

## アジア8か国の調査から見えてきた

# 「ハッピー&レジリエント」な 子どもをどう育むか

コロナ禍の長期化で子どもの心身への悪影響が心配される中、「レジリエンス」という言葉が注目されています。困難な状況に直面したときに大切な力となるレジリエンスは、子どもの「ウェルビーイング」（心身の良好な状態、幸福）にも深くかかわっていると考えられています。レジリエンスとはどのような力か、子どもにどのように育めばよいかを、ベネッセ教育総合研究所が運営を



支援するチャイルド・リサーチ・ネット所長の榊原洋一先生にうかがいました。

チャイルド・リサーチ・ネット所長 **榊原洋一先生**（さかきはら・よういち）

医学博士。チャイルド・リサーチ・ネット所長。お茶の水女子大学名誉教授。ベネッセ教育総合研究所常任顧問。日本子ども学会理事長。小児科医。専門は小児神経学、発達神経学、特に注意欠陥・多動性障害、アスペルガー症候群などの発達障害の臨床と脳科学。

### レジリエンスの高さが 心身の状態や幸福感を左右する

レジリエンスとは、困難な状況を受け入れて、自分の中で折り合いをつけ、回復していく力を指します。暴風雨に対して直立して我慢する強さではなく、柳の木のようにしなやかにたわみながらも元に戻るイメージといえるでしょう。コロナ禍や世界情勢の変化など、社会の将来像として多くの困難に直面する可能性が否定できないからこそ、一人ひとりがたくましく、しなやかに生き抜くために、レジリエンスは必要です。

レジリエンスを育む上で難しいのは、レジリエンスそのものは表面的な姿として見えないことです。元気に跳ね回る子どもが必ずしもレジリエンスが高いとは限らず、困難に直面したときに、どう反応するかを見ることでしかわかりません。

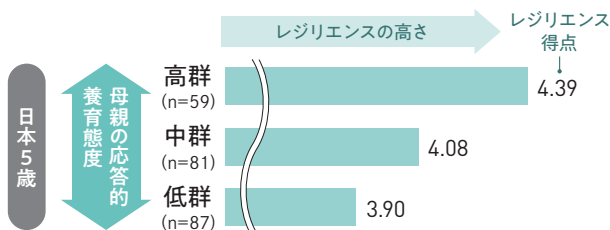
チャイルド・リサーチ・ネットでは、日本を含むアジア8か国で子どものウェルビーイングとレジリエンスに着目した調査を行いました。すると、すべての国でレジリエンスが高いほどウェルビー

イングが高いという結果になりました。

さらに、レジリエンス育成に効果的な要因を調査すると、「①母親\*の応答的養育態度」「②母親の

#### 図1 レジリエンスの育成に効果的な母親のかかわり

- 母親の応答的養育態度の度合いが高いほど、子どものレジリエンス得点は高い



- 子どものレジリエンス育成に特に効果的な項目
- ✓ 温かく優しい声で話しかける
  - ✓ スキンシップをとる
  - ✓ 子どもが求めることに応える
  - ✓ やりたがることに取り組める環境を用意する

\*応答的養育態度3群：「温かく優しい声で話しかける」「スキンシップをとる」「子どもが求めることに応える」「何かうまくできたときに一緒に喜ぶ」「何かをやろうとしているときは手を出さずに最後まで見守る（危ないことは除く）」「やりたがることに取り組める環境を用意する」「興味を広がるような遊びや体験を用意する」の7項目を得点化して足し上げ、分布をもとに均等に高群・中群・低群の3群に分割。  
\*レジリエンス得点：レジリエンスにかかわる17項目（PMK-CYRM-R尺度を使用、「まったくあてはまらない」1点～「とてもあてはまる」5点）を合計して、項目数で割った数値（1～5点に分布）。

\*本調査は、5歳の子どものいる母親を対象として実施し、母親による影響を調べている。父親を含むほかの保護者への調査は実施していない。

## 「子どもの生活に関するアジア 8 か国調査 2021」調査概要

調査の実施者：チャイルド・リサーチ・ネット

調査のテーマ：アジア諸国にみる「ハッピー&レジリエントな子どもをどう育むか」

調査対象：アジア8か国（日本、中国、フィリピン、マレーシア、台湾、インドネシア、シンガポール、タイ）の都市部および近郊に住む、5歳（園児）の子どもがいる母親全1,973人

調査項目：子どものレジリエンス/子どものウェルビーイング/母親の養育態度・子育て意識/母親の生活満足度/園（保育者）のサポート/母親の家事育児負担率/配偶者サポート/子どものデジタルメディア活用実態/デジタルメディア活用時の母親の

かかわり/子どもの日常的な時間の使い方/子どもの遊びの状況/コロナにかかわる状況など

調査時期：2021年8月～11月

調査方法：アンケート調査（オンライン/質問紙）

<https://www.blog.crn.or.jp/crna-research-activities.html>



調査内容を詳しく知りたい方は、  
こちらからアクセスしてください。▶▶▶

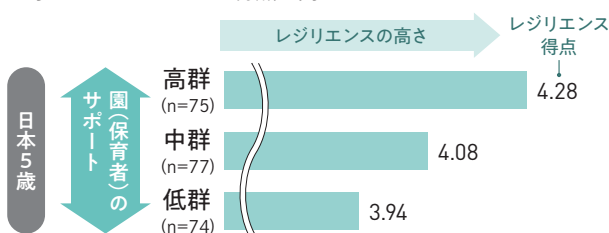
子育て肯定感」「③園（保育者）のサポート」「④デジタルメディア使用時の母親のサポート」「⑤遊ぶことができる友達の数」が有意に関連していることがわかりました。そして、母親の応答的養育態度では「温かく優しい声で話しかける」「スキンシップをとる」など（図1）、園（保育者）のサポートでは「保育者は子どものことを気にかけてくれている」など（図2）の度合いが、子どものレジリエンスの育成に関連していることがわかりました。家庭とともに園もまた、子どものレジリエンスを育む大切な要素となっているのです。

## 豊かな人間関係に囲まれて 安心して過ごせる環境づくりを

レジリエンスは、身につけた姿が表面的には見えない力です。そうした力を育むために、園とし

### 図2 レジリエンスの育成に効果的な園（保育者）のかかわり

- 園（保育者）のサポートの度合いが高いほど、子どものレジリエンス得点は高い



子どもの  
レジリエンス育成に  
特に効果的な項目

- ✓ 保育者/先生は子どものことを気にかけてくれている
- ✓ 子育てについて相談できる保育者/先生がいる

\*園（保育者）のサポート 3群:「保育者/先生の子どもの言葉かけやかかわり方が温かい」「保育者/先生は子どもの気持ちを尊重している」「保育者/先生は子どものことを気にかけてくれている」「保育者/先生はあなた（母親）のことを気にかけてくれている」「子育てについて相談できる保育者/先生がいる」の5項目を得点化して足し上げ、分布をもとになるべく均等に高群・中群・低群の3群に分割。

\*レジリエンス得点: 図1と同様の手順で算出。

てどのようなサポートができるのでしょうか。

ヒントになるのは本調査の尺度とした「レジリエンス獲得を支える生育環境」（図3）です。レジリエンスを獲得した子どもが育った環境を示すもので、これを見ると「公平さが担保される自分の居場所がある」「自分は見守られていて、いつでも助けてもらえる」などの環境が大切であることがわかります。園にそうした環境を整えることで、子どもにレジリエンスが育っていく姿が明確には見えなくても、保険のようにいざというときに役立つと考えることができます。困難に対応する力の育成というと、あえて我慢を強いるような経験を考えがちですが、そうしたものはレジリエンスの獲得には無関係なのです。また、保護者にレジリエンスの大切さを伝えることも、園の重要な役割になるでしょう。

今回の調査から、園で友だちや保育者などに囲まれて温かな時間を過ごすことが、レジリエンスの育成に関連することがわかりました。これからも子どもが安心感を抱き、自分に自信をもてるようなサポートに努めていただきたいと思います。

### 図3 レジリエンス獲得を支える生育環境（抜粋）

※調査に用いたレジリエンスにかかわる17項目の尺度より、園のサポートに関する項目を抜粋。「養育者」を「保育者」としてご覧ください。

- ◎あなたの子どもは教育を受けることや園/学校でうまくやっていくことが重要であると信じている
- ◎あなたの子どもがどこにいても、大抵の時間、何をしているのかを知っている親/養育者がいる
- ◎あなたの子どもをよく分かっている親/養育者がいる
- ◎あなたの子どもは自分の気持ちについて家族/養育者に話す
- ◎あなたの子どもは、自分が園/学校に溶け込んでいると感じているようだ
- ◎あなたの子どもにはつらいときに気にかけてくれる家族/養育者がいる
- ◎あなたの子どもは公平に扱われている
- ◎あなたの子どもは家族/養育者と一緒にいると安心するようだ
- ◎あなたの子どもは、家族/養育者との季節の行事などの楽しみ方が好きである

# 個々の家庭の状況を受け止め、 子育ての喜びを味わえる 子育て支援・保護者支援の充実を

ベネッセ教育総合研究所では、乳幼児の生活の様子や保護者の子育てに関する意識と実態を調査する「幼児の生活アンケート」を、1995年から約5年ごとに実施しています。第6回(2022年)は、新型コロナウイルス感染症(以下、コロナ)の感染拡大や社会環境の変化が子どもや保護者の生活や意識の変化に関連していることが示唆される結果となりました。本調査の第1回からの協力者である東京家政大学大学院客員教授の佐藤暁子先生にお話をうかがいました。

## 佐藤暁子先生(さとう・あきこ)

東京家政大学大学院客員教授。東京都公立幼稚園に40年間勤務した後、玉川大学、東京家政大学児童学科で乳幼児教育、子育て支援、保育内容総論などを指導し、保育者の育成に尽力。東京家政大学附属みどりヶ丘幼稚園長、ナースリールーム所長などを歴任。



## コロナ禍や社会環境の変化の影響を受けて 保育を取り巻く環境が大きく変化

コロナの感染拡大を始めとする子育て世帯を取り巻く環境変化により、今回の調査結果は、これまでと比較しても、多くの項目で変化が見られます。ここでは、園の先生方が子どもや保護者の実態を捉えて、With/After コロナ時代の保育や保護者支援を考える際に役立つと思われるデータを抜粋してご紹介します。

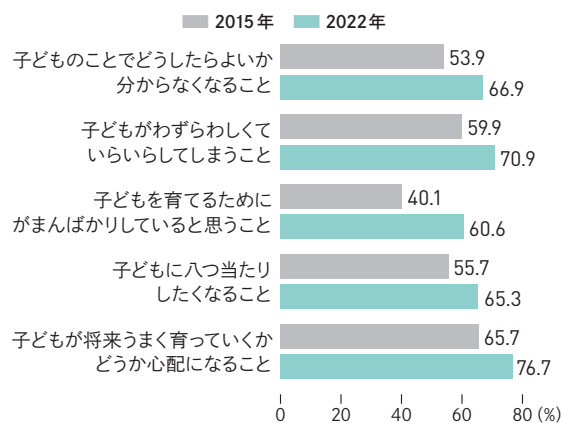
調査結果を見る前に、私がかかわっている園の様子から、保育現場の変化を押さえておきましょう。園では、感染拡大期に休園や時間調整を余儀なくされるとともに、登園再開後も行事の中止や縮小、できるだけ「密」を避けるための保育内容の変更など、さまざまな対応を迫られています。手洗い・うがい・消毒の励行やマスクの着用が習慣化するなど、生活様式も大きく変化しました。

それにより保育やコミュニケーションのあり方が大きく変わり、子どもや保護者にも影響を及ぼ

しています。例えば昼食は、子どもがおしゃべりをしてコミュニケーションを楽しむ時間でしたが、今では「黙食」が当たり前の光景となっています。

またコロナの感染拡大期から、保護者と保育者、保護者同士が直接対面して情報を交換する機会が著しく減少し、家庭が孤立しやすい状況が強まっています。保護者は、子どもや自身の健康状態に

図1 子育てへの否定的感情



※数値は、「よくある」「ときどきある」の合計%。

## 「幼児の生活アンケート」調査概要

調査の実施者：ベネッセ教育総合研究所

調査のテーマ：乳幼児の生活の様子、保護者の子育てに関する意識と実態

調査項目：子どもの基本的な生活時間／習い事／メディアとのかかわり／遊び／母親の教育観・子育て観／子育てで力を入れていること／母親の子育て意識／夫婦の家事・子育て分担／子育て支援など

### ◎第6回調査

調査時期：2022年3月

調査方法：WEB調査法

調査対象者：首都圏（東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県）の0歳6か月～6歳就学前の乳幼児をもつ母親4,030人

※1歳6か月以上の幼児をもつ母親の回答のみを分析している。

※第6回は新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、2022年に実施。3月は対象地の首都圏において緊急事態宣言やまん延防止等重点措置の期間ではなかったが、再度の感染拡大が懸念される時期であった。

### ◎第5回調査

調査時期：2015年2～3月

調査方法：郵送法

調査対象者：首都圏（東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県）の0歳6か月～6歳就学前の乳幼児をもつ保護者4,034人

第1～6回の調査概要は、ウェブサイトでご確認ください。

ベネッセ教育総合研究所「第6回 幼児の生活アンケート」ウェブサイト

<https://berd.benesse.jp/jisedai/research/detail1.php?id=5803>



敏感になり、不安を抱きやすい心理状態にあると感じます。

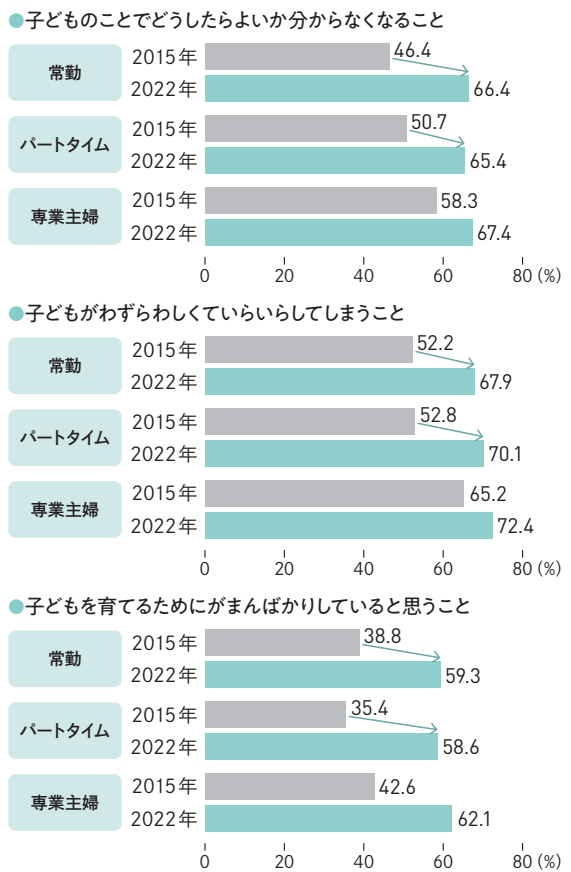
このようにコロナは、保育を取り巻く環境、子どもの生活や活動、家族の精神面など、さまざまな側面に影響を与えているのです。

## 社会環境の変化などを背景に 子育てへの否定的感情が増加

私が今回の調査で大変気になったのは、前回の2015年調査と比較して、母親の子育てへの否定的感情の割合が増えていることです。「子どものことでどうしたらよいかわからなくなる」「子どもがわづらわしくていららしてしまう」「子どもを育てるためにがまんばかりしていると思う」など、すべての項目において否定的感情が増加しています（図1）。

その要因の1つに、コロナによる生活の変化が挙げられると思います。感染拡大期は、子どもは屋外に出かけづらく、家にこもりがちな状況になりました。一方で、リモート勤務や休業になる保護者も多く、そのよい面としては、親子が一緒に過ごす時間が増えて子どもとじっくり向き合える機会になったと思います。半面、ふだんは気づかなかつたり、深く考えていなかったりした子どもの気になる点などを直視せざるをえなくなり、「うまく育てられていないのでは」「どうしたらよいかわからない」といった否定的感情につながったことが考えられます。

図2 子育てへの否定的感情（母親の就業別）



※数値は、「よくある」「ときどきある」の合計%。

背景には、家庭の孤立もありそうです。以前は、子どもの送迎や行事、保護者会などのときに、保育者やほかの保護者と雑談をして情報を得たり、子育ての悩みを打ち明けたりする場が多くありましたが、それらがコロナによって失われました。さらに感染拡大防止の観点から祖父母などにも会

いづらくなり、子育てを手伝ってもらったり、相談したりすることが難しくなりました。そうした社会環境の変化により、母親が悩みを抱え込みやすくなっているのではないのでしょうか。

多くの園では、コロナの感染が拡大する中で、子どもや保護者をサポートするために、園だよりなどの頻度や内容を充実させたり、ICTを活用して動画の配信やオンライン保護者会を実施したりなど、情報発信のあり方を工夫してきました。それらはとてもよい取り組みですが、一方で子育ての悩みは一人ひとりで異なるため、やはり対面で個別に話を聞くことでしか解決できないケースも多いものです。園として、個々の保護者の状況を理解し、気持ちを受け止めて、支援していくことが大切だと考えています。

## 仕事の有無にかかわらず 母親は自分の生き方を模索

続いて、母親を「常勤」「パートタイム」「専業主婦」に分けたときに、否定的感情が各層でどのように変化しているかを見てみましょう（P.19 図2）。いずれの感情ももっとも高いのは「専業主婦」ですが、特に「常勤」「パートタイム」で増加率が高まっていることが見てとれます。

仕事をもつ母親の否定的感情が2015年から増加した要因としては、コロナ禍で外部からのサポートが受けづらい中、仕事をしながら子育てをする難しさに直面していることが考えられます。一方で、専業主婦の否定的感情が常に高く、今回さらに増加したのは、子どもと1対1で向き合う時間がより長くなり、気分転換をする機会も限られてしまったことなどが要因でしょう。

では、母親の子育て観は、2015年から2022年の間でどのように変化しているのでしょうか。「子育ても大事だが、自分の生き方も大切にしたい」という「バランス重視」と、「子どものためには、自分ががまんするのはしかたない」という「子育て重視」の比率を見ると、「バランス重視」が10.2ポイント増加していることがわかります（図3）。さらに各層の増加率を比べると、特に「専業主婦」

図3 子育て観：子育てと自分の生き方のバランス

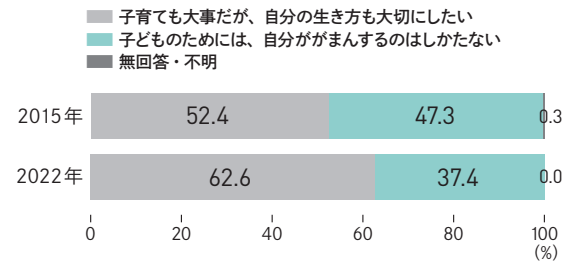
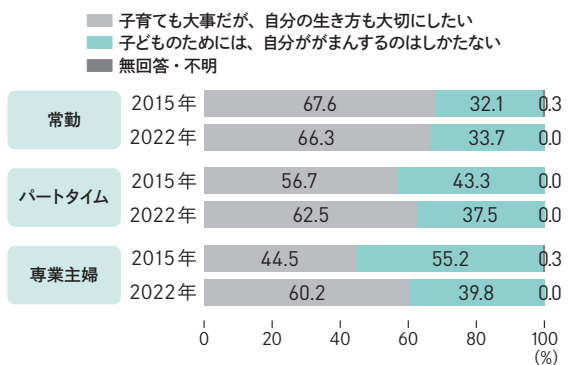


図4 子育て観：子育てと自分の生き方のバランス  
(母親の就業別)



で高くなっています（図4）。

2019年の「幼児教育・保育の無償化」の導入、仕事をもつ母親の増加、SNSの普及などにより、多様な生活スタイルや価値観が可視化され、受け入れられるようになったことで、「子どもが幼いうちは子育てに専念する」という、ある種の固定観念から抜け出して、子育てとともに自分らしい生き方も追いつめたいと考える母親が増えていることがうかがえます。そうした考えは、以前は仕事をもつ母親に多く見られましたが、次第に「専業主婦」にも広まりつつあるようです。

## 保護者の状況を把握し 支援のできる園をつくる

次に、調査結果から母親の園に対する要望の変化を確認して、今求められている保育や保護者支援について考えていきましょう。注目してほしいのは、ほとんどの項目において、園への要望が高まっていることです（図5）。これは、いくつかの

要因が複合した結果と考えています。

まず前述の通り仕事をもつ母親が増えたことで、以前より子育てに時間や労力を割けなくなり、園に任せたいと考えるようになってきていることが推測できます。

また、幼児期の保育の重要性がさまざまなメディアなどで報道されるようになったことを受け、園の教育や機能をより充実させてほしいという要望が強まっていることが挙げられます。「知的教育」を望む声が増えていることは、その表れといえそうです。ただし、「自由な遊び」を望む声も同様に増えており、文部科学省の「幼保小の架け橋プログラム」などでも、幼児期の遊びの大切さが見直される状況にあることを踏まえると、ここに関しては注意が必要になるでしょう。

なお、グラフは割愛しますが、「常勤」「パートタイム」「専業主婦」の各層を比べると、特に「専業主婦」で園への要望が高まっていることがわかりました。この結果を先ほど紹介した、「専業主婦」の意識変化と関連づけて考えると、子育てを1人で抱え込まず、これまで以上に園の協力を得て、自分の時間も大切にしたいと考える母親像が浮かび上がります。仕事をもつ母親への社会的な支援は少しずつ手厚くなっていますが、そうしたものが「専業主婦」には届きづらかったということも、考えていく必要がありそうです。

今まで見てきた状況を受け、園では次のような支援ができると思います。まず保護者とのよい関係性を築くために、園の方針や月々の保育の様子をよりきめ細やかに発信していきましょう。そして、だれもが気軽に相談できる組織風土やしくみをつくり、個々の保護者の悩みに応えていきましょう。その際、守秘義務を負っていることは忘れてはなりません。さらに、園庭開放などを通して、保護者同士や、保護者と保育者との交流を促進していきましょう。

子どもを真ん中に、園と保護者が子育てについて語り合い、受け止め合いながら、地域の保育の拠点となることが、これからの園に求められる役割だと考えます。

図5 園に対する保護者の要望

