

キャンプ療法における不登校児の内的体験の変化

—内的体験の変化をもたらす援助要因の検討—

坂本昭裕¹ 渡邊 仁² 高橋茉生³ 小田 梓³

¹筑波大学人間総合科学研究科 ²中央大学 ³筑波大学大学院体育研究科

<要旨>

本研究は、長期キャンプに参加した不登校児の内的体験の変化を明らかにし、そのような変化をもたらした援助要因について検討した。研究対象は、国立社会教育施設主催の悩みを抱える青少年を対象にしたキャンプ（メインキャンプ：20泊21日）に参加した中から不登校を主訴にしていた4名（男子2名、女子2名）を選んだ。キャンプ経過におけるクライアントへの参与観察、インタビュー、風景構成法から資料を収集し事例の検討を行った。その結果、クライアントは、冒険的な自然体験活動の中でおのずから内的課題に取り組み、それぞれの内的体験の変化を示した。このような内的体験の変化をもたらした要因として①キャンプへの動機づけ、②キャンプ集団による関係性の醸成、③冒険的な自然体験活動における自尊感情や自己意識の改善、④長期キャンプ体験への肯定的な意味づけ、などが考察された。

<キーワード>

キャンプ 不登校 自然体験 内的体験 風景構成法 冒険プログラム

【はじめに】

不登校やひきこもり等の問題行動を示す児童生徒への援助アプローチの一つとして、キャンプなどの自然体験活動が活用されている。平成12年の国立青少年センターの調査によれば、不登校等の児童生徒を対象にした自然体験事業を実施している117機関で、年間1319人の児童生徒が参加したことを明らかにしている。この調査結果が示すように、わが国においては、自然体験が児童生徒の心の問題の対応策として関心の大きいことが伺える。

キャンプを活用したアプローチのねらいは、日常生活から離れた豊かな自然環境の中で、クライアントとキャンプ・カウンセラー^{注1)}との生活を含めた野外活動などの直接体験から生ずるできごとや課題に取り組みながら身体的、心理的、社会的な発達、成長を援助することにある（坂本, 2001）。このようなアプローチの特徴の一つは、自然の中での身体的な実際体験^{注2)}（主にアウトドア・アクティビティ）にある。身体的な実際体験は、単なる活動にとどまらずクライアントのあ

り方を変えてゆくような体験がなされるものと考えられ、実際の活動体験以上にクライアントの内面の体験が重要な意味をもつと考えられる。したがって、クライアント個人のキャンプ体験過程における内的体験が如何に変化するのかについて検討することが重要になる。

これまでキャンプの効果研究として自己意識の変容や対人関係、親子関係の改善などが報告されているが、心理的変数を用いて数量的に評価することを目的としているものが多い（例えば、飯田, 1990；飯田, 1993；宮本, 1994；奥山, 1999；兄井, 2001）。一方、クライアント個人を把握し、その変容について個性記述的な観点から質的に評価している研究は極めて少ない。参加したクライアントは、個別の問題を抱えていることはもちろん、自然体験の中にあっては、それぞれが個別の心の体験をしていることは言うまでもない。したがって、このようなアプローチにおけるクライアントの理解や効果的な援助のためには個性記述的な視点からの事例研究がきわめて重要であり、その積み重ねが必

要であろう。

そこで、本研究は冒険的な自然体験活動を含むキャンプに参加したクライアントの内的体験^{注3)}について事例から検討する。クライアントの内的体験は、キャンプ経過の参与観察、インタビュー、キャンプ前後における風景構成法を参考資料に明らかにする。そして、クライアントの内的体験に変化をもたらすキャンプの援助要因について検討することが目的である。

【研究方法】

1) 対象

国立社会教育施設の主催する悩みを抱える青少年（不登校、ひきこもり、非行・問題行動、発達障害等）対象のキャンプに参加した生徒の中から、不登校を主訴としている生徒4名（男子2名、女子2名）を対象とした。

2) 資料の収集

事例研究を進めるにあたって、以下の要領で資料を収集した。

(1) 面接調査による逐語録：インテーク面接（#1）、キャンプ中日面接（#2）、キャンプ最終日面接（#3）の3回の非構造化インタビューから収集した。

(2) 風景構成法による描画：キャンプ前、キャンプ後、キャンプ6ヶ月後の3回施行した。なお、キャンプ6ヶ月後の描画は、ポストキャンプII参加者のみ施行した。

(3) 参与観察による記録：全キャンプ期間中の本研究による行動観察によって収集した。また、キャンプ中のクライアントとの関わりによる会話等も収集した。

3) キャンプの概要

(1) キャンプの日程

- ①事前説明会（7月：2日間）
- ②メインキャンプ（8月：21日間）
- ③ポストキャンプI（10月：2日間）
- ④ポストキャンプII（1月：3日間）

合計27日間にわたるものであった。

(2) キャンプ・プログラム

- ①事前説明会：オリエンテーション、インテーク面接
- ②メインキャンプ：冒険的プログラム（600Kmをマウンテンバイクで走破しながら、登山、ロック・クライミング、沢登り、カヌー、いかだ下り等の

冒険的自然体験活動を行う）

- ③ポストキャンプI：軽レクリエーション、釣り
- ④ポストキャンプII：そり、スキー、雪上トレッキング

(3) キャンプのグループ

キャンプは、クライアント5名～6名にキャンプ・カウンセラー2名からなる小集団2グループで活動した。その他に、プログラム・ディレクター1名、マネジメントスタッフ2名、心理カウンセラー1名（本研究）から構成されていた。

(4) キャンプの基本的方針

キャンプの基本的方針は、次の通りであった。

- ①安全第一を原則として、安全に関する介入は最優先される。
- ②少人数のグループに信頼できるキャンプ・カウンセラーが常に傍にいる環境で、安心感、サポート感に基づいてプログラムを展開する。
- ③プログラムでは安全の範囲内において、個人、グループの自己決定、自己責任を重視する。
- ④毎夜おこなわれる「ふりかえり」では個人の主張や価値観を尊重する。
- ⑤大きな成功体験（達成感）を与えることができるようにする。

また、最も大切にしたことは、クライアントには野外活動中に即座に停止させるような危険な行動を除いて、行動の規則や厳しい指導などの介入をするのではなく、できるかぎり主体性をもたせて解決できるようにすることであった。例えば、クライアント同士の問題行動であっても、すぐには制止し収めることはせずに、ある程度クライアントに反応や表現させることをさせながら対応することにした。これ以外は、原則的に各キャンプ・カウンセラーにキャンプ・カウンセリングの方法は任されており、状況に応じて柔軟に関わることを確認されていた。

【事例の提示】

事例A 男子、14歳（中3）

家族構成 父、母、弟

生活・問題歴

Aは、小学校入学以来、授業などの発表場面で話すことができなかった。ごく少人数の遊びの中でようやく会話ができる程度だった。中学1年の9月までは登

校したが、髪の毛を引っ張られる（Aは、腰のあたりまで髪をのびしている）などのいじめから登校をやめてしまった。その後、フリースクールに転入し宿舎生活を送っている。対人的な不安緊張が強く人混みを避ける。手足の爪を切ることへの抵抗が強い。キャンプに来るためには、靴を履かなければならないが、そのまま履いて来たため自然に爪が折れてしまっていた。キャンプには、親のすすめで参加した。

キャンプ経過

初回面接（#1）では、家族のことやキャンプへの意欲などを確認した。うなずいたりはするものの、ほとんど筆談であった。しかし、キャンプの話になると表情も明るくなり、登山やロック・クライミングなどに意欲的で楽しみにしている様子が確認された。

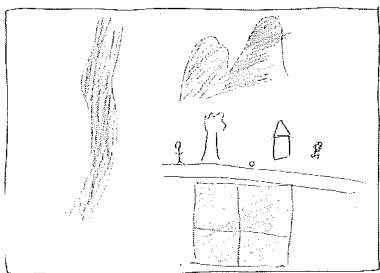


図1-1

キャンプ前半（1日目～8日目）

キャンプ前半は、不安緊張の中で、如何に仲間やスタッフとの関係を作るのが課題であった。グループの中では、自ら発言することはないが黙って協力し、マウンテンバイクで遅れることがあっても、必死についてゆく姿勢が周りから認められた。キャンプの早い段階で、A自身が集団の中にあっても「存在できる感覚」を獲得したものと思われた。キャンプ開始5日目には、仲間同士で簡単な会話ができるようになった。しかし毎夜実施される「ふりかえり」では、言葉を発することはできなかった。

キャンプ中の面接（#2；8日目）では、自発的に話すことはないものの、こちらから尋ねると言葉少なに返した。友達ができたか尋ねると、「たぶん」<たぶん誰>「誰でしょう。うーん」と答えた。また、心配なことがあるかどうか尋ねると、「なんだ。これとってないと思う」と答えた。これまでを振り返って「まあ、体力がついた」とも語った。

キャンプ後半（9日目～21日目）

体力的な自信が少しずつその後の活動への姿勢を変化させたように思われた。最も楽しみにしていた登山では健脚ぶりを発揮し、一番に登頂した。このことは、相当な自信になったものと思われる。また、この時の感動の様子は、他の活動には見られないものであった。ロック・クライミングでは、確保者とのコミュニケーションが必要とされるが、「降ります」という掛け声もできるようになった。

場面によっては、自分の興味に惹かれるままマイペースに行動することもあった。例えば、沢登りでは、自分が滝を登ると、次の者へ手を出すなどしてバックアップをしなければならない。しかしAは、しばしば忘れ次へ進もうとする。指導者から「今日は命かかっているんだ。必死になれ」と強く叱咤された。その後、Aは見違えるように他者へのフォロー（振りむいて手を差し出す）に注意するようになる。仲間の手を掴むことの意味を体験的に得る機会となった。

キャンプ後の面接（#3；19日目）では、キャンプを肯定的に語った。<キャンプどうだった>「うーんと、まあ。おもしろかった」<何が>「ロック・クライミング」<どういうところ>「えーっと。登るほう」と答えている。また、キャンプを通じての変化について、次のようなやり取りがあった。<変わったと思うことある？>「なんだろ。まあ、筋力とか」<友だち

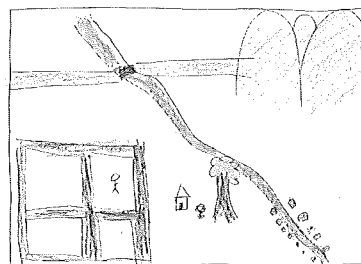
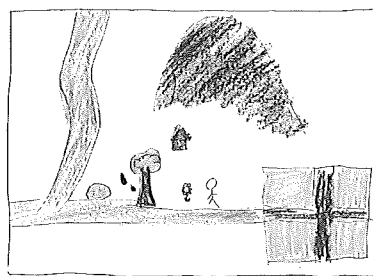


図1-2, 1-3

できたこと?>「まあ、そう思う。変わったと思う」
<人前で話すことは>「あんまりいい気持ちしない」。
わずかではあるが自分の気持ちを表現した。

考察

A は、場面緘黙や対人関係の希薄さが状態像として特徴づけられ「まわりの世界とかかわってゆく関係の発達」(滝川, 2004)において課題があると思われた。したがって、キャンプでは如何に自分の周りとの世界を形づくり、さらに関係を作ってゆくことが課題であったと考えられる。もともと、不安緊張が強いため、いかに守られた環境を作るかが、キャンプの重要なポイントだった。その意味で、キャンプ集団の中において、A 自身が十分に「個」でいられる感覚をキャンプ前半に体験できたことが、その後の周りとの関係を形成する上で有効的であったと思われた。またAは、登山やロック・クライミングなどの山岳活動に強く動機付けられていたが、そのような自分の興味ある活動を通して、自分と世界との関係を作っていた。ある意味Aにおいては、このような自然との体験(彼の場合は「山」における自然体験)が支えとして機能していたようにも推察された。

A が描いた3枚の風景構成法は、大きな質的な変化とは言えないかもしれないが、自己と世界との関係を形成してゆく内的なプロセスを認めることができると思われる。図1-1は、Aの世界とのかかわりの希薄さが表現されており、世界との距離をとることで自分を守っている様子が理解される。しかし、キャンプ後の図1-2では、道、田のあぜ道、あるいは川と道との重なりが描かれており、少しずつ世界との関係付けが変化している。さらに図1-3では、川と道が交差し橋が出来上がっている。これは、内界と外界とのつながりを示すものとして理解でき、Aの内的変化を示すものと思われた。

事例B 男子、13歳(中2)

家族構成 父、母、祖父、祖母、長姉、次姉
生活・問題歴

クラスの男子生徒からのいたづらや女子生徒からの陰口などをきっかけに中1の10月から不登校が始まった。3学期は二日登校したが、友だちから色々言われるなどの理由から登校していない。その後、適応指導教室に通級している。Bは、米作中心の兼業農家で姉

二人をもつ末っ子として育った。両親によると、「跡取り息子なので過保護に育ててきた。性格は、考えすぎて心配性のところがある」とのこと。また、不登校が始まって直後、父や母のひざの上に座るなどの行動が報告されている。家庭での様子は、言葉や行動に家族への思いやりが感じられるようになったとのこと。

キャンプ経過

初回面接(#1)では、幼さが残るBのリラックスできない感じと緊張が伝わった。キャンプに意欲的というよりは不安が前面にでていた。キャンプに対する不安は「他の人たちと仲良くできるか」と語った。キャンプは、適応指導教室の先生に紹介されている。キャンプには、「挑戦してみたい」という気持ちで申し込んだのだと語った。

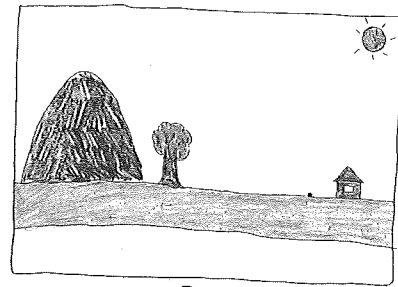


図2-1

キャンプ前半(1日目~8日目)

キャンプ開始2、3日は、グループ内での発言も少なく、あまり目立たない存在だった。遠慮がちで消極的だった。B以外の男子がかたまってしまい、居場所が安定しない様子だった。しかし徐々に「このキャンプの不安ない。友人とも話ができています。自分は自分のペースでやればよいと思っています。前向きにやろうと思っています」と見かけよりも芯の強さを感じさせる発言をするようになった。

マウンテンバイクでは、なかなか体力のある面も見せ、タイムトライアルで上位でゴールするなど自信をつけた活動になった。しかし、グループランでは、ルートミスに気づきながらも、それを主張できないこともあった。「自分の指摘が間違っていたら迷惑がかかると思った」とふりかえりで語っている。

キャンプ中の面接(#2)では、人間関係について、「まわりの人も結構思ったよりも優しくしてくれるし。話しかけてくれる」「友だちとかできるかどうか心配だっ

たが、男子全員が友だち」と語った。人間関係でも自信を深めた様子だった。さらに、「友だちと、今よりも話できるようにする。はずかしがらないような力をつけたい。人前に出ることがはずかしい。一番はずかしいのは人前に出て話すとき」とあらたな課題も語った。キャンプ後半（9日目～21日目）

キャンプの後半にかけて、キャンプ前半に見られた弱気な発言や行動は少なくなった。#2 で語っているように対人的な自信が、行動面にも表れるようになった。とりわけ、同じグループ内の E（非行、問題行動歴あり。自立支援施設より参加）と親密な関係を作ることができたことが B の対人的な自信につながっていた。（グループ内には B と E の二人しか男子がいないため必然といえば必然だった）雨天時のビバークサイト探しやテント設営等、辛いことも不平を言わず E と二人頑張る面もみせることがあった。逆に、沢登りやカヌーでは、消極的な行動をみせることもあった。これは、様々な活動を通して自己の得意不得意を体験し自己理解につなげているように思われた。B にとって不得意の体験が自信喪失になることはなくなっていた。マウンテンバイクのタイムトライアルでは、「全力でやったけど、越されて悔しかった」と悔しさを表現している。自分らしさを見せるようになった。

キャンプ後の面接（#3）では、非常によい表情で「最後までやれてうれしい」。「あきらめないでがんばれたことは、ロック・クライミング。もうつかまる場所がなくて、これ以上登れないと思って」<どうした>「最後まで探してみた。みんなの応援とかあったし、自分でがんばろう、登りたいと思った」「いかだ下りでも、全力でがんばったつもり。暑さとか真剣に漕いでいたからわからなかった。腕や手が痛くなってそれしかわからなかった」とあきらめず、がんばれた自分を肯定

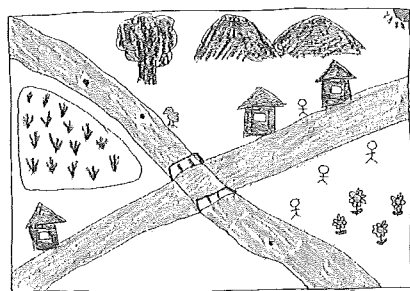


図 2-2

的に評価している。そして「最後までやればできる。何事もトライしてみればなんでもできる」と締めくくっている。

考察

思春期は、第二の分離—固体化過程といわれている。B においては、まさにその過程の問題に直面し分離不安が考えられた。このような「分離」という課題は、B に中学校での過剰なまでの対人関係上の適応を強いていたようであった。したがってクラス内における B へのいたずらや異性の陰口は、自尊感情を大きく傷つけることになり、不安・緊張感の悪循環（齊藤, 2006）をまねくことになっていたと思われる。

このような不登校の背景にある「分離」に取り組むことが内的課題のように思われた。その意味でキャンプ集団の中で B にとって第二の固体化過程を推進するような同世代の仲間関係を作ることができたことは大きなポイントだった。特に、通常であるならば彼とは全く無縁の非行歴のある E と同じグループで活動したことは大きく影響したように思われた。E との関わり合いの中で、E をモデルに学んだことが多々あったものと思われる。このような人間関係を作れたことは、B の失いかけていた対人的な自尊感情を取り戻すことに役立った。また、21 日間のキャンプにおける自然体験活動（身体運動）は、B をひとまわりたくましくし、男性的な強さを感じさせるようになった。何よりも家を離れて、21 日間のキャンプの旅に挑戦したことが、B の自立心を育んだように思われた。

このような、B の内的な変化は、風景構成法に如実に表現されている。図 2-1 では、「川」「田」「人」「動物」「花」と半分のアイテムが描かれなかった。特に最初の「川」を描くことによって用紙を分節することができなかった。なんとか彩色されたものの絵はとても寂しい印象で、動的なエネルギーが感じられない。道や家があり人が生活しているかもしれないが、その気配がない。しかし、キャンプ後に描かれた図 2-2 では、風景が一変している。「川」と「道」によって大きく世界が分節されている。これは B の分離の動きと重ね合わせてみることはできないのではないだろうか。また川の流れ、遠近感の変化や視点の広がりが見られ、B の内的成長として受け取ることができる。そしてまた、10 のいずれのアイテムも戸惑うことなく描ききったことに以前とは異なる力強さを感じた。

事例C 女子、14歳(中3)

家族構成 父、母、妹

生活・問題歴

Cは、中学3年の修学旅行後、仲のよかったグループから仲間はずれにされてしまった。グループから距離をとりながら学校生活を続けていたが、他の友だちとの関係も悪くなってしまった。その後、教室に入ろうとすると、他者からのひどい言葉が聴こえるようになった。また、不調も訴えるようになった。本人によれば家や買い物では聴こえないが、教室や塾では聴こえるとのこと。キャンプは、適応指導教室の先生に進められ、両親の後押しもあって参加を決めた。

キャンプ経過

初回面接(#1)では、キャンプ参加の動機について「適応の先生にもすすめられた。興味が湧いたっていうか」「行くのは嫌じゃないんだけど、人と関わるのが不安ある」。「お母さんにいきなり言われて。なんだかわからなくて。・・・けど、変わりたいなあって思ってる。最後までやり遂げたい」と語った。人間関係への不安と同時に今の自分をなんとか変えたいという気持ちが伝わった。さらに、「今まで学校ではリーダー的だった。ポジティブ。それが無視されるようになった。急に、ある日突然。そうなったことへの恐れ、怖さ、今はそれが心配」と抱負も語った。

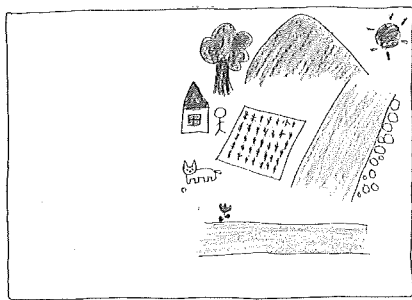


図3-1

キャンプ前半(1日目～8日目)

Cは、人間関係に囚われず活動に集中したいが、なかなか人間関係から距離を取れない様子だった。元々、リーダーシップを発揮する方だったと語るが、マウンテンバイク等のグループ活動で積極的に前に出ることにはしなかった。むしろ、マウンテンバイクをひたすらこぐことや活動に集中することで自分自身に集中したい様子が窺われた。

キャンプ中の面接(#2)では、キャンプ前半をふりかえって「なんか大変。自分のこと自分でやんなきゃいけないし。人の気持ちにつきあうというか、相手は何を考えているんだろうとか考えて。疲れる」と人に気遣いながらキャンプすることの大変さを語った。また「一番怖いのは、悪口。私は、勝手に言っていて、と思うけど」と悪口から少し距離がとれるようになったかのような発言もしている。また「お母さんと話したい。今までやったこととか話したい。自転車で70Km走ったこととか。ありえないことだから。よくやれるなあと思う」と自分の力を評価している。また、「最後までやれば変わるかなあという気がする」など肯定的な語りが見られた。

キャンプ後半(9日目～21日目)

キャンプ後半は、「最後までやれば変わる」という言葉に支えられているかのような様子だった。ひたすら頑張る姿勢を持続させていた。ロック・クライミングでは、岩壁途中で難波することもあったが、あきらめることなく粘り強く登りきった。岩壁の下から、停滞しているCに「どうしたい」と仲間が尋ねると、Cは「登りたい!」と大声で一言。後のふりかえりで「登り始めたときは怖いと思ったけど、登りたいと思って、降りたくないと思って。あんなファイトわいたの今日が初めて。こんな自分久しぶり」と話した。まるで、違う自分を発見したかのように語った。ひと皮向けたように見えた。

気になっていた悪口に対しても、距離をとることができるようになっていた。「悪口言われていること知って、嫌な思いしてたけど、今は関わらないようにしている」。また、「人間関係がいい方になってきた」と語るようになった。キャンプ後の面接(#3)では、キャンプをふりかえって「最初の頃は人間関係もあって、精神的にも辛かった。自然に接せられなくなった。

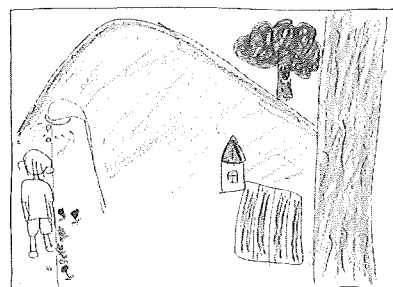


図3-2

相手の様子見て話しかけたり、避けてたりした部分もあって。今は自然と話できるようになった」と話す。また「なんか一生懸命やれるようになった。がんばろーって、前向きさがでてきた。身近なこともそうだし、人に聞かないでやってみようとか。自分のこと一人でやらなきゃいけないから。責任とか、いっぱい。なんか色々」と自信を取り戻した自己の変化を語った。

考察

Cは、同姓同年代の友人との関係喪失によって、思春期妄想とも思われるような精神的状態に陥ってしまっていた。この年代におけるチャムシップの重要性から考えれば彼女の喪失感がきわめて大きなものであったと想像される。学校生活では、全く他者との関わり（他者関係的）に囚われていた。Cは、キャンプでは他者との関係に囚われることなく、自分を見つめることに取り組んでいた。ウイニコットの言葉をかりるならば、「一人でいられること」が課題であったように思われた。キャンプにおいても人間関係上の問題に悩むこともあったが、そのような中で、適度に影響をされながらも「自分自身でいられること」に取り組んでいた。

例えば、マウンテンバイクやロック・クライミングは、彼女にとって自己関係的なあり方になる（自己耽溺する）ためには有効な活動であった。ひたすらペダルをこぐことや岩壁に向かい合うことは、十分な自己への没頭の時間となっていたように思われた。彼女自身もそれをやり遂げることが自分の変化になるであろうことに気づいていた。最終的にはキャンプの人間関係の中で一人でいられる強さを獲得したように思われた。それは次なるステップである自他関係的なあり方へのつなぎの過程として意義ある体験であったように思われる。

キャンプ前に描かれた図3-1は、左半分が全くの空白で何も描かれていない。また右半分に描かれている風景は、羅列的でありそれぞれのつながりが感じられない。しばしば空間象徴による解釈では右側は現実社会として理解されるが、まさにクラスの中での対人的なつながりを失ったCを表現しているかのようである。そして空白部分は、埋められない内的自己を表しているように思われた。図3-2は、キャンプ直後の描画であるが、図3-1とは異なり、まとまりのある一つの風景として描かれた。立つ「川」は肯定的な転回点とし

て理解されよう。また、自己像とも思われる少女が街灯に照らされるように後姿を現した。21日間のキャンプの中で「自分自身になること」に取り組んできた成果が風景構成法に示されているように思われる。

事例D 女子 14歳（中3）

家族構成 父、母、妹（小6）

生活・問題歴

中1の9月から不登校。きっかけは、音楽発表会でバイオリンを担当したが、練習中に自信喪失し「私は弾きたくない」といったところ、他の女の子から悪口を言われたとのこと。発表会を直前にキャンセルし、クラスの人に合わせる顔がなくなってしまった。中1の冬から中2と適応指導教室に通級。3年になってクラスに戻ったが、修学旅行後に再び不登校。その後、親（特に父）との関係も悪化し、部屋に鍵をかけることもあった。親には、「学校へ行く意味がわからない」「勉強する意味がわからない」などともらすこともあった。人の自分を見る目が気になり、行こうとすると腹痛を訴えることがある。

キャンプ経過

初回面接（#1）では「2年の時は行きたくても行けなかった。最初、適応指導教室にいた。そこの担任が押しの強い先生で、3年になってクラスへ行くようになったけど、お腹が痛くなったりする」と語った。背中を押されて普通教室に戻ったが自分の本意ではなかったと話した。キャンプへの動機について、「自分を変えてみようと思った。キャンプは自分で探した」と述べている。また、自分について「自分は馬鹿だと思う。極端。なんか言ったことがコロコロ変わる。学校行くといってたけど行けなかったし。それと人見知り激しい」と語った。

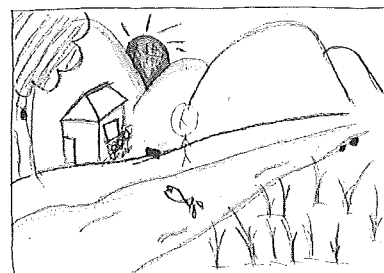


図4-1

キャンプ前半 (1日目～8日目)

キャンプ開始まもなく過去の自分を Co に次のように語った。「中1のときバイオリンを習っていた。クラスの人に、『習ってるんだったらやれば』といわれた。なのに自分はあきらめてしまったことがあった。弱い自分を強くしたい」と苦い過去をふりかえった。

キャンプの自然体験活動は、口では辛いと言うものの楽しんでいるようだった。一方で人間関係はあまり上手くなく素直に自分を表現できなかった。気持ちでは、積極的に関わりたいが、どこか自分に対する自信のなさがそうさせなかったようである。

キャンプ中の面接(#2)で感想を尋ねると「きついし、やりたくない。人間関係とかほんと嫌だとか思うことある。何でキャンプやってるんだろうと思うことあるけど、プログラム中は言わないようにしている。自分を変えたいと思ったから」と語った。

キャンプ後半 (9日目～21日目)

キャンプ後半は、人間関係への囚われも減り活動に集中していた。どの活動も一生懸命の姿勢を見せた。ロック・クライミングでは、岩に取り付いたが停滞し「岩がない」「つかめない」など弱音をもらし、周りから「どうした色々試してみろ」と言われると「試してるよ!」と感情が切れそうな場面もあった。どうすることもできない事態に直面したのは、バイオリンのエ

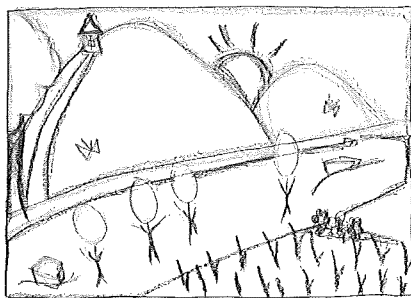


図4-2, 4-3

ピソード以来のようだった。しかし、次第に落ち着きを取戻し冷静に岩を見つめ岩壁上部へ登った。ふりかえり「あのとき、なんでこんなことしてるんだろうと考えた」と語った。キャンプ終盤にはグループを引っ張る姿もみられ自信を回復した様子が窺われた。

キャンプ後の面接(#3)では、キャンプをふりかえって、「やればできると思った。着いたときうれしくて。苦しんだ分楽しみがあることがわかった」。また、「人間関係難しい。陰で何か言われているのじゃないかと縮み込んでいたけど、『何言ってるの?』と聞くことができた」と語った。

自分の変化について、「わかんない。よくわからない。変わったのかどうか。でも、ゴールのうれしさを感じるには、悲しいこと、楽しいこと、乗り越えなければならなかったように思う」と語った。喜びを感じられた自分を認めている。最後に、「将来こんなキャンプのキャンプ・カウンセラーを目指したいけど、どうやったらなれる?」と質問されたことが印象深かった。

考察

Dは、「学校へ行く意味がわからない」「勉強する意味がわからない」などもらし「自分とは何か」という実存的な問いに直面しているように思われた。Dは、その意味でアイデンティティが大きくゆらいでいた。家庭、学校などあらゆる状況において「自分という存在のわからなさ」にとまどい葛藤していた。

キャンプ中も、このような実存的な問いを繰り返していた。なぜキャンプに参加したのか、なぜきつい坂道でマウンテンバイクをこぐのか、なぜ岩壁を登るのかということだった。それはある意味「自分とは何者なのか」という問いかけへの契機であったように思われた。Dは、キャンプの自然体験活動を通してアイデンティティの確認作業をしているようだった。アイデンティティ獲得の過程では、自分自身で認めることができると同時に、他者からも認めてもらう必要もあった。キャンプ前半Dは、他者からの評価について自意識過剰な面もあったが、後半は、他者評価にも過剰に反応することなく対応できるようになった。また、感動や喜びを素直に表現できるようになっていた。最後の面接でキャンプ・カウンセラーを目指したいとの語りは、キャンプ・カウンセラーへの憧れあるいは、陽性転移とも受取れるが、ひとまず、Dの内的なアイデンティティの動揺がおさまる実存的な感覚を

得ることができたことを示しているかのように思われた。

図4-1に描かれている太陽と人には、それぞれ「人」「太陽」の文字が書き込まれている。どこか自己存在の自信のなさを感じているように思われた。それが図4-2では、消えてなくなり絵の中では十分に「それ」として存在している。自信あるいは、アイデンティティの芽生えと考えられないだろうか。また、道を歩いていた人が、他の人々と川の中で遊んでいるのが印象的である。描画自体は大きな変化といえないかもしれないが、内的プロセスの進展は感じさせる。さらに、図4-3では、用紙を縦に使用して描いている。何らかの転換点であると考えられよう。山にはトンネルが描かれ向こう側との繋がりを示している。山の端にあった太陽も高くなり、積もった雪を溶かしはじめている。

【総合的考察】

本研究では、キャンプに参加した不登校児の内的体験の変化についてキャンプにおける事例と風景構成法から検討した。4事例は、いずれもそれぞれに内的変化を示していた。とりあげた内的体験は唯一のものではないであろうが、特に顕著な変化として認められたものについて考察した。事例Aでは、自分と周りの世界（社会）との関係づけであった。事例Bでは、自立過程における母子分離や男らしさの変化が認められた。また、事例Cと事例Dでは、いずれも同一性（アイデンティティ）形成に取り組み混乱や動揺をおさめることができた。以下ではこのような変化を示したキャンプにおける援助要因について検討する。

1) キャンプへの動機づけ

本事例のクライアントが参加に至った経緯は、事例D（事例Dは、キャンプを自分で見つけて参加を希望した）を除いて、親や教員の勧めによるものであった。一般的に、不登校児の内閉的な状況を考慮すると、身体活動や集団生活を含むキャンプには不安が大きく消極的であることが推測される。したがって、親や周囲の大人の適切な勧めや後押しは、参加を決める上で少なからぬ役割を果たしていたであろうと思われる。しかし、最終的に事前説明会とインテーク面接に出席し、キャンプへの参加を決めたのはクライアント自身であろうと思われる。親や周囲の大人の勧めがあったにせよ、自分で決断したことの意義は大きいと考えられる。

このようなキャンプへの動機が、キャンプの達成や成果の必要条件であったらうと思われる。

小田（2005）は、キャンプに参加する前の不登校児の心理には自己変容期待があることを指摘しているが、本研究における事例C、事例Dにも同様にみとめられた。このようなキャンプへの変容期待は重要である。例えば「このキャンプをやり遂げることができたならば・・・」というような期待を持ることがキャンプ中の支えになり内的体験の変化にも影響したと考えられるからである。したがって、クライアントの自己変容期待を抱くようなキャンプ・プログラムを提示することが重要であると思われた。事例Aや事例Bでは、登山やロック・クライミングといった具体的な活動への興味関心に動機付けられていたが、このことも同様に重要である。特に事例Aでは、自然そのものが内的な変化に役割を果たしていた。いずれにしてもクライアントがキャンプという枠組みで「やってみよう」「やってみよう」というような意欲をもてる魅力的なプログラムを示すことが肝要であると思われる。

2) キャンプ集団の関係性

このアプローチの特色の一つは、小集団で活動や生活することがあげられる。特に、本キャンプでは21日間の間24時間生活を共にしたことにある。これは一般的な心理療法に比較すると短期的、集中的に深い関係性を「クライアント-キャンプ・カウンセラー」あるいは「クライアント間」でつくる点において異なっている。このような関係性も、クライアントの内的体験の変化を促進していた要因として指摘できる。

本研究におけるキャンプ・プログラムは、挑戦的、克服的な身体活動が特色である。このようなプログラムではどちらかといえば、現場でのプログラム指導に際して指示的で縦の関係になりがちになる。素晴らしい体験であっても、ただ単に体験させる（やらせる）ことになってしまうことはマイナス要素にさえなりうる。したがって、活動ではできる限りキャンプ・カウンセラーは共に活動することによって横並びのような関係になることに心掛けていた。キャンプでは、数百キロにわたりマウンテンバイクで移動しながら、自然体験活動をおこなうが、キャンプ・カウンセラーが共にマウンテンバイクをこぎ、山を歩き、岩を登り苦楽を共にする姿を示し見守りながら活動している。これはクライアントとの関係性をつくる上で欠かせない姿

勢であったと考えられる。

クライアント間の関係性の形成においては、クライアント個人の症状や状態に十分に配慮した。例えば、事例Aのように対人的な不安緊張が強いケースでは、何よりも「グループのなかにあっても個でいられる」ように安全な感覚をつくることに心掛けた。集団によって個がつぶされないように、キャンプ・カウンセラーらがサポートするようにした。

また、登山、ロック・クライミング、沢登り、カヌーなどの危険を伴う冒険的プログラムでは、実存的レベルで集団の関係性が築かれることが多い。天候や自然の状況によっては、活動がまさに生命の危険を感じさせるもの^{注4)}になるからであろう。キャンプ中、クライアントの多くが人間関係上のことを問題として語ったが、ほとんどがこのような活動を通じて徐々にキャンプの最終日までには仲間関係を改善し、お互いを共に活動した仲間として認め合うようになった(たとえあまり好意をもてなかった者に対しても存在を認める気持ちが生まれるようである)。このようなキャンプ集団における関係性の形成は、キャンプ中盤から後半にかけて深まり、キャンプへの居場所感や人間関係における絆感をもたらしていたと思われる。

ところで、キャンプにおける小集団のサイズは、本研究の場合クライアント5名〜6名に対してキャンプ・カウンセラーが2名であり集団療法のグループサイズ(高良, 2005)や環境療法のグループサイズ(大迫, 2003)に比較すると若干小さいため集団力動的には弱いようにも思われる。危険を伴う自然体験活動への安全管理の面から考えるとこのサイズ^{注5)}が適切のように思われるが今後の検討課題である。

3) キャンプにおける自然体験活動の効果

キャンプ中の自然体験活動では、個人の身体能力や得手不得手などもあるため、時には劣等感などの否定的感情も生じることがある。しかし本キャンプでは、できるかぎりクライアントそれぞれに達成感を与えられるように関わった。特に、マウンテンバイクは、大きな効果をもたらしたと思われる。マウンテンバイクはキャンプにおける毎日の移動手段でもあるため、出発時よりも楽にこげるようになることやこぎが力強くなることなど本人に明確に自覚できることが多い。また、キャンプ・カウンセラーは、ルート選択やペース配分等には一切関与せず、すべてクライアント達自身

の主体性に任されている^{注6)}。したがって、グループでのルートミスなどのトラブルを解決して目的地に到達したときの達成感や、自分達自身のものとして得られる体験となる。このようなマウンテンバイクに限らず、様々な冒険的プログラムは、体力的な変化だけでなく自尊感情などの自己意識の肯定的な変化に影響していた。特に、事例Bでは21日間の間に身体が引き締まり男らしさを感じられるようになった。Bのような男子にとっては、アクティビティ(身体運動)を通じて、体面だけでなく男らしさなどの内的な変化も促進したと思われる。

また、事例Cや事例Dのように自己(アイデンティティ)の課題に取り組んでいたものにとっては、達成感もさることながら、冒険的な自然体験活動の「過程」が内的体験の変化の契機になったように思われた。マウンテンバイクや登山の道すがら自己と向かい合うことになったように思われる。また、ロック・クライミングではCもDも苦戦したが、目の前の岩壁は絶対的な存在として立ち塞がり思い通りにはならない体験だった。これも自己と向き合うことを余儀なくさせられたように思われる。いずれも活動に没頭する過程における内的体験を通じて新しい自己形成を成し遂げているように思われる。

事例Aは、登山やロック・クライミングに強く動機付けられていたが、ある面、それは「山」に登ることあるいは、「山」に惹きつけられていたように思われた。これは、自然体験あるいは自然そのものもつ魅力によるものであると考えられた。このときのAの嬉々とした様子は、明らかに他の活動時には見られないものであった。Aにおいては、この自然との関わり(繋がり)のようにも思われる)が内的体験の変化に重要な役割を果たしていたように思われる。Aのように直接的ではないかもしれないが、自然そのものもつ効果は、他のクライアント達の内的体験にも少なからず影響していたものと思われる。「自然」はキャンプにおける大きな特色であり、今後さらにその影響について検討する必要があると思われる。

4) キャンプ体験の意味づけ

最後に、参加したクライアントの多くの者(本事例以外も含む)に言えることであるが、21日間のキャンプを成しえた体験は、何ものにも勝るような大きな達成感や自信をもたらすものであった。そして親元を離

れて21日間にわたるマウンテンバイクによる旅(キャンプ)が、クライアントそれぞれに意味ある体験になっていたと思われる。それはキャンプ直後の面接で、キャンプでは楽しい体験だけでなく辛く苦しい体験もあるが、そのような体験さえ肯定的な意味づけをされて語られたことから理解される。この肯定的な「語り」には大きな意義がある。すなわちクライアント達は、キャンプに参加する前までは、不登校の状況が続き「自分を変えたい」「どうしてよいかわからない」というような自己の意味づけさえできない混乱の状況にあったと思われる。ある意味、自分自身の物語が途中で止まってしまっているかのような状態であったと思われる。しかし、キャンプ体験を通しておのずから内的課題に取り組み、そして自分の体験を肯定的に意味づけ語りえたことが内的変化として受け取れる。このように考えると、キャンプはクライアントの自己の物語を再開するためのスプリング・ボードのような役割を果たしていたように思われる。

【まとめ】

キャンプ療法に参加した4名の不登校児は、キャンプ過程における参与観察、インタビュー、風景構成法による事例の検討から、それぞれの内的体験の変化を示したことが明らかにされた。クライアントはキャンプ体験を通しておのずから内的課題に取り組んでいた。このような内的体験の変化をもたらした援助要因として、①キャンプへの動機づけ、②キャンプ集団による関係性の醸成、③自然体験(冒険的プログラム)における自尊感情や自己意識の改善、④長期キャンプ体験への肯定的な意味づけ、などが考察された。

注

1) キャンプ・カウンセラーは、キャンプにおける活動や生活のインストラクションあるいは、そこで生じてきた問題の修正をはかりながら、キャンパー集団をファシリテーションする役割を担っている。キャンプ活動(生活も含む)とそれを通じて起こってきた問題を治療的に活用しながらキャンパーの成長を促してゆく。本研究におけるキャンプ・カウンセリングの考え方は、【研究方法】3) - (4) キャンプの基本的方針に示している。文中では、キャンプ・カウンセラーと心理カウンセラーとは、区別して使用している。

2) ここでいう身体的な実際体験とは、マウンテンバイク、

登山、ロック・クライミング、カヌー、沢登り、テントを利用した野外生活などの冒険的な活動における主体的、直接的体験を指す。

3) 本来、体験は内も外も連関しているために内的体験と外的体験を区別することは難しいが、ここでは客観的な身体活動体験とは区別して、主観的な曖昧な感覚も含む認知的、感情的、情動的体験を内的体験と捉えることにする。それは、同じ客観的な身体活動体験(例えばマウンテンバイク)であっても、ある時の体験と別の異なる時のそれとでは、クライアントの内的体験は異なることが予測されるからである。

4) 冒険プログラムには、「客観的危険(実際上の危険)」と「主観的危険(見せかけの危険)」がある。プログラムでは、十分に安全なプログラムを提供している。しかし十分に安全な危険であっても、クライアントにとっては恐怖を伴うような危険として認知されることがある。冒険プログラムでは、このような主観的に認知される危険を活用することがある。

5) 例えば、マウンテンバイクでは、公道を一列になって走るが、クライアント5名、キャンプ・カウンセラー2名が連なると25m程度の長さになり、これ以上では交通安全上のリスクがより大きくなる。これはプログラムの特性によるが、一般的に、グループサイズが大きくなればリスクが大きくなると思われる。

6) クライアントには、ルートを示した地図がわたされている。原則的に、キャンプ・カウンセラーは、地図読みを援助したり、ルートを教えたりせずに見守るようにしている。しかしながら、道を間違え、ある時間(20分程度)や距離を走ってしまった場合には介入し修正を促すことがある。

【文献】

- 兄井 彰(2001) 不登校児童・生徒を対象としたキャンプ療法の効果. 福岡教育大学紀要, 50-5 : pp. 85-90.
- 井原成男(2006) 移行対象の臨床的展開 めいぐるみの発達心理学. 岩崎学術出版社 : pp. 21-22.
- 飯田 稔, 坂本昭裕, 石川国広(1990) 登校拒否中学生に対する冒険キャンプの効果. 筑波大学体育科学系紀要, 13 : pp. 81-90.
- 飯田 稔, 中野友博, 関根章文, 布目靖則(1993) 登校拒否中学生に対する3年間の実験キャンプが親子関係に及ぼす影響. 筑波大学運動学研究, 9 : pp. 37-47.
- 皆藤 章(1994) 風景構成法その基礎と実践. 誠信書房.

- 国立オリンピック記念青少年センター (1999) 自然体験事業への参加経験が不登校児童生徒に与える影響に関する研究.
- 宮本庄一, 今井由紀 (1994) 集団宿泊体験を通しての自己効力感の変容. 岐阜大学教育学・心理学研究紀要, 12 : pp. 71-83.
- 中井久夫 (1996) 風景構成法. 山中康裕 (編) 風景構成法その後の発展. 岩崎学術出版社 : pp. 3-26.
- 小田 梓, 坂本昭裕 (2005) 不登校児がキャンプ参加に至るプロセス. 日本野外教育学会第八回大会プログラム・研究発表抄録集 : pp. 30-31.
- 奥山 冽, 諫山邦子, 加藤敏之, 齋藤詔司, 菊池和孝, 森敏隆 (1999) キャンプ体験が不登校生徒に与える心理的影響. 野外教育研究 3-1 : pp. 25-36.
- 大迫秀樹 (2003) ネグレクトを背景に非行傾向を示すようになった児童に対する入所施設での環境療法. 心理臨床学研究 21 (2) : pp. 146-157.
- 坂本昭裕 (2001) キャンプを利用したセラピー. 筑波大学野外運動研究室 (編) キャンプの知. 勉誠出版 : 101-116, 2001.
- 齊藤万比古 (2006) 不登校の児童・思春期精神医学. 金剛出版 : pp. 31-47.
- 高良 聖 (2005) グループというテクニック-1 グループをはじめる前に. 臨床心理学, 5 (3) : pp393-399.
- 滝川一廣 (2004) 「こころ」の本質とは何か-統合失調症・自閉症・不登校のふしぎ. ちくま新書 : p158.
- 山中康裕 (1984) 「風景構成法」事始め. 山中康裕 (編) H・NAKAI 風景構成法. 岩崎学術出版社 : pp. 1-36.