

保育実習時の「保育環境の構造化」・「保育現場における 予期せぬ現実」と「ストレス」との関連

上 田 真由美* 櫻 井 晋 伍** 福 田 恭 介***

要旨 近年、保育士不足が社会問題となっており、さらに保育士希望の学生が減少してきている。保育者養成校の学生が保育士になることをためらうことについて、保育実習中に、保育所の環境構成や予期せぬ現実場面に遭遇して、学生が何らかのストレスを感じていると予想される。しかしながら、そのような関連を調べた研究は見当たらない。そこで、本研究は保育者養成校に在籍する保育学生が、保育所での実習中に気づいた保育環境および実習中の予期せぬ現実とストレス反応との間にどのような関連があるかを検討した。その結果、実習中において予期せぬ現実に遭遇したときにはストレス得点が高く、構造化された保育環境の中で実習できたと感じたときにストレス得点が低くなることが示された。このことから、実習中に子どもたちの活動に見通しを持って対応でき、子どもたちが戸惑うことなく保育環境が設定されるような事前実習指導を行えば、保育学生の実習におけるストレスを低下させる可能性がある。

キーワード 保育実習中のストレス、保育環境の構造化、保育中の予期せぬ現実

目的

近年、保育士不足が社会問題となっている。こども家庭庁の調査によると、全国の令和5年12月の有効求人倍率は3.54倍と全職種の1.35倍と比較して、2.19ポイントも差があり、依然として高い水準で推移している（こども家庭庁、2024）。このことは、1人の保育士資格取得者

に対して、3.54園から求人が来ることを意味している。

2024年4月からは、4・5歳児の保育士の配置基準が76年ぶりに見直された。4・5歳児の子ども30人に保育士1人の割合であったのが、子ども25人に対して保育士が1人となった。保育士の負担軽減に繋がる配置基準が定められたが、NHK首都圏ナビ（2023）によると「正式

* 東九州短期大学・助教

** 福岡県立大学人間社会学部・講師

*** 福岡県立大学・名誉教授

な基準の見直しまでに経過措置が設けられている点や、地域によっては保育士を急に確保することが難しいという事情がある」とも報告されている。このように、保育士不足の上に、経過措置中とはいえ、さらに保育士の確保が求められる状況である。

全国保育士養成協議会（2020）は、保育者養成校に在籍する学生を対象に「就職先を決める上で重視した条件について」調査している。その結果、「保育環境が充実している」、「給与が適切である」、「労働時間が適切である」、「休暇が保障されている」、「職場の人間関係がよい」、といった内容が保育士として就職するために重視される条件であることが示された。このことは、保育士を目指す学生が、働きやすさという職場環境を重視していることを示している。その5項目の中で、「保育環境が充実している」といった項目は、学生自身の働きやすさではなく、子ども達にとっての保育環境が充実していることが、働くための条件であると学生たちが考えていると言える。保育環境が充実しているとはどのようなことなのだろうか。これらの質問に対して学生たちは、ただばくぜんと保育施設の充実を答えたのかもしれない。

保育をする立場から考えたとき、保育施設の充実した環境とは、子どもたちが混乱することなく次の活動に移ることができたり、トイレや給食の準備ができたりといったものがあげられる。このような環境は、お金をかけなくても保育者のちょっとした工夫で変えることができる。例えば、園の手洗い場に手洗いの方法の手順の絵を貼っておくことで、手洗いをすることに戸惑うことなく子どもたちが取り組むことができる。また、トイレのスリッパを次の子どもが使いやすいように、並べる場所にスリッパの

絵を貼ることや、テープで枠を囲うことにより、子どもたちが無理なく片付けの習慣を身に付けられる。ヴィコツキー（土井・神谷訳、2023）は、成熟の段階を子どもの現在の発達水準とし、まだ成熟していなくて成熟中の段階にある過程を子どもの発達の最近接領域としている。子どもが、このように援助があればできる発達の最近接領域の状態であれば、絵や図で知らせることが援助であると考えられる。

発達障害児の先行研究では、環境の構造化が有効であると示されている（村川ら、1996）。例えば、TEACCH（Treatment and Education of Autistic and related Communication handicapped Children）プログラムは、アメリカ・ノースキャロライナ大学のTEACCH自閉症プログラムによって開発された介入アプローチで、構造化されたプログラムである。これは自閉症の人々の症状と学習スタイルを理解し、意味を提供し、自立を促進し、個人の強みと興味を活用するための視覚サポートの使用に基づくアプローチであるとされている（TEACCH® 自閉症プログラム、2025）。このような視覚手がかりを用いたアプローチは、自閉症の人々だけではなく、子どもたちの保育活動や集団の中でも有効であると予測される。

こういった保育者の工夫による環境の構造化に気づく保育実習生は少ない。しかし、保育者養成の担当教員が、保育実習施設における環境構成を見るための手がかりを与えれば、学生たちもそのような環境の違いに気づくであろう。そのような工夫のある保育園であれば、実習中における学生たちのストレスも低下し、学生たちも就職先の一つとして考えるようになるだろう。しかしながら、保育実習生が実習先や就職

を検討している施設について、保育環境の構成といった視点から調査をしたものは見当たらない。

そこで本研究は、保育者養成校に在籍している学生が、保育実習中に保育施設の環境についてどのような気づきがあったか、あるいは保育者養成校のどのような働きかけが保育環境の気づきにつながるのかについて質問紙による調査を行った。すなわち、実習前において、上で述べたような手洗い環境やトイレ環境の構造化について気づいている学生ほど、実習時の保育施設の環境について気づきが多く、子ども達への関わりや、発達段階に応じた環境構成をより意識でき、その結果、実習に際してのストレスも緩和されると予測される。

方法

九州地区の保育士養成校の短期大学に在籍する学生21名に対して、3つの尺度による質問紙調査を行った。1つ目が保育系実習用予期せぬ現実尺度（松田ら、2016）の26項目であった。この尺度は、保育現場において遭遇した、子どもとの関わりの難しさ、保育者の否定的側面、仕事の厳しさについて調べるものであった。2つ目のストレス反応尺度については、鈴木ら（1997）の心理的ストレス反応尺度18項目を用いた。これは、保育実習を経験したとき「くやしい思いがした」、「いろいろなことに自信がなかった」などのように、実習がどの程度ストレスフルであったかを調べるものであった。3つ目の尺度は、保育環境が構造化されているかどうかを問うものであった。前に述べたように保育環境が構造化されていれば、子どもたちは障害の有無にかかわらず、混乱せずに行動でき

る。たとえば、自分のロッカーの場所がわかるように、一人ひとりのマークを貼り付けることが考えられる。2歳児保育における保育環境の視覚的構造化は、ユニバーサルデザインとしてあらゆる子どもたちの行動の混乱を減らすことが示されている（近藤、2018）。ここでは、実際に行われている構造化について列記されている項目から人的環境を外した10項目を一部変更して質問項目とし、一般的に見受けられる保育環境4項目について追加をし、14項目とした。

調査手続き 保育実習指導Ⅱの講義を履修している学生に、講義終了後に質問紙調査を行った。調査の説明として、本研究の参加は強制ではなく任意であること、回答しないことで不利益を被る事はないこと、回答後は直ちに番号を振り、回答内容から個人が特定されることはないことを教示した。

調査対象者 九州地方にある、保育者養成校の短期大学1校、保育所実習Ⅱ（またはⅠ）を終了した短期大学生21名（女性18名、男性3名、平均年齢21.5歳、*SD* 4.97歳）であった。回収率は100%であった。

調査内容 調査内容は次の通りである。

1. 「子どもへの声かけが難しかった」「保育者の子どもへの対応が怖かった」など、保育系実習における予期せぬ現実について尋ねる26項目について、「実習中にどの程度感じましたか。」という教示の下、「1. 思ったより全く感じなかった」から「5. 思ったより非常に感じた」までの5件法で尋ねた。
2. 「泣きたい気持ちだった」「怒りっぽくなっ

た」など、ストレス反応に関する18項目について、「保育実習中あなたの感情や行動の状態をよく表すものに○をつけてください。」という教示の下、「1. 全く当てはまらない」から「5. とてもよく当てはまる」までの5件法で尋ねた。

3. 「使わないおもちゃには目隠しをしてあった」「自分の椅子・座る場所がわかるように椅子や机にシールなどが貼ってあった」など、保育所の環境に関する14項目について、「保育室の環境についてどのような工夫がありま

したか。よく表すものに○をつけてください」という教示の下、「1. 全く当てはまらない」から「とてもよく当てはまる」までの5件法で尋ねた。

4. フェイスシートでは、実習内容（IまたはII）、年齢、性別をたずねた。
5. 質問紙の表紙には、研究参加への同意を求める同意書にチェックを入れてから、質問に答えるように伝えた。回答の際には他の人と相談しないことも教示した。

Table 1 ストレス反応尺度の因子分析結果

	F1	F2	F3
F1:実習中の不安定な感情($\alpha=.95$)			
3 泣きたい気持ちだった	.87	-.06	-.13
18 気持ちが沈んでいた	.85	.32	.00
17 いろいろなことに自信がなかった	.84	.35	-.06
4 何もかもいやだと思った	.84	-.04	-.35
15 感情を抑えられなかった	.83	-.39	.26
6 ひとりでいたい気分だった	.83	-.05	-.06
8 いらいらした	.80	-.38	.04
13 なぐさめて欲しかった	.80	.41	.01
14 怒りを感じた	.80	-.25	.32
9 悲しい気分だった	.77	.28	-.31
7 根気がなかった	.74	-.29	.32
5 不愉快だった	.72	-.29	-.37
16 怒りっぽくなった	.71	-.46	.34
1 何かに集中できなかった	.62	-.27	-.50
2 くやしい思いがした	.56	.36	-.30
F2:焦燥感($\alpha=.90$)			
12 なんとなく心配だった	.39	.80	.35
10 話や行動がまとまらなかった	.46	.70	.27
F3:予期不安($\alpha=.50$)			
11 よくないことを考えた	.45	-.15	.53
因子寄与			
	9.63	2.58	1.59

結果

ストレス反応尺度 ストレス反応の18項目について因子分析を行った（Table 1）。分析にはHAD（清水、2016）を使用した。固有値から、3因子解と仮定した。第1因子は、実習中の不安定な感情を表している内容であることから、「実習中の不安定な感情」と命名した。第2因子については、抽象的な感情を表している内容であることから「焦燥感」と命名した。第3因子については、起きていないことに関する不安についての内容であったため「予期不安」と命名した。項目1の「何かに集中できなかった」、項目2の「くやしい思いがした」については因子負荷量が0.6以下であったため分析から外すこととした。焦燥感と予期不安と命名した。項目12「なんとなく心配だった」、項目10「話や行動がまとまらなかった」、項目11「よくないことを考えた」についての3項目は、実習特有の感情ではないために、これら3項目は分析から除外した。したがって、実習中の不安定な感情13項目をストレス反応とし、この平均値と他の尺度の各質問項目との相関を求めた。

保育系実習用予期せぬ現実尺度 13個のストレス反応尺度の平均点と予期せぬ現実尺度（松田ら、2016）の各質問項目得点との相関を求めた。相関係数は-1から+1までの値を取るが、相関係数の絶対値について、0.2未満はほとんど相関がない、0.2～0.4は弱い相関係数、0.4～0.7は中程度の相関係数、0.7以上は強い相関関係があるとされている（田中、2010）。ここでは相関係数の絶対値が0.4以上の項目を相関があると定義した。

実習中の予期せぬ出来事とストレス得点との

相関を求めたものをTable 2に示す。ストレス反応得点と0.4以上の相関がみられた質問項目は4つであった。それは質問項目2「子どもへの声かけが難しかった」 $r = 0.508$ 、質問項目13「保育者が子どもをあまり見ていない場面があった」 $r = 0.525$ 、質問項目15「保育実践（読み聞かせ、手遊び、ピアノなど）が上手くできなかった」 $r = 0.418$ 、質問項目22「保育者が子どもに対して厳しいと感じた」 $r = 0.422$ であった。質問項目2や15については、子どもへの声かけがむずかしかったり、読み聞かせなどの保育実践がむずかしかったと答えた学生ほどストレス得点が高いことを意味している。また、質問項目13と22については、保育者が子どもを見ていなかったり、保育者が子どもに厳しく接している場面を見ていたと答えた学生ほどストレス得点が高かったことを意味している。

保育室の環境についての尺度 保育実習での保育室の工夫についての14項目それぞれと、ストレス反応との相関を求めた（Table 3）。その結果、0.4以上の相関が得られた項目は、質問項目13「今日の予定を、字や絵で視覚的にわかるように掲示してあった」 $r = 0.467$ の1つであった。これは、子どもにとってはわかりやすいその日のスケジュール提示をよく見かけたという学生ほどストレス得点が高かったことを意味している。このスケジュール提示は、実習生にとっては、わかりにくく、その結果ストレスが高くなったと考えられる。

考察

本研究では、保育者養成校の学生が保育実習中において、保育室の環境の気づきと実習中の

Table 2 保育系実習における予期せぬ現実とストレス反応との相関

1 いろいろなことをチャレンジさせてもらえた	0.143
2 子どもへの声かけが難しかった	0.508*
3 いろいろな子どもたちがいた(保育中に席を離れる子, 乱暴な子など)	0.282
4 実際に子どもを目の前にすると, いつもならうまくできることもできなかった	0.163
5 実習を通じて積極的に行動できなかった	0.337
6 体調管理が大切だと感じた	0.282
7 保育者でもうまくできていないことがあることに気づいた	0.282
8 子ども達との接し方が難しかった	0.346
9 勉強になることが多かった	0.199
10 子どもが好きなだけではやっていけないことに気づいた	0.204
11 保育者が行う保育が不十分だと感じた	0.033
12 保育ではチームワークが重要だと感じた	0.002
13 保育者が子どもをあまり見ていない場面があった	0.525*
14 保育者同士の連携が必要だと感じた	-0.205
15 保育実践(読み聞かせ, 手遊び, ピアノなど)が上手くできなかった	0.418*
16 子どもがかわいいと感じた	-0.082
17 保育者の子どもへの対応が怖かった	0.383
18 保育者になりたい気持ちが強くなった	-0.110
19 保育者同士の人間関係が悪いと感じた	0.019
20 体力が必要だと感じた	0.198
21 子どもに対して平等に関われないと感じた	0.232
22 保育者が子どもに対して厳しいと感じた	0.422*
23 子ども同士のケンカへの対応が難しいと感じた	0.155
24 保育者の指導が丁寧だと感じた	-0.170
25 自分自身, 子どもの気持ちを理解できていないと感じた	0.301
26 子どもが好きだという気持ちだけではやっていけないと感じた	0.129

* 相関係数 $r > 0.40$ 以上の項目

ストレス反応がどのように関連しているのかについて検討した。さらに、保育実習中に予期せぬ現実とストレス反応との関連についても検討した。保育実習中の環境とストレス反応では、実習生自身の見通しを持つことができないことに対してストレス反応が高いことが示された。

実習生が子どもたちとかかわるときに、保育の次の活動に対して見通しを持つことができずに学生たちは不安になっていることが考えられる。なぜなら、保育所実習は実習期間が10日間

あり、毎日のように違う年齢のクラスに配属されることが多いからである。そのため、学生は各クラスでの一日の流れを見通すことができず、ストレス反応が高かったと考えられる。

また、保育実習中における予期せぬ現実とストレス反応との関連について、「子どもへの声かけが難しかった」、「保育者が子どもをあまり見ていない場面があった」、「保育実践(読み聞かせ, 手遊び, ピアノなど)が上手くできなかった」、「保育者が子どもに対して厳しいと感

Table 3 保育室の環境とストレス反応の相関

1	使わないおもちゃには目隠しをしてあった。 (布を掛けたり、棚にカーテンを取り付けたりする)	-0.329
2	手洗いの場所は、使わないときは蛇口が見えないようにパーティションで 目隠しをしてあった	0.157
3	保育室は、子どもたちが活動しやすいように、床に物を置かないなど 常に整理整頓されていた	-0.233
4	手洗いの時に、順番がわからない子どものために、床にビニールテープで 自分の順番であることがわかるようにしてあった	0.162
5	床に集まる時は、畳やじゅうたんで、視覚的に座る場所がわかるようにしてあった	0.186
6	自分の椅子・座る場所がわかるように椅子や机にシールなどが貼ってあった	-0.201
7	並ぶがわからない子のために、テープが貼ってあり、その上に乗って 待っているようにしてあった	-0.078
8	食事の時間、食事をする子と遊ぶ子などと子どもの動きが交錯する時は、 パーティションなどでスペースを区切ってあった	-0.129
9	手洗い場に、手洗いの方法がわからない子どものために、 手洗いの手順の絵が貼ってあった	-0.110
10	トイレのスリッパの置く場所がわかるように、目印をしてあった	-0.212
11	おもちゃの片付け場所がわかるように、そこにおもちゃの絵や写真が貼ってあった	-0.173
12	自分のロッカーや、おもちゃの片付け場所は、子ども達の 手の届く場所に設置してあった	-0.301
13	今日の予定を、字や絵で視覚的にわかるように掲示してあった	0.467*
14	今日の給食に使用する食材や、調理し盛り付けられた給食を 図や展示食が子どもの見えるところにあった	0.115

* 相関係数 $r > 0.40$ 以上の項目

じた」の4つであった。これらは、実際に子どもたちと関わる中で、思ってもいなかったことが生じ、戸惑いのあったことが考えられる。実習中の保育者の子どもへの対応が、子どもを見ていなかったり厳しかったりという場面を見ることでストレス反応が高くなった。また、学生自身が声かけをうまくできなかったり、読み聞かせなどの実践をうまくできなかったりすることで、ストレス反応が高くなることが示された。子どもたちとのかかわりの中で、実習生が

予想していないような出来事がストレス反応に繋がったと思われる。

厚生労働省の保育所保育指針解説(2018)にある3歳以上児の環境(イ)の内容には、「⑩日常生活の中で標識や文字などに関心をもつ」とされている。実習生だけではなく、子どもたちも1日の見通しを、言葉だけではなく図や絵や文字で確認することで、安心感に繋がると考えられる。実習生は子どもたちとのかかわりを通して、子どもたちへの活動の準備や片付けの

援助ができ、実習生自身のストレス軽減や、達成感に繋がると予測される。

本研究では、保育者養成校での保育所実習中の学生の環境への気づきに対する調査を行ったものであった。子どもたちだけではなく、実習生も保育への見通しによって実習中のストレス反応に差が出ることが示された。このことから、保育者養成校として学生が実習中に見通しを持つことができるように、各クラスの一日の流れを把握し、見通しを持てるよう指導することが重要であるといえる。そのためには、実習に入るクラスの担当保育者と、保育室の環境をいっしょに確認したり、当日や前日に保育活動について詳しく確認をしたりすることで、実習生も見通しを持って子どもたちと関わるができるだろう。そうすることで、実習中にストレスである突然の出来事に遭遇しても保育の見通しができ、実習中の困りごとが減り、実習中に子どもたちとストレスなく関わるができると考えられる。このことにより、保育士志望の学生が少しでも増えることが望まれる。

引用文献

- こども家庭庁 (2024). 保育士の有効求人倍率推移 (全国). https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/e4b817c9-5282-4ccc-b0d5-ce15d7b5018c/0c26b1be/20240424_policies_hoiku_109.pdf
- 近藤みえ子 (2018). 2歳児保育における保育環境の視覚的構造化についての一考察 ―保育所巡回指導より見えてきたこと― 生涯発達研究 11, 103-107.
- 厚生労働省編 保育所保育指針解説 (2018). 初版第2刷 保育所保育指針解説.
- 松田侑子・設楽紗英子・濱田祥子 (2016). 保育系実習用予期せぬ現実尺度の作成 心理学研究 87(4), 384-394.
- 村川哲郎・鈴木伸五・松浦恭子・見延真奈美・水野栄子・大場公孝 (1996). 通園施設におけるTEACCHプログラムの実際 情緒障害研究紀要 15, 11-22.
- NHK首都圏ナビ (2023). 保育士の配置基準 4, 5歳児76年ぶりに見直し <https://www.nhk.or.jp/shutoken/wr/20231226a.html>
- 清水裕士 (2016). フリーの統計分析ソフトHAD: 機能の紹介と統計学習・教育、研究実践における利用方法の提案 メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59-73.
- 鈴木伸一・片柳弘司・嶋田洋徳・右馬埜力也・坂野雄二 (1997). 新しい心理的ストレス反応尺度 (SRS-18) の開発と信頼性・妥当性の検討 行動医学研究 4(1), 22-29.
- 田中敏 (2010). 実験心理データ解析「改訂版」新曜社 p.257.
- TEACH®自閉症プログラム (2025). ノースカロライナ大学医学部. Retrieved January 7, 2025, from <https://teacch.com/trainings/>
- ヴィコツキー, レフ土井捷三・神谷栄司 (訳) (2003). 「発達の最近接領域」の理論―教授・学習過程における子どもの発達 三学出版.
- 全国保育士養成協議会 (2020). 指定保育士養成施設卒業者の内定先等に関する調査研究.