

イニシアティブゲーム体験が及ぼすメンタルヘルスの変容に関する研究

— 新入生における対人面での不安に焦点をあてて —

富田 海人 (東京学芸大学)

1. 目的

本研究の目的は、イニシアティブゲーム体験がメンタルヘルス、特に対人面での不安に及ぼす影響についての一資料を得ることである。この目的を遂行するにあたって、下記の研究論点(リサーチクエスション:以下RQ)を設定した。

- RQ1: 事前、事後、追跡3回の調査で、メンタルヘルス(対人面での不安)はどのように変容するか。
- RQ2: RQ1の結果に男女差はあるのか。
- RQ3: RQ1の結果に類ごと、研修グループ、教育系または教育支援系において差はあるのか。

2. 研究方法及び手順

1) 対象者:

東京学芸大学スポーツ健康科学講座に所属の新入生男女約100人を研究対象者とした。

2) 調査方法:

研究対象者にイニシアティブゲームの事前、事後、追跡の3回にわたり「対人面での不安」の自己評価アンケートを記入してもらった。その回答を得点化して集計し、分析・考察を行った。

3) 分析方法

- RQ1について: 事前、事後、追跡の比較に関して、一元配置分散分析を行った。
- RQ2について: 得点変化の男女差を調べるために、等分散を仮定した2標本によるt検定を行った。
- RQ3について: 研究対象者を、類別、研修グループ別、教育系または教育支援系の3観点に分類し、一元配置分散分析を行った。

3. 結果と考察

1) RQ1について:

平均得点に変化がみられたものの、有意な差は認められなかった。事後-追跡間では、コロナウイルスの影響で再び自粛期間となり友人と会うことができ

なかったため、対人面での不安が増加したと考えられる。

2) RQ2について:

性別による得点の変化の差について、有意な差は認められなかった。有意差が認められなかった理由の一つとして、友人に対して抱きやすい不安感情は性別により異なるが、当活動での体験が男女どちらの不安感情も減少させることができたことが考えられる。

3) RQ3について:

研修後半組において、事前-事後間で5%水準での有意差が認められた。初対面の人物と信頼関係を築く際のコミュニケーション手段として、イニシアティブゲームが有効であると考えられる。

4. 結論

1) 得られた知見の要旨

(1) RQ1に関して:

イニシアティブゲームは対人面での不安に何らかの影響を及ぼすことが明らかになった。その要因としては、協働・協力や振り返りを通して、信頼感や協力関係が生まれた事を実感することができ、対人面での不安が解消されたためである。

(2) RQ2に関して:

性別による対人面での不安得点の変化に差はみられなかったが、女子の方が全ての調査において対人面での不安得点が高かった。

(3) RQ3に関して:

課題解決に向け活動することで、初対面の人物と深い信頼関係が芽生えることが明らかになった。

5. 主な参考文献

- 1) 井村仁(1989): イニシアティブゲーム、日本野外教育研究会編キャンプテキスト、杏林書院、138-147.