

【論文】

不登校児のためのキャンプが参加親子の自己受容に及ぼす効果

山川 久 恵 宮 本 正 一

(岐阜大学教育学研究科)

(岐阜大学教育学部)

The effects of camping experiences upon the self-acceptance
of the non-attendance students and their mothers

YAMAKAWA Hisae MIYAMOTO Masakazu

(Graduate School of Education, Gifu University)

(Faculty of Education, Gifu University)

【要旨】

本研究では、不登校傾向のある児童生徒を対象におこなわれたキャンプに参加した不登校児33名及びその親を対象に、キャンプの持つ効果を調査し、キャンプのどのような側面が参加親子に影響を及ぼしたのかを検討した。キャンプ前後に自己受容を測る質問紙を実施し、得点化した自己受容度の比較をおこなったところ、キャンプ後の自己受容度が有意に高かった。キャンプにおける経験が自己受容を向上させ、不登校状況を改善させることが示唆された。自己受容の向上には、キャンプのもつ受容的雰囲気や非日常性、課題の達成感や自己選択の保障があったこととの関連が考察された。

【キーワード】

不登校, キャンプ, 自己受容

I 問題と目的

今や不登校は深刻な社会問題にまで発展した。「学校嫌い」の理由により長期にわたって欠席する児童生徒は増加の一途をたどり、1999年度には30日以上欠席した不登校児童生徒が13万人にのぼった。その数は実に小学生の0.35%、中学生の2.45%に相当する。その後も依然、不登校児童生徒の数は増加傾向が続いている。

増加する不登校に歯止めをかけようと不登校についての研究は数多くなされてきた。その中で、不登校の態様の多様化や不登校児とその家族との関わりが注目されている。不登校児の成

長発達を促し、援助をする上で、身近にいる家族は非常に大きな役割を果たすからである。中でも、親の養育態度の問題がよく取り上げられてきた。

特に、母親と子どもとの関係が不登校に影響していることは早くから示唆されてきた。星野⁽¹⁾ (1994) は、不登校がハーソブによって「家族神経症」と呼ばれていることを紹介している。不登校の家庭では子どものみならず、親、特に母親が多かれ少なかれ神経症的傾向を示すためであるという。星野 (1994) によれば、母親が神経症に陥りやすいのは、不登校児をとりまく近隣社会との関係をつなげる役を一人で引き受けることになるからである。周囲との関係が悪

化したり周囲から孤立したりして不安や悩みがますます増大するのである。母親が抱く代表的な不安に、対人不安がある。不登校児の多くは対人場面で強い不安や緊張を感じ、自我が傷つけられ自己受容が難しくなる。不安や緊張から逃れ、自我を防衛するため、不登校になり、ひきこもるのである。母親も子どもが不登校になると罪悪感、羞恥心などが募って自己を受容できなくなり、近隣社会から離れ閉じこもってしまうことになる。そして、母親の不安は更に子どもの不安を呼び起こす。このように、親子間には相互作用が見られ、相互に円環的に影響を与え合っている(亀口⁽²⁾, 1998)。不登校状況を改善していくには、不登校児本人ばかりでなく、親への支援も必要なのである。

不登校児及びその親は、上記の例からもわかるように、一般に自己受容ができていないのではないかと考えられている。不登校児については、田中ら⁽³⁾(1992)が、不登校児と通常登校児の自己概念を比較検討し実際に確かめている。SD法(Semantic Differential Method)を用い、自己概念のうち現在の自分をどのように意識しているかという側面(現実自己)と、友達から自分がどのように見られていると意識しているかという側面(他者推測自己)の2つの自己概念の側面について実証的に調査した。その結果、思春期の不登校児は健常児群と比べ自己評価が低く、友達からも低い評価しか受けていないと感じていること、自己概念が否定的でマイナスイメージの大きい内容であることが明らかになった。これらの結果から、思春期の不登校児は自分自身を肯定したり、受容したりしにくいこと、他者に強い劣等感を抱きやすく自信がもちにくい状態にあること、他者に向かって自己開示や自己表現を行いたくない状態にあることを考察している。

不登校状況を改善するためには、このような状態にある不登校児、またおそらく同様の状態

にあらう親の心の内面をケアしていく必要がある。そのために、現在までに実に多くの方法で不登校状況改善のためのアプローチがなされてきた。その中の1つが不登校児を対象としたキャンプである。

そもそも、キャンプは人間・自然・プログラムの三つの要素が相互に作用し合いながら行われる総合的活動であり、多くの貴重な教育効果が期待されている。飯田⁽⁴⁾(1992)はキャンプに代表される野外教育の一般的目標として、①社会性の育成 ②自己概念または自己認識の向上 ③強化の拡充 ④環境認知と理解、の4領域をあげ、また野外体験が参加者に及ぼす効果が、①環境に対する行動と理解、②社会的相互作用、③自己の発達、の3つに大別されると述べている。

キャンプの効果に関する研究は、特にアメリカにおいて盛んに行われている。1970年以降には、自然環境の中で危険を伴うような冒険的野外活動を通じて、様々な困難やストレスを経験し、ストレスを克服することによって成功体験を味わい、成功体験の積み重ねにより自己概念の向上がもたらされるということを前提に、開発された野外での冒険教育(Outdoor Adventure Education)プログラムの研究が、新しい動向として注目されている。国内でもその研究を参考に飯田ら(1988)が冒険キャンプ参加児童の不安と自己概念の変容を測定している。その結果、このキャンプは参加児童に強いストレスを与え、自己概念を向上させる傾向があることを明らかにした。また、1992年には、キャンプが自己効力感の向上に効果があることも確かめている。宮本・今井⁽⁵⁾(1994)も10泊11日のキャンプにより、親密な友情の形成、個人的達成感、集团的達成感、代理体験、言語説得、情動喚起などの効力源により自己効力感が向上したことを報告している。

このように、自己意識・自己概念の向上、自

己の発達を目的の一つとするキャンプは治療を目的としても実施されてきた。不登校児・不適応児を対象としたキャンプの実践もその一つである。すでに1920年代には研究が始まっており、1926年にはクリーブランド児童相談所が、また1929年にはデトロイト特殊教育局が、学校不適応児・長期欠席児童を含む問題児の治療キャンプを行った記録がある。キャンプ療法の効果については、ロジャースも認めており、「全治療計画の一部としてキャンプを用いた精神科医やサイコロジストが異口同音にそれがたいていのケースにおいて非常に効果的であると述べているのはおそらく重要なことであろう。もし賢明に利用すればそれはセラピストにとっては貴重な方法であることは疑いのないところであろう。」(ロジャース⁶⁾, 1966)と述べている。

日本でも近年活発にキャンプ実践がなされており、全国各地の青年の家などにおいて、大学や専門機関が企画したキャンプが行われている。その成果として、自己表現ができるようになった、再登校が可能になった、自己概念が向上する傾向がみられた、などの報告がなされている。

では、キャンプに参加することが不登校の改善につながるのなぜであろうか。その要因を検討するためには、キャンプの参加者に見られる変容をさらに明確にしなければならない。本研究ではキャンプによる変容の中でも、自己受容に注目した。不登校児及びその親が一般に自己受容ができていないと考えられることについては、前に述べた。不登校は、友達関係、ひいては対人関係の問題から起こる場合が多く、自己受容はその対人関係と密接な関わりがある。実際に、適度に自己受容している人は、対人関係が円滑に進められ他者を受け入れられることを板津⁷⁾(1994)が明らかにしている。これらのことから、不登校の改善の指標として自己受

容を取り上げることは妥当であると考えられる。

本研究における自己受容は「ありのままの自己をゆがめることなく認識し、自分自身として受け入れ好きになること」と定義している。参加者全体の自己受容の変容をとらえるため、質問紙を使用した。また、不登校児だけでなく、子どもと同様の悩みを持ち、キャンプによる効果が期待される不登校児の親自身も対象とした。

本研究の目的は、キャンプに参加した不登校児及びその親について、キャンプによる自己受容の変容を明らかにし、キャンプの持つ効果を確認することである。また、その上で、特にキャンプのどのような側面が参加者に影響を及ぼしたのかを検討する。

II 方 法

1 対象者

対象者は平成11年8月に実施された岐阜県教育委員会及び青少年自然の家が主催する、青少年ふれあい体験活動事業「一番星みつけたあーIN御嶽」に参加した小学生20名、中学生13名、及びその保護者25名(保護者の内7名がキャンプに参加)。

2 キャンプの概要

今回調査対象とした「一番星みつけたあー」キャンプは、2泊3日の日程で岐阜県小坂町にある御嶽少年自然の家において実施された。「一番星みつけたあー」は、岐阜県教育委員会及び青少年自然の家が主催し、不登校児及びその保護者を対象に行うキャンプである。年度内に4回行われ、県内の青少年自然の家4所において異なったプログラムが組まれる。平成10年度からの試みで、本年度は2年目であり、御嶽での実施は2回目であった。

当日の参加者は小学生20名、中学生13名、及

びその保護者7名であった。主な活動として、御嶽登山（雨天のため頂上は目指さず自然探勝路散策）、一番星を見つけよう、レクリエーション活動、思い出づくり等があり、ある程度決められた流れを持ったキャンプであった。しかし、内容、時間的にみて、通常行われるキャンプよりもかなりゆとりをもって行動できるように計画されていた。

キャンプでは参加児童生徒5～7名が1班として活動し、そこに学生ボランティア2名（男女1名ずつ）、指導者1名がついた。他に、班にはつかない助言者、救護員、事務局員なども含め計32名のスタッフにより運営された。スタッフは安全かつスムーズに運営できるよう、事前に下見や打ち合わせを行った。またそこで、児童生徒と接する時心がけることについても確認しあった。例えば、教師らしさを出さないことがあり、具体的には、指示を出さない、せかさない、禁止をしない、などであった。スタッフも児童生徒と同様に、気持ちにゆとりを持つことが大切であるという認識がなされた。

3 手続き

以下の内容の質問紙を2回、キャンプ前後に実施した。前調査はキャンプ1週間前に質問紙を郵送、対象者が自宅で回答しキャンプ当日に持参、後調査はキャンプ1ヶ月後に質問紙を郵送、自宅で回答し返信という形を取った。

(1) 自己受容質問紙

自己受容度を測る質問紙は、保護者及び小学校6年生以上の児童生徒を対象とした。自己受容尺度は「自己を卑下したり歪めたりすることなく受け容れ、自己を全体的に肯定すること」という定義を元に大出・澤田⁽⁸⁾ (1988) により作成された質問項目から15項目を選択した。この自己受容尺度15項目について「全く当てはまらない」を1とし、「あまり当てはまらない」「どちらでもない」「少し当てはまる」「非常に当て

はまる」までを2～5とした5件法で回答を求めた。

(2) 自由記述

自由記述形式の質問紙も実施した。小中学生には「今、一番楽しいこと（とき）は、どんなこと（とき）ですか?」といった自由記述形式の2項目と「私（僕）は、いつも」といった5個の刺激に続けて文章を作ってもらった文章完成法5項目にも回答を求めた。保護者にはwhy答法（溝上, 1995）を参考に「お子さんにはどんな人になって欲しいですか」「あなたはどんな生き方をしたいと思いますか」という提示文に対する自由記述回答後、それぞれの回答について5個の「それはなぜですか」を記入する項目を作成、実施した。

III 結 果

質問紙の回収率は、キャンプ前では、児童生徒79%、保護者69%であり、キャンプ後では、児童生徒47%、保護者48%であった。

自己受容質問紙は、「全くあてはまらない」を1点とし、「非常にあてはまる」を5点として得点化した。ただし逆転項目が6項目あり、それらについては、「非常にあてはまる」を1点とし、「全くあてはまらない」を5点として得点化した。この質問紙では、得点が高いほど、自己を受容できていると言える。自己受容度を得点化し、15項目の合計得点についてキャンプ前後でt検定を行ったところ、有意差がみられ、自己受容が向上したことが明らかになった（ $t = 2.41, df = 13, p < .03$ ）。

さらに、質問項目ごとにt検定を行ったところ（図1）、キャンプ後、得点が有意に上昇したのは以下の5項目であった。「2. できれば今の自分と違う自分になりたい。」「3. 理想通りではないが、自分というものが好きだ。」「5. 人に誇るものが何もない。」「10. 自分のことが嫌いだ。」「13. 今の自分を大切にしてい

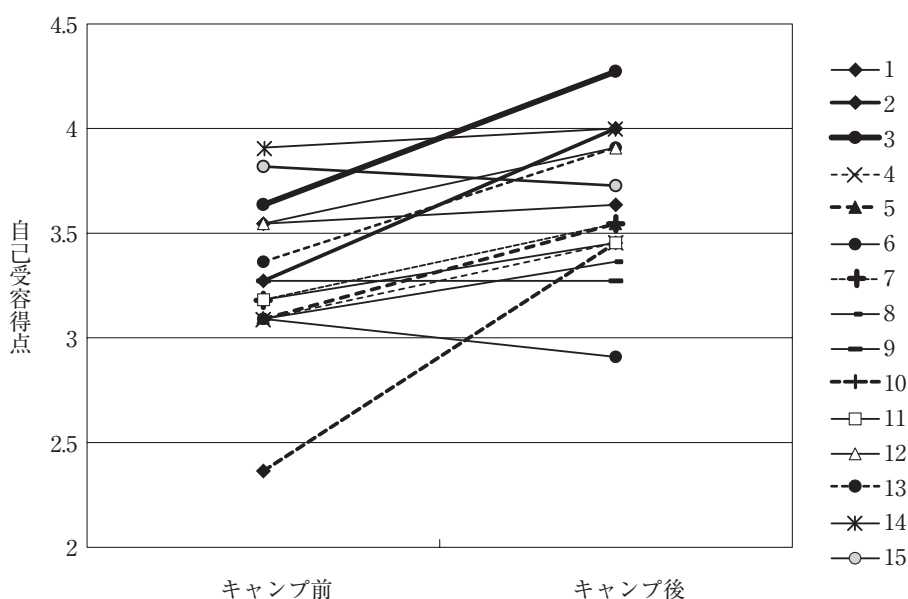


図1 自己受容項目ごとのキャンプ前後における変化

る。]

IV 考 察

質問紙の結果から、キャンプ前と比較しキャンプ後、自己受容が向上したことが確認された。質問項目の中でも、特に変化の大きかった項目は「今の自分を大切にしている」「できれば今の自分と違う自分になりたい」の2項目であった。「今の自分を大切にしている」の平均得点は、キャンプ前から3.64と高く、今の自分を大切にしていると考えていたようである。それがキャンプ後さらに4.27と得点が上昇し、以前に増して、さらに今の自分を大切にしていると感じるようになったことがわかる。「できれば今の自分と違う自分になりたい」の平均得点は、キャンプ前2.36とかなり低い。この質問は逆転項目の1つである。他の質問項目は得点が高くなるほど、「そう思う」という判断を示すのに対し、逆転項目では得点が高くなるほど、「そうは思わない」という判断を示している。したがって、「できれば今の自分と違う自分になりたい」の平均得点が低いことから、この項目に対し「そう思う」と強く考えている

人が多かったことがわかる。しかし、キャンプ後の平均得点は3.45と上昇している。これは、今の自分と違う自分になりたいという思いがそれほど強くなったことを示している。つまり、今の自分でよいと考えるようになったことがわかるのである。

両項目からは、現在の自分を強く意識していることが読み取れる。この結果は、キャンプでの経験によって参加者が自分の存在に自信を持ち自己を認めることができた、自己を肯定的に見るようになったことを示している。

また、保護者については、自由記述の回答からもキャンプによる変化が顕著にみられた。「自分の生き方」についての記述が、キャンプ前の「人に迷惑をかけることなく、元気に。」から、キャンプ後「何か人の役に立ちたい。」へ変化したことは積極性がでたことを感じさせる。「家族への気配りも大事に。」から「自分に正直に。」への変化、「今のままだいいとは思わないが、どんな生き方をしたいか今は考えられない（子どものことが一番頭にあり自分のことまで考える余裕がないから。）」から「人間関係に執着せずのびのびと。」への変化は自分を主

体に考え、生きることに前向きになったと捉えられる。キャンプへの参加が自己認識を変え、自己を肯定的にとらえるようになったことがあらわれている。

キャンプへの参加は、多くの保護者及び児童生徒に自己受容を向上させる機会となったことが確認された。では、キャンプのどのような側面が参加親子に影響を及ぼし、自己受容を向上させたのだろうか。

キャンプにおける自己受容向上の要因として、受容的な環境が第一にあげられる。保護者にとっても、児童生徒にとっても、共感できる仲間との出会いは自己を受容する上で大切であった。不登校児は友達同士のトラブルが原因で登校できなくなったケースが多く、一般に人間関係を苦手としている。質問紙の自由記述の回答から、友達や先生に会わなければならないため学校が嫌いである不登校児が多いことが実際に確認された。たとえトラブルが終結しても登校できないでいるのは、トラブルにより対人不安傾向が強まったからではないかと考えられる。対人不安傾向が強くと人付き合いが苦手であると、人間関係をうまく作れず周囲に溶け込めない。周囲に溶け込めないということは、友達に自分の存在が受け入れられなかったのだと感じられる。他者を受容されないと感じることで自己を受容できなくなることが考えられるのである。また、自分が望まないにもかかわらず孤立してしまい、その状況をどうすることもできない不甲斐ない自分に自信がなくなることもある。友達になじめない自分の存在は異質であると思えば存在意義を否定する場合もある。このような理由で自己を受容できていないとすると、自分が受け入れられたと感じることが重要になるはずである。実際、キャンプでの生活によって親密な人間関係を持つことができ、特に同年代の友達を作れたことで自信が付き自己を受容できた児童がいた。また、実際に他の不登校の

子ども達に会ってみて「自分だけではない」ことが実感でき、自分の存在を肯定できた児童もいた。この児童はキャンプ後再登校が可能となっており、キャンプにおいて集団生活ができたと自信が登校への障壁を取り除いたのだろうと考えられる。キャンプ後の自由記述からも「友達ができてうれしい」「仲のいい友達と話すことが楽しかった」という児童生徒の言葉が多く得られた。キャンプでは受容されるという経験によって対人関係に少なからず自信がつき、自己受容につながったのではないかと考えられる。また、不登校児の母親についても心の中のためにきた悩みを話し、それをわかってもらうことで落ち着いていく様子が見られた。共感できる仲間に出会い話をする中で自分が受け入れられたと感じ、自己を受容できるようになるという変容が見られたのであろう。

仲間との受容的な人間関係を築くことができた背景には、キャンプ全体の受容的な雰囲気もあったと考えられる。「教師的ではない先生方の笑顔があった」とある母親は述べており、「みんなと違う子、人であっても受け入れてくれる」という安心感をもったという。スタッフの受容的な関わりは参加者に安心感を与え、気持ちをほぐし、仲間とのスムーズな関わり合いを促進したようである。また、スタッフの受容的な態度自身も参加者が受け入れられたと感じ、自己受容を向上させるのに貢献した。これは、不登校児らにうるさくしからず、ゆとりを持たせた方針があつたのことと思われる。キャンプでは、受容的な安心できる雰囲気が自己開示を促し、それが受け入れられることで自己を受容できるのだと考えられる。

自己受容を促す第二の要因として、キャンプの非日常性があげられる。キャンプは日常生活から離れた空間であり日常生活への影響に縛られないという開放感がある。普段であれば話せないことを話せることがある。非日常という空

間が自己開示を促進し、分りあえ共感しあえる仲間と話し、受け入れられたことで自己を受容できたと考えられる。キャンプという非日常の空間では、日常的な自分とは違う新たな自分を構築できるのかもしれない。第三としては、課題の達成感があげられる。キャンプには乗り越えなければならない課題がいくつか設定されていた。例えば登山などがあり、その達成によって自信を持ち、自己を受容的にみることができるようになる。また、課題は設定された活動だけではなく、集団の中に入ることや友達と生活を共にすること自体が課題となる場合もある。集団生活ができた、友達ができたという自信が自己受容につながる。

第四としては、自己選択の保障があげられる。活動に取り組むかどうかというところから本人の意志に任せられ、自分で判断することになっていた。自分で選択し決定を下すことで、自己効力感が高められ、自己受容が向上するのである。

しかし、達成感、自己効力感等もスタッフの心配りによる受容的な環境に支えられていたと思われる。受容的な環境が自己受容を支える基盤になると考えられる。

受容的な環境が大切であろうという考察を得るに至ったが、これは松崎⁹⁾ (1997) の研究を確かめた形になったと言えるだろう。松崎はキャンプを行う際にスタッフがサポートイブな関わりをとれるようSTEPプログラムによるトレーニングを受けさせている。STEPプログラムの特徴は、ほめる代わりに「勇気づけ」を、叱る代わりに「自然な結末」や「論理的な結末」を経験させるなどと言った点で上下関係でなく横の対等な民主的な関係を求めている点にある。トレーニングを受けるのと受けないのとでは子どもに対する関わり方がかなり違ったという。松崎は自分を安心して表現できるサポートイブな関わりに最初から注目しその効果を確

かめるためのキャンプを行っていたのである。

本研究におけるキャンプは松崎の研究のように統制された環境ではなかった。よって、キャンプには自己受容を向上させる効果があったことを確かめてきたが、要因の特定は困難であった。しかし、今回のように、受容的な関わりを意識したスタッフにより作られたキャンプ環境においても結果が出たことは評価できると思われる。

従来のキャンプでの研究の多くは困難な課題を設定し、それを乗り越える達成感に重点を置いていたと思われる。しかし、不登校児を対象としたキャンプでは、日程やプログラムの面も重要であろうが、より達成感を味わえるようにするためには、受容的な環境設定がきわめて大切であるということが本研究では示唆された。

今後はさらに、不登校状況の改善につながる要因をキャンプの環境を統制するなどの方法により特定することが望まれる。要因の特定は、不登校のためのキャンプをより効果のあるキャンプに変えるだけでなく、日常の学校相談の場面などへの応用も期待でき、不登校への対応の足がかりを探ることになるはずである。

引用文献

- (1) 星野仁彦, 「登校拒否の子どもをもつ母親の不安と悩み (教師と親が読む——不登校・登校拒否 ハンドブック——親子・家族関係から考える不登校・登校拒否)」, 児童心理, 48, 15, 1994, pp. 40-49
- (2) 亀口憲治, 「家族心理学研究における臨床的接近法の展開」, 日本心理学研究, 69, 1, 1998, pp. 53-65
- (3) 田中勝博・原野広太郎, 「思春期の登校拒否児および健常児群における自己概念に関する研究」, 教育相談研究, 30, 1992, pp. 8-15
- (4) 飯田稔・井村仁・影山義光, 「冒険キャンプ参加児童の不安と自己概念の変容」, 筑波大学体育科学系紀要, 11, 1988, pp. 79-86
- (5) 飯田稔・関根章文, 「キャンプ経験が児童の一般性自己効力に及ぼす効果」, 筑波大学体育科学系紀要, 15, 1992, pp. 93-102
- (6) C.R. ロジャース, 「問題児の治療」, 初版, 小野修

訳，岩崎学術出版社，1966，pp. 266-281

- (7) 宮本正一・今井由紀，「集団宿泊体験を通しての自己効力感の変容」，岐阜大学教育学・心理学研究紀要，12，1994，pp. 71-83
- (8) 板津裕己，「自己受容性と対人態度の関わりについて」，教育心理学研究，42，1994，pp. 86-94
- (9) 大出美知子・澤田秀一，「自己受容に関する一研究—様相と関連要因をめぐって—」，カウンセリング研究，20，1988，pp. 128-137
- (10) 松崎学，「サポート介入による個人の対処行動の変容過程に関する研究」，科学研究費補助金（基盤研究C）研究成果報告書，1997