonal Relationships: Development, Implementation, and Evaluation of the “Successful Self”: Childcare Worker Version for Psychoeducation

KATO Yumi, ANDO Mikayo

2021
岡山大学教師教育開発センター紀要　第11号　別冊

Reprinted from Bulletin of Center for Teacher Education and Development, Okayama University, Vol.11, March 2021

岡山大学教師教育開発センター紀要，第 11 号（2021），pp.165 － 178

【実践報告】

原　著

人間関係力を育む保育者養成教育の実践
－心理教育“サクセスフル・セルフ”保育者養成版の作成，実施と評価－

加藤 由美※1　　安藤 美華代※2

保育者養成大学の学生が保育現場の実情を知り，職務上の人間関係のあり方について実践的に学ぶことができるようにするため，心理教育プログラム“サクセスフル・セルフ”保育者養成版を作成後，四年制の保育者養成課程 1 年生 47 名を対象として前半のレッスンを実施し，その内容や実施方法，効果について検討した。学生の記述内容から，本プログラムは分かりやすく役立つ内容になっていることが示唆され，学生の自己・他者理解に繋がり，人との関わり方について考える機会となったことが窺えた。プログラム実施前後の質問紙調査の結果，「対応のスキル」「自己コントロールに関する自己効力感」等の心理社会的要因の数値に変化は見られたものの，プログラムの効果については，今後さらに詳細な検討が必要だと考えられる。

キーワード：保育者養成，人間関係力，心理教育，大学生

※1　新見公立大学健康科学部健康保育学科
※2　岡山大学大学院社会文化科学研究科

Ⅰ　問題の背景と目的

幼稚園教諭及び保育士（以下，「保育者」）の離職率の高さや人材不足の深刻化等が指摘されている。保育職の離職理由の特徴として，「職場の人間関係」「心身の不調」等が挙げられている[1)]。海外においても，職員とのコミュニケーション，ソーシャルサポートの低さがバーンアウトにつながる要因となっており[2)3)]，職員との人間関係が保育者のストレッサーとの報告がある[4)]。国内では，保育者のストレスに関して既に多数の調査が実施されており，職場の人間関係の問題は，保育者の代表的なストレッサーであり，特に若手保育者にとっては離職につながりやすい要因であると懸念される[5)]。

保育現場では，複数担任制をとったり，新卒者とベテラン保育者が一緒に仕事をしたりする場合が多く，同僚間での連携が重要となる。しかし，保育者一人ひとりの保育に対する考え方や保育の方法は異なるため，保育者間でのくい違いが起こり易く，互いに共通理解を図ることは容易ではないため，特に若手保育者は職場の人間関係に困難感を抱え易いと考えられる。

現職保育者への面接調査では，保育者の人間関係が形成される背景に「階層的な人間関係」「対話の閉鎖性」「流動的に保育者が職務を行う」の 3 点があり，保育者同士が職位等を超えて広義に園の職務に携わっているが，対話における発言力には差が生じており，園内では言いたいことがいえない現状にあること

が報告されている[6]。

保育者の抱える対人ストレスと保育者として必要な資質の理解に関する調査結果では，保育者が保護者や子どものみならず上司や同僚についても協同関係を結ぶべき重要な相手と認識することや，お互いの保育観や教育観を理解し合うことができるような関係形成・維持が必要で，そのためにソーシャルスキルが位置づけられると指摘している[7]。

保育者養成課程の学生のコミュニケーション能力に関する苦手意識を明らかにした調査では，学生自身の対人関係を自ら構築する力を育成することが第一の課題であると報告されている[8]。保育者養成短大生のコミュニケーション能力の特徴として，困難な状況への対処，積極性・自己主張性，問題発見，目標設定等に対するスキルの弱さがあり，困難な人間関係から逃げずに改善しようとする意欲と具体的な対処方法を身につけることの必要性が指摘されている[9]。

保育者の早期離職の理由として，職場の人間関係や管理職との関係，職場への適応におけるつまずきが多く見られることから，養成教育においては「社会人基礎力」にあたる力の養成を重視すべきであり[10]，そのような現状を踏まえると，保育者養成大学・短大（以下，「養成校」）においては人間関係力を育むことを主眼に置いた教育実践が求められていると考える。保育職につく前段階の大学生を対象とした保育者養成教育において人間関係力を育成することにより，就職後の職場適応における困難感が軽減されるのではないかと期待できる。

安藤（2011）は，大学生を対象として人間関係力を育む心理教育“サクセスフル・セルフ”の実践を報告している。心理教育“サクセスフル・セルフ”は，大学生の発達課題に関連する諸課題について心理行動社会的観点から理解し，自分自身の感情，認知，行動を調整する力を身につけることで，こころの健康を保持増進し，「社会の中で自分らしく生きる」基礎力を身につけることをめざしている。個別活動やグループ活動等を通して，自己理解，他者理解，自己コントロール，社会適応，ほどよい人間関係構築・継続，自己効力感の肯定的変容をねらいとしている[11]。“サクセスフル・セルフ大学生版 2008”を用いた介入研究では，プログラムを実施した群は，対人関係に対する自己効力感が有意に増加したこと，女性においては不安が有意に減少し抑うつの有意な変化は見られなかったことが報告されている[12]。“サクセスフル・セルフ大学生版 2010”を用いた介入研究においても，特に女性において不安の減少や社会性の増加等が報告されていることから，プログラムの実施による自己理解，他者との意見交換や共有，対人関係にまつわる取り組みが，不安予防やもめごとへの対処と解決につながる可能性があると考えられる。また，実践の感想は，全般に肯定的で，対応に苦慮したり悩んだりしていたことに対処し解決する体験になったこと，授業で行ったレッスンは日常生活の中で応用できることが示唆されたと報告している[11]。

養成校での教育を考える上では，就職後の職場適応を見通した人間関係力育

成のための取り組みも参考となる。加藤・安藤（2015a）は，心理教育プログラム“サクセスフル・セルフ”新任保育者版を作成し，現場の保育者を対象として研修会で実施した。その結果，プログラム内容への肯定的な評価が得られ[13]，心理社会的要因に肯定的な変化が見られる可能性が示唆されたことを報告している[14]。

“サクセスフル・セルフ”新任保育者版においては，実際の保育現場での困難場面を想定し，対処方法について考えるレッスンを設けている。保育者養成教育においては，職場内の人間関係といったコミュニケーションの問題等に関して，実際の保育者の職場の在りようを理解することが求められていることから[15]，加藤（2018）は，同様の実践を，養成校の学生に対して実施している。その報告によると，保育者の困難事例を用いた授業は，学生にとって，保育者として働く中で起こりうる人間関係の困難場面をイメージしながら対処方法について考えたり，保育者としてのあり方や心構えについて考えたりする機会となったことが窺えた[16]。

以上のような実践報告を基盤として，養成校における学生が保育現場の実情を知り，職務上の人間関係のあり方について考えたり，保育者としての心構えをもったりできるようにするため，保育者養成に特化した人間関係力の育成を目指した心理教育プログラム“サクセスフル・セルフ”保育者養成版を新たに作成し，実施した。本稿では，その内容や実施方法が適切であるかどうかを検討し，改善点や課題等を明らかにすることを目的とした。

Ⅱ　方法

プログラムの作成にあたっては，安藤（2012）の大学生用ワークブック「自己理解を深め人間関係力を育む心理教育“サクセスフル・セルフ”」[17]を基盤としながら，“サクセスフル・セルフ”新任保育者版による実践[13]及び学生を対象とした実践[16]等を踏まえて，保育者養成に携わる立場から人間関係力の育成に向けた心理教育プログラム“サクセスフル・セルフ”保育者養成版の内容を検討した。保育者養成版プログラムにおいては，「大学生版プログラム」の「主テーマ」を踏襲しながら「レッスン内容」は保育者養成に特化した内容に変更した。作成された“サクセスフル・セルフ”保育者養成版は，表 1 の通りである。大学における一般的な授業時間数を考慮し，安藤（2012）[17]と同様に 14 レッスンとした。プログラム（表 1）の L2・L5・L14 については，“サクセスフル・セルフ”新任保育者版による実践[13]，L7～L9・L11・L13 については，保育者の保護者や職員との人間関係における困難事例[18][19][20]とそれを用いた保育者養成短大の学生に対する授業実践[16]を参考とした。

図 1 は，安藤（2012）をもとに作成したプログラムのモデル図である。学生に提示するレッスンにあたってのポイントは，「自分を知る方法」「コミュニケーションの方法」「問題への対処解決法」「ストレス対処法」の 4 点であり（表 2），これらの学習を通して，学生の心理的要因・行動の変容を促すことにより，「望ましい人間関係を築きながら，自分らしく仕事ができる保育者」の養成を

目指す。

表 1　心理教育プログラム“サクセスフル・セルフ”保育者養成版の
レッスン内容

L 番号	レッスン内容
1	人間関係ビンゴ（保育者養成版）の実践
2	「なりたい保育者像」をイメージする（目標設定）・セルフチェックシートの記入
3	自分を好きになろうカード（得意分野）の記入・保育者としての自己イメージを描く
4	親しい人や保育者・教師との関係を振り返る（内観）
5	困難への対処・解決スキル（適切な自己主張・共感・ゆずりあい）セルフチェックシートの記入と採点・困難な状況に関わる人の気持ちを考える
6	適切な自己主張シートの記入・保育現場のやっかいな人間関係の対処・解決
7	保育現場における「私は」で始めるコミュニケーションの実践
8	保育現場における保護者との対話（語り手・聴き手・観察）の実践
9	保育者間での困った出来事への対処を考える
10	保育の困難場面での問題解決技法・ロールプレイの実践
11	保育現場での先輩・上司との対話における困った出来事と対処
12	保育の困難場面での問題解決技法・ロールプレイの実践
13	保育現場で起こりうるジレンマをバランスシートで解決
14	自分のストレスの原因・心身の反応・ストレスマネジメントを考える

注　安藤（2012）をもとに作成。「L」はレッスンの略。L1～14 は、いずれも実践後に振り返りシートを記入。

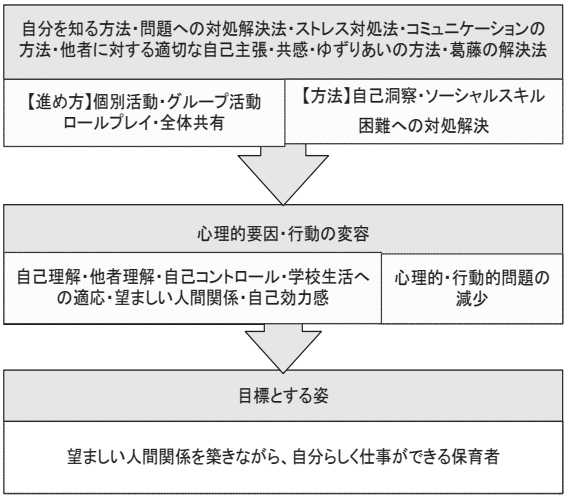

図1　“サクセスフル・セルフ”保育者養成版プログラムのモデル

注　安藤（2012）をもとに作成。

表2　レッスンにあたってのポイント

①	「自分を大切」にして、自分と向き合い、自分のよい面を伸ばし、自分の課題を少しずつ修正しながら、自分らしい保育者になる。
②	「適切な自己主張」「共感」「ゆずりあい」をして、望ましい人間関係を築いていく。
③	落ち着いて、自分や他者の気持ちを考え、様々な対処方法や行動の結果を考えて、困難なことや解決が難しい状況に対処し、それらを解決する。
④	自分の心や体に関心を向けて、ストレスの原因に気づき、ストレスマネジメントをすることで、自分をコントロールする。

注　安藤（2012）をもとに作成。

レッスンにおいては，保育現場での困難事例を取り上げたワークシートを使用し，個別活動，グループ活動，ロールプレイ等を適宜実施した。保育者養成課程の学生が対象であることを考慮し，各ワークシートに取り上げたシナリオは，対処における困難度の高い事例や複雑な事例は避け，若手保育者が困難を抱え易い事例をもとに作成した。“サクセスフル・セルフ”[11)17)]では各レッスンの終了時に学生がレッスン内容への理解や感想，今後に向けて心掛けたいこと等について記述する振り返りシートを使用しており，本プログラムにおいても同様のシートを作成した。

作成したプログラムの前半 7 レッスンは，四年制の保育者養成課程 1 年次前

期「保育者論」（教職に関する科目）において，47 名を対象として実施した。本稿ではこの結果について報告する。なお後半のレッスンは，４年次後期「教職・保育実践演習」（教育実践に関する科目）において実施予定である。各授業の到達目標と本プログラムとの関連を，表 3 に示した。「保育者論」については，全 15 回の授業の内，第 1 回と後半 7 回を筆者が担当し，「教職・保育実践演習」は全 15 回の授業を筆者が担当する予定である。

表3　授業の到達目標と本プログラムとの関連

科目名	到達目標
保育者論	保育者に求められる基礎的な資質能力について理解する。 保護者や園の職員との良好な人間関係のあり方について、具体的な事例を通して理解する。 保育者同士が良好な同僚関係を築きながら学び合ったり、様々な研修等を受けたりすることにより、専門性の向上を図ることの必要性を理解する。
教職・保育実践演習	保育者を目指すにあたっての自己の課題を認識し、挑戦する意欲をもつ。 教職・保育職に求められる課題解決力や実践力を養う。 卒業後の教育・保育職生活をより円滑にスタートできるようにする。

プログラムの評価については，参加学生に対して各レッスンについての振り返りシートにおいて内容の評価と自由記述による感想等の記入を求め，その結果について KJ 法により内容分析を行った。また，本プログラムのねらいに関連し，かつプログラムによって変容可能と推測された対処スキル，社会的コンピテンス及び社会性に関する自己効力感を測定する尺度により構成された質問紙調査を用いて評価を行った。プログラム実施前後の結果について，其々心理社会的要因に差があるかどうかを比較検討した。

倫理的配慮として，研究参加者には，口頭および説明書にて研究の主旨，目的，方法を伝えるとともに，研究協力は自由意志によるものとし，協力しない場合でも不利益を受けることはないこと，成績評価には一切影響しないこと，授業の成果を研究として公表すること等について十分に説明を行い，アンケート用紙等の提出をもって同意を得たものとした。この研究における個人情報の取り扱いにおいては守秘義務を遵守し，アンケート調査等で知り得た情報については，研究目的以外には一切使用しない，提出された調査紙等の記述内容については，個人が特定できる箇所や内容を除き，慎重に結果を扱うこととした。また，個人情報が外部に漏洩しないように，知り得た情報・データの厳重な管理，十分な保護を行った。本研究は，新見公立大学の倫理審査を受けた上で実施した（承認番号：174）。

Ⅲ　結果

振り返りシートにおける学生のレッスン内容の評価を，表 4 に示した。これによると，各評価内容について，「そう思う」「ややそう思う」との回答が 8 割を超えていた。

表4 “サクセスフル・セルフ”保育者養成版 学生によるレッスン評価

評価内容	「そう思う」「ややそう思う」	「どちらとも言えない」	「そう思わない」「ややそう思わない」
【L1 人間関係構築1（*N*＝47）】			
ビンゴゲームで他者紹介をすることができた	47	0	0
自分と他者の似ている特徴，自分らしい特徴を発見することができた	46	1	0
人間関係作りのヒントを得た	46	1	0
【L3 自分を好きになろう（*N*＝45）】			
「自分を好きになろう」カードを完成することができた	41	0	4
「自分を好きになろう」台紙に，「自分」を表現することができた	44	0	1
自己理解が広がった，深まった	40	2	3
【L4 人間関係構築2（*N*＝45）】			
過去・現在の親しい人について，振り返ることができた	43	1	1
親しい人との関係でよかったことについて，振り返ることができた	43	1	1
「ほどよい人間関係」をイメージすることができた	40	4	1
【L5 問題への対処と解決1（*N*=43）】			
困難に対処し解決するための重要なスキル（適切な自己主張・共感・譲り合い）を理解できた	42	2	0
「困難の対処・解決スキル」セルフチェックで，自分のパターンを理解できた	42	1	0
人間関係の困難な状況に，対処せず回避したときの自分や周囲の気持ちを考えることができた	43	0	0
【L6 人間関係を磨こう1（*N*=38）】			
自己主張測定器を使って，適切な自己主張を理解できた	38	0	0
「やっかいな人間関係」の事例から，具体的な場面を想定し，会話の内容を考えることができた	38	0	0
「やっかいな人間関係」の事例について対処解決することができた	38	0	0

注 L2については，授業進行の都合上，評価を実施していない。

次に各レッスン後の学生の振り返り内容を，表 5-1～表 5-5 に示した。記述内容は，主として人との関わりや自身の態度等について「今後心掛けたいこと」，良かったことや難しさ等の「感想」，「気付き」に分類された。具体的な内容としては，「自分から積極的に人に関わってみたい」「あまり話したことがない人と話せるきっかけになった」（L1），「自分自身を知り，自分の良いところ探しをしたい」「自分と向き合うことで自分自身の理解が深まった」（L3），「人との程よい距離感を保ちたい」「親しき仲にも礼儀が大事」（L4），「相手の意見をしっかり聞き，共感した上で自分の意見を分かりやすいように伝え，良い解決法を探したい」「他の人に意見を聞くことで，思考が広がった」（L5），「とりあえず相手の話を聞き，相手を怒らせないように接したい」「将来の様々な場面を想定して話ができたのが良かった」（L6）等の記述がみられた。L2 については，「自分らしく仕事ができるための保育者（社会人）になるための目標」として学生が記述した内容を，表 6 に示した。回答数の多かった順に挙げると，まず「仕事の姿勢」に関する内容（周りに合わせてばかりでなく自分の考えも主張できる，周りの職員との連携・協力ができる等），次に「保育の技術・専門性」に関する内容（専門性を高める，子どもの成長，発達しやすい環境を提供する等），「子どもの尊重」に関する内容（子どもの気持ちにしっかりと寄り添うことができる，子ども目線，子ども主体で物事を考えられる等）であった。また，学生が自分の目標に近づくために「いつもできている行動」「続けたい行動」「やめたい行動」として挙げた主な内容を，図２に示した。「いつもできている行動」で回答数が多かったのは，「人を傷つけることを言わない」「人の意見

表5-1　L1に関する学生の振り返り（*N*＝47，複数回答）

カテゴリー		記述内容（一部）	回答数
今後心掛けたいこと（147）	人との関わり（72）	自分から積極的に人に関わってみたい	45
		相手の気持ちを考えて行動する	5
		笑顔で人間関係がよりよくなっていくようにしたい	5
		一人一人の色んな部分を知りたいと思った	4
		楽しいことが好きなので、人見知りをせずに色んな人に話しかけてみようと思った	3
		相手の目を見て会話することを心掛けていきたい	3
		できるだけ早く名前を覚えるようにする	2
		お互いの良いテンポでコミュニケーションをとる　他	2
	態度（43）	無表情でなく常に笑顔でいる。笑顔が大切	8
		ポジティブに考えれるようにネガティブな所をプラスに考える	8
		自分のことを認めてあげてほめてあげる	6
		楽しいと思うことをする	6
		自分を知ってもらおうとする自発性を大切にする	5
		自分の良いところを見つけていきたい	3
		自分の興味があることを増やして話題の幅を広げたい	2
		人のことも自分のこともよく見ていく　他	2
	共感（32）	趣味や特技など共感しあえるような話題を見つけて話しかける	11
		相手の話を聞いて相手を理解していきたい	8
		相手に共感すること	3
		相手と意見が異なっても相手の意見を受け入れる	3
		相手の良いところを見つけて尊重していきたい　他	2
感想（48）	良かった(45)	あまり話したことがない人と話せるきっかけになった	12
		みんなの様々な一面をみれたり、聞けたりして嬉しかった	10
		多くの人がいる分だけ多くの回答があって聞くのが楽しかった	6
		自分を好きになる良い機会になった	4
		自分のことも知ってもらい、相手のことを少しでも知ることができて良かった　他	4
	難しかった（3）	自分の得意な所や良いところが全然思い浮かばず難しかった	2
		全員の顔を覚えるのは難しい	1
気付き（44）		自分との共通点を見つけたり人の意外なところを見つけるには、たくさん話すことが一番だと思った	16
		笑顔で話しかけると相手も自然と笑顔で話してくれた	8
		自分のダメな所が改めて知ることができた	4
		相手の知らないことだらけということにあらためて気づいた	3
		見た目や雰囲気で決めつけないで、実際に話してみることがすごく大切だと思った　他	3

注（　）内は回答数

表5-2　L3に関する学生の振り返り（*N*=45，複数回答）

カテゴリー		記述内容（一部）	回答数
今後心掛けたいこと（88）	態度（75）	自分自身を知り、自分の良いところ探しをしたい	13
		自分が失敗しても次頑張ろうとポジティブに考える	8
		自分が好きなように楽しいようにやりたいことをしていきたい	7
		自分のことを認めてほめてあげる	6
		自分の長所・短所も否定せず，自分自身だと受け入れる	5
		新しいことにチャレンジする	4
		一度やろうと決めたことは達成するまで貫き通す	4
		自分が何に興味があって，何に楽しんでいるかを考える	3
		自分のダメだと思っている部分でもプラス面で考えてみる	3
		長所は続けて今以上に伸ばし，短所は直すようにしたい	2
		他人の目を気にせずに自分らしく生きる	2
		エコグラムから見れるプラス面とマイナス面を意識して生活する	2
		自分の尺度を見つめる，何に興味があって何を楽しんでいるか	2
		ネガティブな考えを止めようと思った　他	2
	人との関わり（13）	自分から積極的に人に関わってみる	4
		人に優しくなる	2
		笑顔を絶やさないようにする	2
		嫌いな物や人に関わらないなど壁を作らないようにしたい	2
		聞き上手になる　他	1
感想（26）	良かった(24)	自分の良いところを探して自分を好きになる良い機会になった	6
		自分を好きになることは簡単なことではないが，それに一歩近づいた	3
		自分の良いところ，悪いところが知れて良かった	4
		自分と向き合うことで自分自身の理解が深まった	3
		自分と思ったこと，経験したことが一緒で共感できて楽しかった 他	2
	難しかった（2）	自分の中には普段から言葉にできない感情が色々あるのか，それとも言いたいことがありすぎてきりがないのか紙に書くのが難しいと思った	1
		自分のイメージが全く分からない，ぼんやりとしたイメージすら思いつかない	1
気付き（22）		自分自身のことについて考えるきっかけにもなった	3
		自分の直すべきところ，良くないと思うところが分かった	3
		自己主張ができる人になり，驚いた	3
		自分は表現することで自分はどういう人なのかわかった	2
		質問に答えるだけで自分がどういう人間なのか分かった	2
		自分のことを意外と理解していないと思った　他	2

注（　）内は回答数

表5-3　L4に関する学生の振り返り（*N*=45，複数回答）

カテゴリー		記述内容（一部）	回答数
今後心掛けたいこと（126）	人との関わり（77）	人との程よい距離感を保ちたい	14
		相手に求めすぎない	9
		踏み込まず，踏み込ませず他人に干渉し過ぎず，相手の全てを信じずほどよく付き合う	9
		干渉しすぎない	8
		相手の気持ちを考えて，何を話すべきか考える	8
		他人のことに首を突っ込み過ぎず，自分のことにもあまり首を突っ込ませない	7
		ある程度気を遣う	5
		ある程度自分を主張しつつ相手の事を受け止めるようにする	3
		相手に必死にならない，余裕を持つ　他	3
	態度（43）	必要な嘘をついて人をあまり傷つけないように生きていきたい	8
		親しき中にも礼儀が大事	7
		いつも笑顔でいる	4
		常に相手の立場につなって物事を捉える	3
		しっかりと　ありがとう，ごめんなさい，挨拶をする	3
		悪口を言わない，平和主義でいる	2
		親しくない人でも気を使ってばかりいるのではなくダメなことは注意するなどは必要だなと思った　他	2
	将来（6）	子ども達が大人になっても覚えてもらっているような保育者になりたいと思った	2
		担任をしてくれた保育士になりたいと思って保育士を目指すようになったので理想に近づきたいと思った　他	2
感想（27）	良かった(12)	昔や今の親しい人について振り返ることができて良かった	4
		現在の友達の良いところを改めて考えることができて良かった	2
		それぞれに感じた幼少期のエピソードが聞けて良かった　他	2
	難しかった（5）	何十年も関わっているのに，いざ思い出を言葉に書き表そうとするとなかなか思い浮かばなかった	2
		あまり親しい人がいないので考えるのが難しかった	1
		親しい友達とただの友達の境目が難しいと思った　他	1
	その他（10）	今まで自分が出会ってきた人はどの人も大切で，きちんと記憶に残っているんだなぁと思った	4
		自分の好きな友達や先生を思い出して会いたくなった　他	3
気付き（20）		相手に依存や執着し過ぎてはだめなので，程よい距離感で相手に干渉し過ぎないことが大切だと思う	3
		振り返ってみると，いろんな感情を持ち様々な経験を人とのかかわりで得てきた事に気が付いた	2
		相手に返せているものが少なく，もっと返せればよかった	2
		子どものころの記憶は，よく覚えていることが分かった　他	2

注（　）内は回答数

表5-4　L5に関する学生の振り返り（*N*=43，複数回答）

カテゴリー		記述例	回答数
今後心掛けたいこと（63）	人との関わり（55）	相手の意見をしっかり聞き，共感した上で自分の意見を分かりやすいように伝え，良い解決法を探したい	14
		自分の意見を相手にちゃんと伝えられるようにしたい	7
		お互いが快く解決できるように本音をぶつける	4
		相手の話をしっかり聞く	4
		見て見ぬふりをせず，困ったことがあったら声をかけて	3
		相手に譲りすぎるところがあって我慢をするときもあるので自分の意見も大切にしていこうと思う	3
		困っている人，気になる人を見かけたら話しかけ，話を聞く	3
		自己主張もしっかりして，お互いに納得できる解決法を見つけられるよう心掛けたい	2
		相手の意見を受け入れ，納得できるように心がけたい	2
		共感することも大切だけど，自己主張も大切にしたい	2
		周囲の人と感情を共有し合い良い解決ができるようにしたい	2
		人の立場に立って状況を考えられるようにする　他	2
	態度（8）	友達関係から学ぶ	2
		自分の性格が分かり，直すべきところも分かったので集中的に直したいと思った	2
		一人で抱え込まずに誰かに相談できる人間になろうと思う	1
		自分から積極的に動くことも大切だと思った。それで救われる人もいるし，自分のためにもなる　他	1
気付き（29）		受け身行動が多かったから，言いたいことが言えない性質だと思った	7
		同期の存在は大きいと思った	4
		相手の立場に立って考えることが大事だと思った	4
		同じ場面でも人によって考え方や感じ方が違ったので実際に自分がこの境遇に立った場合も人によって考え方が違うということに気づけた	3
		自分の問題解決のパターンが分かったし，自分が意見をいえるときと言えない時のシチュエーションの違いがあったことに気づいた	3
		他の人の意見を聞くことで，思考が広がった	2
		自分を知ることの重要性を感じた　他	2
感想（8）	良かった（4）	自分の考えを見直す良い機会になった	2
		自分からは想像もつかない答えが出て，グループワークでの学びは楽しいなと改めて思った　他	1
	難しかった(1)	色々な視点で考えたことがなかったから難しかった	1
	その他（3）	自分にも将来あり得る話だと思って考えさせられた	1
		まず皆で話し合って共有し一緒に解決することが大切	1

注（　）内は回答数

表5-5　L6に関する学生の振り返り（*N*=38，複数回答）

カテゴリー		記述内容（一部）	回答数
今後心掛けたいこと（77）	人との関わり（71）	とりあえず相手の話を聞き、相手を怒らせないように接したい	10
		相手を責めずにまずはお互いで話をする、そのうえでお互いが納得して解決するようにする	8
		その場の空気に流されず、冷静になって自分の言いたいことを言うように心がける	8
		適切な自己主張、共感、ゆずりあいを実行する	5
		すぐに感情的にならず、場がピりつかないように心掛ける	5
		相手に自分の思ったことを分かりやすく伝えることを心掛ける	4
		相手の立場に立つことを忘れないようにしたい	4
		感情的にならず事実をきちんと伝えることができるようにしたい	2
		言い訳せずに素直に謝り，相手を納得させたうえで解決する	2
		トラブルが起こっている時は、どちらの意見も良い所と、悪い所を見つけてまとめて伝える　他	2
	その他（6）	将来就職したら人間関係で悩むことがあると思うので，適切な対応を学びたい	3
		自分の経験と重ね合わせてどうすればよいか考えたい	2
		今回は自分たちで考えて解決できたが、実際には分からないので、きつく当たられてもめげない心を身につけようと思った	1
感想（33）	良かった(11)	将来の様々な場面を想定して話ができたのが良かった	3
		色々な場面の発表を見て、とても参考になった	1
		話し合いや、他の人の意見を聞く事で対処の方法をいくつか手に入れることができた　他	1
	難しかった（8）	厄介な人の人物像はすぐ思い浮かべることができたけど、対処法は中々思いつかなかった	2
		相手に自分の思っていることを素直に伝えるのは難しい	1
		具体的な場面を考えたり、どのようにして自己主張をすればよいのか考えるのがとても大変だった 他	1
	その他（14）	めんどうだと思った	2
		適切に自己主張できるか不安　他	2
気付き (24)		相手の様子をうかがうことも必要だと感じたけれど言わなければならないことはしっかり相手に伝えることが大切	3
		厄介な事例に出会ったとき、落ち着くことが第一だと思った	3
		直接話すことが必要な場合は、嫌でも言葉を選んで丁寧なコミュニケーションをはかる	3
		厄介な人間関係に遭遇したら焦ってしまいそうなので大学でしっかり考えておかなければいけないと思った	2
		必ず解決の糸口はあるので、それをどう探して解決するかが大事だと思った　他	2

注（　）内は回答数

表6　L2「自分らしく仕事ができる保育者（社会人）になるための学生の目標」（*N*=47，複数回答）

カテゴリー	記述内容（一部）	回答数
仕事の姿勢（33）	周りに合わせるだけでなく自分の考えも主張できる	4
	周りの職員との連携・協力ができる	4
	積極的に仕事に取り組む	3
	色々な人とかかわりを持つ	3
	自分の行動や言葉に責任を持つ	3
	皆に平等にする	2
	常に正しくいることができる	2
	分からないことはすぐに聞く	2
	明日も行きたいと思ってもらえる保育ができる	2
	人の話，意見を聞く　他	2
保育の技術・専門性（27）	専門性を高める	6
	子どもの成長，発達しやすい環境を提供する	3
	トラブルを適切に対処する	2
	周りの状況をよく見る，幅広い視野を持つ	2
	個性を引き出せるような環境を整える	2
	子どもと共に成長できる	2
	臨機応変，素早く適切な判断ができる	2
	優しさと厳しさ両方持つ	1
	気配りができる，気が利く　他	1
子どもの尊重（26）	子どもの気持ちにしっかりと寄り添うことができる	6
	子ども目線（子ども主体）で物事を考えられる	4
	子ども達一人ひとりとしっかり向き合い，小さな変化に気づいてあげられる	3
	子どもの可能性，長所をたくさん見つけて伸ばせる	2
	子どもを笑顔にさせてあげられる	2
	感受性豊かな子どもを育てる	2
	全ての子どもに平等に接することができる	2
	子どもを尊重する　他	2
信頼される（16）	誰（子ども，保護者，職場の保育者）からも信頼される	11
	保護者と信頼し合うことができる	3
	子どもの寄りどころになれる（頼ってもらえる）	1
明るく元気（9）	笑顔が絶えない	4
	笑顔で明るく元気	4
	人を笑顔にする	1
好かれる(5)	誰からも好かれる	2
	子ども達が大人になった時，記憶に残る	2
	子どもたちに心から好きになってもらえる	1

注（　）内は回答数

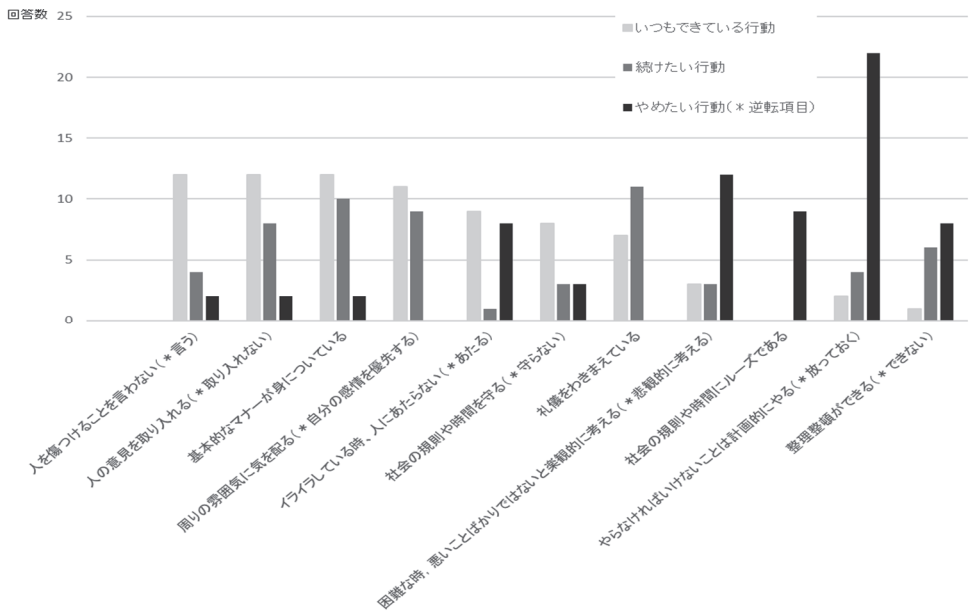

図2　L2 学生が「いつもできている行動」「続けたい行動」「やめたい行動」として挙げた主な内容
（*N*=47，複数回答）

を取り入れる」「基本的なマナーが身についている」「周りの雰囲気に気を配る」「イライラしている時，人にあたらない」「社会の規則や時間を守る」「礼儀をわきまえている」であった。その中で「これからも続けたい行動」として多く挙げられたのは「礼儀をわきまえている」「基本的なマナーが身についている」「周りの雰囲気に気を配る」であった。「やめたい行動」では，「やらなければいけないことを放っておく」が最も多く，半数近い学生が回答していた。他には「困難な時，悲観的に考える」「社会の規則や時間にルーズである」「イライラしている時，人にあたる」「整理整頓ができない」が多く挙げられた。

L1～L6 終了後に，レッスンに対する役立ち感について質問した結果を表 7-1，7-2 に示した。これによると「役立った」「やや役立った」との回答は約 8 割であった。また，役立つ（やや役立つ）と感じたレッスンとしては，L6 が最も多く，次が L1，L4 であった。

表7-1 レッスンの役立ち感に関する学生の評価（*N*＝47）

役立った	25
やや役立った	13
どちらともいえない	7
やや役立たなかった	1
役立たなかった	1

表7-2 学生が役立つ（やや役立つ）と感じたレッスン（*N*=38，複数回答）

L6 人間関係を磨こう1	29
L1 人間関係構築1	21
L4 人間関係構築2	19
L3 自分を好きになろう	17
L5 問題への対処と解決1	17
L2 自分らしく生きよう	10

印象に残ったレッスンとしては，次のような感想が見られた。「L1：まだあまり仲良くなくて，互いに知り合って間もない状態だったので，互いを知る良い機会だった。楽しかった」「L3：自分を好きになる事が大切だと学んだ。自分の性格や傾向を知り，それを上手く良い方へ引き出せるような手がかりになった」「L4：先生や友達との人間関係を振り返って，皆がどういう経験をしてきたかを知ることができた」「レッスン L6：やっかいな人間関係について考える中で，2 人でいろんな意見が出て楽しくできた。今後社会に出た時に参考になりそう」

次に，プログラム実施前の 4 月（調査①），実施直前の 6 月（調査②），実施直後の 8 月（調査③），実施半年後の翌年 2 月（調査④）における質問紙調査での心理社会的要因に関する評価指標（9 項目）の平均・標準偏差・分散分析結果を，表 7 に示した。

調査①～④（以下，①～④）の各評価指標について，反復測定による一元配置の分散分析を行った。その結果，「感情処理のスキル」は 1%水準で有意差がみられ[$F(3,132)=10.877$, $MSe=2.782$, $p<.01$]，Bonferroni 法による多重比較の結果（以下同様），1%水準で③＞①，5%水準で②＞①，④＞①であった。「対応のスキル」は 1%水準で有意差がみられ[$F(3,132)=6.688$, $MSe=3.041$, $p<.01$]，1%水準で③＞①，5%水準で③＞②，③＞④であった。「社会性」は 5%水準で有意差がみられ[$F(2.191,96.419)=3.041$, $MSe=22.183$, $p<.05$]，③＞②であった。「困難に打ち勝つ自己効力感」は 1%水準で有意差がみられ[$F(3,132)=6.628$, $MSe=2,239$, $p<.01$]，1%水準で③＞④，5%水準で③＞①，③＞②であっ

た。「自己コントロールに関する自己効力感」は1%水準で有意差がみられ［F(2.508, 110.342)＝5.594，MSe=2,539，p<.01］,1%水準で③＞①，5%水準で③＞②であった。「対話のスキル」「和を保つスキル」「対人関係に関する自己効力感」「問題解決に関する自己効力感」については有意差がみられなかった。

表8 プログラム実施前(4月・6月)と実施後(8月・半年後)の各評価指標の平均・標準偏差・分散分析結果(N=45)

評価指標項目	項目内容例	実施前(4月)調査①		実施直前(6月)調査②		実施直後(8月)調査③		実施半年後(2月)調査④		分散分析結果	
		M	*SD*	*M*	*SD*	*M*	*SD*	*M*	*SD*	*p*<.01	*p*<.05
感情処理のスキル	気まずいことがあった相手と，上手に和解できる	7.80	2.96	8.93	2.73	9.78	2.65	9.09	2.91	③>①	②>① ④>①
対話のスキル	知らない人とでも，すぐに会話がはじめられる	6.62	2.61	6.73	2.67	7.18	2.31	6.44	2.54	n.s.	
対応のスキル	仕事をするときに，何をどうやったらよいか決められる	14.53	3.72	15.13	4.01	16.16	3.32	15.16	3.50	③>①	③>② ③>④
和を保つスキル	何か失敗したときに，すぐに謝ることができる	6.51	1.52	6.51	1.27	6.40	1.29	6.40	1.32	n.s.	
社会性	もめごとを解決したいと思うときには，お互いに譲り合う	26.82	6.19	27.29	6.81	29.18	5.30	28.24	4.56		③>②
対人関係に関する自己効力感	困っている人がいたら，積極的に助ける	17.60	3.81	18.09	3.03	18.76	3.37	17.67	3.44	n.s.	
困難に打ち勝つ自己効力感	困難なことがあっても，前向きに行動する	7.20	2.67	7.38	2.70	8.31	2.64	7.02	3.03	③>④	③>① ③>②
自己コントロールに関する自己効力感	人との関係が悪くなるようなことは言わない	7.93	2.24	8.40	2.24	9.18	2.36	8.47	2.30	③>①	③>②
問題解決に関する自己効力感	何かを決める前に，どんなことが起こるかを予想する	5.31	1.79	5.29	1.46	5.78	1.28	5.47	1.62	n.s.	

注 M：平均，SD：標準偏差，n.s.：非有意，①：調査①，②：調査②，③：調査③，④：調査④を示す。1%水準，5%水準で有意差を認めたものについて，大小関係(＞)で示す。

Ⅳ　考察

L1は1年次前期の最初の授業で実施したため，学生同士の友人関係の構築に効果的であり，自分から積極的に人に関わりたいといった今後の意欲につながったと考えられた。

L2で学生が「自分らしく仕事ができるための保育者（社会人）になるための目標」として挙げたのは，「仕事の姿勢」「保育の技術・専門性」「子どもの尊重」等であった。これらは新任保育者の目標として多く挙げられた回答[13]と共通しているが，保育者が「子どもの気持ちに寄り添う」「子ども目線」といった「子どもの尊重」に関連した目標が多かったのに対して，学生の場合は，まだ実際に子どもと接する機会がないためか，保育者としての姿勢や保育技術・専門性に着目した目標が多かった。また，学生が自分の目標に近づくために「いつもできている行動」で回答数が多かったのは，「人を傷つけることを言わない」「人の意見を取り入れる」等，周囲と協調していく上で必要な行動であった。その一方，「やめたい行動」では「やらなければいけないことを放っておく」が最も多く，半数近い学生が回答していた。新任保育者も「やめたい行動」として同様の内容を多く挙げており[13]，若い世代にとって実行に移すのが難しい行動であることが窺えた。先行研究では，学生に先延ばしの兆候を理解さ

せ，自己覚知を高めることの必要性が指摘されており[21]，学生への意識付けや働きかけが必要であると考えられた。

L3 は，自分が得意なこと，頑張っていること等ポジティブな面に着目したり，エゴグラムで自身の性格特性や行動パターンを理解したりすることで，学生の自己受容や自己理解につながったと考えられた。

L4 は，これまで出会った親しい人や先生との関係について振り返る中で，望ましい保育者のあり方やほどよい人間関係について考える機会となっていた。

L5 は，困難な状況に関わる人の気持ちを個人やグループで考えるという課題に取り組む中で，相手の立場を考えながら自分の意見を分かりやすく伝えることの大切さを学ぶ場となっていた。

L6 では，具体的な場面でのやりとりを想定し，やっかいな人間関係を対処解決するために，適切な自己主張をどのように行えばよいかを実践を通して考えることができていた。

以上のように，振り返りシートにおける学生のレッスン評価や記述内容から，本プログラムは学生にとって分かりやすく役立つ内容になっていることが示唆され，プログラムのねらいに沿った評価がなされたと考えられた。レッスン内容は学生の自己理解や他者理解につながるとともに，他者との関係のあり方や具体的な場面における人との関わり方について考える機会となったことが窺えた。また，実施方法としてグループ活動やロールプレイを取り入れたことで，人によって考え方や感じ方が違うことを理解し，他者の意見を参考にしたり，実際の場面を想定しながら対処方法を考えて演じたりできたことは，学生にとっては有効な経験であると考えられた。

プログラム実施前後に 4 回の質問紙調査を行い，心理社会的要因の変化について比較検討した。その結果，調査①（プログラム実施前）と比較して調査③（実施直後）では，「感情処理のスキル」「対応のスキル」「自己コントロールに関する自己効力感」が有意に高かった。この内，「対応のスキル」「自己コントロールに関する自己効力感」については，調査②（実施直前）と比較しても有意に高かった。その他に，「社会性」「困難に打ち勝つ自己効力感」についても，調査②（実施直前）と比較して調査③（プログラム実施直後）が有意に高かった。調査④（プログラム実施半年後）では，調査③と比較して 8 項目に数値の減少が見られ，「困難に打ち勝つ自己効力感」「対応のスキル」は有意に低くなっていた。以上のように，プログラム実施前後で測定した評価指標には変化がみられたものの，プログラムの効果については，今後さらに詳細な検討が必要だと考えられる。

Ⅴ　まとめと今後に向けて

保育者養成大学における学生が保育現場の実情を知り，職務上の人間関係のあり方について考えたり，保育者としての心構えをもったりできるようにするため，保育者養成に特化した人間関係力の育成を目指した心理教育プログラム“サクセスフル・セルフ”保育者養成版（全 14 レッスン）を作成後，四年制の

保育者養成課程 1 年次前期「保育者論」(教職に関する科目)において 47 名を対象としてプログラムの前半 6 レッスンを実施し，その内容や実施方法が適切であるかどうかを検討した。レッスン終了後，学生にレッスン内容に対する理解度，分かりやすさ，生活への役立ち感等について 5 件法で尋ねたところ「そう思う」「ややそう思う」との回答が約 8 割であったことから，本プログラムは学生にとって分かりやすく役立つ内容になっていることが示唆され，プログラムのねらいに沿ったレッスン評価がなされたと考えられた。学生の記述内容から，レッスン内容は学生の自己理解や他者理解につながり，人との関わり方について考える機会となったこと，グループ活動やロールプレイを取り入れた実施方法は有効であったことが窺えた。また，プログラム実施前後の心理社会的要因（「対応のスキル」「自己コントロールに関する自己効力感」等）の数値に変化は見られたものの，プログラムの効果については，今後さらに詳細な検討が必要だと考えられる。

今後の取り組みとしては，後半のプログラムを 4 年次後期の授業で実施予定である。1 年次での取り組みを踏まえながら，保育現場での困難場面を想定したより実践的なレッスンを行うことで，現場で求められる課題解決力や実践力を養っていく。例えば，保育の困難場面での問題解決技法や，保育現場での先輩，上司との対話における困った出来事と対処についてロールプレイを実践したり，保育現場で起こり得るジレンマを解決したりするレッスンを行っていく予定である。

引用文献

(1)　社団法人全国保育士養成協議会専門委員会編著(2009)　指定保育士養成施設卒業生の卒後の動向及び業務の実態に関する調査　報告書Ⅰ　保育士養成資料集，50, 246-327.

(2)　Mor Barak,M.E.,Nissly,J.A.,& Levin,A.(2001).Antecedents to Retention and Turnover among Child Welfare, Social Work,and Other Human Service Employees:What Can We Learn from Past Research? A Review and Metanalysis.*The Social Service Review*, 75(4),625-661.

(3)　Goelman,H.,& Guo,H.(1998).What we know and what we don’t know about burnout among early childhood care providers. *Child Youth Care Forum*,27(3),175-199.

(4)　Alison, l.K. & Donna,C.B.(1995). Preschool teacher’s experiences of stress. *Teaching & Teacher Education*, 11(4),345-357.

(5)　加藤由美・安藤美華代（2012）新任保育者の抱える困難に関する研究の動向と展望　岡山大学大学院教育学研究科研究集録,151, 23-32.

(6)　山田徹志・大豆生田啓友（2014）保育者間の人間関係における一考察―対話を醸成する要因の探索―　玉川大学教師教育リサーチセンター年報(5), 125-139.

(7)　本吉大介・細野広美（2014）保育者の対人ストレスの認知的評価とソー

シャルスキルの関連　健康心理学研究 27 (1),45-52.
(8)　真下知子・張貞京・中村博幸（2011）保育者－保護者間のコミュニケーションの改善をめざした研究(2)－保護者からの相談に対する保育者の答え方の特色－　京都文教短期大学研究紀要 50，136-146.
(9)　善本眞弓・善本孝（2008）保育学生の社会的スキル－保育学生の特徴と保育者養成に求められる教育－　横浜女子短期大学紀要 23，27-38.
(10)　濱名陽子（2015）保育者の早期離職に関する考察―養成教育との接続の課題―．教育総合研究叢書,8,91-105.
(11)　安藤美華代（2011）大学生の情緒的および行動上の問題を予防する心理教育的プログラム－“サクセスフル・セルフ大学生版 2”を用いた介入研究－　岡山大学大学院研究収録，147，113-123.
(12)　Ando, M. (2011). An intervention program focused on self-understanding and interpersonal interactions to prevent psychosocial distress among Japanese university students. Journal of Adolescence,Doi:10.1016/j.adolescence.2010.12.003
(13)　加藤由美・安藤美華代（2015a）新任保育者の心理社会的ストレスを予防するための心理教育“サクセスフル・セルフ”のプロセス評価研究.岡山大学大学院教育学研究科研究収録,160,19-28.
(14)　加藤由美（2016）若手保育者の困難感と対処に着目した心理教育的介入に関する研究.兵庫教育大学大学院連合学校教育学研究科学校教育実践学専攻博士論文
(15)　西坂小百合（2014）新任保育者が直面する困難とこれからの保育者養成（保育の歩み その 2 保育フォーラム これからの保育者養成の在り方）．保育学研究 52(3)，461-463,
(16)　加藤由美（2018）人間関係力の育成に向けた保育者養成教育―保育者の困難事例から学生は何を学ぶのか―．新見公立大学紀要 39,143-151.
(17)　安藤美華代（2012）．自己理解を深め人間関係力を育む心理教育“サクセスフル・セルフ”．岡山大学出版会.
(18)　加藤由美・安藤美華代（2015b）保育士の人間関係における困難感．日本保育学会第 68 回大会発表要旨集，84.
(19)　加藤由美・安藤美華代（2016）幼稚園教諭の人間関係における困難感．日本保育学会第 69 回大会発表要旨集，586.
(20)　加藤由美（2018）保育者のためのメンタルヘルス―困難事例から考える若手保育者の心理教育的支援―．福村出版.
(21)　L･B･ニルソン・美馬のゆり・伊藤崇達（2017）学生を自己調整学習者に育てる―アクティブラーニングのその先へ―．北大路書房.

追記

本研究は，日本保育学会第 72 回大会における発表内容を加筆・修正し，新たにまとめ直したものである。なお本研究は，平成 30～33 年度科学研究費助成

事業【基盤研究 C】「人間関係力を育む保育者養成教育のあり方に関する実践的研究」（課題番号：18K03163，研究代表者：加藤由美，研究分担者：安藤美華代・住本克彦）の助成を受けて行った研究成果の一部である。

Childcare Worker Training to Foster Capacity for Interpersonal Relationships: Development, Implementation, and Evaluation of the “Successful Self” Childcare Worker Version for Psychoeducation

KATO Yumi*1, ANDO Mikayo*2

To help students at universities training to be childcare workers understand the ground realities of early childhood education and learn practically about the state of interpersonal relationships in the field, a “Successful Self” Childcare Worker Version was developed as a program in psychoeducation. Then, lessons from the first half of the program were conducted with 47 first-year students in a four-year program in early childhood education, and the content, implementation method, and effects of the program were examined. Student responses to the program indicated that the content was intelligible and useful, suggesting that the program fostered understanding of the self and others and functioned as an opportunity for students to consider their way of interacting with others. Although the results of questionnaire surveys conducted before and after the program highlighted changes in psychosocial factors, such as coping skills and self-efficacy for self-control, the effects of the program remain unclear and must be examined in future research.

Keywords : childcare worker training, capacity for interpersonal relationships, psychoeducation, university students

※1　Department of Early Childhood Care and Education, Niimi University
※2　Graduate School of Humanities and Social Sciences, Okayama University

---