

冒険教育プログラムが大学生のアサーション行動に及ぼす影響 —小集団への適応感に着目して—

津々木 健香 (生涯スポーツ学科 野外スポーツコース)
指導教員 中野 友博

キーワード：冒険教育プログラム，大学生，アサーション行動，適応感

1. 序論

青年期は他者の中での自分を強く意識し始める頃であり，今日学校不適応や友人関係の希薄化などが深刻な問題となっている¹⁾。その解決策として，「自分の気持ち，考え，信念などを正直にその場にふさわしい方法で表現し，相手が同じように発言することを奨励しようとする態度」である“アサーション”が注目されている。一方，冒険教育プログラムは危険を伴う自然状況の中で，課題を乗り越えるために仲間との協力が必要不可欠である²⁾。また筆者は，冒険教育プログラムは参加者のアサーション行動に影響及ぼし，それは小集団への適応状況に深く関わるのではないかと考える。

そこで本研究では，小集団への適応感に着目し，冒険教育プログラムが大学生のアサーション行動に及ぼす影響を検討することを目的とする。

2. 研究方法

【被験者】2013年9月14日から16日，18日から20日に行われた，B大学野外スポーツコース専門実習に参加した3・4年次生の男子17名，女子10名の計27名を対象とした。

【アンケート調査】予備調査にて筆者が作成したノン・アサーティブ (NA)，アグレッシブ (AG)，アサーティブ (AS) の3因子からなる簡易版青年用アサーション行動尺度と「居心地の良さの感覚」「被信頼・受容感」「課題・目的の存在」「拒絶感の無さ」の4因子からなる大学生用適応感尺度，筆者が独自に作成したふりかえりシートを用いて調査を行った。また，ふりかえりシートについてはプログラムごとに実習中4回実施した (表1)。

表1：調査時期のまとめ

| | 実習前日 pre | 実習中 | | 実習直後 post1 | 実習1ヶ月後 post2 |
|----------|-------------|------|----------|---------------|-----------------|
| | | 縦走登山 | 40kmハイイク | | |
| アサーション行動 | ○ | — | — | ○ | ○ |
| 適応感 | ○ | — | — | ○ | — |
| ふりかえりシート | — | ○ | ○ | ○※ | — |

※「びわ湖カヤック」，「オーバーナイトハイイク」同時に実施

3. 結果と考察

アサーション行動については pre-post1-post2 間において NA 得点が有意な傾向で低下したものの，AG 得点，AS 得点に変化はみられなかった。小集団への適応感については，pre-post1 間において全体の適応感得点には変化はみられなかったが，下位因子別では「被信頼・受容感」得点が有意に向上し，「拒絶感の無さ」得点が有意に低下した。男女別では，男子の「被信頼・受容感」得点が有意に向上し，女子の「拒絶感の無さ」得点が有意に低下した (図1)。適応感得点 H 群，L 群別のアサーション行動得点の変化については，post1 における AS 得点の H 群，L 群間に有意差がみられ，H 群の方が L 群より高い得点を示した (表2)。

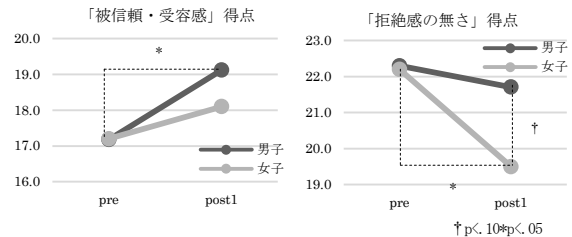


図1：男女別「被信頼・受容感」得点および「拒絶感の無さ」得点の変化

表2：適応感得点 H・L 群別 AS 得点の変化と差

| | N | post1 | | z 値 | U 検定 | |
|-----|----|--------------|--------------|---------|---------|---------|
| | | M (SD) | post2 | | post1 | post2 |
| H 群 | 13 | 19.54 (2.40) | 19.62 (3.01) | -0.09 | -2.57 * | -1.86 † |
| L 群 | 14 | 16.07 (3.41) | 17.36 (2.79) | -1.82 † | | |

† p<.10, *p<.05

今回の実習では，悪天候による実習中断により断続的なプログラムとなった。その結果，参加学生の冒険教育プログラムに対する意識が低下し不適応克服のための自然環境や対人環境におけるストレスと向き合う場面が途中で途切れてしまった。そのため，「ストーミング³⁾」の段階で小集団の発達が止まってしまったと考えられる。これによって適応感得点が無意に向上せず，また女子においては拒絶感を感じるようになった。以上のことが，アサーション行動が向上しなかった要因であると推測する。また，個人別の考察からは，プログラム中に安心感やスキル不安を経験した学生にアサーション行動の向上がみられ，冒険教育プログラム中の個々の経験や考え方がアサーション行動の変化に大きく関わると考えられる。

4. 結論

冒険教育プログラムにおける小集団への適応感が高い学生ほどアサーティブな傾向が強いといえる。また，小集団を発達させるためには継続的かつ適切な負荷の冒険教育プログラムを行うことが重要である。今後の課題としては，継続的なプログラムで検討すること，冒険教育プログラム前から事後1ヶ月のアサーション行動の変化の段階と過程について詳しく検討することが挙げられる。

【引用・参考文献】

- 1) 平木典子 (1993)：アサーション・トレーニング—さわやかな自己表現のために，金子書房
- 2) 黒澤毅 (2010)：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例—，びわこ成蹊スポーツ大学研究紀要，第7号 153-154
- 3) プロジェクトアドベンチャー—ジャパン (2005)：プロジェクトアドベンチャー入門 グループのちからを生かす 成長を支えるグループづくり，C.S.L. 学習評価研究所，みく出版 76-80