

小学生の自然体験活動の経験と心身の健康の関連

D10-4002 伊藤花野

指導教員 朝倉隆司

キーワード：小学生、自然体験活動、自己対応能力、身体的健康

1. 緒言

近年の社会の高度な情報化は、子どもの間接体験や模擬体験の機会を増加させ、実際に関わる直接体験の機会を減少させている。しかし、直接体験の中でも自然体験活動は、子どもの感性を伸ばし、考える力や自己洞察力、健康な身体を育むことができるとされており、学校教育における充実が求められている。子どもたちの自然体験活動では、対象を五感を働かせて捉え感動したり、驚いたりする感情体験が重要であり、その質が心身の健康に影響を及ぼすと考えられる。よって本研究の目的は、小学生における自然体験活動の経験と感情体験、それらと心身の健康の関連を明らかにすることである。

2. 方法

東京都内の公立小学校1校の小学5～6年生217名に対して自記式質問紙調査を実施した。回収数は209名であり、男子が98名(46.9%)、女子が108名(51.7%)、不明が3名(1.4%)であった。回収率は96.3%であり、その全てが有効回答であった。調査期間は2013年11月下旬から12月上旬である。調査項目は基本属性、自然体験活動の経験、身体的健康、自己対応能力である。

3. 倫理的配慮

研究趣旨と方法を口頭と紙面を通して説明を行い、承諾を得たうえで調査を実施した。

4. 結果と考察

各自然環境への訪問経験がある対象者のうち、全ての自然環境で全体の60%以上が訪問時に何らかの感情体験をしていたことが分かった。具体的な自然体験活動では「田んぼや畑を見たこと」など日常的に経験できると考えられる項目は、他の項目に比べ感情体験をした対象者数が少なかった。感情体験は、その性質から大きくポジティブな感情体験とネガティブな感情体験、その他の感情体験の3つに分けられた。対象者と一緒に自然環境を訪問した人の種類は、ポジティブな感情体験とネガティブな感情体験の両方と関係しており、「家族や親せき」、「友だち」「その他の人」で有意差が見られたことから、既に信頼関係が築けている人との活動が感情体験を充実させると考えられた。

各感情体験について体験の多さで対象者を3グループに分けて自己対応能力得点を比較すると、ポジティブな感情体験グループの自己対応能力得点の平均は低、中、高体験量グループでそれぞれ23.4、26.7、28.3となり、一元配置の分散分析により平均値に有意差が見られた($p<0.05$)。自然と触れポジティブな感情体験をしている児童ほど自己対応能力が高い。一方、ネガティブな感情体験のグループで身体症状得点の平均を比較すると低、中、高得点グループでそれぞれ17.9、19.2、22.5となり、一元配置の分散分析により平均値に有意差が見られた($p<0.05$)。自然と触れてネガティブな感情体験をするほど身体症状が高く、健康が良好でない。

5. 結論

自然体験活動における小学生の感情体験は、訪問する自然環境を日常とは異なったものと捉え、信頼関係のある人と自然体験活動を行うほど、多様であった。また、ポジティブな感情体験は自己対応能力と有意な関連にあり、ネガティブな感情体験は身体的健康と関連していることも明らかになった。小学生の自己対応能力を伸ばし身体的健康を保持増進するためには、感情体験を豊かにさせる自然体験活動を行うことが重要である。