

保育における歌唱表現を考える(2)

～歌唱活動における問題、その改善を目指して～

加藤明代

キーワード／ 発声、歌唱指導、質問紙調査

I. はじめに

本学では教員免許更新講習を実施して5年がたった。筆者も「音楽」講座において、歌う活動を軸にした内容を扱っている。ある保育者が筆者に投げかけた言葉は今でも忘れない。「毎日子ども達とたくさん歌っていますが、自分がしっかり歌えているのか時々不安になります。～子ども達はそのまます覚えてしまうのですね。」子ども達は保育者の歌声を通して歌を覚え、その曲が持つ音楽的な魅力もあわせて感じていく。その影響力は大きい。

それでは保育者は歌唱活動において子ども達の姿をどう捉え、何を大切に考えどう援助しているのか。前回の研究(2013)¹では、それらを質問紙調査の結果から考察した。そこからは問題点や悩みも見えてきた。その現状に対して問題を共有し、共に考えていくことはできないか。

そこで本稿では、特に質問紙調査の項目「歌唱活動において問題に感じていること」について整理し報告する。そしてその問題解決・改善の一助となればと考え取り組んでいる教員免許更新講習における実践の内容を振り返り、その成果と今後の課題を考察する。

II. 研究方法

対象： (1)平成23年8月 教員免許更新講習受講者115名(調査項目の回答43名)

(2)平成26年8月 教員免許更新講習受講者114名(調査項目の回答87名)

方法： 質問紙調査

内容： (1)調査項目「歌唱活動において問題に感じていること」に対する自由記述

(2)調査項目「今日の講習を今後どのようにいかしたいと思いますか」に対する自由記述

手順： (1)「問題に感じていること」に対する回答を整理し報告する。本稿Ⅲ項に記す。

次に、講習を行うにあたって特に着目した問題の所在を記す。そしてその改善に向けた取り組みの目的と内容、その成果について、(2)の調査の回答を参考に考察する。本稿Ⅳ・Ⅴ項に記す。

III. 結果と分析 —調査項目(1)—

問題に感じている内容を4つの観点で整理する。それは、①子どもの実態に関すること ②保育者自身の歌唱能力や声の悩みなどに関すること ③指導に関すること ④発表会などの行事に関すること である。

調査項目に対する回答は43名であったが、多くは複数の観点にわたって回答している。

1. 子どもの実態に関すること

① 課題のある子どもへの関わり方

「課題のある」として大半を占めたのは「怒鳴り・大声で歌う子ども」「音程の外れる子ども」「歌わない子ども」である。

「怒鳴り・大声」には、大きな声が良いと思っている子ども、大きい声になってしまうという意識がない子ども、大きい声に今の自分を精一杯表現する子ども、友達と声の大きさを競い合う子ども、ふざけて怒鳴る子どもなどがある。

「歌わない子ども」については、その原因を、歌への興味が薄いため、曲を知らないため、音感の鋭さゆえに自分の歌声を過剰に意識するため、恥ずかしさが有るためなどと記述している。「(ある年少児は)歌い始めると寝転んでしまい、最初は何なのか理解できなかった」と、原因がつかめなかったことへの不安が伺われるものもあった。

「音程が外れる」ことを問題視する記述は、歌唱能力が育ち、その調整が可能になってくる年長児担当者に多い。

② 子どもの興味関心との不一致

「歌謡曲やアニメの歌、リズムカルな曲を好む」「保育者が提示する曲に興味薄い」など。また「年長児は歌声も小さくなりがちである」と、歌うことへの思いも個人差があり、年長児になるにつれ、それが顕著になってくるようである。

2. 保育者自身の歌唱能力や声の悩みなどに関すること

次のように整理できる。

- ・声帯にトラブルを抱え、思うように声が出ないこと
- ・加齢により声が出にくくなったこと
- ・自分の歌(声質・音程など)に自信が持てないこと
- ・ピアノへの苦手意識

また「自分はきれいな声でないことに罪悪感を感じる」という切実な悩みもあった。「発声練習をしてから歌うようにしている」という保育者もいた。

3. 指導に関すること

① CDや文字を使って旋律や歌詞を覚えることの是非

「文字を読むことができる年長児への指導は文字に頼ってしまう」ようである。また、「初めて覚える歌はCDを活用しています」としながらも「保育者自身と一緒に歌うのが一番いいと思います」と、その扱いに気持ちが揺れている様子がうかがえるものもあった。「発表会に向けて、CDをしばらく流して歌を覚えるようにしたら、大変なことになってしまった」と、音程や歌詞があいまいで間違いを正すのにとても時間がかかったことが推測される記述もあった。

② 音程やリズム、歌詞の間違いにおける対応

「正しく覚えてほしいが、言い過ぎると楽しさが失われる」と、その対応の難しさがある。年少児担当者は、「正しい音程や歌詞で歌うこと」よりも、「楽しく歌う」気持ちを優先して

いる傾向にある。

③ 歌謡曲やアニメソングの扱い

「歌う楽しさ」を優先してアニメソングも積極的に歌っているケースと、「子ども自身が歌っているのは自由であるがわざわざ積極的には取り上げていない」というケースもあり、保育者の考え方も異なる。「アニメソングはそのリズムや音程が複雑でピアノ伴奏も難しい」という問題もある。

④ 指導方法について確信がもてないこと

先輩保育者の方法を受け継ぐなど、現在も模索中であるとの記述もあった。

⑤ 課題のある歌声への指導

以前、筆者は現場の協力を得て歌声の聴き取り調査²を行った際に、子ども達の個性ある歌声に驚きを感じたことがある。そこには、怒鳴り声の他にも、濁った声・息もれのする声・力みの感じられる緊張感のある声・喉の奥へのみこむような声・押し殺した声・吐くように苦勞して発せられる声・一本調子の重たい声など、指導の必要性を感じるものが少なからずあった。その歌声は、音楽的能力の発達はもちろんのこと、身体的側面の発達や心理的側面の原因によって多種多様な様相を見せる。さらに子どもを取り巻く音楽的環境も影響する。保育経験を積んだ保育者であっても、歌声を育てていくということは、容易なことではないということが伺われた。

⑥ 言葉による伝え方

具体的には、「優しくという声小さくなる」「『張り切る気持は大切にすが、それが大声で歌うこととは別である』ということ伝えるのが難しい」「言い方しだいで間違った方向に進んでしまう」「年少児は言葉でのやり取りが上手く出来ない」などがある。

⑦ その他

「クラスに支援の必要な子どもがいて、その子どもに関わることで、他の子どもの集中が途切れてしまう」といった悩みもあった。一斉指導における歌唱のあり方にも関わる問題である。

4. 発表会などの行事に関すること

① 他の教員との考え方の相違

② 発表会のあり方

「見栄えを優先」「元気よさや音程・歌詞の正確さが指導の中心」「声がそろっていることをほめてしまう」「歌声に問題を持つ子どもに過剰な注意をしてしまう」「たくさんを一度に要求してしまう」などが問題としてあげられた。しかしながら、そこには一人ひとりの歌声に耳を傾け、その歌声を通して子ども達の思いを受け止めたいと願う保育者の姿があった。子ども達の歌声や歌への思いは個人差があると理解していながらも「“違う”ことを意識してしまう」「他の子どもとのバランスをとろうとしてしまう自分自身がいる」という葛藤も見られた。これらの多くは年長児担当者から寄せられた内容である。

以上が「歌唱活動において問題に感じていること」の内容である。保育者の記述からは多様な問題点が見えてきた。そしてそこには、見守り・寄り添い・気づかせ・指導するなど、その子どもの状況にあった関わり方を探しながら、また理解しやすい言葉を選びながら助言・

指導に試行錯誤する現状があった。

5. 本研究で着目した問題の所在

上記の結果から特に着目したことの一つには、「声を出す楽しさ」や「友達と歌う楽しさ」を重視していた年少児の歌唱指導から、歌声の質を求める指導へと移行していく中に多くの保育者が難しさを感じていた、ということである。そして「子ども達の歌声」の様相を問題視するケースも多かった。何をどう指導していくかは、「子ども達の歌声をどう捉えているか」「どういう歌声を願っているか」という保育者自身の受け止め方や考え方に影響を受けると考える。さらに、何人もの保育者が自分自身の歌声や歌唱能力に悩みを抱えていることも認められた。

そこで教員免許更新講習では、指導に携わる保育者自身の歌唱に焦点をあてた内容を扱った。子ども達は保育者の歌声を通して音楽を身近に感じ、同時に音楽のニュアンスを直接感じることができる。また、それによって彼らの歌いたい気持ちが引き出されるなど、歌声の持つ音楽的環境としての役割は大きい。それゆえ、子ども達に何らかの影響を与えているであろう保育者自身の歌声、それに向かい合う場を今一度提供したいと考えた。さらに指導する側にある受講者が、指導を受ける立場になることで、普段と異なる視点から「歌うということ」を見つめ直す機会になればと考えた。次に、その実践を報告する。

IV. 教員免許更新講習における実践の概要

講習は本学の音楽表現領域の専任教員2名で担当している。「音楽の基礎技能」という講習名で、筆者は歌唱を中心とした内容を、もう一人は楽器を扱う活動を中心とした内容を取上げている。本研究では筆者が担当した講習についてのみ扱っていく。

1. 日時・対象・概要

日時：平成26年8月25・26・27日

対象：1日目40名、2日目38名、3日目36名、合計114名

概要：

① 自分自身の発声を振り返る。そして発声を歌の表現にどう連動させていくか、発声と結びついた表現について、演習を通してその理解を深めていくことを目的とした。

発声には複雑に様々な筋肉や器官が関わっているが、それは直接見たり触れることで確認し調整することはできない。講習では、身体が感じた感覚を手がかりに、これまでの自分自身の声の出し方や歌い方との違いを体感することを重視した。指導にあたっては、発声に関わる筋肉や器官への意識を徐々に高めていけるよう、気持ちを動かしながら声を出していくことに留意した。加えて大切にすることは、筆者の声を真似するのではなくて、声のイメージを持ってもらうことである。音楽や歌詞からもイメージを広げることができる。さらに、過剰に息を吐き出す勢いで大きな声を出すことが発声器官の声帯にとって好ましくないことであり、声がれの原因であることを伝えて注意を促した。筆者が望ましい例や望ましくない例を歌声や表情などで示しながら、違いを感じてもらえるよう配慮した。

② 乳幼児の歌唱表現の発達・特徴について、講義を通して確認を行う。ここでは担当する子ども達との歌唱を振り返り、指導のあり方や歌唱活動を展開していく上で留意すべき内容

を再考することが目的である。

2. 講習の流れ

- ① アイスブレイキング（歌遊びを通して）
- ② 発声について（理論）
- ③ 身体や声への気づきを促すウォーミングアップ
- ④ 「子どもの歌」を利用した発声
- ⑤ 「懐かしの歌」小発表会
- ⑥ 乳幼児の歌唱表現の発達と特徴について（理論）

次に、上記の具体的内容を示す。

① アイスブレイキング

3曲の歌を用意して、それらを組み合わせ、楽しく歌いながら動くという活動を行った。3曲とも拍子・リズムやフレーズが明確な曲である。1曲は、一人で自由に歩く場面を設定した。もう1曲には、複数人で関わりながら動く簡単な振り付けを用意した。さらにもう1曲では、二人組になり、自由に動くことにした。動くということは呼吸に関わることである。特に歌いながら動くということは、時に声帯に過剰な負担をかける。歌いながらどのように動くことができるか。また二人組の曲では、揺れる・歩くなどの簡単な動きで構わないとし、出会った人との呼吸を感じながら動くことを助言した。

② 「発声（声・歌声のしくみ）」について

腹式呼吸や共鳴について、図や写真を示しながら解説した。

③ 身体や声への気づきを促すウォーミングアップ

声の共鳴に関わる顔の各部位や上半身を簡単な体操でほぐしていく。目覚めていない器官を呼び起すように、受講者が気持ちを動かしながら、そして呼吸の流れを感じながら行うことに留意した。

「話すとき」と「歌うとき」との身体の状態や顔の表情の違いを意識してもらいながらも、現在の自分自身の声の状態と向き合いながら、無理をし過ぎないことを伝えた。

④ 「子どもの歌」を利用した発声

音階を上がり下がりするだけの機械的な発声練習ではなく、「子どもの歌」を活用しながら声をだしていく方法をとった。それは音階による発声練習を否定するものではない。講習が単発のものであるために、受講者が慣れ親しんでいる曲を使うことで「できない」「わからない」「難しい」という意識を緩和すると同時に、現場で応用できる技術を幾らかでも伝えることが出来ればと考えた。その練習は、例えば、歌の1フレーズを半音ずつ上げながら歌っていくというものである。その時も情景や歌詞を手がかりに声かけをしながら、声へのイメージを持って発声することを大切にした。

また曲の持つリズムやフレーズの感じ方によって、声が前へ進んでいく感覚を体験してもらった。

さらに、不安定になりやすい音程や高い音の発声について、助言をしながら進めた。例えば、高い音はその1音だけを頑張って発声するのではなく、前後の旋律の流れを感じながら気持ちを動かして歌っていくことを試みた。

何十年と歌い継がれている「子どもの歌」は言葉の抑揚と旋律の動きが一致している作品が多い。そのために極端な音の跳躍や不自然な旋律の動きがなく、発声面においても無理なく歌える曲と言える。

⑤ 「懐かしの歌」小発表会

演習のまとめとして、グループごとに歌を発表する時間を設定した。ここでは声を聴きあい合わせることも、一人ひとりがしっかりと自分の声で歌うことが主たる目的である。フースラーら（1987）³は、合唱のことを「音楽奨励のための推進役」と認めながらも、「完成されて」いない声で合唱することは、その発声器官において危険性をはらんでいると忠告している。それは自分自身の発声器官をコントロールすることに加えて、「他の声と合わせる」という別のコントロールを強いることになる。歌唱能力や技術の未熟な段階においては、その発声器官に、より負担がかかる歌唱形態であるとも言える。

すなわちこのことは、幼児の歌唱指導において「声をそろえて歌う」ことを求めすぎることへの忠告と言えよう。

さて、手順としては、イメージを広げてもらうために曲に関連した映像を用意した。音楽の要素（音の強弱・高低・音型・リズムや和音など）や歌詞もまた、情景や感情を推測し、イメージを広げていく手がかりとなる。短い時間ではあるが、グループごとの練習の後に発表会を行った。

⑥ 乳幼児の歌唱表現の発達と特徴について（理論）

各年齢の歌唱表現の発達と特徴について、講義を行う。その後、受講者自身が担当する子ども達の歌声を振り返り、歌唱活動を進めていく上で大切にしたい内容を整理し、それをもとに子ども達の歌唱の実態やその対応などについて、意見交換をする計画をたてた。

V. 成果と課題 一調査項目(2)一

教員免許更新講習後の「今日の講習を今後どのようにいかしたいと思いますか」の質問に対する受講者の回答（87名）を参考に考察する。

1. 講習の目的に対する成果 及び 講習全体の成果について

① 「自分自身の発声を振り返る」そして「発声と結びついた表現への理解を深める」

通常、発声指導というと、「腹式呼吸」「共鳴」「姿勢」「発音」などの訓練に時間を費やすものだと多くの人は考えるだろう。しかし講習では、それらの習得が目的ではなく、前述したように「子どもの歌」を活用する方法をとりながら、「身体が感じた感覚を手がかりに、これまでの自分自身の発声との違いを体感する」ということを重視した。「歌を大事に歌っているように感じた」「身体の動きと声繋がっているのを感じた」と、具体的な違いに言及した記述も少ないながら認められた。「意識を変えただけで、自分の声が変わった」「今まで高い音が出にくいのは年のせいにしてきたけどそうではなかった」「いつもはあきらめていた音が軽く発声できて驚いています。全力で声を張り上げ自分自身で歌えない癖をつけていたのかもしれませんが」など、これまでの声との違いを実感し、驚きを感じている記述は多い。受講者自身が苦手と感じていた発声における問題点の緩和に繋がったことも、実践の成果と言えよう。

「発声と結びついた表現」についての気づきには、「優しい曲調だから優しく歌えばいいと

いうことではないと思った」「話すことと歌うことの筋肉の使い方の違いを感じた。それに伴って表情も変わるのがわかった」「楽しく歌うことと歌唱技術は違うと思った。楽しく歌うだけでは足りないと感じた」「今まで歌ってきた曲も歌い方や声の出し方で違うように聞こえた」などがある。曲のニュアンスや感情を伝えるための技術によって歌声はより生き生きする。受講者自身もこのことを実感できたことがうかがわれる。「音楽のフレーズやリズムの感じ方で声が出しやすくなった」の記述には、音楽の感じ方が発声と繋がっていることへの気づきが見られる。

今回の講習は、単発的なものであったが、「ほんの少しのことを意識するだけでもこんなに歌が違ってくことを学んだ。これからの歌唱に生かしたい」「先生がおっしゃったようにイメージして歌うと、みんなの表情も変わった。自分が意識して歌うことが子ども達に伝わるのだと思った」など、多く受講者が、意識の持ち方だけで自分自身の歌声も変わっていく可能性があることを感じてくれたと思われる。このような受講者自身の発見にうかがわれるように、発声や歌唱において意識の転換を促すことができたことは大きな成果である。

② 「乳幼児の歌唱表現の発達・特徴」を再確認する

「歌声がそろわないと感じていたが、発達の特徴や傾向から考えることはなかった」「年長児でも音程が外れるのだと知らなかった」という発見があったことに対する記述もあった。また、「発達や特徴を理解した上で、子どものありのままの表現を受け入れていく気持ちが大切であることをあらためて感じた」「難しすぎる歌を歌わせていなかったらどうかと振り返ると反省がある」など、これらからは、音楽的側面での発達を理解した上で子どもの歌声に耳をすまし、一人ひとりの歌う姿を受け止めようとする姿勢がうかがわれる。このように、既に経験によって知り得た内容を、再確認し整理する機会を提供できたことは肯定的に受け止めたい。

講習最後でさらに、意見交換の場を提供する予定であった。本稿Ⅲ項で報告したように、子どもの歌唱の現状と対応については多くの保育者が難しいと感じている問題の一つである。しかしながら、時間的な制約から実現することができなかった。話し合いの時間を持っていたならば、問題点の解消・緩和に向けて、より有意義な時間となったと考える。

③ 講習全体を通して

「子ども達とともに歌う保育者の歌唱がどうあるべきか」を再認識する機会になったとする記述は多かった。「姿勢や声の大きさととらわれていた。これまでよりは表情や気持ちが歌に表れるような歌い方を実践できるように思う。そうすれば子ども達の歌も変わってくるのではないかと感じた」「先生の姿を見て、子ども達に私が指導するときにも、倍の動きや表現で伝えていくことが大切かなと思いました」などは、指導者の表現力が子ども達に与える影響への気づきである。また、『キラキラした気持ちで目をパッチリ、お山の向こうまで見えるかなあ』と話した方が体の力も抜けてスーッと声がでると実感した。この方がとても楽しい」「実際に歌の指導をいただいて、やはり褒められると嬉しいこと、先生が笑顔でいることで歌が楽しく感じられたこと、否定されなかったことで声を出していこうと前向きになれたことを体験できた」には、歌いたい気持ちや意欲を引き出す指導側の態度・姿勢や言葉かけとはどういうものであるか、実践を通して再確認できたことが表れている。

自分自身の歌声に意識を向けて取り組んだことで感じたそれぞれの気づきや思いを、現場で生かして行ってほしいと願うものである。

2. 今後の課題

次の2点をあげたい。

- ① 授業者の意図を一層明確に、誤解を生まない伝え方に配慮すること。

保育者を対象にした演習や助言内容は、子どもの場合にも同様にあてはまるとは限らない。また受講者の受け止め方も個人差があり、異なる解釈があることを筆者も再認識する機会となった。

- ② 本年度は教員が主導性を持った演習中心の講習であった。今後は歌唱をめぐる様々な問題について受講者同士の意見・情報交換の場としてのあり方も検討していきたい。

VI. おわりに

質問紙調査(1)からは、保育経験を重ねていくことで、よりはっきり見えてきた問題点や、経験があっても解決しにくい問題点があることがわかった。それでも子ども達との活動を楽しいものにしたいと願う保育者の使命感を前に、筆者も歌声を育てる責任を共有していかなければならないと痛感している。教員免許更新講習もその一助として、内容の改善を図ってきたい。

VII. 引用・参考文献

1. 加藤明代 (2013) 保育における歌唱表現を考える 常葉大学短期大学部紀要第44号 pp.95-103
2. 加藤明代・武田道子 (2005) 乳・幼児の歌唱能力の発達に関する一考察Ⅱ 常葉学園短期大学研究紀要第36号 pp.119-132
3. F. フースラー／Y. ロッド・マーリング(1987) 須永義雄／大熊文子訳 「うたうこと」 発声器官の肉体的特質—歌声のひみつを解くかぎ 音楽之友社 p.158

加藤明代 (2014) 保育における音楽表現を考える—歌唱活動における問題— 日本保育学会 第67回 発表要旨集 p.781