

アウトドア・スポーツに関する実践的研究

——ネイチャーゲームで得る快感について——

永木 耕介* 千駄 忠至** 寺岡 敏郎*
(平成5年12月10日受理)

1. 研究動機

西欧合理主義思想の下に形成された近代スポーツは、産業社会の競争概念を核とし、より一層の論理性や客観性を強調しながら現代スポーツに至っている。そしてこのようなパラダイムにおける一元的な発展過程を経た結果、高度でかつ緻密なスポーツの組織、技術、ルール等を生み出した。その反面、勝利至上主義と技術の高度化による身体傷害や、ドーピング等の様々な問題現象が生起しているのも事実である。

このような現代スポーツの状況にあって、人間とスポーツの関係を、より一般的かつ教育的なものとして捉え直すために、今日いわゆる生涯スポーツ論が展開されている。そこでのスポーツは、「肉体的存在である人間の、体を動かすこと自体に対する本源的な欲求にこたえとともに、爽快感、達成感、知的満足感、他者との連帯感等の精神的充足や楽しさ、喜びを与え、また、健康の保持増進、体力の向上、青少年の人間形成に資するなど、心身の両面にわたって働きかけをするものである点において、人類の文化の中でも極めて重要なものの一つである」¹⁾と捉えられ、〈文化としてのスポーツ〉が主張されている。

ここでも触れられているように、スポーツが文化として成立するためには、人間を満足させ得る諸々の精神的要素が内在されていることが不可欠である。そして、人間が種々のスポーツと関わる中で感得する〈快感〉の具体的中味とは、「達成」・「親和」・「挑戦」・「承認」・「理解」・「向上」・「優越」・「爽快」など多種多様である²⁾。それはまた、種々のスポーツに内在する歴史的・文化的特性によって異なるものでもある。そこで、あるスポーツ種目を実践する場合、そのスポーツではどのような精神的要素がどの程度満足されるのか、またある要素の満足に重点が置かれる結果、他の要素は抑圧されスポイルされている状態にはないのかという、〈快感〉の内実的な部分が具体的に明らかにされる必要があると考える。そしてさらに現代社会に生きる現代人にとって、スポーツでどのような精神的満足(=快感)を得ることが肝要であるのかという問いが発せられることとなる。

例えば福島³⁾は、狩猟時代に形成された衝動の発散や

覚醒レベルが、人間の快樂の原理であろうとし、ますます高度化する現代社会にあっては、人間がそれら本能衝動の発散をどのようにして果たすのかが重要な問題であり、またそのことは社会政策や教育の問題としても考慮されねばならないだろうと述べている。そしてそのことについて機能できるものとして、若干ではあるがスポーツも取り上げている。現代人にとっての快感とは何かを問う意味においても、「狩猟時代にプログラムされた人間の本性にもう一度目を向ける必要がある」というわけである。

この福島の見解は、現代スポーツを全般的に考える上でヒントになると思われるが、なかでも「自然」を舞台とするアウトドア・スポーツ(野外での遊戯、ゲームを含む)を考えるのに重要である。というのも、アウトドア・スポーツは、人間世界内での満足を得ることに主眼を置くタイプのスポーツとは区別され、人間と自然との関係を認識し、そこから〈快感〉を得ることを第一義とするものである。その意味において、アウトドア・スポーツから得られる〈快感〉は、人間が狩猟人として長期間(数十万年)に亘って享受した〈快感〉に迫れる可能性があると考えられるのである。

2. 実践

2-1. 実践内容(ネイチャーゲームについて)

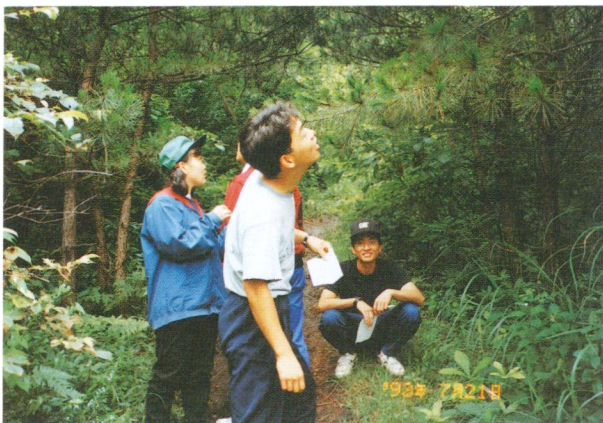
上述の研究動機を踏まえ、今回取り上げた「ネイチャーゲーム」⁴⁾は、アメリカ国立公園の自然観察指導員インストラクターのJ. コーネル(1950~)によって考案された、自然認識を直接目的とするゲームである。このネイチャーゲームの特徴は、〈感性〉を重視し自然を認識するために五感(味覚・聴覚・視覚・触覚・嗅覚)をフルに活用している点にある。このような特徴の背景には、彼が米国ナチュラリストの流れの中にいるという点にあるが、重視されるのは、狩猟ネイティブアメリカンから学んだというゲームが多く取り入れられ、彼らの精神性がかなり注入されているという点である。日本では、1991年にコーネルの著である「Sharing Nature With Children(1979)」が翻訳・紹介され⁵⁾、1993年には日本ネイチャーゲーム協会が正式に発足し、ネイチャーゲーム

* 兵庫教育大学学校教育学部附属実技教育研究指導センター(体育教育分野)

** 兵庫教育大学 第5部(生活・健康系教育講座)

の指導員養成講座や自然活動が全国的規模で実施されている。

このネイチャーゲームは、数十種類のゲームを有しているが、その中からスポーツと理解できるものとして、自然物を探すという目的行為から始まるゲームを選んで実践した。これらは狩猟時代の採集活動に近い形態といえるものである。



写真(1) 「一生懸命探しているんだけどなあ」



写真(2) 「かなり集中している様子が……」



写真(3) 「このロープからは沈黙の世界で」

実施したゲームを具体的に例示すると、「宝探し」(写真(1)(2))では、「その場の自然状況のなかで、発見することのできる自然物(例えば“蜘蛛の巣”、“黄色い花”、“かえる”等)を挙げておき、それらをどれだけ発見できるかというゲーム」である。今回は3-4人のグループ単位で実践したが、お互いに競争するのではなく、あくまでも自然をいかに観察できるかということに主眼を置いたものであり、ゲーム終了後は、参加者全員でどういふものは発見しやすかったか、またどういふものが発見しにくかったか、また発見時の心理状態についてなどを話し合うものである。また、「サイレントワーク」(写真(3))は、2人ペアで、「一定の区域内における自然物を丹念に探す」ゲームであるが、その際に、「絶対に会話をしてはならない」というルールがある。会話をしないことによって視覚・聴覚・触覚などに対する集中力を高め、2人でサインによるコミュニケーションをとりながら自然物発見の快感をわかちあうのである。

このようなネイチャーゲームを応用的に実践することによって、人間と自然との連関から生成される原始的なスポーツの快感について、何らかの知見が得られるものと考えられた。

2-2. 実践方法

〈実践1〉1993年4月-7月、本学学部1年生43名(男子14名・女子29名)を対象とした授業「教養基礎科目体育実技I・自然活動コース」においてネイチャーゲームを実践した。実施場所は、本学敷地内である。

〈実践2〉1993年7月、本学学部1-3年生48名(男子23名・女子25名)を対象とした授業「野外活動・キャンプ実習」において実践した。実施場所は、兵庫県泉和野高原野外教育センターである。

実践の指導はいずれも日本ネイチャーゲーム協会公認指導員(実践1では1名、実践2では2名)が行い、また実践1および実践2で対象者の重複はなかった。

3. 結果と考察

〈実践1〉では、対象者全員から自由記述による感想を得て、それらを記述内容の主旨によって分類してまとめたものが資料1である。それらは、(1)具体的自然物を発見した喜び(達成感)、(2)日常生活では感じなかった自然への気づき、(3)人間と自然の関係についての認識、(4)童心に帰ったような気分を味わった、(5)これまでのスポーツ観との対比、の5つのカテゴリーに分けられた。

〈実践2〉では、実践1で得られた内容を参考とし、それらを確認する意味において質問項目を作成し、面接調査を実施した。その結果は、資料2に示すものである。

以下、実践1と実践2の結果をまとめながら見ていく。

対象：兵庫教育大学学部1年生43名（男子14名・女子29名）

実践1＊「ネイチャーゲームの楽しさ（快感）について（自由記述）」

1.（具体的自然物発見の喜び、8名）

記述内容例；

「私達は普段かえるをよく見かけると思います。しかし実際自分達でかえるを探すとすると・・・結局私は耳をすましてかえるの鳴き声をキャッチし、その鳴き声のする方へいき、草の上にいるかえるを見つけました。大げさかもしれませんがその時は本当に感動してしまいました。」

2.（日常生活では感じなかった自然への気づき 19名）

記述内容例；

「普段あまり注意を払わないような自然物を改めてゲームの中で見つめ直したときに、そこで発見したのから新たな楽しさや喜びといった充実感を得られると思った。・・・（自然を）多く感じるがあったのは、今まで何も考えず自然と接していたからなのだろうなと思った。いい経験でした。」

3.（人間と自然の関係についての認識 11名）

記述内容例；

「“自然に触れることの楽しさ”があげられると思います。例えばカメレオンゲームでは、林の中で身をかくしながら、鳥の鳴き声を聞いたり、木の葉が風でざわめく音を聞いたり、自然を身近に感じ、最初は意識して自分を自然にとけこませようとしていたが、最終的には、『人間も自然の中の生き物の一つにすぎないんだなあ』と思えるようになりました。」

4.（童心に帰ったような気分を味わった 9名）

記述内容例；

「毎日の生活の当たり前のものが新鮮に見え、はっと気づかされる事が幾度となくありました。・・・私の心の奥にまだ潜んでいる子どもの頃の体験が再びよみがえってくるような気持ちでした。やっぱり、人間自身も元々は自然の一部なんだなあとつくづく思わされました。」

5.（これまでのスポーツ観との対比から 8名）

記述内容例；

「スポーツは、生活そのもののようにルールでがんじがらめ、マニュアルによるものと化してしまった現在、子どもの欲求はもっとほかのものに求められるはずである。その一番は自然と戯れる欲求ではないのか。本当に子どもの欲求を満たしてやれるのはネイチャーゲームしかない。」

対象：兵庫教育大学学部1～3年生48名（男子23名・女子25名）

実践2＊面接調査結果

1. **ネイチャーゲームを行ってみて、何らかの「快感や喜び」が**
 - (1) まあまあ得られた。38名
 - (2) さほど得られなかった。10名

（以上、4段階評価結果）
2. **1で「まあまあ得られた」（38名）の内容は、**
 - (1) 具体的自然物発見の喜び・・・21名／38名
 - (2) 具体物を媒介として自然への気づき・・・16名／38名
 - (3) その他・・・1名／38名

（以上、自由記述結果）
3. **ネイチャーゲームを行ってみて、新ためて自然の存在を、**
 - (1) 大いに感じた・・・7名／48名
 - (2) まあまあ感じた・・・35名／48名
 - (3) さほど感じられなかった・・・6名／48名

（以上、4段階評価結果）
4. **人間と自然の関係について何かを感じた（34名）**

その内容は；

 - (1) 人間も自然の一部である・・・11名／34名
 - (2) 自己の日常生活は自然から遠い・・・11名／34名
 - (3) 人間と自然の共生の大切さ・・・9名／34名
 - (4) 人間は自然と異質の存在・・・3名／34名

（以上、自由記述結果）
5. **なつかしい想いや、子どもの頃を思い出すことが、**
 - (1) あった・・・42名／48名
 - (2) なかった・・・6名／48名

（以上、2者択一結果）
6. **オリエンテーリング（OR）との比較について**
 - (1) 感性を重視する点で、ORと異質である。
その結果、自然をよく観察できた。・・・25名／48名
 - (2) ネイチャーゲームは、取り決め（ルール、
時間）がなくて楽しかった。・・・7名／48名
 - (3) ORとネイチャーゲームの最も違う点は、
「競争性」だ。・・・6名／48名
 - (4) ORとネイチャーゲームは基本的に同じだ。
・・・2名／48名
 - (5) ネイチャーゲームは目的がはっきりしないので
つまらない。・・・2名／48名
 - (6) その他（不明含む）・・・6名／48名

（以上、自由記述結果）

3-1. 自然認識のレベル

まず、実践2の結果(資料2-1.)から、ネイチャーゲームを行って、何らかの「快感や喜び」が「まあまあ得られた」とする者が約8割(48名中38名)と多いことが確認される。そしてその内容は、実践1の記述内容例(資料1-1.)のコメントに見られるように、「・・・結局、私は耳をすましてかえるの鳴き声をキャッチし、その鳴き声のする方へいき、草の上にいるかえるを見つけました。大げさかもしれませんが、その時は本当に感動してしまいました。」というように、「具体的自然物の発見の喜び」を快感の<第1レベル>とすれば、その発見を契機として、「現在の日常生活がいかにも自然と離れていたかという気づき(資料1-2.の記述内容例参照)、すなわち「自然の存在への新たな気づき」が<第2レベル>の快感として認められる。そして、資料1-3.の記述内容例のコメントに見られるように、「・・・最初は意識して自分を自然にとけこませようとしていたが、最終的には、『人間も自然の中の生き物の一つにすぎないんだなあ』と思えるようになりました。」と、人間も自然の一部である、あるいは、人間と自然の共生の大切さなど、人間と自然の関係について認識する<第3レベル>が認められる。

このような発見-気づき-認識に至る<認識レベル>の過程は、ネイチャーゲームが意図する「自然への気づき(Awareness)」から「自然および自然と人間との関わりを知る(Understanding)」に合致するものであり⁶⁾、このゲームが、個人が自然を今まで以上に認識できるようになるという点で有効であることを示す結果となった。

3-2. 懐かしい想い

実践1の結果(自由記述内容)から、「童心に帰ったような気分を味わった」というのが見られた。そのことを、実践2の結果(資料2-5.)から見れば、<なつかしい想いや、子どもの頃を想い出すことがありましたか>という質問に対して、ほとんどの者(48名中42名)が<あった>と回答した。その具体的内容には、例えば虫捕り、草摘みなど実際の「子どもの頃の体験」がそのまま想い出されたというコメントもあったが、「なつかしく奥底からこみあげてくるような快感があった」という抽象的な表現も見られた。このような「懐かしい想い」については、特にネイチャーゲームで感得しようと思図されているものではないが、J. コーネルが彼の著⁷⁾の中で、ネイチャーゲーム実践中に一頭のシカに出会い感動したという場面を語る箇所において、「・・・私たちはそのときたしかに自然の中に抱かれていると感ずることができたのです。この瞬間の感情をことばで表わすのはとても困難なのですが、たとえば長い国外生活の末にやっと帰ってこられた時のような、とてもなつかしい気持ち

に似ていたかもしれません。」と述べるのと同様の快感であると推察される。人間が他の生命体と同じ存在であるという“一体化”を自覚した時、まさに自然にとけ込んだと自覚する時に生じる原始的な快感といえるであろう。現段階では、筆者もまたこの快感を理論的に説明することはできないのであるが、このような快感は、近代スポーツから得られ易い「達成」、「挑戦」や「優越」による快感とは異質であり、人類の系統発生過程の中で、主に狩猟人時代にインプリングされた「記憶」⁸⁾と深く関わっているものではないだろうか。

3-3. これまでのスポーツ観との対比から

実践1の結果(資料1-5.)から、「これまでのスポーツ観との対比」による記述内容が見られた。そこで実践2において、実践2の「キャンプ実習」期間中に実施されたポイント制のオリエンテーリング⁹⁾との対比による質問を行った(資料2-6.)。その結果、最も多かった意見は、「感性を重視する点でオリエンテーリングとは異質である。ネイチャーゲームの方が自然をよく観察でき自然に浸ることができた。(48名中25名)」であった。また、オリエンテーリングで自然に浸ることができなかった理由は、「競争性とルールに縛られてしまう(48名中13名)」といった内容であった。しかし反面、若干ではあるが、「オリエンテーリングは時間やポイントの目的がはっきりしているので楽しい、それに比して、ネイチャーゲームは感性に頼らねばならないので重苦しい(48名中2名)」と述べている者があった。この回答は、目的が明確で論理的思考に則ったゲームに彼らの経験が慣れていることを示唆するものであり、感性の退行現象とも読み取れるのではなかろうか。冒頭にも触れたが、「競争の原理」「達成の原理」を核に据えて発展してきたのが近代スポーツである。ポイント制や時間制を持ち込んだオリエンテーリングの歴史的発展過程もまたそうであった。しかしここでの結果は、「自然に浸る快感や喜びの追求」を第一義とする場合には、オリエンテーリングよりもネイチャーゲームの方が優位であることを示している。

4. まとめにかえて

前記福島は、現代の若者の心理的特徴を人類史との兼ね合いで見た場合、「思考の形態がイメージ的、カラージュ的な色彩が強くなってきて、直観的、感情的なるものの力が増大したように見え」、それは「旧世代の論理的、合理的な思考方式と比較すると、一種の先祖返りとも考えられる」⁹⁾と指摘している。そしてこのような兆候を踏まえて、現代社会の<快感>を考えた場合、「結局、衝動をどう満足させるかという問題は、原始的な形態の満足と、ある程度ソフィスティケートされた代用的満足とをどのように調和させていくかという問題に帰

する』¹⁰⁾と述べている。このことをスポーツに対応させて考えればどう捉えられるであろうか。すでに触れたように、特に近代以降のスポーツは、その多くが、近代合理主義精神に依拠しながら発展してきた。例えば、ゲームでの個人的役割が確立・固定化され、戦略もコンピューター管理されるなど、あたかも宇宙飛行士同士のボールゲームであるような印象を与えるアメリカンフットボールは、分業システムの確立された近代社会を典型的に象徴しているように映る。現代文化としてのスポーツは、そのようにソフィスティケートされたスポーツの形態から得られる満足と、ネイチャーゲームのような「原始的な形態の満足」をうまく調和させながら、新たな発展を模索する必要があるのではないだろうか。

本研究では、このような視点へのヒントを得られたに過ぎず、理論的枠組や研究方法についてさらに熟慮せねばならない点は多いものとする。

最後に、授業とはいえ、こちらの問いかけに真面目な態度で答えてくれた学生諸君に感謝の意を表す。

(なお本稿は、『日本スポーツ教育学会第13回大会・1993年10月於新潟』における口頭発表内容に加筆したものであることとお断りしておく。)

<注>

オリエンテーリング (Orienteering) は、地図とコンパスによって「山野跋涉」を楽しみとするスポーツであるが、時間制や通過点のポイント制などの導入によってより近代化された。

<引用・参考文献>

- 1) 保健体育審議会答申 (1988.11)、「21世紀に向けたスポーツの振興方策について」
- 2) 千駄忠至、森田啓之 (1993)、スポーツの楽しさに関する研究、体育・スポーツ科学、第2号、p.2
- 3) 福島章 (1991)、ヒトは狩人だった、青土社、p.219
- 4) 日本レクリエーション協会監修、日本ナチュラリスト協会訳 (1991)、ネイチャーゲーム、柏書房
- 5) Joseph Cornell(1979)、「Sharing Nature with Children」、DAWN PUBLICATIONS
- 6) 降旗信一 (1990)、ネイチャーゲーム指導員ハンドブック、ネイチャーゲーム研究所
- 7) 前掲4、p.129
- 8) 前掲3、p.200
- 9) 前掲3、p.214
- 10) 前掲3、p.219
- 11) 岸樽夫編著 (1992)、教養としてのアウトドア「自然活動入門」、アイオーエム
- 12) 梅原利夫・志摩陽伍編著 (1984)、自然認識の発達と人格の形成、新生出版
- 13) 内田克考 (1989)、自然と文化—歴史的時間の回復—、テオレイン叢書
- 14) 稲垣正浩・研究代表 (1991)、スポーツ史研究の現代的視角、水野スポーツ振興会研究助成金研究成果報告書
- 15) 亀山佳明 (1993)、スポーツと日常生活による滑走感覚、井上俊編、現代文化を学ぶ人のために所収、pp.255-278

PRACTICAL STUDY ON OUTDOOR SPORT
— "Pleasant Sensation" from Nature-Game —

Kosuke NAGAKI, Tadashi SENDA, Toshiro TERAOKA

<ABSTRACT>

The ultimate purpose of this study is to clarify how outdoor sport is a meaningful activity in modern society.

In this case, we were focused on "pleasant sensation" derived from "Nature-Game" activity. Because modern society has much stress in daily life, we have to now think about how we can satisfy the human urge that was inherited in the Hunting era, as A.Fukushima (a Japanese psychological medical scientist) said.

Nature-Game established by J.B. Cornell (1950-, America), it is now becoming popular in Japan. It has the purpose of understanding nature more, and includes many studies on the hunting and spiritual aspects of native-Americans, that is the reason why we chose "Nature-Game".

We conducted a research on about 100 University students (18-21 years old), by using questionnaires.

The results are summarized as follows;

- 1) About 80% students answered, they had "pleasant sensations" by doing "Nature-Game". and their answers were analyzed for three sensations levels that of "Discovery", "Awareness" and "Understanding" as "Nature-Game" intended. So, it is clear that the students were getting close toward to nature than in previous times.
- 2) Almost all students answered, they had remembered their young childhood experiences fondly (for instance, catching insects, flowers or small animals), or they felt indescribable feeling about the moment like coming home after a long exile.(As J.B. Cornell refers in his book "Sharing Nature with Children", 1979). We think this pleasant sensation might have been inherited from the Hunting era.
- 3) We compared "Orienteering" and "Nature-Game" practiced during a summer Camp. They both include are the similar activities of looking for something in nature. But at the view point of "close toward nature", about half of the students answered that Nature-Game predominated clearly, and a few students answered that Orienteering was more fun because the standard to win was clear, (In other words, these students like more competitive activities that not do depend on sensations). These results express that some students like to get pleasant sensations from primitive sports, while other students receive pleasant sensations from organized and modernized sports.