

心理リハビリテーションキャンプの運営についての検討

—心理リハビリテーションキャンプにおける集団療法—

An Investigation of the Psychological-Rehabilitation Camp

—The Management of a Group Therapy in a Psychological-Rehabilitation Camp—

丸 山 千 秋
Chiaki MARUYAMA

キー・ワード：心理リハビリテーションキャンプ、集団療法

1. はじめに

筆者は、青山学院大学に赴任した翌年の1982年夏から、学生や卒業生などをスタッフの中心として、毎年、障害児・者を対象に心理リハビリテーションキャンプ（以下、キャンプと記す）を実施してきた。第1回と第2回は横須賀市の青山学院秋谷臨海学校で、第3回から第23回までは静岡県修善寺の北狩野荘で、第24回は栃木県鬼怒川の和楽荘で、第25回以降は山梨県石和温泉のかえで荘で実施している。秋谷臨海学校は宿泊日数と利用人数の制限があるため、北狩野荘と和楽荘は廃業のため、現在のかえで荘をやっと見つけて、そこに協力をしていただいている。利用料金の安い公共の宿は廃業が続いているため、会場を転々としなければならないが、とりあえず、現在まで続けることができおり、2010年8月には、5泊6日で第29回目のキャンプを成功裡に終えるに至っている。筆者が青山学院大学の学生や卒業生を中心として実施してきたキャンプの歴史は、武内(2010)が概略を述べており、キャンプを始めるに至るまでの経過と、第1回、第2回キャンプおよびその問題点については、丸山(1984)が詳述している。九州大学の成瀬悟策(当時)を中心として始まった日本オリジナルの心理リハビリテーションのキャンプは、現在、名称や日程の長短はさまざまであるが、全国で50ヶ所前後の地域で開催されており、韓国やマレーシア、タイ、カンボジア、イラン、中国などでも実施されている。その初期の頃の歴史については、安中(1976)が、催眠法による脳性マヒ者のリハビリテーション研究からキャンプに至るまでを詳しく述べている。キャンプが、日本リハビリテーション心理学会の定めるプログラムや指導者の基準を満たしていれば、学会が認定するいわゆる「認定キャンプ」となる。本学が主催しているキャンプは、1991年の第10回キャンプから認定キャンプとなっている。

近年、時代とともにキャンプのありようが変化してきているように思われる。ここで、時代とともにというのは、社会情勢の変化やひとの考え方の以下のような変わりようである。まずは、教員が、たとえ学校が夏・冬・春の長期休み期間中であっても、また、たとえ研修とはいえ、職場である学校を長期間留守にしにくくなっていて、トレーナー（動作の訓練を支援する者）が集まりにくくなっていることが挙げられる。トレイニー（動作を獲得しようとする者、訓練の支援を受ける者）とその保護者側の事情からは、家を長期間留守にすることができない、わざわざ苦勞して集団生活をして、宿泊してまで訓練をする必要があるのかという考え方をするひとたちが増えてきていることである。

このような状況によって、学会が認定するキャンプも5泊6日だけではなく、短期間のものも認定されるようになっていく。これらの変化に対しては、我々が抗えないことではあるが、それでは、このような事情によって、キャンプの外側の形、たとえば集団療法などの時間枠は設けられてはいても、それは形だけのものであってはならないし、これまでのキャンプで大切にしてきた本質まで変えてしまってもよいのかという点については、筆者は、ここで異を唱えたいと考える。

Ⅱ. キャンプの本質

これから述べようとすることについては、まず、キャンプのスケジュールを示しておきたい。本学で2010年に実施した第29回キャンプの日程と内容を示したものが表1である。スーパーヴァイザー（訓練やキャンプ運営の指導者）とトレーナーは、キャンプ前日の午後からキャンプ初日の午前中まで会場に泊まり込んで研修とキャンプの準備をし、午後からのキャンプ開会式を迎えるので、6泊7日となっているが、トレイニーと保護者は5泊6日の日程である。

その5泊6日の中で、初日と最終日は1回ずつであるが、それらの日を除く間に挟まれた4日間は、1日に3回の動作訓練の時間が設定されている。また、集団療法の時間は、初日から5日目まで5回の時間枠が設定されている。親の会は、2日目から4日目まで設定されているが、トレーナーの研修の時間と同時併行の時間帯で開催されるものはスーパーヴァイザーも出席し、グループカウンセリングや動作訓練の実技指導が行われる。動作訓練と同時併行で開催されるものは保護者のみでの自主的な開催で、グループディスカッションが行われている。トレーナー研修は、午前中に行われる実技研修と、夜の班別のグループスーパーヴィジョン（班別ミーティング）と、班別ミーティングで話し合われたことを各班の代表が報告して全体でディスカッションする、全体でのケース検討とスーパーヴィジョン（全体ミーティング）が行われる。ちなみに、トレーナーとトレイニーの動作訓練における組み合わせは6日間終始変わらず、マン・トゥ・マンで訓練を実施する。これに、サブ・トレーナーが加わることがある。2010年のキャンプでは、トレーナー・トレイニー3組にひとりのスーパーヴァイザーが指導する班が3つあり、4組にひとりのスーパーヴァイザーが指導する班がひとつで、合計4班の編成であり、参加トレイニーは合計13名であった。また、2つの班ごとに1名のサブ・トレーナーが配置された。

表1. 第29回心理リハビリテーション東京キャンプ
キャンプの日程と内容

平成22年(2010年)							
	8月22日(日)	8月23日(月)	8月24日(火)	8月25日(水)	8月26日(木)	8月27日(金)	8月28日(土)
7:00		起床	起床	起床	起床	起床	起床
7:30		朝の会	朝の会	朝の会	朝の会	朝の会	朝の会
8:00		朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
9:10		9:00 研修実技Ⅲ	9:10 動作訓練	動作訓練	動作訓練	動作訓練	動作訓練
10:10		10:30 会場設営	研修 親の会	研修 親の会	研修 親の会	研修 親の会	親指導 効果測定
11:40		11:00 研修実技Ⅳ	トレーニータイム	トレーニータイム	トレーニータイム	トレーニータイム	写真撮影
12:40	12:30 昼食	12:00 昼食	11:40 動作訓練 親の会	動作訓練 親の会	動作訓練 親の会	動作訓練 親の会	昼食
13:00	13:00 荷ほどき 係別ミーティング	13:00 開会式 13:20 インテーク 訓練前測定 写真撮影	12:40 昼食	昼食	昼食	昼食	13:00 閉会式 13:30
13:30			13:30 昼寝	昼寝	昼寝	昼寝	
14:30			14:30 おやつ 集団療法	おやつ 集団療法	おやつ 集団療法	おやつ 集団療法 SVと親の話し合い	
15:00	15:00 研修講義	おやつ 集団療法	動作訓練	動作訓練	動作訓練	動作訓練	
16:10	16:30 研修実技Ⅰ	16:10 動作訓練	動作訓練	動作訓練	動作訓練	動作訓練	
17:10	17:30 夕食 入浴	17:10 夕食	夕食	夕食	夕食 SVミーティング チーフミーティング	夕食 SVミーティング チーフミーティング	
18:10		入浴・自由時間 SVミーティング チーフミーティング	入浴・自由時間 SVミーティング チーフミーティング	入浴・自由時間 SVミーティング チーフミーティング	入浴・自由時間 SVミーティング チーフミーティング	入浴・自由時間 SVミーティング チーフミーティング	
20:00	19:30 研修実技Ⅱ	19:00 キャンプのつどい	19:00 班別ミーティング	19:00 班別ミーティング	19:00 班別ミーティング	19:00 班別ミーティング	
21:00	全体ミーティング	全体ミーティング	全体ミーティング	全体ミーティング	全体ミーティング	全体ミーティング	
22:00	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	就寝	

筆者が理解するところでは、キャンプは、動作訓練、集団療法、生活指導、親の会、トレーナー研修、研究を柱として成り立っている。このことは、安好（1979）が詳述している。特に、集団療法、生活指導、親の会、トレーナー研修は、それぞれが、トレーニーの動作訓練への動機づけを高め、訓練がスムーズに行えるようにとの配慮で、キャンプ中の動作訓練を側面からバックアップする機能を備えていなければならないし、これらの柱が有機的に連携を保っていなければならない。それらを理解したうえで、特に忘れられがちであるのは、キャンプは動作訓練の効果をあげることが中心の目標ではあるが、その構成員であるトレーニー、トレーナー、スーパーヴァイザー、保護者という参加者全員が成長するための場であり、キャンプ全体が臨床の場であるということである。最近のキャンプにおいて、この、参加者全員が成長するための場であるということをないがしろにし過ぎている風潮がありはしないかと筆者は危惧しており、本稿では、心理リハビリテーションキャ

ンプにおける集団療法のあり方、運営の仕方について論じることとする。

Ⅲ. キャンプにおける集団療法のあり方と運営

(1) 集団療法の歴史

心理リハビリテーションキャンプでは、かつては「集団療法」という用語はなく、「集団活動」という用語を用いており、その担い手も、動作訓練を担当する 트레이ナー 集団ではなく、朝日新聞西部厚生文化事業団の朝日キャンプリダー会であった。集団活動の名称はその後数年間使用され続け、現在でも集団活動の呼称を用いているキャンプも存在する。成瀬(1987)によれば、朝日キャンプリダー会と一緒にやるキャンプのスタイルは、1967年から1971年までの5年間に福岡県で行われた八木山キャンプと1972年から1973年の2年間に大分県で行われた九重キャンプであった。筆者の初めてのキャンプ参加は、最後の八木山キャンプであったが、キャンプリダー会は普段から鍛錬を積んでいるだけあって、ひとの心を掴む演出や司会ぶり、そして何よりも、アコーディオンがひとの集団を動かしていることを目の当たりにし、驚きの連続であった。

1972年にあゆみの箱が福岡県の夜須高原に設立した「やすらぎ荘」でキャンプを実施するようになって以来、集団療法は、自前のトレーナー集団で担当せざるを得なくなった。最初の頃は、朝日キャンプリダー会の見よう見真似でやるしかなく、それも失敗続きで、どうしてもトレーニーの表情よりもおとなの表情が気になり、おとなのウケを狙ってしまいがちであった。これに対しては、常に成瀬教授から大目玉をくらひ、「子ども(トレーニー)中心」の基本理念を叩き込まれた。そのような経過もあり、キャンプにおける集団療法とは、障害を持つ子どもが集団の中で自己表現ができるようになって、縮こまりがちな自己を解放し、なおかつ、その集団が、それらの自己表現を受け容れることのできるような場を作り、そこでトレーニーが得たものを動作訓練に繋げていくという役割であろうと筆者なりに理解した。そしてまた、集団療法の係は、キャンプの雰囲気を作り、キャンプの流れを作る係であることも考えるようになった。

(2) あるべき集団療法の姿

筆者が、先に述べたような、キャンプは動作訓練の効果をあげることが中心の目標ではあるが、その構成員であるトレーニー、トレーナー、スーパーヴァイザー、保護者という参加者全員が成長するための場であり、キャンプ全体が臨床の場である、という考えを明確にもつに至ったのは、迂闊であったが、学生たちとキャンプを始めて数年が経った頃からである。もちろん、トレーニーたちは、彼らの動作のみならず、キャンプ中における生活の面でも驚くべき精神的な成長も遂げていて、それらを実際に目にしていたし、保護者たちの表情が明るくなり、自己開示も少しずつ増えて、キャンプにおける他の保護者との付き合い方も変化していくこともわかり、キャンプの成果は、それなりにあがってはいた。もちろん、スーパーヴァイザーを務めている引っ込み思案で気の小さな

筆者自身が、キャンプの経験を重ねるごとに少しずつ変化していくことも感じてはいた。しかし、学生たちがキャンプ参加の体験を重ねるごとに大きく成長していく現実を突きつけられて、キャンプがもっている偉大な力を感じざるを得なくなったことが、このような、信念ともいべきものをもつに至った大きな要因である。

キャンプは、もちろん、集団療法だけで成り立っているわけではないが、ここでは、集団療法に焦点を当てながら考察し、他のプログラムについては、別の機会に譲ることとする。

表1によれば、プログラム上に載っている集団療法としての時間枠は午後に設けられており、キャンプ初日から5日目までの5回のみである。しかし、集団療法を行うスタッフの出番は、それだけに限らない。朝の会、毎日の食事の時間、4日目の夜に行われるキャンプのつどい、閉会式の最後の部分と、集団療法係の仕事は超多忙である。自分の担当するトレイニーの訓練をする役割を担った上に、プログラム上の集団療法と他の数多い機会を捉えて、集団療法係はキャンプの雰囲気を作り、キャンプの流れを作りながら、トレイニーの自己表現を促して動作訓練への動機づけに繋げ、また、参加者全員の成長を促す役割を果たしていくことが求められている。2010年のキャンプの集団療法係に割り振られたトレーナーおよびサブ・トレーナーの数は、7名（学部生3名、大学院生2名、大学院修了者2名）であった。

集団療法の係は、キャンプに入る前の段階から、キャンプ中のあらゆることを想定しながら準備を進めている。あくまでもトレイニーを中心として進めていくことが必須なので、まずは、参加予定のトレイニーの年齢構成、障害の種類や程度を把握した上で、上述のさまざまな場面での企画を作成しなければならない。企画を立てなければならない主なものは、以下のとおりである。

1) キャンプの盛り上がりのカーブをどのようにもっていくか

これは、毎日のプログラムの中で集団療法の枠として午後に明示されている部分の企画を、日々、どのようにするべきなのか、それを初日から5日目まで連続したものとして捉えるときに、どのように考えたらよいのかが要求される。あくまでもトレイニー中心で、ひとりひとりのトレイニーにきちんとスポットライトが当たる必要があるが、当然、他の参加者も成長できる企画が求められる。ここでスポットライトを当てるというのは、ただ単にトレイニーの名前を呼んでひとりを目立たせて、それで事足りるという意味ではない。先に述べたような、障害を持つ子どもが集団の中で自己表現ができるようになって、縮こまりがちな自己を解放し、なおかつ、その集団が、それらの自己表現を受け容れることのできるような場を作ることができてこそ、初めて、真の意味でスポットライトを当てることが実践できているのである。

初日の集団療法は、割ける時間が少ないが、これから6日間、このメンバーでやっていくのだという心構えを作るための企画を練らなければならないと筆者は考えている。できれば、このメンバーでという部分が、この班のメンバーと共に乗り越えていくという企画になれば、最善であろう。早くこの心構えを作り、人間同士が早く親しくなることができ、メンバー同士の一体感を早く得ることができるようになるための企画には、からだの密着度の高い企画が適していると思われる。

4日目の夜にはキャンプのつどいが企画されていて、キャンドルサービスや班別でスタントを

演じるようになっており、午後の集団療法の時間は、自ずとその準備に充てられることになる。スタンツに関しては、無理に劇にするのではなく、演し物としてはまとまりがなくてもよいから、トレイニーに考えさせて、それを演じている彼らが光っていればそれでよいという指示をトレーナーたちに筆者は出している。

5日目の集団療法はキャンプの納めの時期に入っており、盛り上がったキャンプをどのように收拾させて現実の世界に徐々に戻っていくかを我々は考えなければならない。この日の企画は、博多の櫛田神社で毎年7月15日の早朝に行われる博多祇園山笠のクライマックスである勇壮な「追い山」において、7つの流と、走る飾り山笠1つの流が男たちの手によって興奮のうちに5分間隔で境内から飛び出して行ったあと、神社の能舞台で演じられる鎮能とどうしても筆者の中で重なってしまう。最近では、お別れの記念品作りをトレイニーと担当のトレーナーとが協同で作成し、それを食事の時間にひとつひとつ皆に紹介した上で、閉会式においてトレーナーからトレイニーにひとりひとり手渡すようにしていることが多い。キャンプの終了にあたっては、閉会式は、皆で集団生活を送り、一致団結してひとつのものを作り上げてきたキャンプからの出口でもあり、普段の現実の生活に戻って行く、ある意味では、現実生活に戻る入り口でもある。キャンプ最終日の閉会式のあとで、参加者がどのように「お別れ」をするかという企画も大切である。お別れという悲しみに重点を置いた企画も立てられるだろうし、楽しく別れていく企画も立てられるであろう。これも、集団療法の係が担当することになっているが、我々のキャンプでは、後者の、楽しく別れるほうの企画で一貫している。しかし、いざ、皆が別れて行くときには、涙が流れてしまう参加者も少なくないのも事実である。

問題は、2日目、3日目の企画である。初日で参加者たちがキャンプに対する覚悟を決めたあと、2日目にどんな企画をもって来るかで、キャンプの雰囲気と流れは大きく異なってきてしまう。ここで失敗すると、トレイニーはもちろん、他の参加者たちも士気が上がらず、キャンプ全体が重い雰囲気で行進することになるし、訓練の雰囲気も熱気が感じられないものになりがちである。最近では、筆者が強要しているわけでは決していないにもかかわらず、2日目はボディペインティングとプール、3日目はすいか割りとプールが行われることが多い。筆者は、これらを「恒例の」と言われるのを非常に嫌っている。もともとは、キャンプという一般の使われ方とは異なる名称を使っているものの、実際は建物の中でプログラムが進行しており、たまには外の解放された空間でのびのびと過ごすことも必要であると考え、以前に会場としていた修善寺でキャンプを行う際の下見で会場近辺の日陰のある広い空間を探したのだが、適当な場所がみつからず、しかたなく会場の庭にビニールプールを出して全員が水着を着て水遊びをしたことに端を発している。しかたなく実施した企画であったが、これが意外とトレイニーや参加者の心を解放し、鎧兜に身を固めないで過ごす時間の大切さを知らされた。それなら、お互いの身体接触の機会が多いボディペインティングをやってみたらどうだろうということになり、会場が温泉で、体を洗いやすいこともあって、また、現在も会場が温泉であるので、それが現在まで定着してしまっている。すいか割りは、トレイニーひとりひとりにスポットライトが当たる絶好の企画である。トレイニーたちは、普段の生活のように、障害児・者として周囲から声援を受けるのではなく、ひとりの人間として参加者全員から声援を受

け、すいかを割るという目的に向かって邁進する。すいかが割れたか割れなかったかは、本人たちは気にする者もいるが、ある意味では大きな問題ではない。彼らが周囲から全うな注目を受けながら、自分を遠慮なく出すことができていること自体が大切なことである。3日目のすいか割りとプールの企画は、実は、2日目のボディペインティングとプールの企画を「一の矢」に例えると、「二の矢」の役割を担っている。「一の矢」が的に当たらなかった場合に続けて次の矢を放ち、何とかキャンプ前半でキャンプの雰囲気の高まりを作ってしまうという配慮に基づいたものである。

この、ボディペインティングとすいか割りは、それに勝る企画がないかどうか検討するように毎年のように指示を出してはいるが、また、学生たちも必死で考えを巡らせてはいるが、なかなかいい企画が立てられないのが現状である。毎年同じことをやっているように思われがちであるが、実は、細かい部分に毎年異なった工夫が施されているのがせめてもの救いである。

2) 朝の会、食事のときの企画をどうするか

朝の会は、集団療法の係が担当して運営する。朝の会で行う体操の曲の選曲と振り付けは、トレイニーの年齢構成と障害の程度を考慮して決めなければならない。選曲は、朝の、「これから1日が始まるぞっ」という気分を大きく壊さない曲であれば、その年に流行っている曲でもよいし、トレイニーが好みそうな曲を選んでよい。ただし、特に肢体不自由のあるトレイニーが付いて来ることができそうなテンポの曲は避けるべきである。また、体操の振り付けも、トレイニーの動きに無理がないように気を配らなければならない。一般的には4拍で1動作をするような動きであれば、同じ動作を8拍で行うなどの工夫が必要である。2010年のキャンプでは、集団療法係は歌詞を優先して「三百六十五歩のマーチ」を選んできた。その志は良しとしなければならないが、しかし、歩くことのできないトレイニーにとっては、この歌詞は酷である。歌詞を替えて、アコーディオンの伴奏で体操をすることを筆者は提案した。その結果、学生たちは、「しあわせは待ってちゃこない、だから探しにいくんだね、悲しいときも嬉しいときも、毎日笑ってすんでこう」という文句で始まる替え歌を作ってきた。その後、驚いたことに、カラオケに行って自分たちでこの替え歌をタンバリンとマラカス入りで唄い、それを何パターンか録音してきたのである。このアイディアと彼らの熱意には、頭が下がる思いであった。この歌詞と体操の振り付け、また、録音された唄は、参加者に好評であった。

その他に、朝の会では、毎日、綱引きを行っている。出場者はトレイニー同士の各班ごとの対戦と保護者同士の各班ごとの対戦に限られているが、勝敗表を壁に貼って毎日の勝敗を示し、最終日に向かってどの班が優勝するか、徐々に盛り上がって行く趣向である。トレイニーたちの真剣な対戦を皆で応援し、保護者たちの勝ちにこだわった必死な形相を皆で楽しみ、とても盛り上がる企画であった。

食事の時間を利用して、集団療法は行われる。食事の時間も、「いただきます」の歌から「ごちそうさま」の歌まで、食事を実際に摂っている時間を除いては、総てが集団療法の係の担当である。ごちそうさまの前には、振り付けを付けた歌（「手遊び」と呼んでいる）、「トレイニーの主張」、「トレイニー・クイズ」などが行われる。手遊びは、朝の会と同様な注意を払いながら、選曲と振

り付けを考えなければならない。選曲の数は、1曲、最高でも2曲が適切であろう。曲数が少ないと飽きるのではないかと一般的には思われがちであるが、トレイニー中心の集団療法を考えたとき、年齢の低いトレイニーや知的な障害の重いトレイニーの場合は、繰り返しを楽しむものである。筆者らの実施しているキャンプでは、最近では1曲のみを選び、キャンプ後半に入ってから、その曲の歌詞の一部をトレイニーに合わせた形で展開させていくようにしている。言い換えれば、そのような展開ができる曲を選んでいることになる。また、特に振り付けは、食事のテーブルに着いて椅子に座ったままで行えるものを考える。伴奏は、アコーディオンである。そもそも、手遊びは、トレイニーの食事にかかる時間がまちまちな状態なので、食事に時間がかかるトレイニーを待つ間の時間を利用して始まったものだと筆者は聞いている。しかし、我々のキャンプでは、これを完全に集団療法のために活用している。トレイニーは皆の前に出て自分の手遊びを披露することもあるし、他の参加者は、最初は恥ずかしさもあるが、童心に返って皆と一緒に手遊びをすることで、一体感が増す。一般のレクリエーションなどでは、テンポを徐々に早くして皆で難しさを楽しむこともあるが、肢体不自由のトレイニーも参加しているキャンプでは、これはご法度である。トレイニーの主張は、かつてNHKが放映していた青年の主張をもじったもので、トレイニーが自分の考えていることを参加者の前で発表するものである。これは完璧にトレイニーにスポットライトが当たり、毎年参加しているトレイニーの場合には、キャンプを定点観測の場と考えると、毎年の同じような場面でのトレイニーの成長がよくわかる一場面である。このような場面を提供することにより、トレイニーはひとの前で自分の意見を発表する経験を積み、自信をつけていく。このトレイニーの主張については、朝の会でも実施される場合もある。トレイニー・クイズは、ひとりのトレイニーが前に出て、自分の趣味や好きな食べ物、好きな歌手、好きな遊園地などを出題し、解答者に選択肢の中から選んで解答させるものである。これも、トレイニーにきちんとスポットライトが当たり、皆に見守られながら自己表現をする絶好の機会を与えている。これについては、筆者が鹿児島キャンプで実施していたプログラムから我々のキャンプに導入したものである。解答者は、各班のトレイニーから1名が選ばれ、正解だった場合にはその班に得点が入り、食事の回数が増すにつれて、班別対抗の色が濃くなり、解答者のトレイニーにも注目が集まることになる。トレイニーの主張も、トレイニー・クイズも、発話のないトレイニーについては、本人の意を汲んで保護者とトレイナーが協力して案を作り、トレイナーがトレイニーと共に前に出て、トレイナーが本人に替わって発表をすることにしている。いただきます、ごちそうさまの歌は、参加者の構成により、前者は合唱もできるように、後者は輪唱もできるように作られている。また、ついでながら付言しておく、いただきますやごちそうさまの歌を唄うときに手拍子を叩きながら唄うが、この手拍子の音の大きさや声の大きさが、キャンプの雰囲気が盛り上がってきたか否かのバロメーターともなることは、集団療法の係になった者は知っておかなければならない。それによつては、キャンプの集団療法の企画そのものや、企画の進行の仕方を工夫しなければならないからである。

3) アコーディオンが集団を動かす

キャンプでは時間厳守が原則であり、これが守られないと全体の雰囲気がガラガラとし出し、参

加者の気も緩んで、何らかの事故に繋がりがねない。マネージャーがキャンプの進行を促し、他にも、タイムキーパーという役割もあって、その係が次のプログラムへと参加者を導く指示を出すことは言うまでもない。しかし、次のプログラムに移るための部屋や場所の移動などについては、音楽が欠かせないと筆者は考えている。先にも触れたが、朝日キャンプリーダー会がアコーディオンで集団を動かしていたのが強烈な印象として筆者には残っているからである。音楽といっても、それは、あらかじめ作られている録音テープやCDの音楽を指しているのではない。その場の雰囲気に合わせて、もしくは、その場の雰囲気を作って行けるように、その場で瞬時に曲を選び、弾き方まで変えられる生の楽器を使用しての音楽である。楽器は、ギターでもキーボードでも何でも構わないが、音が大きくて遠くまでとおり、また、大勢の集団でも音がかき消されず、移動中でも演奏可能なアコーディオンを我々は使っている。ギターが弾けないという理由もあったが、筆者にとってはアコーディオンという印象深い楽器への憧れもあり、ピアノも習ったこともないくせに、学生時代に、キャンプの役割上、必要に駆られてアコーディオンを左手のボタンをも使って演奏できるよう、キャンプ中に自己流で練習した。鍵盤を目で見ながらであれば、そして、自分が知っている曲であれば、鍵盤を探りながら何とか弾けるようにはなっている。笛を吹いて皆を静かにさせて注目を集めるのは、強引に「こっちを向けっ!」と言っているようで性に合わないし、それは、集団をリードする人間としては、むしろ、やってはならない方法だとも考えている。自然に皆の注目を集め、しかも気持ちをひとつにして、次なることを始めようとする気にさせるのは音楽であり、筆者の場合には、それがアコーディオンによるものである。アコーディオンの音が鳴り出すと、次に何が始まるのだろうかと参加者は自然に注目するし、アコーディオンの音が止んですぐに司会者が司会を始めれば、参加者はそれに乗ってくるのである。極論であるが、キャンプで弾くアコーディオンには、芸術性は必要ない。その場の雰囲気に合わせて、もしくは、その場にどういう雰囲気を醸し出したいかで弾き方を変えろという、瞬時に参加者たちの状態を見抜き、それをもとに、どんな音が必要かを判断して弾き方を変える力が弾き手にあれば、充分である。筆者が学生時代に集団療法の責任者になった場合には、必ず、まずはアコーディオンを弾くことができる学生を見つけてそれが最初の仕事であった。それほどに、集団療法にとってアコーディオンは大切なものだと、現在でも筆者は思っている。毎年、アコーディオン弾きを学生たちの中から養成するのは容易ではないが、現在では、上級生が下級生を指導する体制が整っている。我々のキャンプでは、キャンプに2台のアコーディオンを持ち込んで、朝の会の会場から朝食を摂るための食堂までの移動などのときに、1台は朝の会の会場で送り出し用のアコーディオンとして、他の1台は、食堂で参加者を迎え入れ、そのまま集団療法に繋げるためのアコーディオンとして機能している。アコーディオンの音が響き出すと、食堂へ移動しましょうという合図となり、参加者は特に指示されなくとも音楽に合わせて自然な流れで行動を開始しているが、アコーディオンが集団を動かすことの一例である。

4) 集団療法は集団療法係の担当時間から始まるのではない

「これから集団療法を始めましょう」という出だしの言葉から集団療法が始まるのではない。その言葉を発するまでに、集団療法に入るための雰囲気作りが既に出来上がっていなければならない。

「さあ、これから何が始まるのだろう」という期待感が参加者に醸成されていれば、時間の最初からスムーズに集団療法に入っていけるし、集団療法が目的としていることも達成しやすい。集団療法の時間が始まる前に、あらかじめ参加者に期待感を醸成しておくことも、集団療法係の仕事である。これには、前述のように、アコーディオンが大活躍をする。その時間の前に行われていたプログラムの会場から集団療法の会場までの場所の移動から、司会が集団療法の進行を始める第一声を発するまでの間の時間を有効に活用すること、これこそが、陰に隠された大切なことである。

5) 参加者の位置取りを考える

まず、集合のときを考えてみたい。参加者が集まってその場に落ち着いてしまってからどのような位置取りをするかの隊形を指示したのでは、やっと落ち着いたひとたちに再び動いてもらうことになり、スムーズにプログラムが始まらない。ひとが集まり始めたときから、どのような隊形で位置取りをするのか、指示を的確に出し続けることが重要である。例えば、班別にまとまるようにするのか、全く自由でよいのか、全員が丸い輪になるようにするのか、別の形になるようにするのか、その辺は、何をするかによって異なってくるので、あらかじめ充分に考慮されていなければならない。

位置取りについては、集合するときの場合だけではない。集合した隊形でひとつのことを行い、その後、別のことを行うこともあり、その際には、細かな配慮が必要である。プログラムの中身によっては、それが何であるかによって、司会者がどこに立つか、参加者がどのように位置取りをするかを熟慮し、指示を出すべきである。この場合には、焦点が当たることになるはずの前に出てくる参加者が、どこの位置からも見えるような全員の位置取りを、全体に素早く指示することが必要である。隊形の変更のときにも、アコーディオンが威力を発揮する。

6) 場の雰囲気の流れを切らない

場の雰囲気には、「流れ」というものがある。たとえば、司会者が司会をしている最中に誰かに相談をするために司会を中断する場合があるが、このようなときには、それまでの雰囲気の流れがブツンと切れてしまう。次から次に中心となる人物が替わる場合には、次の人物の出が遅れると、そこでも流れが切れてしまう。歌を唄おうと司会者がアナウンスをした後で、歌詞を書いた大きな模造紙をすぐに皆の前に呈示できなければ、そこで瞬間的ではあっても、空白の時間が生じることになる。せっかくそこまで盛り上がってきている雰囲気が一度切れると、それを元に戻すのは並大抵の努力では済まなくなってしまう。例えていえば、苦勞して薪に火を着けて、やっと熾った火を使って、やかんでお湯を沸かしている最中に誤ってその火を消してしまい、もう一度火を熾直して、温度が下がってしまったお湯を沸かす続きの作業を苦勞して行うようなものである。そのようなことから、司会からアコーディオンの弾き手に、逆に、アコーディオンの弾き手から司会に進行の中心となるべき人物が移るというような場面では、そこで口頭で相談するわけにはいかず、このようなときには、司会とアコーディオンの弾き手との息が合っていなければならない。実際には、息を合わせるためには、お互いに目と目を合わせながらプログラムの進行をするということ

あり、目と目でコミュニケーションをとり合わなければならないということである。

Ⅳ. おわりに

筆者は、学生時代に、これまでに述べてきたキャンプの集団療法における基礎の部分、恩師である成瀬悟策先生から叱られながら叩き込まれてきたと思っている。先生は、同じことをいつまでも繰り返していることがお嫌いで、学生たちに対して、「変えろ、変えなければならない」とおっしゃる。そして、そのとおりに言おうか、キャンプの集団療法は変遷を遂げてきている。しかし、筆者は、現在各地で行われているキャンプは、その本質は何か、その変えた部分が本質にどのような影響を与えるのかを理解せずに、表面的な部分だけを変えたものが行き渡っているような気がしてならない。また、キャンプ自体も、訓練だけをクローズアップして運営されがちであるような感を受ける。このような疑問を、2007年12月1日から2日まで福島県の郡山市で開催された第33回心理リハビリテーションの会全国大会の帰り道に、駅までの車の中で成瀬先生にぶつけたところ、「キャンプでやろうとしていたことは、1950年代後半に東京教育大学の教育相談部で試みていた幼児・児童への集団心理療法の経験から得たものの集大成だ」というお話をいただいた。そのようなことであるのなら、我々は、ひとのこころを対象としているはずのキャンプを、もっと磨かなければならないという意を強くした。

母校を離れた後、学生や卒業生たちとキャンプを開催するようになってから、表面的にはかつての古いキャンプと代わり映えがしないように見えるかも知れないが、筆者なりの創意工夫を凝らしてキャンプの集団療法を創り上げてきているつもりである。動作訓練は、からだをとおしてひとのこころに働きかけ、トレイニーの動作の獲得や変容を図る技法であるが、キャンプは、動作訓練だけで成り立っているものではない。キャンプを運営するトレイナー集団が、キャンプとは、その全体がひとのこころを対象としているものであることを、もっともっと強く自覚して事に当たらなければならないのではないかと考えている。もちろん、筆者も、その努力を今後も怠らないつもりである。

〈付記〉

本稿をまとめるにあたり、これまでに筆者が参加してきたキャンプで一緒にしたトレイニーや保護者、トレイナーの皆さんに、また、成瀬先生を始めとして、キャンプでご指導いただいた先輩や同僚、後輩のスーパーヴァイザー諸氏に感謝申し上げます。また、筆者の表現のわかりにくい部分に適切な助言をいただいた本学大学院博士後期課程の大西恵氏、牛山卓也氏、武内智弥氏、金井咲来氏に感謝します。

引用文献

- 安中康子 1976 催眠実験室から「やすらぎ荘」まで 成瀬悟策編 動作訓練入門—脳性マヒ児のために—, 5-13
心理リハビリテーション研究所
- 丸山千秋 1984 これまでの活動と今後の課題 青山学院大学心理リハビリテーション研究会会報 1, 1-6.
- 成瀬悟策 1987 <訓練キャンプ>について 成瀬悟策編 障害児臨床シンポジウムⅡ「心理リハビリテーション
キャンプ」, 1-4 九州大学教育学部附属障害児臨床センター
- 武内智弥 2010 動作法を用いた宿泊集団集中訓練（キャンプ）全体をひとつの事例として捉えた事例検討—第2 X
回心理リハビリテーション東京キャンプを振り返って— 青山学院大学教育人間科学部紀要, 1, 269-286.
- 安好博光 1979 集団集中訓練 成瀬悟策編 心理リハビリテーションの進歩, 112-117 心理リハビリテーション
研究所