

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成 24 年 5 月 11 日現在

機関番号：12102

研究種目：基盤研究（C）

研究期間：2008～2011

課題番号：20500510

研究課題名（和文） 不登校児の自然体験療法過程における治療的要因に関する研究

研究課題名（英文） The therapeutic factor of outdoor experiential therapy to an adolescent with truant students.

研究代表者

坂本 昭裕（SAKAMOTO AKIHIRO）

筑波大学・体育系・准教授

研究者番号：10251076

研究成果の概要（和文）：本研究では、不登校児の自然体験療法における治療的な要因について検討した。不登校児に対して 3 週間程度の自然体験療法を行った。分析のためのデータは、自然体験療法プログラム前後における面接、描画（風景構成法）及びプログラム中の関与観察から収集し検討した。その結果、自然体験療法の治療的な要因として①自己変容の期待、②キャンプ集団の関係性、③自然体験活動プログラム、④体験の意味づけが明らかにされた。

研究成果の概要（英文）：The purpose of this study was to discuss the therapeutic factors of Outdoor Experiential Therapy(OET) to an adolescent with truant students. Subjects were participated three-week OET program. The data were collected from interview, participant observation, and drawing (Landscape Montage Technique). There were four therapeutic factors: ① expectation for self-transformation, ② relatedness of camp group, ③ outdoor experiential program, ④ meaning in outdoor experience.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合計
2008 年度	900,000	270,000	1,170,000
2009 年度	900,000	270,000	1,170,000
2010 年度	700,000	210,000	910,000
2011 年度	900,000	270,000	1,170,000
年度			
総計	3,400,000	1,020,000	4,420,000

研究分野：体育学、野外教育

科研費の分科・細目：健康・スポーツ科学、身体教育学

キーワード：野外教育、自然体験療法、不登校、心理臨床

1. 研究開始当初の背景

今日、不登校やひきこもりなどの長期欠席（年間 30 日以上）の児童生徒の数は、文部科学省の報告によれば 12 万人を越えている。このような児童生徒の特徴として、「未熟な対人関係」「低い自尊感情」「不得手な感情表現」などがあげられているが、特徴の背景に

は、成長過程における「実際体験の不足」が大きく影響していると指摘されている。

自然体験療法（Outdoor Experiential Therapy）は、キャンプ等の自然体験活動を活用する援助アプローチであり、不登校やひきこもり等の児童生徒への支援策の一つとして認識されてきた。平成 12 年の国立青少

年センターの調査によれば、不登校等の児童生徒を対象にした自然体験事業を実施している 117 機関で、年間 1319 人の児童生徒が参加したことを明らかにしている。この調査結果が示すように、わが国においては、キャンプ等の自然体験療法が児童生徒の心の問題の対応策として期待の大きいことが窺える。

しかしながら、自然体験療法を活用した援助アプローチに関する研究は、効果に関する若干の知見があるものの、未だに十分とはいえない。このようなアプローチのいかなる要因が治療的な効果をもたらす、いかに治療的プロセスが進展するののかについては、ほとんど検証されていない。これらが明らかになるならば、自然体験療法における有効な介入方法やプログラムの検討に役立ち実践現場への貢献がきわめて大きい。

2. 研究の目的

自然体験療法の特徴の一つである実際体験は、単なる身体的な実際体験にとどまらず「クライアントのあり方を変えてゆくような体験」がなされ、クライアントの内面世界にとって重要な意味をもっている。したがって、クライアント個人のキャンプ体験がいかに体験されたかを検討することが必要となる。

これまでの自然体験療法の効果検証では、主として自己意識の変容や対人関係の改善などが報告されているが、キャンプ全体の効果について質問紙を用いて数量的に評価することにとどまっている。これでは、参加したクライアント個人にとってどのような効果であったのかについては十分に明らかにならない。クライアントは、固有の問題を抱えていることはもとより、自然体験療法過程にあつては、それぞれが固有の心の体験（内的体験）をしているからである。さらに、自然体験療法の予後も全く異なっている。したがって、治療的な要因や体験過程を明らかにするためには、クライアントの固有性に着目した個性記述的研究が必要不可欠である。

そこで本研究の目的は、不登校やひきこもり等（神経症、軽度発達障害を含む）の悩みを抱える児童生徒を対象にした自然体験療法を実践し、それぞれの個別性に着目しながらクライアントの内的体験過程を事例から検討し、その治療的要因を明らかにすることである。

3. 研究の方法

(1)対象者

本研究の対象者は、悩みを抱える青少年（不登校、ひきこもり、非行・問題行動、軽度発達障害等）対象の自然体験療法（以下キャンプ）に参加した X 年、X+1 年、X+2 年の

生徒の中から、不登校を主訴とする生徒 18 名を対象者とした。

(2)データ収集

①面接調査：キャンプ前、キャンプ中、キャンプ直後、キャンプ 1 ヶ月後、キャンプ 5 ヶ月後の 5 回にわたって半構造化面接によって資料を収集した。面接の時間は 40 分～60 分だった。

②描画法：キャンプ前、キャンプ後、キャンプ 5 ヶ月後において 2 回～3 回の風景構成法と呼ばれる描画法を施行した。風景構成法の施行は、個別のインタビュー調査に引き続き実施した。

なお、風景構成法の分析は、形式的分析と内容的分析から行った。形式的分析は、本研究者と臨床心理学に通じ風景構成法の経験があるもの 2 名で実施した。

③関与観察：全キャンプ期間中の本研究者による関与観察から資料を収集した。

(3)キャンプの概要

①キャンプ・プログラム

キャンプは、X 年 7 月～X+1 年 1 月の間に 3 回～4 回実施され、のべ日数で 30 日程度であった。それぞれのキャンプの主なプログラムと日程は、以下の通りであった。

- ・事前説明会（インテーク）：1 泊 2 日
クライアント及び保護者へのキャンプの趣旨・プログラムの説明、インテーク面接。
- ・メインキャンプ：3 週間程度
マウンテンバイクによる旅型の自然体験活動（キャンピング、登山、ロック・クライミング、沢登り、カヌー等）。
- ・ポストキャンプ I：1 泊 2 日
メインキャンプのふりかえり、軽レクリエーション活動
- ・ポストキャンプ II：2 泊 3 日
キャンプのふりかえり、雪上活動（そり、スキー、雪上トレッキング等）

②キャンプのグループ

キャンプは、クライアント 5 名～6 名にキャンプ・カウンセラー 2 名からなる小集団 2 グループで活動した。その他に、プログラム・ディレクター 1 名、マネジメントスタッフ 2 名、心理カウンセラー 1 名（本研究者）から構成されていた。

4. 研究成果

(1)自然体験療法における内的体験

①不登校児の風景構成法の構成型の特徴

風景構成法の描画の構成型は V 型が最も多く 7 例 (38.9%) であり、VI 型、VII 型を含めると 10 例 (55.6%) であった。また II 型～IV 型が 8 例みられた。不登校児では、先行研究に示されている小学校 5～6 年生の構成型のパターンと類似していた。このパターン

では、V型について多いのがVI型よりもIV型の構成型が多いことが特徴であった。不登校児の構成度は、健常児に比較して低いことが報告されており、本研究は、それを概ね支持する結果となった。

V型以上は、自我発達の観点からみるならば、自己中心的な段階から抜け出て、「遠視」と呼ばれるものの見方が可能になる段階であり、「対象を把握する力」を有する。しかし、II型～IV型では、各要素（アイテム）を結びつけ、統合できる力も有するが、いまだ自我と対象との距離は近く「近視」という見方を用いている。これはV型以上とは質的な違いがある。したがって、IV型以前の段階である不登校児においては、「自己中心性」の強い自我発達の段階にあったものが多かったと考えられる。複数の視点から対象を把握し、近づいたり遠ざけたりといった不安定の中で対象を把握するような自我の段階にあったと推測される。

②風景構成法の構成型の変化からみた内的体験

キャンプ前後における構成型の変化が認められた事例は、6例（30%）であった（II→III；1例、III→IV；1例、IV→V；1例、V→VI；2例、VI→VII；1例）。風景構成法の構成は変化しにくいことが報告されているが、このことを踏まえると、上位の構成型への変化が6例認められたことは、キャンプ体験は自我発達への肯定的な影響を与えるものとして評価できよう。本研究のクライアントの構成型には、大きな個人差が認められるが、キャンプは、クライアントのものの見方や思考などの自我機能の変化を促すような体験であったことが推測される。

また、本研究におけるクライアントのキャンプ体験前後における変化の特徴は、アイテムの変化よりも描画への彩色の変化（特に濃淡）にあった（13例）。それは、個々のアイテムへの彩色の強調であった。このことを踏まえると、彩色の構成的な側面よりも投影的な側面に大きな影響があったことが理解される。すなわち、キャンプ直後は個々のアイテムを風景として構成するというよりは、情緒的、あるいは情動的側面を強く投影するのであると思われる。長期のキャンプを成しえた達成体験、成功体験による情動の亢進が窺われた。

③事例の検討から

事例研究では、クライアント個人の内的体験過程が明らかにされた。ここでは、3例について報告しておく。

事例A

事例Aにおいては、母子分離が課題となっている事例であった。したがって、キャンプでは自立や主体の確立に取り組むことが内的課題であった。その意味でAには、キャン

プ集団の中で同世代の仲間関係を作ることができたことが大きな治療的要因となった。日常生活でならばAとは全く無縁の非行歴のある少年と同じグループで活動したことが大きく影響した。しばしば非行少年をモデルにすることが観察された。このようなギャング的關係ができたことは、Aの対人的な自信になった。また、長期のキャンプにおける自然体験活動（身体運動）は、Aをたくましくし、男性的な強さを育むことになった。家を離れて、20日あまりのキャンプの旅に挑戦したことが、Aの自立心を育んだと思われた。

事例B

事例Bでは、一人親家庭における親子関係が、不登校に影響していた。Bは、仕事に忙しい母親に理解を示しつつも、甘えられなさや寂しさを抱えていた。Bの性格は、しっかりしており、何事においても真摯に取り組む一方で、柔軟性にかける固さがみられた。キャンプでは、十分に母性性を味わうことや、キャンプにおける課題に直面したときに、いかに、柔軟に対応できるかなどが課題であった。したがって、まず、Bとカウンセラーとの良好な関係性の構築が目指された。そして、Bのやや硬いとも受け取れる物事への態度や真面目さは、カウンセラーの受容的な態度によって、少しずつ柔軟な態度や自己主張として表されるようになった。事例Bにおいては、カウンセラーの態度がBの精神的な成長を促すことに役立っていたと思われる。

事例C

事例Cでは、不登校の背景に発達障害における社会的スキルの欠如やこだわりの強い態度などが考えられた。学校では、視野狭窄的な行動もしばしばみられる上、こだわりの強い考え方などが、友人を作る上の障壁になっていた。キャンプにおいては、スタッフや他のクライアントとの関わりを通じて社会的なスキルの獲得が目指された。また、自然体験活動の中で、視野狭窄的な行動やこだわりに対する認識の変化が期待された。キャンプでは、プログラムを通じて、仲間関係の構築がなされた。さらに、自然体験活動プログラムにおける能動的に屈従せざるを得ないような体験によって、一時的なこだわりへのあきらめが生じ、物事へのあたらしい認識や見方を広げることに役立った。

(2)自然体験療法における治療的要因

自然体験療法における治療的な要因として、以下の4点が明らかになった。

①キャンプへの動機づけ

本研究のクライアントがキャンプ参加に至る経緯は、その多くが親や教員の勧めによるものであった。一般的に、不登校児の内閉的な状況を考慮すると、身体活動や集団生活を含むキャンプには不安が大きく、消極的

あることが推測される。したがって、親や周囲の大人の適切な勧めや後押しは、参加を決める上で大きな役割を果たしていた。

さらに、親や周囲の大人の勧めがあったにせよ、最終的には自分で決断したことの意義は大きいと考えられる。このようなキャンプへの動機が、自然体験療法の治療的要因の必要条件であったろうと思われる。

キャンプに参加する前の不登校児の心理には自己変容期待があることが知られているが、本研究における事例においても認められた。例えば「このキャンプをやり遂げることができたならば・・・」と語るクライアントがいたが、このような期待を持てることがキャンプ中の支えになり内的体験の変化に影響していたと考えられる。したがって、クライアントの自己変容期待を抱くようなキャンプ・プログラムを提示することが重要である。

② キャンプ集団の関係性

自然体験療法の特色の一つは、小集団で活動することがあげられる。これは一般的な心理療法に比較すると短期的、集中的に深い関係性を「クライアント-キャンプ・カウンセラー」あるいは「クライアント-クライアント」でつくる点において異なっている。このような関係性が、クライアントの内的体験の変化を促進していたことが事例から明らかになった。

自然体験プログラムは、挑戦的、克服的な身体活動が特色である。このようなプログラムではどちらかといえば、現場でのプログラム指導に際して指示的で縦の関係になりがちになる。素晴らしい体験であっても、ただ単に体験させる（やらせる）ことになってしまうことはマイナス要素にさえなりうる。したがって、活動ではできる限りキャンプ・カウンセラーは共同体験できるよう心掛けていた。このような共同体験がクライアントとのつながりを形成、強化し内的体験の基盤になっていた。

また、登山、ロック・クライミング、沢登り、カヌーなどの危険を伴う冒険的プログラムでは、実存的レベルで集団の関係性が築かれることが多い。天候や自然の状況によっては、活動がまさに生命の危険を感じさせるものになるからである。このようなキャンプ集団における関係性の形成は、キャンプ中盤から後半にかけて深まり、キャンプへの居場所感や人間関係における絆感をもたらしていた。

③ 自然体験活動プログラム

自然体験プログラムには、多くの治療的要因が認められた。キャンプ中の自然体験プログラムでは、身体能力の個人差や得手不得手などもあるため、時には劣等感などの否定的感情も生じることがある。しかし自然体験療

法では、できるかぎりクライアントそれぞれに達成感を与えられるように関わっており、このような達成感が自信や自尊心の形成に大きく影響していた。

また、本研究のような長期にわたる自然体験プログラムは、期間中の体力的な変化も大きい。男子の場合は、男らしさ、女子の場合には、女らしさといった心理的な変化も認められることが明らかになった。発育発達の著しい思春期の子どもにおいては、自然体験プログラム（身体運動）を通じて、体力面と同時に内的な変化も促進するものと思われる。

また、ある事例では、自然体験プログラムの過程において内的体験の変化の契機になることがしばしば認められた。例えば、マウンテンバイクや登山の道すがら自己と向かい合う事例や、ロック・クライミングで目の前の岩壁の困難さから、自己と向き合うことを余儀なくさせられた事例もあった。いずれも活動に没頭する過程に新しい自己を形成していた。

さらに自然環境そのものも治療的要因になることもあった。ある事例では、神秘的な自然との関わり（繋がり）が内的体験の変化に重要な役割を果たしていた。自然がもつある種超越的な側面は、クライアントの内的体験に少なからず影響していた。

④ 体験の意味づけ

キャンプを成しえた体験は、何ものにも勝る大きな達成感や自信をもたらす。親元を離れて長期間にわたる体験を、クライアントそれぞれに意味ある体験として語る事が治療的であった。実際、ほとんどのクライアントは、キャンプ直後の面接で、キャンプでは楽しい体験だけでなく、辛く苦しい体験もあるが、そのような体験さえ肯定的に意味づけで語っていた。この肯定的な「語り」には大きな意義があると思われた。キャンプ前において不登校児は、自己の意味づけさえままならない混乱の状況にあるものがある。

しかし、本研究では、様々なキャンプ体験をやり遂げて、それを自分の体験として肯定的に意味づけ、語る事そのものが内的変化となっている事例が認められた。そして肯定的な意味づけが、キャンプ後のクライアントにとっての御守りのような支えの役割を果たしている事例もあることが明らかになった。

以上、本研究において自然体験療法における治療的要因について明らかにした。わが国の野外教育分野においては、これまでに、このような研究知見は報告されてこなかった。今後、自然体験療法の実践現場に還元していきたい。また、本研究では、研究過程で自然体験療法の構造的要因についても治療効果との関連あることが窺われた。今後の課題と

してさらに検証する必要がある。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計3件)

- ①坂本昭裕：からかわれるとカッとなって暴力をふるってしまう中学生男子のキャンプ体験の事例. 臨床心理身体運動学研究, 12 (1), 29-40, 2010. (査読有)
- ②小田 梓, 坂本昭裕：不登校児は長期冒険キャンプ後どのように社会に適応していくのか. 野外教育研究, 13 (1): 29-42, 2009. (査読有)
- ③坂本昭裕：長期キャンプを体験した不登校児の風景構成法の検討-描画の構成型に着目して-. 臨床心理身体運動学研究 10 (1): 25-40, 2008. (査読有)

〔学会発表〕(計9件)

- ①坂本昭裕・吉松 梓：長期キャンプに参加した軽度発達障害を有する生徒の自我の特徴-風景構成法における構成型の検討-, 日本野外教育学会第14回大会, 2011. 10. 23, 筑波大学(茨城)
- ②坂本昭裕：「だから友達ができないんだ」と語った高校生のキャンプ体験の事例, 日本野外教育学会第14回大会, 2011. 10. 22, 筑波大学(茨城)
- ③坂本昭裕・小田 梓：心理的課題を抱える青少年の心と身体を育む自然体験活動の実践研究, 第1回BAMIS国際フォーラム, 2011. 3. 1, 筑波大学(茨城)
- ④坂本昭裕, 小田 梓, 渡邊 仁, 中込四郎：自主企画シンポジウム, 自然体験活動と心理臨床-事例から学ぶ-. 日本野外教育学会第13回大会, 2010. 6. 19, 山梨大学(山梨).
- ⑤坂本昭裕, 大石康彦, 佐々木豊志, 渡邊仁：シンポジウム, 不登校や発達障害などの困難を抱える青少年を対象とした自然体験活動. 日本野外教育学会第13回大会, 2010. 6. 19, 山梨大学(山梨).
- ⑥坂本昭裕, 小田 梓, 渡邊 仁：からかわれるとカッとなって暴力をふるってしまう中学生男子のキャンプ体験の事例. 日本臨床心理身体運動学会第12回大会, 2009. 12. 13, 九州共立大学(福岡).
- ⑦高橋茉生, 坂本昭裕：ラフミラーの非行少年キャンプにおける治療的要因に関する研究-援助の構造と内容から-. 日本野外教育学会第12回大会, 2009. 7. 5, 北海道教育大学釧路校(北海道).
- ⑧坂本昭裕, 渡邊 仁, 小田 梓, 田中義也：自主企画シンポジウム自然体験活動と心理臨床-事例から学ぶ-. 日本野外教育学会第12回大会, 2009. 7. 4, 北海道教育大学釧路校(北海道).

- ⑨小田 梓, 坂本昭裕：不登校児の長期冒険キャンプ後の適応プロセス. 日本野外教育学会第11回大会, 2008. 6. 15, びわこ成蹊スポーツ大学(滋賀)

〔図書〕(計1件)

- ①坂本昭裕：治療的キャンプ. 日本スポーツ心理学会編スポーツ心理学事典, 大修館書店: 2008, 637-639.

6. 研究組織

(1) 研究代表者

坂本 昭裕 (SAKAMOTO AKIHIRO)
筑波大学・体育系・准教授
研究者番号：10251076

(2) 研究分担者

井村 仁 (IMURA HITOSHI)
筑波大学・体育系・教授
研究者番号：30203334