

どのような海洋自然体験がライフスキルの変容を促すのか

What kind of waterside nature experience bring a change on participant's life skills

千足 耕一¹⁾, 蓬郷 尚代²⁾, 松本 秀夫³⁾

¹⁾東京海洋大学学術研究院 ²⁾東京海洋大学博士研究員 ³⁾東海大学

キーワード：海洋自然体験活動, ライフスキル

野外教育によってもたらされる効果については、心理的効果、社会的効果、環境・行動的効果に関する研究成果があると述べられている。心理的効果として生きる力、性格および自己概念、メンタルヘルス、自己効力感及び自尊感情への成果が示されている。社会的側面への効果に関しては、社会的スキルや友人・家族関係への影響が検討されている。環境・行動的な効果については、自然に対する態度、環境行動及び運動行動への効果が研究対象となってきた。海洋自然体験活動の効果についてレビューすると、活動に参加することによる生きる力、自己概念、EQ、海洋リテラシー等の変容に関する研究成果が認められる。

WHO(1994)は社会心理的能力としてのライフスキル(以下LSと略記)に関する教育の促進必要性を述べている。「日常の様々な問題や要求に対し、より建設的かつ効果的に対処するために必要な能力」と定義されるLS獲得への影響は、野外教育の分野でそれほど多く検討されてきていない。本研究では、海洋自然体験によるLS獲得について、海洋自然体験の先駆的取り組みを行ってきた者を対象に聞き取り調査を実施したので、その内容についての報告を行う。

ライフスキルの定義 (WHO編：ライフスキル教育プログラム, 1994)

- 意志決定
- 問題解決
- 創造的思考
- 批判的思考
- 効果的コミュニケーション
- 対人関係スキル
- 自己意識
- 共感性
- 情動への対処
- ストレスへの対処

海で学べるのは、やはり危険が差し迫った時だ。海での怖い思い出から、生き残るための選択をするようになってきているのかもしれない。ギリギリの経験をして助かっていたら、恐らく社会生活の中でも「これ以上行くと危ない」という判断を誤らないと思う。恐怖心を克服することによって判断力が身につくのではと思う。特に海は1つ間違えればすぐ死んでしまう。そこに海で活動を返す真髄があるように思う。海では先に行けば死んでしまうが引き返すことができるということを社会生活でも覚えるのだろう。退くにも勇気がいることで、退く勇気が持てるということだろう。それは海でないとなかなか学べることではない。海で活動する人はいさぎよく諦められる。海で活動する人は変化に敏感である。人間は集団を組む生きものである。その本質をカヤックは教えてくれる。小さい舟の集まりでは、皆が船長で、それらの総意を集めるためにコミュニケーションが必要となる。コミュニケーション能力がないと集団にはなれない。社会性を高めるにはリーダーを経験することが大事である。リーダーを経験することで考え方が変わる。皆、マニュアルを見て学んで近道しようとするが、時間をかけてやらなくてはいけないこともある。これがシーカヤックの涵養だと思う。

(シーカヤック指導歴30年)

シーカヤックをグループで実施すると目的はみんなでも目的に行くことである。ひとりひとりが責任を持って漕ぐことが、ひとりの重要なスキルや感覚(資質)を身につけさせるのではない。グループで目標を達成するような経験がライフスキルの獲得に影響すると思う。海というのは水の上だから止まっていられない。天気を読んだり、海況を予測するというようなことも必ずある。自然を相手にしていると、受け入れる姿勢が身に付く。グループで行く遠征だと、ハードであればあるほど、家族のような絆が生まれていくという感覚がある。自分に必要なことは自分で話しかけていくというようなところから対人関係スキルも向上する。危ない体験がライフスキルの向上に貢献すると思う。ライフスキルを身につけさせるためにはリーダーを交代させながらやると意識が高まると思う。パニックにならないことも大切である。

(シーカヤック指導歴15年)

例えばカヌーで無人島に行く4人だったら4人で色々な葛藤があり、色々なことがあってやっと島に行けるという達成感があると思う。このような経験が意思決定や問題解決、コミュニケーションの総括であろう。一旦海に出れば、船の中だけが自分たちのコミュニケーションの世界であり、陸に上がるまで自分たちでなんとかしないといけないという力を養う、そこから養われることがライフスキルなのかなと思う。

(海洋教育施設管理責任者)

海は、陸と違って水にでる。陸は歩けばよいが、水は足がつかなくなる瞬間「泳ぐ」とか別の行動が必要になる。水は波があったり、流れがあったりで、変動するものに反応しなければならない。このように外的な環境に対応するという機会が大きい。海のおもひは動物質なので食べておいしい。その部分も魅力として大きい。人間に与える刺激が大きいのではないかなと思う。海は自己責任の上において、自由である。海は、自分の能力に応じて、自由度が無敵であるというのがいい。海で死ぬような思いを何度もしてきているが、非常に危険なところが逆に良い。自由の見返りは自分で判断して自分の身に受けるという自己責任があり、それが自信につながる。海は人類の進化の中で、水で進化したというのはあるだろうと学者は言っている。それは干潟・潮間帯であろう。その原始的な魅力はある。夢中でやってわくわくするのはその時の記憶ではないか。夢中でやると欲求や満足が高くなる。

(海洋自然体験活動指導歴35年)

批判的思考はグループツアーをすると出てくる。意志決定、問題解決は一人で考えて決めて解決しないといけないから、一人でソロをすると良いと思う。批判的思考、効果的コミュニケーションはソロで漕いでいてはできない。リーダーの経験が良いと思う。シーカヤックを通して、きちんと準備をしておけばクリアできることを経験を通して知った。

(シーカヤック指導歴24年)

ライフスキルは人生に必要なもので、カヌー(Voyaging Canoe)を通して海で学べる。カヌーのナビゲーションを勉強する時には意志決定や創造的思考、批判的思考がかなり学べる。1つ1つ決定していかないと先には進めないし、1つを決定する上で周囲の状況を見て決定しなくてはならない。その時あるものを使ってカヌーの上で過ごすことを考えることがここでいう創造的思考ということだと思う。人との関係については、一人ひとりが自分の命を握っている状況になる時があるので、海の上だとその人をそういう人だとして受け入れることで、その人に対してストレスもなくなる一番の方法だということに気づいた。受け入れることは無理にその人を好きになるという意味ではなく、ありのままを認めるということ、それができるようになると、嫌な人でもその人のことが心配になるし、それに対して自分ができるとか人貸してあげようとか気持ちが変わっていく。カヌーで航海するようになってから、自分の気持ちを言えるようになったように感じた。共感性については、嬉しい感情は出しても良いと思うが、危険な状況になったときには落ち着くことが大切。パニックになる事が逆に危ないことを知ると、みんな落ち着くようになっていた。感情にまかせて取り乱したときが危険なこととみなすのが理解している。カヌーで海の上にいることで学べるものがたくさんあると思う。

(ハワイ伝統航海術復興のシンボル・ホクレア号クルー)

