

野外プログラム体験が高校生の自己肯定意識に及ぼす影響

村上 峻太郎(生涯スポーツ学科 野外スポーツコース)
指導教員 黒澤 毅

キーワード：野外プログラム体験，高校生，自己肯定意識

1. 緒言

近年、自然体験や社会体験の不足から子どもたちの「感情の希薄化」が懸念されており、子供たちは多様な体験を経験することで得られる心の豊かさを得る機会を失っている。西山³⁾は、自己肯定感を育てる生活体験の一部として感動体験をあげた。自己肯定感とは²⁾「自分には生きる価値がある、誰かに必要とされていると、自らの価値や存在意義を肯定できる感情のこと」である。これまでの研究より、思春期から青年期にかけての深い感動は、人間的成熟に影響を与え、考え方、価値観、行動を一変させるとされている。体験は経験と異なり、体験は刺激が強く時間的に短いものであるのに対し、経験は刺激の弱い時間的に長いものである。よって、主に短期間で行われる野外キャンプでは印象深い感動的な体験が自己肯定意識の変化に関わってくる。

本研究では、野外プログラムを体験した高校生の自己肯定意識の変化とその要因を明らかにすることを目的とする。

2. 研究方法

【対象】2017年8月23日(水)~25日(金)に実施された、A高等学校体育コース夏季実習に参加した2年生38名(男:28名,女:10名)

【プログラム内容】アイスブレイク, ASE, 登山講習, 武奈ヶ岳登山, 生還パーティー, 振り返り活動(個別, 班別)

【調査方法】平石¹⁾によって作成された自己肯定意識尺度6因子48項目5件法と記述式アンケートを用いた。

3. 結果と考察

野外プログラム体験を取り入れたキャンプ実習前後で自己肯定意識得点に有意な差が認められた($t=-3.231$, $p<.001$)。

因子別に変化をみると、自己実現態度因子にのみ変化があった。要因として、課題解決型プ

ログラムが主な活動となっており、多くの実習生が前向きな姿勢で取り組んでいたことが向上の要因と考える。プログラム中において、自分の意見を発言することができたという回答もみられた。また、有意差はみられなかったものの自己表明・対人的積極性因子の得点が向上した。その一方で、積極的な活動や発言が行えたことによる、被評価意識・対人緊張因子得点が低下した。自己閉鎖性・人間不信因子においては、対象が体育コースということであったことで普段から会話がされていたため、特別に関係性が難しいという回答はみられなかったことが変化のなかった要因と考える。野外体験では、新たな自分を見つけることができ、他者との協力によって自己を受け入れることができる効果があるとされており、本研究でも自己肯定意識が向上したと考える。

表1 キャンプ実習前後による自己肯定意識得点と因子別変化

	N	M(SD)		t値	
		pre	post		
自己肯定意識	38	149.32(11.50)	153.00(12.50)	-3.23	***
自己受容	38	27.71(3.55)	28.47(3.66)	-1.308	n.s.
自己実現態度	38	28.45(4.58)	29.68(4.53)	-2.076	*
充実感	38	26.92(4.40)	28.05(5.54)	-1.291	n.s.
自己閉鎖性・人間不信	38	17.18(4.64)	17.97(6.24)	-0.987	n.s.
自己表明・対人的積極性	38	27.47(3.48)	28.03(5.92)	-0.785	n.s.
被評価意識対人緊張	38	21.58(4.20)	20.79(5.69)	1.365	n.s.

*** $p<.001$ * $p<.05$ n.s.=有意差なし

4. まとめ

野外プログラムという非日常体験を通し、新たな自己の発見、他者との関わりが自己肯定意識の向上に影響を及ぼした。

引用・参考文献

- 1) 平石賢二(1990):青年期における自己意識の発達に関する研究(I)-自己肯定性次元の検討-, 名古屋大学教育心理学, 第37号, pp217-234
- 2) 国立青少年教育機構:自己肯定観について, <http://www.niye.go.jp/pickup/post1/>
- 3) 西山香織(1995):思春期における「自己肯定感」に関する研究, 立命館教育学科研究第5巻, pp17-41