

令和 6 年 6 月 6 日現在

機関番号：32682

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2020～2023

課題番号：20K11498

研究課題名（和文）多様なニーズを対象とした自然体験活動の効果の可視化とモデルプログラムの開発

研究課題名（英文）Visualization of the effects of nature experience activities targeting diverse needs and development of model programs

研究代表者

吉松 梓（Yoshimatsu, Azusa）

明治大学・経営学部・専任准教授

研究者番号：90508855

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：本研究では、1.多様なニーズを対象とした自然体験活動の効果の特徴を明らかにすること、2.要因を質的に検討した上で、モデルプログラムを開発することを目的とした。

研究1については、心理社会的指標と効果、海外においては自然体験活動を通じたセラピーが、他のセラピーと同等の効果が認められること、などが明らかになった。

研究2については、多様なニーズを対象とした自然体験活動を実施する上での工夫と課題、特に海外では多様な分野において、セラピーとしての自然体験プログラムが実践されていることが明らかになった。その要因としては、注意回復理論と生態心理学の理論、および「自然（じねん）」などの東洋的概念が考察された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究において、多様なニーズを対象とした自然体験活動による心理社会的な効果が認められ、特に海外においては教育やレクリエーションとしてだけでなく、セラピーとして多く活用されていることが明らかになった。国内においては、一部セラピューティックな目的をもったプログラムが存在するものの、学術的な位置づけや社会的な認知が充分ではない状況である。この研究成果を発信することによって、多様なニーズを抱える対象への自然体験活動の普及・発展に貢献しようとする。

研究成果の概要（英文）：With regard to Study 1, the psychosocial indices and their effects, as well as the fact that nature experience activities were found to be as effective as other therapies in foreign countries, were clarified.

Regarding Study 2, it became evident that innovations and challenges exist in implementing nature experience activities targeting diverse needs, particularly in the implementation of nature experience programs as therapy in diverse fields in other countries. Attention restoration theory and ecopsychological theory, as well as Eastern concepts such as "nature (jinen)," were identified as contributing factors to this trend.

研究分野：野外教育学、臨床心理学

キーワード：キャンプ スペシャルニーズ 多様性 アウトドアセラピー

様式 C - 19、F - 19 - 1 (共通)

1. 研究開始当初の背景

多様なニーズを持つ人々と共に生きる社会への機運が益々高まる中、キャンプ等の自然体験活動の場においても、国際会議の開催や全国ネットワークの設立など、多様なニーズに応じた自然体験活動への取り組みが加速した。わが国における自然体験活動の歴史を振り返ると、1960年代頃から虚弱児や情緒障害児を対象としたキャンプが始まり、その後1970～80年代には不登校や知的・身体的障がいの子どもの対象が広がりをみせた。そして近年は、発達障がい・難病・児童養護施設・貧困家庭の子どもなど、多様な対象への自然体験活動実践が展開されるようになってきた。

しかしながらこれまでの多くの研究は、個別の実践を評価するに留まっており、不登校・発達障がいなどの各ニーズにおける自然体験活動の効果の特徴を、個別の実践を超えて包括的に捉えた研究は見当たらない。また、研究が実施されている範囲も、不登校など比較的实施数が多く調査がしやすい対象に限られている現状がある。加えて、研究方法が数量的な手法に偏っており、質的手法等を用いて、効果をもたらした要因を詳細に検討した研究は少ない。

以上の点から本研究の学術的「問い」として、「多様なニーズを対象とした自然体験活動において、各ニーズによる効果の特徴(共通性や差異)はあるのか、ニーズに応じた効果的な自然体験活動を実践するためには、どのような要因(関わり方やプログラムなど)が有効であるのか」と設定した。

2. 研究の目的

本研究では、多様なニーズを対象とした自然体験活動において調査を実施し、効果の特徴を明らかにすること、個別の先行事例へのインタビュー調査を実施し、ニーズに応じた効果的な自然体験活動となりうる要因を質的に検討した上で、モデルプログラムを開発することを目的とした。

3. 研究の方法

(1) 多様なニーズを対象とした自然体験活動における効果の特徴

知的・発達障がい、身体障がい(肢体不自由、視覚障がい、聴覚障がいなど)、慢性疾患、不登校、社会的養護、貧困家庭などの多様なニーズを対象とした自然体験活動を対象に、すでに国内において先行研究が蓄積されている領域(不登校など)については、レビュー研究を実施し、一定の基準によって実践研究の論文を収集した。先行研究が十分に蓄積されていない領域については、当初は既存の統一指標による横断的調査を実施する予定であったが、コロナ禍で多くの自然体験活動が中止されたため、実施に至らなかった。そこで、海外でセラピーとして実施されている自然体験活動の効果を広くレビューした。

(2) 効果的な自然体験活動となりうる要因とモデルプログラム

多様なニーズを対象とした自然体験活動の実践者・団体に、半構造化面接によるインタビュー調査を実施した。インタビュー内容は、自然体験活動(団体)設立の経緯、自然体験活動の対象者、自然体験活動の目的、プログラム内容、参加者の様子、支援の工夫、スタッフ等の体制、実施上の課題等とし、対象者の語りに応じて柔軟に質問する方法をとった。加えて、海外の事例についても文献を中心に調査を実施し、効果的な自然体験活動となりうる要因と各プログラムの特徴を検討した。

4. 研究成果

(1) 多様なニーズを対象とした自然体験活動における効果の特徴

まず、自然体験活動における効果の特徴として、研究が蓄積されている領域(不登校など)についてのレビューを実施した。その結果の概要を表1に示す。自然体験活動前後の自己概念や不安の変化など、健常群(アナログ群)の研究と同様の指標を用いて評価されてきたこと、同時に登校状況、他者関係という主に不登校生徒が抱える課題に焦点を当てて効果が検証されてきたことが理解できる。また特に近年においては、測定内容も健康意識や抑うつなどの臨床尺度を用い、よりその対象の諸課題を反映した研究が散見されていることが見て取れた。

表1 日本における心理社会的効果研究の概要

著者	年	対象	人数	日程	測定内容	効果(有意差)	臨床群
自己概念							
飯田ほか	1990	中学1年～3年	26	8泊9日	自己概念	一部有り	不登校含む
飯田・中野	1992	中学1年～3年	102	8泊9日	自己概念	一部有り	不登校含む
高橋	1993	中学生～高校生	67	8泊9日	バウムテスト	一部有り	不登校
奥山ほか	1999	中学2～3年	19	6泊7日	自己概念	一部有り	不登校
小玉ほか	2000	小学6年～中学3年	26	6泊7日	自己概念	一部有り	不登校
田中ほか	2016	小学5年～中学3年	37	6泊7日	自己効力感	有り	不登校

表1 日本における心理社会的効果研究の概要（つづき）

著者	年	対象	人数	日程	測定内容	効果（有意差）	臨床群
感情・情緒							
飯田ほか	1990	中学1年～3年	26	8泊9日	不安	一部傾向有り	不登校含む
飯田・中野	1992	中学1年～3年	102	8泊9日	不安	有り	不登校含む
田中ほか	2016	小学5年～中学3年	37	6泊7日	抑うつ	有り	不登校
田中ほか	2016	小学5年～中学3年	37	6泊7日	不安	なし	不登校
他者関係							
飯田ほか	1991	中学生	57	8泊9日	ソシオメトリックテスト	なし	不登校含む
飯田ほか	1991	中学生	57	8泊9日	対人行動	有り	不登校含む
飯田ほか	1993	中学生	45	8泊9日	親子関係	有り	不登校
堀出ほか	2004a	小学5年～中学3年	21	13泊14日	ソシオメトリックテスト	選択数の増加	不登校含む
大友・坂本	2017	小学5年～中学3年	16	12泊13日	過剰適応	一部傾向有り	不登校・発達障害等含む
行動							
飯田ほか	1990	中学1年～3年	26	8泊9日	登校状況	登校76.9%	不登校含む
飯田ほか	1991	中学生	57	8泊9日	登校状況	登校76.9%	不登校含む
奥山ほか	1999	中学2～3年	19	6泊7日	適応レベル	良好68.4%	不登校・発達障害等含む
小玉ほか	2000	小学6年～中学3年	26	6泊7日	適応レベル	良好86.6%	不登校・発達障害等含む
小玉ほか	2000	小学6年～中学3年	26	6泊7日	行動	一部有り	不登校
その他（生きる力など）							
庄司ほか	2016	小学4年～中学3年	17	8泊9日	健康意識	一部有り	肥満傾向
大友・坂本	2017	小学5年～中学3年	16	12泊13日	居場所感	有り	不登校・発達障害等含む

次に欧米において実施された自然体験活動を通じたセラピーについて、効果研究に対するメタ分析やレビューを行った研究の一覧を示す（表2）。このようにアメリカを中心とした欧米での研究においては、心理社会的効果において概ね中程度の効果量が認められること、より長期間のプログラムが効果的であること、ウィルダネスセラピーなどの支援を必要とする青少年への実践においても、他のセラピーと同等の効果が認められること、などが明らかになった。

表2 欧米における心理社会的効果に対するメタ分析研究一覧

著者	年	メタ分析の対象	測定内容	ES
Bowen and Neill	2013	Adventure Therapyの基準を満たす197件	Academic	0.41
			Behaviour	0.41
			Clinical	0.50
			Family Development	0.36
			Morality/Spirituality	0.17
			Physical	0.32
			Self-Concept	0.43
			Social Development	0.42
Bettmann et al.	2016	民間でのWilderness Therapy について調査した36件	self-esteem	0.49
			locus of control	0.55
			behavioral observations	0.75
			personal effectiveness	0.46
			clinical measures	0.50
Gillis et al.	2016	18歳以下を対象し、Youth Outcome Questionnaire (YOQ)を用いたWilderness Therapy の研究15件	interpersonal measures	0.54
			Youth Outcome Questionnaire (親/保護者の観察)	0.98
			Youth Outcome Questionnaire Self Report (参加者の自己報告)	0.80
			Wilderness and Adventure Therapy, Therapeutic camping, Adventure education and physical activityの3つのカテゴリーに分けて、各研究結果を詳述	-
Harper	2017	1997年から2017年の間に子供と青少年のWilderness TherapyとTherapeutic camping、ケアのための冒険教育に関する文献63件	Self-concept, clinical measures, interpersonal measuresなど他の治療法との有意差はほとんど認められない	-
Dobud and Harper	2018	Wilderness Therapyを含むAdventure Therapyの量的研究105件から他の治療法との直接比較を行った研究14件	Self-concept, clinical measures, interpersonal measuresなど他の治療法との有意差はほとんど認められない	-

(2) 効果的な自然体験活動となりうる要因とモデルプログラム

まず国内において先駆的な取組を行っている実践者（団体）にインタビューを行った。それぞれの領域は、発達障がい児への動物介在療法、病児へのセラピューティックキャンプ、身体障害児（者）への野外活動フィールドの提供であった。共通して、地域との連携、資金の調達、制度の利用、指導者（スタッフ）の養成、の工夫と課題が示された。

次に、海外の事例について文献調査を行った結果、ソーシャルワーク、心理学、カウンセリング、家族療法、作業療法など多様な分野において、ウィルダネスセラピー、アドベンチャーセラピー、ネイチャーベースセラピー、動物介在療法、園芸療法、サーフセラピー、森林療法といったセラピーとしての自然体験プログラムが実践されていることが明らかになった（表3）。

表3 セラピーとしての自然体験プログラム

著者	内容
ウィルダネスセラピー	自然の回復力と個人およびグループによる治療プロセスを組み合わせた体験的なアプローチ (Davis-Berman & Berman, 2008; Russell, 2001)。原生自然(wilderness)の中で実施され、主に青少年や若者を対象としており、最も一般的には感情、行動、心理、物質使用の問題に対するケアを提供している (Hoag, Massey, & Roberts, 2014)。
アドベンチャーセラピー	「冒険的な（身体的）活動への参加」と「治療目的」の2要素を核として、社会的、文化的、環境的、政治的、財政的な文脈を考慮されたものである (IAT, 2019a, para.3)。挑戦と冒険の身体的体験、治療サポートと意図的な対話、他者とつながる社会的体験、自然環境での生態的体験を主要なメカニズムとする。
ネイチャーベースセラピー	屋内のオフィススペースの実践とは対照的なものとして、セラピー実践の物理的な場所（多くの場合、近くの自然の中）を位置づけるものである (Harper, Rose, & Segal, 2019)。自然を共同セラピストと捉え、Joseph Cornell (1989) の4段階の「フロー・ラーニング」アプローチ、熱意をよびおこす、感覚をときずます、自然を直接体験する、インスピレーションをわかちあう、を採用している。
動物介在療法	馬や犬などの動物をセラピーに取り入れたもの。様々な実践現場で、文化や性別に関係なく、ストレスを軽減し、ウェルビーイングを向上させるために利用されている。動物を取り入れた療法を提供する場合、その動物を十分に理解することが重要であり、専門家としての能力だけでなく、人間と動物の双方の福祉に配慮し、倫理的義務を果たすことが必要である。
園芸療法	認知的、身体的、心理的、および社会的利益を促進するための介入方法として、ガーデニングや植物に関連する活動を活用するものである (Malone & Haller, 2019; Relf, 1981)。身体的・心理的リハビリテーション、職業技能の開発、長期ケアとホスピス、など多様な分野で実施されている。
サーフセラピー	社会、行動、健康、経済、その他の課題の予防と治療における治療手段としてのサーフィンや水辺での遊びを、エビデンスに基づいて、臨床的に導き、安全に提供するものである (国際サーフセラピー機構, 2019)。自閉スペクトラム障がいの子どもへの実践をルーツとし、現在は薬物などのリスクのある若者や退役軍人など、対象が広がっている。
森林療法	森林を、心をリフレッシュさせ、精神的な安定と心理的な癒やしをもたらす健康増進の場、治療の場として、健康を増進したい人、心身を回復させたい人、休養したい人、などのために活用するもの (Shin et al. 2010)。森林環境が人間にもたらす生理的・心理的効果のエビデンスを基礎としている。

また、これらの実践に共通する要因として、野外という場所への志向性、自然環境への積極的な身体的関与、自然と人間の親和性の認識、が明らかになった。中でも、自然環境が心理的な効果を及ぼす要因としては、注意回復理論とバイオフィリア仮説に基づく生態心理学の理論が考察された。加えて、欧米を中心とした海外の文献では考察されなかった東洋的概念に基づく要因として、心身一元論に基づく「身（み）」の概念と、万物と自己が根源的には一つであることを示す「自然（じねん）」の概念から考察した。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計3件（うち査読付論文 3件／うち国際共著 0件／うちオープンアクセス 3件）

1. 著者名 吉松 梓, 渡邊 仁, 大友 あかね, 坂本 昭裕	4. 巻 26
2. 論文標題 身体性に課題を抱える青年期前期の事例における長期冒険キャンプの意味	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 野外教育研究	6. 最初と最後の頁 69～87
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.11317/joej.2023_0005	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 -

1. 著者名 坂本 昭裕, 大友 あかね, 前川 真生子, 吉松 梓	4. 巻 67
2. 論文標題 統合型長期キャンプセラピーにおける発達障害児の自己肯定意識の特徴と被受容感及び社会的スキルとの関連性の検討：定型発達児との比較検討から	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 体育学研究	6. 最初と最後の頁 361～377
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.5432/jjpehss.22009	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4件（うち招待講演 0件／うち国際学会 0件）

1. 発表者名 徳田真彦、原田順一、吉松梓、向後佑香
2. 発表標題 ひとり親家庭支援事業における研究活動について
3. 学会等名 第26回日本キャンプミーティング
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 吉松梓, 坂本昭裕
2. 発表標題 青年期前期の事例における長期冒険キャンプの意味 - 市川浩の身体論に着目して -
3. 学会等名 日本野外教育学会 第25回大会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 荒巻 恵子, 針ヶ谷 雅子, 太田 正義, 中丸 信吾, 野口 和行, 吉松 梓
2. 発表標題 スペシャルニーズ、インクルーシブ、ユニバーサル -野外教育の現場で実践するには-
3. 学会等名 日本野外教育学会第24回大会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 野口和行、竹内靖子、中丸信吾、針谷雅子、古谷洋介、吉松梓
2. 発表標題 特別な支援や配慮を必要とする人たちを対象とした自然体験活動の実践-新しい生活様式をふまえて-
3. 学会等名 2020年度日本野外教育学会オンライン研究大会
4. 発表年 2020年

〔図書〕 計1件

1. 著者名 吉松梓 (土方圭、張本文昭 編著)	4. 発行年 2024年
2. 出版社 杏林書院	5. 総ページ数 264
3. 書名 野外教育学の探究 実践の礎となる理論をめぐる14章、12章 癒し：野外療法 -理論と実践の往還に向けて2- (印刷中)	

〔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	野口 和行 (Noguchi Kazuyuki)	慶應義塾大学・教授 (32612)	

6. 研究組織（つづき）

	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	竹内 靖子 (Takeuchi Yasuko)	桃山学院大学・准教授 (34426)	

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