

〈原著論文〉

野外活動（キャンプ）のプログラム評価 —参加学生の自己概念の変容に着目して—

井澤悠樹*・兼松由香*・福田樹**

1. はじめに

教育現場における野外活動には自己の発見や他者への気づきなど、野外活動に関わる知識や技術の習得のみならず多岐に渡る教育的効果が期待されている。教職を志す学生にとっても例外ではなく、野外活動を通じて修得される学びは不可欠である（詳しくは、井澤ら、2016, 2018を参照）。本学で開講されている野外活動（キャンプ）（以下、キャンプと記す）においてもその目的を、スポーツに関わる者の資質向上や指導者としての心構え、他者との関わりの理解などに重きを置いており、単に野外活動に関する専門知識や技術の習得に留まらず、自然環境という非日常における生活や他者との関わりを通じて得られる「気づき」を重要視している。そのような中で、筆者はこれまでも教職を志す学生における自然体験活動の教育的効果について自己効力感や教師効力感を用いてその効果測定を報告してきた（e.g., 井澤ら、2010, 2016, 2018）。一方で、野外活動という非日常的な環境下において多くの価値観に触れることによって、将来を再考したり自分自身を見つめなおす機会になることも教育課程における野外活動の意義として支持されている（金子、2001）。このように、キャンプでの時間が自分自身を見つめなおす機会になっていることは、教職への思いを高める上でも重要な役割を果たすものと考えられる。そこで本研究では、自己概念の変容に焦点を当て、キャンプが自分自身を見つめなおす機会となり得ているのか否かを明らかにすることとした。

自己概念とは、自分について持っている知識やイメージの総称（上瀬、2000）であり、自分自身を主観的に捉えた「自分から見つめた自分（影山・布目、2001）」とされている。つまり、自己概念の変容を明らかにするということは「“自分について持っているイメージ”や“『自分から見つめた自分』の認識”の変容」を明らかにすることであり、そこには自身の新たな側面の発見や再認識も含まれる（井澤ら、2014）。キャンプを通じて「自分とは何者か」を客観視し、望ましい自身の将来像を構築する場としての役割を果たしているのか否かを明らかにすることは、教員養成を担う学部教育としての役割を説明できることが期待できる。

2. 研究目的

本研究の目的は、野外活動（キャンプ）のプログラム評価を行うことである。特に、参加学生の自己概念の変容に着目し、プログラム評価を行う。

* 東海学園大学スポーツ健康科学部、** 公益財団法人名古屋 YMCA

3. 研究方法

(1) 野外活動（キャンプ）の概要

本研究の対象であるキャンプは、教職課程科目のうち教科に関する科目に位置づけられており、保健体育科の教員免許状取得を目指す学生にとっては選択必修となっている。3年次に開講されており、夏季休暇中に集中授業として名古屋 YMCA 日和田キャンプ場（岐阜県高山市）にて開講されている。キャンプでは履修学生を機械的に班分けすることで普段の学校生活において関わりの少ない者との関わりを通して、様々な気づきを得ることを目的としている。各学生には班ごとでの役割（1人1役割）を設定しており、実習を円滑に運営できるように促した。

実習内容は、表1の通りである。実習中のすべての生活を自らの手で行うために、食事は全食を野外炊爨、テントでの宿泊を実施した。テント泊の際は、新型コロナウイルス感染症対策としてソロテント（1人用テント）を用意した。実習の主となるプログラムとして、森林体験（間伐体験・薪づくり）・溪流ハイク・PAプログラム（課題解決プログラム）の3つを設定した。各プログラムを設定したねらいは下記の通りである。

表1 実習内容

	1日目	2日目	3日目	4日目
午前		<ul style="list-style-type: none"> ・朝の集い ・野外炊爨（朝食づくり） ・選択プログラム① 	<ul style="list-style-type: none"> ・朝の集い ・野外炊爨（朝食づくり） ・溪流ハイク 	<ul style="list-style-type: none"> ・朝の集い ・野外炊爨（朝食づくり） ・撤収作業
午後	<ul style="list-style-type: none"> ・入所式 ・テント設営 ・野外炊爨（夕食づくり） ・ボン・ファイヤー ・役割ごとの振り返り ・班ごとの振り返り 	<ul style="list-style-type: none"> ・選択プログラム② ・野外炊爨（夕食づくり） ・役割ごとの振り返り ・班ごとの振り返り 	<ul style="list-style-type: none"> ・選択プログラム③ ・野外炊爨（夕食づくり） ・クロージング・ファイヤー ・役割ごとの振り返り ・班ごとの振り返り 	<ul style="list-style-type: none"> ・実習全体の振り返り ・退所式

※選択プログラム③は、学生の疲労度を考慮し、当初の予定から変更したため実施していない。

1) 森林体験（間伐体験・薪づくり）

- ・野外炊事や焚火などで使用した薪の再生産
- ・野外活動で必要となる刃物の利用方法の理解
- ・自然環境への理解促進



写真1 薪づくりの様子

2) 溪流ハイク

- ・ 野外活動で展開されるアクティビティの体験
- ・ プログラム運営で必要となる知識と技術の習得
- ・ キャンプ中に用いた生活用水の水源を辿ることでの自然環境への理解促進



写真2 溪流ハイクの様子

3) プロジェクトアドベンチャー（PA：課題解決プログラム）

- ・ 野外活動で展開されるアクティビティの体験
- ・ プログラム運営で必要となる知識と技術の習得
- ・ 自己、および他者への気づきの促進



写真3 PAの様子

各プログラムにつき2班（計10名程度）で体験できるように設定した。また、夜の振り返りでは、役割ごとでの振り返りを実施した後、班ごとでの振り返りを実施した。併せて、班ごとでの振り返りの最後に翌日の目標設定も実施した。

(2) データ収集

調査対象者は、キャンプに参加したスポーツ健康科学部3年生、計32名である。データ収集は実習開始前および実習終了後の2回にわたり実施した。実習参加前後での自己概念の変容を明らかにするために、初日の実習開始前（入所式）の事前調査（以下、pre）、最終日の実習終了後（退所式）の事後調査（以下、post）において集合調査法による質問紙調査を実施した。pre・post共に、本調査は成績評価に反映されるものではなく、あくまでも実習評価を行うものである旨、周知を行い、現在の心境を率

直に回答するように促した上で質問紙への回答を求めた。有効標本数 (%) は、自己概念 31 項目 (社団法人日本キャンプ協会¹⁾, 2006) を pre・post 共に完答している 30 部 (93.8%) であった。

(3) 分析方法

分析は以下の手順で行った。はじめに対象者の特性を把握するため、性別・これまでの野外活動経験について単純集計を行った。次に、実習満足度を確認するために、実習で実施する (した) 12 プログラムに対して「1. 全く期待していない (全く満足していない)」から「7. とても期待している (とても満足している)」までの 7 段階評定尺度で回答を求めた。得られた結果を数値化し、期待度と満足度の比較を行うために対応のあるサンプルの t 検定を行った。続けて、自己概念の構造を確認するために、先行研究 (社団法人日本キャンプ協会¹⁾, 2006) に倣って「1. まったくあてはまらない」から「5. とてもあてはまる」までの 5 段階評定尺度で回答を求めた。得られた結果を数値化し、先行研究 (社団法人日本キャンプ協会¹⁾, 2006) と同様の因子構造で信頼性分析を行った。その後、各因子を構成する項目の合成変数を作成し、構成項目数で除した値を算出した。最後に、実習前後の自己概念の変容を確認するために、対応のあるサンプルの t 検定を行った。統計には SPSS Statistics27 を用いて、統計の有意確率を 5% に設定して分析を行った。

4. 結果

(1) 対象者の特性

表 2 は、対象者の特性を示したものである。参加学生の性別は男子学生が 66.7%、女子学生が 33.3% であった。これまでの野外活動経験では、「テント泊の経験はないが、建物に宿泊するキャンプの経験はある」と回答した者が最も多く、46.7% であった。本実習と同様の形態である「テント泊のキャンプを経験したことがある」と回答した者は 26.7% であった。

表 3 は、実習で展開した各プログラムに対する期待度と満足度の比較を示したものである。12 プログラムのうち、11 プログラムで pre・post 間に統計的有意差が認められ、満足度が期待度を上回る結果であったことから、実習に対して概ね満足していることが伺える。

(2) 自己概念の構造

表 4 は、自己概念の構造を示したものである。先行研究 (社団法人日本キャンプ協会¹⁾, 2006) に倣い、達成動機・努力主義・自信と自己受容・他者のまなごしの意識の信頼性分析を行った。結果、達成動機では $a^{pre} = .80$ 、 $a^{post} = .72$ 、努力主義では $a^{pre} = .58$ 、 $a^{post} = .45$ 、自信と自己受容では $a^{pre} = .69$ 、 $a^{post} = .76$ 、他者のまなごしの意識では $a^{pre} = .75$ 、 $a^{post} = .77$ であった。努力主義の pre・post、自信と自己受容の pre 以外では尺度の内的整合性が高いと判断される $a = .70$ 以上 (Hair et al., 2014) であっ

表 2 対象者の特性

	(n)	(%)
男子学生	20	66.7
女子学生	10	33.3
合計	30	100.0
テント泊のキャンプを経験したことがある	8	26.7
テント泊の経験はないが、建物に宿泊するキャンプの経験はある	14	46.7
宿泊を伴うキャンプの経験はないが、日帰りのキャンプ経験はある	2	6.7
キャンプの経験はない (実習がはじめて)	6	20.0
合計	30	100.0

表3 各プログラムの期待度と満足度の比較

	期待度 (n=30)		満足度 (n=30)		t	df	
	M	SD	M	SD			
テント泊	2.53	0.94	3.07	1.23	2.50	29	$p < .05$
野外炊事	3.50	0.86	4.07	1.02	2.89	29	$p < .01$
ボン・ファイヤー	3.00	1.15	3.93	0.74	5.41	29	$p < .001$
クロージング・ファイヤー	2.90	1.06	4.03	0.96	5.19	29	$p < .001$
朝の集い	2.40	0.86	3.33	0.92	4.88	29	$p < .001$
薪づくり	2.63	1.21	4.37	0.76	5.71	18	$p < .001$
溪流ハイク	3.83	1.05	4.47	0.73	3.16	29	$p < .01$
課題解決プログラム	3.83	0.99	4.17	0.86	1.68	17	<i>n.s.</i>
役割ごとのミーティング	2.77	0.90	3.87	0.68	5.22	29	$p < .001$
班ごとのミーティング	2.80	0.93	3.80	0.89	4.09	29	$p < .001$
実習最終日の振り返り	2.90	0.96	4.10	0.66	5.41	29	$p < .001$
実習全体	3.37	0.93	4.33	0.76	4.25	29	$p < .001$

※薪づくり (n=19) と課題解決プログラム (n=18) は全員が実施することができなかったため、実施した者のみで比較を行った。

た。特に努力主義の post の値は、信頼性係数において明確な基準が存在するわけではないとした上で、尺度を再検討する目安は $\alpha = .50$ を下回る場合 (小塩, 2005) との見解が示されていることを踏まえ、尺度を再検討する余地が残される結果であった。しかしながら、先行研究 (社団法人日本キャンプ協会¹⁾, 2006) において現場レベルでの尺度の有用性が確認されていることを踏まえ、本研究では pre・post 共に 4 因子 33 項目構造²⁾ を採用し、分析を続けることとした。

(3) 自己概念の変容：pre・post 比較

表5は、自己概念の変容を pre・post 比較によって示したものである。自己概念、および自己概念を構成する 4 因子において合成変数を作成し、構成項目数で除した値を算出した。算出した値を用いて、対応のあるサンプルの t 検定を行った。

結果、自己概念、および自己概念を構成する達成動機・努力主義において、pre・post 間に統計的有意差が認められ、pre よりも post の値が上回る結果であった。自信と自己受容・他者のまなごしの意識においても、pre よりも post の方が高い値は示したものの、pre・post 間に統計的有意差は認められなかった。

5. 考察

本研究の結果から、キャンプでの経験を通して自己概念は有意に変容し、とりわけ、達成動機および努力主義において有意な変容が認められる結果であった。

先述したように、自己概念とは、自分について持っている知識やイメージの総称 (上瀬, 2000) であり、自分自身を主観的に捉えた「自分から見つめた自分 (影山・布目, 2001)」と説明される。実習生の振り返りの中に「自分を知るという意味で、すごく良いキャンプだった。」や「『自分の本性を表に出した時、相手にどのような影響を与えるのかを考えて、社会性を育みながら生活する』という点にこの 4 日間の意味があったと感じている。」「これまでは『自分には無理だろう』と勝手に決めつけて挑戦を避けるタイプでした。…中略…好奇心が強く『やりたい』と素直に思える自分に驚いた。」といった記述が見られたことから、キャンプでの時間を通してこれまでは意識化されていなかった自分の一面を認識することによって、自己概念の形成が促されたと推察される。このような自己概念の有意な変容を促した理由として、達成動機および努力主義の有意な変容が挙げられる。

表4 自己概念の構造

	pre (n=30)			post (n=30)		
	M	SD	α	M	SD	α
達成動機			.80			.72
自分の能力を最大限に伸ばせるよう、色々なことをやってみたい	3.56	0.80		4.16	0.86	
他人にはできないようなことをやり遂げたい	3.41	0.98		3.66	0.97	
将来、立派な仕事をしたい	3.84	0.85		3.81	1.06	
将来、他人から尊敬されるような人間になるだろうと思う	2.75	0.84		3.22	0.87	
自分の理想に向かって絶えず向上していきたい	3.72	0.85		4.09	0.64	
新しいことや違うことを色々してみたい	3.53	1.05		4.03	0.74	
自分の主張を通す方である	2.78	1.01		3.06	0.80	
他人に比べて能力などが優れていると思う [†]	2.41	0.84		2.72	0.77	
努力主義			.58			.45
一度自分で決めたことは、途中で嫌になってもやり通すように努力する	3.91	1.09		4.23	0.88	
他人に認められなくても、自分の目標に向かって努力したい	3.69	0.93		3.94	0.88	
何にでも、手がけたことには最善を尽くしたい	3.88	0.94		4.16	0.81	
現在の自分が幸福だと思う	3.59	1.04		3.94	0.88	
努力さえすれば成績は良くなると思う	3.59	1.07		3.75	0.95	
チャンスを逃さなければ能力のある人は偉くなれると思う*	2.69	1.12		2.59	0.98	
人の一生は案外、偶然の出来事で決まるものだと思う*	2.28	0.81		2.44	0.80	
人とうまく付き合っていける方である	3.25	1.02		3.56	1.05	
どんなに不幸であっても挫けないだろうと思う	3.03	1.09		3.00	1.16	
自信と自己受容			.69			.76
運動や勉強について自信を持っている方である	3.19	0.93		3.26	0.86	
自分を頼りないと思うことがある*	2.78	0.91		2.50	0.92	
今のままの自分ではいけないと思うことがよくある*	2.31	1.00		2.06	0.98	
現在の自分に満足している	2.77	0.92		3.12	0.91	
時々、自分自身が嫌になることがある*	2.78	0.98		2.59	1.07	
人より劣っているのではないかと思うことがよくある*	2.75	0.84		2.69	1.03	
他人を羨ましく思うことがよくある* [†]	2.31	1.06		2.34	0.94	
他人に比べて能力などが優れていると思う [†]	2.41	0.84		2.72	0.77	
他者のまなざしの意識			.75			.77
他人からどのような噂をされているのか気になる方である	3.28	1.17		3.25	1.32	
自分が少しでも人から良く見られたいと思うことが多い	3.34	1.00		3.56	1.01	
小さいことをクヨクヨと考えることが多い	2.94	1.22		2.84	1.14	
何かをしようとする時、他人が反対するのではないかと心配になる	2.94	1.11		3.09	0.89	
自分の心が傷付くようなことを恐れている	3.03	1.03		3.22	1.07	
「あのようなことをしなければ良かった」と悔やむことが多い	3.34	1.13		3.50	1.08	
他人を羨ましく思うことがよくある [†]	3.69	1.06		3.66	0.94	
人から馬鹿にされたりすることに我慢できない	2.56	0.95		2.75	1.08	

*逆転項目 †他の概念と重複する項目

各質問項目に対して「1. 全くあてはまらない」から「5. 非常にあてはまる」の5段階評価尺度で回答を求めた。

表5 自己概念の pre・post 比較

	pre (n=30)		post (n=30)		t	df	
	M	SD	M	SD			
自己概念	3.09	0.32	3.26	0.25	3.38	29	$p < .01$
達成動機	3.22	0.59	3.59	0.51	3.62	29	$p < .001$
努力主義	3.29	0.47	3.50	0.41	3.19	29	$p < .01$
自信と自己受容	2.63	0.52	2.64	0.58	0.06	29	<i>n.s.</i>
他者のまなざしの意識	3.18	0.61	3.26	0.66	0.95	29	<i>n.s.</i>

各概念の合成変数を算出し、構成項目数で除した値を用いて、対応のあるサンプルのt検定を実施した。

達成動機は、ある目的を達成する上でのモチベーションとなる概念である（井澤・松永，2011，2012）。上述したように、実習を通じて自分の新たな側面を認識したことや、「実習が始まる前から、『無理』や『できない』とは思わず、何事にも一度はチャレンジしようと思っていた。」といった記述にあるように、非日常に対する不安な気持ちがある一方で、キャンプに対する前向きな姿勢を持っていたことが、達成動機の有意な向上を促したと考えられる。また努力主義は、達成動機を基盤とした行動の基本的規範、自己統制の態度を示す概念である（井澤・松永，2011，2012）。「普段の娯楽がない反面、いつもとは違う楽しみ（散歩や友人とのたわいもない話、自然を眺めるなど）を自分なりに見つけることができ、実習を乗り越えることができた。」や「普段は『人の為に何かをする』ということが無く、自分さえ良ければよいと思いがちだが、『人の為に』と思うことができれば、ものすごく働いて行動できる自分がいることが知れた。」といった記述が見られたように、実習における自分自身の行動規範が他者によって規定されたり、「やればできた」といった経験の積み重ねが有意な変容を促したと考えられる。

一方で、自信と自己受容および他者のまなざしの意識においては、pre・post間に統計的有意差は認められない結果であった。自信と自己受容は、自信を持って目標にチャレンジしたり、現在の自己を受け入れ、現状を変える為に努力するというような、達成動機や努力主義を基盤的に支える概念である（井澤・松永，2011，2012）。学生の振り返りでは、上述したような自身の新たな一面の認識や達成動機に繋がる意識変化が見られた一方で、「他者の間違っただ行動に、きちんと注意することができない場面があった。」や「ストレスや不満が溜まった時に目の前のことを避けてしまう時があった。」といった、理想とする望ましい行動を理解しつつも、その一歩を躊躇する場面が各々に見られた。以上のことから、有意な変容が認められなかったと考えられる。また、上述したような他者への働きかけを躊躇した背景には、「私は周りの目や声を気にしがちです。」や「4日間通して、周りの人に嫌われないようにしよう…」といった記述が散見されたように、周囲から自分自身に向けられる意識に対する過剰とも言える防御意識が背景にあったことが考えられる。その結果として、このような背景が他者のまなざしの意識の有意な変容を阻害していたと推察される。

6. 結論

本研究は、野外活動（キャンプ）のプログラム評価について、参加学生の自己概念の変容に着目して明らかにすることであった。結果、学生の自己概念はキャンプを通して有意な変容を示し、特に、達成動機と努力主義において有意に変容することが明らかとなった。このことから、本実習は教職を志す学生の目的達成に向けたモチベーションの再構築や「人の為に動く」ことによる自分自身の規範構築、および、「やればできる」といった成功体験を促す場として有用であることが示唆された。一方で、他者の自分自身に対する評価に捉われずに望ましい行動を選択するといった、ある種の主体性を構築するには至らなかったことから、今後の実習の在り方を再検討すべき点も明らかとなった。

引き続き、本実習が教職を希望する学生にとって、気づきが多く、学び豊かな科目であるよう努めていく。

注

- 1) 現在は、公益財団法人日本キャンプ協会であるが、本文中では出版当時の名称で記載している。
- 2) 社団法人日本キャンプ協会（2006）は、自己概念の測定尺度について31項目を設定しているものの、そのうち2項目は、異なる2因子においてそれぞれ重複項目として採用されるため、結果的に4因子33項目構造となる。

引用参考文献

- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., and Anderson, R. E. (2014) Multivariate data analysis personal new international edition (7th Ed.).
- 井澤悠樹・松永敬子 (2010) マリン&レクリエーション実習のプログラム効果に関する研究 - 学生の Self-efficacy に注目して -. 大阪女学院大学紀要第6号, pp97-106.
- 井澤悠樹・松永敬子 (2011) マリン&レクリエーション実習のプログラム評価に関する事例研究 - 女子大学生の自己概念の変化に焦点を当てて -. Leisure & Recreation (自由時間研究) Vol.37, pp101-110.
- 井澤悠樹・松永敬子 (2012) マリン&レクリエーション実習のプログラム評価に関する事例研究 - 自己概念の変化とプログラム満足度による少人数プログラムの検討 -. 大阪女学院大学紀要第8号, pp215-226.
- 井澤悠樹・松永敬子 (2014) マリン&レクリエーション実習のプログラム評価に関する研究 - プログラムの差異による自己概念の変容に焦点を当てて -. 大阪女学院大学紀要第10号, pp67-78.
- 井澤悠樹・中川雅智・出口順子 (2016) 教員養成大学における野外運動実習(キャンプ)のプログラム評価 - 参加学生の教師効力感の変容に着目して -. 東海学園大学教育研究紀要第2号スポーツ健康科学部, pp3-9.
- 井澤悠樹・中川雅智 (2018) 教員養成大学における野外運動実習のプログラム評価 - 参加学生の教師効力感の変容と性差に着目して -. 東海学園大学教育研究紀要第2巻第2号, pp1-8.
- 上瀬由美子 (2000) 1. 自己概念. 堀洋道・山本真理子・松井豊編, 心理尺度ファイル. 垣内出版株式会社. pp18-51.
- 影山義光・布目靖則 (2001) 大学キャンプ授業の参加学生の自己概念と孤独感の変化. 野外教育研究 Vol.5, pp49-59.
- 金子和正 (2001) 2. 野外活動の意義と必要性. 日本野外教育研究会編, 野外活動 - その考え方と必要性 -. 株式会社杏林書院. pp12-17.
- 小塩真司 (2005) 第7章因子分析を使いこなす Section3 尺度の信頼性の検討. 小塩真司編著, SPSSとAmosによる心理・調査データ解析 - 因子分析・共分散構造分析まで. 東京図書. pp143-150.
- 坂本昭裕 (2006) キャンプのものさし - 野外教育活動を評価するための尺度集 -, 社団法人日本キャンプ協会調査研究委員会編, 社団法人日本キャンプ協会. pp16-19.