

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 6 月 25 日現在

機関番号：32411

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2011～2014

課題番号：23700692

研究課題名(和文) 悩みを抱える青少年の長期冒険キャンプにおける「内的体験としての身体」の意味を探る

研究課題名(英文) The meaning of "the body" in an extended adventure camp for adolescents with problems

研究代表者

吉松 梓 (YOSHIMATSU, Azusa)

駿河台大学・その他部局等・助教

研究者番号：90508855

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,300,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、悩みを抱える思春期の青少年を対象に長期冒険キャンプを实践し、「身体」に着目してその意味を探ることを目的とした。研究1の質的分析の結果、「心と身体の関係性が変化する」プロセスとして「混沌とした心と身体」「心と身体をつながりや限界に気付く」「身体を入口として自分に向き合う」「自分の身体に自信を持つ」4段階が示された。また「心と身体の伴走者としてのスタッフ」「冒険プログラム特有の仲間関係を体験する」「原始的な自然の中でリアルな感情を抱く」など他者や環境との相互作用が影響していることが明らかになった。研究2の事例研究では、キャンプの体験が個性化の過程として意味があることが示唆された。

研究成果の概要(英文)：This work conducted an extended adventure camp for adolescents with problems, and the aim of this work was to explore the meaning of "the body." Qualitative analysis of the results of Study 1 revealed a process whereby "the relationship between the mind and body changes" in 4 stages: "a chaotic mind and body," "awareness of the links between and limits of the mind and body," "the body as a gateway to dealing with one's own issues," and "having confidence in one's own body." In addition, results revealed the effects of interaction with others and the environment, such as "camp staff serving as path guides to the mind and body," "experiencing camaraderie specific to an adventure program firsthand," and "dealing with actual emotions in primitive nature." Case studies in Study 2 suggested that the camp experience is a significant step in the process of individualization.

研究分野：体育学 野外教育、臨床心理学 心理療法

キーワード：自然体験療法 冒険キャンプ 身体 不登校 質的研究

1. 研究開始当初の背景

文部科学省の報告によると、年間の児童生徒による暴力行為は3万件、いじめ2万件、不登校は12万人を超え、現代の青少年を取り巻くこころの問題は多様化・深刻化している。また、このような青少年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挙げられ、背景にはインターネットや携帯電話、ゲームなど日常生活でのヴァーチャル化が指摘されている(森田ら,2005)。直接誰かと会ってやり取りをし、遊びの中で危険や痛みなどの感覚を獲得する、子どもの成長過程における「身体」に根ざした体験が失われつつあると考えられる。キャンプ等の自然体験活動は、豊かな自然環境の中で「身体」を通して行う直接的な体験である。わが国ではこれまで、悩みを抱える青少年の支援策の一つとしてキャンプ等の自然体験活動の実践が行われ、社会性や自己概念、登校状況の改善などに一定の効果を挙げることが報告されている。しかしこれまでの研究では、心理学的指標等を用いた評価に片寄っており、自然の中での身体活動でありながら「身体」そのものや「こころと身体の関係」に注目した研究は行われてこなかった。

特に、身体そのものが大きな変化の途上にある思春期の青少年にとって、身体を持つ意味は大きい。岩宮(2003)は、思春期の子どもにとって外殻としての顔や身体(ボディイメージ)が何よりも重大な関心事になるのは、それが自分の本質と捉えているからではないかと指摘している。また野間(2008)は、青年期の特徴としてこころの苦悩と身体の苦悩が渾然とし、問題が行動面・身体面に現れる傾向があることを指摘している。例えば、不登校等の子ども達は自らのこころの悩みを、まず身体的不調(腹痛など)として訴えてくることも多いのである。

本研究で、長期冒険キャンプにおける「身体」を客観的事象として数量的に自然科学の視点からのみ捉えるのではなく、その個人を表現する「意味ある身体」として心理臨床的視点から検討することは、不登校や問題行動などの悩みを抱える青少年の心身共に健康で豊かな成長発達に貢献しうるものだと考える。

2. 研究の目的

本研究では、不登校、発達障害、問題行動などの悩みを抱える思春期の青少年を対象に約20日間の長期に渡る冒険キャンプを実践し、彼らの「内的体験としての身体」に着

目してその意味を探ることを目的とする。

(1)研究1では、長期冒険キャンプにおいて、悩みを抱える思春期の青少年に共通する「身体」の意味を質的分析法を用いて検討し、理論モデルを生成する。

(2)研究2では、個別の事例検討を行うことで、その個人の心理的背景との関連における「身体」の意味を明らかにする。

3. 研究の方法

(1)対象

本研究では、平成X~X+4年に実施された、不登校、軽度発達障害、問題行動等の悩みを抱える思春期の青少年を対象とした長期の冒険キャンプ(以下、キャンプ)をフィールドとした。キャンプのメインプログラムは、毎年8月中の17泊18日にわたって、マウンテンバイク(以下、MTB)で移動する旅型のキャンプで、各所で沢登り、カヌー、クライミング、富士登山などの冒険プログラムを多く含む内容であった。同キャンプ参加者の内、研究への同意が得られたもの8名(男5名、女3名、13~15歳)を対象とした。

(2)データ収集

筆者がキャンプ中に対象者を関与観察したフィールドノート、対象者が語った内容の記録メモから、身体的なエピソード(身体の動きや身体症状・疲労に関すること、身体活動を通して感じたこと)などを抽出した。

(3)データ分析

研究1の分析方法として、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチを採用した。分析の手順として、1)テキストデータから意味解釈を行って概念を生成し、2)個々の概念同士の関係からカテゴリーを生成し、3)カテゴリーと概念の全体の関係を示す結果図とストーリーラインを作成した。

研究2の方法として事例研究を行った。対象者から特徴的な2名を抽出し、個別の事例検討の機会を設け、有識者複数人之間主観的合意に基づいて個人の心理的背景との関連からより詳細に検討した。

4. 研究成果

(1)研究1:質的分析による理論モデルの提示

分析の結果、28の概念と12のカテゴリーが生成された。ここでは、分析の結果である結果図(図1)と全体のプロセスを示すストーリーラインを提示する。なお、文中の下線は概念を【】はカテゴリーを示す。

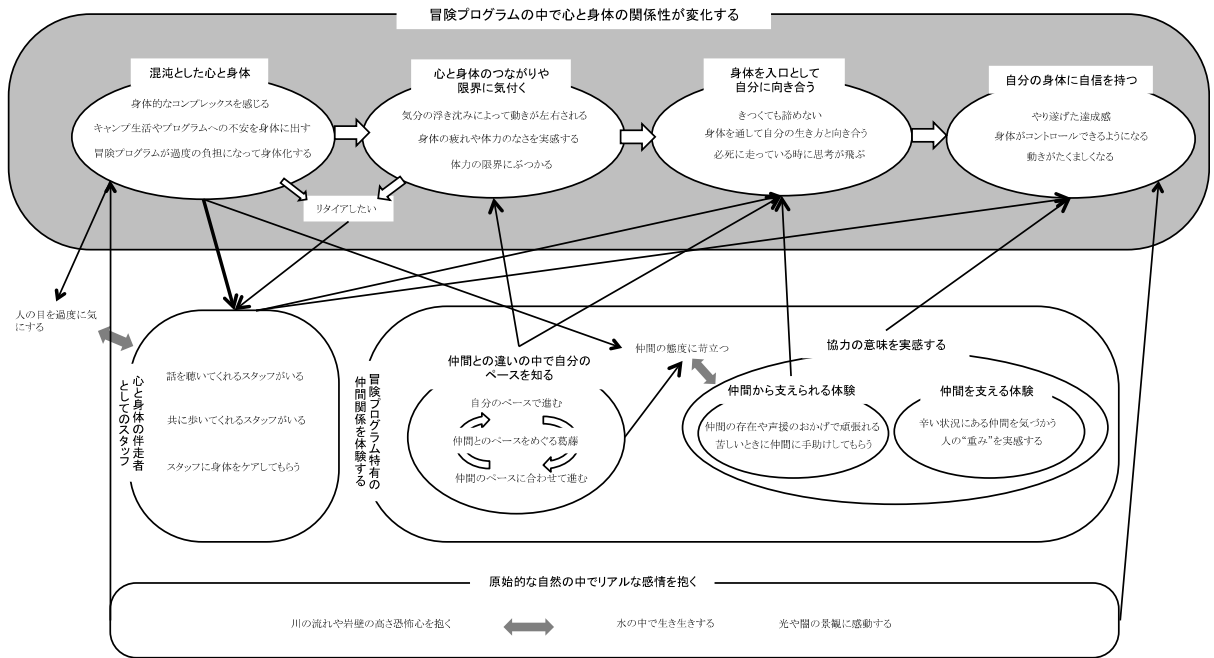


図1 冒険キャンプの中で心と身体を再統合するプロセス

参加者が長期冒険キャンプの中で心と身体を再統合するプロセスのコアカテゴリーとして、【冒険プログラムの中で心と身体の関係性が変化する】4つの段階が明らかになった。まず第1段階として、参加者は元々身体的なコンプレックスを感じていたり、キャンプ当初にキャンプ生活やプログラムへの不安を身体に出したり、キャンプ中の冒険プログラムが過度の負担になって身体化したりと、【混沌とした心と身体】を抱えていた。そしてその辛さから、時にはリタイアしたいと訴えることもあった。第2段階として、その後のキャンプの過程で気分の浮き沈みによって動きが左右される体験や身体の疲れや体力のなさを実感する体験、体力の限界にぶつかる体験を通して、次第に参加者自身の【心と身体をつながりや限界に気付く】ようになった。そして第3段階として、必死に走っている時に思考が飛んだり、辛いときに身体を通して自分の生き方と向き合ったり、きつくても諦めないことを選んだり【身体を入口として自分に向き合う】ことが出来るようになっていった。最終的には、動きがたくましくなり、身体がコントロールできるようになって、やり遂げた達成感を得るといったように、【自分の身体に自信を持つ】までに変化した。

このような心と身体の関係性の変化には、【心と身体に伴走者としてのスタッフ】の存在と、【冒険プログラム特有の仲間関係を体験する】ことが大きく影響していた。キャンプ当初、身体的なコンプレックスなどから人の目を過度に気にする状態にあった参加者は、辛いときに自分の話を聴いてくれるスタッフ、共に歩いてくれるスタッフに出会い、不安やストレスを身体化したときにスタッフに身体をケアしてもらうことで、【心と身

体の伴走者としてスタッフ】との信頼関係を築くようになった。またキャンプの過程で、ときには仲間の態度に苛立ちながらも、仲間とのペースをめぐる葛藤を経て自分のペースで進むことや仲間とのペースに合わせて進むことを選択する【仲間との違いの中で自分のペースを知る】体験をしていた。さらに、仲間の存在や声援のおかげで頑張れ、苦しいときに仲間に手助けしてもらおう【仲間から支えられる体験】、辛い状況にある仲間を気づかい、人の“重み”を実感する【仲間を支える体験】など【協力の意味を実感する】体験を積み重ねていった。このような【冒険プログラム特有の仲間関係を体験する】ことが、心と身体につながりに気づき、自分に向き合う契機となっていた。

また、川の流れや岩壁の高さに恐怖心を抱いたり、水の中で生き生きし、光や闇の景観に感動したりと、自然の厳しさと温かさに触れる【原始的な自然の中でリアルな感情を抱く】体験が、心と身体の関係性の変化にも少なからず影響していることが推察された。

(2) 研究2：事例研究

研究1の結果から、コアカテゴリー【冒険プログラムの中で心と身体の関係性が変化する】を基準に対象者8名のタイプ分けを行った。その結果、当初の心身の混乱が大きく、心身の関係性変化が促進した4事例C,E,G,H、当初の心身の混乱が小さく、心身の関係性変化が促進した2事例D,F、当初の心身の混乱が大きく、心身の関係性変化が停滞した1事例A、当初の心身の混乱が小さく、心身の関係性変化が停滞した1事例B、に分類された。タイプ から特徴的な事例各1例を詳細に検討した。

タイプ : 事例E (女・15歳)

キャンプ当初のEは、緊張や不安からか耳

の痛さや頭痛を訴える。それでもスタッフである筆者に訴えを聞いてもらうことで、なんとかその場に繋がっているようだった。また活動中は過度に人の目を気にして頑張り過ぎてしまい、そのストレスを身体に出すといった状態であった。この背景には、これまで両親など大人の期待に応えようと必死に生きてきたことがうかがえた。その後も程度の重い軽いはあったが、活動中は不安感や疲れ・ストレスからか、腹痛や気持ちの悪さなど様々な身体症状を訴え、一方で一日の活動が終わると表情も穏やかになりよく話すといった印象だった。キャンプ前半の山場であるMTB タイムトライアルの後の峠で、それまでのストレスを一気に噴出させたような激しい過呼吸を起こした。呼びかけにも反応できないような状態で、筆者がしばらくの時間Eを抱きかかえ、治まるまでなだめることになった。Eにとって、ホールディングという最も基本的な身体レベルの信頼関係から築く必要があったのかもしれない。その後、スタッフや仲間から受け入れられている感覚をベースに、活動にも徐々にポジティブに取り組めるようになる。終盤では、仲間のペースと自分のペースに葛藤しながらも、自分のペースで歩くことを貫くことができ、その結果、Eの中で大きな存在の場所であった富士山頂に立てたことに大きな達成感と自信を感じているようだった。最後には、「キャンプで生きているって楽しさを感じて」と語り、Eにとってキャンプが大きな意味ある体験となったようだった。

タイプ : 事例F (男・15歳)

キャンプ当初は、慣れない環境からか不安そうな様子であった。また、周囲になかなか溶け込むことができず、黙々とMTBを走らせていた。MTBでの走り方も、がっちりとした体格の割には弱々しい様子であった。ただ、自分が年長者である責任感やキャンプに来た目的などを語る様子からは、体験を内省して言葉にする力があることが感じられた。5日目の沢登りでは、仲間の一人がケガしてしまったこともあり、Fはできる限りの力を発揮して必死に仲間を引き上げていた。その様子はこれまでと違いたくましさを感じられた。また「本流を選ぶのが男」と語り、Fがキャンプを通して(大人の)男性への旅をしているように感じられた。その後のFは、MTBのこぎ方も次第に力強くなり、地図読みも正確で、自らの行動でグループを引っ張っていった。遅れてしまう仲間を待ってあげたり、一緒に歩いてあげたりという仲間への気遣いもあり、Fの心のやさしさを感じられる場面も多くあった。このような人柄から、グループのメンバーもFを信頼し、グループのリーダーとして認識しているようであった。実際に年下のメンバーから頼られ、Fの言葉かけでグループが動くようになっていた。10日目のカヌーでは、男性Coの誘いで渡河に挑戦する。一度は失敗したものの、二

度目に成功した。その様子は誇らしげで、ちょうど誕生日を迎えたこともあり、Fにとってこれまでの自分から卒業する大きな区切りとなったようだった。その後もFはとても安定していて、クライミングでは一步一步慎重に登り、富士登山では仲間のペースに合わせて淡々と歩くといったように、着実にプログラムをこなしていく。最後のふりかえりでは、助け合うことが大事であったことを実感を持って語った。友人関係の不調から不登校になっていたFにとっては、心から信頼し合える仲間関係をキャンプで体験できたことが、とても大きな意味を持ったのではないかと感じた。

<引用文献>

森田啓、近藤良享、友添 秀則、キレル子ども、閉じこもる子どもとスポーツ教育、スポーツ教育学研究、25、2、2005、115-124.

岩宮恵子、思春期における“からだ”、臨床心理学、3、1、2003、13-19.

野間俊一、こころという身体-青年期における存在の問いをめぐって、こころにおける身体 身体におけるこころ、日本評論社、2008、50-98.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計1件)

吉松椋、坂本昭裕、冒険キャンプに参加した不登校女子生徒との体験過程-思春期における「身体性」に着目して-、臨床心理身体運動学研究、査読有、15巻、2013、53-64、http://www.rinsinsin.jp/publication/journal_csmb15.html

〔学会発表〕(計4件)

向後佑香、坂本昭裕、杉岡品子、渡邊仁、吉松椋、自然体験活動と心理臨床-事例から学ぶその5-、日本野外教育学会第17回大会、2014年6月21日、東京海洋大学(東京都江東区)

渡邊仁、坂本昭裕、吉松椋、自然体験活動と心理臨床-事例から学ぶその4-、日本野外教育学会第16回大会、2013年6月22日、京都教育大学(京都府京都市)

吉松椋、坂本昭裕、渡邊仁、不登校生徒の長期冒険キャンプにおける体験の意味について-思春期における「身体性」に着目して-、日本野外教育学会第15回大会、2012年7月8日、沖縄キリスト教学院大学(沖縄県西原町)

坂本昭裕、吉松椋、渡邊仁、自然体験活動と心理臨床-事例から学ぶその3-、日本野外教育学会第14回大会、2011年10月22日、筑波大学(茨城県つくば市)

〔図書〕(計1件)

吉松椋、(監修)星野敏男、金子和正、杏林書院、野外教育入門シリーズ第5巻 冒険教育の理論と実践 第5章 冒険教育とカウンセリング、2014、37-46

6 . 研究組織

(1)研究代表者

吉松 梓 (YOSHIMATSU, Azusa)
駿河台大学・スポーツ教育センター・助教
研究者番号：90508855

(2)研究協力者

坂本 昭裕 (SAKAMOTO, Akihiro)
筑波大学・体育系・教授
研究者番号：10251076
渡邊 仁 (WATANABE, Hitoshi)
筑波大学・体育系・助教
研究者番号：70375476