

フリークライミング

視覚障害者を対象とした教育プログラムとしての実践と効果

- 小林幸一郎 特定非営利活動法人モンキーマジック
- 小田浩一 東京女子大学
- 高梨美奈 北区健康増進センター

■ 目的

視覚障害者がフリークライミングに取り組むことは、運動機会の拡大に加え、自己効力感の向上による社会生活への積極性の獲得も考えられる。積極性の獲得をより効果的に引き出すため、クライミングの特性を生かした「教育プログラム」の実践を試み、その効果を調べるのが本研究の目的である。

■ 手法

筑波技術大学の体育集中授業として 2008 年 9 月 24・25・30 日の 3 日間、視覚障害のある大学生 5 名（20～40 歳、女性 1 男性 4、全盲 2 弱視 3）を対象とし、人工壁を利用したフリークライミング指導を行った。一般的な指導とは異なり、個人の上達ではなく自己責任やパートナーシップを重視したプログラムを実施した。効果の測定には自己効力感尺度によるプログラム前後の測定と、3 日間を通してのインタビューを行った。

自己効力感尺度

全 16 項目（飯田・関根, 1992 年, 野外活動等）

- ・ 失敗への恐れのない
- ・ 行動の積極性
- ・ 能力の社会的位置づけ

調査方法：調査シート代筆メール

調査時期：実施直前、各日終了直後、1 ヶ月後の合計 5 回

★ クライミングスキル向上に特化しない教育プログラムとしての特徴

1. パートナーシップ

- 3 人 1 組のチームを作り、「登る」「安全確保」を学生自身が実施。
- ・活発なコミュニケーションによる信頼関係の形成を学ぶ
- ・人の命を守る責任を学び、自信を得る。
- ・能動的な関わりが必要。積極的な姿勢を学ぶ。

2. 自己責任

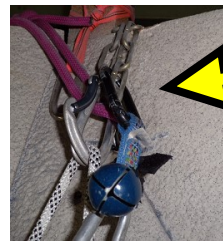
安全確保のロープを自身で装着・安全確認することにより、自己責任の意識を高める。

人任せでは自身を守れないことを学ぶ。

■ 結果

自己効力感の測定は有意な変化はみることができなかったが、インタビューでは数多くのポジティブなコメントが集められた。

- ・「スポーツには苦手意識しかなかったが、そうでもないという発見。（20 代・男・弱）」
- ・「何事にも消極的だったが、積極的になるきっかけをもらった。（20 歳代・女・全）」
- ・「誰かを頼ることなく手に入れた成果は、大きな自信になった。（20 歳代・男・全）」
- ・「日常の授業では見せた事のない、自発的姿勢を全員が見せていた。（担当教員）」



終了点には鈴



創意と工夫：どの石(ホールド)を使ってよいか、自分で見つけ登る



自己責任：安全確保のロープを自分で結ぶ



パートナーシップ：安全を互いに確保する



3. 工夫と創造

指示を待たず、自ら登る工夫をすることによる問題解決能力の向上とそれによる達成感の獲得。

■ 今後の課題

- ・ 効果測定の方法改善
- ・ 指導者の育成、及び場所の確保