

しまね地域国際研究センター研究助成金

子どもたちの“つながり”を支える支援とは
ーアドベンチャー・カウンセリングの実践的検証ー

島根県立大学人間文化学部保育教育学科

川中淳子 藤原映久 内山仁志

研究の背景

島根県における子どもを取り巻く課題

- 不登校児童生徒数、いじめ認知件数は、**全国的**に増加傾向
- **島根県**では、小学校・中学校ともに不登校率が全国上位
- 背景には複合的要因があると考えられる
 - 教育環境
 - 家庭環境
 - 地域特性など

子どもたちの状況

- いじめや不登校の渦中にある子どもは、仲間関係を築きにくく、安心して過ごせる場を持ちにくい
- しかし、子どもは他者との相互作用を通して成長する存在
- 人間関係の再構築を支える
体験的・関係的アプローチが求められている

本研究の問い

- 子どもたちが豊かな人間関係を築き、安心できる居場所をどのように創出できるか
- 体験活動を通じて子どもにどのような心理的変化の過程が生じるのか

研究目的

アドベンチャー・カウンセリング（AC）に着目し、子どもの**自己肯定感**や、**レジリエンス**、**対人関係スキル**への影響を検討する

島根県における実践を基盤として
地域から全国へ展開可能な支援モデルを構想する

本研究の実施状況

- 地域の支援団体との関係づくり
 - Gold Coast Recreation & Sport Inc.（オーストラリアの福祉施設）との交流
 - 躰道教室
- ～身体を媒介にしたアドベンチャー・カウンセリング（AC）の試み

- **地域の支援団体との関係づくり**：子どもへの直接的な実践に先立ち、関係者との関係づくりに着手した。地域の支援団体との連携を通して、子どもにとって「安心して過ごせる心地よい場」が、心の成長を支える重要な前提条件であると考えられた。
- **Gold Coast Recreation & Sport Inc.（オーストラリアの福祉施設）との交流**：障がい者スポーツの在り方についての検討が発展しはじめた。

躰道教室

- 躰道は、跳ぶ・回るなど多様な動きを通して、自由な身体表現を楽しむ現代武道。
- 実施方法
 - 全日程共通：マット運動による安全で継続的な身体体験
 - 第1日：旋・運・変・捻・転といった基本動作を通して、自分の身体を自在に動かす感覚を育む
 - 第2日：トランポリンによる、適度な挑戦を含む身体体験
 - 第3日：突き・蹴りの基本を基盤に、相手と向き合いながら自由に動く相互的实践

「競わずに、深まる。」

— 躰道教室を通じた日本型アドベンチャー・カウンセリングの試行的実践 —

- 【概要】本取り組みでは、躰道教室を日本型アドベンチャー・カウンセリング（以下、AC）の試行として位置づけ、一般参加者を対象に3日間実施した。マット運動を基盤に、躰道の5つの基本動作（旋・運・変・捻・転）を学び、2日目にはトランポリン、3日目には突き・蹴りの基本と対峙的な自由運動を行った。個別の挑戦を仲間と共有する過程を通して、身体を自在に動かせる感覚が自己肯定感を高め、相互の賞賛が安心感と関係性の深まりにつながる様子が見えた。

【躰道とは】躰道は、跳ぶ・回るなど多様な動きを通して、自由な身体表現を楽しむ現代武道。



海外の一般的アドベンチャー・カウンセリング（AC） と日本型ACの対比

観点	海外の一般的AC	日本型AC（躰道教室）
基本的発想	課題を克服する体験	挑戦を深める体験
関係形成の軸	共同達成	個別の挑戦の共有
活動構造	グループで同一課題に取り組む	各自が異なる課題に並列的に取り組む
成長の基準	成功・達成・困難の克服	昨日の自分との比較
他者の役割	協力者・チームメンバー	目撃者・承認者（賞賛する仲間）
内省（Reflection）	活動後の言語的振り返り	行為の中に組み込まれた自己省察
評価のあり方	達成度・成果が重視されやすい	プロセス・変化が尊重される
文化的背景	個人主義・フロンティア精神	武道・芸道にみられる自己修練と相互承認
生まれる関係性	協力による結束	競わずに深まる信頼関係

海外型ACが「一緒に達成する関係づくり」であるのに対し、
日本型ACは「それぞれの挑戦を共有する関係づくり」である。

躰道を通じて学ぶ思考概念とACの関係性

躰道の思考・ 実技概念	内容の要点	行為プロセス	ACにおける対応概念
運足	自身の位置・動線・間 合いを捉える	思考	状況認知・環境把握（Awareness）
相対	相手との関係性を読む	判断	対人認知・関係性の理解 （Relational Awareness）
制法	働きかけ方を選択する	方法	自己決定・行動選択（Choice / Agency）
極技 （技の発現）	動きとして現れる	結果	行動体験・挑戦経験 （Experiential Action）
原態	全体を振り返り次に 活かす	反省	内省・意味づけ（Reflection）

躰道では、運足によって自他の位置関係を捉え、相対によって相手との関係性を判断し、制法によって具体的な働きかけ方を選択する。この一連の流れは、思考・判断・方法という行為プロセスに対応しており、動きの中に思考と選択を組み込む構造を持っている。

他者とのつながりの前にあるもの

— 自己理解・自己受容から関係性へ —

自己

自分の身体に気づく



自分の反応・動きを理解する



できた自分を受けとめる



他者を安心して関われる存在
として捉えられるようになる



相手に期待をもてる

他者

他者への期待は、
自己理解と自己受容の基盤の上に育つ。

アドベンチャーカウンセリング介入は、自己効力感や自尊感情など自己概念に対して中程度の改善効果を示していることが、複数の研究のメタ分析から確認されている。(Bowen, D., & Neill, J., 2013).

躰身体道教室と

アドベンチャーカウンセリング

- 体験 → 自己理解
- 承認・賞賛 → 自己受容
- 比較のない場 → 他者への開放性

他者と関係を築く前に、自分を理解し、肯定する体験が必要だと考えています。躰道教室では、身体を通してその基盤をつくることで、相手に期待を向けられる変化が自然に生まれる可能性があります。

★実施内容

- 全日程共通：マット運動による身体感覚の調整と自己理解
- 第1日：躰道の5つの動きによる安心感を基盤とした導入的身体活動
- 第2日：トランポリンを用いた、適度な挑戦を含む身体体験
- 第3日：突き・蹴りの基本を踏まえ、相手と対峙しつつ自由に動く相互的实践

★実施後の結果

•実施後のアンケートでは、講座内容や参加体験に対する高い満足度が示された。自由記述からは、身体を動かす中で「できた」と感じる経験や、他者から動きを認められることによる喜びが語られていた。こうした体験は、身体的自己効力感の向上とともに、他者との関係を肯定的に捉える感覚を促したと考えられる。競争や達成を目的としない構成が、安心して参加できる場づくりに寄与していた可能性がある。



活動から得られた示唆

① 身体活動の心理的効果

- 感情調整
- 感情喚起・表現

② 支援の場としての意味

- 仲間の存在
- 信頼関係

とくに大切な視点

- 身体的・心理的に弱さのある子どもには、活動内容だけではなく、「あたたかなまなざし」が重要

今後に向けて

- 実践力向上
- 屋内で実施可能な**ASE**（**Action Socialization Experience**）の重視
- 身体が弱い子どもに向けての実施者の姿勢の検討
- 諸学国からの学び 特に、**Gold Coast Recreation & Sport Inc.**（オーストラリアの福祉施設オーストラリアから学びを売ること
- 心理的変容プロセスの整理と理論化を進めること