

Title	キャンプ療法としての動作法 : キャンプの心理学的意義
Author(s)	良原, 誠崇
Citation	大阪大学教育学年報. 2010, 15, p. 71-85
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/6822
rights	
Note	

Osaka University Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

キャンプ療法としての動作法キャンプの心理学的意義

良原 誠 崇

【要旨】

キャンプ療法としての動作法キャンプの心理学的意義について論じるものである。1960年代に開発された動作法の発展は、動作法キャンプの存在が大きい。そこでは技法の開発に留まらず、キャンプ療法として、様々な機能を有していることが考えられた。ここでは実際のキャンプの概要や筆者が担当した事例を取りあげたところ、Booth & Lindaman (2000) が示した親子活動の4分類にそれぞれ動作法キャンプが対応していることが明らかになり、キャンプとしての意義が認められると考えられた。

1. はじめに

社団法人日本キャンプ協会のwebsite (<http://www.camping.or.jp/>) によると、キャンプは「自然の中で一時的に生活すること」、「ともに生活をし、自然体験すること」と定義され、多くの人も同様のイメージを持つに違いない。しかしながら、どのような形であれ、キャンプに参加したことがある人ならば、そうした定義から派生する形で、貴重な、様々な経験をしてきているはずである。実際様々な立場から、様々な対象、様々なサイズ、様々な場所でキャンプが行われてきたし、これを地域実践、あるいは臨床心理学的なアプローチで取り入れる動きも、申崎・望月・永井 (2006) が指摘するように、1960年以降見られてきたことである。その後、そうしたキャンプによるアプローチの報告や事例論文は散見されるようになったが、キャンプという構造自体を臨床心理学的に検討することは、国内ではほとんどされてこなかった。

そこで本論では、国内における臨床心理学的なアプローチとして行われるキャンプの代表的なものの一つとして動作法をプログラムの主軸としたキャンプ、すなわち動作法キャンプを取りあげ、その実際の事例を踏まえながら、キャンプ療法としての動作法キャンプの心理学的意義について論じていくことを目的としている。

2. キャンプ療法としての動作法キャンプ

2.1. 動作法とは何か

動作法は、動作を身体運動として表現される主体の意志（意図）に基づく心理的・身体的活動の総体として定義し、具体的な特定の動作を課題として与え、それを適切に遂行するよう努力させ、制御することによって問題の特徴が変化するように促す援助法であり、「日本で生まれたユニークで革新的な心理療法」（井村・古川, 2004）の一つである。その成り立ちは、1960年代半ばに成瀬悟策とその共同研究者達が脳性麻痺児の動作不自由の改善を目的としたもの（成瀬, 2000）だが、その有効性は脳性麻痺などの肢体不自由者に留まらず、自閉性障害（今野, 1993）、ダウン症（笹川・小田・藤田, 2000）、統合失調症（鶴, 2007）や摂食障害（星野, 1999）、気分障害（清水, 1992）、PTSD（富永, 1995）等と適用が拡大されてきた。さらにこう

した疾患や障害、症状へのアプローチに留まらず、家族機能の改善（吉川，2009）や、高齢者の心身活性化（針塚，1988）、教育場面におけるストレスマネジメント（富永・山中，1999）など、生活の質を高める取組としても注目されている。

2.2. 動作法キャンプの展開

この動作法の技法的開発は、「心理リハビリテーションキャンプ」つまり動作法キャンプ抜きに語ることはできない（井村・古川，2004）。動作法キャンプの始まりは、1967年に久留米で行われた聖ルチア病院での1週間の集中訓練である（成瀬，1987）。ここでの試行錯誤の結果が、その後の動作法キャンプのプログラムの原型となった。さらに同年の8月に、朝日新聞をスポンサーに、飯塚市内のユースホテルで行われた集中訓練において「心理療育キャンプ」と銘打たれ、名称を「心理リハビリテーションキャンプ」と変えながら、現在に至っている。九州以外でも、1968年には、姫路、群馬で同様のキャンプが開かれるようになり、1970年には岡山、1971年奈良・大阪、1972年には尼崎・浜松、東京などと全国的に展開していった（成瀬，1987）。また1972年には、「あゆみの箱」運動により福岡県夜須高原において「やすらぎ荘」が開所され、キャンプも可能な動作法の専門的な訓練施設として現在に至っている。

さて、動作法キャンプは基本的には障害児（者）、大別すれば肢体不自由（身体障害）者と言語的コミュニケーションに限界のある自閉症、精神遅滞、多動傾向のある発達障害児（者）を対象に行われてきた。1970年代までの動作法は、ジェイコブソンの漸進弛緩法を起点に開発されたリラクゼーション的技法が中心であったが、その後障害の重度・重複化により、リラクゼーションだけでは効果の薄い事例も現れ始め、坐位からひざ立ち、立位、歩行を課題とするタテ系技法の開発が進むようになった（井村ら，2004）。

もちろん、技法の開発のみが動作法キャンプの意義ではなく、キャンプそのものがすでに様々な効果が得られていることも報告されている。そもそも成瀬（1987）や清水（1987）によれば、集団活動として動作法を行うことが、トレーナー、トレーニーともに意欲を高めることができ、集中訓練という枠組みによって訓練効果が維持されることを認識していたが、笹川ら（2000）は、動作法におけるやりとりの継続やからだへの積極的な働きかけの活動様式が、母子遊びにおけるやりとりの継続や子どもから他者への積極的な働きかけに反映されることを指摘し、こうした変化をインテンシブに捉えられるのがキャンプの効用と主張しているし、動作法キャンプは肢体不自由者と発達障害者のそれぞれが同じキャンプに参加することが多いが、一見アプローチが異なるように見えて、富永（1991）は、「心の世界を見極めることが援助の共通性」であることを主張し、いずれにしても「主動感」を確立すること、また体験内容より体験過程を重視すべきであり、それは心理療法の本質を踏襲していることを指摘している。また、動作法キャンプは地域性の強さが特色として挙げられており、これによる地域貢献（星野，2007；井村ら，2004）も見逃すことができない。こうしたキャンプによる動作法の貢献は国内に留まらず、韓国（奇，2000）、タイ（谷・杉本・松井，2000）、インド（Kumar，2006）などアジアを中心に国際的な広がりを見せている。

2.3. キャンプ療法としての動作法キャンプ

申崎・望月・永井（2007）は、こうした動作法キャンプをキャンプ療法の1つとして捉えている。キャンプ療法とは、日常とは異なる自然環境の中で、小集団で生活をするものであり、その心理学的意義として、1）ふだんの生活で感じるストレスから解放されること、2）同世代の子どもや親以外の大人たちと、密接な対人関係を体験すること、3）日常生活から離れても、楽しい世界があることを体験し、視野を広げること、4）数日間の短い期間だが、その思い出を今後の生活での糧にすること、5）非日常的な空間、時間、人間によつ

て、何らかの治療的な雰囲気をつくること、6) 人との出会いを今まで以上に大切にできるような一期一会を体験すること、があるとされている。日本におけるキャンプ療法の黎明期を平井(1960)の報告から始めるとし、身体障害の療育キャンプがその後拡大してきた。まもなくして動作法キャンプも開始、全国化されるようになり、串崎ら(2007)はこうした療育キャンプを、「キャンプ療法の柱」と位置づけている。

海外でも、“Camp Counseling”や“Camping Program”、“Camping Education”と呼ばれ、重要な援助技法の1つとしてキャンプ療法は支持されてきている。Meier & Mitchell(1992)は、キャンプの目的として、子どもの心身の適応力、理解力、スピリチュアルの力を発達させる機会として最高の場を提供することであり、そこでは、個性的で独創的で、協調的な生活のアプローチを与え、独立心と自立心を持ち、協調的かつ

表1 3泊4日の動作法キャンプのプログラム例

	1日目	2日目	3日目	4日目	
7時		起床	起床	起床	
		朝の会	朝の会	朝の会	
8時		朝食	朝食	朝食	
9時		動作法②	動作法⑤	動作法⑧	
10時		トレーナー研修②	トレーナー研修③	親指導(動作法⑨)	
11時				効果測定	
		動作法③	動作法⑥		
12時		昼食	昼食	昼食	
13時		開会式		清掃	
				閉会式	
14時		インターク(トレーナー研修①)	集団療法(親研修)	集団療法(親研修)	退所
15時					
16時	動作法①	動作法④	動作法⑦		
17時	夕食	夕食	夕食		
18時	入浴	入浴	入浴		
19時				お楽しみ会	
20時	班別ミーティング	班別ミーティング	班別ミーティング		
21時	全体ミーティング	班別ミーティング	班別ミーティング		
22時	就寝	就寝	就寝		

規律正しい人間を作ることと大筋には定義している。

障害児を対象としたキャンプ療法に関する論文はいくつかオンライン上からも確認することが可能であり、喘息や頸椎障害、小児糖尿病といった様々な障害、疾患を対象にしたキャンプにおいて、疾患に対する態度が肯定的になったり、不安感が減少したという実証的な報告 (Briery & Rabian, 1999)、薬物依存者を対象としたキャンプにおいて行動の統制感、ストレスの減少、問題の解決に結びついたとする報告 (Bennett, Cardone & Jarczyk, 1998)、喘息児を対象とした構造的なキャンプにおいて、疾患についての知識の向上や身体活動の増加、喘息のマネージメントスキルの向上が見られたとする報告 (Costa Mdo, Oliveira, Santoro, Juliano, Pinto, 2008)、小児がんおよび小児糖尿病患者を対象にしたキャンプにおいて、自己効力感や自己評価が高まったという報告 (Török, Kőkőnyei, Károlyi, et al, 2006) などがある。Hunter, Rosnov, Koontz, et al (2006) は、これまでのキャンプ療法に関する文献レビューから、キャンプの目的には様々な次元があるとされ、1) 自己制御のスキルを上げること、2) 感情的な調節を高めること、3) 自己評価を高めること、4) 他者との関わりやグループ活動を深めること、5) アウトドアにおいて、良い姿勢を育むこと、6) 満足した結果を生むことに分類している。つまり、海外ではキャンプ療法に対する理解は実践的にも実証的にも本邦より進んでおり、重要な教育的・臨床的実践場面として認識されているのである。

Hunterら (2006) は、こうしたキャンプ療法が効果的であることを示すためには、それぞれの目的に即した評価尺度を導入しアセスメントすることが求められると指摘しており、本邦においても今後は事例報告のみならず実証的な研究が必要であることは疑問を挟み込む余地はないであろう。とはいえ、本邦ではキャンプ療法としての事例報告そのものがまだまだ乏しいのが現状であるし、やはりHunterら (2006) が指摘するように、そうしたキャンプの構造を明らかにしておくことも必要である。そこで、本論では、先に述べた動作法キャンプをキャンプ療法としての枠組みで理解することで、今後キャンプ療法としての動作法キャンプの可能性について論じてみるものである¹⁾。

3. 動作法キャンプの運営

まず動作法キャンプの概要を述べる。キャンプはトレーナーにとって研修会として位置づけられ、具体的には、1) 講義・研修、2) 動作法実習、3) 保護者相談実習、4) キャンプ指導法の研修で構成されている。3泊4日のキャンプの場合のプログラム例が表1である。このモデルでは、合計して9時間の動作法と、4.5時間のトレーナー研修、3時間の集団療法が設定されている。これが1週間キャンプの場合、初日にトレーナー研修が集中的に行われること、ここでの1日目が1週間キャンプでは2日目に、ここでの2日目のプログラムが、基本的に3日目から5日目まで同じように続くと考えて良い。そしてこの3日目と4日目が、1週間キャンプでは6、7日目に相当する。

キャンプの役割を大まかに分けると、参加する子ども達がトレーニーと呼ばれ、その保護者が原則帯同し、スタッフとして、スーパーバイザー (以下、SVと表記)、マネージャー、トレーナー、サブトレーナーがいる。キャンプ長含むSVが、研修の指導者になるわけだが、それ以外の役割については項を立てて説明する。

・マネージャー

マネージャーは、動作法キャンプを企画・運営するにあたって、“扇の要”の役割をとり、キャンプの円滑な運営にはなくてはならない重要な存在である (藤岡, 1987)。準備段階において、概要の設定、スタッフの決定、会場の下見、参加者の募集・決定、事前ミーティングの運営、研修内容の検討を行わなければならないし、キャンプ直前になると、買い出し内容の決定、機材チェック、スタッフ・トレーニーの部屋割り、

トレーナーとトレーニーの組み合わせ、パンフレット、記録用紙の作成・印刷、会計準備を行う必要がある。キャンプの全体の責任はキャンプ長が担うとしても、マネージャーはただその手足となるのではなく、マネジメントの責任者として、キャンプにおける自分なりの方針を持つべきであるとされる（藤岡，1987）。そしてそれはキャンプ長はもちろんのこと、他のSV、スタッフとの共有が必要である。キャンプにおける情報はすべてマネージャーが管理することになり、必要に応じてスタッフや保護者、トレーニーに共有されるものであるから、そうした円滑な情報の共有関係を構築すること、すなわち信頼関係の構築こそがマネージャーとしての最大の仕事なのであろう。トレーニーの障害特性、介助レベル、保護者の志向性、また初めての参加者がいる場合の配慮など、様々な条件を考慮して、キャンプに臨むことになる。

キャンプがスタートすると、全てのスケジュールの把握・運営、各係の指示、開会式・閉会式の司会、不測の事態（参加者の発病、ケガ）への対処、外部（施設職員、見学者）との対処・交渉が求められる（小川，1987）。また、先に述べたように、様々な関係（キャンプ長、SV、その他スタッフ、トレーニー、保護者）の間で大小の調整が必要となる。スケジュールの変更は必ず起きるものと心得ていた方が良い。限られた期間で、様々なレベルの情報が入るので、混乱しかねない事態になるが、決して一人で抱え込まず、キャンプ長やサブマネージャー、各係チーフと協力しながら、参加者の多様なニーズに対応することが求められるだろう。また、ただ参加者のニーズの受け手になるだけではなく、キャンプ全体を常に観察し、自ら積極的に声をかけていく姿勢も重要である。

・トレーナー

トレーナーは、キャンプの研修者としてキャンプ期間中にトレーニーと密接な関係を構築して、動作法やキャンプ指導の理解を深めつつ、トレーニーとの動作法の効果を導き出さなければならない。また、動作法キャンプには先に述べているように原則保護者も参加するものであり、保護者の相談を請け負う立場にもなる。必要に応じてサブトレーナーの協力を仰ぎつつ、動作法の時間のみならず、それ以外の時間も共同生活者としてトレーニーと関わっていくことになる。また、トレーナーは原則として集団療法か生活指導の役割が担われ、自分のトレーニーだけを見るだけではなく、決められた役割に従って、全体への働きかけも求められる。

筆者は、トレーナーはトレーニーの担当者であるということは、その親とも密接に関わる必要があると考える。初めてのトレーナー、それも学生の場合に、なかなか保護者とコミュニケーションを取れないか、取ろうとしないことが多い。しかし、成瀬（1987）や他の多くの臨床家が看破しているように、子どものアプローチには、親の関わりが必ず求められる。親のニーズがどんなものであるか、子どもはそれについてどのように感じているのか、子どもを理解する上で必要な情報は何か、こうしたことは親とのコミュニケーションがないとトレーナーは理解することができない。各トレーナーに配布される記録の表紙には、トレーニーの基本情報を書く欄が用意されているが、時折、これをそのまま保護者に書いてもらうトレーナーがいるが、少なくともカウンセラー、対人援助職を目指しているのであれば、直接親に質問するなどコミュニケーションを積極的に図ることをお奨めしたい。またそれは動作法に限らず、食事の時間や、入浴介助時のちょっとした時間の何気ない会話、あるいは最終日前日に行われる深夜の懇親会において、意味のある情報が得られることもある。それ以上にそうした関わりが、トレーナーと保護者の結びつきを強くするし、キャンプや動作法への理解が互いに深まる機会にもなる。

・サブトレーナー

動作法キャンプにおいてサブトレーナーの役割がキャンプのシステムとしてある程度明確になったのは、1984年頃と言われている（田中，1987）。それまではあくまで動作法実施時の補助者としての扱いに過ぎなかつ

だが、実際は決してそれだけではなく、各係の連絡係や、トレーニーの動作法や生活場面の観察や関与者としても重要な役割を担っている。また各トレーニーにサブトレーナーがつく場合もあるが、班ごとにサブトレーナーがつく場合は、そのサブトレーナーは一人だけを担当するトレーナーと異なり、様々な動作法場면을観察することができ、これは動作法の理解を非常に促進させることが言われている。

ただし、このようにサブトレーナーに豊かな意義があると同時に、問題点や難しさも多くある。まず動作法やキャンプ経験の浅いサブトレーナーの場合、はじめての動作法場面において、その侵襲性の強さに拒否的反応を示したり、あるいは積極的に関わろうとして、トレーニーやトレーナーの集中を削いだりする場合がある。いずれにしても動作法場面において有益とは言い難い。あくまでサブであることに意識しつつ、トレーナーの立場では得られない様々な経験を積極的に吸収することが求められるだろう。学生でサブトレーナーを担当する場合は、まだ一般的な臨床経験が浅い段階が多いので、大学院の臨床心理実習におけるインテーク時の陪席者としての役割をイメージするといいかもかもしれない。一方で、サブトレーナーがトレーナーよりも経験豊かな場合、あるいは年長者の場合、動作法以外の専門的有資格者の場合、トレーナーの動作法のやり方や、関わり方に過度に注文をつけたり、そうでなくともトレーナーが自ずと萎縮してしまうこともある。重要なのは、トレーナーとトレーニーの関係構築であり、こうした“お節介”もまた有益とは言い難い。担当トレーニーにサブトレーナーがつく場合、トレーナーは動作法に臨むまでになるべくコミュニケーションを深め、キャンプにおける目標を共有することが臨まれるだろう。もちろん、マネージャーや、スーパーバイザーの後方支援があるとなお良い。

・ 集団療法係

これから述べる集団療法係と生活指導係は、先に述べたように、トレーナー同士が担当するものである。いずれの係にもチーフがおり、チーフがマネージャーとの打合せをしながら、キャンプのテーマにそった、さらに参加するトレーニーの特性も考慮に入れた集団療法メニューを構築することになる。ただし1週間キャンプの場合は、テーマにプロセスをもたせて、スケジュールが進行するに従って、集団療法自体の効果を上げることもできるが（清水（1987）が指摘するように、まさに構造的な心理療法として位置づけられている）、3泊4日形式やミニキャンプの場合は、どちらかというレクリエーション重視になるようである。いずれにしろ、こうした集団療法でのトレーニーの様子は、動作法の効果やキャンプでの様子を確認する上で重要であり、そうした視点からもトレーナーは関わっていく。またキャンプの思い出としてなんらかの製作や体験を行うことも集団療法の大事な作業である。

集団療法係としては、こうした集団療法の時間のみならず、起床後の朝の会、毎食の食事時間の前後も司会をはじめとする役割を担う。動作法キャンプのプログラムは当然動作法にもっとも時間を割き、中心となるべきものであるが、こうした集団療法係による関わりは参加者（トレーニーだけではない。保護者、スタッフも同様）の心身の活性化に寄与するものであり、それこそ申崎ら（2007）が指摘するような、密接な対人関係の構築や、楽しい世界を体験すること、視野を広げることにつながっている。一芸があれば、それはキャンプに彩りを与えるが、一芸がなければ集団療法係は務まらないわけでは決していない。動作法の合間の時間として、ただプログラムを消化するのではなく、集団療法係が中心となってからだを動かし、声を出して積極的に関わり、キャンプ療法としてのtherapeuticな雰囲気構築を図ることが望まれるだろう。

・ 生活指導係

集団療法係が参加者の心身の活性化を担い、集団を盛り上げるのに対して、生活指導係は参加者の心身の健康を守り、集団を支える役割を担うものである。生活指導係が誕生する経緯を、長野（1987）はこう述べている。

この頃は、誰が決めたわけでもないのですが、障害児（者）はできるだけ街中へ出かけないのがあたりまえのことでした。ですから、今と違って、街中で車椅子やバギーを見かけるなど稀なことでした。キャンプは病院に通う以外にめったに外出などしたことのない障害児が数日間も外泊する大事件だったので。（73頁）

確かに街中での車椅子をみかけることは至って自然のことかもしれないが（しかし立場が違えば、また違う感覚を持つであろう）、長野（1987）は「今と違って」と述べているものの、今もなお、多くの障害児（者）にとって数日間も外泊することは容易ではない。しかし、社会的にもっと大事件であった当時の、キャンプのもつ大変さは当事者にはもちろんのこと、受け入れる側にとって今以上のものだったのであろう。長野（1987）は、生活指導係の誕生当時の試行錯誤に触れつつ、最終的には「健康管理はできる限り参加者自らが責任をもって引きうける心構えを抱きやすい状況を設定しよう」ということになった。それを踏まえて、生活指導係の仕事とは、1）健康管理、2）施設空間の利用援助（空調の調整や、衛生管理、入浴介助）、3）食事内容の吟味・管理、が挙げられる。外向的な集団療法係に比べて、生活指導係は地味な印象を持つかもしれないし、それはがゆえにチームに仕事が集中しやすい。しかし、かつて動作法キャンプにおいて生活指導係が「集団療法法の伴侶」と言われていたように（長野、1987）、この役割なくしてキャンプは成り立たない。つまり、チームのみならず生活指導係全体が、一人一人の参加者の心身を守る、母性的な感性をもって関わる事が望まれるだろう。

4. 事例

ここでは、動作法キャンプにおいて筆者がトレーナーとして関わった2つの事例を取りあげる。1週間キャンプである最初の事例は筆者が認定トレーナー資格を得る前、まだキャンプ経験が4度程度しかなかった頃の肢体不自由児を対象にしたものであり、次の3泊4日キャンプでの事例は認定トレーナー資格を得て3年後のもので、発達障害の成人男性を対象にしたものである。なお、本論では動作法の技法に関する記述は最小限にとどめ、キャンプ療法としての相互の関わりを主軸に記述した。

4.1. 事例1：肢体不自由児との1週間キャンプ

・ 基本情報

トレーナーのA君は7歳、小学1年生、男児。8ヶ月の早産児として生まれ、出生の際に脳室周囲白質軟化症を発症、0歳9ヶ月には脳性麻痺（対麻痺痙性型）の診断を受けた。知的な問題はない。母親は動作法に特に積極的であり、3歳から関わっている。1週間キャンプも毎年春、夏と2回参加しており、すでにキャンプ経験数8回の中堅選手と言えよう。尖足ではあるものの、訓練初期の頃よりつかまり立ちが可能となり、歩行距離が少しずつ伸びてきているが、階段の昇降運動（特に降りる方）が難しいのが現状である。また初期の頃は短下肢装具を装着していたが、現在は補装具なし。性格は人なつっこく、友人関係も良好。普段の動作法場面においても、ぐずることなく集中してできるという。このキャンプにおける母親の希望としては、足首の主動による可動域を増やすこと、上体の緊張を緩めることであった。

・ インテーク

左股関節の緊張が強いために、左足が踏み込めず、流れてしまう。さらに左足首の緊張の固さも見られ、静止時に踏みしめる事ができない。片膝立ちの姿勢においても、左ノリ足時に右ダシ足が内旋してしまう。つまり、左に重心を乗せることができない。また上体は肩胛骨周辺の固さが目立ち、さらに右の緊張が顕著

である。したがって、本児に対する課題としては足首の緩めを入念に行い、片膝立ちの姿勢を保持しながらダシ足に重心を移すことでノリ足の股関節を緩めることで、左下肢全体の緊張を解いていく。また側臥位や座位姿勢から上体の緩め課題も取り入れていく。なおA君が課題にいかに乗っていくかについては十分留意するように、ということであった。

・キャンプの経過

2日目の開会式後の出会いから、A君は筆者のことを「先生」と呼んだ。SVから指示された動作課題について漫然と行っている印象で、まもなくして集中力が落ち始める。片膝立ち課題ではより顕著となって、「先生、クビ！」と宣告され、キャンプのパンフレットにある筆者の名前の上に赤字で「クビ」と大書する。「このキャンプでどうなればいだろう？」と筆者が問うと、「もっと膝立ちがやりたい」と即座にやってみせるが、手を添えて重心移動を試みると、すぐに拒否した。

その日のミーティングでは、筆者はSVから厳しい指摘を受けた。筆者がA君の状態像を理解できていないこと、特に緊張のパターンをつかめていないことが明らかになった。例えば仰臥位での股関節を緩める課題では、筆者が漫然とA君の膝を曲げていただけであって、それはA君にとっては、意味がないばかりか、不用意に股関節の痛みをもたらしている可能性があった。またこうした動作法の施行のみならず、筆者の関わり方が十分にA君に添えていない可能性も指摘された。実は筆者はまもなくトレーナー資格を得ようと言うところで、多少は動作法や動作法キャンプに慣れてきていたつもりであったが、その根拠のない自信はあっけなく崩れ落ちた。同じ班の先輩トレーナーからは、A君に添いつつ、プライドのある子でもあるから、バランスを考えるように、と助言された。

3日目に入っても、筆者による課題の提示はうまくいかなかった。特に片膝立ちにいたっては、依然として拒否された。見かねたSVが交代し、いとも簡単にA君を課題に乗せる。その光景は、まるで魔法がかかったかのようであった。しかしよくよく観察すると、SVはA君に添いつつ同時に彼のプライドをくすぐるかのようにして関わっているのが理解できた。具体的には、全身を使って補助をすることでA君の不安を取り除きつつ、「30数えるまではできないだろ！」とプライドをくすぐるようにして声をかけて、彼が長い時間姿勢を保持できるよう援助していた。筆者はそれを倣いつつ、「痛いから動作法をしたくない」状況を回避するために、痛みを数値化して、それをクイズにして筆者が答えるという設定を作ると、A君の動作法の中断は見られなくなった。

しかしそうした関わりも、4日目になると早くもマンネリの兆しが見え始めたため、ノートに対戦表をつけることで、集中できるように心がけた。途中動作法よりも対戦表ばかりに注意が向くこともあったが、そこはあえて一緒に対戦表についてテレビ解説者のように関わってみることで、すんなり勝負（動作法）に戻ることができた。動作法をしない限り、対戦表は変化しようがないのである。足首と股関節の緊張はこの時点で相当緩和されてきたことが視覚的にも実感としても明らかになった。またA君から、筆者に自分の折り紙作品をあげたり、身体接触が増えてくるようになった。筆者としてはようやく二人の関係が安定してきたことに安堵し、中断なく動作法に取り組めてはいるものの、クイズや対戦表といった「装置」が、本当にA君が問題意識をもって動作法に向かわせているのだろうかという不安を感じていた。それをその日のミーティングで話題にしたところ、SVは動作法の効果が直接的に日常へ汎化することは難しいが、効果が実際にはないわけではないことを筆者自身が理解できるように、ということ、例えばA君自身が立位時にかかとをつける意識がもてるようになってきていることを挙げ、「小さな変化に気づくことで、トレーナー自身が飽きなくなる」と指摘された。つまり、筆者自身がA君との動作法の課題に「飽き」が来ていることを見抜かれたのである。また、先にも登場した先輩トレーナーからは、A君が学童期に上がり、一人前の人間として認め

られたい気持ちを持っていることを指摘された。「だから今の状態は、ただ遊んでいるばかりだけじゃないかも」、また昨夏頃に上級生からいじめにあったにも関わらず、自分で対処しようとして、円形脱毛症までになったエピソードを聞いた。

5日目になると、A君の従来の緊張の緩和はより顕著になり、動作法の課題も単一の課題だけではなく、片膝立ちなど全身を使う課題の割合が増えてきた。ただ集中力の途切れもまた出始めたため、筆者は昼食後の休憩の時間にすごろくを作成した。すごろくを用いることで、動作法の到達度がわかるように配慮したものである。これについては、A君にとっては、このようなものまで用意してきたことにやや興奮状態となり、その日の動作法への導入はかえって難しくなってしまった。

それでも6日目には、すごろくを用いて動作法に集中して取り組むようになっていった。課題の中心は、立位の静止や歩行課題などキャンプにおける最後の段階に来ていた。立位静止で股関節部分をタテにするためにあえて補助を行わず、ヘソを前に出すという教示を行ったが、そうすると腰が反るので、サブトレーナー（SV資格を有する熟練者である）に協力してもらって「わかった！〇〇先生（サブトレーナー）を倒すにはおへそ攻撃じゃなくて、チンチン攻撃が効くんじゃないか！？」と助言したところ、上手く股関節の出し入れができるようになっていた。サブトレーナーも心得たもので、わざと左右に振って、A君の重心移動を手伝っていた。

この日の夜の懇親会では、A君の母親から、A君がキャンプをすごく楽しんでいること、そしてA君が上手に歩けないことで、小学校でいじめられてもめげようとしなかったことを話してくれた。それを聞いて、A君はただ遊びのついでで動作法をやっていたのではなかったのだと強く感じた。

最終日は、それまでのような集中力はなかったものの、予定されていた課題をすべて行うことができた。すごろくでは、ちょうどA君がゴールになるように調整していたが、筆者がゴールにたどり着かなかつたので、「これはじゃあまた今度だ！」とA君はニコニコしながら言ってプログラムを終えた。

・考察

遠矢（1995）は、経験の浅いトレーナーはトレーニーに対して情緒的側面に関して難しさを感じる事が多く、経験豊富なトレーナーは訓練技法に直接関与する側面に難しさを感じる事が多いという。筆者は実際それまでの動作法のトレーナーとして情緒的側面に関する難しさを感じ続けていたが、今回は訓練技法に直接関与する側面の難しさについて取り組みたいと考えていたが、結果的にはその両者について取り組む機会となった。考えてみれば、これは動作法による関わりにおいて両輪的な関係のものであるし、さらには心理療法の多くの技法に通底する関わりとも言える。

A君は筆者に何を求めているだろうか。それは、自分の尊厳を認め、その上で動作法を共に取り組むと言うことではなかったかと思う。技法的な側面に気を取られて、A君の情緒的側面に向き合っておらず、クビを宣告された筆者の問いかけに、「ヒザ立ちをやりたい」といって一人でやって見せたのは、その現れではなかっただろうか。幼児期から児童期にあがる時期を、Erikson（1963、訳書1977）は、生得的能力や潜在能力を自ら発揮し、自分が社会の中で強く存続できることを自覚する時期であり、これに関する試みが失敗した場合に、発達危機として劣等感を体験すると言うが、A君はからだの限界に甘んじることなく、まさに自らのもつ潜在能力を発揮することで自分の社会における立ち位置を得ようとし、またその承認を求めているのではないかと考えられるのである。

4.2. 事例2：発達障害を有する成人男性との3泊4日キャンプ

・基本情報

トレーニーのB君は21歳の男性。6歳の時に自閉性障害と診断されている。言語上のやりとりは大きな問題はないが、境界から軽度の知的障害の水準にある。養護学校を卒業後は授産施設に所属し、製袋作業の仕事をしている。休みにはバスやコンテナなどの鑑賞、撮影を嗜んでおり、彼の写真によるコレクションは一見の価値がある。

母親の報告による日常生活における問題としては、一方的に繰り返すこと、特定の人へのつきまとい、音声チェック、体温調節の難しさがあるということであった。普段はリスパダール、ルボックスを服用しており、落ち着いて生活しているものの、疲労や、物事に頑張りすぎると、情緒的に不安定になることがあるという。また構造化されてない環境での自己コントロールも難しい。

動作法は、B君が中学生の時に学校教諭から紹介され、現在まで月例会やキャンプなどで継続してきた。当初は抵抗も強かったというが、現在では、家庭においても「ここをゆるめて欲しい」など、自分の身体の調子をモニタリングして、家族に動作法の施行をお願いすることがある。筆者は、5年前に動作法の月例会で知り合っており、時折筆者がトレーナーを担当することもあった。B君は、筆者に対して非常に親密に感じているようで、筆者が月例会に参加できなくなった後も参加を促すメールを送るほどであった。しかしキャンプで筆者がB君を担当するのは初めてであった。

母親としては、キャンプには慣れて、睡眠もよく取れるようになったが（以前はキャンプ前に緊張が高まって不眠になることもあった）、先に挙げたように構造化されていない場面、キャンプで言えば休憩時間といった時に、自己コントロールがとりにくい（誰よりも時間に対して厳密にとらえるので、周りがそれに追いつかない場合がある。一方で全体のルールについて自分の都合の良い解釈を押し通そうとする）、そういった場面での対応や、ストレスが高まったときのコントロールを課題に考えていた。好きなことだけでなく、イヤなことにもチャレンジしてほしい、という願いがあった。

・インターク

動作特徴としては、右肩がやや後方にせり上がっている。立位の踏み締めを行うと左側に乗りにくい。まずは腰部分の緩めを行い、坐位での重心移動を丁寧に行うことの指示があった。動作法に慣れているだけに、その“丁寧さ”は重要な課題であった。

・キャンプの流れ

初日から筆者に対しても機嫌良く接し、筆者の言うことを素直に聞いてくれる。B君自身としてはお気に入りの他の学生ともっとふれあいたいと思っているが、「本人がイヤなときに話しかけられたりすると？」と尋ねると「逆効果です」と笑いながら言う。動作課題はまず坐位による腰の緩めを行う。トレーナーが提示する躯幹の任意のポイントの緊張と弛緩が課題なので、決して容易ではないが、集中してついてきている。久しぶりにB君のからだに触れた筆者にとって、思っていた以上にB君の集中力を感じ、また時折注意が逸れた場合でも、動作法に戻るまでの切り替えが早く感じられた。SVからは、B君の有能感を育てていくこと、具体的には動作課題のバラエティを増やすという助言を受けた。また自己コントロールを高める他面も、課題は丁寧かつゆっくり行うこと、トレーナーの指示を十分に理解できることを目標とした。それによって、人の気持ちに合わせること、周りとの関係を理解することができると思われた。

B君の場合、言語的なコミュニケーションは可能であることから、ある動作課題を提示した場合に、単純なからだの動かす向き、動かし方については割とすぐに理解することができる。しかし、それがからだの緊張や弛緩をコントロールすることにつながるかというところではない。2日目においてはそれが一つの課題

となった。ここでは、経験の浅いサブトレーナーが2人もついていたので、筆者はかれらにもそれなりに動作法の経験が詰めるように交互に課題を行わせたが、そこで観察してみると、例えば坐位での肩の開きや腰のゆるめ課題において、B君は、動きは理解しているものの表情に変化は見られず、緩む感覚はとほしいようであった。改めて、今何をやろうとしているのか、目標はどこかという点について、トレーナーとトレーナーが共有しておくことの重要性を感じた。

それでも、丁寧に緩め課題を行うと、静止した場合のB君の緊張が相当ゆるんでいることは視覚的に確認することができる。ただし、膝立ちでの動く課題などを行うと、途端に背中が反るなどの緊張が容易に生じてしまう。B君の場合は、まるで肩でバランスを取っているようで（なので、膝立ちで腰を落とす課題が意外に難しい）、実際それは右肩の緊張に現れている。こうした彼の無意識的な課題についてアプローチすることは、彼自身にとって非常に難しく、これまでも集中して取り組むことは困難であった。それでも左右のバランスの偏りを抑えるために取り入れた片足立ちの課題では、「10秒できた！じゃあ20秒！」と言う筆者に「それは大変やから15秒がいい」とB君が交渉したりしながらゴールを設定し、その都度更新していくことで、結果的に課題に取り組むように働きかけた。最初はほとんどできなかったが、最終日である4日目には、27秒片足で立ち続けることができた。またあるいは、坐位で両腕を頭の後ろで組み、躯幹をひねりつつ左右に重心を移動する課題（これによって動作過程における背中への反りを抑えることができる）を繰り返すことで、肩の緊張や背中への反りを起こさずに重心移動の感覚を得ることができた。なお、動作法以外の時間では、昨年度よりも全体的に、特に食事の時間は落ち着いて過ごしている、ということであった。確かに、お気に入りの若い人のヘアスタイルへのこだわりは最後まで見られたものの、前述したような言葉のやりとりを通じて過度な接触は行われなかった。日中の動作も、いつもよりも突発的に動くこともなく、母親も移動したりするものもゆっくり歩けるようになった、という実感をもったということだった。

・考察

B君の場合、右肩の緊張などの動作特徴があるものの（こうした特徴は誰にでもあるものであるが）、肢体不自由者のもつ慢性緊張とは区別できるものである。実際、B君のような人々には、やろうと思えば、言葉かけだけでそうした緊張に気づき、緩めることさえできるのである。B君にとって重要なのは、その動作のプロセス自体をモニタリングすることであったと言えるだろう。B君の普段の動作というのは俊敏というよりは突発的で、1つ1つの動作の流れが非常に狭く、少し目を離れた隙にまったく違う場所（特にB君が好意をもつ人がいるところ）に移動してしまう。B君にとって、身体を動かすこと自体に何ら制限がなくても、その動かしている、進行形な感覚をもつことが乏しいように思われた。それはあたかも彼の乗り物（バス）に対する捉え方（乗り物を好んではいるが、その移動性に関心があるのではなく、あくまで静止画としてコレクションしている）にも共通しているのかもしれない。こうした感覚は自閉性障害者の比較的共通するものであり、単純に矯正ということではなく、田嶋（2006）の言う「動作吟味」を通じて、B君自身の体験様式を振り返る機会として、これまでも今回もまた今後も動作法が機能していくものと考えられるのである。

5. 総合考察

動作法キャンプについて筆者がトレーナーを担当した2事例を取りあげた。それぞれの事例についての考察はすでに述べたので、こうした事例がキャンプ療法としてどのように理解できるのかについて論じる。

既に述べた串崎ら（2006）のキャンプ療法の心理的意義とこれらの事例を照応すれば、一見、動作法キャンプがこれに当てはまるとは言い難いばかりか、動作法キャンプはややアグレッシブな印象を受ける。それ

は、おそらく動作法に慣れない人が動作法場面を見たときに侵襲的に感じることに同じことであろう。しかし、串崎ら（2006）もキャンプ療法に通底するものとして引用しているBooth & Lindaman（2000, 訳書2004）による親子の活動の4分類、1）構造、2）関わり、3）養育、4）チャレンジと比較してみると、動作法キャンプはむしろ同様の仕組みとして浮かび上がってくるだろう。つまり、1）動作法を中心に構造化されたプログラムにおいて、2）トレーナーとトレーニー、またサブトレーナーといった他のスタッフやトレーニー同士といった様々な関係における関わりの深まり、3）集団生活をともに過ごすという意味での養育、4）キャンプにおける動作課題を設定して、それについてトレーナーとトレーニーが一緒に取り組むことは、まさにキャンプ療法という枠組みにおいてこそ可能なことであり、普段の月例会や、個人セッションでの動作法では得られない経験を可能にするのである。

また串崎（2006）は、キャンプという場において、大きな成長よりもささやかな成長を良しとすべきであると主張している。それこそが、持続可能な発達（sustainable development）につながるからである。動作法キャンプという集中的に動作法を行う場においては、トレーナーや保護者がつい過度な期待を持ったり、理想化したりすることがある。それは多くの場合、関わる人々の疲弊、特にトレーニーにとって傷つき体験を生みかねない。脳性麻痺者でもあり、小児科医でもある熊谷（2008）は、「動作訓練」のトレーニーとして、動作法の経験を、自身の心理や人格に原因を帰せられたことによる「悪夢」として綴っている。「普通の」動作ができない理由を、身体ではなく心理に求めようとする」動作法の思想は、「一見希望を与えるように思える」ものの、これには熊谷は「過剰な心理学化」として、「意味や行動のまとめあげパターンは、練習によっていかようにも変えられるという心身二元論的な幻想がそこにはある気がしてならない」とまで批判している。動作法キャンプに関わる者にとって、こうした批判に対して真摯に耳を傾けておく必要があるだろう。

6. 結語

以上の議論から、動作法キャンプにおいては、Boothら（2000, 訳書2004）が指摘するような4種類の機能がそれぞれ認められ、動作法の場面においては、技法としての動作法の理論と限界を十分に踏まえつつ、その効果のアセスメントとして、トレーニーのキャンプ体験を吟味することが重要であると考えられる。そして、これがキャンプとして最も重要なところであろうが、スタッフもトレーニーも保護者も、キャンプ経験が人生にとって受容的で肯定的なものであり、その後の日常のささやかながらでも支えとなるようなものとしてそれぞれのキャンプを締めくくられることが求められるだろう。以上の心理学的意義をふまえ、今後はキャンプ療法としての効果について実証的に明らかにするために、こうした点について評価できる仕組みを構築していくことが求められると考えられる。

【付記】

本論文の執筆に際して、事例の提示をご承諾くださった関係の皆様にご感謝申し上げます。また論文の執筆に際しては、鹿児島大学大学院臨床心理学研究科の服巻豊准教授に多大なるご協力を賜りました。お礼申し上げます。

【注】

1) なお、ここでとりあげる動作法キャンプは基本的には日本リハビリテーション心理学会が認定しているキャンプを指しており、キャンプ参加を中心とする規定の研修を修めると、認定トレーナー、認定スーパーバイザー

の資格が授与される。筆者は現在認定トレーナーの資格を有し、マネージャー、トレーナー、サブトレーナーとしてのべ10回動作法キャンプに関わってきており、その立場で本稿を作成していることを背景として述べておく。

【引用文献】

- Bennett LW, Cardone S, Jarczyk J 1998 "Effects of a therapeutic camping program on addiction recovery -The Algonquin Haymarket Relapse Prevention program", Journal of Substance Abuse Treatment, Vol.15 (5) pp.469-474.
- Booth, P. B. & Lindaman, S. 2000 "Therapy for Enhancing Attachment in Adopted Children." In Short Term Play Therapy for Children. Guilford Press, pp.194-227. eds. by H. G. Kaduson & C. E. Schaefer (申崎真志・申崎幸代訳 2004 短期遊戯療法の実際 創元社, 237-279).
- Briery BG, Rabian B 1999 "Psychosocial changes associated with participation in a pediatric summer camp", Journal of Pediatric Psychology Vol.24(2), pp.183-190.
- Costa Mdo R, Oliveira MA, Santoro IL, Juliano Y, Pinto JR, 2008 "Fernandes AL. Educational camp for children with asthma", Journal of Brazilian Pneumol. 34(4), pp.191-5.
- Erikson, E. H. 1963 仁科弥生訳『幼児期と社会』, みすず書房, 1977.
- 藤岡孝志 1987「キャンプのマネージメント(1) 事前準備」『九州大学教育学部附属障害児臨床センター, 障害児臨床シンポジウム』2巻, 9-14頁.
- Hunter, H. L., Rosnov, D. L., Koontz, D. and Robert, M. C. 2006 "Camping Programs for Children with Chronic Illness as a Modality for Recreation, Treatment, and Evaluation: An Example of a Mission-Based Program Evaluation of a Diabetes Camp", Journal of clinical psychology in medical settings, vol.13, pp.67-80.
- 平井信義 1960「夏季合宿における精神療法の経験から」『教育と医学』, 8巻2号, 144-148頁.
- 星野公夫 1999「動作法を用いた摂食障害の短期間の改善事例」『心理臨床学研究』, 17巻3号, 285-296頁.
- 星野公夫 2007「石垣市における障害児のための心理リハビリテーション(動作法) キャンプの経緯: 大学人の地域貢献の一つのあり方」『沖縄国際大学人間福祉研究』, 5巻1号, 21-30頁.
- 井村修・古川卓 2004「沖縄県における心理リハビリテーションの展開: 琉球大学におけ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巻, 157-177頁.
- 奇恵英 2000「動作法による地域援助の試み-韓国晋州市における実践」『リハビリテーション心理学研究』, 28巻, 1-12頁.
- 今野義孝 1993「慢性緊張への気づきと心身の体験との関連性」『行動療法研究』, 19巻, 1-10頁.
- Kumar, S. 2006 "Development of Dousa-hou in India (Country Report)." Saudi Journal of Disability and Rehabilitation, vol.11(1,2), 100-103.
- 申崎真志 2006「キャンプ療法における運営の工夫」『平成17年度文部科学省学術フロンティア研究成果報告書』(関西大学大学院社会学研究科), 41-48頁.
- 申崎真志・望月直人・永井知子 2006「キャンプ療法」中田行重・申崎真志編『地域実践心理学[実践編]』, ナカニシヤ出版, 23-37頁.
- 熊谷晋一郎 2008『発達障害当事者研究: ゆっくりていねいにつながりたい』, 医学書院.
- Meier, J. F. & Mitchell, A. V. 1992 Camp Counseling: Leadership and Programming for the Organized Camp (Seventh Edition), William C Brown Publishing.
- 長野剛 1987「生活指導」『九州大学教育学部附属障害児臨床センター, 障害児臨床シンポジウム』2巻, 73-78頁.
- 成瀬悟策 1987「<訓練キャンプ>について」『九州大学教育学部附属障害児臨床センター, 障害児臨床シンポジウム』, 2巻, 1-4頁.
- 成瀬悟策 2000『動作療法』, 誠信書房.
- 小川幸男 1987「キャンプのマネージメント(2) 管理・運営」『九州大学教育学部附属障害児臨床センター, 障害児臨床シンポジウム』, 2巻, 15-24頁.
- 笹川えり子・小田浩伸・藤田継道 2000「ダウン症児・自閉症児とその母親との相互交渉に及ぼす動作法の効果」『特殊教育学研究』38巻1号, 13-22頁.
- 清水良三 1987「集団療法」『九州大学教育学部附属障害児臨床センター, 障害児臨床シンポジウム』2巻, 45-

52頁.

- 清水良三 1992「神経性うつ病者へ」成瀬悟策編『臨床動作法の理論と治療』, 223-233頁.
- 田嶋誠一 2006「心理臨床における動作とイメージ」目黒黙僊・黒木賢一編『心理臨床におけるからだ：心身一如からの視座』, 朱鷺書房, 48-66頁.
- 田中信利 1987「サブ・トレーナー」『九州大学教育学部附属障害児臨床センター, 障害児臨床シンポジウム』, 2巻, 145-148頁.
- 谷浩一・杉本幸一・松井弘一 2000「タイにおける臨床動作法キャンプの成果：成果を踏まえたさらなる発展を目指して」『リハビリテーション心理学研究』, 28巻, 35-44頁.
- 富永良喜 1991「情緒障害児と肢体不自由児への動作法による援助の共通性：動作訓練キャンプによるスーパーヴァイザー体験より」『兵庫教育大学研究紀要. 第1分冊, 学校教育・幼児教育・障害児教育』11巻, 133-142頁.
- 富永良喜 1995「被災された方への動作法：阪神淡路大震災からのレポート」『臨床動作学研究』1巻, 52-55頁.
- 富永良樹・山中寛 1999『動作とイメージによるストレスマネジメント教育』, 北大路書房.
- 遠矢浩一 1995「動作法における援助者の視点に関する調査研究—トレーナーが“難しさ”を感じる側面に関して—」『発達臨床心理研究』, 1巻, 65-96頁.
- Török, S., Kökönyei, G., Károlyi, L., Ittész, A. & Tomcsányi, T. 2006 "Outcome Effectiveness of Therapeutic Recreation Camping Program for Adolescents Living with Cancer and Diabetesm", Journal of Adolescent Health, Vol.39(3), pp.445-447.
- 鶴光代 2007『臨床動作法への招待』, 金剛出版.
- 吉川吉美 2009「臨床動作法における工夫」乾吉佑・宮田敬一編『心理療法のうまいくための工夫』, 金剛出版, 187-198頁.
- William, F. H., Gene, A. H. 1988 "Camp Koinonia: A Model Residential Camping Program For Multihandicapped Individuals", Therapeutic-recreation-Journal, vol.22(4), pp.30-38.

Psychological Implications of Dousa-hou Camping as a Camp Therapy

YOSHIHARA Masataka

In this paper, I discuss the psychological implications of Dousa-hou (Japanese psycho-rehabilitation) camping as a camp therapy. The advancement of Dousa-hou, which developed in the 1960s, was contributed by the presence of Dousa-hou camping. It was suggested that Dousa-hou camping upgraded Dousa-hou techniques as well as some functions as camp therapy. An examination of the cases made it clear that Dousa-hou camping was approved in all the four sections of parent-child interaction demonstrated by Booth & Lindeman (2000). In conclusion, there are significant psychological implications of Dousa-hou camping.