

保育・教育者養成カリキュラムにおける ピアノ学習に対する意欲づけへの提言 —アントノフスキーによる首尾一貫感覚（SOC）の意義—

大久保 友加里

要旨

保育・教育者養成カリキュラムにおいて、ピアノ弾き歌いの授業を履修した学生を対象に、アンケート調査を行った結果、ピアノ学習に対する愛好度が高いほどストレスの程度は低くなる傾向があり、ピアノ技術が、より向上したと感じている学生ほどピアノ学習に対する愛好度は高く、ストレスも少ないという結果が得られた。

また、アントノフスキーによる首尾一貫感覚（SOC）の概念は情緒的健康を促進する上で近年重要視されている。今回のアンケート調査において、SOC とピアノ学習に向き合う学生の意欲とを比較検討したところ、就きたい職種が定まっている学生や、ピアノ技術が、より向上したと感じている学生は、そうでない学生に比べて SOC が高くなるという傾向がみられた。特に、ピアノ技術が、より向上したと感じている学生は、SOC の3つの概念のうちで「把握可能感」と「有意味感」を実感しやすかったということがわかった。

今後は、さらに継続してアンケート調査を行うことで被験者数を増やしていくとともに、ピアノ技術の上達との関連もふまえながらピアノ学習に対する意欲づけに関する研究を発展させていきたいと考えている。また、様々な文献研究を通して、SOC 概念をピアノ学習へ応用することの有効性や、そのために必要な指導上の留意点なども明らかにしていきたい。

キーワード

保育・教育者養成, ピアノ学習, 首尾一貫感覚

1. はじめに

1.1. 保育・教育者養成カリキュラムにおけるピアノ学習

保育士や幼稚園及び小学校教員養成課程のカリキュラムにおけるピアノ実技指導は、学生個人のピアノ学習経験に応じて、マンツーマン形態で行うことが多い。このことから、一斉指導が主となる授業科目と比べると、個々の学生と向き合うことが圧倒的に多く、それぞれの学生自身の性格的特性や趣味、嗜好性といったようにピアノ実技能力に関わる部分以外の面での配慮も必要な場合が多い。また、学生は家庭や友人関係、学業、部活動、

将来への不安など、様々なストレスを抱えている。保育・教育者養成カリキュラムではピアノ学習経験の有無に関わらず、短期間での弾き歌い実践力の習得が求められているため、このことにストレスを感じる学生も多い現状がある。

特に、これまでにピアノ学習経験のなかった学生が、ピアノ学習過程で感じるであろうストレスには、次の4点が挙げられる([吉村, 2014: 77-78])。1点目に、人前で演奏しなくてはならないという緊張感や恐怖感を伴った心理的ストレス、2点目に、左右の手指を独立して動かさなければならず、さらに弾き歌いに関しては歌いながら演奏することが求められるという身体的・精神的ストレス、また3点目に、技術習得のために授業時間外に多くの時間を費やさなければならないという物理的ストレス、4点目に、技術向上や課題克服に努力を重ね、粘り強く向き合わなければ成果につながらないという精神的ストレスである。このことから、ピアノ実技指導においては技術の教授法だけの視点に留まらず、ピアノ学習や音楽活動に対する学生の意欲を高めて上記のストレスなどを軽減させながら、いかに効率的に技術を向上させるかという点が、保育・教育者養成カリキュラムにおける音楽科教育の最重要課題と考えている。

1.2. アントノフスキーによる健康生成論

アントノフスキーは、1970年代の後半において、1914年から1923年に中欧で生まれたユダヤ人女性のライフヒストリーの研究に着手した([池田, 2016: 120])。この世代の女性は、ナチスの強制収容所が始まった1939年当時、16歳から25歳であった。強制収容所からの生還者で情緒的に健康であったのは29%で、強制収容所を経験していない対照群の51%が情緒的に健康であったのに比べて、予想通り強制収容所経験者のほうが健康度が低かった。ここでアントノフスキーが注目したのは、強制収容所を経験した女性の29%の人々が、なぜ情緒的健康を維持していたかという点であった。研究の結果、以下の特徴があると、健康を維持しやすいことがわかった。すなわち、第1に、自分の内外で生じる環境刺激は秩序付けられた、予測と説明が可能なものであるという確信(把握可能感)、第2に、その秩序がもたらす要求に対応するための資源はいつでも得られるという確信(処理可能感)、第3に、そうした要求は挑戦であり、心身を投入しかかわるに値するという確信(有意味感)で、これらをまとめて、アントノフスキーは首尾一貫感覚(Sence of Coherence: SOC)と概念化した([Antonovsky, 1987(山崎・吉井 監訳, 2001): 19-23])。

アントノフスキーによる健康生成論は近年、ヘルスプロモーションの基礎理論として重要視されており、幅広い年代に着目した健康促進に関して多くの報告がなされている。SOCは個人にとって、周囲との人間関係や環境などがどのくらい信頼できるものであるかという観点から考えられており、特に乳幼児期から思春期にかけての家庭環境や成功体験、また、思春期から成人前期における社会での人間関係や職業が、重要な形成・発達要

因として挙げられている([山崎, 1999 : 825-832]、[戸ヶ里, 2008 : 1-2])。

1.3. ピアノ学習とSOC

保育・教育者養成カリキュラムにおけるピアノの初心者指導に関する数々の先行研究のなかで、効果的なピアノ技術の習得法及び様々な教授法が提示されてきている(鈴木、吉村ら)。一方、アントノフスキーによる健康生成論についての報告も近年増えてきている(池田ら)。SOCが高いと、ストレスも成長の糧となることが多いことから、大学などの高等教育機関においてもSOC概念を学習やライフワークへ応用することの有効性は少なくない。ピアノ学習に対する学生の消極的姿勢についての文献も多くみられるなか(今林、那須野ら)、アントノフスキーの健康生成論及びSOC概念とピアノ学習に対する意欲づけに焦点をあてた研究は本邦ではほとんど存在していない。ピアノを学習することは「今の自分にとって、こういう意味がある」(有意味感)、「卒業までの(このくらいの時間をかけて)、こういう目標をもって取り組んでいる」(把握可能感)、「自分にとって無理なことではなく、できることだ」(処理可能感)という考え方をもちことにより学習成果が違ってくるのではないかと考えられる。

また、前述のように、ピアノ学習は一方的な知識の教授のみでは成り立たず、各個人の意欲づけが最重要課題でもあるため、SOCの考え方を取り入れることに意義が深いと考えている。

2. 方法

2.1. 対象

2017年度～2019年度、A大学とB大学における保育士や幼稚園及び小学校教員養成課程のカリキュラムにおいて、ピアノ弾き歌いの授業を履修した学生に対し、最終回の授業後にアンケート調査を行った。授業では、演奏実技試験を含め、ピアノの基礎技術と弾き歌い実技のマンツーマン形態での指導を行った。対象者は、2017年度がA大学こども教育学部に在籍する1年生7名、2018年度がA大学こども教育学部に在籍する1年生9名、2019年度がB大学大学院教育科学専攻に在籍する1年生1名、B大学学校教育教員養成課程に在籍する3年生4名、2年生2名の計23名である。

2.2. アンケートの内容

(1) 一番就きたい職種は(以下から該当するもの全てを選択)

- ・保育士
- ・幼稚園教諭
- ・小学校教員
- ・中学校教員(科目を記入)

- ・高等学校教員(科目を記入)
 - ・特別支援学校教員
 - ・音楽療法士
 - ・学童保育指導員
 - ・まだわからない
 - ・その他(自由記述)
- (2) 本授業履修前と比較し、ピアノ技術が向上したと感じるか(4件法で選択)
- (3) (2)で、向上した、もしくは向上していないと感じること(自由記述)
- (4) ピアノを弾くことや練習することは、好きか(4件法で選択)
- (5) ピアノを弾くことにストレスを感じることは、あったか(4件法で選択)
- (6) 難しい課題に直面した際でも何とかなると考え、見通しがもてるかもしれないと考えたか(3件法で選択)
- (7) 受講中、将来を見据えた目標を立て、ピアノ技術を身につけることができそうと思ったか(3件法で選択)
- (8) ピアノへの取り組みで苦労したなかにも、何かよい意味をみつけることができたか(3件法で選択)
- (9) これからピアノを練習する時間は、どの程度つくれるか?
- ・1日に()時間
 - ・週に()時間
 - ・月に()時間
 - ・ほとんど作れない
- (10) これからのピアノ技術向上のための要望や質問(自由記述)

2.3. 分析

まず、アンケート調査項目(4)の「ピアノを弾くことや練習することは、好きか」の回答において、「とても好き」「まあまあ好き」「あまり好きではない」の3群に分け、(5)の「ピアノを弾くことにストレスを感じることは、あったか」の回答結果に基づいて、ピアノ学習に対する愛好度とストレスの度合いを比較した。

次に、アンケート調査項目(1)の「一番就きたい職種は」において、現段階で就きたい職種が定まっているか否かによって、(6)、(7)、(8)の回答にどのような差があるかを比較した。(6)、(7)、(8)の設問項目は、アントノフスキーによる「把握可能感」、「処理可能感」、「有意味感」に、それぞれ関連のある設問となっている。ただし、今回の設問はアントノフスキーの健康生成論に関するアンケートではなく、その考えの一部を取り入れたにすぎないため、受講生にとって現実に回答しやすい設問内容にした。

アンケート調査において、ピアノ技術向上の程度についての受講生の意識は重要であ

ると考えられるため、アンケート調査項目（2）の「本授業履修前と比較し、ピアノ技術が向上したと感じるか」の回答において、「とても向上した」（以下「向上群」と略記）の群と、「まあまあ向上した」（以下「普通群」と略記）の2群に分けた。その上で、アンケート調査項目の（4）～（8）の回答項目を点数化し、各群で平均値を算出することにより、比較検討を行った。なお、（4）の「ピアノを弾くことや練習することは、好きか」については、「とても好き」を3点、「まあまあ好き」を2点、「あまり好きではない」を1点、「全く好きではない」を0点とした。（5）の「ピアノを弾くことにストレスを感じることは、あったか」については、「全くなかった」を3点、「あまりなかった」を2点、「少しあった」を1点、「非常にあった」を0点とした。（6）の「難しい課題に直面した際でも何とかなると考え、見通しがもてるかもしれないと考えたか」（アントノフスキーによる「把握可能感」と関連）、（7）の「受講中、将来を見据えた目標を立て、ピアノ技術を身につけることができそうと思ったか」（アントノフスキーによる「処理可能感」と関連）、（8）の「ピアノへの取り組みで苦労したなかにも、何かよい意味をみつけることができたか」（アントノフスキーによる「有意味感」と関連）については、それぞれ「そう思った」を2点、「どちらとも言えない」を1点、「そう思わなかった」を0点とした。さらに、これらの点数化した平均値を「向上群」と「普通群」の間において、Wilcoxonの順位和検定により統計処理を行った。

3. 結果

3.1. 概要

23名全員の回答結果を、表1と表2に示した。

アンケート調査項目（1）において、明確に職種を選択した者は15名であり、その内訳は複数回答を含め全体で保育士が6名、幼稚園教諭が5名、中学校教員が4名、学童保育指導員が3名、その他が1名であった。また、「まだわからない」と回答した者は8名であった。

アンケート調査項目（2）において、ピアノ技術が「とても向上した」と回答した者は9名、「まあまあ向上した」と回答した者は14名であり、「あまり向上していない」及び「全く向上していない」と回答した者は居なかった。

アンケート調査項目（4）において、ピアノを弾くことや練習することが「とても好き」と回答した者は4名、「まあまあ好き」と回答した者は13名、「あまり好きではない」と回答した者は6名であり、「全く好きではない」と回答した者は居なかった。

アンケート調査項目（5）において、ピアノを弾くことにストレスを感じることは、「少しあった」と回答した者は8名、「あまりなかった」と回答した者は11名、「全くなかった」と回答した者は4名であり、「非常にあった」と回答した者は居なかった。

表1 問1, 2, 4, 5の結果一覧

	問1:一番就きたい職種						問2:ピアノ技術は向上したとを感じるか				問4:ピアノを弾くことや練習することは好きか				問5:ストレスを感じることはあったか			
	保育士	幼稚園教諭	学童保育指導員	中学校教員	まだわからない	その他	とても向上した	まあまあ	あまり向上していない	全く向上していない	とても好き	まあまあ好き	あまり好きではない	全く好きではない	非常にあった	少しあった	なかった	全くなかった
A					○			○			○					○		
B				○			○				○					○		
C				○			○			○							○	
D				○			○				○					○		
E						○	○			○							○	
F				○			○				○					○		
G				○			○				○				○			
H	○							○				○				○		
I				○				○			○						○	
J		○					○			○					○			
K	○	○						○			○					○		
L		○						○			○					○		
M	○		○					○			○				○			
N	○	○					○				○					○		
O	○		○					○			○					○		
P				○				○				○				○		
Q			○					○			○				○			
R				○				○				○			○			
S				○				○				○			○			
T				○			○			○							○	
U		○						○				○			○			
V	○							○			○				○			
W				○				○				○				○		
合計(人)	6	5	3	4	8	1	9	14	0	0	4	13	6	0	0	8	11	4

また、アンケート調査項目(6)(7)(8)のSOCとの関連項目において、「そう思った」と回答した者は、それぞれ(6)が14名、(7)が16名、(8)が17名であり、「どちらとも言えない」と回答した者は、それぞれ(6)が9名、(7)が7名、(8)が6名であった。いずれの設問においても、「そう思わなかった」と回答した学生は居なかった。なお、アンケート調査項目(3)(9)(10)は自由記述式の設問であり、指導法

改善に生かすことを目的とした設問であったため、今回の研究においては検討を行っていない。

表2 問6, 7, 8 (SOCとの関連)の結果一覧

	問6:「把握可能感」関連			問7:「処理可能感」関連			問8:「有意味感」関連		
	そう思った	どちらとも言えない	そう思わなかった	そう思った	どちらとも言えない	そう思わなかった	そう思った	どちらとも言えない	そう思わなかった
A	○				○		○		
B		○			○		○		
C	○			○			○		
D	○				○		○		
E	○			○			○		
F	○			○			○		
G	○			○			○		
H	○			○				○	
I	○			○			○		
J	○			○			○		
K	○			○				○	
L	○			○			○		
M		○		○			○		
N		○		○			○		
O	○			○			○		
P		○		○				○	
Q	○			○				○	
R		○			○		○		
S		○		○			○		
T	○				○		○		
U		○			○		○		
V		○		○				○	
W		○			○			○	
合計(人)	14	9	0	16	7	0	17	6	0

3.2. ピアノ学習に対する愛好度とストレス

ピアノを弾くことや練習することが「とても好き」、「まあまあ好き」、「あまり好きではない」と回答した、それぞれの群ごとに、ピアノを弾くことにストレスをどのくらい感じたかについての結果を図1に示した。ストレスを「全く感じなかった」と回答した学生は、ピアノを弾くことや練習することが「とても好き」な学生のうちでは75%、「まあまあ好き」な学生のうちでは8%であり、「あまり好きではない」学生は、全員が何らかのストレスを感じていたことが分かった。

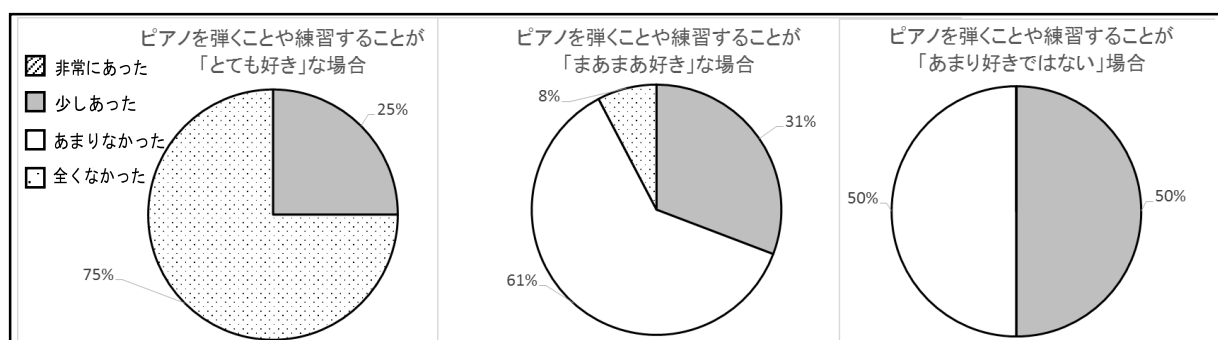


図1 ストレスの比較

3.3. 職業選択の明確度とSOC

就きたい職種が定まっているかどうかでSOC概念に対する考え方がどのように変わるかを比較した結果が、図2及び図3である。集計にあたり、アンケート調査項目の(6)、(7)、(8)のそれぞれにおいて、「そう思った」と回答した者を「(SOCが)高い」、「どちらとも言えない」と回答した者を「(SOCが)低い」として分類した。「把握可能感」と「処理可能感」関連の設問については、就きたい職種が定まっている者の群の方が17~30%、SOCが高かったことに対し、「有意味感」関連の設問については、両者の間でほとんど差がなかった。

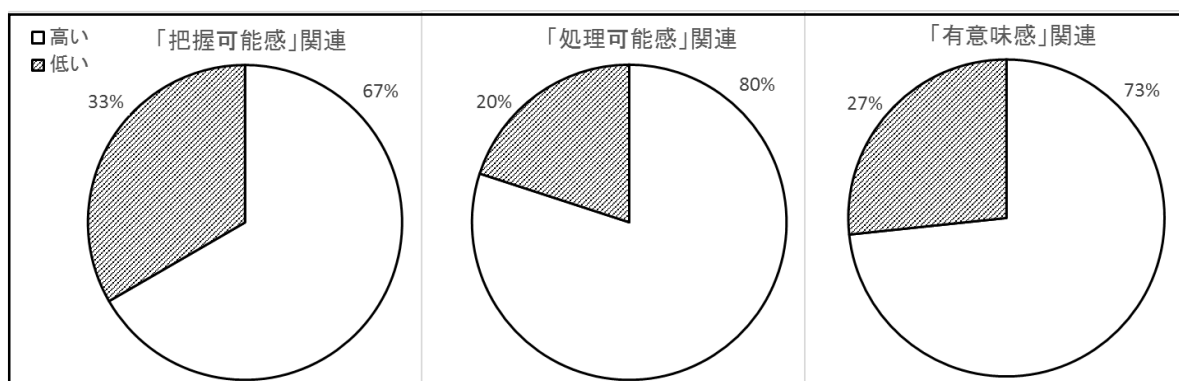


図2 就きたい職種が定まっている場合のSOC

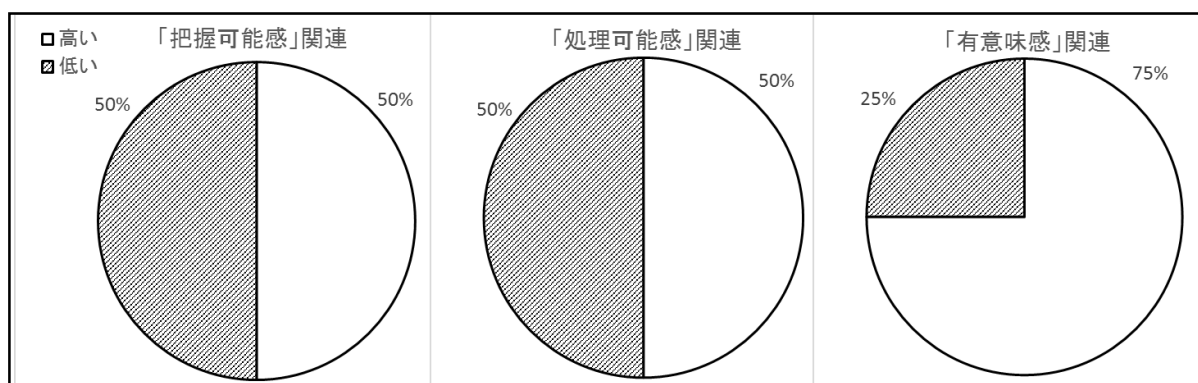


図3 就きたい職種が定まっていない場合のSOC

3.4. ピアノ技術向上の程度との関連

本授業履修前と比較し、ピアノ技術が「とても向上した」と感じた「向上群」と、「まあまあ向上した」と回答した「普通群」で、それぞれの項目別回答者数と、点数化した数値の平均を比較した結果が、表3と表4である。

アンケート調査項目(4)において、「向上群」ではピアノを弾くことや練習することが「とても好き」と回答した者は9名中の4名であり、残りの5名は「まあまあ好き」と回答していた。また、「普通群」では、「まあまあ好き」と回答した者は14名中の8名であり、残りの6名は「あまり好きではない」と回答していた。

アンケート調査項目(5)において、「向上群」ではストレスを感じるものが「少しあった」と回答した者は9名中の2名であり、「あまりなかった」が4名、「全くなかった」が3名であった。また、「普通群」では、「少しあった」と回答した者は14名中の6名であり、「あまりなかった」が7名、「全くなかった」が1名であった。

ピアノ技術向上の程度と愛好度・ストレスとの間では、ともに Wilcoxon の順位和検定において有意に差がみられ、愛好度が高く、ストレスを感じていない方がピアノ技術も向上しやすかった。

表3 ピアノ技術向上の程度と、愛好度・ストレスとの関連

	問4:ピアノを弾くことや練習することは				問5:ピアノにストレスを感じることは			
	とても好き (3点)	まあまあ 好き (2点)	あまり好き ではない (1点)	全く好き ではない (0点)	非常に あった (0点)	少しあった (1点)	あまり なかった (2点)	全く なかった (3点)
向上群(人)	4	5	0	0	0	2	4	3
合計(点)	22				19			
平均(点)	2.4 ● --- **				2.1 ● --- **			
普通群(人)	0	8	6	0	0	6	7	1
合計(点)	22				23			
平均(点)	1.6 ● ---				1.6 ● ---			

** P<0.01 (Wilcoxon の順位和検定)

また、SOC に関しては、アンケート調査項目(6)「把握可能感」関連の設問において「そう思った」と回答した者は、「向上群」では約8割弱(9名中の7名)であったことに
対し、「普通群」では、半数(14名中の7名)であった。

アンケート調査項目(7)「処理可能感」関連の設問において「そう思った」と回答した者は、「向上群」では約7割弱(9名中の6名)であったことに
対し、「普通群」では、約7割強(14名中の10名)であり、両者の間で大きな違いはなかった。

アンケート調査項目(8)「有意味感」関連の設問において「そう思った」と回答した者は、「向上群」では全員(9名中の9名)であったことに
対し、「普通群」では、約6割弱(14名中の8名)であった。

ピアノ技術向上の程度と「把握可能感」「有意味感」関連の設問との間では、ともに Wilcoxon の順位和検定において有意に差がみられ、「向上群」の方が、「把握可能感」「有意味感」を実感していた。

表4 ピアノ技術向上の程度とSOCとの関連

	問6:「把握可能感」関連			問7:「処理可能感」関連			問8:「有意味感」関連		
	そう思った (2点)	どちらとも 言えない (1点)	そう思わ なかった (0点)	そう思った (2点)	どちらとも 言えない (1点)	そう思わ なかった (0点)	そう思った (2点)	どちらとも 言えない (1点)	そう思わ なかった (0点)
向上群(人)	7	2	0	6	3	0	9	0	0
合計(点)	16			15			18		
平均(点)	1.8 ● **			1.7			2 ● **		
普通群(人)	7	7	0	10	4	0	8	6	0
合計(点)	21			24			22		
平均(点)	1.5 ●			1.7			1.6 ●		

** P<0.01 (Wilcoxon の順位和検定)

4. 考察

4.1. アンケート結果より

アンケート調査時点で、全体の約 65%の学生は就きたい職種が定まっていた。また、程度の差はあっても、ピアノ弾き歌いの授業を履修した全員が受講後に学習成果を感じていることが分かった。全体の約 74%の学生が、ピアノを弾くことや練習することに対して好きという感情をもっていたが、ピアノに関して全くストレスを感じたことがないと感じている者は全体の約 17%であった。ピアノ学習に対する愛好度が高いほど、ストレスの程度は低くなる傾向があることがわかった。

SOC 概念に対しては、全体の約 61~74%の学生が肯定的な考え方をもち、「有意味感」、「処理可能感」、「把握可能感」の順に、肯定的であるという結果となった。また、就きたい職種が定まっている学生のほうが、SOC 概念のうちの「把握可能感」と「処理可能感」が、高いという傾向がみられた。

また、ピアノ技術向上の程度についての受講生の意識は、ピアノ学習に対する愛好度やストレスとの関連、SOC 概念のうち「把握可能感」「有意味感」において、大きな影響を及ぼしていたことがわかった。したがって、「把握可能感」や「有意味感」をどのようにして受講生に意識づけていくかは、今後、授業の方向性を見直す際にも重要であると考えられる。

5. おわりに

今後は、さらに継続したアンケートの調査を行うことで被験者数を増やしていくとともに、ピアノ技術の上達との関連もふまえながらピアノ学習に対する意欲づけに関する研究を進めていきたいと考えている。また、様々な文献研究を通して、SOC 概念をピアノ

学習へ応用することの有効性や、そのために必要な指導上の留意点などを明らかにしていきたい。

謝辞

本研究を進めるにあたり、特にアントノフスキーの健康生成論と首尾一貫感覚(SOC)の概念理解において、鈴鹿医療科学大学教授・附属こころのクリニック院長の大谷正人先生に、多くのご指導を賜りました。心より感謝申し上げます。

引用文献

- Antonovsky,A.(1987) : *Unraveling the Mystery of Health, How People Manage Stress and Stay Well*, San Francisco: Jossey-Bass Inc. Publishers. [山崎喜比古・吉井清子(監訳)(2001)] :健康の謎を解く ストレス対処と健康保持のメカニズム,有信堂, 1-251
- 池田光穂(2016) : アーロン・アントノフスキーの医療社会学 ―健康生成論の誕生―,立教大学社会学部応用社会学研究 58,119 - 130
- 戸ヶ里泰典(2008) : 20～40 歳の成人男女における健康保持・ストレス対処能力 sense of coherence の形成・規定にかかわる思春期及び成人期の社会的要因に関する研究,東京大学社会科学研究所 5,1-43
- 山崎喜比古(1999) : 健康への新しい見方を理論化した健康生成論と健康保持能力概念 SOC,Quality Nursing,5,825-832.
- 吉村淳子(2014) : 保育者養成におけるピアノ初心者に対する指導,新見公立大学紀要 35,77-80

参考文献

- 萩原恵里(2019) : 保育者養成におけるピアノ弾き歌いに関する一考察―学生が直面した難しさと授業後の学習に対する意識に着目して―,幼年教育 WEB ジャーナル(2),1-9
- 今林俊一、那須野美咲(2014) : 大学生の首尾一貫感覚に関する研究,鹿児島大学教育学部教育実践研究紀要 23, 143-149
- 木村知香子、山崎喜比古、石川ひろの、他(2001) : 大学生の Sense of Coherence (首尾一貫感覚, SOC) とその関連要因の検討,日本健康教育学会誌 9, 37-48
- 児玉壮志、米田 龍大、安藤 陽子、他(2018) : 高等教育機関に所属する学生のレジリエンスとその関連要因,北海道医療大学看護福祉学部学会誌 14 卷 1 号, 65-71
- 中村礼香(2017) : 保育者養成校における学生のピアノに関する意識調査,鹿児島女子短期大学紀要 52,103-108
- 中野敬子(2005) : ストレス・マネジメント入門 ―自己診断と対処法を学ぶ―,金剛出版, 1-

210

大木龍太、日野栄絵、野間友梨子、他(2015)：なぜ健康でいられるのか？－健康生成論，
聖マリアンナ医科大学雑誌 43, 87-91

大久保友加里、大谷正人(2017)：発達に遅れのある幼児の保護者における困難とその対
処：障害幼児のための発達支援センターでの調査より,鈴鹿大学短期大学部紀要 37,
197-210

澤田悦子、片寄ますみ、鈴木佳代(2019)：保育者・教員養成におけるピアノ初心者の「弾
き歌い」指導法の実践と課題:音楽リテラシー育成のために,北翔大学教育文化学部研
究紀要 4,101-116

鈴木由美子(2017)：ピアノ初心者へのピアノ実技指導に関する一考察 練習意欲維持のた
めの試み,千葉敬愛短期大学紀要 39,425-432

こども教育学部こども教育学科 ohkuboy@suzuka-jc.ac.jp

Recommendations for piano learning in infants' educators and teachers training curriculum : Significance of Sense of Coherence (SOC) by Antonovsky

Yukari OKUBO

Keywords : Infants' educators and teachers training, Piano learning, Sense of Coherence (SOC)