

<資料>

70 日間の長期寄宿体験が子どもの自己効力感に及ぼす影響

瀧 直也 信州大学学術研究院教育学系

平野吉直 信州大学学術研究院教育学系

The Influence of 70 days Long-term Boarding Experience on Children's Self-Efficacy

TAKI Naoya: Institute of Education, Shinshu University

HIRANO Yoshinao: Institute of Education, Shinshu University

In this research, the effect of long-term lodging experience on self-efficacy of children was examined. Children attending Tateshina Nursing school, the long-term boarding program answered the “GSESC-R” survey. The results showed that self-efficacy of children could be improved through long-term lodging experience. It seems that the experiences of living in an environment that is different from what he/she is used to such as his/her parents' home for 70 days at Tateshina Nursing School had an influence on the improvement of self-efficacy of child. In the future, it is necessary to establish a control group to conduct a comparative survey.

【キーワード】 長期寄宿体験 自己効力感 セルフ・エフィカシー 蓼科保養学園

1. はじめに

自己効力感 (Self-efficacy) は、Bandura (1977) が提唱した社会的学習理論に含まれ、「ある結果を生み出すために必要な行動をどの程度うまく行うことができるかという個人の確信」と定義されている。予測される状況に対して必要な行動を計画したり、実行したりするための能力に関わり、人の考え方、感じ方、動機づけ、行為に影響を与える。

これまで野外教育の分野においては、冒険教育プログラムの心理面の解釈に多く用いられており、飯田ら (1992) が小学校高学年を対象に、伊原ら (2002) が中学生を対象に自己効力感の向上を検証している。

長野県諏訪市の蓼科保養学園では、市内 7 小学校から約 40 名の小学 5 年生が入園し、親元を離れ 70 日間の長期寄宿体験を行っている。入園児童は、仲間と生活を共にする中で、自然体験活動や、学園ならではのスポーツ活動に取り組んでおり、生活体験、自然体験、社会体験が数多く組み込まれた活動を体験している。

長期の宿泊体験や自然体験活動の教育的効果について、これまで橘ら (2001) が開発し

た「IKR 評定用紙」を用いた多くの研究（橘ら 2003，瀧ら 2007）がなされ、生きる力の向上について成果が報告されている。瀧ら（2018）は、蓼科保養学園の長期寄宿体験の生きる力の向上について報告しているが、長期寄宿体験が及ぼす具体的な影響についての研究はほとんど行われていない。

そこで、本研究では、福井ら（2008）が開発した児童用セルフ・エフィカシー尺度「GSESC-R」を用いて、70 日間の長期寄宿体験が児童の自己効力感に及ぼす影響を明らかにすることを目的とする。

2. 研究方法

2.1 蓼科保養学園の概要

蓼科保養学園は、大正 12 年に虚弱児童の心身の鍛練と体位の向上のための施設として医師の小澤侃二によって創設された。昭和 23 年に長野県諏訪市に寄贈され、昭和 27 年から児童福祉法に基づく虚弱児施設として運営されていたが、現在は諏訪市独自の児童福祉施設となり、子どもの心と体の健康づくり、精神面での自立の促進、蓼科の恵まれた自然とのふれあいの推進を目的に運営されている。児童は、学習指導要領に基づく教育を受けながら、家族と離れ同学年の仲間と集団生活を送っている。また、諏訪市医師会・嘱託医の全面的な協力により、医学的研究成果にもとづく生活指導、健康管理指導が行われている。学園は、標高 1250m の高原に位置し、四季折々の変化に富んだ環境にある。

入園期間は、70 日間で、1 年間で 4 期（1 期：4 月～6 月，2 期：7 月～9 月，3 期：10 月～12 月，4 期：1 月～3 月）に分けて実施している。各期の定員は 40 名であり、入園対象となる児童は、諏訪市内の小学校に在籍する小学 5 年生の児童である。入園できる条件は、親が入園を希望する者と学校の担任、養護教諭、校医が推薦する者とされている。近年の傾向として、自分の意志で入園してくる児童が多いようである。

職員は、園長 1 名、児童指導員 2 名、保育士 4 名、看護師 1 名、栄養士 1 名、支援員 1 名、教員 2 名、調理員 3 名、庁務員 1 名、嘱託医 2 名の計 18 名で、児童の学習指導や生活指導、健康管理など、学園生活全てのサポートを行っている。

日常生活は、表 1 に示す日課表に沿って行われ、児童は、ホームと呼ばれる部屋で 4～5 名で共同生活を送る。生活に必要なことは自分たちで行うように指導されており、清掃は全員が分担制で行い、食事は調理されたものを児童が当番制で配膳する。

蓼科保養学園には学校が併設されており、2 学級に分かれ（1 学級約 20 名）、学習指導要領に基づき、在籍校と同様の学習指導がされている。

毎日、朝と夕方に運動の時間があり、児童は主にマラソンと竹馬に取り組んでいる。マラソンは、70 日間で 215km を走ることが目標とされており、児童は自分で走行距離を計算し生活日記に記録していく。竹馬は、児童自身が作製したものを使用し、5 級から 1 級、初段から 5 段まで計 10 段階の学園独自の検定があり、全ての検定に合格すると、竹馬名人級という称号がもらえる。児童同士が検定員となって、検定を進めている。その他、大

縄跳びや卓球などにも取り組むことがある。また、豊かな自然環境の中で、表2のような様々な行事や体験プログラムを行っている。他にも各期共通する行事として、入園式と退園式、70日間の中で唯一保護者に会うことができる面会日（中間日に設定）、退園前のお楽しみ会、蓼科湖マラソン大会が行われている。

表1 学園日課表

時間	平日	土日
6:30	起床, 洗面, 掃除	
7:10~7:40	ラジオ体操, マラソン	
7:50~8:20	朝食	
8:45	登校	自習, 読書, 手紙
8:50~12:00	学校	集団活動
12:00~13:00	昼食	
13:00~15:00	学校	集団活動
15:00~15:10	おやつ	
15:20~17:45	運動, 入浴	
18:00~18:30	夕食	
18:35~19:40	自習	
19:40~19:50	翌日の準備, 荷物の整理整頓	
19:50~20:15	自由時間	
20:20~20:40	生活日記	
20:40~21:00	就寝準備	
21:00	消灯	

表2 学園の行事

期	行事・体験プログラム
第1期	ネイチャーゲーム, もちつき・お花見会, ミニ運動会, オリエンテーリング, 遠足, ますつかみ, 尖石縄文考古館体験学習
第2期	尖石縄文考古館体験学習, 飯盒炊爨, プール開き, ネイチャーゲーム, キャンプ, 夏祭り, オリエンテーリング, ますつかみ
第3期	ますつかみ, 遠足, オリエンテーリング, もちつき会, ネイチャーゲーム, みそづくり体験
第4期	もちつき会, スケート教室, ネイチャーゲーム, オリエンテーリング, そり滑り・スキー教室, 卓球会

2.2 調査対象者

平成 X 年に蓼科保養学園に入学していた小学 5 年生の児童のうち、第 2 期・第 3 期・第 4 期に入園していた児童を対象に、入園直後 (pre) と面会日直前 (mid)、退園直前 (post) の 3 回調査を行った。各期の入園児童数と有効回答数の内訳は、表 3 の通りである。

表 3 調査対象者内訳

	入園児童	有効回答数
第 2 期	33 名	32 名
第 3 期	38 名	37 名
第 4 期	37 名	37 名

2.3 児童用セルフ・エフィカシー尺度 (GSESC-R)

セルフ・エフィカシーとは、「自分にはこのような行動が、この程度できる」という見込みのことである。Bandura (1977) は、「人は単に刺激に反応しているのではなく、刺激を解釈しているのである。刺激が特定の行動の生じやすさに影響するのは、その予期機能によってである」というように、行動変容における予期機能という認知変数の重要性を指摘している。この行動変容の先行要因としての「予期機能」には、「効力予期」と「結果予期」の 2 種類があるとされている。

「結果予期」とはある行動がどのような結果を生み出すかという予期のことであり、「効力予期」とは、ある結果を生み出すために必要な行動をどの程度うまくできるかという予期のことであり、そして、自分がどの程度の効力予期をもっているかを認知したときに、その個人にはセルフ・エフィカシーがあるという。言い換えれば、ある行動を起こす前にその個人が感じる「遂行可能感」、自分自身がやりたいと思っていることの実現可能性に関する知識、あるいは、自分にはこのようなことがここまでできるのだという考えが、セルフ・エフィカシーである (Bandura 1985)。

GSESC-R は、児童のセルフ・エフィカシーに関する質問項目として考えられた 34 項目の調査用質問紙を、児童の合計 556 名 (男性 275 名、女性 281 名) に実施し、因子分析等の統計処理を経て精選されたもので、児童が一般的にセルフ・エフィカシーをどの程度高く、あるいは低く認知する傾向にあるかについて、一般的なセルフ・エフィカシーの強さを測定する 2 因子 (「安心感」「チャレンジ精神」) 18 項目から構成される質問紙である (福井ら 2008)。

回答は、「はい」、「どちらかといえばはい」、「どちらかといえばいいえ」、「いいえ」の 4 件法であり、得点の範囲は 18 点から 72 点である。各因子の合計得点が高得点ほど一般性セルフ・エフィカシーは高いことになる。

2.4 統計処理

得られた調査結果を、調査時期を要因とした一要因分散分析を行った。また、調査時期

の変化を詳しく分析するため、Tukeyの多重比較検定を行った。

3. 結果及び考察

3.1 第2期入園児童の変化

第2期入園児童の pre, mid, post の GSESC-R の得点の変化をみるため、調査時期を要因とした一要因分散分析を行った (表4, 図1参照)。その結果、総合得点において調査時期の効果に有意な向上傾向がみられた ($F(2,93)=2.30, p<.10$)。さらに、多重比較を行ったところ、総合得点の pre-post 間に有意な向上傾向がみられた ($p<.10$)。

表4 第2期入園児童の分析結果

	N	pre		mid		post		F(2,93)	効果量 η^2	多重比較
		M	SD	M	SD	M	SD			
総合得点	32	43.88	7.59	45.94	7.68	48.06	8.13	2.30 †	.05	pre<post †
安心感	32	21.25	5.80	21.91	5.04	23.38	4.74	1.39	.03	
チャレンジ精神	32	22.63	3.70	24.03	4.25	24.69	5.11	1.84	.04	

† p<.10 η^2 : Small .01 Medium .06 Large .14

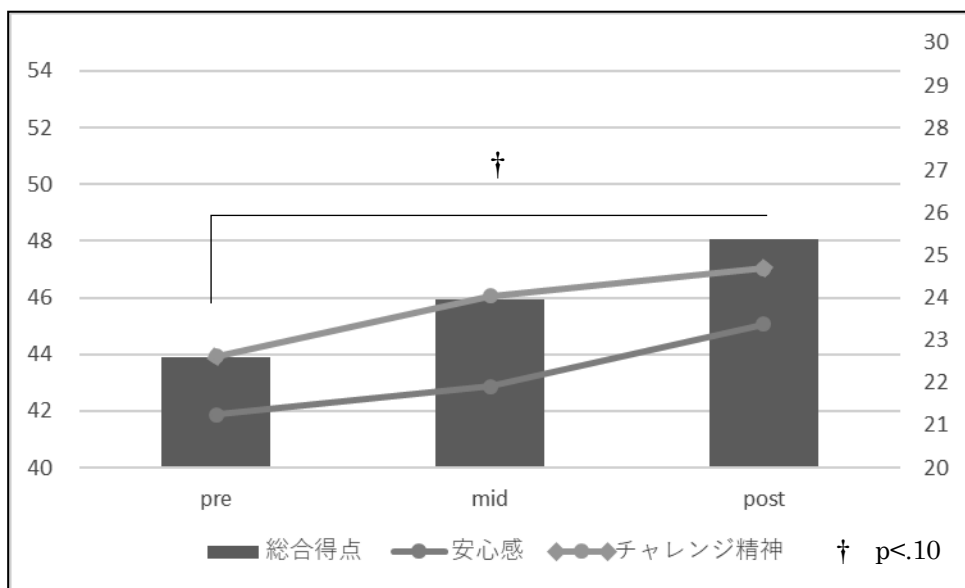


図1 第2期入園児童の得点の変化

3.2 第3期入園児童の変化

第3期入園児童の pre, mid, post の GSESC-R の得点の変化をみるため、調査時期を要因とした一要因分散分析を行った (表5, 図2参照)。その結果、総合得点、安心感、チャレンジ精神において、平均点は向上しているものの、有意な変化はみられなかった。

表5 第3期入園児童の分析結果

	N	pre		mid		post		F(2,108)	効果量 η^2	多重比較
		M	SD	M	SD	M	SD			
総合得点	37	48.38	12.51	49.70	12.05	52.05	12.10	0.86	.02	
安心感	37	24.14	7.25	24.51	7.28	25.65	7.01	0.44	.01	
チャレンジ精神	37	24.24	6.04	25.19	5.75	26.41	5.99	1.24	.02	

η^2 : Small .01 Medium .06 Large .14

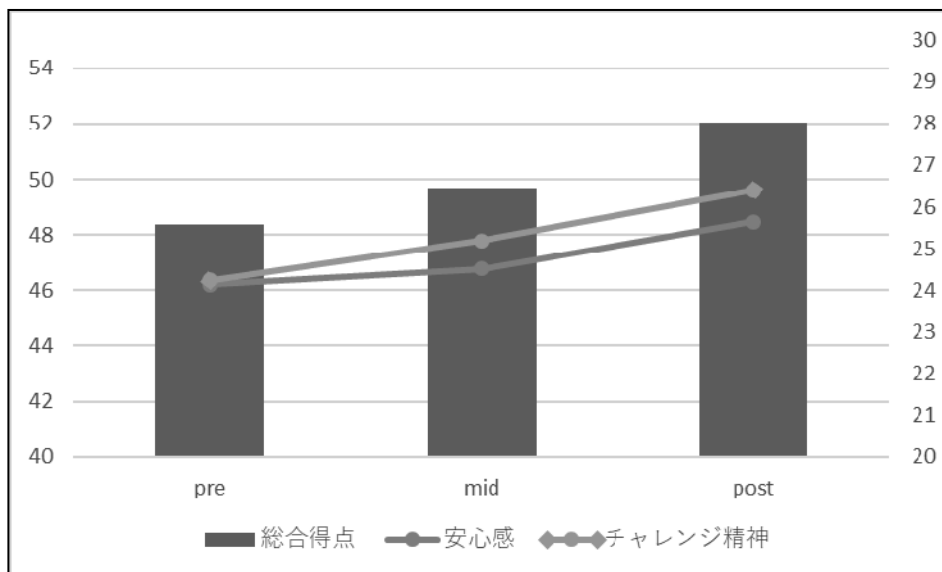


図2 第3期入園児童の得点の変化

3.3 第4期入園児童の変化

第4期入園児童の pre, mid, post の GSESC-R の得点の変化をみるため、調査時期を要因とした一要因分散分析を行った(表6, 図3参照)。その結果、総合得点において調査時期の効果に有意な向上傾向がみられた ($F(2,106)=2.37, p<.10$)。さらに、多重比較を行ったところ、総合得点の pre-post 間に有意な向上傾向がみられた ($p<.10$)。

構成因子である安心感、チャレンジ精神においては、平均点は向上しているものの、有意な変化はみられなかった。

表6 第4期入園児童の分析結果

	N	pre		mid		post		F(2,108)	効果量 η^2	多重比較
		M	SD	M	SD	M	SD			
総合得点	37	48.43	9.71	50.59	10.19	53.24	8.60	2.37 †	.04	pre<post †
安心感	37	24.68	6.32	26.76	6.42	27.27	5.19	1.94	.03	
チャレンジ精神	37	23.76	5.13	23.84	5.29	25.97	4.90	2.24	.04	

† $p<.10$ η^2 : Small .01 Medium .06 Large .14

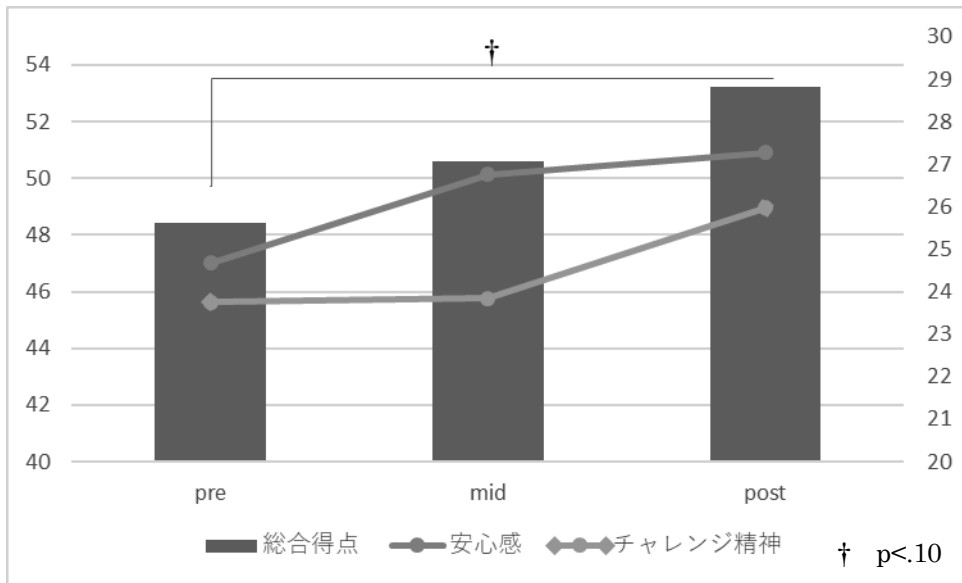


図3 第4期入園児童の得点の変化

3.4 考察

蓼科保養学園では、70日間親元を離れ、身の回りのことは自分で言い、細かい日課表に従いながら規則正しい生活を送っている。また、マラソンや竹馬等の運動を継続して行うことで、体力や走力、技術が身に付いたことを実感し、児童は、自信を持つことができたと考えられる。このように、蓼科保養学園の日常とは異なる困難さや克服的要素を含む活動は、児童の自己効力感の向上に効果的であったと考えられる。

Bandura (1985) は、セルフ・エフィカシーを決定づける最も大きな要因は遂行経験であるとされている。長期寄宿体験において、70日間生活し続けることや、マラソンや竹馬等の運動を目標に決めて実行することが効果的であったと推察できる。

構成因子である「安心感」「チャレンジ精神」においては、明確な結果は得られず、具体的な影響をみることはできなかった。蓼科保養学園での児童の実際の行動や、70日間親元を離れ生活することへの不安との関連等、さらに研究を深めていく必要がある。

嶋田ら (2002) は、一般性セルフ・エフィカシーの高い人は低い人に比べて、困難な状況においても以下の特徴がみられたと報告している。

- ①適切な問題解決行動に積極的である
- ②困難な状況でも簡単にあきらめず努力することができる
- ③身体的ストレス反応や、心理的ストレス反応を引き起こさない適切なストレス対処行動ができ、かなりストレスフルな状況にも耐えられる

蓼科保養学園に入園する児童は主に入園を希望する児童であり、70日間といった長期の生活に対して少なからず積極的な可能性があることから、入園前から自己効力感が高いことも予想され、今後、統制群を設け比較検討していく必要がある。

4. まとめ

本研究では、70日間の長期寄宿体験が児童の自己効力感に及ぼす影響を明らかにするために、蓼科保養学園入園児童を対象に「GSESC-R」を用いた調査を行い、得られたデータを分析した。その結果、長期寄宿体験を通して、入園児童の自己効力感は向上する可能性があることがわかった。

蓼科保養学園における、70日間親元を離れ、自分の身の回りのことは自分で行うといった日常とは異なる環境で生活を送る経験が、入園児童の自己効力感の向上に影響を及ぼしたと考えられる。

今後、統制群を設け比較調査を行い、さらに追及していく必要がある。

文献

- Bandura, A, 1977, Self-efficacy, Toward a unifying theory of behavioral change, *Psychological Review*, 84, pp.191-215
- Bandura, A, 1985, 自己効力感(セルフ・エフィカシー)の探求, 祐宗省三ほか編著, 社会的学習理論の新展開, 金子書房
- 福井至, 飯島政範, 小山繭子, 中山ひとみ, 小田美穂子, 嶋田洋徳, 2008, 児童用一般性セルフ・エフィカシー尺度改訂版(GSESC-R)の作成, 日本行動療法学会第34回大会発表論文集, pp.240-241
- 伊原久美子, 飯田稔, 2002, キャンプにおける自己効力感の情報源に関する研究, 野外教育学会第5回大会プログラム・研究発表抄録集, pp.28-29
- 飯田稔, 関根章文, 1992, キャンプ経験が児童の一般性自己効力感に及ぼす効果, 筑波大学体育科学系紀要 15, pp.93-102
- 嶋田洋徳, 2002, 5章セルフ・エフィカシーの評価, 坂野雄二・前田基成編著, セルフ・エフィカシーの臨床心理学, 北大路書房
- 橘直隆, 平野吉直, 2001, 生きる力を構成する指標, 野外教育研究, 第4巻第2号, pp.11-16
- 橘直隆, 平野吉直, 関根章文, 2003, 長期キャンプが小中学生の生きる力に及ぼす影響, 野外教育研究, 第6巻第2号, pp.45-56
- 瀧直也, 新島邦彦, 平野吉直, 2007, 通学型キャンプが子どもの「生きる力」に及ぼす影響, 国立オリンピック記念青少年総合センター研究紀要, 第7号, pp.1-14
- 瀧直也, 平野吉直, 本村明夏, 2018, 70日間の長期寄宿体験が児童の生きる力に及ぼす影響, 青少年教育研究センター紀要, 第6号, pp.44-53

(2018年9月28日 受付)