

令和 3 年 6 月 14 日現在

機関番号：33111

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2015～2020

課題番号：15K21337

研究課題名（和文）発達に困難を抱える児童・生徒への自然体験療法 - 身体感覚と不器用さに着目して -

研究課題名（英文）A long-term camp therapy program for children and students with developmental difficulties

研究代表者

吉松 梓 (Yoshimatsu, Azusa)

新潟医療福祉大学・健康科学部・講師

研究者番号：90508855

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,900,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は、発達に困難を抱える児童・生徒を対象に、長期の自然体験療法プログラムを実践し、身体（ボディイメージ）の側面からその効果および治療的意味を検討することであった。まず研究1では効果測定のために、ボディイメージの知覚・評価・関心の3尺度を作成した。次に、研究2では自然体験プログラムの効果測定を行い、知覚（身体感覚）と評価（身体的自己概念）に有意な影響を及ぼしていることが明らかになった。最後に、研究3ではプロセスと要因について検討を行い、身体に気づき、身体に自信を持っていく一連のプロセスが明らかになり、要因として、スタッフの受容、仲間との実存的関係、などが示された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

発達に困難を抱える児童・生徒は、身体感覚などの問題と共に自尊心の低下や孤立などの二次的な心理社会的問題が指摘されている。本研究によって、自然体験プログラムによって主観的な身体感覚および身体的自己概念に効果が認められたことは、児童・生徒が抱える諸問題へのアプローチの一つとしての自然体験療法の有効性を示すものであると考える。また、質的研究により、変化のプロセスと要因が明らかになった。このことは、現場で実際に発達に困難を抱える児童・生徒を支援する際に応用可能な実践知となると考える。

研究成果の概要（英文）：This study aimed to implement a long-term camp therapy program for children and students with developmental difficulties and examine both its effects and the therapeutic implications for body image. First, for Study 1, three scales were developed to measure the effect on body image perception, physical self-concept, and social physique anxiety. Next, the effect of camp was assessed in Study 2, revealing a significant effect on body image perception and physical self-concept. Finally, the process and factors involved in body image were explored in Study 3, which found a series of processes for perception of and confidence in body, as well as suggesting factors such as acceptance among staff and peers.

研究分野：野外教育学 臨床心理学

キーワード：自然体験療法 キャンプ ボディイメージ 身体感覚 身体的自己概念 身体性 野外教育

## 1. 研究開始当初の背景

発達に困難を抱える児童・生徒の多くが感覚と運動の問題を抱えている。このような感覚・運動面の問題は、生活全般に支障をきたす可能性があり、それらは自尊心の低下や孤立などの二次的な心理社会的問題につながることもある。また、ボディイメージや身体感覚の問題は、彼らの自己感覚の弱さや象徴形成の困難さ、他者との関係性(間身体性)の弱さなどに深く関連していることが指摘され、プレイセラピーなどを通じた心理療法が試みられている。

キャンプ等の自然体験療法は、自己概念や社会性の向上などに一定の効果を挙げることが報告されている。特に冒険的な活動を含む自然体験療法は、自然の中で身体に働きかける支援アプローチとして多くの要素を含んでいると考えられる。しかしながら発達に困難を抱える児童・生徒に対するキャンプ等の自然体験療法では、これまで感覚や運動などの“身体”に注目した研究はほとんど行われてこなかった。

## 2. 研究の目的

本研究では、発達に困難を抱える児童・生徒を対象に、長期の自然体験療法プログラムを実践し、身体感覚などの“身体”の側面からその効果および治療的意味を検討することを目的とした。目的を達成するために以下の課題を設定した。

研究課題1：自然体験療法プログラムの効果測定のためのアセスメント方法の検討

研究課題2：自然体験療法プログラムの“身体”の側面への効果測定

研究課題3：自然体験療法プログラムの治療的なプロセスと要因についての検討

## 3. 研究の方法

### <研究課題1>

調査対象：効果測定のための尺度を作成するために、アナログ群として中学1年生から高校3年生(12-18歳)の生徒828名(14.48±1.72歳)を対象とした。

調査内容：ボディイメージの3側面を測定するために、知覚の側面として青年期前期用身体感覚尺度、評価の側面として身体的自己記述尺度、関心の側面として社会的体格不安尺度を用いて質問紙調査を実施した。

### <研究課題2>

調査対象：自然体験療法プログラムの効果測定のために、キャンプ群として2019年の夏に国立青少年教育振興機構3施設の主催事業に参加した小学5年～中学3年の児童・生徒64名(男子37名、女子27名、年齢11.54±1.41)、対照群として小学5年～中学3年の児童・生徒100名(男子55名、女子39名、不明6名、年齢12.44±1.50)を対象とした。

キャンプの概要：キャンプの日程は6泊7日～8泊9日であり、プログラムはマウンテンバイク、登山、長距離ウォーキング、野外炊事、テント泊などであった。指導者は、機構職員および大学生ボランティアであった。

調査内容：研究課題1で作成・確認した青年期前期用身体感覚尺度(15項目)、身体的自己記述尺度(27項目)、社会的体格不安尺度(7項目)を用いて、キャンプ前後の計2回質問紙調査を実施した。

### <研究課題3>

調査対象：自然体験療法プログラムの治療的なプロセスと要因についての検討のために、20XX～XX+4年にキャンプに参加した生徒8名(男子5名、女子3名、年齢13～15歳)を対象とした。

キャンプの概要：キャンプの日程は17泊18日であり、プログラムはマウンテンバイク、登山、沢登り、カヌー、野外炊事、テント泊などであった。指導者は、大学教員および大学院生ボランティアであった。

調査内容：筆者がキャンプ中に参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、身体症状や疲労など)をエピソード記述を参考に抽出した。最終的に、各対象事例においてエピソード12～17個、約6～8千字をテキストデータとしてまとめた。

## 4. 研究成果

### <研究課題1>

自然体験療法プログラムの効果測定のための尺度を作成するため、ボディイメージの3側面の各尺度の調査により得られたデータを分析した結果、以下のことが明らかになった。

探索的因子分析および確認的因子分析の結果、青年期前期用身体感覚尺度として3因子15項目(身体統合感5項目、体調の理解5項目、身体表現5項目)(GFI=0.92、AGFI=0.90、CFI=0.90、RMSEA=0.07)、身体的自己記述尺度として8因子27項目(運動・スポーツ能力6項目、肥満3項目、外見3項目、健康3項目、柔軟性3項目、活動性3項目、持久力3項目、身体満足感3項目)(GFI=0.91、AGFI=0.89、CFI=0.95、RMSEA=0.06)が作成され、社会的体格不安尺度として国内で成人用に標準化されている1因子7項目(GFI=0.94、AGFI=0.87、CFI=0.94、RMSEA=0.12)が青年期前期の年代にも適用されることが確認された。

信頼性（信頼性分析）・妥当性（葉賀式ボディイメージテストとの相関分析）の検討の結果、青年期前期用身体感覚尺度は  $r=0.74\sim 0.80$ 、 $r=0.19\sim 0.37$  ( $p<0.01$ )、身体的自己記述尺度は  $r=0.76\sim 0.95$ 、 $r=0.28\sim 0.67$  ( $p<0.01$ )、社会的体格不安尺度は  $r=0.88$ 、 $r=-0.42$  ( $p<0.01$ ) であり、信頼性と妥当性が確認された。

### < 研究課題 2 >

自然体験療法プログラムの効果測定のために、群（キャンプ群-対照群）と調査時期（キャンプ前-キャンプ後）の2要因分散分析を実施した。

青年期前期用身体感覚尺度の得点については、群 ( $F(1,157)=23.44, p<0.01$ ) と交互作用 ( $F(1,157)=7.74, p<0.01$ ) に有意差が認められ、時期 ( $F(1,157)=3.22, 0.05<p<0.10$ ) に有意傾向が認められた。各要因における単純主効果の検定をおこなった結果、図1に示すとおり、キャンプ群においてはキャンプ前後において得点の向上が有意であり ( $p<0.01$ )、キャンプ前後の両時期の得点において2群の差が有意であった ( $p<0.01$ )。因子毎の得点においては、3因子中2因子（体調の理解、身体表現）において、交互作用に有意差および有意傾向が認められた。これらの結果から、自然体験療法プログラムが青年期前期の身体感覚の向上に有効であることが示された。特に、因子得点に向上が認められた、体調の理解（疲れが自分のからだにどのように現れるかわかるなど）や身体表現（喜びで胸がいっぱいになる感じを実感するなど）は、冒険的なキャンプ特有の直接体験の影響が考察され、このような主観的な身体感覚を育むことは、自己概念の土台となる健全なボディイメージを育成するためにも重要であると考えられた。

身体的自己記述尺度の得点については、群 ( $F(1,148)=5.29, p<0.05$ ) と時期 ( $F(1,148)=19.43, p<0.01$ ) および交互作用 ( $F(1,148)=9.42, p<0.01$ ) に有意差が認められた。各要因における単純主効果の検定をおこなった結果、図2に示すとおり、キャンプ群においてはキャンプ前後において得点の向上が有意であり ( $p<0.01$ )、キャンプ後の得点においては2群の差が有意であった ( $p<0.01$ )。因子毎の得点においては8因子中4因子（運動・スポーツ能力、健康、持久力、身体満足感）において、交互作用に有意差および有意傾向が認められた。これらの結果から、自然体験療法プログラムが青年期前期の身体的自己概念の向上に有効であることが示唆された。特に、運動・スポーツ能力因子や持久力因子の向上は、登山や長距離ウォーキングなどの冒険プログラムによる影響が考えられ、健康因子や身体満足感因子の向上については、キャンプでの生活体験も含めた総合的な影響が考えられた。

社会的体格不安尺度の得点については、群 ( $F(1,158)=1.67, p=n.s.$ ) と時期 ( $F(1,158)=2.22, p=n.s.$ ) および交互作用 ( $F(1,158)=1.86, p<n.s.$ ) のいずれにおいても有意差は認められなかった。この結果から、自然体験療法プログラムは青年期前期の社会的体格不安には影響しないことが示された。

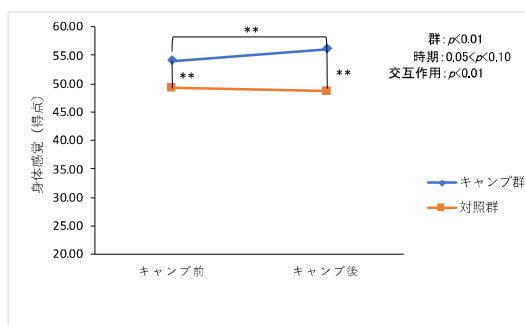


図1 青年期前期用身体感覚尺度

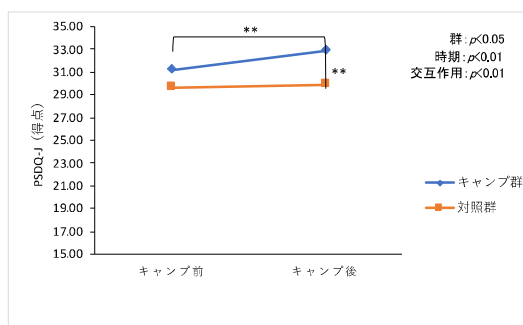


図2 身体的自己記述尺度

### < 研究課題 3 >

得られた質的データを修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチを用いて分析した結果、26の概念と13のカテゴリーが生成された。分析の結果である結果図（図3）を提示し、カテゴリーを用いて理論モデルの概要および考察を述べる。

まず、【身体との関係性を取り戻す過程】の第1段階として、【身体への違和感・ストレスの身体化】を抱えていた。次に第2段階として、まずキャンプの過程で【身体の限界を体験して】いた。そして【身体の限界を体験する】ことによって、【身体に気づく】ことができ、【身体を通して自己に向き合う】ことができるようになった。最終的には第3段階として、動きが力強くなり、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【身体に自信を持つ】までに変化した。このようなキャンプの体験は、思春期の自己の二重性（木村, 1978）によって乖離していた身体との関係性を取り戻し、身体という自分（=身体性）を生きることに取り組む過程であったと考えられる。

次に【他者および自然との身体を介した関係性】として、【身体との関係性を取り戻す過程】の主に前半のプロセスに貢献したのが【身体を介したスタッフの受容的な関わり】である。参加者は、辛いときに自分の話を聴いてくれ、共に歩いてくれるスタッフに出会い、身体をケアしてもらうことで、スタッフとの信頼関係を築くようになった。後半のプロセスに大きく影響を及ぼしたのが【身体を通じた実存的次元での仲間関係】である。参加者は、時には仲間の態度に苛立ちながらも、【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、仲間から支えられ、仲間を支える【協力の意味を実感する】体験をしていた。このような体験を積み重ねることが、自らの身体に気づき、自己に向き合う契機となっていた。このように、他者からホールディングされ、共同体験の中で相互作用をすることで、不登校生徒の身体性の回復が促進されたと考える。また、【自然の中での身体感覚を通じた感情体験】も、【身体との関係性を取り戻す過程】に少なからず影響したことが推察された。

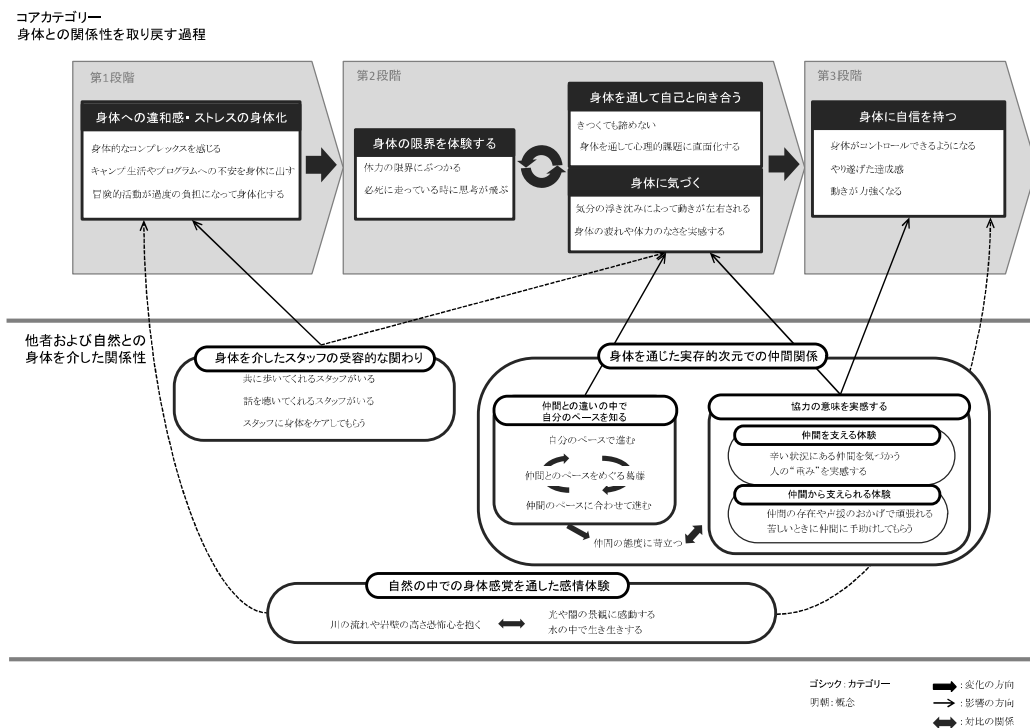


図3 自然体験プログラムにおける身体性変化のプロセスと要因

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 2件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 1件）

1. 著者名 吉松 梓	4. 巻 19 (3)
2. 論文標題 青年期前期用の身体感覚尺度および社会的体格不安尺度の作成 性別・学年・体格・身体活動レベルによる検討	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 新潟医療福祉学会誌	6. 最初と最後の頁 14 - 21
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 吉松 梓, 坂本 昭裕	4. 巻 63
2. 論文標題 冒険教育プログラムを導入した長期キャンプにおける不登校生徒の身体性回復のプロセス	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 体育学研究	6. 最初と最後の頁 811 ~ 826
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.5432/jjpehss.17076	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

〔学会発表〕 計7件（うち招待講演 0件/うち国際学会 0件）

1. 発表者名 吉松梓、坂本昭裕、高瀬宏樹、日々野宏宜
2. 発表標題 長期冒険キャンプが青年期前期のボディイメージに及ぼす影響
3. 学会等名 日本野外教育学会 第23回大会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 吉松梓
2. 発表標題 児童・生徒の身体的自己概念と自己成長性との因果モデルの検討
3. 学会等名 第20回 新潟医療福祉学会学術集会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 吉松 梓, 坂本 昭裕
2. 発表標題 青年期前期のボディイメージに関連する3尺度の作成・性別・学年・体格・身体活動レベルによる検討-
3. 学会等名 日本体育学会第70回大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 吉松 梓, 坂本昭裕
2. 発表標題 冒険教育プログラムにおける不登校生徒の身体性回復のプロセス
3. 学会等名 日本野外教育学会第20回大会
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 吉松 梓, 太田 修嗣, 仁田坂 和夫, 若野 貴司
2. 発表標題 キャンプは誰にとっても楽しい？
3. 学会等名 第1回スペシャルニーズキャンプフォーラム
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 大友あかね, 坂本昭裕, 渡邉仁, 吉松梓, 向後佑香, 坂谷充
2. 発表標題 野外教育における心理臨床的アプローチ-発達障害の子どもの社会化と個性化-
3. 学会等名 日本野外教育第19回大会
4. 発表年 2016年

1. 発表者名 坂本昭裕, 杉岡品子, 渡邊仁, 吉松梓, 向後佑香
2. 発表標題 野外教育における心理臨床学的アプローチ - 思春期を生きる子どもの身体に学ぶ -
3. 学会等名 日本野外教育学会第 18回大会
4. 発表年 2015年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究協力者	坂本 昭裕  (Sakamoto Akihiro)  (10251076)	筑波大学・体育系・教授    (12102)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------