

アドベンチャーカウンセリングの授業実践に関する研究 (2)

授業を通じての学生のソーシャルスキルと行動変化について

小西 浩嗣・澤田 幸嗣

I. 問題と目的

本学心理福祉学部心理学科では、2004年学部学科開設とともに心理実習室に屋内型のアドベンチャーカウンセリングの専用コースを設置し、以来アドベンチャーカウンセリングを取り入れた学部生教育を行っている。

本来、アドベンチャー教育とは、ダイナミックな自然環境の中での活動を通して個人・グループが学び成長するための教育手法である。その発祥は1941年イギリスで生まれた「アウトワード・バウンド・スクール(Outward Bound School; OBS)」である。登山、ロッククライミング、沢登りなど、さまざまな冒険(野外)活動を通して自己の可能性やあり方、また他人を思いやる心など、豊かな人間性を育むことを目的にしている(日本アウトワード・バウンド協会)。

また、プロジェクトアドベンチャー(Project Adventure; PA)は1960年代後半に、アメリカ・マサチューセッツ州の高等学校で実験的にスタートした、OBSの考え方と手法を既存の学校教育や社会教育に取り入れたプログラムであり、自己概念や社会性を向上させるとされている。その一方で、病院や療養施設等医療機関での治療プログラム、さらには犯罪を犯した青少年の更生プログラム等、多様な分野において導入されている(Schoel, Proudly & Radcliffe, 1989)。日本においては1995年にプロジェクトアドベンチャージャパン(PAJ)が設立されPAの手法普及および指導が始まっている(難波, 2006)。

徐々に広がりを見せているとはいえ、日本におけるPA、アドベンチャーカウンセリングの実践事例や研究は少数であり、特に大学の授業カリキュラムにおける研究では、徳山ら(2002)が野外活動実習の一環として2泊3日の合宿形式で実施した受容環境についてや中島ら(2001)が1泊2日で実施した内発的動機づけに関する研究はあるが、いずれも短期間のものである。半年から一年に渡る授業カリキュラムにおけるアドベンチャーグループカウンセリングの実証研究はまだなされていない。

帝塚山大学におけるアドベンチャーカウンセリング導入のねらいは新入生の新しい社会(大学生活)での適応と対人関係の向上である。授業内容はフルバリューコントラクト^(注)の4つの約束に基づき、適切なアクティビティの組み合わせによって授業が組み立てられる(Table 1)。

特に初期段階においては、アイスブレイクと呼ばれるゲーム的な楽しさの要素を強調したアクティビティにより学生の緊張をほぐし居心地のよい環境、失敗しても非難されない受容的環境が形成されていく。次の段階では一人では困難な課題やグループでの課題解決アクティビティが課されることにより、自然と他者への思いやりや言葉かけ、さらには協力行動などや対人関係を円滑にはこぶためのスキルや行動が得られると予想している。そこで本研究では、半期に渡るアドベンチャーカウンセリングの授業を受講した学生のソーシャルスキルと行動の変化について取り上げ、検討することを目的とした。その中で以下の仮説について検討することとした。

- ・アドベンチャーカウンセリングプログラムを実施することでソーシャルスキルの上昇につながる
- ・アドベンチャーカウンセリングプログラムを実施することで向社会的行動の増加につながる

Table 1 授業内容

授業週	テーマ	アクティビティ内容(タイプ)とねらい	
第1週	アドベンチャーの導入と相互理解	キャッチ (IB) 集中と緩和、エラーを楽しむ	手のひらを上に向け、もう一方の手の人差し指を立てて真ん中に乗せる。"キャッチ。"のかけ声で人差し指を掴み、掴まれないように逃げることを同時に行う
		インバルス (IB) 集中とコミュニケーション、エラーを楽しむ、ウォームアップ	右の人からきたのと同じ動作を左の人へ送っていく。動作が変わる。次は逆(左から右へ)、さらには同時に
		Have you ever? (IB) 情報収集(自己と他者)、共通点、多様性への気づき	質問に該当する人は場所チェンジ(イス取りゲームではない)
		自己紹介シート作成 & 3分間自己紹介 (CO)	
		ネームホップ (IB & CO) 名前の確認名前の紹介、呼ばれたい名前を自分が決める(自分を含めた全員を尊重する)	マイク代わりのおもちやのブタを回して全員の名前を紹介していく。次のバージョンは、名乗った後に他のメンバー全員で名前を呼んであげる
		ネームトス (CO) 知らない人の名前を覚える、名前を呼ぶ、呼んでもらう、相互理解、エラーを気にしない	自分の名前を言って毛糸のボールをパスする。受け取った人は「ありがとう○○」と相手の名前とお礼を言って同じように別の人にパスする。徐々にボールの数が増えていく。次のステップは、両隣の2人の名前を覚えて場所チェンジし、その2人とだけトスしあう。次に4人、6人、8人…と左右の人を覚えてその人にそれぞれボールを送っていく
第2週	コミュニケーション人とのかわり方に気づく	ノンバーバルラインナップ (IB & CO) 相互理解	言葉を使わずに睡眠時間の順に並ぶ
		ワムサムサム (DI) リスクを受け入れる、一日のスタートの儀式	おまじないのようなユニークなかけ声に合わせて動作をする
		フライングペーパー (IB/CO)	手の甲を上に向け名刺サイズの紙を乗せる。押さえずに他の人の紙を落としに行く。使えるのは紙の乗っている方の手だけ。紙が落ちたらその場にへたり込んでしまう。第2回戦、紙が落ちた人もまだ落ちていない人に助けを求めて、乗せてもらえれば復活できる
		Zip Zap (DI) 恥ずかしさを脱却	真ん中の人が誰かを指しながら「Zip」と言うと、指された人はしゃがみ両隣の人が「Zap」といって手を出してカバーする。失敗したり、関係のない人がつられたりするとチェンジする
		トータグ (IB) ウォームアップ、足の準備運動	円になって全員で手をつなぎ、自分のつま先で他のメンバーのつま先をタッチする
		ムーンボール (IN) 目標設定と協力	グループで決めた回数、ビーチボールをつく
第3週	チャレンジとチームビルディング自分なりのチャレンジを!	肩たたき (IB) ウォームアップ、エラーと楽しさの確立	左8右8左4右4左2右2左1右1、数えながら肩をたたく。最後に手拍子。8・4・2・1のときも手拍子を順番に入れていく
		エルボータッチ・ニータッチ (IB) 準備運動、ウォームアップ	お互いの肘と膝をタッチする
		エルボータグ (IB & CO) 発想の転換、楽しさ。	追いかけて手と逃げ手以外は2人で腕を組んでデート中、逃げ手はタッチされそうになったら、そばのカップルに勝手に連結できる。連結された逆側の人は、腕をほどいて新しい逃げ手となる。タッチされたらその場で追いかけて手と逃げ手が役割交代してオニゴッコを再開する
		オールアボード (LO) 支えあい、信頼	メンバー全員が70～90cm四方の台の上に5秒間乗る
		ニトロクロッシング (LO) 目標に向かう、協力	ターザンロープにつかまり、全員がスタート地点から離れたステップに渡る課題解決

II. 方 法

1. 調査時期

2007年4月～7月。

2. 調査対象

帝塚山大学心理福祉学部心理学科の必修授業「基礎演習」を履修している1回生103名(男性40名、女性63名)

3. 実施方法

講義開始前の4月初回の講義時点(プレ調査)および、週2コマ×6週を終了した時点(ポスト調査)の計2回、質問紙法を用いて調査を行った。

4. 使用尺度

- ①向社会的行動尺度(菊池, 1988): この尺度は1要因20項目からなる尺度で、援助行動や親切行動などの向社会的行動をどの程度行っているかを、行動経験を自己報告から測定する尺度である。回答は「したことがない」から「1度だけした」、「数回したことがある」、「しばしばした」、「いつもした」の5件法で実施し、その得点を単純加算して用いた。
- ②kiss-18(菊池, 1988): この尺度は18項目からなる尺度で、社会的スキルを身につけている程度を測定するものである。ここで社会的スキルとは「対人関係を円滑に運ぶために役立つスキル」と定義するものである。回答は「いつもそうではない」から「いつもそうだ」の5件法で行い、合計点を算出して用いた。
- ③フェイスシート: 年齢、性別、学籍番号を記入することとした。

III. 結果と考察

今回の調査対象103名のうちデータに欠損があるものを除いた結果、有効データ数は70名(男性28名、女性42名)であった。以下の分析においてはすべてこの70名のデータに基づいて行ったものである。

調査結果について

菊池(1998)によれば向社会的行動尺度には男女差が存在し、女性の方が有意に高い傾向にあると述べている。そこで今回の調査結果について菊池による先行研究の結果と比較を行った(Table 2)。

Table 2 先行研究との平均値の比較

	菊池(1998)		本調査	
	男子大学生	女子大学生	男子大学生	女子大学生
向社会的行動尺度	53.1	56.9	48.6	55.5
kiss-18	56.4	58.4	54.6	52.3

全体として菊池の先行研究に比べて低い値が見られた。しかし、菊池の先行研究同様に向社会行動尺度については女性の方が有意に高いという結果が得られた($t(69) = -2.77, p < .05$)。このことから、今回のデータは先行研究と同様の傾向を示していると考えられる。

プログラム前後の尺度得点の変化について

プログラム実施前の値を基準に、実施後の変化率を算出し、それぞれの尺度について減少、増加の2つのカテゴリーに分類した結果以下のような分布が見られた(Table 3)。

Table 3 各尺度得点の増減状況 (クロス集計表)

	Kiss-18減少	Kiss-18増加	計
向社会的行動尺度減少	10	25	35
向社会的行動尺度増加	16	19	35
計	26	44	70

この結果からプログラムを実施することでソーシャルスキルの増加傾向を示すデータが多く、一方で向社会的尺度についてはデータ数に差が見られないという結果が得られた。

上記の結果を踏まえて、向社会的行動尺度およびKiss-18について、アドベンチャーカウンセリングプログラム実施の前後の変化をみるために、対応のあるサンプルのt検定を行った(Table 4)。

Table 4 プログラム前後における尺度得点の比較

	プログラム前	プログラム後	t値
向社会的行動尺度	52.61(11.80)	52.77(11.87)	-1.16
kiss-18	52.50(11.33)	54.24(10.81)	-2.35*

()内はSD * $p < .05$

その結果kiss-18の値にプログラムの前後で有意な差が見られ、ソーシャルスキル得点の増加が見られた。この結果からプログラムを実施することによって参加者の対人関係における能力の向上が見られたと考えることができる。しかし、一方で向社会的行動尺度については変化が見られなかったことから、スキルとしての向上は見られても、それを実際に行動に移す段階には至っていなかったものと考えられる。

IV. 総合考察

上記にもあるように、本研究においては向社会的行動の増加は見られなかったものの、ソーシャルスキルの得点の増加が見られた。このことから今回帝塚山大学で授業カリキュラムとして取り入れているアドベンチャーカウンセリングプログラムが対人関係スキルを育てることにつながったと考えられる。しかし、スキルとして持ち合わせていても、実際に行動するという

レベルには至っていなかったと考えられる。技術、知識的な獲得に比べて、実際に行動に移すことができるということはさらにもう1ステップ上のレベルにあると考えられる。

現在、本学でアドベンチャーカウンセリングを履修する際は、必修、選択の科目を合わせて最大で2年半の授業の履修が可能であり、科目ごとに段階的な授業目標を設けて行っている。今回はその中でも必修科目である基礎演習のうち、半年分のデータを収集し、調査を行ったが、今回取り上げたカリキュラムでは、徳山らの先行研究に比べ総時間は多くても、その時間的集中、あるいは密度といったものはむしろ少ない。このことから、今後の課題としてさらに長期的スパンでの研究が必要であると考えられる。現在は1回生が必修としている基礎演習は年間通しての科目であることから、最低1年という期間を設けて調査を行うことが必要であると考えられる。また、今後は毎年のデータを蓄積していき、量的データの蓄積をもとにアドベンチャーカウンセリングの持つ効果について検討していくことが必要であると考えられる。

注) フルバリューコントラクト (Full Value Contract) とは P A の基本的な考え方であり、グループメンバー全員を最大限に尊重するという意味であり、具体的には「自分を含めメンバーをけなしたり、軽んじたりしない」「お互いの心の安全と身体の安全を守る」「ネガティブなことにこだわらない」等、相互に尊重し合いながら活動するための約束である。約束を守りながら活動、挑戦していくことにより、初めて人は相手に心を開くことができるからである。理解しやすい表現として、学校の授業等では『『Play Hard一生懸命に』『Play Safe安全に』『Play Fair公正に』『Have Fun楽しく』活動する』と示す場合もある。また、アクティビティへの挑戦は他人に強制されてではなく、自分の意志で決定し行動するチャレンジバイチョイス (Challenge by Choice) もお互いを尊重することから Full Value Contract に含まれる概念である。

参考文献

- Schoel, J. Prouty, D. & Radcliffe, P. (1989) : Islands of healing. Hamilton, MA : Project Adventure, Inc.
(伊藤稔 監・プロジェクトアドベンチャージャパン訳1997: アドベンチャーカウンセリングの実践) みくに出版
- 菊池章夫 (1988) : 「思いやりを科学する」 川島書店
- 菊池章夫 (1998) : 「また／思いやりを科学する」 川島書店
- 小西浩嗣 (2009) : アドベンチャーカウンセリングの授業実践に関する研究－授業を通じての学生の意識と行動の変化についての事例検討－ 帝塚山大学心理福祉学部紀要 第5号 39-48.
- 小西浩嗣 (2007) : アドベンチャーカウンセリングの実践と転用について 帝塚山大学心理福祉学部紀要 第3号 31-40
- 松岡有季, 小西浩嗣 (2006) : 基礎演習におけるアドベンチャーカウンセリングの実践 帝塚山大学心理福祉学部紀要 第2号 9-25
- 難波克己 (2001) : プロジェクトアドベンチャーを理解していただくために PAJ Official Paper
- 難波克己 (2006) : 動き出した心の教育 玉川アドベンチャー教育の取り組み 玉川大学学術研究所紀要 第12号 107-114
- 日本アウトワード・バウンド協会 (2006) : アドベンチャープログラムコースガイド 日本アウトワード・バウンド協会 Official Paper

徳山美知代, 田辺肇 (2002) : プロジェクトアドベンチャーを用いたプログラムにおける受容的環境とチャレンジ 教育相談研究 第40号 1-12

徳山美知代, 田辺肇, 徳山郁夫 (2002) : プロジェクトアドベンチャー (P A) による信頼と自己概念の肯定的変化 千葉大学教育実践研究 第9号 185-195

〈付記〉

本研究は第一著者の修士論文の一部を修正・加筆したものである。本研究にご協力をいただいた帝塚山大学学生の皆様ならびに教職員の皆様に深く感謝いたします。