

子どもの心を育む 音楽活動

音楽療法からの
アプローチ

東京藝術大学大学院音楽研究科
応用音楽学研究室編



トーンチャイム

はじめに

この小冊子は足立区教育委員会子ども家庭部が、音楽活動をとおして保育の充実を図るための「意欲・創造プロジェクト」を平成25年に始めたことをきっかけに生まれたものです。

足立区千住に東京藝術大学の新キャンパスが誕生して以来、子どもや障害児者のための研究教育活動を続けてきた応用音楽学研究室の教員や大学院生たちが、区内の保育園に出かけ、子どもたちの様子を見学させてもらったり、園内の音楽活動を支援したりという関係をもたせていただきました。こうして保育士のみなさんたちとともに学ばせていただいていたことを、この小冊子にまとめ、今後も保育活動の充実に役立てていただければ、望外の喜びです。

できるかぎり平易な記述を試みましたが、まだまだ消化不良な部分も多々あるかと思えます。ご不満なところ、お気づきのことなどあれば、下記、応用音楽学研究室にお知らせいただければ幸いです。

～すべての子どもたちの笑顔のために～

東京藝術大学大学院音楽研究科 応用音楽学研究室
〒120-0034 足立区千住1-25-1
tel. 050-5525-2741
e-mail: info-gcam@ml.geidai.ac.jp

どうして音楽は子どもの心を育むのでしょうか？

早期に発達する聴覚

生まれたばかりの赤ちゃんは視力が0.02ほどしかないといえます。生後、赤ちゃんは数年をかけながら視力を伸ばしていきます。一方、聴力のほうはもっと早いテンポで成長していて、妊娠28週頃から胎児は音を知覚しはじめるそうです。生まれたときには、もうしっかり周囲の音を聞くことができ、生後10ヶ月くらいまでは、視力より聴力に頼っている状態、すなわち「聴覚優位」にあるといわれています。もちろん、聞こえた音を理解して、大人と同じように反応したり、言葉という音を自在に操れたりする段階になるまでには、さらに数年がかかります。

このように音は、そして、音楽は、発達のきわめて初期の段階から赤ちゃんの聴覚に届いています。まわりの世界からやってくる新鮮な情報として、赤ちゃんの聴覚を刺激し、脳に働きかけているのです。視力が十分に発達していない、聞こえてくる音や言葉の意味が理解できていない、そんな初期の段階から、すでに音や音楽は赤ちゃんの成長に具体的な影響をあたえています。



音＝生命＝時間＝音楽

おかあさんの胎内は無音の世界ではありません。おかあさんの心臓の鼓動、血流の響き、動作にともなうすべての音が、小さな生命にとって大きな意味をもっています。こうした音が胎児の耳や体に伝えているのは、生きていることの証そのものです。胎内は脈動する音に満ちていて、胎児は母親の体をとおして世界のリズムを感じとっています。

生命は時間の流れそのものです。時間芸術と呼ばれる音楽が、子どもや人間に働きかける根源的で強い力をもっているのは、音楽が時間に秩序をあたえ、生命が力強く流れていくのを支えてくれるからでしょう。

胎内では全身で感じていた音は、生後、耳という感覚器官をとおして、より明瞭な刺激となって赤ちゃんの脳に届けられるようになります。規則的だった鼓動の響きが聞こえなくなり、小さな音と大きな音の違いに驚いているのかもしれませんが。おかあさんの胸に抱かれて、うっすらと心音を感じながら、どこか懐かしい優しい声を聞く時の安心感は、想像以上に大きなもののはずです。

やがて、ゆりかごの揺れが生み出す規則的な動き、おかあさんに背中をトントンと叩いてもらうリズム、カランカランと鳴るおもちゃ、そして、こもりうたの歌声が、赤ちゃんに時間の流れを体感させ、音楽が生命の中にもぐりこんでいくのです。

言葉を理解するよりもずっとずっと前から、赤ちゃんの生活において、音や音楽は大きな意味を持ち続けています。触覚や味覚がとても大切なことはよく知られていますが、さらに、赤ちゃんにとっては、周りの世界が音で作られていると考えてみてください。心を育む第一歩として、音の世界、音楽の世界がとても大切なことも理解できると思います。

音楽療法からのアプローチ

なぜ音楽療法なの？

「子どものための音楽」という表現を聞いて、どんなことを頭に浮かべますか。やや古いかもしれないと思いながら文部省唱歌を思い出しますか。それともNHKの「みんなのうた」で聞いた歌でしょうか。流行のアニメ主題歌であるかもしれませんね。あるいは、大人が歌ったり聴いたりしない音楽が、子どもの音楽だと考える人もいるでしょう。

いずれにしても無意識のうちに「世の中には大人の音楽と子どもの音楽という2種類の音楽がある」というところから考え始めてしまいがちですね。すると「大人にならないと良さがわからない音楽」は、子どもには難しすぎるから使わないようにしようということになります。子どものための音楽は、大人には簡単すぎるからつまらないということになってしまいます。はたして本当にそうでしょうか。

もし本当なら、保育の現場では「子どものための音楽」を選べば良いわけですし、そうしなければなりません。よく考えて選曲しさえすれば、それは子どもにとって聴きやすく、歌いやすく、演奏しやすい音楽だから、みんなすぐに喜んで活動に参加して、素晴らしい音楽活動ができるようになるはずです。

でも、なかなかうまくいかないこともありますよね。





この小冊子は、「子どものための音楽」について、その具体的な曲、演奏技法、合奏方法を想定して、本物の音楽を身につけてもらうための正しい教育法を示すことを目的にしていません。わたしたちが大切にしているのは、それぞれの子どもに合わせて音楽を適切に用いることなのです。

音楽療法の哲学は、すべてを対象者理解から始め、対象者のために音楽を用いることで、対象者の生命(=生活、life)に意味のある貢献をするというものです。これは、音楽活動を通して子どもの心を育むという保育の理念と、ぴったりと重なるものだと言えるでしょう。

子どもの個性を理解して、子どもに発達や趣味や好奇心に合った音楽を、適切なタイミングで、効果的なアプローチで提供するのは、とても難しいことのように思えるかもしれません。でも、いくつかのコツをつかんでしまえば、案外とうまくやれるものです。音楽療法という哲学に基づいて、音楽技術の向上とはちょっと違った観点から音楽について考え、保育の現場における音楽活動へのヒントを、この小冊子からつかんでいただければ幸いです。

実際、足立区教育委員会に協力していただき、数年にわたって区内保育園で継続的な研修活動を展開した結果、とても有意義な成果が生まれつつあるようです。子どもたちも保育者たちも、ともに笑顔で楽しく人間関係を構築するための一助として、音楽をとらえ、活用してもらえよう期待したいのです。

保育現場に求められていること

いま保育現場には「職員の資質向上」が強く求められています。平成20年に告示された『保育所保育指針』からは、保育施設に勤務するすべての職員に高度な専門性が求められていることがわかります。保育実践や保育の内容に関する職員の共通認識を図り、協調性を高めていくこと、そして、保護者への説明責任などへの意識を高めることも必要とされています。そのような中で、個々の経験を組織として活用するためにも、区をはじめとする行政が組織的な研修を実施するようになっていきます。

そんな研修の場で保育士のみなさんの声を聞いてみると、施設における音楽活動を、自己肯定感、コミュニケーション能力、自主性、社会性、集中力といった、子どもが生きていくうえで不可欠な能力を育むのに適したものだとして認識している人が予想以上に多いことがわかります。音楽が心に直接的にはたらきかけることを経験として知っていることは、高い専門性をもつという段階まであと一歩のところにあるということです。保育士の経験的な気付きを、明確な知識としてまとめ、組織の力として活用することが、「明るい未来を創りだし力強く生きる子どもたち」を育むための保育環境を創り出す原動力となります。それが、時代の流れの中で社会の要請に応えながら、目の前の子どもたちにしっかりと向き合い、つねに寄り添って働いている保育士の資質向上につながるものと考えられます。





なぜあらためて音楽なのでしょうか？

『保育所保育指針』は、すでに平成2年の改定から音楽や美術を「表現」という領域にまとめています。これは、例えば「ピアノが弾ける」というような具体的な技術の獲得よりもさらに重要な、表現をとおして幼児を一人の人間として認め、育むという精神をしめすものと理解することができます。

この精神は、すでに保育士の基本的な姿勢として浸透しているようです。音楽活動は、自己肯定感、コミュニケーション能力、自主性、社会性、集中力を高めることができると、直感的に理解している保育士は少なくありません。そして、そのような気持ちから音楽活動に保育の質を向上させるヒントを探している保育士も少なくないようです。とくに自分のクラスで集団活動がうまくいかなかったり、子どもとコミュニケーションがとりづらかったりする時に「音楽なら何かができるような気がする、音楽には大きな力があるような気がする」と思うのです。

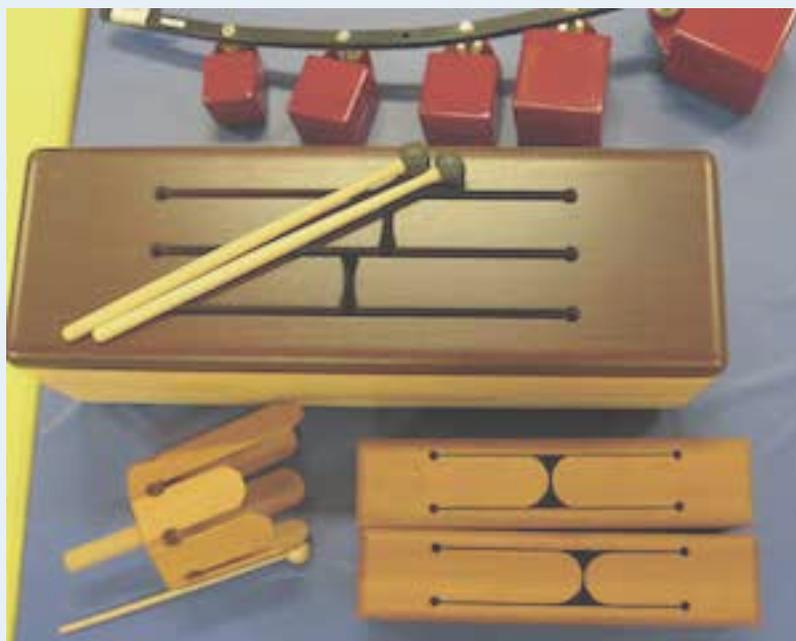
でも現実には、そんな保育士さんたちから「だけど、どうしたらいいかわからない」という声をたくさん聞きます。そんな疑問に答えるため、この小冊子で、そして、現場の研修で、音楽療法の経験で培った具体的な方法をお伝えし、保育の現場で活用してもらいたい、子どもの心を育む一助にしてもらいたいと願っています。

保育現場における音楽活動の新たな捉え方

この小冊子の基礎には音楽療法の考え方があります。日本音楽療法学会によると音楽療法は以下のように定義されます。

音楽のもつ生理的、心理的、社会的働きを用いて、心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上、行動の変容などに向けて、音楽を意図的、計画的に使用すること

このような考え方に立ってみると、保育現場における音楽活動にも新たな捉え方が見えてくるように思います。音楽療法は、「音楽能力を伸ばすため」に音楽活動をするのではありません。「音楽を道具として使用して、子どもの発達に関わっていく」ことが主眼となります。保育現場においても、「音楽のために子どもを使う」のではなく「子どもの発達や育ちのために、音楽や楽器を上手に使う」こととなります。

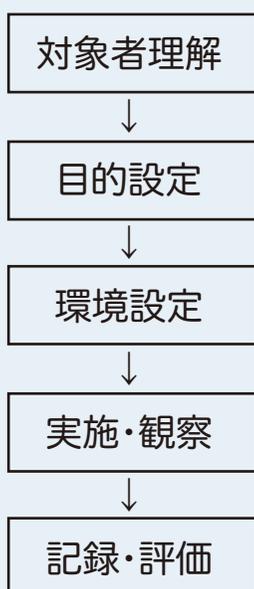


音楽療法で用いられる楽器(テンプルブロック、スリットドラム、など)

音楽活動の5つのステップ

前提：音楽療法の基本プロセス

音楽療法では、以下のようなプロセスで活動(セッション)を展開します。



プロセスの最後に「記録・評価」がありますが、実際は、この「記録・評価」に基づいて、さらに対象者理解を深めていくわけですから、このプロセスに終わりはなく、ずっと繰り返されていくものです。このような繰り返されるプロセスの積み重ねの中で、対象者も療法士も成長していきます。これは、保育現場のすべての活動にもあてはまることですね。

では一つ一つのステップについて、保育現場での音楽活動に当てはめながら具体的に説明していきましょう。

ステップ1 対象者理解

まずは様々な方法で(音楽以外の活動からも!)情報を集めて対象者理解を深めましょう。対象者理解ができていないと、誰のための何のための音楽活動だったのかわからなくなってくるので気をつけたいものです。保育士としての経験が長くなると「毎年この時期になると、この年齢のクラスには、この音楽活動をする」というパターン化された考え方をとりがちです。

もちろん、長年の経験や繰り返されるパターンは大きな武器にもなりますが、そこには子どもたちの個別性を見えなくする危険もあるということを意識しておく必要があるでしょう。性格も能力も個々に違う子どもたちが、さらに集団になるのですから、そこに生まれる相互作用はとても複雑なものになります。パターン化された音楽活動は、個々の子どもたちの理解ではなく、「子どもとは一般的にこういうもの」という理解に基づいています。ですが、このような理解では現場で子どもたちに対応できないことは、経験をつんだ保育士ならよくわかっています。音楽活動をおこなうにあたって「この子にとって本当にこの活動でいいのだろうか」と、つねに振り返って考えてみる必要があります。

対象者理解を深めるには、以下の3つの視点で整理するとわかりやすくなります。

a) 基本的な状態

それぞれの子どもの基本的な心身の発達状況、日常生活における集団活動の様子、これまでの音楽活動の様子を整理します。

【観察ポイントの例】

呼吸をコントロールする能力、言葉を発声したり内容を理解したりする能力、手指のコントロール能力、手と目の協応ができているか、耳の聞こえは問題ないか、ルールの理解にどれくらい時間がかかるか、集団の中で自分を表現できる段階か、個別支援が必要か、集中力が見られる場面、能力が最大限に発揮される環境、など

b) 音楽活動前の状態

活動日の、あるいは音楽活動直前の子どもの心身の様子を把握します。

【観察ポイントの例】

身体があたたまって自由にコントロールできる状態か、集中力があるか、不安や緊張がなく気持ちは落ち着いているか、集団活動ができる状態か、音楽活動を楽しむにできる気持ちはあるか、発散と鎮静どちらが必要か、疲れていないか、体調は悪くないか、など

c) 音楽活動後の状態

音楽活動の次におこなわれる保育活動にスムーズにつないでいくには、音楽活動が終わった時点で、子どもの心身がどういう状態になっていることが望ましいのか予測を立てておき、実際に活動後に観察された状態を記録し、その違いを把握しなければなりません。

【観察ポイントの例】

音楽や楽器が嫌いになっていないか、次の音楽活動に対する期待や希望が持っているか、次の活動につながる望ましい心身の状態になっているか、など

ステップ2 目的設定

音楽活動の目的は、楽器の演奏技術を向上させたり、正確な音程で歌唱できるようにしたりすることだけではありません。むしろ、音楽活動をとおして、コミュニケーション能力、主体性、自発性、自己表現能力、集中力、社会性など、乳幼児の様々な能力を育むことができます。それは、音楽活動をするにあたって、子どもに様々な能力を求めることになるからです。個々の音楽活動で子どもに求める能力を細かく分析・検討し、子ども一人一人にとっての意味や難易度を理解した上で、現実的で適切な短期目標を設定する必要があります。(特に、不器用な子、発達にかたよりのある子、要支援児はこのプロセスが欠かせません。)

ステップ1で対象者理解がしっかりとできていれば、それに基づいて具体的で適切な目的を設定できるはずで、日常生活やこれまでの音楽活動で観察できたことを分析・整理した上で、長期目標と短期目標を考えていきます。ポイントは対象者理解に努めた上で、音楽能力だけではなく、子どもの発達全般に関わる長期目標を見据えながらも、いま必要とされるもっとも小さな課題を見抜いて、こうした目の前の小さな1段の階段をのぼるための短期目標を明確に具体的に決めることです。

ステップ3 環境設定

対象者理解に努め、対象者に合った活動目的を設定したら、今度は子どもにとっても無理なく、楽しく自然に目的を達成するための環境設定について考えます。

最近、乳幼児の「遊び」における環境設定の重要性が見直されていますが、音楽活動における環境設定に参考になる事例も数多くあります。子どもは安全な環境で自由に遊ぶ中で様々な能力を身につけていきます。例えば、かくれんぼ、鬼ごっこなどの遊びをとおして、子どもはコミュニケーション能力を身につけ、社会のルールを理解し、身体能力を育てていくのです。それらが楽しい遊びの中で身につけられるようにするには、安全で適切な環境設定が不可欠です。

音楽活動の環境設定について考えるときは、以下の3つの視点で整理するとわかりやすくなります。

a)物理的環境設定

音楽活動をおこなう空間にある物(楽器、椅子、机、視覚刺激になるもの、など)、集中を妨げるような視覚刺激や聴覚刺激はないか、集中できる姿勢になっているか(椅子の高さ、足がつくか、など)、子どもにとって安全で無理なく楽しく演奏できる楽器か(重さ、触感、持ち手の太さ、バチの長さ、など)

b)人的環境設定

音楽活動の場にいる人(保育士や他の園児など)が、それぞれどのような影響を及ぼしあっているか、どの子どもの近くにいるのか、どの先生がどういう位置で関わっているのか、声かけの仕方、子どもの表現を受け入れて褒めているか

c)音楽的環境設定

選曲やアレンジ、伴奏(歌わせる音の高さ、伴奏の調やテンポ)は子どもに適したものになっているか

ステップ4 実施・観察

実際に音楽活動をしながら、子どもの様子をよく観察します。事前におこなった対象者理解や目的設定、環境設定は適切だったかを判断する材料を集めます。

ステップ5 記録・評価 そして再び対象者理解へ

記録とは、目に見えない音楽の変化、それをとおしてわかる子どもの変化を言葉にする(=言語化する)ことです。評価は言葉である場合と数字である場合がありますが、一般の保育現場では言葉を使って評価をすることがほとんどだと思われます。

子どもの表現の変化を、現場にいない保護者や、その場では気づけなかった同僚などに、言葉にして伝える必要があります。子どもの状態を職員間で共有することで、活動がよりスムーズになり、それぞれの子どもの即した活動が可能になります。さらに、保護者の理解や協力を得ることで、家庭での子どもとの関わり方が変わったり、発表会なども「親が見たいもの、親の夢や満足のために期待しているもの」を子どもに「やらせる」のではなく、「保育現場と家庭の相互理解のもとで、より子どもの実態に即した、子どもの成長にとって意味のあるもの」に変えていくことができます。

足立区ではトーンチャイムを用いた音楽活動に力を入れ始めましたが、トーンチャイムに限らず、どんな楽器を使うにあたっても気をつけておきたいことがあります。

合奏を始める前に

保育園や幼稚園での音楽活動には、楽器の演奏が欠かせないというのが現実のようです。そして、楽器演奏といえば、すぐに合奏ということになり、どうしても発表会へと意識が向いてしまうのもしかたのないことかもしれません。ですが、なんだかクリアしなければならない健康診断のようで、少し気が引けます。

ですが、子どもたちの興味をひき、様々な能力をひきだしてくれる素敵な遊びの道具として楽器を捉えると、楽器の見え方が大きく変わってきます。

楽器をケースから取り出すとすぐに、楽譜や教科書に書いてあるとおりの奏法を教えようとしていませんか？ひょっとして、いきなり合奏させようと頑張ってしまういませんか？自分が鳴らしたことのないやり方で楽器に触ったら、注意してやめさせていませんか？

「先生に言われたとおりにする」「間違えたら注意される」だけの活動を繰り返すと、楽器と子どもの距離はだんだん離れていき、場合によっては楽器が嫌いになってしまうかもしれません。

楽器との出会い

その反対に、「楽器との出会いの場面」を上手に作れば、子どもたちは自発的に楽器に親しみ、自分から面白い表現、素敵な表現を見つけ出そうとします。自分が出したい音や表現したい音を求めて、自ら練習を始めます。自分の表現を受けとめてもらいたいと思ったり、人の表現を受け入れたりできるようになります。これこそが、子どもの心を育む音楽活動と言えるのではないのでしょうか。

自由に楽器に触わせてみましょう

子どもたちが楽器と素敵な出会いができるかどうかは保育士の力量にかかっていますが、それはなにも完璧な演奏指導をしなければならぬということではありません。特定の奏法を教える前に、とにかく自由に触ってもらおうというのも一つのやり方です。楽器を遊びの道具として捉えて、子どもに自由に想像力や創造力を発揮してもらいながら、好きなように遊んでもらうのです。遊びの世界からは、大人が思いもよらなかったような奏法や音が生まれます。子どもたちから生まれた自由な表現を先生が褒めて認めることで、子どもの自己肯定感が高まり、お友だちの表現を認めることで人を受け入れる体験をします。自由に楽器に触れることから、コミュニケーション能力や社会性の基盤が育まれるのです。そしてそれが楽しい楽器活動であれば、子どもたちは驚くような集中力を見せてくれます。

もちろん、自由に行動させるためには、入念な準備も必要になってきます。保育園や幼稚園で子どもが過ごす場所は、すべて万全の「危機管理」がなされています。園庭、砂場、自由遊びができるお部屋など、どんな遊びの場所でも、子どもに怪我や事故がないように、保育士が常に気を配っているものです。

楽器活動にも同じことがいえます。子どもがどんな扱いをしても危なくないように、事前に先生が楽器を入念にチェックしておかなければなりません。子どもはボンゴやコンガを使ってどのように遊ぶでしょうか？穴の中に手を入れたり、顔を入れたりするかもしれません。ボンゴは手で革の裏側に触れながら叩くと普通に叩く時とは違う音が出ますし、コンガに手を入れて叩くと、音が風となって出てくるのを手のひらで感じるすることができます。コンガにまたがって叩くと、おしりで音の振動を感じるすることができます。

でも、面白いことばかりではありません。木でできた楽器は内側にささくれができていたり、ネジに触れると尖っていて痛かったりすることもあります。子どもがするかもしれない探索行為をあらかじめすべて保育士が試しておかなければなりません。楽器に手や顔を入れても大丈夫か試しておく必要があります。「あの子はどんな触り方をするだろう」「こういう鳴らし方をするかもしれない」と子どもたちの様子を具体的に思い浮かべながら、様々なやり方で楽器に触っておくことが大切です。

怪我をさせないように、楽器を壊してしまわないように、そんな危険の一步前で子どもを止めるのは大切なことです。ですが、その適切なタイミングも、保育士があらゆる可能性を試しておかないとわからないものです。また、保育士が子どもと同じように楽器を様々な経験していなければ、子どもの新しい発想で生まれる楽器の面白さや楽器に触る喜びも、なかなか子どもと共有しにくいものです。自分が楽器に親しんでいなければ、楽器の扱いや奏法の許容範囲が狭くなってしまい、子どもが自由な発想で楽器と触れ合う機会を無にしてしまいます。

保育士が、しっかりと楽器で遊んでおくことがポイントです。

楽器を段階的に提示しましょう

研修でよくご紹介するのが、楽器を「見る」「音を聴く」「響きの違いを聴く」「様々な奏法を楽しむ」と段階的に提示し、体験させる方法です。園に見学に出かけ音楽活動の様子を見てみると、楽器の名前を言いながら、見せながら、音を出しながら、という具合に、同時に様々なことをしながら子どもたちに楽器を提示する人が少なくありません。これでは子どもはどこに集中してよいのかわかりません。子どもに見てほしい物、聴いてほしい音を意識的にしぼって、集中すべきところに自然に集中できるよう段階的に提示すると、子どもは楽器に対して強い興味を示すようになります。

まずは音を出さずに楽器をよく見せます。視覚だけに情報をしぼることで、子どもは集中して楽器を観察し、楽器の形や構造など、細かいところまで見て様々な発見をします。「面白い形だね」「穴があいているね」と子どもとコミュニケーションをしながら楽器に興味をひきつけます。

次に「音を出してみるよ」と声をかけ、子どもに心と耳の準備をさせ、精神を集中して研ぎすまされた音を1つだけ出します。いきなりリズム的な音や複雑な音を出すのではなく、「1音」にしぼるのがポイントです。できれば、音が鳴り響く前の沈黙、音が小さくなって消えていったあとの沈黙にまで耳をすませるように導いてあげましょう。じっと集中して耳をすませることは、子どもの様々な能力を育みます。

こうしてさらに、響きの異なった「1音」を聴いてもらいます。トライアングルは叩く場所によって微妙な響きの違いが生まれ、ウッドブロックは2つの音の高さを聴き比べることができます。また、同じ種類の楽器でも、大きさや材質が違えば、出てくる音も違ってきます。タンバリン、トライアングル、マラカスなどの見慣れた楽器にも、様々な違いを発見することができます。このような活動をとおして「大きな楽器は低い音」「小さな楽器は高い音」など、「楽器の基本」を理解する子どもたくさんいます。

最後に、様々な奏法で楽器を演奏し、色々な音や表現が生まれるところを聴かせます。タンバリンは叩いたり、こすったり、振ったりすることができますし、カスタネットは手のひらで叩くことも指で叩くこともできます。マラカスは大きく振ったり小さく振ったりすることで違う響きを得ることができます。

このような段階を経てから、子どもたちに楽器をあたえると、「こんなことをやってみたい」「あんな音を出してみたい」と夢中になって楽器を探索し始めます。面白い遊びの道具として、好奇心いっぱい楽器に触れて、そこからそれぞれの独創的な表現を生みだしていくのです。

ここからは、これまでの研修などで聞かれた質問や悩みに答える形をとりながら、音楽活動の具体的な進め方を考えてみたいと思います。

子どもが集中しないので、活動時間が短いです。

集中力を評価するとき、長さでなく質で考えることも大事です。どんなに短い時間でも、その集中の深さが子どもの育ちに大きな影響をあたえることもあります。活動時間の「長さ」だけで評価すると、特に乳幼児や要支援児の場合、活動がうまくいかなかったり、子どもの発達状況を見誤ったりすることがあるので気をつけましょう。たとえ5分でも30秒でも、子どもが全身で音に集中している姿があれば、それを評価して保護者にも伝えてあげられるようにしてください。

子どもにとって心地よい音楽を提供するコツはなんでしょうか？

子どもに音楽を提供するときは、その音楽が子どもにとって適切な刺激の量と質になっているか考えてみてください。音量は大きすぎないか、テンポは早すぎないか、一度にたくさんの音を聞かせていないか、など。

子どもに提供する前に、まず先生が音楽をよく聴いてみるのが大切です。また、環境設定も大切です。音楽をするお部屋が、気が散るような視覚刺激や聴覚刺激で満ちていないでしょうか？

ぜひ、子どもが音楽を聴く場所で、子どもと同じ姿勢（目線の高さ）で、子どもと同じ気持ちになって事前に聴いてみてください。特に年齢が低い場合や支援を要するお子さんほど、「刺激の量と質」という視点で環境を整え、提供する音楽をよく選ぶことが大切になります。

0才、1才の子にどんな音楽活動をしたらいいかわかりません。

「反応がない」と思わずに、先生が楽しく音楽をしているところをたくさん見せましょう。表情が変わらない、笑顔にならない、音楽に合わせて身体を動かさないから「反応がない」のではありません。特に乳幼児は、外からの刺激に集中して全身で吸収しているとき、動きがとまることはよくある「反応」なのです。子どもが発達するうえで重要なプロセスである「模倣」も、すぐに表出するものではなく、ある程度の吸収の時期が必要なのです。保育士が望む反応を無理にやらせるのではなく、個別の反応を敏感に感じとりながら、焦らずじっくり待ちましょう。

子どもが音楽活動に集中してくれません。

子どもは楽しいことであれば、驚くほど長い間、深く集中するものですね。子どものやりたい気持ちを引き出す活動をしていますか？「やらせている」状態では、子どもは楽しくないので、集中もしないし、すぐに飽きるか、いやになってしまいます。子どもの表現を拾いながら活動を展開しましょう。例えば歌の活動であれば一緒に歌詞の世界を想像したり、楽器の活動であれば、自由に子どもに楽器に触ってもらって、そこから生まれた表現をみんなでも共有したり、子どもから自由な自己表現を引き出して、それをもとに展開する活動を心がけると、自然に集中時間も長くなるものです。

子どもが音楽活動をやりたがりません。

子どもは、自分がしたい「遊び」であれば、大人が「しなさい」と言う前から、何度でも繰り返し、いつまでも止めようとしませんね。大人がしてほしくないような、いわゆる「いたずら」も、子どもには、とても魅力的で楽しいものですから、誰に言われなくても（止められても怒られても）、隙を見て何度でも繰り返すものです。

そうです。子どもにとって、音楽活動が魅力的で楽しい「遊び」になっているか、もう一度よく活動内容を見直してみてください。音楽活動の目的は様々ですが、音楽は「音を楽しむ」ことであり、楽しさがなければ音楽ではありません。子どもが自主的に何度でも繰り返したい楽しい遊びのような音楽活動をしたいものですね。

楽器活動をしていても、子どもも私もあまり楽しくありません。

「音楽活動」の固定観念にしばられていませんか？楽器は本来どんな表現も受け入れてくれるものです。「おとあそび」、つまり「音や楽器で遊ぶ世界」と捉え直して、固定観念を捨てて、自由に楽しく楽器と関わりましょう。「壊れなければいい」というくらいの気持ちで、子どもと一緒にあって、ときには子どもにリードしてもらって、楽器で遊んでみてください。きっと子どもの方から、楽器の新しい可能性を広げてくれるはずです。

ポイントは、楽器を単なるモノとして扱うより、「色々な音が出るおもちゃ」として扱うことです。少しの音の違いにも敏感に反応できる耳の準備だけして、あとは「どんな面白い音がでるか」「聴いたことのないような音や奏法はないか」、存分に子どもと探索してみてください。合奏をするのは、それからで充分です。

カスタネットは飽きてしまって子どもがやりたがりません。

カスタネット、トライアングル、タンバリン、、、園でおなじみの古い楽器は「子どもが飽きてしまっている」と、感じる先生が多いようです。しかし、楽器には無限の楽しさがあります。子どもが飽きてしまっているのは、先生がその楽器の可能性を引き出せていない証拠ですよ。是非、楽器の魅力を先生自身がもっと知って、楽器を楽しんで扱っているところを見せてあげてください。

いつもと違う音量で、違う鳴らし方で、じっくりしっかり楽器の音を聴かせてあげてください。きっと子どもたちは我先にと楽器を手にとって、先生と同じ音をどうしたら出せるのか、あるいは先生がやっていないような鳴らし方はないか、自分から探索するようになるでしょう。どの楽器にも、必ず無限の可能性と楽しさがあることを忘れないでください。

バチで叩く楽器を、手で触ったり、叩いたりしていいのですか？

もちろん構いません。小太鼓や大太鼓、メタルホーンなどの鉄琴や木琴など、付属品としてバチがついてくる楽器はたくさんありますが、手で叩いたり触ったりすると、また違う音がして面白いものです。バチをまだ扱えないような低年齢児はぜひ手で触らせてあげてください。この際、先生が先に手で楽器にさわって見て、危険がないかはよく確認してください。

一方で、子どもには楽器に触れてもらっておいて、先生がバチで叩いて生まれる音を振動として手で感じるのも、とても大事な体験です。0歳児でもこのやり方であればいろいろな楽器活動が展開できます。ただし、触覚過敏のお子さんもいるので、最初は小さな音、小さな刺激からあたえてあげるようにしましょう。

子どもにぴったりあった楽器がありません。

ぜひ子どもと手作り楽器を作ってみましょう。低年齢児であれば、子どもが持ちやすい大きさや重さ、触感になるよう意識してみてください。空き缶や様々な大きさのペットボトルに、お米や小豆、砂やお散歩でひろった木の实などを一緒に入れて作れば、簡単にマラカスが出来ますね。今はインターネットや本でも手作り楽器がたくさん紹介されていますね。子どもも先生と手作りした「自分だけの楽器」はとても大事に扱うし、お友だちの楽器との音の違いに気づけば、楽器活動も盛り上がるし、そこから楽器構造の興味関心をもつ子どもも出てきます。段ボールや箱を、様々な楽器の付属品でついてきたバチで叩いてもいいし、手で叩くだけでも立派な楽器になります。先生と自分の音、お友だちの音の違いにぜひ耳をすませてみてください。音が出るものは、すべて楽器です。お部屋やお外をあちこち見回して、ぜひ子どもといっしょに楽器探しをして遊んでみてくださいね。

子どもが太鼓などのバチを扱いづらそうにしています。

市販のバチ(スティック)は子どもにとって長過ぎることが多いようです。楽器を買ったときについてきた付属のバチにこだわる必要はありません。子どもが扱いやすい太さや長さのバチをいろいろ試してみましょう。場合によっては、子どもにぴったりの手作りのバチを作ってみてもいいかもしれませんね。バチの素材が変わるだけで、楽器の音も変わりますね。そうやって先生と一緒に試行錯誤しながら展開する楽器活動は、子どもにとっては新しい発見に満ちた楽しい体験になるでしょう。

子どもが歌ってくれません。

まずは導入を工夫して、歌ってほしい歌に興味をもってもらいましょう。先生が歌うのを聴いてもらうのが一番です。伴奏は簡単なものでもよいですし、伴奏がないほうが、かえって子どもが集中するということも多いようです。伴奏なしで歌うのは緊張するものですが、一所懸命に歌う先生の姿や緊張感が子どもを惹き付けることもあるのです。ちゃんと練習されて準備された演奏は、必ず人の心を惹き付けます。

また、歌には素敵な歌詞の物語の世界があります。子どもとたくさんコミュニケーションしながら、歌詞の世界を一緒に楽しんでみましょう。「あめふりくまのこ」や「大きな古時計」といった素敵な物語を朗読して聞かせたり、想像力を使いながら子どもたちと歌詞の内容を確認したりすると、物語の世界から歌の世界にすっと入り込んでくれたりします。

子どもが歌を覚えてくれません。

楽譜が読めなくても、「覚えさせよう」と小節毎に区切ったりしなくても、歌詞を掲示しなくても、楽しく繰り返していれば、子どもは必ず歌を覚えます。先生に「歌いなさい」と言われなくても、日常生活で自然に口ずさむくらいに、その曲が大好きになるように、歌の活動の展開の仕方を工夫してみましょう。

何よりも、先生がその音楽を全身で感じながら、歌詞の世界や言葉の響きの面白さや美しさを感じながら楽しく歌ってみせるのが、一番子どもの興味を惹きます。先生が大好きな歌は、きっと子どもも大好きになります。「歌わせよう」としないで、子どもが「この曲が大好きだから、歌いたいから歌うんだ」という気持ちで自然に歌うようになってもらいたいですね。

音楽家を招いてコンサートを開いたのに、なんだか子どもの反応が薄くて、楽しいのかそうでないのかもわかりません。

音楽を聴いて楽しむというのは、とても個人的な体験です。音楽を聴いているときは身体の中で様々なできごとが起こっていますが、なかなか外側で見ているだけではその体験がどのようなものなのか、子どもにとってどのような意味をもつものなのかを推し量ることが難しいものです。

子どもが音楽に合わせて身体を揺らしたり、手拍子をしたり、笑顔になっていたりすると「楽しんでいるのだな」と判断することが多いですね。真顔で身動き一つしていないと「楽しくないのかな」とも思ってしまいがちですが、子どもが全身で音楽に集中しているときに、これはよくある反応なのです。大人でも、本当に音楽に集中しているときは、自分がどのような姿勢でいるか、どのような表情でいるかと自覚していることは少ないです。やはり真顔で身動き一つせず、音楽に身を任せてじっと集中していることもよくあるのではないかと思います。音楽が子どもにとってどういう意味をもたらしたのか、反応をじっくりみながら注意深く判断したいものですね。

大太鼓や小太鼓の音が変です。

すぐに買い直そうとしないで、まずは楽器のメンテナンスの仕方を学びましょう。皮をはりなおさなくても、チューニングをするだけで楽器が生き返ることがあります。やり方がわからない場合は楽器店に問い合わせてもよいでしょう。メンテナンスやチューニングを定期的にして先生が大事に楽器を扱う姿は、子どもにとってもとても印象的なようです。先生が子どもの前で楽器の手入れをするようになったら、子どもが楽器に興味をもった、いつの間にか楽器を大事に扱うようになった、という事例もたくさんいただいています。

発表会で使いやすい曲と楽器を教えてください。

「どんな子どもたちがいるクラスか?」「何のための発表会か?」によって答えが違います。「どんな5歳児クラスにもぴったりの音楽活動」というのは残念ながら存在しません。

そもそも、発表会とは、誰の、何のための活動なのでしょう?ぜひ、発表会の音楽活動を考える前に、日々の活動の中で子どもたち一人一人の様子を観察してください。「この子はこの楽器が好きなんだな」「リズムを刻むのが気持ちいいんだな」「細かい楽器操作よりも、音楽を深く感じて全身で表現するのが好きなんだな」と子どもの実態を把握してください。その上で、発表会が子ども一人一人の発達にとって気持ちよく楽しいステップになるような曲の選択、楽器の選択をするのも、一つの方法だと思います。

音楽は様々な楽器、様々な表現をひとつに飲み込める大きな力を持っています。必ずしも、決まった曲や活動に子どもを当てはめる必要はないのです。日々の活動の様子を見て、ゆったりリズムを刻むのが得意な子にはウッドブロックを、細かな身体の動きで音楽を表現できる子にはマラカスを、繊細な音色を好む子にはトライアングルを、楽器の操作は苦手だけれど歌は自信を持って歌える子には歌をお願いして、ひとりひとりの個性が寄り集まってできる音楽活動を「先生が作る」ことも、ときには必要です。

音痴の子はどう指導したらよいのでしょうか？

音程がずれていても、自己表現の楽しさを知っていてみんなの前で歌えることはとても大事なことです。まずは「音痴だから歌えないんだ、歌っちゃいけないんだ」と思わせないことが大切です。その上で正しい音程で歌えるように指導したいのであれば、まず音に耳を澄ます練習をしましょう。自分の音が他の人や楽器の音と違うことに気づくには、まず人の音や自分の出した音に耳を澄ますことができるかがポイントとなってきます。歌の活動の問題はすべて歌の活動の中で解決できるとは限りません。楽器の音、日常生活の音、人の話声、様々な音を注意深く聞く、聞き分ける機会を積極的にあたえてあげましょう。そして自分の出した声に落ち着いてじっくり向き合える環境を作ってあげましょう。

様々な音を聞き分けられるようになって、さらに自分の心身をコントロールして正しい音程で歌うというのは、実はとても難しいことなのです。ちょっと緊張していたり、あきらめの気持ちがあったり、集中力がなかったり、身体のコントロールがうまくいかないと、簡単に音程ははずれるものです。大人でも、「さあ正しい音程で歌いなさい！」と習ったばかりの歌を大勢の前でいきなり歌えと言われたら、正しい音程で最後まで歌い続けるのは至難の技でしょう。またカラオケで自分が大好きな曲を大声で気持ちよく歌っているところに「それ、音程が変だよ」と言われたらどれほど傷つくことでしょう。

また、歌うことに集中するにもある程度の条件が必要です。寝不足の朝やおなかですきすぎているときには、大人だってなかなか歌う気にはなりません。ケンカしたお友だちの横で楽しく歌うこともできません。子どもの性格や個性、心身の状況をよく理解した上で適切な環境設定をして、子どもが楽に楽しく歌えるようにしてあげたいものです。

気になる子、要支援児が集団音楽活動に入れません。

子どもひとりひとりにとっての音楽活動の目的をよく考えてみましょう。みんなが同じ活動目的になるとは限りません。一つの曲をみんなで演奏していても、一人一人にとって、その音楽の意味、持たされた楽器の感じ方、心身に与える影響、その活動で身につけられる能力はみんな違うことを、常に意識する必要があります。

みんなで合奏する活動であっても、ある子にとってはテラスの外からお友だちの様子を見ることができ、窓を少し開けてお友だちの音に耳を澄ませることが目標になることもあり得るのです。

音楽活動は楽器を鳴らす、歌を歌うことだけが目標ではありません。自分が受け入れられる距離感で音楽を聴く、演奏の様子をじっと(あるいはちらっと)見ることも、評価すべき参加態度と考えましょう。

また、要支援児は環境から大きな影響を受けやすいものです。音楽活動以外の日々の保育で対象児をよく観察し、どういう環境なら集中するのか、楽しめるのか、その子の能力が発揮されやすいのかを知った上で、音楽活動での環境設定をするとよいでしょう。

Memo





様々なバチ、スティック、マレット

執筆者

今野貴子 東京藝術大学音楽学部楽理科卒業、大学院応用音楽学修了
同大学非常勤講師(音楽療法)、学術研究員、日本音楽療法学会会員
音楽療法の考え方を活かして、子どもの個性や発達段階に寄り沿った
音楽活動を実践し、子どもの自己表現や発達全般を促す方法論につい
て研究をおこなっている。「おとあそび♪音楽隊」リーダーとして企画・
出演している数々のコンサートは、音楽のクオリティの高さや誰もが楽
しめる内容が好評を博している。教育委員会等の要請を請けて保育士
や幼稚園教員を対象とした研修をおこなうほか、保育関連雑誌にも寄
稿している。足立区内では東京都公立保育園研究会スマイルの「ふれ
あいおとあそび講習会」、子ども家庭課と連携した「保育士継続研修」
「保育園園内研修」の講師等を継続的に担当している。

畑瞬一郎 東京大学文学部卒業、大学院人文科学研究科修了、博士
東京藝術大学教授(応用音楽学、イタリア文化・文学)
東京藝術大学千住キャンパスの設立(平成18年)にあたり、音楽学部
副学部長としてプロジェクトをリードする。
以後、千住キャンパスにて、音楽療法、アートマネジメントといった音楽
文化を社会に還元するための研究と事業を展開している。

制作著作 東京藝術大学大学院音楽研究科 応用音楽学研究室
〒120-0034 東京都足立区1-25-1
Tel. 050-5525-2741 e-mail: info-gcam@ml.geidai.ac.jp
<http://www.geidai.ac.jp/labs/gcam/>

制作著作：東京藝術大学大学院音楽研究科 応用音楽学研究室
(平成25年度 足立区教育委員会子ども家庭部からの受託研究)