

大学キャンプ実習における参加者の信頼感および 自己開示に及ぼす影響

The Effect of College Camp Course on Trust and Self disclosure

山 田 亮¹⁾
Ryo YAMADA

粥 川 道 子²⁾
Michiko KAYUKAWA

I. 序 論

現代社会において、個人をとりまく家族の在り方や地域社会、全体社会が徐々に変化してきている。家庭では核家族化が進み、地域社会では安心した近所の付き合い方が難しくなってきた。それに伴い、人と人との交流が乏しくなり、人間相互の接触が希薄してきていることがいえるだろう。また、テレビゲームやパソコン、インターネット、携帯電話の普及により、対面しなくても会話が出来るようになったことなどが、人間関係の形成をより困難なものにしているのではないだろうか。

第15期中央教育審議会が提出した「21世紀を展望した我が国の教育の在り方」(第一次答申)に「生活体験や社会体験の不足もあって、子ども達の人間関係を作る力が弱いなど社会性の不足が危惧される」と指摘されていることから、青木(2003)は「全体的に青少年の対人関係能力が衰えてきているのが現状であり、この現状については『社会的スキル』の不足が要因のひとつである」と述べている。社会的スキルとは、他者との相互作用を円滑に行うための社会的行動であり、子どもの頃

の家族関係、学校や地域における友達などの仲間集団の中で養われるといわれている。しかし、上記に述べた環境からもわかるように、現代の青少年には直接的に体験し、感じることを、考えることが不足していると考えられる。このように、青少年の社会的スキルの低下は、今日の青少年問題をもたらすひとつの要因となっている。この低下している青少年の社会的スキルを育成していくひとつの手段として組織キャンプが挙げられる。

組織キャンプには、直接体験・集団活動を通して個人を援助するという特徴ある。その援助は非日常のキャンプ生活が、キャンパーの日常生活への望ましい変化を生みだすことを目指している。そのような機会を提供する場として組織キャンプは存在するのである。また、組織キャンプにおける生活体験活動の重要性について森井(1996)は「キャンプのポイントがグループの生活、すなわち小グループにおけるキャンパー同士の相互作用と、相互作用の媒体となる自然を素材とする創造的な生活体験である」と述べている。また、森井は組織キャンプにおける生活を「小グループによる社会生活体験(人間関係の様々な体

¹⁾ 北翔大学 生涯学習システム学部 健康プランニング学科

²⁾ 北翔大学 生涯スポーツ学部 スポーツ教育学科

験) をすること<社会認識>。自分自身の頭と手を使う創造的な生活体験(様々な生活技術や習慣)を身につけること<自己認識>。社会認識と自己認識の体験を媒介する自然体験を通して、人間と自然との関わりについて学ぶこと<自然認識>」と考えた。このことから、組織キャンプを体験することにより、自己への効果、他者への効果、そして自然環境への効果が得られることが期待できる。

つまり、組織キャンプは、自然環境の中で訓練された指導者のもとに、他者との共同生活を行う体験的プログラムであることから、共同作業による他者との相互作用の積み重ねの体験を通じ、一時的なキャンプ集団内での関係性だけではなく、一般的に広く用いられる対人的・社会的な技術を習得する可能性が考えられるのではないかと。組織キャンプは対人関係をより円滑にするために必要な対人関係能力の向上に期待できる教育的活動といえるだろう。

これまでに行われているキャンプと社会的スキルを含む対人関係能力の研究は、多くの視点からなされている。青木(2003)は青少年を対象とした長期間の組織キャンプ体験において、キャンプ体験前後で社会的スキルが向上したという結果を報告している。西田ら(2002)の研究においても、組織キャンプ体験に伴う社会的スキル向上の効果について明らかにしている。組織キャンプは、友達との様々な活動による共同作業から、気持ちを共有したり、援助的な関わり方などを学習したりする機会が得られると述べ、このことから社会的スキルの「困っている友達を助ける」という項目に影響し、向上することを明らかにした。さらに西田らは、社会的スキルの程

度の低さは、不登校や登校拒否、いじめなどの要因であることを指摘し、さらに社会的スキルに問題のある者には、学校不適應の問題などの可能性があるという報告から、望ましい人間関係をつくることのできるような援助を行うことは、社会的人間関係を不得意とする青少年にとって極めて重要な課題であると述べている。

これまでの野外教育の研究において心理的側面アプローチした研究では、キャンプ体験における社会的スキルの変容や自己概念の変容に関する研究が主に行われてきたが、まだ明らかにされていない心理的側面もある。その明らかにされていない心理的側面の一つとして「自己開示」が挙げられる。自己開示は、対人関係の質を反映しているため、対人関係の形成や発展と関連づけた研究が多い。

自己開示とは「個人的な情報を他者に知らせる行為であり、相手にわかるように自分自身をあらわにする行為である。つまり、自分がどんな人間であり、いま何を考え、何を感ず、何を悩んでいるか、などを相手に伝えること」である。自己開示には開示された内容の「広がり」と「深さ」というふたつの次元がある。広がりというのは、個々の内容のカテゴリーについてそれぞれどれくらいの量の情報を漏らしているかということの意味する。そして深さは、性格特性のようなより普遍的な傾向の開示、独自の内容の開示、動機・感情・空想のような目に見えない側面の開示、自分の弱点にふれる内容の開示、社会的に望ましくない側面の開示、強い感情を伴う開示、などがあげられる。自己の内面的世界を他者に知らせるといふ行動は、社会的存在としての人間には欠かすことのできないものであり、

誰もが日常いたるところで経験していることである。

しかし、日常で経験をしていても自己開示をするにあたって妨げになるものがある。それは、恐れである。自分は受け入れられないのだと思い込んでいる時に現れる他者に対する恐怖心であり、不信である。逆に、信頼は、自己開示を生み出し、自己開示はさらに信頼と理解を生み出していく。

信頼感は、「自分あるいは他人に対して抱く信頼できるという気持ち。人や自分自身を安心して信じ、頼ることが出来るという気持ち」とされ、個人の健全な発達に必要不可欠な要素であるとされている。また、信頼感には信頼と不信の側面がある。信頼感の発達では、中学生から大学生の時期において、人や自分自身に対し、信頼と不信が共に意識しない状態から、何らかの不信体験の克服を経ると、信頼と不信を共に意識するが、それでも信頼の方が不信を上回る状態へと移行する。また、成人期から老年期にかけては、自分への信頼と不信とは対立関係から相互が独立した関係へと移行する。信頼感の発達を考えるとき、青年期は不信体験の克服から新たな信頼感を模索する時期であり、また自己信頼が確立していく重要な時期である。さらに、信頼感とは自己開示と関連して、自分のことを他者に伝えるためには欠かせない要素である。なぜなら、自分への信頼でもいえるように、自分自身を受容できていると、自分の成功や喜びだけではなく、失敗も相手と分かち合えるのである。このように、自己の受容から自分が感じたことなどを相手と分かち合うことが出来れば、自己を開示していくことが出来るようになるのである。また、人は個人的な

情報を明かされることにより、相手から信頼され、尊重されていると感じ、相手に対してより信頼感を抱くようになるのである。

このように、人は誰しも他人から信頼されていると感じられなければ自分から個人的な情報を話すことは難しいといえる。その上、他者に対して不信を抱いていれば、ますます自己を開示することは困難である。また、不信があるところでは、よそよそしいコミュニケーションしか生まれてこない。このような雰囲気は、その中にいる人の自己開示を一層難しくする。それに反して、人は自由な善意のある雰囲気の中では、より自己開示をするようになる。このように、人は信頼感を感じることが出来れば、徐々に自己開示ができるようになる。そして、お互いが個人的な情報を話し、個人的な情報を知っていくと、開示される内容の深さは徐々に深くなっていくのである。以上のように、対人関係能力は人と人との関係を育むために非常に重要で必要なものであるといえる。

これらのことから本研究では、社会的スキルの低下の要因のひとつである対人関係能力の概念の中から信頼感及び自己開示に着目した。また、キャンプ体験の中でも組織キャンプにおける参加者の信頼感及び自己開示に与える影響を明らかにする。参加者が自然の中で活動し、集団生活を通して、自分および他者に対してどのような影響を与えたか、またその影響から対人関係にどのような作用をもたらすかを、身をもって体験することは貴重な機会といえる。本研究のように、組織キャンプにおける参加者の心理的側面の検討をすることは、今後、組織キャンプの実践場面において、参加者に対してより大きな効果を与

える可能性があると考えられる。そこで本研究では、組織キャンプの体験が参加者の対人関係能力によりよい効果を与えることができるという仮説を設定した。

Ⅱ. 研究方法

1) 被験者

本研究の被験者は、2007年8月26日から29日に国立日高青少年自然の家からまつキャンプ場で実施した、北翔大学生涯学習システム学部健康プランニング学科「キャンプ実習」に参加した1年生～3年生の男女計25名であった。

2) キャンプの概要

本研究の調査対象としたキャンプ実習は、

大学の授業として行われ、キャンプ活動の基礎的技術・知識を学習するとともに、集団生活を通して、自己の発見、他者や自然との関わりを考えることを目的とし、2007年8月26日から29日までの3泊4日の日程で、国立日高青少年自然の家からまつキャンプ場で実施された。キャンプの運営指導には、北翔大学生涯学習システム学部健康プランニング学科野外教育担当教員および北翔大学野外教育研究会に所属する大学生があたり、本部スタッフ、班担当のカウンセラーで組織された。班の編成は、学年、性別、日常生活での関係等を考慮し、各班均等になるよう配慮した。一班の構成は、参加者が6～7名であり、グループカウンセラーは一班に1名という形で行っ

表1 キャンププログラム

	1日目(8/26)	2日目(8/27)	3日目(8/28)	4日目(8/29)
6:00		朝のつどい	朝のつどい	朝のつどい
7:00		朝食	朝食	朝食
8:00				
9:00		川あそび	お好み活動	撤収
10:00		MTB ツーリング		マインドクロッキー
11:00				昼食
12:00		昼食	昼食	閉校式
13:00	開校式	川あそび	パーティー準備	
14:00	テント設営	MTB ツーリング		
15:00	夕食づくり	入浴		
16:00		夕食づくり		
17:00	夕食		フェアウェルパーティー	
18:00		夕食		
19:00		ナイトプログラム		
20:00				
21:00				
22:00	就寝	就寝	就寝	
23:00				

た。また、グループカウンセラーを含め、スタッフは、事前にトレーニングキャンプが実施された。

キャンプ実習の内容は、自然体験活動の基本編であり、野外炊事や川あそび、マウンテンバイクツーリング、お好み活動などを体験することである。1日目はグループ分けをした後、「自然の中で生活することに必要な基本的技術の習得、仲間とのコミュニケーション」としてテント設営や野外炊事をキャンプ場で行った。2日目は、班別活動として、「仲間とのコミュニケーションをはかり、自然に対して目を向け、体感する」として川あそびを行い、マウンテンバイクツーリングは「マウンテンバイクでツーリングすることで自然を目や肌で感じることで、普段の日常生活ではなかなか気づかない自然を再発見する。またマウンテンバイクの基本的な知識についても身につけ興味を持たせる」として森や山を抜け、日高市内をツーリングし、後に野外炊飯を行った。3日目は、「プロジェクト・アドベンチャー (PA)」「アブセイリング」「火おこし」「染め物」「クラフト」の5つの活動の中から、自分の体験したい活動を選択して実施するお好み活動を行い、パーティー準備の後、フェアウェルパーティーを行った。5つのお好み活動では、プロジェクト・アドベンチャー (PA) は「日常生活では体験できない様々な課題に挑戦してPA そのものを楽しんでもらう。また野外活動に対しての興味関心を深めてもらう」として行い、アブセイリングは「挑戦することによって、自分に自信をつける。自分自身の葛藤に対する対処の姿勢に気づく。メンバー間の信頼関係を築く」として行った。火おこしは「昔ならでは

の火のおこし方を体験し、苦勞する中で火のありがたみに気づく。自らおこした火を使い、調理をすることで達成感を味わう」として行い、染め物は「科学的に作られた色と自然物から作られた色の発色の違いと、色の温かさに気づく」として行い、クラフトは「自然の物から作品を作り出す楽しさを体験する。自然に直接触れて創造力をより豊かにする。五感を使って石や木、草花などの不思議を感じ、特徴を理解する」として行った。4日目は、撤収の後、「今までの自分や仲間、自然をふりかえる」として、マインドクロッキーを行った(表1)。また、1日のプログラムのふりかえり活動として、毎日就寝前にカウンセラーを中心としたグループディスカッションの機会を設けた。

3) 調査方法及び手続き

調査は、質問紙法にて行った。調査時期は、第1回調査をキャンプ実習前日、第2～4回調査をキャンプ初日から3日目まで毎日の就寝前とし、第5回調査をキャンプ実習直後、最終調査をキャンプ経験1ヶ月後とし、計6回調査を実施した。また、参加者の特性を得るために「性別」「学年」「過去の組織キャンプ経験」の質問項目を設けた。

調査対象者の信頼感の変容を測定するために、天貝(1997)が作成した「信頼感尺度」を質問項目とした。信頼感尺度は、「自分への信頼」(6項目)と「他人への信頼」(8項目)と「不信」(10項目、逆転項目)からなる24項目である。信頼感については、「非常によくあてはまる」～「全くあてはまらない」の6件法の間隔尺度として回答を求めた。

また、調査対象者の自己開示の変容を測定するため、末永(1988)が作成した「自己開

示行動自己評定尺度」を質問項目とした。自己開示行動自己評定尺度は15項目であり、「よくあてはまる」～「全くあてはまらない」の5件法の間隔尺度として回答を求めた。

分析方法については、分散分析、多重比較を、SPSS for Windows 14.0J を用いて行った。

Ⅲ. 結果および考察

1) 信頼感の変容過程

キャンプ実習の前日から1ヶ月後の間における信頼感尺度および下位因子の変容を明らかにするため、それぞれにおいて、時期を要因とした1要因の分散分析を行った。1要因の分散分析の結果、平均(M)と標準偏差(SD)(表2)、多重比較の結果(図1)は以下に示す。分析の結果、信頼感尺度($F(5, 120) = 11.54$)に0.1%水準で主効果が認められた。下位因子では、他人への信頼では主効果は認められなかったが、自分への信頼($F(5, 120) = 4.33$)は1%水準、不信($F(5, 120) = 19.14$)は0.1%水準

で主効果が認められた。そこで、これらの変容過程を明らかにするため多重比較を行った。

その結果、信頼感尺度で、キャンプ実習の前日は3日目と、1日目は3日目と、2日目は3日目、最終日において有意な得点の向上が認められ、3日目と1ヶ月後、最終日と1ヶ月後との間に有意な得点の減少が認められた。次に、自分への信頼では、キャンプ1日目と3日目、2日目と3日目に有意な得点の向上が認められた。そして、不信では、キャンプ実習の前日と1ヶ月後、1日目と2日目、1ヶ月後、2日目と1ヶ月後、3日目と1ヶ月後、最終日と1ヶ月後において有意な得点の減少が認められ、1日目と3日目、2日目と3日目、最終日において有意な得点の向上が認められた。したがって、信頼感尺度、自分への信頼、不信に有意な向上があることが認められた。そこで、これらの変容過程を比較すると、信頼感尺度と不信は、キャンプ実習前日から最終日にかけて徐々に向上し、最終日から1ヶ月後の間に減少するという、ほぼ同様の変容過程を示していた。

表2 信頼感尺度および下位因子の平均と標準偏差

項目		前日	1日目	2日目	3日目	最終日	1ヶ月後
信頼感尺度	M	102.55	104.9	101.94	109.77	109.12	95.32
	(SD)	(11.99)	(14.17)	(14.56)	(16.01)	(17.25)	(7.24)
自分への信頼	M	26.16	26.56	26.48	27.48	27.08	28.16
	(SD)	(4.33)	(3.99)	(4.15)	(3.78)	(4.21)	(3.7)
他人への信頼	M	35.83	37.28	37.06	38.16	37.96	38.68
	(SD)	(5.61)	(5.15)	(5.83)	(5.74)	(5.66)	(4.74)
不信	M	40.56	41.06	38.4	43.93	44.08	28.48
	(SD)	(6.78)	(7.54)	(6.83)	(8.31)	(9.46)	(7.82)

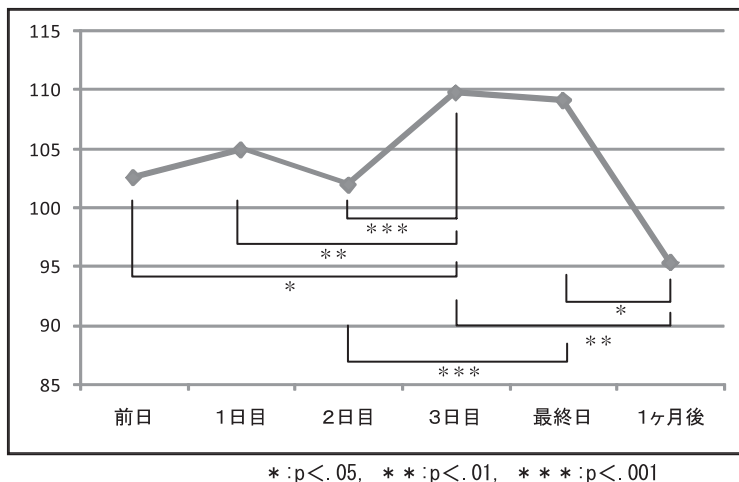


図1 信頼感尺度の変容過程

キャンプ中の1日目から2日目に不信の得点が減少した理由として、1日目のプログラムで環境や仲間に慣れるためのテント設営や野外炊事を行ったことから、緊張や不安が多少改善されたことが推測され、1日目の数値が上がったと考えられる。しかし、2日目は仲間とのコミュニケーションを促進するために実施した川あそびとマウンテンバイクツーリングのプログラムにおいて、グループカウンセラーから参加者の体調について報告「体調がおもしろくない」「体がだるい」などの声があった。このことから、参加者にとっては、負荷のかかりすぎるプログラム内容であったことが推測され、体力的減少や疲労により他者とコミュニケーションをとることが難しかったのではないかと考えられる。

信頼感尺度の最終日から1ヶ月後の間に得点が減少した理由としては、キャンプ中の生活をとにした仲間とは数々の活動を通して信頼関係を築いていくことができたのだが、キャンプ中に学んだことや得た感覚を自身の日常生活に転化していく活動である「ふりか

えり」が不十分であったことが推察できる。このことは、グループを指導するカウンセラーのスキルによって大きく左右されることであり、今回のキャンプのカウンセラーは指導経験が浅く、十分に参加者をファシリテートできなかったことが、この結果となったと考えられる。

以上の結果から、キャンプ中においては、信頼感は向上する傾向にあるが、キャンプ後からの効果は維持されないことが明らかとなった。

2) 自己開示の変容過程

キャンプ実習の前日から1ヶ月後の間における自己開示自己評定尺度の変容を明らかにするため、それぞれにおいて、時期を要因とした1要因の分散分析を行った。1要因の分散分析の結果、平均(M)と標準偏差(SD)は以下に示す(表3)。分析の結果、自己開示自己評定尺度($F(5, 120) = 0.75, p = .56$)に主効果は認められなかった(図2)。このことから、自己開示とキャンプには関連性がなく、キャンプが自己開示に影響を与えないことが示唆された。

表3 自己開示自己評定尺度の平均と標準偏差

項目		前日	1日目	2日目	3日目	最終日	1ヶ月後
自己開示自己評定尺度	M	42.64	43.24	42.88	42.32	41.96	42.68
	(SD)	(5.24)	(5.77)	(7.06)	(6.51)	(6.32)	(6.09)

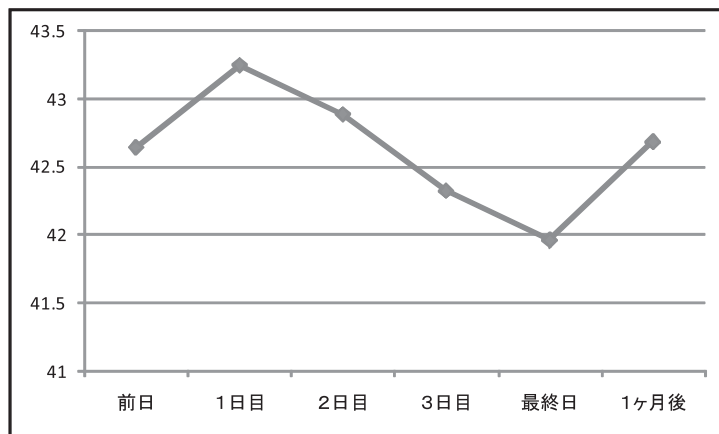


図2 自己開示の変容過程

3) 信頼感と自己開示との関係

信頼感尺度得点と自己開示自己評定尺度得点の相関をみるために、Pearsonの相関係数を算出し、相関関係の有意性検定を行った。相関係数(表13)を以下に示す。その結果、1ヶ月後の時期を除く、前日($r=.52$), 1日目($r=.71$), 2日目($r=.68$), 3日目($r=.71$), 最終日($r=.74$)において強い正の相関を示した。また、有意性検定により、前日から最終日にかけての相関係数は、1%水準で有意であることが認められた。このことから、信頼感尺度得点が高いほど、自己開示自己評定尺度得点が高いことが認められた。以上の結果から、キャンプ中の正の相関は、プログラムが進むにつれて相関が強くなっていく傾向であることから、仲間同士の関係が徐々に安定し、そのため、深い自己開示の機会が増え、仲間と信頼関係を築いていることが推測される。

IV. 結 論

本研究では、組織キャンプが青年の信頼感と自己開示に与える影響を明らかにすることを目的とした。北翔大学生涯学習システム学部健康プランニング学科のキャンプ実習の参加者を対象に、信頼感尺度、自己開示自己評定尺度を用いて調査を実施した。

組織キャンプには対人関係能力の信頼感に影響を与えるということが明らかになった。しかし、日常生活への継続的な効果については今回の調査では明らかにはならなかった。組織キャンプ中の信頼感と自己開示では、正の強い相関がみられたことから、信頼感または自己開示に影響を及ぼした際は、相互に関係して信頼感、自己開示に影響を与えることが明らかになった。したがって、組織キャンプは、対人関係能力を高める可能性の高い教育的な活動であることが示唆された。

今後、より精度の高い研究を行うことによって、変容の傾向を明らかにしていくことが求められる。組織キャンプは、自然環境や野外教育指導者、プログラムといった様々な要因が相互に作用しあった中で営まれる体験的活動である。したがって、これらを含む多要因の中から、対人関係能力の向上に強く影響を及ぼす要因を絞り込んだ上で、個々の要因との関連を詳細に検討することが重要だと考える。よって、本研究での被験者の性別、組織キャンプ経験の有無、選択プログラムの要因の見直しが必要だと考えられる。また、組織キャンプによって得られた効果の持続性を確認することのできるようなプログラムの工夫が必要であると考えられ、プログラム内容についても対象者の体力、体調などにおいて見直す必要がある。本研究では、合計6回にわたり質問紙調査を行ったが組織キャンプの影響を知るためには、測定時期においても見直す必要があると考えられる。

今後の展望として、本研究が教育の参考資料となり、組織キャンプを経験することによって、対人関係能力が向上し、豊かな対人関係の形成につながる事が望まれる。

V. 付 記

本研究は、文部科学省「私立大学戦略的研究基盤形成支援事業」・北翔大学「北方圏生涯スポーツ研究センター研究費」の助成を受けて実施した。

VI. 引用・参考文献

青木康太郎・永吉宏英（2003）長期キャンプにおける参加者の社会的スキルの変容に関する研究－参加者の特性による変容過程の

違いに着目して－. 野外教育研究第6巻2号：23-34.

天貝由美子（1999）一般高校生と非行少年の信頼感に影響を及ぼす経験要因. 教育心理学研究47号：109-118.

榎本博明（1997）自己開示の心理学的研究. 北大路書房：東京.

堀洋道（2001）心理測定尺度集Ⅱ－人間と社会のつながりをとらえる＜対人関係・価値観＞. サイエンス社：東京.

永井将史・渡邊仁（2006）キャンプ経験による青年期の信頼感変容とその要因の検討. 日本野外教育学会第9回大会プログラム・研究発表抄録集：84-85.

西田順一・橋本公雄・徳永幹雄・柳敏晴（2002）組織キャンプ体験による児童の社会的スキル向上効果. 野外教育研究第5巻2号：45-54.

大橋正夫・長田雅喜（1987）対人関係の心理学. 有斐閣：東京.

末永俊郎（1997）社会心理学研究入門. 東京大学出版会：東京.

津村俊充・山口真人（1992）人間関係トレーニング [第2版] 私を育てる教育への人間的アプローチ. ナカニシヤ出版：京都.

渡邊仁, 飯田稔（2005）キャンプ経験による女子高校生の自己概念の変容過程. 野外教育研究第9巻1号：55-66.

