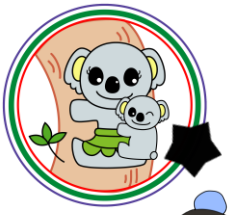
千葉市子育て支援館

みんなのわ

2025年7月号
（第211号）



～遊びってなんだろう～

心理相談員（臨床発達心理士）
山下　しずか

雨上がりのこの季節、戸外には水たまりができ、そこで遊びたがるお子さんもいるのではないでしょうか。水たまりで遊びたがる子どもに大人は「ほかにも遊びがあるのになぜ」と不思議に思うこともあると思います。今回は大人の“なぜ”を少しだけひも解くヒントとして「探索活動と遊びの段階」についてご紹介します。

室内でも外でも、子どもは気になったものを口の中に入れたり、触れたりして確かめようとします。変化が生じたものや新しい場面、物に注意を向け「これは何だろう？」と五感で関わりながら情報を得ようとすることを「探索活動」と言います。探索活動は生後2～3カ月頃から芽生え始め、ハイハイや独歩で自発的に移動できるようになると本格的に始まります。（※）探索活動を通して子どもは身体の動かし方や操作、方向性等を学ぶと言われており、因果関係理解、目と手の協応など生活に必要な力や認知能力、学習面にかかわる力にも影響を与えると言われています。これらのことから「探索活動」は子どもの発達にとって、とても大切な経験と言えるでしょう。

また子どもの遊びは成長と共に変化していきます。発達心理学者のパーテンは、子どもの遊びの発達を6つに分類しました（表1）。ここで示されているようにひとり遊びの時間は思ったよりも長く、2～3歳頃が一番活発になる時期とされています。年齢とともにひとり遊びの“場面”は減っていくものの“時間”は増えていきます。ひとり遊び（ひとりで遊んでいる）が気になる保護者の方は多いと思いますが、ひとり遊びの時間は、自分の中のイメージを体現できる時間であり、そのなかで様々な経験を積み、物事の特性を学び、自我の拡張につながる重要な時間でもあります。大人になってからも、一人で考えることや創作、趣味に没頭する時間は多いと思いますが、幼児期のひとり遊びがその土台になっているのでしょう。集団の中での遊びも社会性を育てるという意味でとても大切ですが、自我/自己の成長という視点ではひとり遊びの時間はとても重要と言えます。

このように大人が不思議に思っている行動や不安に思っている姿にもちゃんと意味があり、成長に繋がっています。成長に繋がる環境を大事にしつつ、その子に合ったペースを一緒に見守っていけたらと思います。

（※）イメージ能力や言語面が発達すると身体を使用しての探索活動は減っていくとされています。

表1　「遊びの分類」

①何もしない遊び	「興味のあるものに目や耳を向け、さまざまな刺激を吸収する時期」
②ひとり遊び	「他児や大人と関わらず自分の世界で遊んでいる状態」
③傍観遊び	「他児が遊んでいるのを見ながら、自分はその遊びに加わらない状態。他児に興味をもつのが②と違う」
④並行遊び	「他児と同じ場で同じような遊びをしているが状況。同じような遊びをしているのが③と異なる」
⑤連合遊び	「他児と一つの遊びで一緒に遊べるようになるが、役割やルールがある遊びはまだ難しい」
⑥協同遊び	「連合遊びが発展し、集団遊びにルールや役割分担(おままごとなど)が加わると協同遊びとなる」

参考文献：小崎恭弘．“並行遊びとは？一緒にいるのに一緒に遊ばないのはなぜ？何歳から始まる？”．ベネッセ教育情報．2025/4/25.
https://benesse.jp/kosodate/202011/20201103-5.html.