

過疎化集落における児童のレジリエンスを育む取り組み

関西大学臨床心理専門職大学院 坂東 和晃・顯谷美也子・結城 進矢
佐々木勇気・石田 陽彦・川崎 圭三
関西大学心理臨床センター 湯浅 龍

要約

本稿は、奈良県の自殺対策事業モデル地区である下北山村で実施された寺子屋事業（以下、本事業）について報告するものである。本事業では、学童期の子ども達を対象に、過疎化集落での早期からの自殺予防という観点から、将来的に困難な状況に立ち向かうための“心の中のふるさと”を育み、レジリエンスを向上させることを目的としていた。自然豊かな村の資源を活用し、子ども達の主体性・創造性を引き出しながら、成功体験を重ねていくことで、“心の中のふるさと”は形成され、レジリエンスは高められていったと思われた。また、子ども達の活動はスタッフとの関係性の中で展開された。スタッフ側が強制しない・評価しないという姿勢をとり続けることで、子ども達の主体性・創造性はより発揮されたと考えられた。

キーワード：地域臨床、レジリエンス、早期予防

はじめに

2012年の自殺総合対策大綱においては、“自殺はその多くが防ぐことができる社会的な問題であり、その対策としては中長期的な視点に立って、継続的に進める必要がある”としている。また、“児童生徒に対する自殺予防教育として、命の大切さを実感できる教育や、生活上の困難・ストレスに直面した際の対処法を身に付けることなど”が挙げられている。それを受けて、奈良県では、学童期の子どもたちを対象とした早期からの自殺予防の取り組みのモデルとして寺子屋教室が、自殺対策事業のモデル地区である下北山村において事業化された。

本事業は、“心の中のふるさと”の保持と“レジリエンス”の向上を目的としている。下北山村の特徴として、村内に高校がないため、村の子どもたちは中学卒業後に村の外へと出ていく

ことがある。村の外で様々な困難と対峙し、心の中に葛藤を抱いたときに、ふるさとの山や川、一緒に過ごした友達などの“心の中のふるさと”を思い出すことが出来れば、困難や葛藤に立ち向かう1つの力となると思われる。そこで本事業では、困難の際に“心の中のふるさと”をよりリアルに思い描けるよう、スタッフや児童との人間関係を築きながら、村の様々な自然に触れ、普段の生活では見落としがちな村の魅力を発見できることを目指した。遊び道具や秘密基地などを自分たちの手で創意工夫しながら作ることで、“心の中のふるさと”を形作る機能を持つ自主性や創造性をはぐくまれると思われる。また、レジリエンスとは“困難で驚異的な状況にもかかわらず、うまく適応する過程・能力・結果”（小塩・中谷・金子ら、2002）であり、中学卒業後に住み慣れた村の外へと出ていく子どもたちにとっては、なくてはならない力である

と思われる。さらには、村の外から来たスタッフがかわることで、村という小さな集団で固定化されてきた人間関係の中に新たな関係性が生まれる。子どもたちにとっては、これまでの人間関係について振り返るきっかけとなり、新たな人間関係を築く練習の場として作用することが期待される。

事業内容

本事業は小学校の夏休みの期間中に、2クールに分けて実施された。第1クールは2014年8月4日～8月8日、第2クールは2014年8月18日～8月22日の日程で実施された。

第1クールにおける対象者は下北山村の小学

2～6年生、第2クールにおける対象者は下北山村の小学3～6年生と上北山村の小学生であった。なお、下北山村の2年生児童と、上北山村の児童は今年度初参加であった。表1は、各活動日における参加者数並びに活動の概要をまとめたものである。スタッフは臨床心理士や心理学を学ぶ大学院生・大学生や社会人から構成された。スタッフ1名につき、子ども4～5人で1つの班を構成した。班活動は安全管理と新しい人間関係の練習の場としての効果を狙ったものであった。自由時間では班を解体する場面も多々見られ、遊びの展開や人間関係などは子ども達の主体性に任せていた。活動場所は主に下北山村の公民館・やまびこ寮を中心に、プログラムに応じて村内の川や村の中全域で活動を

表1 各クールの活動内容概要と参加者児童数

第1クール（8月4日～8月8日）

	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目
午前	<ul style="list-style-type: none"> 開室式 寺子屋の説明 アイスブレイク 	<ul style="list-style-type: none"> 学習 	<ul style="list-style-type: none"> 学習 	<ul style="list-style-type: none"> 学習 	<ul style="list-style-type: none"> 学習 閉室式
午後	<ul style="list-style-type: none"> 看板作り 	<ul style="list-style-type: none"> 水遊びの道具作り 自由遊び 	<ul style="list-style-type: none"> 川遊び (上流から下流へ) 	<ul style="list-style-type: none"> 川遊び (下流から上流へ) 	<ul style="list-style-type: none"> 自由遊び
参加児童数	21人	20人	20人	20人	22人
備考	※ボランティアと子どもたちの関係づくりが主目的		※2年生の川遊びは別プログラム (流れの緩やかな箇所にてロープなどで遊泳範囲を区切り、水の中で遊ぶ)	※2年生の川遊びは別プログラム (左に同じ)	

第2クール（8月18日～8月22日）

	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目
午前	<ul style="list-style-type: none"> 開室式 寺子屋紹介 アイスブレイク 	<ul style="list-style-type: none"> 学習 	<ul style="list-style-type: none"> 学習 	<ul style="list-style-type: none"> 学習 	<ul style="list-style-type: none"> 学習 閉室式
午後	<ul style="list-style-type: none"> 村案内(秘密基地の素材集め) 	<ul style="list-style-type: none"> 川遊び (上流から下流へ) 	<ul style="list-style-type: none"> 秘密基地づくり 	<ul style="list-style-type: none"> 川遊び (下流から上流へ) 	<ul style="list-style-type: none"> 自由遊び
参加児童数	24(下北山村18:上北山村6)人	19(16:3)人	16(14:2)人	21(17:4)人	20(16:4)人
備考	※ボランティアと子どもたちの関係づくり。 ※上北山村からの参加者に、下北山村を紹介する。		※段ボールや村の自然物を使って、自分たちの秘密基地を手作りする。		

行った。

活動内容

プログラムごとに活動目的と活動内容を述べた後に、その効果について考察する。

川遊び

下北山村の川は、子どもたちの五感をフルに活用した遊びにつながる資源である。五感をフルに活用するからこそ、川で遊んだというエピソードだけでなく感覚的な体験が子ども達の中に記憶される。また、川という下北山村特有の資源を利用していることで、村ならではの思い出として子ども達の中に残っていくと期待される。こうした思い出が、“心の中のふるさと”につながっていくと思われる。

川での飛び込みのできる淵やターザンロープなどの仕掛けという遊べるポイントと、自由遊びのポイントなどを設定していた。子ども達が楽しいと感じる遊び方は人それぞれ異なるので、なるべく多種多様な楽しみ方ができるようにするためであった。第1クールでは、3～6年生は滑る川底に足を取られながら歩く子や、上手く流れに乗って川を移動する子、足のつかないほど深い箇所まで潜ろうとする子、魚を見つけて追いかける子、初めての飛び込みに緊張しながらも挑戦する子など、各自がそれぞれに川の中での楽しさを見出していた。2年生は安全管理の面から、両日とも下流での別プログラムとなったが、滑る川底の上を流れに逆らって歩く子や、水遊びの道具作りのプログラム時に作製したペットボトルの潜水艦や船を浮かべて楽しむ子など、それぞれに楽しみを見つけていた。第2クールでも飛び込みやターザンロープなどの仕掛けを作り、下北山村と上北山村の子どもたちが一緒になって川を楽しめるように心がけた。2日目はコースが短縮されたため飛び込みができなかったが、子どもたちが自ら水切りなどの遊びを提案し、主体的に遊びを展開していく姿

が見られた。

一連の川遊びを通して、“できた！”という成功体験が子どもたちの中に芽生えたのではないかと考えられる。また、故郷の川で五感を使った体験をしたことで、“心の中のふるさと”の象徴としての故郷の川が、子どもたちの記憶に残るものになったのではないだろうか。両クールを通して同じ川に入ることによって、川遊びの中にそれぞれの子どもたち独自の楽しみを見出していくための機会を多く提供できた。また、第1クールではできなかったことが、第2クールではできるようになっているという変化や成長を実感できる機会にもなったと思われる。

学習

各クールともに2日目から最終日までは、それぞれ午前中に1回50分×3回の学習時間を確保した。子どもたちが自ら問題意識を持って課題に取り組めるような配慮を行った。

スタッフが終了時間を毎回しっかりと提示することで、子ども達はその後の見通しを持ちやすくなり、注意集中が維持しやすくなったと思われる。スタッフは子どもたちに答えを教えるのではなく、一緒に課題に取り組む時間を共有するように努めた。そうした空間では自ら進んで学習に向かう姿勢が育まれ、自分の夏休みの宿題が終わった子は、スタッフに手作りの問題を作ってもらい、さらに学習へ取り組む様子が見られた。今回から初参加の2年生は、2日目より3～6年生とは別室で学習に取り組んだ。1日目の学習の様子から、集団の中だと集中することが難しいと判断し、スタッフ2名と子ども4名という少人数体制に変更した。変更後は、比較的落ち着いて学習に臨むことができていた。

子ども達は主体的に学習に取り組む中で“わかった”という体験をすることで、自分自身に対する自信を得たと考えられる。その際に、スタッフは子どもたちに対して“自らわからないところを発見し、それをスタッフと一緒に考えるという形で対処できた”とフィードバックす

ることで、“自分でできた”という感覚を、子どもたちの中に育むための手助けができたのではないと思われる。

第2クールでも自主的に勉強に取り組むことができるような環境づくりを心掛けた。学校の宿題をすべて終えた子どもも何人おり、そのような子に対しては、スタッフがその子に合わせた問題を作るなどの対応をとった。問題を作る際には、子どもの名前やイラストを隅に書くなどして“自分に向けて作られたもの”という感覚を強め、子どもたちの意欲を高める工夫を行った。学年の違う子ども同士や下北山村と上北山村の子ども同士がお互いに問題を教え合う姿も見られ、子どもたちの関係性の幅も広がったと考えられる。1日目には比較的集中して学習に取り組むことができていたが、2日目になると集中の持続が難しくなる場面が何度かあった。しかしそれは寺子屋という場に対して慣れや安心感が芽生えたためであるとも考えられるため、無理に勉強するように促すのではなく、子どもたちのペースで取り組めるような雰囲気づくりを心掛けた。

自由遊び (写真1 参照)

学習時間の合間の休憩時間や昼食後の空き時間など、さまざまな場面で子ども達の自由遊びが展開された。これは、どのプログラムよりも

子ども達の主体性が表れる場面であり、この時間の中で子ども達が自由にかつ安全に遊べるように、スタッフは時間の管理と遊び場の範囲の指定のみを行うに留めた。安全管理のための気配りとして、外遊びと公民館の中の遊びが同時に生じたような場面では、スタッフを流動的に割り振り、大人の目の届かないところを極力少なくするよう心掛けた。安全が守られてこそ、安心できる空間になると思うからである。子どもたちが主体的に遊びを創造する中で、スタッフは一緒に遊びの空間を共有しながら子ども達1人1人の特徴を捉え、肯定的なフィードバックを与えていった。野球やサッカー、氷鬼など、野外での遊びだけでなく、公民館の中で全員が参加して行ったかくれんぼや、公民館のじゅうたんにくるまって巨人ごっこを行うなど、子ども達の自由な遊びが展開された。川遊びや学習の場面では目立たなかったような子が、アニメのごっこ遊びの指導を行い、スタッフや複数の子ども達と一緒に寸劇を行ったりする場面も見られた。子ども達が安心して過ごせる空間をスタッフが提供することで、遊びは展開されていた。

第2クールでも、第1クールと同様に安全管理の徹底を心掛けた。そのような安全な枠の中で、子どもたちはかくれんぼや氷鬼などの遊びを主体的に提案し、展開させていった。また、遊びを進めていく中で子どもたちが話し合い、ルールを変えていく場面も多々見られ、従来のルールに縛られない子どもたちの柔軟性を感じることができた。最初は別々の場所で遊んでいた子どもたちが、他の子の遊びに誘われて徐々に集まり、最終的にはひとつの空間を共有していたという場面も見られた。スタッフが主導せずとも、子どもたちは村の違いを超えて遊びを共有することができており、遊びを通して子どもたちの関係性はさらに促進されたと考えられる。



写真1 自由遊びの様子



写真2 “寺子屋教室”の看板



写真3 水遊びの道具作りの様子

看板作り（写真2参照）

1班（子ども4～5名、スタッフ1名）につき1文字の看板を作り、5班で協力して“寺子屋教室”の5文字の看板を完成させるプログラムであった。看板という寺子屋教室のシンボルを一緒に作ることで、子どもたちが主体的に教室にかかわるきっかけとなると思われる。どのようなデザインにするのかを各班で話し合い、絵具や彫刻刀などを使いながら、班ごとに特色ある看板を作成していた。また、絵具の色は赤・青・黄色・白の4色のみを用意していたため、子どもたちは色を混ぜ合わせて、自分の使いたい色を作っていた。書く文字は決められていたが、そのデザインは班ごとに特色のあるものとなった。子どもたちの独創性が大いに発揮された時間となったと思われる。全員で作ったオリジナルな看板を公民館の前に毎日掲げることで、子どもたちに“自分たちの寺子屋教室”という意識が生まれたと思われる。

水遊びの道具作り（写真3参照）

市販のおもちゃは完成したものであり、どうしても子どもは受動的になる。おもちゃを手作りすることは、自分のイメージを具体的な形にしていく作業であり、創造性が養われると考えられる。子どもたちはペットボトルやストロー、ビニールテープなどの身近な材料を駆使して水鉄砲や船を作成していた。また、数の限られた

道具を譲り合って使うことや、お互いに知恵を出し合いながら作成するなど、子どもたちの間で良好なコミュニケーション能力を見ることが出来た。更に、作成エリアの近くのスペースにおもちゃの体験エリアを設置することで、次の水遊びのプログラムへの繋がり役を果たし、次のプログラムへとスムーズに移行することができた。水遊びのプログラムにおいて、普段ではなかなか出来ない全力の水遊びを楽しんでいた。水の近くでは内気な子どもも開放的な気分になり、スタッフに一斉に水をかけることにより子どもたちに連帯感が生まれ、より仲良くなっているようだった。作るべきものが決められすぎていないので、失敗するということがなく、そのことが子どもたちに安心感を与えるのだと考えられる。思いっきり遊んだことによって、子どもたちの表情は活き活きとしており、後片づけにも能動的に取り組んでいた。

思い出書き（閉室式にて実施）

1人に1枚の白紙の用紙を渡し、この寺子屋での思い出を、自由に表現してもらった。また、発表できると言った子ども達は、全員の前でその内容を発表した。5日間を振り返り、その内容を表現することで、本事業での体験の整理を図った。また、他者とその内容を共有することで、多様な視点から体験を捉え直す機会とした。

子ども達は本事業での思い出を文字や絵など

様々な方法で表現した。また時間の許す限り自分の思い出を発表し、全員でその出来事について振り返った。スタッフは発表内容に対して評価をするのではなく、個人の体験を尊重し、そのままと認める姿勢をとった。正解のない体験をじっくりと味わうことができた子どもは、自分だけの体験をしっかりと振り返り、それを自身の中にしっかりと根付かせることができたように思われる。なにを書いても決して間違いではないという場面を設定し、子どもたち全員がそう実感できることが重要であったと思われる。

村案内(写真4参照)

班ごとに分かれ、下北山村の子どもたちが主体となって、上北山村の子どもとスタッフに自分たちの村を案内した。また、同時に秘密基地づくりの素材となるものを収集した。下北山村の子どもたちは、スタッフや上北山村の子どもたちなど村外の人に自分たちの村を紹介することで、自分たちの村を振り返り、日頃は見落と



写真4 村案内の様子

してしまいがちな村の魅力を発見することにもつながる。上北山村の子どもたちは、自分たちの村から一歩踏み出すことにより、自らの価値観を広げていくと期待された。

村案内が始まって、子どもたちの口からすぐさまいくつかの場所が出てきたことで、子どもたちは自分たちの住む村の紹介したい場所を心の中に描けているのだと感じられた。そうした場所を外部の人間に対して改めて紹介し、普段とは違う人間関係の中で交流するということは子どもたちにとっての新たな経験になったことと思われる。また、上北山村の子どもたちにとっても、普段とは異なる場所で他者との交流を体験することは強く心に残るものになったであろう。今後生きていく上で自身を支える“心のふるさと”の強い基盤を形成していくだろう。

また、目的地を定めて移動するだけでなく、秘密基地の材料を探しながら、興味の向くままに移動する様子が見られた。これは、自分の村の今まで気が付かなかった面に意識を向ける一つのきっかけになったのではないかと考えられる。下北山村の子どもたちにとっては自分の村に対する新しい気付きを経て村への愛着を深めることにつながり、上北山村の子どもたちにとっては、未知の場所に対して自分の思うままに散策した体験が、スタッフなどから肯定的にフィードバックされたことで、自主的に考え行動することへの意欲が増進されたと思われる。

秘密基地づくり(写真5参照)

段ボールやガムテープを使って形を作り、そこに色を塗ったり、装飾をしたりして、1班に1つずつ、手作りの基地を作った。村案内の時に拾った木の葉や枝なども材料となった。基本的に秘密基地は外に設置し、自由遊びの際にそれを使って遊ぶことができるようにした。雨天時はビニールシートなどで覆い、濡れないように保護する予定をしていた。

自分たちの手で、創意工夫して基地を作り上げることで、物事に主体的に取り組む姿勢や、



写真5 秘密基地づくりの様子

創造性のはぐくまれた。また、作り上げた満足感を得るだけでなく、その後、作った基地を使った遊びが展開された。そうした遊びの中で何度も基地を使うことで、自分で作り上げた居場所という感覚が、子どもたちの中に芽生えてくるだろう。その具体的な感覚が、子どもたちが成長していく上で“居場所”のひとつの表象となり、“心のふるさと”が形作られていくことにつながると期待された。

1日目の村案内で拾ってきた素材を用いて、それぞれの班が創意工夫しながら基地を作り上げていった。敷地内に生えている木や木材も積極的に利用し、基地だけでなくブランコといった遊具づくりにまで発展し、子どもたちの独創性が十分に発揮された時間となった。また、一つの基地を班で協同して作るという作業を通して、下北山村と上北山村の子どもたちの関係性が深まったと考えられる。

寺子屋ツリー（閉室式にて実施・写真6参照）

寺子屋での思い出（感想・絵など）を子どもそれぞれが紙に書き、段ボールで作った寺子屋ツリーに張り付けていった。その後、その寺子屋ツリーを前に提示し、全員の感想を振り返った。感想文という形ではなく、絵や漢字一文字など自由な表現方法で感想を書いてもらうことにより、子どもたちが自由に感じていることを



写真6 寺子屋ツリー

表現することができた。また、それぞれの感想を寺子屋ツリーというひとつの作品に集約することにより、今回の寺子屋教室の集大成として子どもたちの心に深く残るのではないだろうか。子どもたちはこの寺子屋教室を振り返り、思い思いの言葉を紙に記していった。最後に出来上がったツリーを前に飾り、それぞれのリーダーや子どもが気になるコメントについて振り返りを行った。全員の感想を寄せ集めた大きな寺子屋ツリーを作成したことにより、5日間の寺子屋教室を様々な視点から振り返ることができた。

総括

本事業の特徴として、①過疎地域における子どもを対象とした支援である ②子どもたちのレジリエンスを高めるための関わりをスタッフが常に意識している ③地域にある川などの資源を最大限に利用しているという3点が挙げられる。

過疎地域では、子どもの数が少なく、どうし

ても人間関係が固定化されやすい。そこに外部からスタッフが入ることによって、固定化されていた人間関係に動きが生じ、関係とは多様性を持つものであるという体験をすることになった。

次に、子ども達のレジリエンスを高めるかかわりという観点からスタッフのかかわり方を振り返る。石田(2014)は軽度の発達障害のある子ども達のレジリエンスを高める取り組みにおけるスタッフ側の“エフォート”を、以下のよう

- みんなとなかよく同じことをすることを強要しない。
- みんなと同じペースで行動することを強要せず、自らすすんで取り組むのを待つ。
- 困ったことをしても教育的解釈から叱ることはせず、その理由をゆっくり聞こうと努力する。
- 言葉を丁寧に選択する。
- 困ったことが生じた時にはスタッフは子どもから絶対に逃げない。

本事業において、子どもの自主性・主体性を重んじることを第一としたスタッフのかかわり方は、上記の石田(2014)の“エフォート”を実践していたといえるのではないだろうか。その結果として、子ども達のレジリエンスは高められたものと思われる。

レジリエンスは、主体的な活動における成功体験の積み重ねによって形づくられていくとされる。本事業では、さまざまな活動の中で、子どもたちのレジリエンスを高めていくことも目的としている。

川遊びや村案内・秘密基地作りなど、活動の中で地域の資源を最大限に利用することで、子ども達は、村の魅力を発見・再確認することができた。村探検では、村の魅力を人から教わる

のではなく、自らが発見することによって、思い出として残りやすいものになった。また、川の流れや冷たさ、飛び込みの怖さといった“生々しい”体験こそが、言語や概念による思い出ではなく、身体感覚としての記憶として、子ども達の中に残っていくのではないだろうか。

このような思い出や体験によって子ども達の中に象徴として形作られるものが“心のふるさと”であり、この先の困難を乗り越えていく際に、一つの助けになるものだと思われる。今後も本事業が実施・発展され続けることを期待する。

謝辞

本事業に際し、ご指導及びご協力いただきました、奈良県医療政策部保健予防課、下北山村教育委員会、下北山村保健センターの皆様に深く感謝申し上げます。

文献

- 内閣府(2012) 自殺総合対策大綱—誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、
<http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/taikou/pdf/20120828/honbun.pdf> (2014年1月7日取得).
- 石田陽彦(2014) 発達障害の子どもたちに、市の教育委員会とKU-RENKAが連携し、自然キャンプを実施する意味について, 社会的信頼学, 2, 73-77.
- 小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治(2002) ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理特性—精神的回復力尺度の作成, カウンセリング研究, 35, 57-65.