

野外が育む力：自然の中で本気で向き合う体験を通して —野外スポーツコースの事例—

黒澤 毅¹⁾

Growth by the Outdoors through the Experiences of Earnestly Striving —Case study of outdoor sports course—

Takeshi KUROSAWA

Key words：野外スポーツ，冒険教育プログラム，信頼感，達成動機

1. はじめに

野外スポーツは体験を伴う。何が起こるか予測のつかない、危険を伴う状況の中に自分の身を置き、与えられた課題に対して本気で向き合って解決していくその体験が人にもたらす効果は様々である。その過程において、課題を解決するためにあらゆる手段や手法を用いるが、それを乗り越えたとき、人は一回りも二回りも成長する。そのために、事前に計画を立て、共に活動する仲間と協力することが必要不可欠となる。

本学野外スポーツコースでは専門実習の中で、過酷な自然環境・状況の中での冒険的体験活動を行ってきた。本稿では、自己・仲間・自然に触れ、大学生が得た、身につけた効果について過去の研究を整理して述べる。

2. 実習の目的と概要

本学野外スポーツコースにおける専門実習は、2本の柱をもとにプログラムデザインされている。一つ目は冒険教育要素を取り入れたOBSプロセスモデルに基づく考え方を取り入れて、やればできる自信の獲得や、仲間と協力することの大切さを学ぶことを目的としていることである。2つ目には、あらゆる自然環境（山、海、湖）の中での体験を通して、人と自然の共存や、自然の中

で教育活動することの意義を考えることを主眼にしていることである。これらは後の人生（日常生活）への前向きな取り組み姿勢につながるという考えのもとにある。

プログラムは、1泊2日の縦走登山、そこで行われるテントを使わずに、たった一人で一晩過ごすソロ活動をメインプログラムとし、40kmに及ぶ日本海までのハイク、2日間に及ぶシーカヤック、マウンテンバイクによる峠越え、といった内容で構成している。本年度のプログラム概要を表1に示した。

表1. 専門実習プログラム（2009年度）

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|-------|-------|-------|----------------------|---------|---------|------------------|------------------|
| プログラム | 縦走登山① | 縦走登山② | 40 ^キ ロハイク | シーカヤック① | シーカヤック② | M T B ① | M T B ② |

3. 調査内容と結果

【調査1】事後アンケート（2009年度）の結果より、楽しかったプログラム、つらかったプログラム、仲間を感じたプログラム、自然を感じたプログラムを集計した結果を図1～図4に示した。

縦走登山は、つらかったが、仲間を感じたり、自然を感じたりするプログラムであった。また、

1) 生涯スポーツ学科

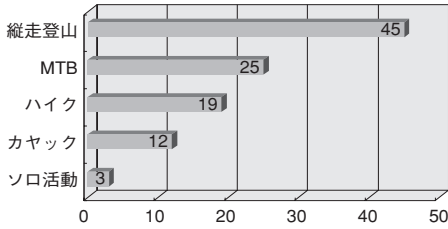


図1. 楽しかったプログラム

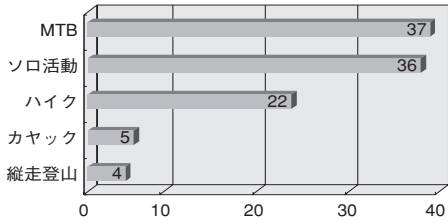


図2. つらかったプログラム

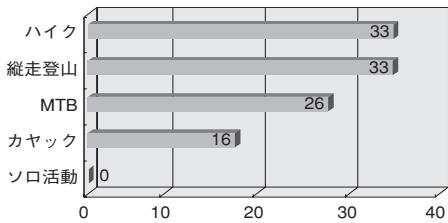


図3. 仲間を感じたプログラム

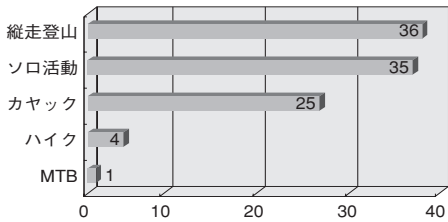


図4. 自然を感じたプログラム

MTB活動においてつらかった分、楽しかったという結果が見られたことから、冒険教育プログラムの教育的要素として重要な「その場の状況に順応できない状態」を乗り越えた先に成果があることが明らかとなった。

【調査2】信頼感尺度(天貝, 2001)による調査結果(谷口ら, 2008)について、表2に調査時期、表3に信頼感得点の平均と標準偏差を示した。

調査時期を要因とする分散分析の結果、キャンプ2ヶ月前に比べ、1ヵ月後に自己信頼得点有意に向上し、不信得点有意に低下した。また、キャンプ前後ではキャンプ前日に比べキャンプ直後に自己信頼得点・他者信頼得点有意に向上し、不信得点は有意に低下した(谷口ら, 2008)

表2. 信頼感アンケート調査時期

| | 2ヶ月前 | CAMP前日 | CAMP最終日 | 1ヵ月後 |
|-----|------|--------|---------|------|
| 実験群 | ● | ● | ● | ● |
| 統制群 | ● | - | - | ● |

表3. 信頼感得点の平均と標準偏差

| | N | Pre1 | Pre2 | Post1 | Post2 | F値 |
|------|----|------------|------------|------------|------------|---------|
| 自己信頼 | 15 | 24.4(3.16) | 25.2(3.04) | 27.0(2.91) | 26.7(3.21) | 4.35*** |
| 他者信頼 | 15 | 36.3(3.41) | 36.8(4.09) | 39.6(4.83) | 37.6(4.23) | 10.13** |
| 不信 | 15 | 30.3(5.93) | 26.4(8.32) | 23.2(9.49) | 26.6(8.38) | 10.65** |

結果となった。しかし、信頼感の獲得に向けたプロセスの中で、不信経験をすることも重要であることが自由記述からも明らかになった。

【調査3】実習生の達成動機について、語りから得られたデータを切片化→コード名→コード名の比較と共通グループの生成→心的成長モデル作成→カテゴリーの比較・修正・検証による精緻化を行い、各調査対象者の心的成長モデルを合わせ、心的成長モデルの概念図(図5)を作成した(竹内, 2007)。期待や不安を抱き参加する実習も、自然の中で、仲間と困難や楽しさを共有する中で克服し、達成していく体験は、満足感や充実感を味わうことができ、実習後の生活にも新たな興味・関心などの意欲を持てることが明らかとなった。

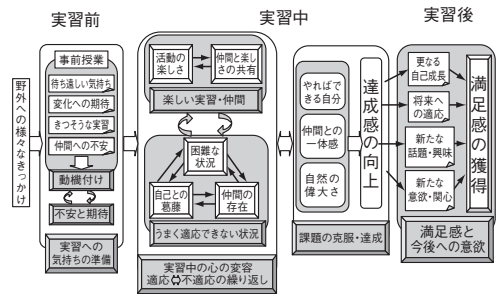


図5. 実習参加学生の心的成長モデル

引用文献

- 1) 天貝由美子 (2001) 信頼感の発達心理学 思春期から老年期に至るまで. 新曜社.
- 2) 谷口善春・黒澤毅 (2008) 冒険的要素を含むキャンプ経験が大学生の信頼感に及ぼす影響. 野外教育学会発表抄録集, (第11回大会): pp.52-53
- 3) 竹内啓 (2007) 冒険教育プログラムに参加した大学生の達成動機の変容～実習参加学生の語りから～. びわこ成蹊スポーツ大学卒業研究抄録集, p.6