

発達障害を持つ子どもを対象にしたレジリエンスキャンプの実際

関西大学臨床心理専門職大学院 斧原 藍・今留 卓
石田 陽彦・川崎 圭三

要約

A市では、発達障害を持つ小学生と中学生の子どもを対象に、他人との安全な関係性の中で自己評価を上げることを目的としたレジリエンスキャンプを毎年行っている。本稿では2013年度に開かれたキャンプに焦点をあててその実践内容を報告した。子ども達がキャンプに積極的に参加できるように、「山賊の修行」というストーリー仕立てで、キャンプは進められた。修行に対して「できない」と尻込みしていた子どもが、仲間に支えられることで達成することができるなどの場面が見られた。本キャンプが子ども達のレジリエンス向上の一助となったのではないかと考えられた。

キーワード：発達障害 レジリエンス キャンプ

はじめに

発達障害を持つ子どもたちの問題や困難は、その度合いや環境などによってさまざまであり、彼らに対する療育の方法もまた、今日まで多様な広がりを見せてきた。また1960年以降、キャンプを臨床心理学的なアプローチとして活用されるようになってきた流れもあり（申崎・望月・永井，2006）、療育の一環として、キャンプが行われるようになってきた。療育キャンプの報告や事例では動作法を取り入れたものが多いが（良原，2010；井村・古川，2004など）、中にはイルカと触れ合うことで自発的行動の増加や認知能力の改善を目指したもの（例えば古荘，2010）などがあり、種々の療育キャンプが全国で幅広く実施されている。

多様な療育キャンプが展開されている中、A市では、発達障害（の周囲の理解不足）によって生じる“心の問題”に着目し、レジリエンス（＝心のしなやかさ）の向上を目的としたキャンプ（ここでは、レジリエンスキャンプと呼ぶ）

を毎年行っている。なお、レジリエンスという概念は定義が未だ明確でないと言われているが（庄司，2009）、ここでは“困難な状況にあったとしても柔軟に対応し、何とかうまくやっていく力”という意味で用いたい。

また、発達障害を持つ子ども達は、失敗体験の積み重ねによって、自己評価が低下してしまうというのはよく言われることである。発達障害を持つ子ども達には、こだわりやコミュニケーション能力など、それぞれの困難を抱えているだろうが、重要なことは、失敗体験をさせないことではなく、それらの言動が他人にどう受け止められるかである。川上（2012）は、発達障害は社会性（共同性）や関係性の遅れを示すものが多いという意見がほぼ妥当であると指摘し、発達障害を持つ子ども達に対して、人と人との間の関係体験を十分に供給することが必要だと述べている。筆者らは、他人との安全な関係性（＝安全な場）を子ども達に供給し、その中で自己評価をあげることができれば、レジリエンス（心しなやかに、何とかうまくやってい

く力)が育まれていくのではないかという考えを持って、レジリエンスキャンプに臨んだ。

本稿では、2013年度にA市で開かれたレジリエンスキャンプの活動を報告したい。なおA市と関西大学は地域連携協定を結んでおり、本キャンプはA市特別支援教育サポート事業として、A市教育相談室と関西大学社会的信頼システム創成センターが共に企画・運営している。

キャンプの概要

- (1) **キャンプの目標**：関係性の向上(安全な関係性の提供、関係性の拡大)と自己評価の向上によって、心のしなやかさが育まれることを目指した。
- (2) **開催場所・時期・参加者**：国立曽爾青少年自然の家において、2013年9月22日(日)・23日(月)に1泊2日で行われた。また、友達との関係づくりや集団活動について課題を持っている小学生と中学生を対象に参加者を募ったところ、総勢16名の子どもが参加した(5~14歳、男子9人：女子7人)。なお、A市教育相談室に関わりのある者、着替え・トイレ・入浴・食事などが自分でできる者、キャンプ期間中、保護者と離れていてもグループ活動

に参加することができる者などの条件を満たす者のみとした。

- (3) **スタッフ・班構成**：A市職員、小学校教諭、臨床心理士、ボランティアなど、計22名がスタッフとしてキャンプに参加した(スタッフの配置は添付資料図1参照)。また、子ども4名に付きキャンプリーダーのスタッフ(キャンプリーダー、以下CLと表記)2名の計6名の班を4班(風の組・林の組・火の組・山の組)構成した。なおキャンプ中の活動は班行動を中心に行い、スタッフは一人一人の子どもとの関係をしっかりと築くと同時に、子ども同士の関係構築(子どもが持つ人間関係を広げること)も意識しながら関わるよう努めた。
- (4) **事前研修**：スタッフ全員がキャンプに対する共通理解を持ち、同時に与えられた自分の役割を認識し動くことが重要であるため、事前ミーティングと実地踏査を行い各々の意識を高め、理解を深める機会を設けた。なお、本キャンプでの役割は、コーディネーター(CN)、アドバイザー(AV)、スーパーバイザー(SV)、アシスタントディレクター(AD)、マネジメントディレクター(MD)、山賊、物品、キャンプリーダー(CL)の8つ

表1 キャンプスタッフの役割

CN	キャンプ全体をコーディネートする役割。A市、参加家族、スタッフ、キャンプ施設など、あらゆる団体をつなぐ。
AV	キャンプに関するアドバイザー。子どもの楽しみ方を熟知。山の中での遊びや過ごし方を指導する。
SV	心理に関するスーパーバイザー。発達障害の特性を理解し、子どもとの関わり方を指導する。
AD	プログラム進行役。子ども達の前に立って、キャンプ全体を引っ張っていく。子ども達全員の様子を見ながら、プログラムの微調整を判断する。
MD	全体を見ながら、必要に応じて動き回る裏方。ADと共にプログラム進行に関して判断する。あるいは、CLや物品の補助に入ることもある。
山賊	ストーリー進行役。子ども達に良いインパクトを与え、キャンプの世界に入り込んで楽しめるよう惹きつける。キャンプのシンボル。
物品	キャンプに関する物品を全て用意する。プログラムに先立って準備に回るので、子どもと関わる時間は少ない。
CL	班のリーダー。スタッフの中で最も密に子ども達と関わる。班が安全な場となるよう、子どもたちと関係を築いていく。

表2 キャンプ行程表

1日目	2日目
11:00 集合、開会式	6:00 起床
12:30 昼食	7:30 朝食
13:00 修行その一：沢登り	9:30 修行その三：レシピ探し
17:00 入浴	10:00 野外炊飯（山賊鍋）
18:00 夕食	12:30 昼食
19:30 修行その二：ナイトハイク	13:30 閉会式
21:00 就寝	

※保護者には、リフレッシュのできる時間を過ごしてもらえよう、別のプログラムを用意した。

があり、それぞれの内容を表1に示す。

(5) **事前準備**：参加者の各家庭には事前にいくつかの資料を準備した。子どもにはキャンプへの“招待状”とキャンプのしおりを、保護者には2日間子どもの対応はスタッフに任せてほしいという旨を伝え、子ども用のプログラムと保護者用のプログラムを送付した。

(6) **キャンププログラム**：メインのアクティビティとなるのは修行（一～三）と呼ばれる沢登り、ナイトハイク、レシピ探しと、野外炊飯である。キャンプのプログラムを表2に示す。

(7) **キャンプテーマ（ストーリー性）**：今回のキャンプでは“山賊の修行”というテーマ（詳細は次に記載）を用いた。

子ども達がキャンプに引き込まれ、積極的にアクティビティに参加できるように、毎回何某かのテーマ（ストーリー性）を導入して臨んでいる。つまり、キャンプの始まりから終わりまでを一つの物語となるよう準備し、子ども達はその物語の主人公となってキャンプを進めていくのである。同時に、将来子ども達の中でキャンプでの出来事や思い出を瞬間的にも想起されることを期待して、そのきっかけとなるよう物語のシンボルキャラクターとマークを考案している（添付資料図2参照）。

今年のテーマ（ストーリー）設定

山賊の頭首より子ども達の元へ「山賊の修行を体験して、おいしい山賊鍋を皆で食べてみないか」という招待状が届く（キャンプへの動機づけを高めることが狙い）。

招待された子ども達が、山賊の頭首とその子分のところへ行くと、3つの修行が用意されており、それら3つの修行を体験した暁には、山賊の大好物“山賊鍋”が食べられるのだと告げられる。子ども達は一つずつ修行を体験し、山賊鍋を食べることを目指す。

※ここで配慮したこととして、「修行をうまく終えられた者」とはしていない点である。修行達成がキャンプの目的ではない。ストーリー性の導入はあくまでキャンプの潤滑油の役割であり、修行が怖くて臨めなくても、上手に達成できなかったとしても、自分なりの体験ができれば、みんなで楽しく山賊鍋を食べることができるのである。

キャンプの様子

招待状を手にした子ども達が到着した後、皆そろったところで山賊の頭首とその子分が登場し、2日間のキャンプの流れについて紹介した。修行の度に山賊は大まかな流れを説明し、詳細な説明は全てアシスタントディレクターが行った。以下に各アクティビティの概要とその様子

を記したい。

沢登り

“山賊の頭首”に一つ目の修行として紹介されたのが沢登りである。参加児童16名、スタッフ(共に沢登りをした者)15名、総勢31名が共に沢を1時間半程度かけて登った。なお、安全のため、ライフジャケットやヘルメット、軍手は全員装備した。

今回登った沢は、足場は良いとはいえず、足がとどかないほど水深が深いところや、苔などで滑りやすくなっているところもあり、大人でも前に進むだけで一苦勞であった。さらには脚立を使わなければ登れない堰堤もあり、流れる水に逆らい全身水に打たれながら、一つ一つ難関なポイントを越えていく子ども達の姿が見られた。その過程で味わう体験は子どもによってさまざまであったと思われる。先頭に立って果敢に進んで行ったり、始まってもしばらくは「できない」としり込みして沢に入れなかった子どもが、スタッフに見守られながら少しずつ自分なりのペースで歩み始めることができたり、または先頭の子ども達が遅れている子どもを応援しながら待つ姿が見られたり、などである。子ども達にとって、“させられる”体験ではなく、主体的な体験となるように、スタッフは安全を第一に考えながらも、子ども達一人一人が自分のペースで臨めるよう配慮して関わることを意識した。

ナイトハイク

二つ目の修行として紹介されたのが夜道の探索である。ススキに囲まれた真っ暗なハイキングコースを、懐中電灯を持って班ごとに回るという予定であった。このアクティビティの意図は、暗い夜道を班で歩くことで仲間の結束が強まること、恐怖心と闘いゴールした時の達成感を得ること、都市部では見られない満点の星空を堪能すること、であった。

しかし、沢登りの後の疲弊や、暗闇の恐怖か

ら、靴箱の前で立ち止まり動けなくなってしまう子どもがおり、スタッフの判断により当初予定していた班ごとのハイキングを中止した。仲間が一人欠けたまま実行することで、参加できなかった子どもは失敗体験として後悔や挫折を感じてしまう恐れや、班全体としてもバラバラになってしまう可能性が考えられたためである。代わりに残りの子ども達とスタッフ全員で火を囲みながらミニゲームをした後、全員で暗闇を短距離歩き、星空を堪能した。

なお、靴箱で躊躇していた子どもにはスタッフが付き添い共に時間を過ごしていたが、最後には外に出ることができ、アクティビティ終盤に皆と合流することができた。その子ども自ら班の仲間になんかことをしたのか尋ね、仲間達がそれに答えるというやりとりが見られた。

野外炊飯のレシピ探し

最後の修行は山賊鍋のレシピ探しである。与えられたヒントを持って、班の皆で協力してレシピの断片を探し、最後に各班が集めたレシピの断片を繋ぎ合わせると、山賊鍋のレシピが完成するのである。このアクティビティの最大の狙いは、1日目の集大成として、班を越えた全員が一体感を持つことであった。

野外炊飯(山賊鍋)

三つの修行を終えた後、山賊から労いの言葉と同時に、山賊がいつも身に付けていたバンダナを授かる。そしてついに山賊鍋を食べることができると告げられ、野外炊飯に取り掛かる、というシナリオである。山賊からバンダナを授かるという流れを、修行後に取り入れたのは、修行を振り返り、その達成感を味わってもらいたい、ほっとした気持ちで最後の食事を楽しんでもらいたい、という意図の元であった。

野外炊飯の様子は、薪を割って火をつけることに夢中になる子ども、包丁で食材を切るのを楽しむ子ども、食材や食器を洗うことに関心がある子どもなど、さまざまであった。

キャンプを振り返って

■各アクティビティ：沢登りでは決して簡単ではない道りを協力しながら、互いに応援しながら登っていくことで、場に一体感が生まれ、各々の仲間意識が強まっていく様子が見えられた。先頭に立つ子どもも、後から遅れてくる子どもも、全員で目的地までたどり着いた時に、やればできるのだという自己効力感や達成感を抱くことができたのではないだろうか。

野外炊飯のレシピ探しの時点でキャンプ全体の一体感は既にあり、各班それぞれの在り方があり、お互いがそれを自然に受け入れて場が成り立っている感じがそこにあったように感じられた。野外炊飯（山賊鍋）をしている時は、中にはフラフラと歩き回る子どもや、気分が乗った時にのみ参加する子どもも居たが、その子どもたちを含め皆、野外炊飯活動に対する興味関心を示しており、スタッフも含めて全員が場を共有している感じが漂っていたように思われる。

■全体を通して：このキャンプ最大の狙いはレジリエンスの向上であり、それには安全な関係性の中で自己評価をあげることが大切である。キャンプを通して、CL などスタッフは、子ども達の“関係性”に重きを置いていた。子ども達の成功体験を補助し自己効力感の向上を促すと同時に、失敗した時、怖気づいて動けない時、それらの体験を共に受け止め、自己否定することなく次に進むことを支えるような関係を目指した。修行を乗り越えるため仲間と共に多くの課題に挑戦していく中で、子ども達には“やればできる”という達成感や、達成できなくとも自分を責める必要はないという“できなくても良い”体験ができたのではないだろうか。

また、ストーリー性のあるキャンプを通して、新たな人々と出会い非日常を共に過ごすという本キャンプの過程は、串崎・望月・永井（2006）が挙げるキャンプ療法の6つの心理学的意義にあてはまる。今回のレジリエンスキャンプでは、キャンプそのものの心理学的意義を果たすと共

に、レジリエンス向上の一助となったのではないだろうか。

最後に

結局のところ、CL などキャンプに関わった大人は、子どもたちが安心して過ごすことができる安全な環境を提供したにすぎない。環境を整えるだけで、子ども達が自らの力を持ってさまざまなことに挑戦していく姿を見て、子ども達の潜在的な力に驚かされるばかりだった。彼らに必要なのは、本来兼ね備えた力を引き出すことができる場なのである。

子どもたちを大人の都合のいいように育てようとはしてはいないだろうか。子どもが子どもらしく、本来持っている力を発揮することができるような安心できる環境を提供することが大人の役割となる。そうすることで、子どもたちのレジリエンスを養うことができるのである。今後ともこのようなキャンプを通して子どもが子どもらしくいられる場を提供していきたい。

謝辞

A市におけるレジリエンスキャンプ実施に際しまして、ご指導・ご協力頂きました奥田先生、下村先生、A市教育相談室職員の皆様、ボランティアの皆様には、ここに記して深く感謝申し上げます。

参考文献

- 古荘純一（2010）広汎性発達障害とイルカ介在療法，精神経誌，112（6），576-580.
- 井村修・古川卓（2004）沖縄県による心理リハビリテーションの展開——琉球大学による地域貢献のひとつのあり方——，琉球大学法文学部紀要人間科学，13，157-177.
- 石田陽彦（監）（2009）そにとキャンプ——発達障害の子どもたちへの支援事業，文部科学省調査事業研究報告.

石田陽彦(2010) 地域におけるスクールカウンセラーの役割——子ども・若者支援推進法の流れに向かって, 子どもの心と学校臨床, 3, 11-19.

川上範夫(2012) ウィニコットがひらく豊かな心理臨床——「ほどよい関係性」に基づく実践体験論, 明石書店.

串崎真志・望月直人・永井知子(2006) キャンプ

療法, 中田行重・串崎真志(編) 地域実践心理学 [実践編] ナカニシヤ出版 pp23-37.

庄司順一(2009) リジリエンスについて, 青山学院大学教育人間科学人間福祉学研究, 2(1), 35-47.

良原誠崇(2010) キャンプ療法としての動作法キャンプの心理学的意義, 大阪大学教育学年報, 15, 71-85.

添 付 資 料

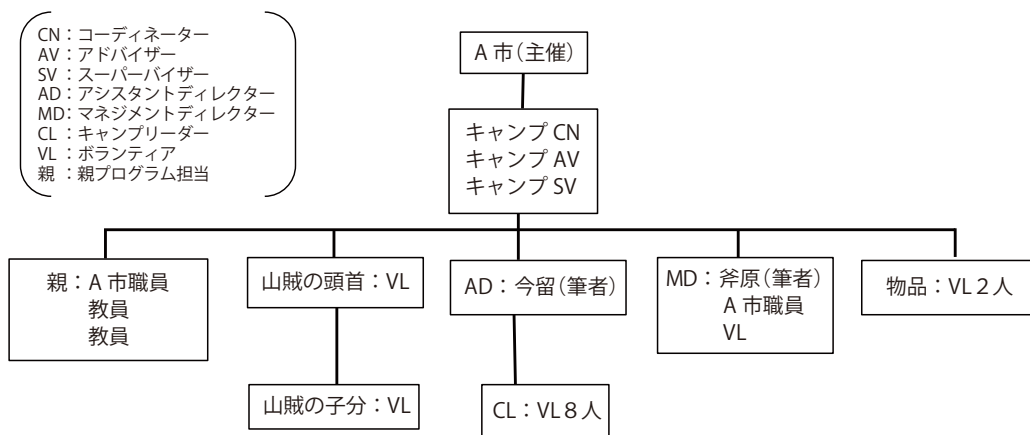


図1 スタッフ配置



図2 キャンプのシンボル (人物とマーク)