

アドベンチャーカウンセリングの授業における 学生の意識と行動の変化について

臨床心理学専修 P06606 小西 浩嗣

(指導教員 三木善彦教授・宮川治樹准教授)

問題と目的

近年、コミュニケーション不全が原因で人間関係がうまくつけれない、人と上手に関われない大学生が増加しており、結果として社会不適応を招いている(谷島, 2005)。帝塚山大学心理福祉学部心理学科では、こういった社会の変化やさまざまな心の問題の解決に有効であるアドベンチャー教育の一手法「アドベンチャーカウンセリング」を授業に導入し学部生教育を行っている。本研究では、アドベンチャーカウンセリングの授業を受講した大学生の意識および行動にどのような変化が見られたかを検討することを目的とする。

研究 1

目的 アドベンチャーカウンセリングの授業を通じ、大学1年生が新しい環境においてどのように対人関係を構築し、どのように適応するかについて検討する。

対象 帝塚山大学心理福祉学部心理学科1年生「基礎演習」履修の103人(男子42人・女子61人)を対象とする。

実施期間・場所 2007年4月～7月。週2コマ(連続180分)を用いた授業であるが、全体を4つのグループに分け、各グループ

3週の演習を心理実習室(アドベンチャーカウンセリング専用コース)にて行う。

授業内容 第1週「アドベンチャーへの導入と相互理解」、第2週「コミュニケーション」、第3週「チャレンジとチームビルディング」というテーマを設定して活動を構成した。

方法 (1)グループとメンバーの様子をファシリテーターおよび大学院生のTAが観察記録を行う (2)各回授業終了後、学生に授業を通して感じたこと、学んだこと等についての自由記述を施行する。グループとメンバーの様子については、ファシリテーターとTAによる観察記録および各回授業終了後のふりかえりシートの記述に基づき検討した。

結果と考察 谷島(2005)は、学生の大学への不適応の要因に人間関係をあげているが、大学の対応として教務を中心とした情報伝達がほとんどで、学生の人間関係づくりの促進が目的のケースは少ないと推測している。アドベンチャーカウンセリングの3週の授業を通じて、学生たちは擬似社会ともいえる小グループへの適応を示し、さまざまな課題に取り組むことにより他者とのコミュニケーションを深め、かかわり方に気づくといった人間関係づくりの方法を体験から学んだと考えられる。

研究 2

目的 アドベンチャーカウンセリングを受講した学生の変化を行動観察とふりかえりの内省報告からとらえ、グループと個人の成長にともなう環境形成とメンバーの感情や行動の変化について検討することを目的とする。

対象 帝塚山大学心理福祉学部心理学科2年・3年生「アドベンチャーカウンセリングⅠ」を履修の授業時間によりAグループ（男子11人・女子4人）、Bグループ（男子10人・女子8人）の全33人を対象とする。

実施期間・場所 2007年4月～7月にA・Bグループ各週1コマ（90分）を各12週、心理実習室にて行う。

授業内容 アドベンチャーカウンセリングの基本的な考え方と手法、アクティビティを体験から学ぶ構成とした。

方法 (1)グループと個人の様子をファシリテーターおよび大学院生のTAが観察記録を行う (2)各回授業終了後および全授業終了後、学生に授業を通して感じたこと、学んだこと、日常生活に生かせること等についての自由記述を施行する (3)他の授業科目（英語）担当教員により該当学生の受講中の態度、行動、変化等についての自由記述を施行する。なお、グループと個人の様子については、ファシリテーターとTAによる観察記録および各回授業終了後、前期末のふりかえりシートの記述に基づき検討した。

結果と考察 グループにおける受容的環境が形成されるに従って、メンバーもコンフォートゾーン（Luckner & Nadler, 1992）を踏み出すチャレンジへと意識と行動が変化し

ていくことがわかった。あるメンバーの場合、初回の授業では緊張していたが、徐々に緩和され、3週目に行った課題解決活動では、グループが自分の意見を受け入れてくれた安心感から「上手に言えなくても発言していこう」と意識に変化が見られている。また、平均台に似た台を渡っていく活動では最後に1人残ってしまい、そのまま時間切れとなったが、他のメンバーからの慰めや励ましの言葉により自分が「受け入れられている」と確信した。この確信が以降の活動の中でメンバーへの信頼、自分が出来るチャレンジをすることによって結びつき、他教員からの「最初はおとなしいイメージがあったが、徐々に打ち解けてきてくれたのか、前期の後半と特に後期に入ってから、積極的に質問をしたりするようになった」の記述が本人の変化と合致している。また別のメンバーは、初期の授業ではまったく課題に取り組もうとせずに他のメンバーのチャレンジを見ているだけであったが、その姿を見て「自分もできるかもしれない」と意識が変化したためか、中盤あたりからは前向きに取り組む姿勢を見せ、他のメンバーを受け止め支えることをするようになった。以降の活動でも消極的な姿勢や発言は見られず、最終回でも4メートルの壁を登る活動にグループメンバーとともにチャレンジした。このような変化を促進させるためにファシリテーターはメンバーとグループの状態を的確に把握し、発達段階に適した適切なアクティビティの選択と授業進行が必要と考えられる。さらにメンバーの変化には個人差が大きく、変化の要因にも相違がみられることが示されており（徳山ら, 2004）、本研究においても同じ内

容の授業でありながら、メンバーの変化の差がみられ、グループが異なるプロセスを辿っていることから、個人とグループのより慎重かつ丁寧な観察が必要であると考えられる。

総合考察

まとめ アドベンチャーカウンセリングの手法を使った授業において、グループおよび個人のプロセスを通して学生たちの変化を検討してきたが、いくつかの効果が示唆された。**研究1**では、新入生の適応が見られ、また**研究2**においては、グループの受容的環境形成がメンバー個々の感情と行動の変化をもたらすことが確認されたが、全員が変化するわけではないし、変化に差があることはすでに述べた。変化はグループによっ

ても異なり、グループプロセスも異なることから、徳山ら（2002）はより詳細に状態を捉えるための複数の観察調査方法や観察の観点を明確にする必要性をあげているが、加えて客観的な尺度の導入も必要と考える。

今後の課題 今回の研究では、授業におけるメンバーの変化は見られたものの、体験学習という日常生活への適用ということは確認できていない。アドベンチャー教育は汎用性が高いと考えられるが、元々野外で展開していたため、リアリティを実感できない授業の枠内で行われる冒険ではその効果にも限界があるように思われる。冒険の要素を損なわずに効果を得るためには、高所でのリスクとチャレンジの体験を主としたプログラム構成や実際の野外での体験実習が必要であると考ええる。