

自然体験がスピリチュアリティの醸成に及ぼす影響

奇二 正彦 NPO法人生態教育センター／立教大学コミュニティ福祉学研究科*

嘉瀬 貴祥 立教大学現代心理学部

濁川 孝志 立教大学コミュニティ福祉学部

Effects of Nature Experience on the Formation of Human Spirituality

KIJI Masahiko

KASE Takayoshi

NIGORIKAWA Takashi

I. 問題

第1節 現代日本が抱える心にまつわる諸問題と求められるスピリチュアリティの醸成

我が国は第二次世界大戦の敗戦から、戦後しばらくは極端な食料難、物不足の時代を余儀なくされた。しかし、高度経済成長期とともに復興、発展をとげ、1965年の経済白書では「もはや戦後ではない」と謳うほど豊かとなった。豊かさを測る指標としてよく使われる、国内総生産（Gross domestic product; 以下、GDPと略記）で日本を見ると現在も第3位を維持し（総務省統計局、2016）、治安に関しても、世界平和度指数（Global peace index）において日本は162カ国中第8位と、非常に安全な国であることがわかる（Institute for Economics and Peace、2015）。また平均寿命を見ても、男女を合わせると日本は世界1位にあり、WHO（World Health Organization、2016; 以下、WHOと略記）は、日本は総合的に見て世界で最も医療保険制度が

整っている国と報告している（安田、2001; WHO、2016）。このように高度経済成長を果たし、なおかつ安定成長を続けて来たことで、日本国民は物的欠乏から解放され、様々な豊かさを獲得した。

しかし一方で日本社会には、自殺、いじめ、引きこもり、うつ病の増加、高齢者の孤独死など解決の糸口が見いだせない様々な社会問題がある。これらの社会現象は、これまで我々が歩んできた日常的な衣食住・蓄財に関わる欲望の充足などの物質的な価値観ばかりが目目された結果として起きているという指摘がある（PIL研究会、1993）。生活水準は向上し物質的欲求は満たされつつある一方で、生きがい感や生きる意味の喪失という新たな問題が浮上してきたというのである。Kessler（2000）は、これらの社会問題は、スピリチュアルな価値観が失われたことと無関係ではないと指摘する。特に現代の若者においては、教育の中からスピリチュアリティに関わる教材が意図的に排除された状態にあるため、上記のような破壊的な行動を招く温床になりやすいという。また大石・安川・濁川（2008）も、こうした心の問題の多くはスピリチュアルな価値観の喪失と関係があると指摘

* 〒352-8558 埼玉県新座市北野1-2-26 立教大学
コミュニティ福祉学部 濁川研究室内 奇二正彦

している。

更に、現代人の生活水準は向上し物質的欲求は満たされつつある一方で、生きる意味や人生の目的の喪失という問題が起こってきたという指摘がある（佐藤, 1993）。ナチス・ドイツによる収容所での壮絶な体験を「夜と霧」に綴り、ロゴセラピーを創始したオーストリアの精神科医・心理学者のヴィクトール・フランクル（2002）は、収容所における人権を無視した極限の状況において、人間の生命力を支えたものは、「生きる意味」や「意味への意志」を持つか持たないかであったと説いた。林（2011）は、現代的な文脈で考えた時、「生きる意味」と「意味への意志」は「スピリチュアルな要求」に置き換えることができると指摘する。

生きる意味や目的意識が、人の健康と大きく関係しているという指摘は、医療におけるQOL（Quality of Life：生活（いのち）の質）の議論にも見られる。藤井（2000）は、ガン患者のQOLは、従来の要素として挙げられてきた身体的、心理的、社会的領域だけでなく、スピリチュアルな領域からも捉えた方が良いという。実際、ガン患者の健康に関する調査では、QOLの要素の一つである身体的領域のケアが患者に与える影響より、スピリチュアルな領域に対するケアの方が、患者の全体的QOLに与える影響はるかに大きかったという。

このように、「現代人の心や行動」に関わる社会問題の解決の一つとして、スピリチュアリティの醸成は重要なテーマであると思われる。

第2節 スピリチュアリティの定義

では、スピリチュアリティとはなんであろうか。スピリチュアリティの意味や定義に関しては、これまで多くの研究者によって議論されてきた。しかし、これまでに統一された見解が得られたとは言い難い。それらの諸説は、定義する研究者の背景、つまりは国籍、文化的背景、

歴史的背景、学問的背景など様々な要因の影響を受け、それぞれ異なるものになっている（濁川, 2009）。

しかし、多くの文献（上田, 2014; 弓山, 2010; 竹内, 2012; 伊田, 2004; 窪寺, 2004, 2008; 西平, 2007; 濁川・遠藤・満石, 2012）が、世界保健機関（WHO）が1998年に行われた執行理事会において、健康の定義にスピリチュアル *spiritual* という言葉を入れる提案をしたことを取り上げている。以下に提案された定義を記す。

Health is a dynamic state of complete physical, mental, spiritual and social well being and not merely the absence of disease or infirmity.

（健康とは、完全な身体的、心理的、スピリチュアル及び社会的福祉のダイナミックな状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない。）

また、梶原（2014）によれば、スピリチュアリティの語源は、スピリトゥス（*spiritus*）というラテン語に由来する。このラテン語は、スピロー（*spiro*）という「呼吸する」「生きている」「靈感を得る」「風が吹く」などの意味を持つ動詞に基づき、「呼吸や息」「いのち」「意識」「靈感」「風」「香り」そして「霊」や「魂」を意味する。また、スピリトゥス（*spiritus*）というラテン語は、歴史の中でキリスト教の影響を受けており、その影響は旧約聖書の創世記にさかのぼることができる。

さらに、神学者である窪寺（2004）は、「スピリチュアリティとは、人生の危機に直面して『人間らしく』『自分らしく』生きるための『存在の粹組み』『自己同一性』が失われたときに、それらのものを自分の外の超越的なものに求めたり、あるいは自分の内面の究極的なものに求める機能である。」と定義する。つまり、スピ

リチュアリティとは、精神的危機を乗り越えるために、人間が生得的に持っている「機能」であるという。

近年欧米では、「自分は既成宗教には属さないが、スピリチュアルなものは大切にしている (I'm not religious but spiritual.)」という言葉がよく聞かれるという (大柴, 2014)。大柴 (2014) は、こうした動きを、『既成宗教』が『組織の維持・管理』に力を注いでいるうちに、人々はこの世の直中でしっかりと目を凝らして冷静に現実を見極め、自らを生かし、自らの『魂』を活性化させる『真のスピリチュアリティ (霊性)』を求めているように私には思われるのである。」と述べている。このように、スピリチュアリティとは心の健康や安寧に大きく関わる概念であると思われる。

第3節 スピリチュアリティと自然との関わり

スピリチュアリティという概念に関する先行研究をみると、自然という言葉と関わっていることが見て取れる。

医師である今西 (2008) によると、スピリチュアリティには一般には大きく二つの側面があるという。1つは「自己存在の意識」、もう1つは「自己を超越したものの存在の意識」である。前者は生きていることの意味、生きる力、幸福感などと結びつくものであり、後者はいくぶん宗教的な要素を含み、自己を取り巻く自然や絶対的存在としての神などを意識し、自然に対する畏敬や自然との共生などに関連しているという。

和・廣野・遠藤・満石・濁川 (2014) は、これまでに我が国で開発された代表的なスピリチュアリティ測定尺度から、スピリチュアリティの構成概念を整理した。その結果、日本人が持つスピリチュアリティの概念構造として、【他者とのつながり】、【自然との一体感】、【畏

敬の念】、【死を超えた希望】、【安心】、【物質主義からの解放】、【自律】という7項目が抽出された。この研究の結果から、若者や中高年者に共通する日本人が持つスピリチュアリティとは、『人間が、幸福な生 (価値ある人生) を全うするために不可欠なものであり、【他者とのつながり】、【自然との一体感】、【畏敬の念】、【死を超えた希望】、【安心】、【物質主義からの解放】、【自律】に重きを置く価値観』という新たな定義を見出した。

伊田 (2004) は、スピリチュアリティやスピリチュアルケアについての様々な論者の見解を取り上げ、そこで取り上げられているスピリチュアリティの概念には様々な類似性があると報告している。その類似性の一つを「つながりの中の私」と呼び、「私」は自己 (たましい、内なる自己)、他者、超越者、そして自然との相互作用を伴ったつながりであると捉えるもので、言い換えれば、全体の中の一部としての自己存在に気づく視点である、と説く。

中谷・島田・大東 (2013) は、スピリチュアリティの概念構造に関する研究において、キーワードを「スピリチュアリティ」「スピリチュアル」「覚醒」「危機」「クライシス」「概念」「グリーフ」「悲嘆」「日本人」と設定して488件の文献を抽出し、そこから「スピリチュアリティの覚醒」というキーワードでさらに13件の論文を抽出した。そして、このデータを分析した結果、「地球・自然・人とのつながりを感じる」という概念が挙げられた。その内容は、「地球と自分とのつながりを感じる」、「自然と私が一つになったような何とも表現できない状態」、「全てが私とひとつになっているようなアウェアネスを感じる」、「自己と環境が統一体であるという感覚 (自然との一体感)」、「死をも超えた他者との関係 (新しい存在と意味の回復)」、「自分を超越する存在や力との関係において自己や周囲の人・環境について理解する」

であった。

このように、多くの研究者がスピリチュアリティの概念に「自然」が含まれていることを挙げている。これらのことを考えると、スピリチュアリティと自然とは密接な関連性があるものと思われる。

第4節 スピリチュアリティの醸成と自然体験に関する先行研究

自然体験とスピリチュアリティに関する先行研究をみると、McDonald, Wearing, & Ponting (2009) は、オーストラリアのビクトリア国立公園において、公園の利用者が荒野においてどのような至高体験をするのかを調べている。研究方法は、国立公園に訪れた人に、滞在中にどのような至高体験があり、その体験の意味や、至高体験が起こった風景の説明などを自由記述させたものであった。その結果、核となる以下7つのテーマがみられた。①審美的な質、②距離をとる（人間社会の圧力などから逃避する）、③意味のある体験、④ピーク時の体験数（言及された最高の体験は、荒野の中で体験された数多くの肯定的で深遠な瞬間のほんの1つだった）、⑤ワンネスとのつながり、⑥限界の克服（溢れるエネルギー）、⑦意識の高まり（至高体験の間または直後に、自分と世界と人生に関して深く理解することができた）。

Heintzman (2009) は、自然の中で実施するレクリエーションと、スピリチュアリティとの複雑な関係を説明する、経験的研究と理論モデルについて検討しており、自然体験や被験者の、様々な条件や構成要素が、スピリチュアルな体験や幸福などにつながる可能性があることを示唆している。

Piff, Dietze, Feinberg, Stancato, & Keltner (2015) は、自然体験と畏敬の念との関係について検討している。その研究は、ユーカリの高木が林立するキャンパスで実施された。被験者

を、1分間ユーカリの森を注視する群と、高い建物を眺める群に分け、この瞬間的な経験が宗教的援助行動のレベルに及ぼす影響を比較している。その結果、森を注視する群と高い建物を眺める群と比較して、森を注視する群に起こる自然主義的な畏敬の念が、より宗教的援助行動を強化し、自己に対する意識の高さを減少させたという。

今西 (2008) は、スピリチュアリティを高める前段階でリラクゼーション誘導を行うことが有効であるといい、森林セラピーに注目する。森林セラピー（森林浴、森林療法）とは、森林という自然環境を利用した統合医療の一つであるが、リラクゼーションのためには、森林内にある森林揮発性物質（フィトンチッド）や緑の癒し効果、自然（小川、風）の音などによる効果が有効であるという。そして、森林セラピーによって得られる効果として、今西はスピリチュアリティの向上を挙げている。

また、中右・今西 (2009) は、緑の療法的効果 (Ulrich, 1984) や、森林環境での免疫機能の向上 (大平・高木・増井・大石・小幡, 1999)、ストレスの軽減 (Hansmann, Hug, & Seeland, 2007) が示された先行研究に注目し、緑豊かな環境は人にとって生理学的、心理学的に療法に適した環境であると考えられるという。さらに、中右・今西は日本人のスピリチュアリティ観の共通項として、自然との対比における人の小ささや、自然への畏敬の念が挙げられること (田崎・松田・中根, 2001)、日本人高齢者のスピリチュアリティの構成概念として、「自然との融和」が挙げられること (竹田・太湯, 2006) から、緑に触れることにより、スピリチュアリティの向上が期待できるとしている。そして実際に、次世代型統合医療の実践の場として、大阪府吹田市にある万博記念公園を選んでいる。中右らによると、万博記念公園を選んだ理由は、全面的に緑化された260

ヘクタールの広大な敷地に森林や芝生など、多様な緑地が整備されていること、また、多目的ホールを併設した自然観察学習館などの屋内施設がある点も、各種のプログラムを行うのに適していたという。その結果、参加者の血液検査からは、免疫力の向上が確認され、また参加者の心理質問紙調査からは、QOLの向上が推察された。さらに参加者からの感想からは、スピリチュアリティの向上の可能性が示唆されている。

濁川ら (2012) は、スピリチュアルな内容をテーマにした講義を、緑豊かな場所で行なった場合と、都市環境下にある大学のキャンパスで行なった場合では、受講者のスピリチュアリティへの影響に関して、どのような違いがあるか検討を試みた。その結果、自然環境下と都市環境下にある大学のキャンパスで同じ授業を実施したにもかかわらず、自然環境下で行なった授業の受講者の方が、スピリチュアリティの涵養がより促進されることを示した。

ここまで議論してきたように、現代日本に山積する、心に関わる社会問題を解決するためには、スピリチュアリティの醸成が貢献する可能性がある。そして、スピリチュアリティの概念の中には自然という言葉が多く見られ、様々な先行研究からもスピリチュアリティの醸成に関わる一要因として、自然体験の存在が示唆されている。

II. 目的

本研究の目的は、自然体験がスピリチュアリティの醸成と関係するかどうかを検討するものである。しかし、先行研究では、それぞれの研究者が自然体験の意味を設定しており、自然体験の定義が明確ではない。環境教育辞典 (日本環境教育学会, 2013) には、『自然体験活動の定義としては、1996年、文部省 (当時) の研究

会が「青少年の野外教育の充実について (報告)」の中で示した「自然の中で、自然を活用して行われる各種活動であり、具体的には、キャンプ、ハイキング、スキー、カヌーといった野外活動、動植物や星の観察といった自然・環境学習活動、自然物を使った工作や自然の中での音楽会といった文化・芸術活動などを含んだ総合的な活動」という定義が広く知られている。』とある。そこで、本研究においては、環境教育辞典の自然体験活動の定義を参考に、4泊5日の自然体験型合宿の中で、キャンプ、ハイキング、カヌーといった野外活動と、動植物や星空の観察といった自然・環境学習活動等を実施することとした。また、先行研究において、自然体験の前後でどのような心理的な変化が起こったのか、定量的な検討をしたものが少ない。Heintzman (2009) によれば、スピリチュアリティと自然に基づいたレクリエーションの関係に関する研究の大部分は定性的であるため、定性的な知見がより大きな集団に一般化できるかどうかを判断するには、より定量的な研究が必要であるという。そこで、本研究の研究1において、スピリチュアリティの様々な構成要素の中のどの側面が醸成されるのかを定量的に検討することとした。Piff et al. (2015)、田崎・松田・中根 (2001)、竹田・太湯 (2006) などの研究を参考に、スピリチュアリティの構成因子と思われる「自然との融和や一体感」「畏敬や畏怖の念」「生きがい感」が自然体験によって醸成されるのではないかという仮説を立てた。そして、それらの概念を含む尺度として、日本人の青年層のスピリチュアリティを測定する尺度 *Japanese Youth Spirituality Rating Scale* (JYS: 濁川・満石・遠藤・廣野・和, 2016) を使用した。すなわち、JYSで抽出された5つの因子、①「自然との調和」、②「生きがい」、③「見えない存在への畏怖」、④「先祖・ルーツとの繋がり」、⑤「自律」が、短期間の自然体験

の前後で、どのように変化するかを検討することを目的とした。加えて、スピリチュアリティに関連すると思われる「生きがい感」「精神的健康度」についても同様の検討をすることを目的とした。

また、自然体験によってスピリチュアリティが醸成されやすい人と、そうでない人に、どのような違いがあるのかを検討した先行研究はあまり見られない。梅原（1989）によれば、かつて我々の祖先は、自然の中で生きとし生けるものと共存したことで、太陽に生命の再生を見、動植物や無機物にまで人間と同じ霊の存在を認めるというアニミズム思想を持っていた。また、上田（2014）によると、現代日本におけるスピリチュアリティの基層には、自然に対する日本人の霊性観が存在し、自然界の見えない力の威光は古代アニミズム信仰から現代に至るまで受け継がれているという。そして、第3節で取り上げた、和ら（2014）の研究における、日本人のスピリチュアリティの概念の構成要素「自然との一体感」の中には、「自然に対する感受性」という概念が含まれている。これら3つの先行研究を踏まえて考えた時、自然体験の蓄積や、自然に対する感受性、さらにスピリチュアリティの醸成の間には、何らかの関係が存在する可能性がある。藤後・磯・坪井（2014）によれば、自然への感受性は、短時間で形成されるものではなく、幼少期の経験量や経験の質に由来する能力であるという。つまり、過去の自然体験が多い者ほど、現在のスピリチュアリティ傾向が高い可能性があることから、研究2において、その検証を試みることを目的とした。

Ⅲ. 研究1 短期間の自然体験がスピリチュアリティに影響を及ぼすか

第1節 目的

本研究では、短期間の自然体験がスピリチュアリティに影響を及ぼすかという問題意識のもと、自然体験によってスピリチュアリティの構成因子と思われる「自然との融和や一体感」「畏敬や畏怖の念」「生きがい感」が醸成されるのではないかという仮説を立てた。そして、それらの概念を含む尺度として、JYSを用い、そこで抽出された5因子が、短期間の自然体験の前後で、どのように変化するかを検討することを目的とした。加えて、スピリチュアリティに関連すると思われる「生きがい感」「精神的健康度」についても同様の検討をすることを目的とした。

第2節 方法

1) 調査対象者

本検討の調査対象者は、36名（男性12名、女性24名、平均年齢19.9歳、 $SD = 1.3$ ）からなる、主に首都圏の大学生であった。また本調査は、第一著者の所属機関の倫理委員会に倫理指針準拠審査申請書を提出し、受理された上で実施された（承認番号：2016-7）。すなわち、調査開始前に、調査対象者には文書か口頭で調査の趣旨および、対象者の自由意思に基づく調査であること、調査に参加しない場合でも何ら不利益が生じないことを十分に説明した。さらに、調査開始前に研究目的、内容、研究への参加が任意であること、個人情報への厳守および調査者への連絡先を提示して理解を求めた。次に、本検討に先立ち、口頭および文書で調査対象者から同意を得た。なお質問紙調査において、回答ミスや欠損値を含むデータをリストワイズ除去し

た結果、30名（男性9名、女性21名、平均年齢19.9歳、 $SD = 1.3$ ）が分析対象となった（以下、自然体験群と表記）。

2) 調査内容

後述する自然体験型・合宿形式の授業の前後で、調査対象者のスピリチュアリティとそれに関連する要因を測定するため、質問紙調査を実施した。

スピリチュアリティ JYSを用いて測定した。JYSは「生きる意味や目的をもって生きている」などの27項目で構成され、それぞれの項目に対して「1. まったく当てはまらない」から「7. とてもよく当てはまる」の7件法で回答を求めた。合計得点が高いほど、スピリチュアリティが高いことを示す。

生きがい感 PILテスト日本語版（以下、PILと略記；PIL研究会，1993）を用いて測定した。本研究では大学生の生きがい感を調査した大石・安川・濁川・飯田（2007）に倣い、PILを構成するPart-A、B、Cの3つの部分からPart-Aを抜粋して用いた。すなわち、「私はふだん：1. 退屈しきっている～7. 非常に元気一杯ではりきっている」などの20項目に対して7件法で回答を求めた。合計得点が高いほど、生きがい感が高いことを示す。

精神的健康度 General Health Questionnaire 12項目版（以下、GHQと略記；中川・大坊，1985）を用いて測定した。GHQは「何かをする時いつもより集中して：できた⇒1～まったくできなかった⇒4」などの12項目によって構成されており、それぞれの項目に対して4件法で回答を求めた。なお本研究では、1と2に回答した場合は0点、3と4に回答した場合には1点を与える、GHQ採点法を採用した。合計得点が低いほど、精神的健康度が高いことを示す。

3) 授業を実施した自然環境と授業の内容

自然体験型・合宿形式の授業を行った場所は、福島県南西部と新潟県にまたがり、越後山

脈と三国山脈の一部からなる越後三山只見国定公園内である。フィールドは標高800m程で、周囲を荒沢岳や越後駒ヶ岳などの急峻な山に囲まれている。国内有数の豪雪地帯で、降雨量が豊富なことから、ブナ、ミズナラ、トチノキなどの落葉広葉樹の原生林と清流が残っている。豊かな自然環境には、山地の生態系で食物連鎖の最上位に位置するイヌワシやツキノワグマが生息している。また、日本最大級のダム湖である奥只見湖には、体長70cmを超えるイワナが生息する。奥只見湖に注ぐ一級河川北ノ又川には、産卵のため多数のイワナが秋に遡上する姿が見られる。北ノ又川の上流は、小説家開高健が会長で、地元民や在京の溪流釣りファンが1975年に立ち上げた「奥只見の魚を育てる会」が尽力し、1981年に永年禁漁区となっている。このような原生に近い自然環境が色濃く残るフィールドで、キャンプ、登山、星空観察、自然観察、カヌーなど、様々な野外体験を4泊5日という期間行った。実施時期は2016年8月1日から5日であった。質問紙調査は、初日と最終日に実施した。

4) 比較（統制）群の設定

短期的な自然の中での活動が、スピリチュアリティを高めるのかを明らかにするため、比較群を設定した。調査対象者は、39名（男性25名、女性14名、平均年齢19.6歳、 $SD = 1.0$ ）からなる、主に首都圏の大学生であった。授業内容は、テニスなどの競技スポーツとし、また、授業のスタイルは自然体験型と同様に4泊5日の合宿形式であり、同じ質問紙調査を実施した。実施時期は2016年9月5日から9日であった。質問紙調査は、初日と最終日に実施した。なお質問紙調査において、回答ミスや欠損値を含むデータをリストワイズ除去した結果、29名（男性20名、女性9名、平均年齢19.7歳、 $SD = 1.0$ ）が分析対象となった（以下、運動群と表記）。

5) 統計分析

研究1の目的に沿い、自然体験群と運動群において授業前後で測定したJYS、PIL、GHQそれぞれの得点を従属変数とした混合計画二要因分散分析を行った。なお統計分析における有意水準は5%に設定し、分析には統計解析プログラムHAD Version 16.031（清水, 2016）を用いた。

なお、変数間の交互作用に焦点を当てて研究を行う場合、分散分析で交互作用が有意でなかった場合にもその後の検定（単純主効果の検定など）を行う「計画比較」と呼ばれる手順をとることがある（井関, 2017）。本研究では「自然群ではスピリチュアリティ、生きがい感、精神的健康度が高まるが、運動群ではそのような変化は認められない」という交互作用を仮説に設定する。そのため、二要因分散分析において交互作用が有意でなかった場合にも、交互作用が認められる可能性がある際には単純主効果の検定を行い、要因間の関係性をより詳細に検討することとした。なお計画比較を行うか否かを決定する指標としては、サンプルサイズに左右されない効果の大きさを示す指標である効果量 η^2 を用いた。 η^2 の値が.01程度であれば小、.06程度であれば中、.14程度であれば大という基準（水本・竹内, 2008）を参考に、小以上の効果量が認められた場合に計画比較を行うこととした。

第3節 結果

1) 自然体験型・合宿形式の授業の前後におけるスピリチュアリティの比較

第一に、合宿の種類と合宿の前後を独立変数、JYSにおける5つの下位尺度得点を従属変数とした二要因分散分析を行った（表1）。自然との調和では、合宿の種類（ $F(1, 57) = 14.41, p < .001$ ）と前後（ $F(1, 57) = 5.79, p = .019$ ）での主効果および交互作用（ $F(1, 57) = 5.07, p = .028$ ）が有意であった。交互作用が認められた

ため単純主効果の検定を行ったところ、自然体験群は合宿の前後で自然との調和得点が有意に高くなる（ $t(57) = 4.42, p = .002$; cohen's $d = .73, 95\%CI = [0.00, 1.42]$ ）が、運動群では変化が認められない（ $t(57) = 0.11, p = .914$; cohen's $d = .02, 95\%CI = [-0.49, 0.53]$ ）ことが示された（図1）。生きがいで、合宿の前後（ $F(1, 57) = 5.39, p = .024$ ）での主効果のみが有意であり、自然体験群と運動群のどちらであるかは関係なく合宿前後で生きがい得点が高くなることが示された。見えない存在への畏怖では、合宿の種類（ $F(1, 57) = 12.43, p = .001$ ）が有意であった。また、交互作用の効果量が中程度（ $\eta^2 = .04$ ）であり交互作用が認められる可能性があると考えられたため、計画比較を行うこととした。単純主効果の検定を行ったところ、自然体験群は合宿の前後で見えない存在への畏怖得点が有意に高くなる（ $t(57) = 4.42, p = .018$; cohen's $d = .52, 95\%CI = [0.16, 1.20]$ ）が、運動群では変化が認められない（ $t(57) = 0.33, p = .744$; cohen's $d = .05, 95\%CI = [-0.46, 0.56]$ ）ことが示された（図2）。先祖・ルーツとのつながりと自律では、有意な主効果と交互作用は認められなかった。

2) 自然体験型・合宿形式の授業の前後における生きがい感の比較

第二に、合宿の種類と合宿の前後を独立変数、PIL得点を従属変数とした二要因分散分析を行った。その結果、合宿の前後での主効果のみが有意であり、交互作用の効果量の値は0に等しいことが認められた（表1）。すなわち、自然体験であるか運動であるかにかかわらず、合宿後にはPIL得点が有意に高くなることが示された。

3) 自然体験型・合宿形式の授業の前後における精神的健康度の比較

第三に、合宿の種類と合宿の前後を独立変数、GHQ得点を従属変数とした二要因分散分

析を行った。その結果、合宿の前後での主効果が有意 ($F(1, 57) = 4.14, p = .047, \eta^2 = .07$) であったが、交互作用の効果量も中程度 ($F(1, 57) = 3.19, p = .079, \eta^2 = .06$) であり交互作用が認められる可能性があると考えられたため、計画比較を行うこととした (表1)。単純主効果の検定を行ったところ、自然体験群は合宿の前後でGHQ得点が有意に低くなる ($F(1, 57) = 2.72, p = .009; \text{cohen's } d = .71, 95\%CI = [0.02, 1.39]$) が、運動群では変化が認められない ($t(57) = 0.17, p = .863, \text{cohen's } d = .03, 95\%CI = [-0.47, 0.54]$) ことが示された (図3)。

IV. 研究2 過去の自然体験の多寡はスピリチュアリティに影響を及ぼすか

第1節 目的

過去の自然体験の多寡が個人のスピリチュアリティに影響を及ぼすかどうかという問題意識の下、過去の自然体験が多い者ほど、スピリチュアリティが醸成される傾向にあるのではないかと仮説を立て、質問紙を用いてその関連性について分析を試みた。

表1 各尺度得点を従属変数とした混合計画二要因分散分析の結果

	自然群 (n = 30)		運動群 (n = 29)		合宿 種類	合宿 前後	交互作用	
	前	後	前	後		F(1, 57)		η^2
自然	34.87	39.00	30.24	30.38	14.41	5.79*	5.07	.09
	(6.18)	(6.42)	(8.64)	(8.55)	$p < .001$	$p = .019$	$p = .028$	
生きがい	32.23	35.00	30.55	32.41	1.62	5.39	0.21	.00
	(7.05)	(7.27)	(8.23)	(7.37)	$p = .208$	$p = .024$	$p = .206$	
見えない存在	32.10	34.77	27.62	27.99	12.43	3.77	2.17	.04
	(5.97)	(7.63)	(7.41)	(6.14)	$p = .001$	$p = .057$	$p = .146$	
先祖・ルーツ	14.20	16.17	13.41	14.31	0.87	3.09	0.43	.00
	(6.10)	(6.87)	(6.02)	(6.06)	$p = .355$	$p = .084$	$p = .514$	
自律	9.33	9.23	8.72	8.31	1.74	0.42	0.16	.00
	(2.45)	(2.70)	(2.87)	(2.78)	$p = .193$	$p = .519$	$p = .694$	
PIL	92.47	98.20	87.93	93.24	2.10	5.42	0.01	.00
	(13.84)	(14.55)	(19.02)	(14.28)	$p = .153$	$p = .024$	$p = .929$	
GHQ	4.03	2.43	3.03	2.93	0.14	4.14	3.19	.06
	(3.35)	(2.98)	(3.28)	(2.36)	$p = .708$	$p = .047$	$p = .079$	

注1) 自然：自然との調和、見えない存在：見えない存在への畏怖、先祖・ルーツ：先祖・ルーツとのつながり

注2) 前は授業前の平均得点、後は授業後の平均得点を意味する。

注3) 括弧内の数値は標準偏差を示している。

注4) 計画比較を実施するため、交互作用のみ効果量 (η^2) を記載している。太字のものは計画比較 (交互作用の検討) を行ったものを示す。

第2節 方法

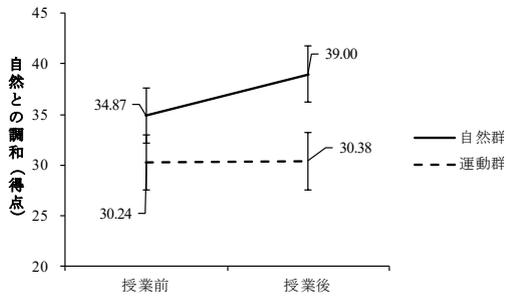
1) 調査対象者

本調査の調査対象者は、168名（平均年齢18.7歳、 $SD = 1.1$ ）からなる首都圏の大学生であった。また本調査は、第一著者の所属機関の倫理委員会に倫理指針準拠審査申請書を提出し、受理された上で実施された（承認番号：2016-7）。すなわち、調査開始前に、調査対象者には文書か口頭で調査の趣旨および、対象者の自由意思に基づく調査であること、調査に参加しない場合でも何ら不利益が生じないことを十分に説明した。さらに、調査開始前に研究目的、内容、研究への参加が任意であること、個人情報の厳守および調査者への連絡先を提示して理解を求めた。次に、本検討に先立ち、口頭および文書で調査対象者から同意を得た。なお質問紙調査において、回答ミスや欠損値を含むデータをリストワイズ除去した結果、120名（平均年齢18.7歳、 $SD = 1.1$ ）が分析対象となった。

2) 調査内容

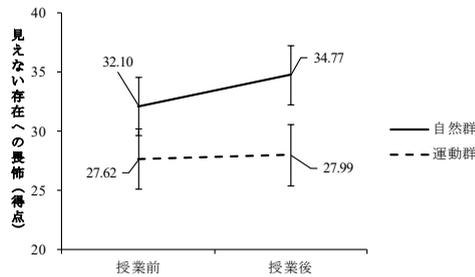
過去の自然体験の多寡とスピリチュアリティの関連性を検討するため、以下の要因について質問紙調査を実施した。

自然体験の多寡 Survey for Nature Experience（以下、SNEと略記）を新たに作成し、用いた。SNEは「チョウやトンボなどの昆虫を捕まえたことがある」、「太陽が昇るところや沈むところを見たことがある」、「キャンプをしたことがある」等の14項目で構成されており、「1：まったくあてはまらない」から「5：よくあてはまる」の5件法で回答を求めるものである。なおSNEについては、研究2の前に予備調査を行い、確認的因子分析^{注1)}や信頼性係数の算出によりその妥当性と信頼性が十分であることを確認している。SNEの詳細は巻末に付録として添付した。



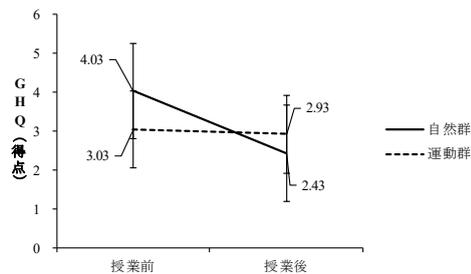
注) エラーバーは 95%信頼区間

図1 自然との調和に対する合宿の種類と合宿前後の交互作用



注) エラーバーは 95%信頼区間

図2 見えない存在への畏怖に対する合宿の種類と合宿前後の交互作用



注) エラーバーは 95%信頼区間

図3 GHQに対する合宿の種類と合宿前後の交互作用

スピリチュアリティ 研究1と同様にJYSを用いた。

生きがい感 研究1と同様にPILを用いた。

精神的健康 研究1と同様にGHQを用いた。

3) 統計分析

研究2の目的に沿い、SNEとJYS、PIL、GHQの尺度得点間におけるPearsonの積率相関係数を算出した。研究1と同様に、統計分析における有意水準は5%に設定し、分析には総計解析プログラムHAD Version 16.031（清水, 2016）を用いた。

第3節 結果

はじめに、作成したSNEの測定信頼性について、内的一貫性の観点より検証した。Cronbachの α 係数を算出したところ.87であり、十分な信頼性を持っていることが示された。そのうえで、SNE、JYS、PIL、およびGHQの各尺度得点間におけるPearsonの積率相関係数を算出した（表2）。その結果、SNEとJYSの間（ $r = .36, p < .01$ ）、SNEとPILの間（ $r = .25, p < .01$ ）には、それぞれ有意な正の相関が認められた。一方、SNEとGHQの間には有意な相関は見られなかった（ $r = -.02, ns$ ）。この結果から、自然体験の多寡と生きがい感の高さには関連性があることが示唆された。また、自然体験の多寡と精神的健康度の関連性は認められなかった。さらに、JYSとPILの間には高い相関がみられ、元々スピリチュアリティの構成概念の一つである「生きがい感」とJYSで得られたスピリチュアリティには高い関連性が示唆された。

表2 各尺度得点間の相関関係（ $N = 120$ ）

	SNE	JYS	PIL
JYS	.36 **		
PIL	.25 **	.61 **	
GHQ	-.02	-.11	-.23 *

** $p < .01$, * $p < .05$

V. 考察

本研究では、自然体験がスピリチュアリティの醸成とどう関わるかを探るため、以下に記す2つのテーマについて検討を試みた。すなわち、研究1「短期間の自然体験がスピリチュアリティに影響を及ぼすか」、研究2「過去の自然体験の多寡はスピリチュアリティに影響を及ぼすか」、という2点である。筆者等の仮説は、研究1においては、自然体験によって、スピリチュアリティと関連すると思われる「自然との融和や一体感」「畏敬や畏怖の念」「生きがい感」などが醸成されるのではないかと、いうものであった。次に、研究2においては、過去の自然体験が多い者ほど、現在のスピリチュアリティ傾向が高い可能性があるのではないかと、いうものであった。

研究1の結果は部分的に筆者等の仮説を支持するもので、JYSにおける「自然との調和」「畏怖」は、自然体験群のみプログラム後に有意に高くなり、「生きがい」は、自然体験群とスポーツ群の両方でプログラム後に有意に高くなった。一方、「先祖・ルーツとのつながり」と「自律」は、プログラム前後での有意な変化はなかった。PILに関しても、群間（授業形式）での違いは無かったが、合宿前後に注目すると、合宿後には両群ともこの値が有意に高くなっており、生きがい感が増したことが伺えた。また、研究2においては、過去の自然体験が多い者ほどスピリチュアリティが高い事を示唆するものであった。これらの結果を踏まえ、まず研究1の、JYSにおけるスピリチュアリティの5因子の一つ、「自然との調和」が、自然体験群のみプログラム後に有意に高くなったことについて次のように考察する。自然体験合宿中、受講者はスマホやパソコンから距離を置き、鳥の声に耳を澄まし、整備されてない地面

を注意しながら歩き、火が消えないようたえず焚き火を見張っているような状況に置かれた。こうした状況において参加者は、McDonald, et al. (2009) が荒野の中での至高体験に関する研究で示した「日常からの逃避」状態になった可能性がある。それは、中野 (2015) があげる3つのスピリチュアリティ観の一つ、「今ここを生きる」状態とも関係していると考えられる。つまり「過去でも未来でも他所でもなく今ここに在りきること、今この瞬間を丁寧に味わい今ここを生きる」状態となったことで「自然との調和」がプログラム後に有意に高くなった可能性があると考えられる。次に、研究1のJYSにおけるスピリチュアリティの5因子の一つ、「畏怖」が自然体験群のみプログラム後に有意に高くなったことについて次のように考察する。本研究で自然体験合宿を実施したフィールドは、日本最大級の湖と越後三山に囲まれた、原生自然が残る環境だった。また、周囲には人工的な建物や街灯が少なく、曇りの日は一寸先も見えない闇の中でテント泊をし、晴天ならば天の川がはっきり見えるような満天の星空を観察することができた。学生からは、景色の雄大さ、夜の闇の暗さ、満天の星空の美しさ、野生動物の鳴き声などに対して、自然の偉大さや怖さ、自分の存在の小ささや、生きていることへの不思議さなどを感じたという感想を聞くことができた。このことは、Piff et al. (2015) も述べているように、自然体験が畏怖（畏敬の念）を呼び起こし、それがスピリチュアリティの醸成と関係した可能性があると思われる。また、研究1のJYSにおけるスピリチュアリティの5因子の一つ、「生きがい」が自然体験群とスポーツ群の両方でプログラム後に有意に高くなったことについて次のように考える。神谷 (1966) によれば、生きがいの概念は、7つの欲求（①生存充実感への欲求、②変化への欲求、③未来性への欲求、④反響への欲求、⑤自由への欲求、⑥

自己実現への欲求、⑦意味と価値への欲求）と関係しているという。また、堀内・竹内・坂柳 (1983) は、「生きがい概念」には、共通項として①幸福感や充実感といった感情を伴っていること、②人生の目標達成あるいは自己実現のプロセスであること、の2点をあげている。自然体験群においては、神谷のいう7つの欲求の①や、堀内・竹内・坂柳が言う「生きがい概念」の共通項の①が関係したことで、JYSの「生きがい」がプログラム後に有意に高くなったのではないだろうか。また、スポーツ群では、神谷の言う7つの欲求の①、②、③、⑥や、堀内・竹内・坂柳の言う①、②が関係したと考えられ、それゆえJYSの「生きがい」がプログラム後に有意に高くなったのではないだろうか。一方で、研究1のJYSにおけるスピリチュアリティの5因子の一つ、「先祖・ルーツとのつながり」と「自律」は、プログラム前後で有意な変化はなかった。この理由を明確に説明することは難しい。敢えて考えるとすれば、これら2つの要素と関連するようなプログラムが両群のアクティビティの中にあまり含まれなかったことが原因かも知れない。

また、この結果に対する考察を加える上で念頭に置かなければならない本研究の限界がある。短期間の自然体験の効果を検討する上で、自然体験群と対照群の活動プログラム内容が大きく異なったという問題である。今回は対照群として、同じように体を動かしながら学ぶ合宿形式の「スポーツ授業」を設定したのであるが、当然のことながら森のトレッキングや湖のカヌーなどという自然の中での活動を、スポーツの競技場で実施することはできない。対象が同じ大学生であり、キャンパスを離れての合宿授業で、なおかつ身体活動を通じて学ぶという点は統一できたが、プログラムそのものは大きく異なるため、今回の結果が自然環境によってもたらされたものなのか、あるいはプログラム

内容の差に起因するものなのか、その点を明らかにすることは困難であった。加えて、授業というスタイルをとる以上、参加者をランダムに振り分けることができず、事前のスピリチュアリティ傾向や自然体験へのモチベーションに、条件間で既に差が存在した可能性がある。従って、今回の結果はこの両群の条件設定の限界を差し引いて考えなければならない。更に、本研究では二要因分散分析を実施する際に計画比較を実施したが、調査対象者の人数を増やし心理尺度の測定精度を高めることで、より正確に自然体験の効果を示すことも必要であったかも知れない。

次に研究2の結果は、筆者らの仮説通り、過去の自然体験が多い者ほど、現在のスピリチュアリティ傾向が高いことを示唆する結果となった。この結果から次のように考察する。

まず、「Ⅱ目的」で上述したように、自然への感受性は、短時間で形成されるものではなく、幼少期の経験量や経験の質に由来する能力である（藤後ら, 2014）。つまり、過去の自然体験が多い者は、過去の自然体験が少ない者より、自然への感受性が高い可能性がある。そして、第3節で上述したように、日本人のスピリチュアリティの概念の構成要素「自然との一体感」の中には、「自然に対する感受性」が含まれている（和ら, 2014）ことから、過去の自然体験が多い者ほど、自然への感受性が高く、現在のスピリチュアリティの傾向も高い可能性があるのではないだろうか。

また、幼児期における自然体験は「生きがい」感を高める（若杉・川村・山田, 1997）という研究や、子どもの頃の自然体験が豊富な大人ほど、やる気や生きがいを持っている人が多い（国立青少年教育振興機構, 2010）といった研究がある。つまり、過去の自然体験が多い者は、生きがい感が高い可能性がある。そして、JYSにおけるスピリチュアリティの5因子の中

には「生きがい」があることから、過去の自然体験が多い者は、生きがい感が高く、そのことがスピリチュアリティの醸成と関係がある可能性があるのではないだろうか。

ただし、本研究では、SNEとJYSの相関関係を分析しているに過ぎず、これらの変数間の因果的關係については踏み込んだ考察ができない。したがって、今後は、縦断的な調査を通して、自然体験がその後のスピリチュアリティ傾向に及ぼす影響を検討していく必要がある。

今後は、以下の2つの課題に関して検討を試みたい。本研究では、環境教育辞典（日本環境教育学会, 2013）にある自然体験の定義を参考にアクティビティを実施し、自然体験とスピリチュアリティの醸成が関係あることが示唆されたが、実際にどのアクティビティがスピリチュアリティの醸成と関わったのかまでは明らかにできなかった。学生からは多様な感想を聞くことができたが、特にイワナを食べるアクティビティについての感想が多かった。このアクティビティは、清流に放した25cmほどの岩魚を捕まえ、石で叩いて殺し、串に刺して焼いて食べるというアクティビティである。このアクティビティは、普段あまり目にするのがない生き物の死と、自分が殺した命を食べるという体験が含まれている。自然界において、人間を含む多くの生き物は、生きてゆくために何かを殺して食べなくてはならない。しかし、このような生態系という観点から見ればある種自然な関係が、我々の日常にはほとんど存在しないことを考えると、イワナの命を奪い、食べるという体験は、自分と自然のつながりや、死生観について考えるきっかけとして、インパクトがあるのではないだろうか。しかしこれはあくまで著者らの仮説にすぎないため、内省報告の分析などの質的な検討を試みたい。

また、本研究では5日間という短期間の自然体験で、受講者のスピリチュアリティが醸成さ

れることを示した。しかし、その効果がどの程度持続しているのかは分からない。今後は、この点についても検討を試み、自然体験とスピリチュアリティ醸成の関連性をより明確にして行きたい。

注

- 1) 確認的因子分析におけるモデル適合度指標は $\chi^2 = 73.69$ ($df = 62$, $p = .15$)、 $CFI = .98$ 、 $SRMR = .05$ 、 $RMSEA = .04$ 、 $AIC = 159.69$ とそれぞれ良好な値を示していた。

引用文献

- フランクル, ヴィクトール・E. (2002) 『意味への意志』 山田邦男監訳, 春秋社.
- 藤井美和 (2000) 「病人のクオリティーオブライフとスピリチュアリティ」『関西大学社会学部紀要』(85), 36-38.
- Hansmann, R., Hug, S. M., & Seeland, K. (2007). Restoration and stress relief through physical activities in forest and parks. *Urban Forestry and Urban Greening*, 6, 213-225.
- 林 貴啓 (2011) 『問いとしてのスピリチュアリティ』 京都大学学術出版会.
- 堀内安男・竹内登規夫・坂柳恒夫 (1983) 「中学生・高校生の生きがいに関する調査研究」『進路研究』4, 16-24.
- 伊田広行 (2004) 「スピリチュアルケアをめぐる議論を見渡す」『大阪経大論集』54 (5), 333-364.
- Institute for Economics and Peace (2015). *Global peace index 2015*. http://economicsandpeace.org/wp-content/uploads/2015/06/Global-Peace-Index-Report-2015_0.pdf (最終閲覧日: 2017年2月26日)
- 今西二郎 (2008) 「緑の環境と統合医療」『日本緑化工学会誌』33 (3), 435-440.
- 井関龍太 (2017) 「外向的な人を内向的に、内向的な人を外向的にふるまわせると?—分散分析と交互作用—」, 荘島宏二郎編 『計量パーソナリティ心理学』(pp.77-92) ナカニシヤ出版.
- 梶原直美 (2014) 「『スピリチュアル』の意味: 聖書テキストの考察による: 試論」『川崎医療福祉学会誌』24.
- 和秀俊・廣野正子・遠藤伸太郎・満石寿・濁川孝志 (2014) 「日本人青年におけるスピリチュアリティ評定尺度の開発」『立教大学コミュニティ福祉学部紀要』第16号, 39-48.

- 神谷美恵子 (1966) 『生きがいについて』 みすず書房.
- Kessler, R. (2000). *The soul of education: Helping students find connection, compassion, and character at school*. Alexandria, VA: ASCD.
- 国立青少年教育振興機構 (2010) 「子どもの体験活動の実態に関する調査研究 (中間報告)」.
- 窪寺俊之 (2004) 『スピリチュアルケア学序説』 三輪書店.
- 窪寺俊之 (2008) 『スピリチュアルケア学概説』 三輪書店.
- 水本篤・竹内理 (2008) 「研究論文における効果量の報告のために—基礎的概念と注意点—」『英語教育研究』31, 57-66.
- McDonald, M. G., Wearing, S., & Ponting, J. (2009). The nature of peak experience in wilderness. *The Humanistic Psychologist*, 37 (4), 370-385.
- 中川泰彬・大坊郁夫 (1985) 『日本版GHQ精神健康調査票手引き』 日本文化科学社.
- 中野民生 (2015) 「スピリチュアリティとファシリテーション」, 鎌田東二企画・編 『スピリチュアリティと教育』(pp.122-151) ビイニング・ネット・プレス.
- 中谷啓子・島田涼子・大東俊一 (2013) 「スピリチュアリティ概念の構造に関する研究」『心身健康科学』9 (1), 37-46.
- 中右麻衣子・今西純一 (2009) 「がん患者の療法の場としての都市緑地の活用」『日本緑化工学会誌』35 (2), 301-303.
- 濁川孝志 (2009) 「環境問題とスピリチュアリティ」『立教大学コミュニティ福祉学部紀要』11, 91-110.
- 濁川孝志・遠藤伸太郎・満石 寿 (2012) 「自然環境がスピリチュアルな講義の効果に及ぼす影響」『トランスパーソナル心理学/精神医学会誌』12 (1), 90-104.
- 濁川孝志・満石 寿・遠藤伸太郎・廣野正子・和 秀俊 (2016) 「日本人青年におけるスピリチュアリティ評定尺度の開発」『トランスパーソナル心理学/精神医学会誌』15 (1), 87-104.
- 日本環境教育学会 (2013) 『日本環境教育辞典』 教育出版.
- 西平 直 (2007) 「スピリチュアルとは何か」, 安藤治・湯浅泰雄編 『スピリチュアリティの心理学』(pp.71-90) せせらぎ出版.
- 大平英樹・高木静香・増井香織・大石麻由子・小幡亜希子 (1999) 「森林浴と健康に関する精神神経免疫学的研究」『東海女子大学紀要』19, 217-232.
- 大石和男・安川通雄・濁川孝志・飯田史彦 (2007) 「大学生における生きがい感と死生観の関係」『健康心理学研究』20 (2), 1-9.
- 大石和男・安川通雄・濁川孝志 (2008) 「死生観に関する教育による生きがい感の向上一飯田史彦による「生きがい論」の応用事例—」『トランスパーソナル

- 心理学 / 精神医学会誌』8 (1), 44-50.
- 大石和男・安川通雄・濁川孝志・飯田史彦 (2007) 「大学生における生きがい感と死生観の関係—PILテストと死生観の関連性—」『健康心理学研究』20 (2), 1-9.
- 大柴譲治 (2014) 「『パストラルケア』と『スピリチュアルケア』」『ルーテル学院研究紀要』48, 1-12.
- Paul Heintzman (2009). Nature-based recreation and spirituality: A complex relationship. *Leisure Science*, 32 (1), 72-89.
- PIL研究会 (1993) 『生きがい—PILテストつき—』河出書房新社.
- Piff, P. K., Dietze, P., Feinberg, M., Stancato, D. M., & Keltner, D. (2015). Awe, the small self, and prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108, 883-899.
- 佐藤文子 (1993) 「人生の意味・目的と生き方」, PIL研究会編 『生きがい—PILテストつき—』 (pp.3-22) 河出書房新社.
- 清水裕士 (2016) 「フリーの統計分析ソフトHAD—機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案—」『メディア・情報・コミュニケーション研究』1 (1), 59-73.
- 総務省統計局 (2016) 「国民経済計算—世界の統計」 Retrieved from <http://www.stat.go.jp/data/sekai/0116.htm> (最終閲覧日: 2017年12月21日)
- 竹田恵子・太湯好子 (2006) 「日本人高齢者のスピリチュアリティ概念構造の検討」『川崎医療福祉学会誌』16 (1), 53-66.
- 竹内啓二 (2012) 「スピリチュアル・ケアとスピリチュアリティに関する近年の研究動向—モラロジー研究の新たな展開への示唆を求めて—」『麗澤学際ジャーナル』20, 55-68.
- 田崎美弥子・松田正己・中根允文 (2001) 「スピリチュアリティに関する質的調査の試み—健康およびQOLの概念のからみの中で—」『日本医事新報』4036, 24-32.
- 藤後悦子・磯友輝子・坪井寿子 (2014) 「海に囲まれて育った子どもたちの『自然への感受性』」『東京未来大学研究紀要2014』, Vol.7.
- 上田弓子 (2014) 「現代日本におけるスピリチュアリティについての一考察」『教養デザイン研究論集第6号』明治大学大学院, 60-61.
- Ulrich, R.S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Science*, 224, 420-421.
- 梅原猛 (1989) 「アニミズム再考」『日本研究』(1) 国際日本文化研究センター, 13-23.
- 若杉純子・川村協平・山田英美 (1997) 「幼児における自然体験と感性の関わり」『日本保育学会大会研究論文集』第50巻, 690-691.
- World Health Organization (2016). World health statistics 2016. Retrieved from http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/206498/1/9789241565264_eng.pdf?ua=1 (最終閲覧日: 2017年12月21日)
- 安田純子 (2001) 「医療費抑制時代の公立病院経営のあり方」『地域経営ニュースレター』30, 6-11.
- 弓山達也 (2010) 「日本におけるスピリチュアル教育の可能性」『宗教研究84』日本宗教学会, 553-577.

抄録

物質至上主義の現代社会において、スピリチュアリティを醸成することは、自殺やうつ病などの現代社会病理を解決する一助になり得るとする先行研究が散見される。

また、豊かな自然の中に身を置く体験をした人は、スピリチュアルな傾向が高い可能性があるという研究も散見される。そこで本研究では、自然体験がスピリチュアリティに影響を及ぼすのではないかとする仮説を検証した。その結果は、豊かな自然環境はスピリチュアリティを醸成する可能性を持つという仮説を支持するものであった。今後は、自然が人の感性や価値観に及ぼす影響に関して質的な検討を試み、どのようなプロセスが、この一連の影響に含まれているのかを考えてみたい。

Abstract

Previous studies have found that fostering spirituality in the modern society of materialism can help resolve contemporary social pathology such as suicide and depression. Other studies showed that people who experience rich natural environment may have a high spiritual tendency. Therefore, this research tried to verify the hypothesis about nature experiences affecting human spirituality. The results supported the hypothesis by showing that experiences in a rich natural environment have the potential to foster human spirituality. For the future, we consider a qualitative approach on the influence of the nature on human's sensitivity and values.

keywords: spirituality, nature experience, natural environment

付録

Survey For Nature & Outdoor Experience

この質問用紙は、あなたの自然体験の多寡を問うものです。調査の結果は統計的に処理され、個人は特定されることはありません。また、本調査以外での使用はいたしません。調査への参加は任意であり、この調査用紙への記入をもって、参加への同意が得られたものとさせていただきます。

[1] あなたご自身についてお答えください ※該当するものに丸をつけてください

1：性別 男 女
2：年齢 歳

[2] あなたの自然体験の多寡を問う質問です ※該当するものに丸をつけてください

1	チョウやトンボなどの昆虫を捕まえたことがある	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
2	海や川で貝をとったり魚を捕まえたことがある	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
3	大きな木に登ったことがある	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
4	ロープウェイやリフトを使わずに高い山に登ったことがある	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
5	太陽が昇るところや沈むところを見たことがある	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
6	野鳥をみたり鳴く声を聞いたことがある	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
7	海や川で泳いだことがある	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
8	キャンプをしたことがある	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
9	自然物（種や実、枝、石、骨、つる植物など）を使って遊んだことがある。	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
10	野外で、虹や花や星や虫など、何かを見て感動したことがある	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
11	友達だけで自然の中で探検ごっこや秘密基地作りをしたことがある	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
12	生まれ育った自然環境が非常に自然豊かな場所だった	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
13	親が自然体験が好きでよく連れて行ってもらっていた	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる
14	生き物を殺した経験がある	1 まったくあてはまらない	2 あまりあてはまらない	3 どちらともいえない	4 少しあてはまる	5 よくあてはまる