

# MYOKO チャレンジ 2016 [報告書]



自分の足で歩く  
100kmトレイルへの挑戦



独立行政法人国立青少年教育振興機構  
国立妙高青少年自然の家

平成28年度 国立妙高青少年自然の家 教育事業

■主催 / 独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立妙高青少年自然の家 ■後援 / 新潟県教育委員会 長野県教育委員会 妙高市教育委員会 上越市教育委員会 糸魚川市教育委員会

P.4・5

- 出会いから  
挑戦までの道のり

P.6・7

- プログラムデザイン・概要

P.8・9

- ねらいにせまるための手立て

P.10・11

- 個別の事例と考察

P.12・13

- グループの変容

P.14～18

- リーダーシップ尺度の結果と考察
- キャンプにおける  
社会的スキル尺度の結果と考察

P.19

- 事業の成果と課題

P.20・21

- 協力者へのインタビュー

P.22・23

- 謝辞・お世話になった皆様



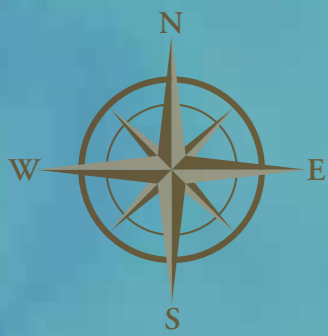
閉会式。キャンプを終えた子供たちが、13日ぶりに家族と対面する。土や炭で汚れたTシャツ、少し引き締りがつちりした身体、真っ黒に日焼けした顔、そして誇らしさと安堵が入り混じった表情。その姿をみた親は、わが子の成長を強く実感する。閉会式の最後、自然とキャンプのテーマソングを口ずさむ子供たちの声が聞こえてくる。

13日間を振り返りながら、一人、また一人、自然と歌詞を口ずさむ。これまでの人生で経験したことのないチャレンジが今終わったこと、苦楽を共にした「仲間」との別れ…。そのことを強く実感したのかもしれない。涙をこらえ、そして自信に満ちた笑顔で家族の元へと子供たちは戻っていった。

「顔も日焼けして、Tシャツも汚れて、見た目は少し汚いかもしれません。しかし、この13日間で心はピカピカに磨きました。ぜひ、子供たちの成長を見てあげてください」

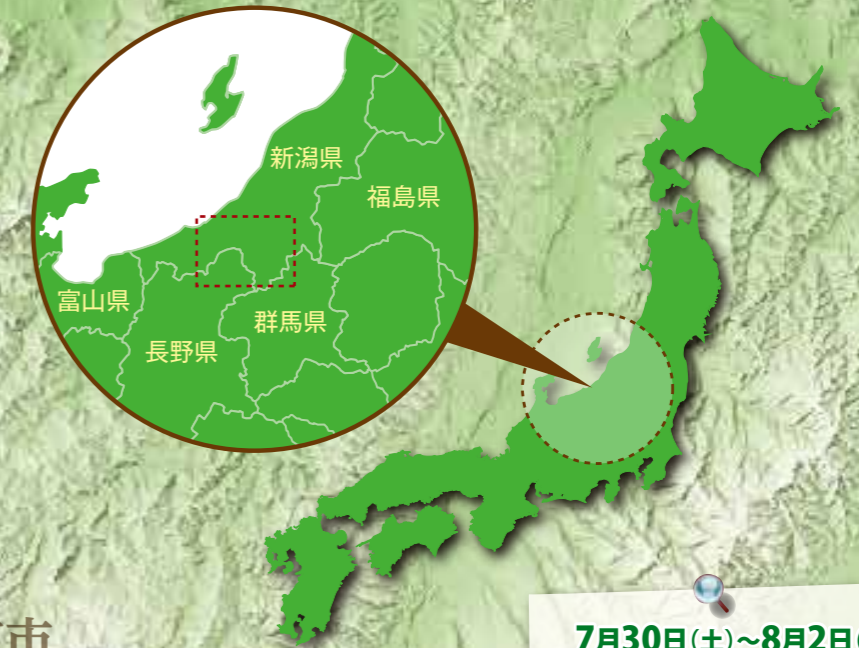
～8月11日【山の日】閉会式、  
筑波大学教授 坂本昭裕 氏のあいさつより～





# 地図で見るMYOKOチャレンジ2016 出会いから挑戦までの道のり

MYOKOチャレンジは、新潟県と長野県の県境に位置する全長80kmの「信越トレイル」と妙高戸隠連山国立公園の一部である「野尻湖・笹ヶ峰・火打山・妙高山」の広大な大自然を舞台に行っています。



日本海  
Nihonkai

新潟県  
Niigataken

上越市  
Joetsushi

十日町市  
Tokamachishi

7月30日(土)~8月2日(火)  
**出会いのステージ**

トレッキング・星の学習  
「目標の共有」

まだ、お互いに理解しあえず、トラブルが起こる。自分たちで決めた目標を達成するためにはどうしたらよいか話し合う。

▶ここを見てほしい  
P12・13(グループの変容)

START

8月9日(火)~11日(木)

**挑戦のステージ<3>**

山小屋宿泊・登山

「閉会式で流れたテーマソングに  
自然と全員が口ずさむ」

閉会式でキャンプ生活13日間の振り返りを動画で見ていると、自然とテーマソングに合わせて全員が歌いだす。

▶ここを見てほしい  
P6・P7(プログラムデザイン)

7月9日(土)~10日(日)

**準備のステージ**

事前キャンプ

妙高市  
Myokoshi

飯山市  
Iiyamashi

8月3日(水)~5日(金)

**協力のステージ<1>**

トレッキング・グループチャレンジ①  
(ラフティング)

「グループのまとまりが生まれる」

グループの中で対立が起こり、本音を出し合う。繰り返す中で、グループとしてのまとまりが生まれてくる。

▶ここを見てほしい  
P12・13(グループの変容)

8月9日(火)~11日(木)

**挑戦のステージ<2>**

山小屋宿泊・登山

「仲の良い仲間を得るまでに」

オコジョの事件。ぶつかり合う意見の中で、折り合いをつけて合意を得る。13日間のMYOKOチャレンジを通して、かけがえのない仲間を得ている。

▶ここを見てほしい  
P6・P7(プログラムデザイン)  
P10・P11(個別の事例)

火打山  
2,462m

高谷池  
ヒュッテ

笹ヶ峰  
キャンプ場

燕温泉

妙高山  
2,454m

妙高  
青少年自然の家

GOAL

涌井

赤池

斑尾山  
1,382m

8月6日(土)~8日(月)

**自立のステージ**

トレッキング・  
グループチャレンジ②  
(バナナポート)

「互いの理解が深まり、  
グループとして成長する時」

主体的に活動するステージ。トレッキングルート  
を地図で確認して進むが何度も間違えてしまう。

▶ここを見てほしい  
P12・P13(グループの変容)

8月9日(火)~11日(木)

**挑戦のステージ<1>**

山小屋宿泊・登山

「家族からの手紙」

一番の挑戦になる妙高山登山前夜。家族  
からの手紙を高谷池ヒュッテでヘッドライト  
を照らして読む。自然と流れる涙。感謝の  
気持ちが起る時。

▶ここを見てほしい  
P6・P7(プログラムデザイン)

長野県  
Naganoken

# MYOKOチャレンジ2016 プログラムデザイン

国立妙高青少年自然の家では、平成25年から「統合型キャンプ」を実施し、平成27年度から現プログラムの「MYOKOチャレンジ」を実施しています。また、これまでの長期キャンプの中で①長期自然体験活動の有効性、②ステージ制・スパイラル制の有効性、③フィールドの有効性を明らかにしてきました。

「MYOKOチャレンジ2016プログラムデザイン」は、これまでの妙高が培ってきたノウハウと昨年度の実践から見てきた点を踏まえて企画したものです。



## 準備のステージ (事前キャンプ・2週間前)

活動フィールド/国立妙高青少年自然の家 トレッキングルート/藤巻山トレッキング 強度・難易度/中・低	ねらい 協働:知り合った仲間と様々な活動に取り組む。 感謝:様々な活動を通して、教えてくれたり助けたりしてくれた人に感謝の気持ちを持つ。
宿泊・食事活動 1日目/〇オリエンテーション 〇トレッキング(藤巻山) 〇テント設営練習・シュラフ体験 〇保護者面談 夕:朝:自然の家ハイキング 2日目/昼:野外炊事(カレーライス) 〇野外炊事	スタッフの基本姿勢 ★安心してキャンプに臨める雰囲気づくり。 ★参加者理解。 安全対策 ●トレッキングでは、一人一人の個性や歩きを観察し、ケガのないようにサポートをする。 ●野外炊事では、軍手などの着用を促したり、包丁の使い方を教えて、ケガのないように支援する。

## 出会いのステージ (1~4日目)

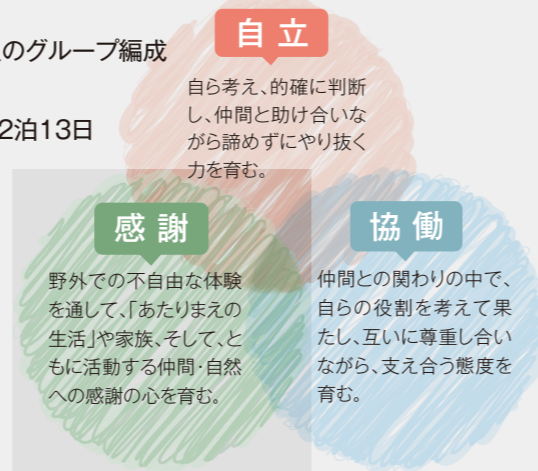
活動フィールド/信越トレイル・星のふるさと館(星の学習) トレッキングルート(アブローチルート)/ ①(松之山登山口)~天水山~伏野峠 ②伏野峠~(光ヶ原キャンプ場) 強度・難易度/強・低	ねらい 自立:キャンプ生活やトレッキングに必要な様々な知識、技術を身に付ける。 協働:グループの中での役割をきめたり、自分の役割を果たす。 感謝:助けたり助けられたりする経験を通して感謝の気持ちを持つ。
宿泊・食事活動 1日目/開会式・移動日 宿:大蔵寺高原キャンプ場 夕:自炊 朝:自炊 〇目標設定 2日目/トレッキング① 宿:雪だるま高原キャンプ場 夕:ゆきだるま温泉 朝:自炊 3日目/トレッキング② 宿:光ヶ原高原キャンプ場 夕:自炊 朝:自炊 4日目/星のふるさと館 宿:光ヶ原高原キャンプ場 夕:自炊 朝:自炊 〇星の学習	スタッフの基本姿勢 ★安心して活動できる環境づくり。 ★トレッキングについての知識や技術を伝えたり手本となる。 ★個々の能力や体力の差からくるトラブルが予想される時期。子供たちの言動をよく観察し、トラブルに適切に対応していく。 安全対策 ●トレッキングでは、一人一人の技能に配慮しながらもグループのペースや休憩のタイミングを作っていく。 ●体力や体型などからくるケガや身体の痛みなどに配慮する。 ●キャンプ生活に必要な基本的な技術や方法を教える。 MYOKOチャレンジグループの変容 ・お互いの個性を理解していく時期。 ・お互いの能力、体力などが理解できていない。→主に体力の差から生じるトラブルが起こる。

## 概要

- 統合型長期移動チャレンジキャンプ  
統合型:一般募集と発達障害・いじめ・不登校など様々な課題を抱える子供たちが一緒に参加するキャンプ。  
長期:12泊13日間のキャンプ  
移動:山の中を歩く【信越トレイル(全長80km)、火打山・妙高山(約20km)】
- 参加者/小学校5年生~中学校1年生の18名(男子13名・女子5名)6人1組のグループ編成
- 期日/事前キャンプ 平成28年7月9日(土)~7月10日(日) 1泊2日  
本キャンプ 平成28年7月30日(土)~8月11日(木)山の日 12泊13日

## ねらい

ねらいは「社会を生き抜く力」の育成である。社会を生き抜く力とは、第2期教育振興基本計画(平成25~29年)の中で、「社会を生き抜く力の養成~多様で変化の激しい社会の中で個人の自立と協働を図るための主体的・能動的な力~」として挙げられている。この基本計画を踏まえて国立青少年教育振興機構では、「新・機構元気プラン」を作成した。本事業では、国と機構の方向性に則し「社会を生き抜く力」をねらいとした。本事業では、社会を生き抜く力を「自立」「協働」「感謝」として捉え具体的なねらいとする。



## 協力のステージ (5~7日目)

活動フィールド/信越トレイル・千曲川(ラフティング) トレッキングルート(アブローチルート)/ ③(光ヶ原キャンプ場)~関田峠~仏ヶ峰登山口~(とん平) ④(とん平)~仏ヶ峰登山口~涌井 強度・難易度/中・中	ねらい 自立:キャンプ生活やトレッキングなどで、グループの中での自分の役割を果たす。 協働:様々な活動を通して、グループの仲間と関わり合い、認め合いながら活動に取り組む。 感謝:「ありがとう」などの感謝の言葉を素直に相手に伝えることができる。
宿泊・食事活動 5日目/トレッキング③ 宿:戸狩温泉 かのえ 夕:宿食 朝:宿食 6日目/トレッキング④ 宿:ふれあい広場(戸狩温泉) 夕:自炊 朝:自炊 7日目/グループチャレンジ 宿:ふれあい広場(戸狩温泉) 夕:自炊 朝:自炊 〇ラフティング 〇夕食のメニュー作り・買い物	スタッフの基本姿勢 ★主体的に活動に取り組んでいけるように支援をする。 ★キャンプへの慣れからくるトラブル等が予想される時期。子供たちの関わり方をよく観察し、トラブルに適切に対応していく。 安全対策 ●慣れからくるケガやトラブルを想定しながら、子供たちの活動を支援する。 ●キャンプの疲れからくる体調不良に配慮する。 MYOKOチャレンジグループの変容 ・お互いの個性を理解し、理解を深めていく時期。 ・集団に慣れ、心を開き個を出し始める。→慣れと個性のズレからくるトラブルが起こる。 ・グループへの所属感が生まれる時期。→自分たちのグループが一番という言葉や行動がみられる。

## 自立のステージ (8~10日目)

活動フィールド/信越トレイル・野尻湖(バナナポート) トレッキングルート(アブローチルート)/ ⑤涌井~赤池 ⑥赤池~斑尾山山頂~(斑尾高原キャンプ場) 強度・難易度/中・高	ねらい 自立:キャンプ生活やトレッキングなどで、どのようにしたらよいかを考えたりグループの仲間と話し合いながら取り組むことができる。 協働:様々な活動を通して、自分らしさを生かしたり出ししながら、グループの中での役割を理解して活動に取り組む。(折り合いをつける) 感謝:共に活動している仲間へ感謝の気持ちを持つことができる。
宿泊・食事活動 8日目/トレッキング⑤ 宿:斑尾高原キャンプ場 夕:自炊 朝:自炊 9日目/トレッキング⑥ 宿:斑尾高原キャンプ場 夕:自炊 朝:自炊 10日目/グループチャレンジ 宿:笹ヶ峰キャンプ場 夕:自炊 朝:自炊 〇バナナポート	スタッフの基本姿勢 ★子供たちの主体的な活動を見守る。 ★安全面確保のための支援をする。 ★グループ内の関係が深まると同時に、目標の達成に向かっての意見の主張や不一致などが起こる時期。そこで起こったトラブルに対して適切に対応していく。 安全対策 ●ルートを間違える可能性がある。危険な場面では適切な支援を行う。 MYOKOチャレンジグループの変容 ・互いの理解が深まり、グループの中での個々の役割が明確になる時期。 ・トラブルを解決するための話し合いを経て、集団としてのまとまりと成長のある時期。 →共通の目的に向かっての活動や話し合いで、互いの思いを伝えあい起こるトラブル。

## 挑戦のステージ (11~13日目)

活動フィールド/火打山・妙高山 登山ルート/ ⑦笹ヶ峰キャンプ場~高谷池ヒュッテ~火打山~高谷池ヒュッテ ⑧高谷池ヒュッテ~妙高山~燕温泉 強度・難易度/強・高	ねらい 自立:困難な状況においても、自分で考えたり、仲間と話し合いながら諦めずに乗り越えていく。 協働:グループの中での自分の役割を理解したうえでその役割を果たす。また助けが必要な場面で適切に仲間を支え、互いに協力して活動に取り組む。 感謝:感謝の気持ちを伝えたい人が思い浮かんだり、言葉や文章で伝えたりする。
宿泊・食事活動 11日目/登山⑦ 宿:高谷池ヒュッテ 夕:宿食 朝:宿食 12日目/登山⑧ 宿:自然の家キャンプ場 夕:自炊 朝:自然の家ハイキング 〇家族からの手紙 〇家族への手紙 13日目/閉会式 〇後片付け 〇MYOKOチャレンジ振り返り 〇保護者面談	スタッフの基本姿勢 ★子供たちの主体的な活動を見守る。 ★危険な場面は適切に介入する。 安全対策 ●標高の高い山への挑戦となるため、子供たちの健康状態を把握する。 ●ガレ場や梯子など経験のない登山道でのケガを想定した支援を行う。 MYOKOチャレンジグループの変容 ・互いに理解し合い、目標に向かって集団としてまとまる時期。 ・目標達成に向けて、グループのルールの定着に向けて、互いに自分の考えを主張しあう。 ・自分の考えを主張することができる集団になっている。

## 統合型キャンプ

国立妙高青少年自然の家では、統合型の長期キャンプを4年間実施し、課題を抱える参加者と一般募集の参加者が互いに認め合い成長するプログラムの開発をしてきた。課題を抱える子供の中には、こだわりが強かったり、コミュニケーションをとることが苦手だったり、様々な個性をもっている。しかし、誰にでも得意不得意があり、長所短所がある。様々な地域から集まり、育った環境が違うため価値観の違いもある。このような集団で13日間生活をしていると、様々な気づきと学びがある。6人という小グループでの活動を通して、他者を認め、ありのままの自分を出し、互いを理解していく。当然トラブルもあるが、互いに折り合いをつけ合いながら「社会性」を身に付けていく。

## MYOKOチャレンジの特徴

MYOKOチャレンジの最大の特徴は、「山道を歩くことを繰り返すキャンプ」という点である。標高1000m前後の山々を歩く信越トレイルと妙高戸隠連山国立公園内の火打山と妙高山を踏破する。単純で誰もが「歩く」活動は、運動能力や技能による差が少なく、全員が同じ距離を歩くという特徴がある。しかし参加者にとって、100kmという距離、毎日のように歩くこと、経験したことのない標高の高い山への登山は大きな挑戦となる。

(第2期教育振興基本計画(1)社会を生き抜く力の育成 抜粋)

- ・個人や社会の多様性を尊重しつつ、幅広い知識・教養と柔軟な思考力に基づいて新しい価値を想像したり、他者と協働したりする能力等が求められる。
- ・学習者自身が、生涯にわたり、自身に必要な知識や能力を認識し、身に付け、他者との関わり合いや実生活の中で応用し、実践できるような主体的・能動的な力が求められている。
- ・諦めることなく、状況を主体的かつ的確に判断し臨機応変に行動する力やコミュニケーション能力などの必要性がある。(東日本大震災の教訓)
- ・社会性や規範意識、生命の尊重、他者への思いやりなど、子供の豊かな人間性を育てていくことが必要。
- ・自己肯定感や社会性・規範意識などは学校教育における学習を基礎としつつも、多様な人々との協働、異質な価値観・文化との接触、実生活上の成功体験・失敗体験など様々な体験において育まれる。

# ねらいにせまるための手立て

MYOKOチャレンジ2016を通して、カウンセラーやディレクターたちが行ったいくつかの手立てと効果を、大きく「●活動プログラム」「●かかわりを促す」「●対象者理解と情報共有」の3つに分けて紹介します。

## 活動プログラム



### ● 歩くプログラム

「トレッキング」中心の活動プログラムを構成。ルートの複雑さや強度は、ステージ毎にステップアップ。

**効果** 仲間の言葉や行動に目を向けやすく、相手を気遣ったり思いやりたりする場面が増えた。自分に自信を持つことができ、行動に積極性や自主性が出た。

### ● 保護者面談

全保護者に対して、スタッフが面談を行った。

**効果** 保護者の思いを聞くことで、参加者に対してより効果的な支援方法を検討することができた。また、保護者の不安を軽減することができ、キャンプに対して親子で前向きに準備することができた。

### ● 事前の参加者のカウンセリング

希望者(本人もしくは保護者)に対して、臨床心理士がカウンセリングを行った。

**効果** スタッフ全員が、それぞれの参加者の理解を深めることができた。また、参加者一人一人の成長を促す具体的なかかわり方について共通理解を図ることができた。

## キャンプ前

## 準備のステージ

## 出会いのステージ

## 協力のステージ

## 自立のステージ

## 挑戦のステージ

## キャンプ後

# 成果

### ● グループ構成

リーダーという役割を各グループに置かなかつたり、活動時の役割を必要最小限にとどめて提示したりするなどキャンプ全体を通して参加者の組織をつくらなかった。ただし、活動の初期段階では、グループカウンセラーが活動をリードした。

**効果** 参加者が主体的に役割分担を決めたり、場面ごとにリーダーが生まれたりした。ステージが進むにつれて、活動に必要な役割を自分たちで考えたり、苦手な役割にも積極的に挑戦したりする様子が見られた。

### ● かかわりを促す



### ● スタッフの基本姿勢

各ステージに合わせて、子供たちのかかわり方の基本姿勢を決めた。その基本姿勢をもとに、グループの様子や個々の様子と照らし合わせながら、カウンセラーが活動や話し合いをサポートした。

**効果** もちろん、状況によって臨機応変な対応は求められるが、各カウンセラーがグループや個々の様子を見取る視点が明確になり、成長に気付いたり、成長に応じて支援したりすることがしやすくなった。また、子供たちに任せた場面で起きた失敗やトラブルが、子供たちの成長に大きくつながることをスタッフも子供たちも実感することができた。

### ● 活動の振り返り

必要な場面において課題を与える「教育的な振り返り」と、参加者が自由に一日の出来事を話し合う「カウンセリング的な振り返り」を行った。

**効果** 受容的な環境をチーフカウンセラーが作り出すことで、参加者の安心感が生まれ、参加者自身の個性を表現しやすくなった。

### ● 活動プログラムのルーティーン化

ステージ毎に活動内容や日程をあまり変更せず、「トレッキング」→「テント設営」→「野外炊事」→「振り返り」という流れを基本ベースに過ごした。

**効果** 活動に対して見通しが持ちやすく安心感が生まれ、目標を達成するための手段やより効率的に活動を進めるための手段を、グループや個人で考える場面が多くなった。



### ● 焚き火

自立のステージ最終日に各グループや全体で焚き火を囲んで、「カウンセリング的な振り返り」を行った。

**効果** 火の暖かさを感じたり、火の明るさを感じたりすることで、自分の気持ちを開示しやすくなった。



### ● 本キャンプ中のスタッフ研修

その日の参加者の様子と翌日の支援の仕方、活動ルールの大枠とねらいを確認し、スタッフ間で共通理解を図った。参加者就寝後、30分程度毎晩行うようにした。

### ● 保護者面談

各グループのチーフカウンセラーが保護者との面談を行い、活動中の様子を伝えた。

**効果** 保護者が参加者のもっている力や成長したことを改めて気づく機会となった。親子のかかわり方について考えるきっかけとなった。

## 対象者理解と情報共有

**効果** 参加者の成長を妨げる無用なトラブル(薬の飲み忘れ、スタッフ間での対応の差異など)を回避できた。また、スタッフが安心して翌日の活動を導くことができ、自然に起こったトラブルを参加者が主体的に解決するための支援ができた。

### ● 目標確認と振り返りのタイミング

グループでは、歩く活動の前後と各ステージの最終日の夕食後に行った。個々の振り返りは、毎日ノートに記述させ、カウンセラーとやり取りできるようにした。

**効果** プログラムの中心であるトレッキング直後に振り返りを行うことで、活動中に起こったことを記憶が新しいうちに振り返ることができた。とくに、短期記憶機能が弱い子供たちにとっては有効だった。



### ● テーマソング

キャンプのテーマソングを決め、適宜流した。

**効果** プログラムが進むにつれて、仲間のありがたさや自分への鼓舞など歌詞の共感性も加わり、歌うことで参加者全員に一体感が生まれた。内向的な性格の参加者も、キャンプが進むにつれて、大きな声で歌うようになった。

### ● 事後の参加者のカウンセリング

希望者(本人もしくは保護者)に対して、臨床心理士がカウンセリングを行った。

**効果** 参加者一人一人の成長を確認することができた。



### ● 「ビーイング」で振り返り

PA(プロジェクトアドベンチャー)の目標設定・振り返り手法である「ビーイング」を用いた。

**効果** 一人一人の考えやグループで大切にしたいことなどを視覚的にわかりやすくとらえられるため、グループの一体感を生み出すことができた。



# 個別の事例と考察

## 妙高チャレンジ2016参加者の事例から

ここでは、妙高チャレンジ2016(以下キャンプ)に参加した小学6年生Aさんの事例について報告します。なお、事例については、キャンプの経過とキャンプ前後に実施した描画(風景構成法)から考察します。

### Aさんの事例



**初日**、グループ内のメンバーの短所を指摘したり、やることにいちいち注文をつけたりと余計な一言が口から出てしまう。

**3日目**、途中の休憩でBさんが行動食を食べ始めてしまったことに対して「なんで、勝手に食べるんだよ」と腹を立てる。別の休憩では、出発時刻を考えて他のメンバーが準備を整えた頃に、行動食を取り出して食べ始める場面があった。

**7日目**の夜、これまでもAさんの言動に他のメンバーがイライラしたり、自分の意見をメンバーが受け入れてくれないことにAさんがイライラしたりする様子は見られていたが、けんかまでには至らなかった。しかし、この日は、Cさんがからかいながら氷の入った袋を投げてきた。Cさんに対してカチンときたAさんがなぐりかかる。取っ組み合いをする2人は、駆けつけたカウンセラーに抑えられて何とか落ち着きを取り戻した。Aさんは「頭が真っ白になって覚えていない」とのことであった。

我が道を歩くAさん

グループのメンバーと押し問答を繰り返す

衝突と相互理解

1日目

2日目

3日目

4日目

5日目

6日目

7日目

8日目

9日目

10日目

11日目

12日目

夜

13日目

**2日目**は、トレッキングのスタート。Aさんのペースが登り坂で落ちるため、グループのペースも遅くなってしまふ。チーフカウンセラーがボールの使用を勧めても頑なに首を横に振り続けていた。Aさんのグループは、予定時刻を2時間もオーバーして目的地に到着した。

**4日目**夜の振り返りでは、食事作りにおいて毎回同じ人が同じ役割をしていることについて議論になった。調理を毎回担当したい女子3人の意見に対し、キャンプ初日に「男女の交流関係を深める」というグループの目標を優先することにこだわった。議論の結果、女子もかまど係、男子も調理係をするということになった。

**5日目**のトレッキング。しりとりをしながら歩いていたが、ある言葉を使ったかどうかで言い合いとなった。Aさん以外のメンバーは「まだ出ていない」と言うが、Aさんは「絶対に言った」と1人主張してゆずらなかった。

**6日目**のトレッキング。相変わらず登り坂が苦手なAさん。仲間たちから「がんばれ」「しんどかったら言っても良いよ」と励まされながら進んでいく。Aさんは、遅れても「大丈夫。先行って」と意地を張ることもある。しかし、その度に他の仲間たちが声を掛けて待っていてくれる。グループもAさんのペースで歩くようになる。みんなが声をかけあってゴールを目指す姿が見られた。

グループで励まし合って歩く

議論の末に自分がゆずるという経験「オコジョの事件」

**12日目**、ついに妙高山登頂の日を迎えた。山頂手前の大倉乗越を過ぎたころ。スタッフが下見でオコジョに出会ったことを知ったグループの数名が、自分たちも見たいと言い始めた。「オコジョを見たいから静かに歩いてほしい」と願う4人に、AさんとCさんは「グループの目標を優先するべき」と言い返す。妙高山を目前にした登山道で1時間に及んで「オコジョ」をめぐる議論が起こった。Aさんは「グループの目標に掛け声をかける」があるから静かにするべきではない」「自分はトレッキングで走り出したい時に、グループの目標を守るようにみんなから言われて我慢した。みんなも我慢するべき」「なんで僕だけ我慢しなきゃなんないの」と泣きながら叫ぶ。オコジョを見たいメンバーも「なんでわかってくれないの」と泣き始めてしまった。一度決めたことを守らなければ気が済まないAさんと、なぜそこまで目標にこだわるのかを理解できない他メンバーとの平行線の議論が延々と続いた。

見かねたカウンセラーが「お互いの主張の中間地点でそれぞれが少しづつゆずり合ったら?」と提案したが、Aさんだけは納得がいかない様子で「勝手にすればいい。独りで行くから先に行つて」と言う。他のメンバーは「みんなで行くって決まりでしょ」とさらに押し問答が続く。かたくなに「一人で行きたい」と主張するAさんに、カウンセラーが「一人で歩くことはダメ」とこれまでになく強い口調で伝えると驚いた様子で黙りこむ。ようやく前に進み始めた列の一番後ろで、Aさんは静かについてきた。その後の休憩で、Aさんは一人離れて座っていた。オコジョを見たいと主張していたメンバーが「協力してくれてありがとう」「強い口調で言っちゃってごめんね」と声をかけた。その声に対してAさんの表情が緩む様子はない。顔をそむけたまま座っている。歩き始めてからしばらくして、Aさんは何事もなかったように自然に会話に加わった。他のグループから大幅に遅れながらも山頂に到着した。

## 事例の考察

Aさんの課題は、いかに自分の意見と相手の意見をすり合わせるのかという点であったと思われる。そして、自分の意見が通らない場合であっても、相手と良好な関係を維持していくことができることを学ぶ点であったと言える。母親の報告の通り、キャンプ開始当初より自己主張の強さなどから人と気まずい関係になるといった対人的な不器用さが認められた。そして、主張の多くは彼なりに確信に近いものであるために事態をより難しくしていたように思われた。

一方で、学校場面におけるエピソードで予想されるほどには、激しい議論やけんか(一度はあったが)は見られなかった。むしろ、時には考えをゆずったり、山を歩くことにおいて申し訳ない感情を持ったり、あるいは、グループに協力する姿勢も多々みられた。これはカウンセラーを含めた受動的なグループの雰囲気によるものであったと思われる。カウンセラーの共感的な態度やメンバーの優しさは、Aさんの頑なさ、あるいは融通のなさにも大きく影響したと考えられる。人と衝突の経験をしてもすぐに受動的な優しさに触れる経験をしたこ

とで、Aさんに相手を赦す心のスペースが生まれたのではないだろうか。

そしてオコジョの事件は、きわめて大きなイベントになったと思われる。Aさんにとっては、とてもゆずれないことであったにもかかわらず、他のメンバーにゆずることになったのである。確かに「勝手にすればいい」という言葉を述べたが、自身のメンツをなんとか保つための言葉ではなかったか。いずれにしても、自分の考えが正しくて、他者の意見に「同意」できなくても、「合意」することを学んだのではなかろうか。自分がゆずることによって、頭を下げる他のメンバー達を赦さざるを得ない時もあることを知ったのではないだろうか。

Aさんは、このような13日間にわたるイベントを繰り返しながらグループのメンバーを「仲間として実感する」ことができたと思われる。普段、学校においては、仲間を築くことができないAさんにとっては、このようにもめ事を繰り返しつつも仲間ができることが不思議であったのは当然のことであったろう。

図1および図2は、風景構成法によって描かれたAさんの描画である。図1(事前キャンプ)においては、川が途中で途切れてしまっており、内的なエネルギー

ギーの流れの悪さを連想させるが、図2(キャンプ後)においては紙面いっぱい川が描かれており流れもスムーズである。これは攻撃性や衝動性などの内的なエネルギーがスムーズに処理されるようになった印象を受ける。さらに、その水は、田の中にも描かれており、創造的なエネルギーとして活用されていて肯定的な印象である。また、図1における田は石で強制的に囲われている。これはAさんの防衛的な一面を表しているように考えられる。しかし、図2では田の周りの石がなくなり防衛が緩んだと考えられる。図1で田は苗であったが、図2においては田植えの時期を迎えている。稲が育つには、まだまだ時間がかかるが、この時点までの成長を表していると言える。

さらに、図1ではテントウムシが描かれていたが、図2では見事なまでの蝶に変化して描かれている。蝶は昆虫においては、最も美しく、人に愛されるものの1つである。妙高チャレンジにおけるAさんの成長と今後の可能性を想像させる描画であるといえるのではないだろうか。



図1 事前キャンプにおけるAさんの描画



図2 キャンプ後のAさんの描画



**12日目の夜**、Aさんに登山中のオコジョの件について尋ねると「忘れていた」と一言。他のメンバーは「はっきり言えてすっきりした」とお互いに顔を見合わせて笑った。全員が言い終わるとAさんが「僕たちがここまで仲良くなったきっかけは何だろう」と疑問を投げかけた。「男子が仲良くなったのは…」「男女の距離が縮まったのは…」などと12日間のキャンプを楽しそうに回想する。カウンセラーが「Aはどうしてそんなこと思ったの?」と尋ねると「今はこんなに仲良くなったけど、ここまでどうやって仲良くなったのか気になった」と語った。

友だちと仲良くなったことの不思議

**13日目**の閉会式では、「150kmくらい歩いた(実際は約100km)。すごくつらかったけど、仲間と歩けたのですごく楽しかった。」と発表した。

# グループの変容

子供たちは、12泊13日という長い期間を共に過ごす中で大きく成長していきました。ここでは、ステージの経過とともに子供たちがどのように関わり合い、変化していったかを紹介いたします。

## 出合いのステージ

### お互いの個性を理解していく時期 目標づくりと活動の振り返り

出合いのステージ2日目。お互いに遠慮する様子が見られました。また、野外活動を何度か経験し、慣れている子もいれば、そうでない子もいます。その差が徐々に現れ始めました。歩くことに慣れていないDさんが、足の痛みを訴えペースが極端に遅くなりました。元気のある子供たちは、ペースが遅いことにストレスを感じ始め、早く行きたくて仕方ありません。Dさんのことを待たず、どんどん先へ進んでしまい、グループがばらばらになってしまいました。

### ビーイングによる目標の共有

その日の振り返りで、この出来事について考えました。置いて行かれたDさんの気持ちを聞きながら、グループのメンバーは、みんなで一緒にゴールを目指すことを目標にし、確認し合いました。

このとき、グループの中には、仲間意識というものがあるように感じられました。このことがばらばらで歩くという行動に表れていたといえます。しかし、ばらばらで歩いてしまったという行動を振り返り、**自分たちで目標を確認し、共有することができました。**

## 協力のステージ

### 心を開き、個を出し始める時期 グループへの所属感が生まれる

出合いのステージ3日目。この日は、昼食をどこで食べるかを自分たちで考えました。しかし、お昼になっても、出発前に計画していた場所になかなかつきません。昼食を我慢して、計画した場所まで進みたい子、時間になったから昼食をとりたいたいと考える子でぶつかり合いました。お腹もすいて、いらいらしていたのでしょうか。激しく言い争い、乱暴な言葉が飛び交う場面もありました。「腹が減ったし食べようよ」「あと少しだから計画した場所までいこう」「でも、すぐにつくかはわからないじゃん」など、それぞれの意見を言い合っていました。結局20分ほどその場で話し合い、そこでお昼をとることにしました。

### トラブルを 教育的振り返りにより次へ生かす

これまで、なんとなく遠慮し合っていた子どもたちですが、ここでは、感情をむき出しにして話し合う姿が見られました。一見すると、グループとしてまとまっていなかったように感じられます。しかし、**意見のぶつかり合いを通してこそ、課題解決のための解決策が生まれます。**13日間自分を押し殺して過ごすのは、難しいことです。ここに長期キャンプのよさがあるといえます。自分を出しながら、**グループの仲間とどう折り合いをつけていくか。**このぶつかり合いは、そのステップの1つの段階といえます。

このエピソードをもとにこの日は振り返りを行いました。「臨機応変にやっといこう」という意見が出て、何かあったとき、柔軟に対応していこうとする解決策を自分たちで共有していました。

\*出合いのステージ3日目に起こった出来事ですが、プログラムデザインの視点から、協力のステージのグループの変容と捉えました。

## 自立のステージ

### 集団としてのまとまりと成長のある時期

自立のステージには、分岐箇所があります。このステージでは、スタッフは口をだしません。この日のゴールに差しかかったところで、子供たちは、道を間違えてしまいました。子供たちの疲労はピークに達しています。早くゴールしたいという早まる気持ちを抑えきれない子もいます。こっちはろうと進んでいくと、また道を間違えてしまいました。1度ならず2度までも…。どうするか話し合いが始まりました。「二手に分かれて、確かめてみればいい」「こっちに行ってまた間違えたらどうするの」など、それぞれの考えを出し合いました。しかし、2度間違えているため、3度目の間違いを恐れる雰囲気がグループの中にはありました。「自分の意見でまた間違えたら」と思うとなかなか決定打が出ません。そんなときEさんの一言で、グループの雰囲気が変わりました。「間違えてもいいじゃん。間違えたらまた戻ればいだけだよ」この言葉に他の子供たちは賛同し、その後、3度目にして、やっとゴールすることができました。

### グループの状態を把握し 自立を促すスタッフの基本姿勢

2度目に道を間違えた時点で、到着予定時刻を過ぎていました。グループのチーフカウンセラーは、本部に状況を説明し、予定より遅くなることを伝えました。その上であえて子供たちに助言せず、様子を見守りました。**自分たちで問題を解決する絶好の機会**と捉えたからです。チーフカウンセラーが先導することは簡単ですが、子供たち自身で解決することを大切にしました。

「間違えてもいいじゃん。間違えたらまた戻ればいだけだよ」この言葉から、グループの中に、仲間の失敗を許容していこうとする気持ちが生まれていることが分かります。**互いの考えを受け入れようとする気持ちが育まれていきました。**

## 挑戦のステージ

### 互いに理解し合い目標に向かって 集団としてまとまる時期

挑戦のステージは登山です。これまでのルートよりも負荷が大きくなります。しかし、この頃になると「みんなで登頂したい」という思いを、全員がもっていました。

妙高山には、「鎖場」という急勾配の難所があります。子供達は、「気を付けて!」「ゆっくり行けば大丈夫!」と声を掛け合いました。後ろを振り返って様子を伺い、一步一步お互いに確認し合いました。そして、無事に全員通過することができました。おそらく、初日に「鎖場」のチャレンジがあったら、あきらめる子もいたでしょう。しかし、ここでは、弱音を吐く子は一人もいませんでした。

### ステージ制による段階的な成長

全員が鎖場や激しい登り・下りなどの難所を通過できたのは、**ステージ制によって、一步一步確実に成長したから**だと感じます。一人ひとりの心と体の成長とともに、互いを支え合えるグループになったのです。

子供たちの振り返りの言葉も、単なる感想から、仲間への思いが書かれるようになりました。

グループが「ばらばら」になった出合いのステージで、Dさんを待たず先に進んだFさんは、「協力できたからこそ山頂に着きました。一人で行くのとみんなで行くのとでは全然違います。山頂に行けたのは、みんなのおかげです。」と**仲間の大切さを実感し、感謝する言葉**を書いていた。

明らかにグループの様子は変化し、個々の成長、グループの成長が見られました。

## リーダーシップ尺度の結果と考察

事前キャンプ、各ステージ後、キャンプ1か月後の6回調査を実施し、参加者の変容を測った。

### 1 リーダーシップ尺度

上位指標	中位指標=リーダーシップ尺度5つの力	下位指標
課題達成機能	困難に自ら立ち向かおうとする力	1 意欲・自立性
		2 危機意識
	計画的に考え行動する力	3 計画・判断
		4 省察・アクション
	情報を収集し、想像力をもって課題を解決しようとする力	5 情報収集
		6 想像力
集団維持機能	役割を意識し、集団の規範を守る力	7 役割意識
		8 規範意識
	集団内の人間関係を円滑にしようとする力	9 伝達・コミュニケーション能力
		10 ユーモア・明るさ

### 2 リーダーシップ尺度の分析結果から見た成果のポイント

- ★リーダーシップ尺度の5つの力が事後1か月においても向上。
- ★ステージ制とキャンプ生活のルーティンが「計画的に考え行動する力」を向上させる。
- ★ピーニングと振り返りによる話し合い活動が「役割を意識し、集団の規範を守る力」を向上させる。

### 3 リーダーシップ尺度の分析結果

#### (1) リーダーシップの分析結果と考察

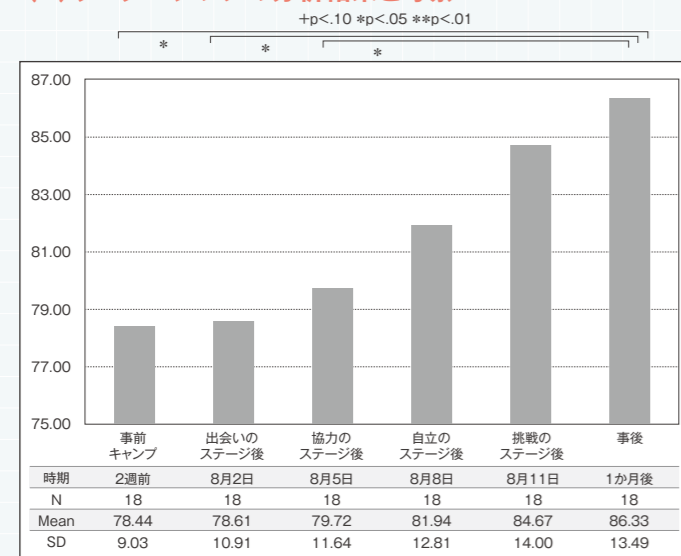


図1 「リーダーシップ」得点の平均の変化

参加者18名に6回の調査を実施し、1要因被験内計画による分散分析を行った。その結果、時期の主効果が1%水準で有意( $F(17,85)=4.50, P<.01$ )であった。

本事業を通して、参加した子供たちの5つの力(リーダーシップ尺度中位指標)「困難に自ら立ち向かおうとする力」「計画的に考え行動する力」「情報を収集し、想像力をもって課題を解決しようとする力」「役割を意識し、集団の規範を守る力」「集団内の人間関係を円滑にしようとする力」が伸びたことが言える。

参加者がキャンプ中に経験した自然体験やキャンプ生活(テント泊や野外炊事など)によって力を伸ばしていったと考える。また、1か月後においてもそれらの力が発揮されている。キャンプでの経験と得た力が自信となり、家庭や学校生活においても意欲的にその力を発揮して生活していることが結果からわかる。

#### (2) 上位指標の分析結果

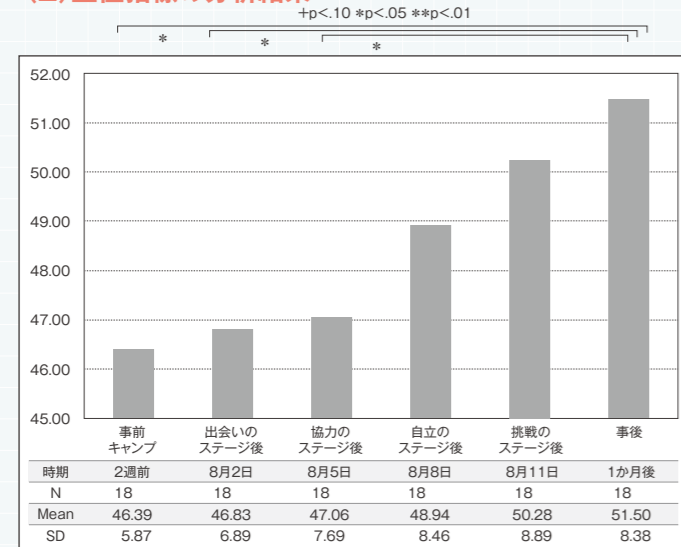


図2 「課題達成機能」得点の平均の変化

時期の主効果が1%水準で有意( $F(17,85)=4.12<.01$ )であった。

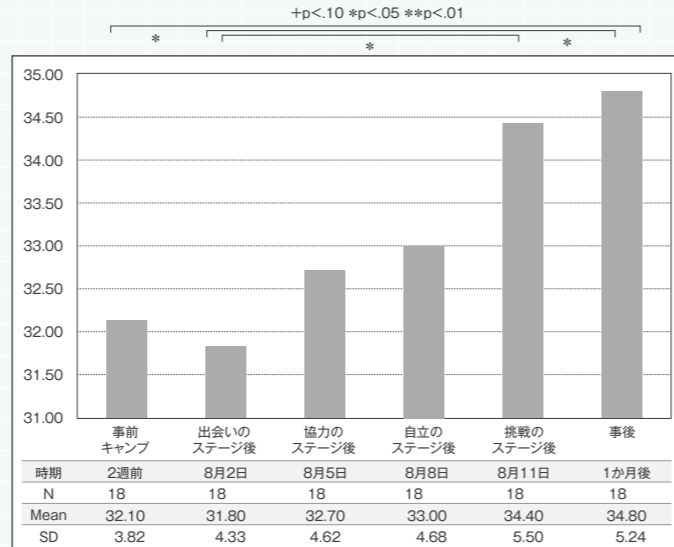


図3 「集団維持機能」得点の平均の変化

時期の主効果が1%水準で有意( $F(17,85)=4.02<.01$ )であった。

#### (3) 中位指標 リーダーシップ5つの力の分析結果と考察

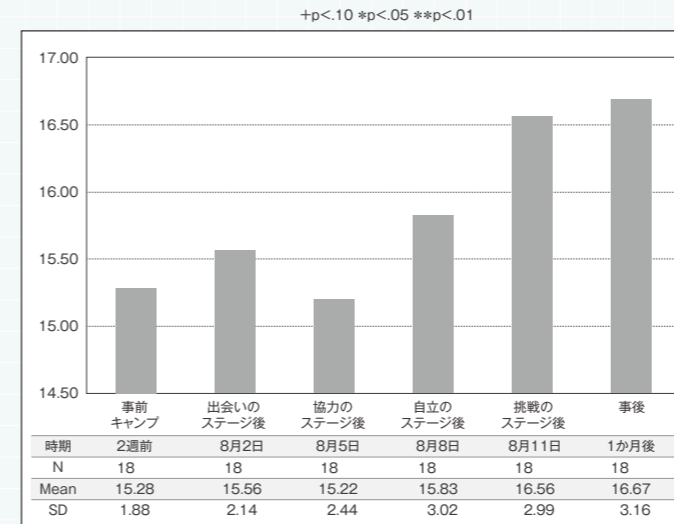


図4 「困難に自ら立ち向かおうとする力」得点の平均の変化

キャンプ1か月後に、参加者の保護者にアンケートを実施し、キャンプ後の様子について答えていただいた。その内容から、キャンプ後の変容とキャンプのプログラムの特性から考察する。

#### ● 困難に自ら立ち向かおうとする力 (意欲・自立性・危機意識)

時期の主効果が5%水準で有意( $F(17,85)=3.00<.05$ )であった。

キャンプ前は家でのお手伝いを「言われてから」「嫌々」やっていたが、キャンプ後に進んで取り組んだり、工夫をしたり相手の気持ちを察してできるようになった(保護者アンケートより)などの変容がみられる。

キャンプ生活するためには、自分のことは自分でやらなければならない。例えば、荷物のパッキング、野外炊事やテント設営などを繰り返すという経験が、子供たちの生活習慣への意欲、周囲のためにできることは何かを考え行動する力を付けたと考える。

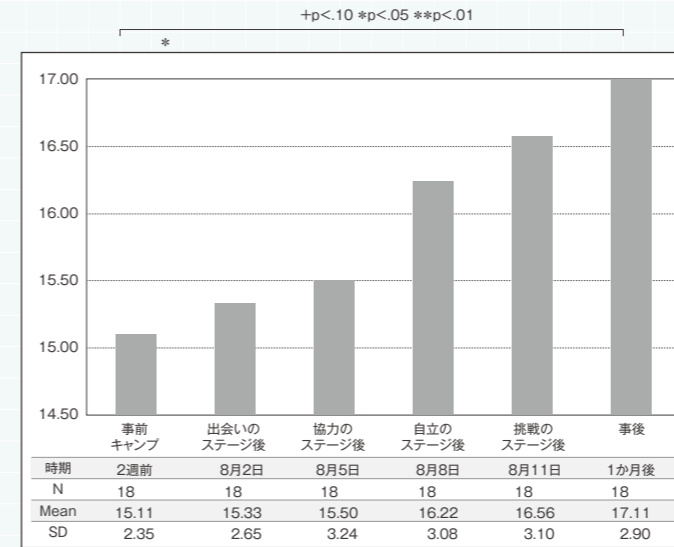


図5 「計画的に考え行動する力」得点の平均の変化

#### ● 計画的に考え行動する力 (計画・判断・省察・アクション)

時期の主効果が1%水準で有意( $F(17,85)=3.39<.01$ )であった。

キャンプ後に「土日に遊びに行く予定がある時、朝早く起きて宿題を全て終わらせている」「時間を意識して計画を立てるようになった」「何かを準備する時に、行動の流れを予想してもしもの場面も考えて自分で準備している」(保護者アンケートより)などの変容がみられる。

キャンプ生活の中で、何度も荷物やテントをまとめたり、地図を見ながらトレッキングのルートを確認したりした経験から、先を見通して計画的に行動したり、自分で考えて行動することができるようになったと考える。

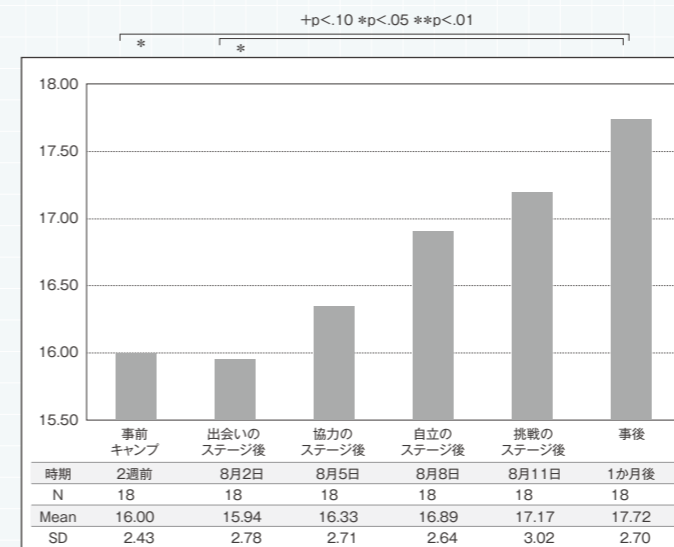


図6 「情報を収集し創造力をもって課題を解決しようとする力」得点の平均の変化

#### ● 情報を収集し想像力をもって課題を解決しようとする力 (情報収集・想像力)

時期の主効果が5%水準で有意( $F(17,85)=3.12<.05$ )であった。

「わからないことは自分で調べたりする」「料理や工作を自分で調べたり工夫して作る」(保護者アンケートより)などの変容がキャンプ後に見られる。

自立のステージでは、地図とキャンプ序盤の経験とグループでの話し合いによってルートを確認して進んでいく。この区間は様々なトレイルルートが入り組んでいるため、知識や技能と仲間の意見を聞き整理する力が必要となる。自分たちの力で進むことの楽しさや充実感が参加者の力を伸ばしたと考える。



## キャンプにおける社会的スキル尺度の結果と考察

事前キャンプ、各ステージの後、キャンプ1か月後の6回調査を実施し、参加者の社会的スキルを測った。

### 1 社会的スキル尺度

関係参加行動	関係向上行動	関係維持行動
<input type="checkbox"/> 友達と離れてひとり遊ぶ(※) <input type="checkbox"/> 遊んでいる友達の中に入ろうとしても、なかなか入れない(※) <input type="checkbox"/> 友達の遊びをじっと見ていることが多い(※) <input type="checkbox"/> 自由時間に友達とあまりおしゃべりしない(※) <input type="checkbox"/> 友達にあまり話しかけない(※) <input type="checkbox"/> 話しかけようとする、ドキドキする(※) <input type="checkbox"/> 友達に気軽に話しかける	<input type="checkbox"/> 友達が失敗したら励ましてあげる <input type="checkbox"/> 困っている友達を助けてあげる <input type="checkbox"/> 相手の気持ちを考えて話す <input type="checkbox"/> 引き受けたことは最後までやり通す <input type="checkbox"/> 自分に親切してくれる友達には、親切にしてあげる <input type="checkbox"/> 友達の意見に反対するときは、きちんとその理由を言う <input type="checkbox"/> 友達の頼みをよく聞いてあげる	<input type="checkbox"/> よく友達の邪魔をする(※) <input type="checkbox"/> なんでも他の人のせいにする(※) <input type="checkbox"/> 人をおどかしたり、いばったりする(※) <input type="checkbox"/> 友達にけんかをしかける(※) <input type="checkbox"/> 自分のしてほしいことを、むりやり友達にさせる(※) <input type="checkbox"/> 友達の欠点や失敗をよく言う(※) <input type="checkbox"/> 間違いがあっても素直に謝らない(※)

表1 社会的スキル尺度質問項目一覧

※は反転項目

### 2 社会的スキル尺度の分析結果から見た成果のポイント

- ★他者と生活を共にしながら折り合いをつけることを学び、人間関係を円滑に営む力を付ける。
- ★目標達成に向けてグループで挑戦する活動が社会的スキルを向上させる。
- ★話し合いをして合意形成をする経験を繰り返すことで社会的スキルを獲得していく。

### 3 分析結果

キャンプに参加した子どもたちの社会性の変化を、戸ヶ崎・坂野(1997)が作成した『学校における社会的スキル尺度』をキャンプ場面における行動に適したものに修正し用いた。社会的スキル尺度は、適切な仲間関係を形成し、維持し、向上させる社会的行動に関する3因子21項目からなる質問紙である。質問紙は、質問項目に対して「ぜんぜんそうでない(1点)」「いつもそうだ(4点)」の4件法で評定を求めた。

調査は、事前キャンプ(2週間前)、出会いのステージ終了後(8月2日)、協力のステージ終了後(8月5日)、自立のステージ終了後(8月8日)、閉会式(8月11日)、キャンプ終了1か月後の合計6回行った。

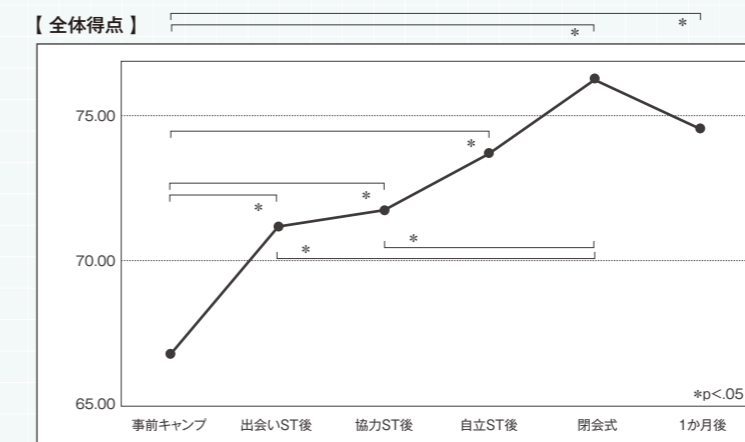


図1 「社会的スキル」全体得点の変化(N=18)

まず、社会的スキル尺度の全体得点について、一要因分散分析を行った。その結果、時期の主効果が1%水準で有意であった(F(5,85)=9.91, p<0.01)。多重比較の結果、事前キャンプよりもすべての調査時期の得点が有意に高く、また出会いのステージ後、協力のステージ後よりも閉会式時が有意に高かった。

次に、因子毎に得点を算出し、時期における得点の変化について一要因の分散分析を行った。

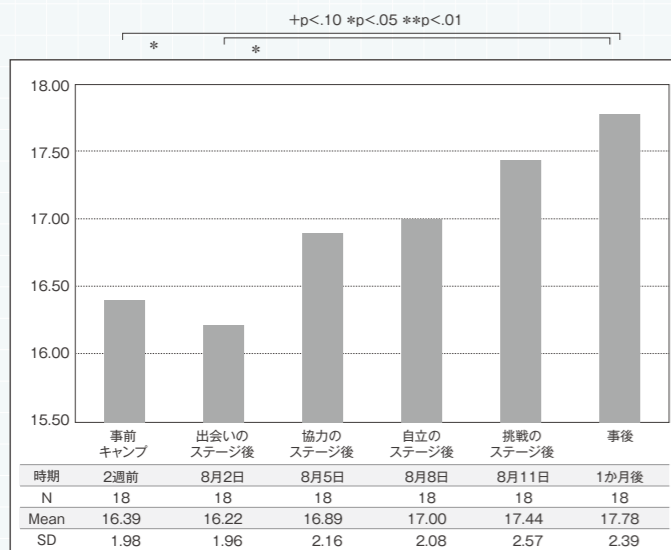


図7 「役割を意識し、集団の規範を守る」得点の平均の変化

#### ● 役割を意識し、集団の規範を守る力 (役割意識・規範意識)

時期の主効果が1%水準で有意(F(17,85)=3.87<.01)であった。

保護者アンケートには、「学校行事でルールを守ったり、守っていない仲間呼びかけをしたりしている」「学校や地域のために活動している」(保護者アンケートより)など自分の所属する集団のために行動している様子が伺える。

キャンプ中に、自分たちの班の目標を達成するためにどうすればよいかを話し合い、約束づくりをしていく中で、役割意識や規範意識が高まり、学校生活でも生かされていると考える。

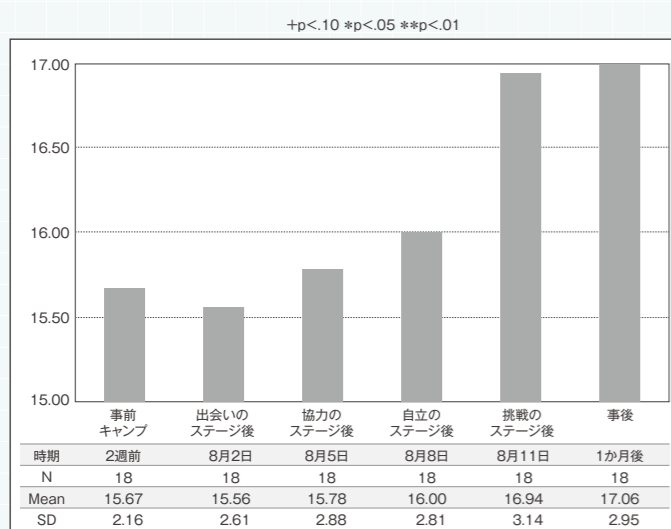


図8 「集団内の人間関係を円滑にしようとする力」得点の平均の変化

#### ● 集団内の人間関係を円滑にしようとする力 (伝達・コミュニケーション能力、ユーモア・明るさ)

時期の主効果が5%水準で有意(F(17,85)=2.82<.05)であった。

キャンプ1か月後において数値が維持できているのは、対象となる集団が変わっても人間関係を円滑にするスキルが身につく、実践されているためである。キャンプ中の自分たちの力で集団を作り上げていく経験を通して、コミュニケーションの大切さを学んだと考える。

## 4 全体考察

### ★リーダーシップ尺度の5つの力が 事後1か月においても向上

分析の結果、キャンプ1か月後においても平均の数値が向上している。この点については、保護者面談を実施した成果だと考える。保護者はキャンプ中の出来事や子供から聞くことを楽しみにしている。しかし、すぐに話せない子供もいる。キャンプ後の保護者面談では、チーフカウンセラーが直接保護者にキャンプでの出来事や様子を伝えた。家庭に帰ってから、保護者はゆっくりと子供の様子を見守り、また成長した姿に「すごいね」「ありがとう」と肯定的な評価の言葉を伝え、キャンプ後の良好な親子関係を築いていったと考える。キャンプ1か月後においても数値が向上しているのは、キャンプと日常生活をつなぐ保護者面談の成果であると考えられる。キャンプで得た力を日常生活で生かしていくためには、キャンプ後の保護者の関わりが重要である。

### ★ステージ制とキャンプ生活のルーティンが 「計画的に考え行動する力」を向上させる

MYOKOチャレンジでは、どのステージでも基本的な活動は変わらない。しかし、ステージごとにねらいを持たせ、「主体的に取り組んでいく活動」に発展していく。また、「野外炊事」「テント設営」「パッキング」「トレイルを歩く」などの活動がルーティン化されている。徐々に見通しがもてることによって、できるようになる。同じことが繰り返されることで考える余裕がでて、仲間と話し合っ活動するようになっていく。このことが、「計画的に考え行動する力」の育成につながったと考える。

### ★ビーイングと振り返りによる話し合い活動が 「役割を意識し、集団の規範を守る力」を向上させる

ビーイングの活動は、ルールや約束が自分たちの集団にとって大切なものだということを学ばせ、なぜ守らなければならないかを考えさせたり気づかせたりしている。規範の本質に気付くことによって、集団が変化したキャンプ1か月後においても平均の数値が向上していると考えられる。

【関係参加行動】

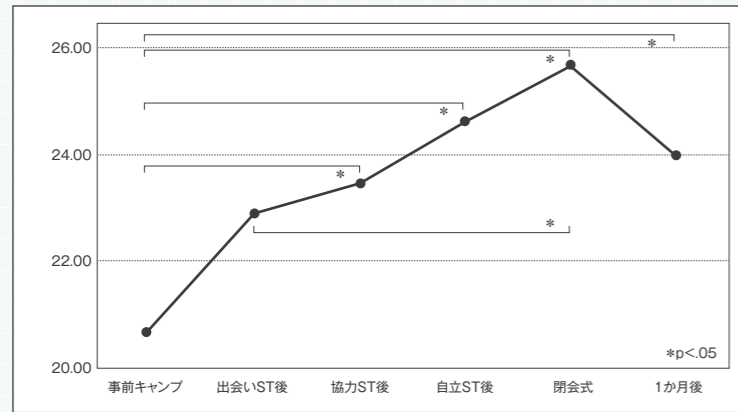


図2 関係参加行動の変化 (N=18)

【関係向上行動】

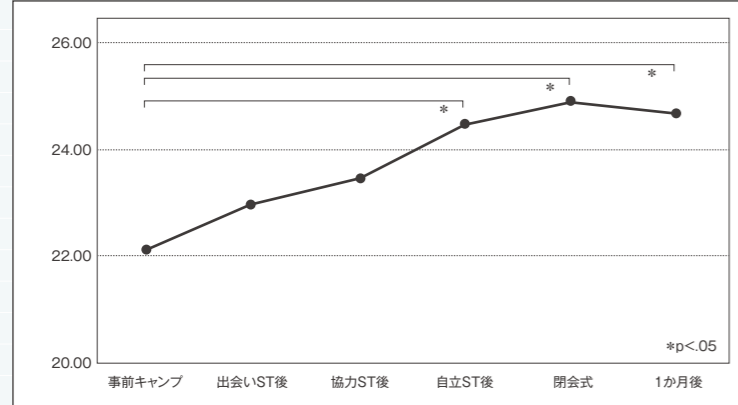


図3 関係向上行動の変化 (N=18)

【関係維持行動】

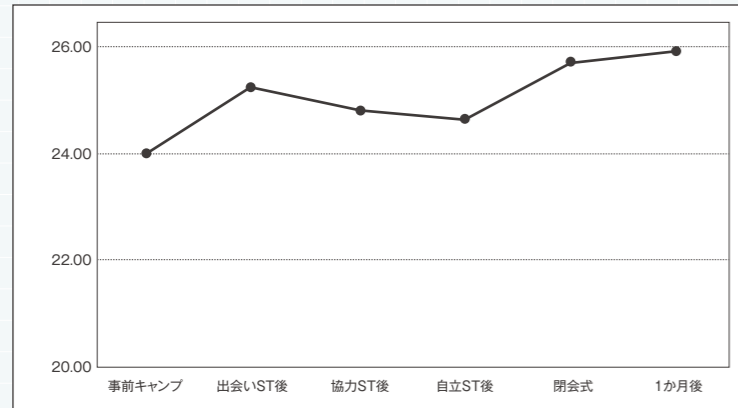


図4 関係維持行動の変化 (N=18)

関係参加行動因子では、時期の主効果が1%水準で有意であった( $F(5,85)=8.71, p<0.01$ )。多重比較をおこなったところ、事前キャンプよりも、協力のステージ後、自立のステージ後、閉会式時、また、出会いのステージ後よりも閉会式時の得点が有意に高い結果が得られた。さらに、1か月後の得点は、事前キャンプよりも有意に高くその効果が維持された。

関係向上行動因子では、時期の主効果が1%水準で有意であった( $F(5,85)=5.26, p<0.01$ )。多重比較をおこなったところ、事前キャンプよりも、自立のステージ後、閉会式時、1か月後の得点が有意に高い結果が得られた。

関係維持行動因子では、時期の主効果が10%水準で有意傾向であった( $F(5,85)=2.17, p<0.10$ )。多重比較をおこなったところ、各時期の得点に有意な差は認められなかった。

り、おのずから人間関係を円滑に営むことが求められる。朝起きてから、夜寝るまでの多くの時間において、他者と折り合いをつけて活動を進めていかなければならない。また、MYOKOチャレンジは、トレイルを踏破するという大きな目標のあるプログラムである。目標達成に向かってグループで挑戦するということが、参加者の社会的スキルを向上させる好機となっていたと考えられる。

社会的スキル得点が、ステージを追うごとに向上しているが、これはプログラムデザインのねらいと合致していると思われる。出会い、協力、自立とステージが進むにつれ、カウンセラーの介入がなくなり、グループで話し合い、決定し、協力する態度が醸成されたものと考えられる。グループにおいて、自分の意見を述べ、相手の意見を聴き、そしてお互いに合意を形成するという経験を繰り返すことによって段階的に社会的スキルを獲得したと考えられる。

以上の結果より、MYOKOチャレンジ2016の参加者は13日間のキャンプにおいて、全般的には社会的スキルを向上させたと言えることができる。社会的スキルには、「円滑な人間関係を営むために必要な行動」と「人間関係を阻害する行動」の2つがあることが知られている。キャンプでは、前者である「関係参加行動」と「関係向上行動」の2つの行動スキルの獲得が顕著であった。すなわち、キャンプにおいては、積極的に人間関係を作り、関係を円滑にするためのスキルを獲得したと言えよう。しかし、後者にあたる「関係維持行動」のスキル向上は認められなかった。これは、他の2因子の得点に比較してみると、関係維持行動の事前キャンプ時の得点が高く、このことによって有意差が認められるまでには向上しなかったことが推察される。

キャンプは24時間を他の参加者と共にするグループ活動であ

## 事業の成果と課題

MYOKOチャレンジ2016の成果と課題、統合型キャンプとして、どのような点がポイントになっているのかをまとめた。

### 1 成果

- 1 リーダーシップの5つの力が伸びた
- 2 社会的スキルを獲得することができた
- 3 統合型キャンプによって一人一人が成長した

#### MYOKOチャレンジにおける統合型キャンプのポイント

##### 1 参加者同士の対等な関係性をつくる

グループの中でリーダー性を発揮してグループをまとめる存在が目立つことなく、互いに対等な関係性の中で活動している。キャンプが進むにつれて、場面ごとにリーダーが現れ、互いに尊重し合いながら活動した。また、ピーニングによる振り返りの場面などで自分の考えをはっきり伝えるなど積極的な姿勢が見られた。互いにありのままの自分を出し、認め合う関係性が参加者の成長を促したと考える。

歩く活動の中で、隊列の距離間がグループのコミュニケーションを活発にしたり、自問自答する時間が日常生活よりも増えたりしている点が、自分と他者、グループの良好な関係性を作るポイントとなっているだろう。

#### MYOKOチャレンジにおける統合型キャンプのポイント

##### 2 安心して活動できる環境をつくる

協力のステージ後半になると、参加者が主体的に活動に取り組むようになる。これは、①活動プログラムのルーティン化により見通しをもって安心して活動できる、②ステージが進むにつれてそれぞれが力を発揮して主体的に活動に取り組んでいくプログラム構成、になっているからである。また、ピーニングでグループの目標が明確になっており、その目標を達成するための話し合いが適切なタイミングで行われるためグループの一体感がつくられ、所属感が高まっていったと考えられる。

スタッフが参加者を共通理解するための「健康等調査用紙」「カウンセリング」「面談」「キャンプ中のスタッフ研修(スーパーバイザーである筑波大学坂本教授からの適切なアドバイス)」が、参加者への適切な関わり方につながった。スタッフの適切な関わりの中で、参加者がありのままの自分を表現できる環境がつけられていったと考える。

手立て

「ピーニング」で振り返り

活動の振り返り

グループ編成

歩くプログラム

手立て

活動プログラムのルーティン化

「ピーニング」で振り返り

対象者理解と情報共有

### 2 課題

- |     |                                              |   |                    |
|-----|----------------------------------------------|---|--------------------|
| 課題1 | 各プログラムのねらい、ねらいにせまるための支援について、スタッフ間での共通理解が難しい。 | ➔ | プログラムデザインの見直し      |
| 課題2 | 社会を生き抜く力「自立」「協働」「感謝」を検証できていない。               | ➔ | プログラムのねらいに合った尺度の選定 |
| 課題3 | 登山の安全管理についてのスタッフの知識や技術が不十分。                  | ➔ | スタッフ研修の充実          |

## 協力者へのインタビュー

MYOKOチャレンジ2016の実施にあたり、2名の先生方から企画段階から運営面まで、ご指導いただきました。また実施後は、キャンプ全体を振り返ってのご指導いただきました。



信州大学 理事・副学長  
平野吉直氏

を抱える子だけがいる、そうでない子だけがいるということはないわけです。当然トラブルも起きやすくなるでしょう。しかし、起きるトラブルの中で、どう解決するか、どう折り合いをつけていくかを実際の経験の中で学んでいくことができます。一般に、課題のある子だけに、注目が向けられがちですが、課題のある子、ない子のどちらにも教育的な効果があるということを明らかにしていただきます。

### 4 「歩く」を中心に据えたプログラムについて

MYOKOチャレンジは、歩くことが中心のプログラムです。歩くことのよさは、いろんな分野で明らかにされていますから、「歩くこと」の効果にこだわるよりは、歩くことを含めたMYOKOチャレンジの効果を考えていくとよいと思います。グループを編成し、長期に渡って「歩く」ことを繰り返す。そうした、全体のプログラムの中からのキャンプの有効性を見出していただきます。

また、いかだを作ったり、マウンテンバイクを用意したりするなど高額の費用をかけなくても素晴らしいキャンプができる、ということは、主催者側からの視点として大きなメリットといえます。

### 5 「自立」「協働」「感謝」について

学校とか、普通の遊びの中ではなく、自然の中の体験活動だからこそ、「自立」「協働」「感謝」が生まれやすくなります。キャンプになれば、普段手伝ってくれる人がいないわけですから、自分でやらなければいけない。しかもMYOKOチャレンジの場合、自分たちで、計画を立て、いろいろ考えることで、主体的な取り組みを促しています。自分で決め、それをやり遂げる。苦労して「やり遂げる」ことが大事です。だからこそ普通の生活より「自立」が生まれやすくなります。

そして、便利な道具もなく、しかも一人ではできなくて、みんなとやらなければならないという状況になると、自然と協働や役割分担などが生まれてきます。野外炊事をして協力することを本当に学べるか？ということを考えてみてください。みんなでジャガイモと一緒に切るわけではありませんね。決して野外炊事というプログラムを否定しているわけではありませんが、案外協力しなくてもできてしまうこともあります。そう考えると、みんなでやること、行動を共にすること＝協力する、ということではないのです。アウトドアのプログラムの特徴というのは、本当に協力しなければならない状況になり、それを成し遂げられて初めて、協力することの大切さを学ぶことができるというところにあります。一人ではできなくても、みんなと一緒にだったからできたという経験が大事なのです。MYOKOチャレンジでも、長い距離を歩こうというときに、たった一人ではたどり着けなくても、みんながいるからたどり着けたということが「協働」につながります。それは、一緒に寝泊まりし、ご飯を作って、出会った仲間と気心の知れる仲間になり、励まし合ったり、人のことを受け止める心ができたりする中で生まれてくるものだと思います。

### 1 振り返りの方法について

私が主催するキャンプの振り返りでは、子供たちに紙を1枚渡し、その日何があったのかを自由に書かせます。文章を書く子供もいるし、絵やイラストを描く子もいます。文章を書くことに抵抗がある子にとっては、絵やイラストでもOKとしておくと、抵抗なく取り組めます。その日に感じたことを素直に表現できるような振り返りになるといいと思っています。ですから、無理に書かせようとはしません。疲れて書けない子もいますが、それもOKとします。そうすることで、活動で感じた素直な気持ちを表せるようにしています。振り返りで書いたことは、大切なお土産にもなります。また、保護者にとってキャンプ中の子供の様子を知る材料の一つとなります。

### 2 募集・広報について

社会にMYOKOチャレンジの特徴や成果を広報することは、野外教育の効果を社会に伝えていくためにもとても大切なことです。効果をきちんとした形で、報告書にしていることや、筑波大学の坂本氏をスーパーバイザーにしてカウンセリングの要素も取り入れていることなどを、どんどんアピールしていただきます。長期のキャンプに参加させるとなると、保護者にも不安があるのが当然です。これまでの成果をアピールすることで安心するための材料にもなります。

また、昨年の動画をwebで配信し、キャンプの様子が伝わるようにしたり、メール等で問い合わせを受けたりすることでキャンプに対する不安を減らせると思います。

### 3 統合型(問題を抱える子、そうでない子が一緒にキャンプに参加する形態)の効果について

不登校児など問題を抱える子供だけを対象としたキャンプもあります。そういうキャンプは、より専門的な見地から子供たちにアプローチし、素晴らしい成果を上げています。その一方で、MYOKOチャレンジのように、統合型、つまり、発達障害などの特性がある子、そうでない子が一緒になってキャンプをする場合には、社会性を育む効果があると考えています。社会の中では、課題

筑波大学 教授  
坂本昭裕氏

(MYOKOチャレンジのスーパーバイザーとして全日程に帯同)

### 1 プログラムの流れについて

子供たちが自主的に動けるためには、動きの見通しが必要で、情報が必要です。あらかじめ、どこで、どう時間を使い行動していけばよいかを伝えることが大切です。また、活動自体の流れもスムーズであることが必要です。例えば出発前。子供たちの動きとして、「朝ごはんを食べ、荷物整理をし、テントを撤収する。」しかし、この後、撤収したテントを積むための時間が必要となり、結果的に本部が子供たちを待たせる場面がありました。この流れを「荷物の整理、テントの撤収、朝ごはん」とすれば、子供たちは待たなくて済みます。自分たちの動きがスムーズになれば、計画的に行動しようとする気持ちがさらに高まるでしょう。子供たちが自主的に動きやすいように、主催者側が、プログラムの流れを考えることが大切です。

### 2 振り返りについて

トレイルを歩いた直後に、短時間で振り返りを行うことができて、よかったと思います。その反面、振り返りの内容が、トレイルを歩くことに偏っていました。「野外炊事、テント泊などを含む、キャンプ生活全体の振り返り」をもっと行ってもよかったと思います。めあてに対しての振り返りはもちろんですが、それ以外にも振り返りの範囲を広げ、カウンセリング的な視点から、子供たちの気持ちを引き出す工夫をしていただきます。それは、キャンプカウンセラーのやり方によって、たくさんの方があると思います。「今日どうだった？」と何気なくオープンクエスチョンで聞くのもいいでしょう。また、スタッフで、どのような振り返りをどう行っていくのか、プログラムデザインをつくっておいでもいいと思います。

### 3 スタッフについて

今回のMYOKOチャレンジでは、プログラムディレクター、マネジメントディレクターと役割をしっかりと分けて行うことで、スムーズに活動を進められました。また、カウンセラーも役目に専念できたと思います。

安全管理については、活動する上での必須条件です。MYOKOチャレンジのように、移動型、しかも山の中という場合、有事に連絡を取れる体制をしっかりと整えることが大切です。通信機器が使えない場合もある。その場合、サブカウンセラーが連絡に走るなど、どう行動するかを具体的に想定し、スタッフの動きを確認しておくことが必要です。

キャンプのよさに、学校教育の現場と比べて、ルールや価値観など許容の範囲を広げられるということがあると思います。キャンプの危うさでもありますが、ある程度の「柔軟性」を認めていきたいものです。そういう意味で考えると、学生ボランティアなど、若い人は、失敗もするけれども考え方やその枠組みも柔軟で広いと思います。ですから、若いスタッフを起用すること



はいいいことだと思います。プログラムを動かす枠組みは当然必要ですが、できる限り子供たちが自由にできるようにして、その中で起こるダイナミックな出来事を許容し、抱えていける体制をとることが大切だと感じます。

### 4 トラブルの解決について

プログラムの特色として、子供たちは、歩いているうちに何か収まりをもてるようになることを感じました。それはGさん(グループ内での人間関係に悩み、続けることが嫌になったとき、坂本氏と二人で歩き、再びグループに戻った参加者)と一緒に歩いているとき、すごく感じました。歩いているうちに自分の中で何かを了解していく。仕方がなくなるというか、人間同士のことは、人間のせいにしたがるものですが、自然に対しては、そうはいかない。人間関係の中で受け入れられなかったことを、自然の中を歩くことで、いつの間にか受け止められるようになっていったのだと思います。それは、Aさんもそうです。オコジョの事件(妙高山登山中、オコジョを見る・見ないをきっかけに、登山道上で、1時間ほど話し合いになった。Aさんはヒートアップし、グループの仲間と対立関係になった)で沸き上がったAさんの怒りの沸点も、歩く中で落ち着き、収まりをつける場面がありました。自然の中を歩くことで、いつの間にか自分とは異なることを受入れ、自分に折り合いをつけることを学ぶことができていたのではないのでしょうか。

### 5 子供たちの成長について

子供たちの抱える課題が前面にでて、問題となるのが、自己の成長につながります。こうした成長は、長期で、しかもグループで活動するからこそ現れる効果の一つだと思います。だからと言って、わざと問題を起こさせるわけではありません。つまり、それは起こってくるのです。いわばある意味、偶然性に任せる教育なのです。それがキャンプの面白さであり、魅力といえます。キャンプでの出来事を拾い上げ、その中で子供たちにこういう学びがありました、ということを実業評価の際に注目し、今後につなげていってほしいと思います。

\*坂本氏はP10・11「個別の事例と考察」も執筆



## 謝 辞

妙高の自然の中での過酷なチャレンジ。日に日にたくましくなってくる子供たち。子供たちの「無限」の可能性を感じさせる「MYOKOチャレンジ2016」でした。

参加した18名は、一人一人みんな自分の目標とグループの目標を持って起伏の激しい100kmに挑戦しました。子供たちは、それぞれの環境に順応していく力を持っており、キャンプのところで会いに行きたびに成長を感じることができました。

「人は人によって人になる」と言います。今回のキャンプで言えば、「過酷な自然環境の中で、そして、グループの中で人を育てる」。過酷で不便な自然の中では、一人では生きていけない。みんなが目標に向かって協力すること、トラブルを乗り越えることでグループは成長し、一人一人の子供たちも大きく成長しました。

それを支えているのは、学生スタッフや本施設の職員です。しかし、その学生スタッフや本施設の職員も、子供たちやスーパーバイザーの坂本先生をはじめ、多くの皆様のおかげで、成長した

ように見えました。

本事業は、国立妙高青少年自然の家で考えた子供たちの「社会を生き抜く力」(自立・協働・感謝)を身に付けさせるためのプログラムデザインや手立てを開発し、多くの青少年の体験活動に役立てようと実践して2年目となりました。その成果と事業の様子を本報告書にまとめましたので、皆様のご批評を賜りたくお願い申し上げます。

最後になりましたが、この事業を企画・運営・評価するにあたって、国立妙高青少年自然の家運営協議会委員であります信州大学副学長の平野吉直先生、筑波大学教授の坂本昭裕先生、国際自然環境アウトドア専門学校の長野康之先生と東京女子体育大学に異動された永井将史先生に多大なるご指導・ご支援を賜りました。また、本事業を実施するにあたりまして、関係機関・団体・企業等の皆様から多くのご支援を賜りました。感謝申し上げます。

国立妙高青少年自然の家 所長 伊野 亘

## お世話になった皆様

### 国立妙高青少年自然の家運営協議会

#### 国立妙高青少年自然の家運営協議会運営委員 兼 MYOKOチャレンジ2016運営委員会

平野吉直(信州大学理事・副学長)

坂本昭裕(筑波大学人間総合科学研究科教授 臨床心理士)

### 後援

新潟県教育委員会／長野県教育委員会／妙高市教育委員会／上越市教育委員会／糸魚川市教育委員会

### 協賛企業(五十音順)

(株)伊藤園上越営業所／WEST上越店／コカ・コーライーストジャパン(株)上越支店／四季彩の宿 かのえ／NPO法人 信越トレイルクラブ／(株)スノーピーク／スーパースポーツゼビオ上越店／POWERDRIVE R117

### 協力企業(五十音順)

休暇村妙高 笹ヶ峰キャンプ場／(株)キュービットバレイ／高谷池ヒュッテ／山荘 京ヶ岳 フォークハウス湖畔／上越清里星のふるさと館／戸狩観光協会／野尻湖レジャープロジェクト(有)／(株)橋詰商会／光ヶ原高原グリーンパル高原荘キャンプ場／斑尾高原ホテル／(有)湯米心まつのやま ぱーどがーでん／雪だるま温泉 雪の湯

### MYOKOチャレンジ2016 スタッフ

スーパーバイザー  
坂本 昭裕  
筑波大学教授  
プログラムディレクター  
田原 朋子

マネジメントディレクター  
岩田 一紀

マネジメントスタッフ  
板垣 碧  
新潟青陵大学学部生

1班チーフカウンセラー  
竹内 政仁

1班サブカウンセラー  
渡辺 直樹  
国際自然環境  
アウトドア専門学校生

2班チーフカウンセラー  
大友あかね  
筑波大学坂本研究室

2班サブカウンセラー  
吉田 卓眞  
国際自然環境  
アウトドア専門学校生

3班チーフカウンセラー  
町田 涼太

3班サブカウンセラー  
狩谷 順子  
新潟青陵大学学部生

平成28年度  
国立妙高青少年自然の家  
職員

所 長  
伊野 亘  
次 長  
桑山 宗大

主任企画指導専門職  
水澤 勝宏

企画指導専門職  
米村 貴  
田原 朋子  
岩田 一紀  
水野 敏明  
企画指導専門職付  
及川 未希生

事業推進係長  
安原 覚  
事業推進専門職  
外立 努  
事業推進係主任  
竹内 政仁

事業推進係  
東 千香子  
飯吉 陽子  
蟹江 真耶  
八十島恵美子  
町田 涼太

総務係長  
高波 聡美

総務係  
山田 佳寛  
関 博志

管理係長  
村椿 和之

管理係  
山崎 和美  
森田 康博

独立行政法人国立青少年教育復興機構

 国立妙高青少年自然の家

## MYOKO チャレンジ2016 [報告書]



この夏の「経験」・「仲間」・「思い出」は、  
人生の「お守り」になるよ。



平成28年度 教育事業報告書

MYOKOチャレンジ2016 ～自分の足で歩く100kmトレイルへの挑戦～

発行日 平成29年3月

編集・発行者 独立行政法人国立青少年教育復興機構 国立妙高青少年自然の家

印刷所 株式会社 桐朋

お問い合わせ／独立行政法人国立青少年教育復興機構 国立妙高青少年自然の家

TEL 0255-82-4321【担当 田原・岩田】 FAX 0255-82-4325

URL <http://myoko.niye.go.jp/>

