

# 言語化行為がもたらす動作と気付きの変容 ～調理スキル習得過程の分析を通して～ Format Guideline for Manuscripts of JCSS

## Action and Awareness Transformation by Verbalization in the cooking skill acquisition

石川 悟

Satoru Ishikawa

北星学園大学

Hokusei Gakuen University

ishi\_s@hokusei.ac.jp

### 概要

一人の実践者が、好みの「卵焼き」／「出汁巻き卵」を作成できるようになるまでの過程を、言語化により記録した。言語化した記録のうち、実行した動作に関する記述および動作や状態への気付きに関する記述に注目し、それらの変遷について分析・検討した。その結果、気付きの詳細化に伴った調理品の完成度の上達が認められた。また、習得された動作が実行できなくなったときには、新たな気付きを生みながらより再現性の高い動作が獲得し直される過程が観察された。

キーワード：調理スキル、身体知、言語化

### 1. はじめに

身体知あるいは暗黙知として身につけられるスキルの多くは、その習得過程が明らかになっていない。日常的なスキルの1つである調理スキルも、その習得過程が意識的に分析されることは少ない。失敗せずに調理するために必要となる「コツ」は、調理指導者からの指導や各実践者の試行錯誤を通して意識されることはあるが、その「コツ」である「知」を実践者がどのように発見し、どのように身につけるか理解されることは少ない。

本研究は、このような日常的な身体知の一つである調理スキルの習得過程を言語化により記録し、スキルを習得し新たな知を得るまでの過程において現れる、気付きおよび動作の変容について明らかにすることを目的とした。他の身体知研究[1][2]と同様に、スキル習得者が実践を重ねるにつれ、動作についての記述、自身の状態についての記述、調理対象についての記述内容は変化し、かつそれぞれは別個に変遷するのではなく、相互に関連して変容していくと考えられる。

本研究で習得に取り組む調理スキルは、「卵焼き」および「出汁巻き卵」とした。実践者が身につけていな

い調理スキルであることに加え、両スキルは類似した調理スキルだと考えられるものの調理中の状態はそれぞれで異なり、両スキルの習得においては特定の動作の習得や気付きが得られると考えられた。

### 2. 方法

**実験参加者** 女性の大学生1名(実験開始時21歳)が実験に参加した。

**調理スキル習得課題** 本研究で実験参加者が取り組んだ調理スキルは、「卵焼き」調理スキルと「出汁巻き卵」調理スキルの2種類であり、「卵焼き」調理スキル習得後に「出汁巻き卵」調理スキルの習得に臨んだ。どちらの調理スキルの習得過程においても、調理スキル実践中におこなった動作、およびその動作の実施中に得られた気付きについて言語化し記録した。

**手続き** 「卵焼き」調理スキルの実践と記録は、2017年4月27日から5月26日の期間に計19回行われた。「出汁巻き卵」調理スキルの実践と記録は、1回目として2017年5月31日から6月24日の期間に計14回、および2回目として2017年11月17日から2018年1月20日の期間に計38回、行われた。

それぞれ1回の実践においては、卵2個を使って「卵焼き」あるいは「出汁巻き卵」を1つ作ることにした。その際、「他者からの助言はもらわない」、「過去の練習の記録を見ながら調理は行わない」とし、実践者が理想とする「卵焼き」あるいは「出汁巻き卵」に近付くことを目指した。特に「出汁巻き卵」の調理スキルの2回目の実践では、出汁の量を徐々に増やし実践者にとって理想の「出汁巻き卵」の完成を目指した。

表1. 出来映え評価項目

**卵焼き完成度のチェックポイント**

- ・表面・中身ともに焦げ目がない
- ・表面に凹凸がない
- ・高さは均一である
- ・程よい火の通り具合である

実践に用いた調理器具は、テフロン製卵焼き器 (13cm×18cm)、ボール、菜箸だった。「卵焼き」および1回目の「出汁巻き卵」の実践にはガスコンロが用いられたが、2回目の「出汁巻き卵」の実践では、実践者宅のリフォームによりIH調理器が用いられた。

実践の言語化による記録は次のようにおこなった。毎回の調理後、調理中の手順を追いながら、調理動作とその動作によって生じた卵の状態を箇条書きで記録した。また、調理中に行った試行錯誤の内容や、試行中に気付いた調理に必要な動作や卵の状態の変化についても記録した。最後に、次回の実践で注意すべき点や改善が必要な点も書き留めた。

完成した「卵焼き」、「出汁巻き卵」の出来映えは、事前に設けた評価項目(表1)のそれぞれについて、○(達成できた)、△(あと一步の状態)、×(達成できていない)の三段階で評価した。

**分析手順** 各回の実践の記録内容を、まず「行ったこと」、「気が付いたこと」、「次回目標」に分けた。「行ったこと」には調理の手順として実践者がおこなった動作に関する記述が含まれた。「気が付いたこと」には、調理中に気になった点や、改善が必要な点として挙げられた記述、および卵の状態に基づいた着眼点の変化を示した記述が含まれた。「次回目標」には、次の実践で行うことや意識する点についての記述が含まれた。

次に、「行ったこと」の記述内容を「出汁巻き卵」調理スキルであれば、『出汁準備』、『火加減/卵準備』、『焼く①』、『焼く②』、『焼く③』、『焼く④』、『焼き終わり』の5つに、同様に「気が付いたこと」の記述内容を『出汁準備』、『卵と出汁割合』、『卵状態/火加減』、『私自身(流し入れ)』、『私自身(焼く)』、『味/見た目』、『次回目標』の7つに分けた(表2)。その後記録内容を精査し、『混ざり具合』、『流し入れ』、『火加減』、『巻き方』の4項目に分類し直した上で、記録内容に沿って“疑問と仮説”、“確信”、“評価”の内容に分類した。その上で、これらの記述を時系列に沿って並べ、実践の進行に伴って生じたと考えられる質的な変化がいかなるものか、引き出すことを試みた(図1)。

表2. 「出汁巻き卵」の分析に用いた分類項目

行ったこと	気が付いたこと
『出汁準備』	『出汁準備』
『火加減/卵準備』	『卵と出汁割合』
『焼く①』	『卵状態/火加減』
『焼く②』	『私自身(流し入れ)』
『焼く③』	『私自身(焼く)』
『焼く④』	『味/見た目』
『焼き終わり』	『次回目標』

### 3. 結果と考察

「卵焼き」、1回目および2回目の「出汁巻き卵」、の3種類の調理スキル習得過程で得られた記述内容について分析を進めた結果、「卵焼き」調理スキル、「出汁巻き卵」調理スキル、「出汁巻き卵」調理スキル(2回目)のそれぞれにおいて、「実践者の動作」の習得に伴って『火加減』や『巻き方』について新たな「気付き」が得られていることが確認された(図1)。また「出汁巻き卵」調理スキル(2回目)において、それまでの「気付き」によって得られた知識や動作が上手く実行できなくなる事態が認められた。この時には「火加減」や「卵の状態」について新たな「気付き」を得た上で、改めて調理に必要な動作が獲得される、という過程が観察された。この一連の経緯は、先行研究[3]で示された自己調整と過剰適応の繰り返しに相当する過程だと考えられた。またこれまでの身体知研究と同様に、実践者が調理スキル実践中の実践者自身の動作や卵の状態を言語化することにより新たな「気付き」を得、その「気付き」を通して動作が変化していくという、言語化することと身体スキルの向上との関係性が本研究でも認められた。

### 引用文献

- [1] 澤田亮・中島平, (2017) “未経験者は熟達する最初の過程で何を考えているのか～一輪車乗りを対象とした思考内容の質的分析～”, 東北大学大学院教育情報学研究部・教育部教育情報学研究, Vol.16, pp. 113-124.
- [2] 諏訪正樹, (2016) “「こつ」と「スランプ」の研究 身体知の認知科学”, 東京:講談社.
- [3] 富永哲志・豊田則成・福井那宗 (2015) “「できない」ことが「できる」ようになる過程についての質的研究”, スポーツ心理学研究, Vol.42, No.2, pp. 51-65.

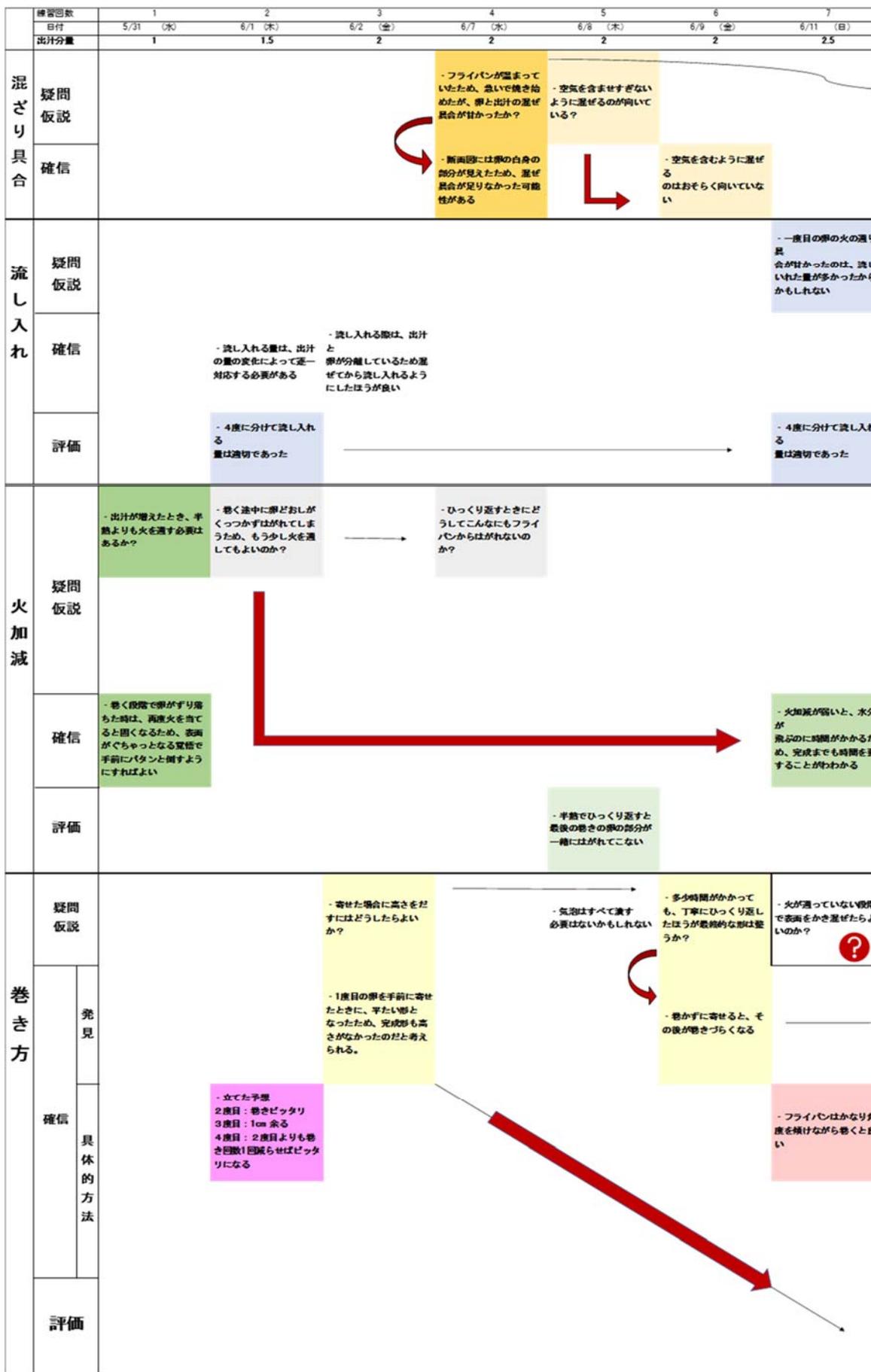


図1. 「出汁巻き卵」調理スキル習得過程の経緯

