

「気づき」を重視した野外教育の方法に関する研究

浦田 憲二

A Study of Outdoor Education Method Attaching Importance to Awareness

Kenji URATA

キーワード：野外教育 気づき 自己実現 感性 自然

1. はじめに

現在、日本において野外教育のプログラムが数多く行なわれるようになってきている。国公立の少年自然の家をはじめとする野外教育施設の増加や、文部省が「青少年自然体験推進事業」を実施するようになってきたことは、野外教育プログラムの社会的必要性を示しているものといえる。

永吉¹⁰⁾が、野外教育とは、教育の諸目標を達成するために、天然自然や野外を最高度に活用しようとする教育の方法であり、自己、仲間、社会、自然に対する態度の望ましい変容を導くものだと述べているように、豊かな自然の中で、その自然を最大限に生かしながらさまざまな活動を行ない、それらの体験を通して自己との関わり、他者との関わり、自然との関わりについて学んでいく教育方法として、野外教育が定義されると考えられる。

自然環境の減少やさまざまなストレスの増加によって、無気力や無感動といわれるような、あるいは社会への適応が苦手な子どもたちが増えてきているといわれている現代社会において、自然の中での活動体験を通して行なわれる野外教育は、非常に意味のある教育プログラムと考えられる。

特に最近の野外教育プログラムの特徴は、アドベンチャープログラムとか冒険教育といわれるような、身体的危険をとまなう、強いストレスを与える冒険的な野外活動を強調したプログラムの増加である。冒険教育プログラムは、参加者にとって強いストレスを与える冒険的な行為を通して、

自己の発達、人間関係の理解などを図るものだと井村⁹⁾は述べているが、そこでは困難で危険な課題を克服し成功するという体験を重視している。この冒険教育プログラムについては、その効果として自己概念の発達などに有効であるということが報告されている。(赤井、¹⁾井村⁹⁾)

しかし、強いストレスを与える課題を達成させるといった方法とは別に、自己の成長を考えると、自己の中から自然と起こってくる欲求を生かした方法もあるのではないだろうか。マズロー¹¹⁾は、人間の欲求には5つの段階があり、自己実現の欲求というものが最も高次の欲求として存在するといっている。マズローによると自己実現とは、人の自己充足への願望、すなわちその人が潜在的に持っているものを実現しようとするものである。そして、基本的な情緒的欲求や、認知的欲求がある程度満たされたとき自己実現の欲求が出てくるとしている。また、小林¹²⁾は自己実現とは自分自身になる過程であり、その人独自の心理学的特徴や自分の可能性を十分に伸ばす過程であると述べている。このような自己実現の欲求が人間の本能として持っているものであれば、本当の自分自身に気づくことで、人は自分自身の可能性を求めて、一人一人の個性に適した、成長をしていけるのではないだろうか。

人は自然の中にはいると心がやすまり落ち着いた気分になる。それは人類が猿から進化してきたという事実に基づいた、存在の根源にあるものだと河合¹⁰⁾が指摘しているように、人は本来自然の

中で存在してきたのであろう。そのような自然の中で心が解放されたとき、人は本当の自分自身に気づくのではないだろうか。自分自身に気づく、それはひいては自分を取り巻いているさまざまな環境、つまり自然や仲間といったものに気づいていくことにもなると考えられる。

野外教育が自然の中で行なわれる活動であり、その自然というものが人にさまざまな気づきを与えてくれるものであるなら、そこに野外教育が目指すべき一つの方向が生まれてくるのではないだろうか。ここでは、そのような、自然の中でのさまざまな活動を通して「気づく」という体験を重視した野外教育の可能性について論じてみたいと思う。

2. 野外教育の特性

1) これまでの野外教育の内容について

まず、野外教育というものについてその内容を考えてみる必要がある。江橋²⁾は野外教育について、すべての教科に関連しうる一つの教育方法であり、野外生活の体験を通じて、教育の成果をより豊かなもの、実りあるものにしようとする一つの工夫であると述べている。さらに、トータルな自然環境の中で、指導者と子ども相互の全人格的なふれあいを通じての全面的な発達を目指す教育の方法だとも述べている。しかし、この考え方は、野外教育を学校教育の中で捉えているにしか過ぎないのではないだろうか。

永吉¹⁷⁾は、野外教育の内容について次のように述べている。

- (1) 自然との直接的な接触を通して五感に直接働きかける「野外における教育」
- (2) 教科の枠を超えて自然について総合的に学習する「野外についての教育」
- (3) 野外レクリエーションの技術や知識について学習する「野外のための教育」
- (4) 野外での共同生活を通して個人的成長を促す「野外による教育」

これらの中で「野外についての教育」、「野外による教育」といった視点は、やはり学校教育の中で捉えられているものであるが、「野外における教育」、「野外のための教育」は、環境教育、自然

保護教育、あるいはレジャー教育、余暇教育といったこれまで学校教育の中では余り行なわれていなかった視点を提示している。

飯田⁴⁾はアメリカの野外教育というものが学校のカリキュラムを補足、拡大するものであり、学校キャンプとほぼ同義に考えられていたと指摘しているが、日本の野外教育はアメリカの影響を強く受けていることから、総合的な教科教育や集団教育の一つの方法として野外教育が行なわれてきたことは明らかである。それは野外での生活における個人による、あるいは集団による課題解決を目的としたものであったり、知識としての自然の理解を高める学習を目的としたものであった。その発達した形が現在の冒険教育であったり、環境教育につながるものと考えられる。

2) 野外教育における自然の意味

野外教育の特性について考えてみると、その最も大きな要素は自然を舞台にして行なわれる教育活動だということではないだろうか。野外教育の場を自然環境だけでなく、人工的な日常生活空間を含んだ広い捉え方をする場合もあるが、それは学校教育の一貫として捉えた場合であると考えられる。自然環境が失われていく現在の社会状況においては、野外教育の中心となる場として自然環境は大きな意味を持つものと考えられる。

また、現在、ファミリーキャンプやオートキャンプといったものからスキーやスキューバダイビングといったものまで、さまざまな野外レクリエーションや野外スポーツが盛んに行なわれるようになったのも、人々の強い自然志向の表われではないかと考えられる。

自然を野外教育の目標や手段として関わっていくという方法もあるが、人々が自然の中に積極的に入っていくとき、それは自然を知ろうとか、自然を活用しようとかいうことよりも、活動の場としての自然の魅力が大きな要因となっているのではないだろうか。

自然の中に包まれたとき、人は心がやすまり満たされた気持ちになる。あるいは自然のさまざまな変化に直面したとき、人の心は揺れ動きさまざまな感情が表出する。星野³⁾も人が自然と対峙したとき、安らぎを感じたり、感動を感じたり、あ

るいは驚きや恐れや敬虔な気持ちを感じたりする。このような諸々の心の動きをもたらず自然の魅力はその美しさにあると指摘している。

このような自然の美に触れるということが人にとってどのような意味を持つのだろうか。中井¹⁶⁾は人が自然の美に触れることについて次のように述べている。『私たちが、日常のことで思い悩み、腹を立てたり、悲しんだりして疲れ果てた時、ふと、自然を見て、「ああ、こんな美しい世界があるのを、すっかり忘れていた。どうしてこれを忘れていたのだろうか。」と何だか恥ずかしくなり、やがて、悲しみや、怒りを忘れてしまい、自然の景色につつまれ、「ああいいな」とうっとりとその中に吸い込まれていくことがある。この時私たちは、宇宙の秩序のなかにつつまれることで、その中に引き込まれて、自分の肉体もが自分は意識しないけれども、じかに、直接に響きあっているのである。美にうたれるというところもちはこんなことではあるまいか。』さらに中井は、『そして、自然に触れることで自分のほんとうのあるべき、守るべき姿にぶつかり、ほんとうの自由な自分、いとおしむべき、健康な、大切にすべき自分に気がつく』と述べている。

自然の中にいることで、人の心の中にさまざまな感情が生まれ、そしてほんとうのあるがままの自分に気づかされていく。そこに自然の持つ大きな意味があるように思われる。そして、そのような自然を舞台にして行なうところに、野外教育の大きな特性がある舞台えられる。

3) 野外教育における直接体験の意義

野外教育は多くの直接体験の場を提供してくれる。これは自然の中での生活体験や活動体験を自ら行なうことを通して、単に知識や他からの情報としての理解でなく、自分の実感的なもの、体験的なものとしての理解を進めることにつながる。そのような直接体験を数多く積むことで、自分にとって本当に価値のあるもの、意味のあるものが何かということに気づいていくのではないだろうか。

「夕陽がきれいだ」「仲間と協力することは大切だ」こういったことについて言葉で教える事は可能である。しかし、実際に自分自身で夕陽を見

たり、仲間と協力しなければならぬような場を体験することで、それらが自分にとってどのような意味があるのかということを本当の意味で理解できるようになってくるのではないだろうか。この事は、人から聞いて表面的に理解したものとは違って、自分の実感と本音の世界を育てていくことにつながってくるものと思われる。

さまざまな情報が氾濫している現代社会においては、人は映像や文章、人からの話などによって、いかにも自分自身が体験したかのような気持ちになり、そのような実感をともなわない世界において物事の価値を判断するようになってきているのではないだろうか。梶田¹⁷⁾は、人格の基盤になるものとして、「実感の世界が育っているかどうか」ということをあげている。梶田のいう「実感の世界」とは、自分が体験したことによって広がったり、深まったりするものであり、それは直接体験によって培われていくものと考えられる。

野外教育には、このような意味のある直接体験の場が豊富にあるということがその特色としてあげることができる。

3. 「気づき」ということについて

1) 気づくことの意味

気づくこととはどのようなことだろうか。そこには二つのものがあると思われる。一つは外界からの刺激を感じとり、その感じとったものが自分にとってどのような意味のあるものかどうかを選択して、自己の内面的世界に受け入れていくことである。これは自分の外に存在する世界に対しての気づきである。もう一つは、そのような外界からの刺激をどのような基準によって選択しているか。その選択をしている自分自身の存在への気づきである。

何かを見たり、聞いたり、触れたりしたときに、そのものを感じとることではじめてそのものがそこに存在してくるわけである。一本の木を見たときに、その木を感じとることで、その一本の木の存在がその人にとって意味のあるものとなる。豊かな木と感じられたり、美しい木と感じられたり、寂しい木と感じられることではじめてその木は存在する。しかし、その一本の木を感じとることが

なければ、その木は自分にとって存在しないことになるのではないだろうか。外界からの刺激を受けて、外の世界の存在に気づくことでさまざまなものが自分にとって意味のあるものとなってくるであろう。

さらに、外の世界の事象を自分自身がどのように捉えているのかということ意識することで、そういう自分自身の存在に気づくことができる。ある山を見て、その山を雄大な存在として捉えるか、優しい存在として捉えるか、厳しい存在として捉えるか、人によってさまざまな捉え方があるはずである。しかし、その山をどう捉えたかという事を意識することで、優しいと感じたり、厳しいと感じたそういう自分自身の存在に気づくことができる。さまざまな外界からの刺激を感じとり、それを自分にとって意味のあるものとして気づくとき、今の本当の自分自身というものを認識できるようになるのではないだろうか。

小林¹³⁾は、自分自身についての認識、理解を深める事は自己実現へと向かう道であり、自分を知るということが、自発的な成長力を解放するための手段になると述べているが、自分に気づくことで本当の意味での成長につながるものと考えられる。

2) 「気づき」における感性の意味

片岡⁹⁾は「価値あるものに気づく感覚」として感性というものを位置付けている。片岡によると感性は刺激に対する敏感さであり、驚きの反応であるが、何に敏感であるか、何に驚くかという点でその人なりの選択があり、その人なりの働きかけがあると指摘している。宮脇¹⁵⁾も感性とは物事の価値および質について主体的に気づき、感じとる力だと述べている。感性というものが外界からの刺激に対して、その人なりの主体性をもった反応をすることであるとすれば、「気づき」というものは人間の感性というものと深く結び付くものと考えられる。つまり、「気づき」というものは人間の感性を土台にして生まれてくるものだといえるのではないだろうか。

豊かな感性を持っているということは、さまざまな刺激に対して豊かな「気づき」を持つことにつながるであろう。では、感性を豊かにしていく

ためにはどのような方法があるのだろうか。片岡⁹⁾は表現させることであり、さまざまな体験をさせることであり、そしてイメージ(心象)をふくらませ、イメージーション(想像力)をさまざまに働かせることだと述べている。また、小林¹¹⁾も音楽や絵をわかるためにはまずたくさん見たり、聴いたりすることだと述べている。

感性を豊かにしていくためには、さまざまな体験をすること。それもよく見たり聴いたりすることが必要になると思われる。この事は外からの刺激を多く受け取るということの意味している。まずは、さまざまな直接体験を数多く積むということが、感性を豊かにしていくための最初のステップと考えられる。さらに、刺激としての体験の数だけ多くても駄目で、受け取る側の方もその刺激を受け止める努力をしなければならないという事を意味しているのではないだろうか。

しかし、単に刺激を受け入れる鋭さだけでは感性は豊かにならない。その刺激を受け入れることに付随してイメージをふくらませたり、イメージーションをさまざまに働かせるといった、内的なイメージを引き起こすようにしていかなければならない。想像するという事は、一つの事象に対して、その前後の時間的、空間的な現象を自分なりのイメージの中でふくらませていくことである。そういった想像力を働かせていく中で、感性はより豊かなものへと育まれていくように思われる。

さらに、外からの刺激を感じとり、その刺激を受けてさまざまな想像力を働かせた結果を表現するという事も感性の大事な要素となる。表現するという事は、自分の持ったイメージを誰かに伝えるために形にしていくということである。何らかの形で表現することによって自分の感じたもの、イメージしたものを自分自身の意識下の中に落としていくことができるわけである。そうすることで、はじめて感覚とか体験といったものが、自己の内面に蓄積されて実感の世界を深めていくことになるものと思われる。

時には自分のイメージを十分に表現できないときもあるだろう。しかし、表現することによって十分に表現できないものが何かということ意識

できることになるのではないだろうか。したがって、不十分な形でしか表現できなかつたり、表現してみたものが自分のイメージと違っていたりすることを意識することで、そういう形でしか表現できなかった今の自分自身を知ることになると思われる。

表現の形態はさまざまなものが考えられるだろう。絵画や彫刻や作曲、劇やダンスの創作、詩や作文、日記等さまざまな形態の中から自由に選択されるべきであろう。ただし大事なことは、その表現方法や表現技術についてこだわるのではなく、何を表現しようとしているのかということに目を向けるということである。表現方法や表現技術を意識しはじめると、他人の目を意識した表現方法になってしまう恐れがあるからである。表現する上で必要なことは表現技術の巧拙ではなく、自分のイメージをどれだけ素直に表現できるかということである。そしてその素直な表現を繰り返していく中でより豊かな感性というものが育まれていくものと考えられる。

先にも述べたように、より豊かな「気づき」というものを考えていくとき、より豊かな感性を育んでいくことが必要になると思われる。そして、感性をより豊かにしていくためには、直接体験を通しての数多くの刺激を与えること。その刺激に対してイメージーションを働かせて、そのイメージを何らかの方法によって素直に表現してみることに。これらのことがより豊かな「気づき」を導いてくれるものと考えられる。

4. 「気づき」を重視した野外教育プログラムについて

本研究では、まず野外教育の特性として、その活動の場としての自然の持つ意味、そして直接体験の意義について論じた。そして、「気づき」の持つ意味と「気づき」を豊かにしていく上での感性との関わりについて論じた。そこで、それぞれの特性を考えながら、具体的に「気づき」を重視した野外教育プログラムの方法について考えていくときに、どのような点に配慮していく必要があるのかということについて考えてみたいと思う。

1) ストレスを解放する時間的、空間的配慮

自然のさまざまな事象や変化について気づいていくためには、それらのものにゆっくりと目を向けることのできる時間的、空間的ゆとりが必要になるとと思われる。野外での活動は、日常での活動と違い思うようにいかない場合が多く、何がしかのストレスを参加者に与えることが多い。そのストレスを克服することによって達成感や満足感を得られるわけである。しかし、精神的、肉体的なストレスがかかっている場合には、落ち着いて、ゆっくりとまわりのものを眺めたり、感じとったりする余裕がなくなるのではないだろうか。ある限られた時間の中で、与えられた課題を遂行しなければならぬような場合に、その課題達成が困難であればあるほど、その目的に向かって意識が向けられ、まわりの事象などに意識が向けられるといったことは起こらなくなるであろう。

では、逆にもっとまわりのさまざまな事象に、そして自分自身に意識を向けさせていこうとするならばどのような方法があるのだろうか。そのためには、ストレスを解放させてあげて、できるだけリラックスした心の状態と体の状態を持てるようにしていかなければならないだろう。その一つとしては、活動と活動の間のゆとりの時間であったり、休息を兼ねた自由な時間を持つことである。あるいは音楽を聴いたり、本を読んだりといった、静的な活動を積極的に取り入れていくことであると考えられる。このような時間的なゆとりが、人々の感覚や意識を自然とさまざまなものに向けていくことにつながり、豊かな「気づき」を育んでいくものと考えられる。

さらに時間的なゆとりだけでなく、体をゆったりと落ち着かせられるような、空間的ゆとりも必要になるであろう。それは決して、文化的で便利で快適な空間という意味でなく、自然の中での空間的な広がり、それは山や湖、森や草原、夕陽や星空といった景観的な広がりであったり、自然のさまざまな変化、例えば雨や風、光や空気といったものを直接感じとられる空間を意味している。そのような空間の中でさまざまな刺激を受けることが大切な意味を持つであろう。

自然はさまざまな姿を私たちに示してくれる。そして、その姿は一瞬一瞬変化しながら息づいて

いる。そのような自然の変化、刺激を最大限に感じとっていくために、このような時間的、空間的な拡がりが必要になってくるものと思われる。そうすることが人々の感受性を高め、より豊かな「気づき」を与えてくれるのではないかと考えられる。

2) 個人的活動の重視

集団として何かを行なうということももちろん意味のある活動であるが、個人の「気づき」という点を重視したプログラムを組んでいく場合、自由な時間的、空間的な拡がりの中で、自分自身の内側から起こってくる活動欲求というものを大切にしていける必要がある。

すなわち他人の目を意識したり、他の人にやられるような活動であっては、個人レベルでの「気づき」というものは減少していってしまうだろう。あるいは素直な形での「気づき」というものがみられなくなってくるものと思われる。したがって個人単位の活動を多く取り入れていく必要があると考えられる。それは一人での活動という形態もあれば、何人かで同じ活動を行なっている、一人一人の行動や感じ方に干渉をしないようなプログラムの進め方が必要になってくるものと思われる。また、個人個人が活動を自分の自由意思で選択することができたり、あるいは自分で活動プログラムを考え、自分の責任において実行できるようなプログラムの展開を考えていく必要がある。

しかし、これは全く好きかってに自由に活動させるというものではない。慣れない自然の中での活動は、ややもすると普段の行動様式をそのまま持ち込んでしまい、自然というフィールドを十分にいかせなかったり、また逆に、必要以上に臆病になってしまい、何も活動ができなくなってしまうということも考えられる。

自然の中での新しい体験や新しい視点を、一人一人が少しずつ気づいていけるように、できるだけ多くの選択肢を活動の中に用意していく必要がある。そして、集団的活動から、個人的活動への展開を、無理のない形でプログラムしていくことが、より豊かな「気づき」を与えてくれるものと思われる。

3) 表現活動の重視

感性を豊かにしていく方法として、感じとった刺激からイメージしたものを表現することの重要性を述べたが、野外教育プログラムにおいても、さまざまな体験を提供するだけでなく、それらの体験によってイメージしたものを、表現する活動を大切にしていかなければならないだろう。何らかの形に表現するということは、自分の感じたり、気づいたりしたイメージを人に伝えていくことであり、さらに表現することで自分自身の実感の世界に、より具体的な形として落とし込んでいくことである。

表現方法もさまざまなものが用意されていることが望ましいだろう。個人の感じ方がさまざまである以上、その表現方法も多岐にわたって構わないはずである。詩や文章といった文字で表わすもの。絵画や彫刻、音楽や踊りといったさまざまなものが考えられるはずである。

ただし、普段慣れていない表現方法に初めからこだわったりすると、意識が表現するということだけに向いてしまい、自分のイメージの素直な表現ができなくなる危険性がある。したがって、初めは慣れている形の表現方法から、そして徐々に自由な表現方法へと、無理の無い展開をしていく必要があると思われる。

そして、一人一人の自由な表現を拓げていく上で最も大切なことは、指導者がその表現されたものを無条件に受け入れることができるかということである。この事は、指導者自身もさまざまな体験の中で感じとった刺激を、同じように表現するという過程を通して、初めて共有できるものではないかと考えられる。そして、一人一人の自由な表現を、批評したり、評価したりすることなく、その表現されたイメージを、ありのまま受け入れていける柔らかな感性が、指導者の側にも求められるということではないだろうか。

そのような指導者の関わり方の中で、より自由な表現というものが生まれてくるのではないだろうか。そしてそれはより豊かな外界の世界への「気づき」へと拡がり、さらにあるがままの自分自身への「気づき」へとつながっていくものと思われる。

このような視点に立って、より豊かな表現方法を野外教育プログラムの中で展開していく必要があると考えられる。

4 おわりに

マズローのいう、人間が持っている欲求としての自己実現の欲求に基づく自己の成長を考えると、本当の自分に気づくということがその成長のスタートになると考えられる。そして自分自身に気づくということを考えたとき、さまざまな刺激と安らぎを与えてくれる自然の効果と、そして豊かな直接体験の機会を持っている野外教育は、気づくという体験を進めていく上で、非常に効果的な教育プログラムになると考えられる。

その「気づき」を重視した野外教育プログラムを進めていく上で、

- 1) ストレスを解放する時間的、空間的配慮
- 2) 個人的活動の重視
- 3) 表現活動の重視

という視点に立ってプログラムを構築していくことが必要になるのではないだろうか。

特に一人一人の表現方法をより自由に豊かなものにしていくためには、既存のものにとらわれぬ、指導者の柔らかな視点が必要になってくると思われる。

自然の喪失とともに、人間性の喪失が叫ばれている現代社会において、自然の中で本当の自分に出会うということは、自己の確認ということにとどまらず、自分自身を支えてくれている社会や自然というものに気づく機会にもなるのではないだろうか。自然の中でさまざまな体験を進めていく野外教育は、そのような機会を提供していく大きな可能性を持っているものと思われる。

引用文献

- 1) 赤井 利男、飯田 稔：Outward Boundとその心理的效果に関する研究 筑波大学体育科

学系紀要 第1巻 pp45-93 1978

- 2) 江橋 慎四郎：野外教育の理念と実際 江崎 慎四郎編著 杏林書院 東京 1987 p 8
- 3) 星野 敏男：野外活動テキスト 日本野外教育研究会編 杏林書院 東京 1988 p10
- 4) 飯田 稔：森林を生かした野外教育 全国林業改良普及協会 東京 1992 p93
- 5) 井村 仁：冒険プログラムが自己の発達に及ぼす効果に関する文献的研究 レクリエーション研究 第17号 pp21-28 1987
- 6) 井村 仁、遠藤 浩：プロジェクト・アドベンチャーとその効果に関する文献研究 筑波大学体育科学系運動学類運動学研究 第5巻 pp1-9 1989
- 7) 梶田 叡一：現代の教育に欠けるもの 現代のエスプリ 302 p11
- 8) 片岡 徳男：子どもの感性を育む 日本放送出版協会 東京 1990 p75
- 9) 片岡 徳男：前掲8) p207
- 10) 河合 雅雄：子どもと自然 岩波書店 東京 1990 p12
- 11) 小林 秀雄：美を求める心 考えるヒント3 文芸春秋 東京 1976 p39
- 12) 小林 司：生きがいとは何か 自己実現への道 日本放送出版協会 東京 1989 p108
- 13) 小林 司：前掲12) p121
- 14) マズロー A. H.：人間性の心理学 小口忠彦 訳 産能大学出版部 東京 1987 pp71-72
- 15) 宮脇 理、山口 喜雄、山木 朝彦：＜感性による教育＞の潮流 国土社 東京 1993 p31
- 16) 永吉 宏英：前掲2) p11
- 17) 永吉 宏英：前掲2) pp12-15
- 18) 中井 正一：美学入門 朝日新聞社 東京 1975 pp11-12