Gift For the Next 100 Years

2011.3.11 - 2013.3.30

グリーフキャンプ報告書

公益社団法人日本キャンプ協会

はじめに

キャンプというツールは、アーミーナイフ（十徳ナイフ）みたいなものだなぁと、よく思う。ひとつは、どんな対象者にも、どんな社会的課題にも対応できる応用力を持っているということ。キャンプの持つ簡便性は、いつでも、どこでも、どんな目的にも対応できる力がある。しかし一方、ハサミが小さすぎて使いにくいとか、ノコギリは大きな丸太には歯が立たないといった限界もあって、決して万能とは言えない。ポケットに入れて持ち歩ける便利なものだけれど、何にでも役に立ってくれるわけではない。

私はよく、認知症のお年寄りとキャンプをするのだけれど、とても楽しくて、よいものだなぁと思う。しかし、それで認知症が治るというわけでもない。キャンプというのは、そんなものなのだろう。

2011 年 3 月に起きた、大きな被害を生み出した災害に対して、多くのキャンプに携わる人たちが、キャンプに何ができるのかを考えた。子どもたちに楽しい体験を提供できることは間違いない。キャンプの持つ簡便性を生かせば、ちょっとした道具があって、カウンセラーがいるだけで楽しさを提供することができる。アーミーナイフのハサミやノコギリのように便利だ。

しかし、それがキャンプの本質というわけではない。キャンプにとって、アーミーナイフの命である「ナイフ」にあたるのは、グループ活動やキャンプカウンセリングだろう。その本質を活用した「グリーフケア」こそ、今、日本キャンプ協会が取り組まなければならないことだと考え、大胆にも、これまでに経験のない「グリーフキャンプ」を始めたのである。

そんな私たちに、共にキャンプムーブメントを支えてきてくれた朝日新聞厚生文化事業団と日本ＹＭＣＡ同盟が共感してくれ、三者の共同事業として東日本大震災で大切な人を失った子どもの悲しみによりそうキャンプを始めた。

キャンプ事業は朝日新聞厚生文化事業団に寄せられた寄付金を、スタッフの研修には国内外のキャンプ関係者から寄せられた寄付金を用いて進めている。たくさんの寄付をして下さった方々、協力をしてくださった方々に心からの感謝を伝えたい。

ここに 2 年間の活動と私たちの考えるグリーフキャンプについてまとめてみた。この冊子が新たな一歩を踏み出すきっかけになればと願う。

公益社団法人日本キャンプ協会
会長　石田　易司

目　次

はじめに 1

第 1 章　経緯とこれまでのキャンプ（2011.3.11 ～ 2013.3.30）..... 3

地震発生
東日本大震災に対する国際キャンプ連盟の対応（Linda Pullium）
じっくりと取り組む支援を
El Tesoro de la Vida（2011）
こどもキャンプ in 台湾
　日本の子どもたちのために（陳盛雄）
El Tesoro de la Vida（2012）
SKY CAMP in あさぎり
　素直でアンバランスな子どもたち（工藤美香）
SKY CAMP in よしま
　自然と人がもたらす大きな力に触れて（相澤治）

第 2 章　グリーフキャンプの役割～生き延びる力～ 37

グリーフキャンプの目的
グリーフとはなにか
キャンプがふさわしい理由
改めて、キャンプが担いうる役割
スタッフの資質
場の設定とルール
スタッフトレーニング
グリーフキャンプでのグリーフサポートの可能性（西田正弘）
子ども達の悲しみを支えるということ～グリーフキャンプの試みにむけて（坂本昭裕）
シリアス・ファンのグリーフキャンプ～ Barrestown と Babor Tabor の事例から（Terry Dignan）

第 3 章　グリーフキャンプのこれから～ Gift for the Next 100 Years ～.....63

子どものエンパワーメント
キャンプの限界
ネットワークの必要性
学びを深める方法
社会で子どもたちを支える
いろいろな関わり方
Gift for the Next 100 Years
キャンプを周辺で支える　The Warm Place

資料集.....73

第１章
経緯とこれまでのキャンプ
2011.3.11 ～ 2013.3.30

2011 年 3 月 11 日、
大きな地震が起こり、巨大な津波が押し寄せました。
たくさんの命が失われ、多くの行方不明者がでました。
「私たちに何ができるのか？」という問いかけの中で、
「グリーフキャンプ」に出会いました。

これまでの経緯と
研修のために訪れたアメリカのグリーフキャンプ、
私たちの行った 3 回のキャンプを紹介します。

地震発生

2011年3月11日14時46分、東北地方太平洋沖地震が発生しました。

東京でも大きな揺れを感じ、建物の外への避難指示が出ました。地面がゲル状になったかのような、ゆらゆらとした揺れが長く収まらず、船酔いをしたような感じになったのを覚えています。事務局に戻ったあとも仕事は手に付かず、「いったいどんなことが起こっているのだろうか」と、テレビのニュースを眺めていました。

やがて、津波の映像が流れ始めましたが、あまりにも現実感のない映像に、ぽかーんとテレビを眺めるしかありません。亡くなった方の具体的な情報が出てくるようになって、ようやく「これは大変なことになった」と思い始めました。

もちろん、この地震は非常に多岐にわたる大きな被害を生んだわけですが、第一に気になったのは行方不明者の多さです。1995年の阪神・淡路大震災では、6,434名の死者・行方不明者が生じましたが、行方不明者はそのうち3名のみでした。これは、阪神・淡路大震災では、建物の倒壊等による圧死で亡くなった方が大部分を占めたためです。しかし、東日本大震災では津波による被害が大きく、ご遺体が発見できないケースが多く生じることが予想されました。

死者・行方不明者の比較

	東日本大震災	阪神・淡路大震災
死者	15,883	6,434
行方不明者	2,681	3

2013/4/10現在

ご遺体がない状態で、大切な人の死を受け入れるのは大変難しいことです。大切な人が亡くなったとき、私たちはお葬式を行い、火葬をし、納骨をするといった葬送の儀式を行うことで、死を受け入れ、大切な人の不在が不可避であることを確認します。しかしご遺体のない状況では、その人が亡くなったということに確信が持てません。理性ではもう戻ってこないと理解していながら、「どこかで生きているかもしれない」という希望を捨てられない状態に苦しむ人がたくさん生じることが懸念されました。

もちろん、そうでない場合でも、大切な人の突然の死は大きな衝撃となります。さらに、このような大災害の場合には、同時に複数の死に直面することになりますので、その衝撃はさらに大きくなってしまいます。それに加えて、家や仕事を失うなど、生活基盤を大きく揺るがす状況も生じるため、悲嘆が複雑化してしまう可能性も大いにあります。

この時点ではあくまでも想像に過ぎないことでしたが、刻々と拡大する被害の情報を見ながら、何かできることはないかと、ぼんやり考えていました。

それと時を同じくして、海外のキャンプ関係者の方々から安否をたずねるメールが届いていました。どのメールにも、「私たちに何ができますか？」の言葉が添えられています。そこで、「大切な人との喪失に苦しむ人がたくさん出てくると思うので、そのことに対してキャンプでなにかできないだろうか？」と、問いを投げかけました。

メールをくれたうちのひとり、リンダ・プリアムさんは国際キャンプ連盟の役員で、アメリカキャンプ協会バージニア支部の事務局も長く担ってきた方です。日本のキャンプ関係者とのつながりも長く、真っ先にメールを送ってくれました。そしてすぐに、情報を集めることとお金を集めることを約束してくれたのです。

すぐにさまざまな情報が寄せられ、「グリーフキャンプ」に出会うこととなりました。

A Butterfly Responds to the Great East Japan Earthquake
東日本大震災に対する国際キャンプ連盟の対応

山々から平原へ
日の光の中を
雪のときも、雨のときも
蝶々が自由に飛び回るように
私たちの違うところも
同じところも祝福しましょう
私たちが互いに気づかいあっていることを
世界に向けて示しましょう

As the Butterfly flies,
From the mountains to the plain,
As the Butterfly flies
Through the sun, the snow, the rain,
Let's celebrate how we differ
Let's celebrate what we share,
Let's show the world together
That together we care.

(2003 年の国際キャンプ会議の際にジェームス・シンプソンとリチャード・シンプソンによって書かれた詩)

蝶々は 1987 年に国際キャンプ連盟が設立されたときから、シンボルとして使われています。これは私たちがキャンプに携わる者として環境に配慮をしていることを示すものであるとともに、キャンプの共同体づくりのシンボルでもあります。

2011 年 3 月 11 日、日本での大きな地震と津波の被害が伝えられると、国際キャンプ連盟の運営委員はどのような支援が可能かを検討するために、すぐに連絡を取り始めました。津波の被害を伝える映像に私たちは大きな衝撃を受けましたが、その中で子どもたちが大変な状況に置かれていることが心配されました。

私はすぐに日本キャンプ協会と連絡を取り、やりとりを通じて、この災害で親を失った子どもたちのためのキャンプを行うべく支援プログラムを立ち上げました。プログラムを発表すると、その情報はすぐに国際キャンプ連盟のメンバーに広がり、すべての大陸から支援金が寄せられました。その金額は 4 万ドルを超え、2011 年 10 月に香港で行われた国際キャンプ会議の場で、日本キャンプ協会に贈呈されたのです。

お金だけではありません。日本キャンプ協会が家族を亡くした子どもたちを支援するキャンプについての情報を求めていると聞き、世界中のキャンプディレクターが情報を寄せてくれました。

北米では 20 年を超える、家族を亡くした子どもを対象としたグリーフキャンプ実践の歴史がありますが、そのひとつがテキサスのキャンプファイアーＵＳＡが行っている El Tesoro de la Vida（エル・テソロ・デ・ラ・ビダ）です。アン・シーツさんは、日本の取り組みを支援するため、日本キャンプ協会のスタッフが実際にグリーフキャンプを経験する機会を提供しました。ここでの経験は、日本でのグリーフキャンプの取り組みにとって非常に大きな支えとなっています。

東日本大震災に対する世界のキャンプコミュニティの反応は、驚くべきものでした。冒頭の詩のように、私たちが互いに気づかいあっていることを証明したと思います。「子どもたちのために」という思いの下に、私たちがつながっていることを改めて感じました。国際キャンプ連盟は小さな取り組みを重ねながら成長してきましたが、その積み重ねが大きな変化を生むことになったのだと思います。51 か国、約 2,000 人のメンバーは、キャンプのコミュニティが地球そのもののように大きな存在であると気づくことができました。

リンダ・プリアム　Linda Pulliam（国際キャンプ連盟・会員管理担当運営委員）

じっくりと取り組む支援を

過去の大きな災害（阪神・淡路大震災や中越地震）の際、日本キャンプ協会では救援物資を送ったり、スタッフが現地に入ったりということをしてきました。当然のように、東日本大震災では何をするかということが議論になったのですが、最終的に救援物資を送ったり、直後に現地に入ったりはしないことに決めました。

それにはいくつかの理由があります。

まず、被災地域が非常に広く、被害も大きかったため、ロジスティクスを持たない者にとって、活動は容易ではないという状況がありました。災害時、直後の救援は非常に重要ですが、交通網や流通が非常に混乱していた状況下で十分な支援を行うことのできる体制が、日本キャンプ協会にはありませんでした。

阪神・淡路大震災をきっかけに、日本でも災害救援のネットワークが徐々に発達してきており、直後から現地での支援を行う団体も多く、めざましい活躍をしていました。ですから、あえて不得意な分野での支援をする必要性は低いと判断しました。

また、津波の被害だけでなく、原子力発電所の事故もあり、復興には大変長い時間がかかると予想されました。ですから、長期間にわたってじっくり取り組むことのできる支援、つまりキャンプを通じた支援が、日本キャンプ協会の行うものとしてはふさわしいと考えたのです。

そこで、出会ったばかりのグリーフキャンプを行うことにしました。もちろん、この時点では青写真さえきちんと描けていない状態です。しばらくの間は試行錯誤が続くことが予想されましたし、資金面でのバックアップも欠かせません。そこで、協力をお願いし、日本ＹＭＣＡ同盟と朝日新聞厚生文化事業団を加えた三者の共同事業として実施することとしました。実施期間は数年とし、まさにじっくりと取り組む支援を行うと宣言したことになります。

2011 年 4 月 22 日にはニュースリリースを出しましたが、この時点で具体的な事業のイメージができていたわけではありません。もちろん、実際にキャンプに来てくれる子どもたちも決まってはいませんし、そのためにどのような準備が必要かも、正直なところわかってはいませんでした。

しかし、いくつかの確信があったのは事実です。

ひとつは、早晩、大切な人との死別を経験した人のための支援（Bereavement Support/ ビリーブメント・サポート）が求められるであろうということ。災害や事故による突然の死は、周囲の人に大きな衝撃を与えるものですし、この震災では十分な葬送のステップを踏めない方も多く生じることが予想されました。また、津波や原子力発電所の事故によって地域コミュニティが壊れ、これまで自然に機能してきた支え合う仕組みが失われているケースも多いと考えられました。こうしたことから悲嘆が複雑化するケースが多くなるのではないかと考えたのです。

そして、キャンプの重要な要素である「傾聴」や「共感」は、この支援において基本的に必要とされるものだということ。北米でグリーフキャンプが 20 年以上にわたって行われていることも、キャンプのこうした要素が支援に役立つことを裏付けていると考えられました。20 年以上の歴史を持つグリーフキャンプである El Tesoro de la Vida（エル・テソロ・デ・ラ・ビダ）で研修をさせてもらえることが、この時点で決まっていましたので、そこで学ぶことが役立つに違いないと楽観的に構えることができました。

社団法人日本キャンプ協会
National Camping Association of Japan

NEWS RELEASE

2011年4月22日

報道機関　各位

社団法人日本キャンプ協会
〒151-0052　東京都渋谷区代々木神園町3-1
国立オリンピック記念青少年総合センター内
電話：03-3469-0217　FAX：03-3469-0504
E-mail：nca@camping.or.jp

「災害に遭った子どもたちのためのグリーフ・キャンプ」

国内外のキャンプ関連団体と共同で東日本大震災被災児童を対象としたキャンプを計画・実施

社団法人日本キャンプ協会（会長：野澤巌　東京都渋谷区　電話：03-3469-0217）は、社会福祉法人朝日新聞厚生文化事業団、財団法人日本ＹＭＣＡ同盟とともに、東日本大震災で被災した子どもたちを対象とした「グリーフ・キャンプ（悲嘆ケアを取り入れたキャンプ）」を行うためのプロジェクトを開始しました。

2011年3月11日に発生した東北地方太平洋沖地震は甚大な被害を及ぼしました。大切な家族を失った子どもたちも多くいることから、私たちの専門領域であるキャンプを通じた支援ができないかと考え、「グリーフケア（悲嘆ケア）」を目的としたキャンプの実施に向けたプロジェクトを立ち上げました。

キャンプの重要なエッセンスである「傾聴」や「共感」は、グリーフケアにおいても重要な要素であり、実際、北米では20年以上前から続くグリーフ・キャンプの事例もあります。このような事例から、キャンプの運営方法やスタッフトレーニング等について学び、今回の震災に合わせたアレンジを加え、十分なトレーニングを行ったうえで、キャンプを実施したいと考えています。

本事業については、友好関係にある国際キャンプ連盟やアメリカキャンプ協会などから先行事例の情報提供や資金提供など、さまざまな国際的な協力を受けるとともに、国内の各キャンプ関連団体とも協力体制を組んで進めます。また、一般の支援者も対象とした講習会（キャンプアカデミー）などを通じて、広く社会に向けた啓発活動も行います。

【プロジェクトの概要】
事業名：Gift for the Next 100 Years*キャンププロジェクト
「災害に遭った子どもたちのためのグリーフ・キャンプ」

*Gift for the Next 100 Years について
2011年、社団法人日本キャンプ協会は設立45周年を迎えました。そこで「Gift for the Next 100 Years」を合言葉に、次の世代に受け継ぐキャンプを作り出す歩みを始めることを始めました。
「次の100年への贈り物となるキャンプ」は、できることから何かなるべく新しいものであってほしいものですが、昔の頃の感覚を感覚した時、「さきていくやで感謝する悲しみと折り合ってさきていくためを付けるためのキャンプ」の意味合いがひとがってきました。

Gift for the Next 100 Years 2011 NCAJ 45th anniv.

目　的：1. 東北地方太平洋沖地震の被災者にキャンプを通じたグリーフワークの機会を提供し、心の復興の支援を行う
2. 社会的課題の解決に取り組み続けてきた組織キャンプ150年の歴史にのっとり、新しい社会とのふかわりを模索する（Gift for the Next 100 Years となるようなキャンプの模索）
3. 国内のキャンプの質を高めたり、新しい課題に取り組んだりするきっかけとなるようなさまざまな実践への関心を高め、国内外の団体等との連携を深める

期　間：2011年4月から数年間

実施方法：海外の先行事例の研究と国内で実施するための調整作業
カウンセラー（子どもたちといっしょにキャンプを行うスタッフ）のトレーニング
一般の支援者を含む広く社会に向けた啓発活動（キャンプアカデミーなど）
被災児童（特に家族を失った子どもたち）を対象としたキャンプの実施
※　グリーフケアを目的とした第1回のキャンプは2011年3月ごろを予定
（例）リフレッシュを目的としたキャンプを2011年夏～秋に企画予定
国内外に向けた事業報告の実施と継続に向けた検討
※　まずは年を目標に、被災地の復興状況に合わせて継続的に実施する

主　催：社団法人日本キャンプ協会
社会福祉法人朝日新聞厚生文化事業団
財団法人日本ＹＭＣＡ同盟

協力団体：各都道府県キャンプ協会（全国46都道府県に設置）
国際キャンプ連盟（International Camping Fellowship）
アジア・オセアニア・キャンプ連盟（Asia Oceania Camping Fellowship）
アメリカキャンプ協会（American Camp Association）
オーストラリアキャンプ協会（Australian Camps Association）
カナダキャンプ協会（Canadian Camping Association）
モンゴルキャンプ協会（Mongolian Camping Association）
全米キャンプファイアー協会（Camp Fire USA）
公益財団法人東京ＹＷＣＡ
社団法人ガールスカウト日本連盟
公益財団法人ボーイスカウト日本連盟
財団法人ハーモニィセンター　　ほか　　（一部予定・順不同）

【本件に関する問い合わせ先】
社団法人日本キャンプ協会　担当：金山竜也（かなやま　たつや）
電話：03-3469-0217　FAX：03-3469-0504　携帯：090-4490-0756
E-mail：kanayama@camping.or.jp　/　nca@camping.or.jp

【参考資料】
社団法人日本キャンプ協会　法人概要
会　長：野澤巌
所在地：東京都渋谷区代々木神園町3-1　国立オリンピック記念青少年センター内
設　立：1966年4月16日（協会設立）　1990年12月20日（社団法人認可）
電　話：03-3469-0217
ＦＡＸ：03-3469-0504
E-mail：nca@camping.or.jp
ＵＲＬ：http://www.camping.or.jp
概　要：組織キャンプの人間形成に与える効果に注目し、1966年、全国各地の青少年関係団体や野外活動研究者、教育者等によって創立。これまでにのべ10万人を超えるキャンプ指導者の育成を行ってきました。さらに、「キャンプを通じた人づくり」を基本理念に、すべての人が豊かな自然の中で協力し合い、学び合う、いきいきとした体験を得られるよう、キャンプ普及のためのさまざまな事業を全国で展開しています。

社会福祉法人朝日新聞厚生文化事業団　法人概要
理事長：両角晃一
所在地：東京都中央区築地5丁目3番2号　朝日新聞東京本社内
設　立：1928年1月31日（前身の「社団法人朝日新聞社会事業団」設立）
1952年5月20日（「社会福祉法人朝日新聞東京厚生文化事業団」への変更）
2001年4月1日（「社会福祉法人朝日新聞厚生文化事業団」への変更）
電　話：03-5540-7446
ＦＡＸ：03-5565-1643
E-mail：mail@asahi-welfare.or.jp
ＵＲＬ：http://www.asahi-welfare.or.jp
概　要：1923年の関東大震災の被災者救援を契機に福祉事業を開始し、朝日新聞社の社会福祉事業の実践組織として時代の要請に応える幅広い福祉事業に取り組んできました。現在は、障害のある人の福祉の進展や、高齢社会の抱える問題、子どもをめぐるさまざまな課題への対応など、社会的ニーズの高い事業や福祉啓発の活動に積極的に取り組んでいます。

財団法人日本ＹＭＣＡ同盟　法人概要
理事長：中川善博
所在地：東京都新宿区本塩町7
設　立：1903年7月24日（同盟結成）　1912年8月19日（財団法人化）
電　話：03-5367-6640
ＦＡＸ：03-5367-6641
E-mail：info@ymca.japan.org
ＵＲＬ：http://www.ymca.japan.org
概　要：1844年にイギリスのロンドンを発祥とし、1880年の東京YMCA設立に始まり、日本全国へ広がったYMCAが1903年に日本YMCA同盟を結成。100年以上にわたってキリスト教の精神にもとづき、非営利のボランティア組織として活動を続けています。設立当初から現在に至るまで、英語教育、野外教育、職業教育、健康教育などの面で先駆的な働きをしており、地域のニーズに沿った活動を展開しています。また、国際ネットワークを活かし、災害救援や国際理解、平和教育、環境教育、人権教育といった分野でも多くのボランティアと共に活動を続けています。

【添付資料】　プロジェクト概要

Gift for the Next 100 Years キャンププロジェクト

災害に遭った子どもたちのためのグリーフ・キャンプ

東日本大震災の被害は非常に大きく、復興には長い時間がかかることが予想されます。さまざまな支援のあり方が求められますが、そんな中で「日本キャンプ協会らしい支援とはなにか？」と考えてみると、それはやはりキャンプを通じた支援にほかありません。

2011年、日本キャンプ協会は設立45周年を迎えました。それに合わせて、次の世代に受け継ぐモデルとなるキャンプを行おうと「Gift for the Next 100 Years キャンププロジェクト」を計画していたところ、今回の震災があり、テーマを「グリーフ・キャンプ」として進めることにしました。

「グリーフ（Grief）は「悲嘆」、つまり嘆き悲しむことです。その悲しみを自分なりに整理する作業を「グリーフワーク」、その支援を「グリーフケア」と呼びます。「グリーフケア」を取り入れたキャンプ、それが「グリーフ・キャンプ」です。

北米やオーストラリアではいくつかの先行事例がありますので、それらを学び、今回の震災の状況、日本の子どもたちの実情に合わせたアレンジを加えながら、進めたいと考えています。災害で多くの大切なものを失った人たちと真正面から向き合うのは、私たちにとって初めてと言ってよい経験です。心理や医療の専門家、組織キャンプを行う各団体とも協力して慎重に準備を進めたいと考えています。

被災地の復興に合わせ、できる限り長い期間にわたってプロジェクトを継続してまいりますので、ご理解、ご協力をお願いします。

Gift for the Next 100 Years 2011 NCAJ 45th anniv.

プロジェクトの流れ
- 海外の先行事例の研究と今回の状況に合わせたアレンジ
- グリーフ・キャンプのためのカウンセラートレーニング
- キャンプの計画と実行（複数会場で）
- 広報活動と資金集め
※　事業の詳細・進捗状況はホームページ等を通じて順次お知らせします。
※　計画をブラッシュアップしながら本年以上を目標にできるだけ長期にわたって実施します。

本事業は朝日新聞厚生文化事業団、日本YMCA同盟とともに、国内外のキャンプ関連団体と協力しながら進めます。

募金のお願い
日本キャンプ協会では、グリーフ・キャンプを含め、今後、被災地域支援のための事業を進める予定です。それらの支援事業のための募金を行っておりますので、ぜひご協力ください。
郵便局の振替口座は以下のとおりです。

口座番号：00120-7-66441　　加入者名：（社）日本キャンプ協会
※　郵便局に備え付けの振込用紙書をお使いください。
※　他の金融機関からは以下へお振り込みください。
ゆうちょ銀行　〇一八（ゼロイチハチ）店　普通　口座　0066441

問い合わせ先
社団法人日本キャンプ協会　（担当：金山）
〒151-0052　東京都渋谷区代々木神園町3-1　国立オリンピック記念青少年総合センター内
Tel. 03-3469-0217　Fax. 03-3469-0504　E-mail. nca@camping.or.jp
www.camping.or.jp

ニュースリリース（2011年4月22日）

El Tesoro de la Vida (2011)

El Tesoro de la Vida（エル・テソロ・デ・ラ・ビダ）は、アメリカ・テキサス州で 1988 年から続けられている、大切な人を亡くした経験を持つ子どもたちのキャンプです。私たちはこのキャンプに招待され、グリーフキャンプとはどういうものかを学びました。

このキャンプを行っているのは、Camp Fire USA First Texas Council というキャンプやチャイルドケアのサービスを提供している団体です。このキャンプの始まりは 1988 年で、すでに 20 年以上の歴史を持っていました。El Tesoro de la Vida はスペイン語で、直訳すると「いのちの宝物」という意味ですが、El Tesoro はこのキャンプが行われるキャンプ場の名前でもあります。つまり、「いのちについて考えるキャンプ」「いのちを見つめるキャンプ」という意味が込められているのです。

このキャンプのパンフレットには以下のような言葉が書かれています。

We cannot always choose the way we are hurt,
but we can choose the way we heal.

私たちは傷つく方法を選ぶことはできないが、
癒す方法は選ぶことができる

大切な人を亡くしてつらい気持ちになるのを避けることはできません。しかし、そこから立ち上がるための方法は多様にあるはずです。子どもたちにとって、その鍵のひとつは「遊び」ですから、キャンプには大きな可能性があるというわけです。

93 人のキャンパー

その年のキャンプの参加者は、近親者と死別した経験を持つ 6 歳から 17 歳の 93 人でした。当初 100 人を超える申込みがあったのですが、この年は記録的な猛暑で、キャンセルが相次いだのだそうです。子どもたちは、地域の小児病院や司法機

スタッフの多くは前日入りして、
キャンパーを迎える準備をします

保護者に連れられてキャンパーがやってきました

2度目の参加のキャンパーが、
ディレクターのデニスを見つけて駆け寄りました

関、グリーフケアセンターなどを通じてキャンプの情報を得て参加しています。死別の理由はさまざまで、病死、事故死、自死、薬物等の過剰摂取、そして殺人というケースもあります。また、そのことによって生活環境の大きな変化を強いられた子どもたちも多くいます。

キャンパーは年齢・性別で３～８人のキャビングループに分けられます。そこに２～３人のボランティアがキャビンバディ（同じキャビンで生活をともにするリーダー）として加わり、１週間をともに過ごすのです。

キャンプ初日、保護者に連れられてやってきた子どもたちは、受付が終わるとキャビングループごとに集まります。このキャンプには連続で３年もしくは４年まで参加することができるので、顔見知りのスタッフと親しげに話しているキャンパーも見受けられます。しかし、ほかの多くのキャンプと同じように、最初は様子をうかがうような静かな雰囲気が漂っていました。

オープニングは、シンボルの吹き流しとキャンプの旗、星条旗を揚げ、そのまわりに参加者とスタッフ全員が輪になって座り、チーフセラピストのシェリーさんの「ここにはお父さんやお母さん、兄弟など大切な人を亡くした経験を持つ人が集まっています。」という言葉でスタートしました。

お父さんを亡くした人
お母さんを亡くした人
お兄さんや弟を亡くした人
お姉さんや妹を亡くした人

シェリーさんの言葉にあわせて、参加者もスタッフも立ち上がります。一通り終わると、シェリーさんが続けます。

ここにいる人はみな、大切な人を亡くす経験をしています。だから、みなさんはひとりではありません。

私たちは、みなさんの話を聞きたいなと

キャンプナースに飲んでいる薬を報告

みんなが揃うまではのんびり過ごします

オープニングセッションで、ルールを確認します

思っています。もしよかったら、心配せずに話しかけてください。

キャンプは楽しいところです。みなさんも思いっきり楽しんでいいんですよ。

このようにして、El Tesoro de la Vida がどのようなキャンプであるのかということ、スタッフは亡くなった人のことを聞く構えができているので安心して話していいこと、そして、思いっきり楽しもうということが、いちばんに確認されます。

少し落ち着かない表情で話を聞いています

グループセラピー

キャンプの大部分は、アメリカで一般的に行われているキャンプと大きく変わりません。1 時間を単位にユニット化された枠組みがあり、参加者はアクティビティを選んで参加します。アクティビティの選択は個々が行うのですが、1 日に 1 時間だけ、同じ性別と年代のグループで集まって、グループセラピーの時間が設けられます。

グループセラピーはプロのセラピストがリードして進められますが、簡単に言うと「亡くなった人のことを思い出し、悲しむ。そしてその悲しみを整理していく」作業です。

家では亡くなった人について話ができなかったり、泣くことができなかったり、楽しむことに罪悪感を持ったりと、悲しみを表現できず、実年齢以上に“大人”であることを自分に課している子どもたちがいます。ですから、ここではゲームをしたり、絵を描いたり、話し合ったり、年齢や性別に応じたさまざまなアプローチで、その人に対する思いや今の気持ちを表現することに取り組みます。

グループによって進み方は千差万別ですが、キャンパーは少しずつつらい経験や気持ちを言葉や絵で表現するようになり、ときには涙を流すこともありました。亡くなった人を思い、涙を流すのはとても苦しい作業です。しかし、キャンプ生活を通じて安心して話のできる“仲間”になったグループのメンバーやリーダー、セラピストの前で気持

楽しいゲームを通じて、
ものごとはいろんなとらえ方ができることを学びます

10 歳前の男の子にとっては、
気持ちを言葉で表現することは簡単ではありません

ちを表現し、涙を流し、他の人の言葉に耳を傾け、そして、寄り添います。

子どもたちは、いわれのないいじめを受けたり、大切な人の死に無用な自責の念を感じていたり、悲しむ家族の姿を見て「自分がしっかりしなければ」と思ったりして、自分を内観したり、悲しみやつらさを表現できないでいることが多いといいます。「気持ちを受け止めてくれる人がいる」という安心感を持てる環境の中で、少しずつ表現ができるようになるのです。

そうして自分の気持ちを表現し、他の人の話を受け止め、寄り添い、いたわりの気持ちでハグをしあうことによって、一人ひとりの気持ちが緩んでいくように見えました。

このセラピーセッションは、プロの心理セラピスト 6 人が分担して行うのですが、彼らの働きは非常に大きく、このキャンプの鍵となるものです。キャンパーの様子を観察し、キャビンバディにアドバイスを行い、セラピーセッションを進行します。

ときには、深刻な心理状況に陥ったキャンパーの処遇を判断しないといけないこともあります。このキャンプ中にも、ひとりの 10 代の男の子がキャンプを去ることになってしまいました。ひどく混乱してしまって、このままでは自死をしてしまう可能性が否定できないと判断したのです。その決定をするミーティングの場は非常に緊迫したもので、グリーフキャンプを行うために必要な覚悟というものについて深く考えさせられました。

FUN! FUN! FUN!

このキャンプではセラピーセッションが大きな意味を持つものの、時間としては全体の 10%に過ぎません。あとは楽しい、楽しい、キャンプの時間です。

活動は、乗馬、水泳、ディスクゴルフ、アーチェリー、釣り (この年は猛暑のため、キャンプ場内の川は完全に干上がっていて、釣りをするには遠征が必要でした)、クラフトといった、伝統的な

絵やクラフト、文字などで気持ちを表し、
セラピストはじっくりと時間をかけて話を聞きます

日を追うごとに表現ができるようになりますが、
彼らにとっては少しつらい作業です

ともにいたわり合う姿は感動的でもありました

キャンプのプログラムから選びます。夜には、地元のボランティアが用意してくれた夜店、マジックショーに映画鑑賞、ダンスパーティにお菓子を探しにキッチン襲撃(！)と、毎日、楽しい活動が用意されています。もちろん、食堂に集まってみんなでご飯を食べるだけでも大騒ぎです。

夏のテキサスは本当に暑く、連日40度を軽く超えていましたが、暑さをものともせずに遊んでいました。楽しさはこのキャンプにとって、なによりも大切な要素です。

キャンプ最後の夜に行われたセラピーセッションは、少し重苦しいものになりました。7～8歳の男の子のグループでは、亡くなった人のことを思い出し、全員が泣き、そして肩を抱き合って互いにいたわり合う姿も見られました。それは周囲のスタッフも涙を流すほどの、切ない時間でした。

ところが、それから1時間もしないうちに、彼らはさっきまで泣いていたことをすっかり忘れたかのように、プールで盛大な歓声を上げていました。「プールで飲んだことはナイショだよ」と、キャンプディレクターが差し入れた缶ジュースに、歓声はさらに大きくなります。

亡くなった人との大切な思い出を取り出して悲しみ、楽しいことに大騒ぎをして気分を切り替える。それを繰り返すことで、悲しみは少しずつ整理されていくのかもしれません。そのためにも、思いっきり楽しむことが必要なのです。

社会に働きかけるキャンプ

滞在中、私たちは地元の新聞とラジオの取材を受け、現地の日米交流協会のレセプションに参加しました。新聞には一面に大きな記事が載り、私たちはEl Tesoro de la Vidaの周知に貢献したということで、逆に感謝されることになりました。

このキャンプでは、セラピストなどの一部の専門職を除いて、ほとんどすべてのスタッフが無償のボランティアとして参加します。それでも総勢170人にも及ぶ人が1週間を過ごすためには、キャンパー1人あたり約1,000ドルのお金が必要です。

猛暑続きなので、プールは最高の楽しみです

乗馬は定番の人気アクティビティです

ダンスナイトでいちばんはしゃいでいるのは、
ディレクターのデニス(左端)かもしれません
(こう見えても大銀行の重役です)

キャンパーは参加費を払うことになっていますが、経済的に厳しい家庭もあり、支払いが免除される場合も多いので、資金集めはこのキャンプの継続にとって非常に大きな課題です。

資金集めのためのパーティを行い、取材対応をするのは大変な労力です。それをいとわないのは、グリーフキャンプという耳目を集めるプログラムを通じて、キャンプの意義を多くの人に知ってもらうことに意味があると考えているからです。ここに社会をよりよい場所にするために積極的に働きかけるキャンプの姿がありました。

セラピストは大忙しですが、誰よりも楽しんでいます

Star-Telegram.com Video: Fruit girl keeps highway workers cool

Star-Telegram

GRANBURY

Camp for grieving kids shares lessons with a grieving nation

私たちの訪問は地元紙に大きく取り上げられました

El Tesoro de la Vida

日程：2011 年７月 31 日～８月６日（６泊７日）

場所：El Tesoro（米国・テキサス州）

主催：Camp Fire USA First Texas Council
http://www.campfirefw.org/

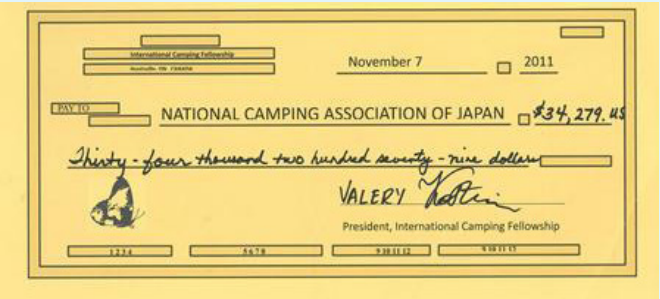
国際キャンプ連盟の呼びかけ（5p）は全世界に広がり、多くの寄付が集まりました。

2011 年秋に香港で開催された第 9 回国際キャンプ会議／第 4 回アジア・オセアニア・キャンプ会議で、およそ半年の間に集められたおよそ 34,000 米ドルを受け取りました。その後も、いくつかの寄付をいただき、国外からの寄附金は 40,000 米ドルを超えています。

このお金はキャンプ場オーナーたちの個人的な寄付だけでなく、各キャンプが行う自らのキャンプ活動のための寄付活動の中で日本での取り組みへの支援を呼びかけ、集められたものも多くあります。

これらはキャンプが子どもたちの成長に大きく役立つことができるという信任が多くの人に共有されていることの証だと思います。

国内からの寄付とあわせ、El Tesoro de la Vida での研修をはじめ、キャンプを行うために必要な準備、学びのために大切に使わせていただいています。



International Camping Fellowship

November 7 2011

PAY TO NATIONAL CAMPING ASSOCIATION OF JAPAN $34,279.US

Thirty-four thousand two hundred seventy-nine dollars

VALERY

President, International Camping Fellowship

第 9 回国際キャンプ会議で寄附金を受け取りました

こどもキャンプ in 台湾

私たちの初めてのキャンプを行ったのは、2012年３月のことでした。地震発生から１年の時間をかけ、さまざまな準備を重ねてきました。

キャンパーは、東日本大震災によって大切な人を亡くした子どもたちです。朝日新聞厚生文化事業団が地道に集めた両親を亡くした子どものリストに基づき、キャンプの募集ができることになりました。キャンプ実施にかかる費用も、朝日新聞厚生文化事業団に寄せられた寄附金を使わせていただくことになり、私たちのグリーフキャンプは動き始めました。

ハローキティのラッピング機で台湾に向かいました

行き先は台湾です。３月の東北はまだ寒いため、「暖かいところに行きたいね」と話すうちに、「いっそのこと海外に行ってみようか」ということになりました。そこで、古くから日本キャンプ協会とおつきあいのある台湾の方にお声がけすると、「ぜひ来てください」との返事。トントンと話は決まりました。台湾キャンピング＆キャラバニング協会や林務局（日本の林野庁にあたる役所で、国有林にある野外活動施設の管理も行っている）、台湾国立師範大学といった団体の協力もいただけることになりました。

緊張の入国審査

しかし、海外である台湾に行くことには、いくつかの懸念がありました。両親を亡くしている子どもたちは、パスポートの取得が大変なケースがあるのではないかというのが、そのひとつです。これについては、旅行代理店と相談して、最大限のサポートをすることにしました。もちろん、パスポートの問題が解決しても、海外に出かけるのは不安だと感じる人もいるでしょう。

結果として、このキャンプに参加することになったのは10名でしたから、行き先が海外であることによる障壁があったことは否定できません。それでも、新しい体験にあふれる台湾に行ったことは大正解でした。

台湾のみなさんは、たくさんの食べ物に贈り物、そして、たくさんの笑顔で迎えてくれました

少しずつ緊張をほどく

参加者は、盛岡、気仙沼、秋田、仙台、相馬、川崎などあちらこちらから集まり、成田空港に向かうスカイライナーの車内で、初めて全員が顔を合わせました。

いちばん年齢の低い小学校２年生、３年生の女の子たちのグループは、電車に乗るとすぐにおばけ(!?)の話を始め、大いに盛り上がっていましたが、ほかのメンバーはまだ会話もぎこちないようです。飛行機のチェックインに、出国審査、まだ緊張はほどけません。台湾到着後、バスに乗り換えて最初の目的地である東眼山へ向かいました。途中から暗くなり始め、山道がいつまでも続きそうな気がして、疲れと不安をみんなが感じていたのかもしれません。

東眼山に到着すると、台湾の方々の大歓迎が待っていました。びっくりするほどのたくさんのプレゼントとおいしい食事に大喜びはしたものの、山の寒さも手伝って、緊張は十分にほどけないままに１日目は終わりました。

２日目は、この上ない好天です。日差しの下で体を動かすと汗ばむほどで、固くなっていた体も徐々にほぐれていきます。一晩いっしょに過ごしたことで、子どもたちとリーダーの関係も少し近づいたようです。

暖かい日差しの中で、日本から行ったメンバーだけで集まって、自己紹介をし、歌をうたい、ゲームをして、キャンプの話を少ししました。１日目はほぼ移動でしたから、「やっとキャンプが始まった」という感じです。

そのあとは、台湾の方たちとともにグループごとにアクティビティを楽しみました。自然観察、ネイチャービンゴ、登山、伝統的デザインのブレスレットづくり、ネイチャークラフトなど、メンバーで何をするか話し合って活動を楽しむうちに、メンバー間の関係はより近づいていったようです。会話も日に日に増えてゆき、3日目には「うるさい」と言っていいレベルになっていました。その騒が

男の子のグループはとにかく体を動かしたいと山登りに出かけました

先住民の伝統的なデザインを教えてもらってブレスレットづくりに真剣に挑んでいます

最初は見ていただけのダンスも、いつか輪の中に疲れたけど、楽しかった～！

しさに苦笑しながらも、「新しい体験」と「楽しい時間」という最初の目標は達成できたとの確信を持ちました。

夜市・九份・小籠包

キャンプの後半は東眼山を離れ、台湾師範大学の宿舎を拠点に、台北市周辺で過ごしました。

台湾は街歩きの楽しいところです。大学のすぐ近くにも師大夜市という、食べ物の屋台やアクセサリーの店などが並ぶにぎやかなエリアがあるので、3日目の夕食はグループごとに夜市でとることにしました。

楽しみ方は3グループそれぞれに異なります。男の子たちのグループは、ひたすら食べ歩き。「台湾の食べ物、パねぇ！」と絶賛していました。大きな女の子のグループは、買い物にかなりの時間を費やしたようです。そして、小さい女の子のグループはというと、夜市に行く前のかなりの時間を大学内のライオンのオブジェで遊ぶことに費やしたそうです。「せっかくの台湾なのに‥」と思うのは大人の理論なのでしょうね。これも立派な“このキャンプでなければできないこと”なのです。

4日目には、『千と千尋の神隠し』のモデルとなったといわれる街並みのある九份を訪ね、有名なレストランで小籠包を食べ、ちょっと前まで世界一高いビルだった台北101にのぼり、市場でおみやげを買うというように、一日を満喫しました。

ありがとう、またね！

キャンプ、それも海外でとなると、なかなかすべてが予定通りとはいきません。このキャンプでも、思った以上に移動に時間がかかってあわてたり、急な予定の変更にバタバタしたりということがありました。

台湾最後の夜のさよならパーティも直前に予定が変更になってしまい、大いにあわてたのですが、台湾の学生さんたちの臨機応変に救われました。ピザやフライドチキン、炭酸飲料などを両手いっぱいに持って、宿舎を訪ねてくれたのです。

東眼山のスタッフやボランティアといっしょに記念撮影

夜市に出かけるはずが、大学内のライオン像でさんざん遊んで過ごしました

男の子のグループはひたすら食べ歩き

ジュースで乾杯をしてジャンクフードを楽しみ、いっしょに歌をうたい、キャンプの思い出話をして、プレゼントを交換しました。そして、「ありがとう、またね！」と言い合って別れました。子どもたちが台湾に再び来ることができるかどうかはわかりませんが、いっしょにキャンプを楽しんだ台湾の人たちと「またね！」と言い合えたことは、とても重要であるような気がします。

グリーフキャンプは、それぞれが経験した喪失とうまく折り合いをつけて、この先の人生を送るうえでの小さな支えとなるような存在を目指すものです。ですから、本当の意味でのキャンプの成果が見えるのは何年も先のこと、この子どもたちが大学生になったり、仕事に就いたり、あるいは家族を持ったりするときかもしれません。その場面のすべてを私たちが見届けることはでませんが、台湾最後の夜の「またね！」をいつまでも覚えていて、新婚旅行先に台湾を選んでくれたりしたらすてきだな‥と思っています。

そして、女の子たちはお買い物

ここだと、もっと日本語が通じるね

成田空港に着き、入国審査に向かう通路でトイレに行った子どもたちを待っていると、最年少のＫちゃんが、とても穏やかな笑顔で近づいてきて、言いました。

ここだと、もっと日本語が通じるね！

台湾では日本語の少し話せる人もいましたが、やはりわかりにくかった部分もあったのでしょう。その言い方がおもしろくて、ちょっと笑ってしまったのだけれど、あとになって、これは彼女が新しい環境の中で一生懸命にがんばってきた証なのではないかと思いました。キャンプ中の彼女は、時々、わがままに振る舞うことがありました。保護者から「少しわがままなところがあるんですよ」と聞いていたので、「そのわがままが出たのかな」と思っていましたが、成田空港で見た笑顔は少し印象が異なるものでした。

市場はその国を文化を直に感じられる場所です

台湾の学生ボランティアのみなさんが
さよならパーティを開いてくれました

これはあくまでも想像に過ぎませんが、彼女のわがままは、彼女のがんばりから生じる自然な反応なのではないかという気がします。だから日本に着いて、緊張がほぐれ、素の部分が顔を出したのではないでしょうか。キャンプの中で、そして震災後の新しい生活の中での彼女のがんばりを思い、思いっきりほめてあげたい気持ちになりました。またそれと同時に、日常生活の中で彼女のありのままを受け入れておられる保護者に対して、強い敬意を感じました。

最終日の出発は夜明け前です

小さなロールモデル

キャンプが終わって２か月が過ぎたころでしょうか、キャンプに参加したＴくんの通う高校の先生と名乗る方からお電話をいただきました。どうしてもＴくんが参加したキャンプのお礼を言いたかったとのことでした。その先生は、何度も何度も、時には少し涙声になりながら、彼がキャンプに参加したことが本当によかったと言ってくださいました。

先生の話によると、Ｔくんはキャンプから帰ってくると、まるで人が変わったように明るく、元気になり、成績もグンとアップしたのだそうです。

震災以降、沈んだようだったＴくんの大きな変化に先生が理由を聞くと、Ｔくんは、いっしょにキャンプに参加していた小学校２～３年生の女の子たちに対して、「(同じように両親を亡くした)彼女たちは元気いっぱいにしているのに、自分はなにをしているんだろうと思った」と答えたのだそうです。

Ｔくんは、10 歳近く年下の女の子たちを見て、彼女たちを自分のロールモデル (人生のお手本) に選び、「あんなふうに明るく生活しよう」と決めたのです。ロールモデルというと、年上の立派な人というイメージがあるかもしれませんが、キャンプのフラットな人間関係の中では、年下のロールモデルが生まれるのも大いにありです。

台湾は楽しかったけど、
日本に着いたら、やっぱりちょっとホッとします

仲よくなったリーダーと別れるのは、
ちょっと名残惜しいものです

学校の成績は直接的な幸せの指標にはなりませ

んが、Ｔくんの成績が上がったというのはよい兆しだと思います。それは学ぶ意欲を反映していて、その「もっと新しいことを知りたい」という意欲は、「明日も生きていたい」という欲求にほかならないからです。「お、これはおもしろいぞ。もっと知りたいな」ということが増えていけば、同時に明日を生きる生命のサイクルも回り続けます。

キャンプ中、Ｔくんがその女の子たちと直接に話したりしたことはほとんどなかったように思います。しかし、このキャンプは同じような経験をした子どもたちの集まりであるというＴくんの認識が、彼の意識を楽しそうにしている彼女たちに向けたのでしょう。

グリーフキャンプの意義をはっきりと感じさせてくれる、うれしい、うれしい電話でした。

こどもキャンプ in 台湾

日　程：2012 年３月 25 日～ 29 日
（４泊５日）

場　所：東眼山自然教育センター
および國立台彎師範大學（台湾）

参加者：小学２年生から
高校３年生までの 10 人

協　力：中華民国露営休閒車協会
行政院農委會林務局
國立台彎師範大學
ロゴスコーポレーション
高島（WOODS）
台彎松下電器　ほか

日本の子どもたちのために

情報が発達した現代では、遠いところで起きたことも瞬時に現場の状況がリアルに伝わってきます。東日本大震災の映像は私たちを唖然とさせ、心が千々に刻まれる思いでした。台湾でも 1999 年に大震災があり、134 名の子どもが両親を失いました。隣国の日本で起きたことは、我が身に起きたことのように心が痛みます。

日本キャンプ協会から台湾の森の中で被災地の子どもたちのためのグリーフキャンプを行いたいと申し入れがあったとき、それはもうこちらからお願いしたいほどでした。直ちに承諾し、全力をあげ協力することを決心しました。台湾キャンプキャラバン協会 FCCC と他の民間団体は過去十数年、震災被害者のための活動を数多く行ってきたこともあって、今回も当然負うべき責務とさえ思いました。

このキャンプで、私たちは子どもたちに一人きりではないということを伝えたいと思いました。親をなくした子どもは、見知らぬ人や環境に不安を抱くことも少なくありません。私たちは明るくにぎやかな歓迎パーティを開き、子どもたちが大切なお客さんであることを伝えました。たくさんのおみやげを用意したのも、同じ願いからです。また、ゲームや民俗舞踊、クラフトなどの楽しい活動を通じて、少しでも気持ちが晴れればよいと考えました。

国は違っても、私たちは同じ地球村の住人です。子どもたちに、「どんな時でも、自分を信じること。この世に乗り越えられないものはなく、民族・文化が違っても、あなたたちのことを思い、いつも応援している人がいる」と伝えたいと思います。

陳　盛雄（台湾キャンプキャラバン協会名誉理事長）

El Tesoro de la Vida (2012)

El Tesoro de la Vida には、2 年目の夏も参加させていただきました。このときは、私たちのキャンプでグリーフ・ファシリテーターを務める西田正弘さん (NPO 法人子どもグリーフサポートステーション) にも同行いただき、特に、セラピーセッションの進め方について、詳しく見てきました。

虐待について学ぶ意味

キャンプは日曜日の午後から始まりますが、ボランティアは土曜日に集まり準備を行います。いくつかの研修プログラムも行われますが、その中で特に印象に残ったのが、児童虐待についての講義です。アメリカキャンプ協会の資料を使い、本業が検事のキムさん (彼女もボランティアです) のレクチャーを受けます。

キャンプと児童虐待はあまり結びつかないような気がしますが、アメリカでは 1996 年に、虐待を発見した人が通告することが義務化されており、子どもに関わる大人が児童虐待と虐待を発見したときの対応について知っておくことは当然という雰囲気があるといいます。また、このキャンプが子どもにとって安心安全な場所であるからこそ、子どもが大人に対してサインを出し、虐待を発見する可能性も高いのだそうです。

実際、このキャンプ中にも、セラピーセッションの際に参加者から虐待が疑われる発言が出て、スタッフが対応を検討するという場面がありました。キャンプに参加している子どもたちは、保護者が参加の判断をしているわけですから、虐待を受けている可能性は比較的低いと考えられます。しかし、家族の死によって経済面を含めて生活環境が悪化していることも多く、虐待が生じる可能性はゼロではないのです。

子どもは周囲の大人の状況に大きな影響を受けるものです。少し割り切れない気持ちは残りますが、私たちもこうした学びを深める必要があるのかもしれません。

虹色の吹き流しは、このキャンプのシンボル

キャンプの前日の児童虐待に関する講義
子どもに関わる大人は知っていて当然というスタンス

この年もキャンプのルールを確認して始まりました

セラピーセッション

キャンプのスケジュールはおおむね前年と同じで、2日目から、1日1時間のセラピーセッションが始まりました。私たちは、小学校高学年の男の子6人のシャーク(サメ)グループのセッションに参加しました。そこには父親が母親を殺したという兄弟、父親が自死した子、父親が事故で亡くなった直後に母親が病気で亡くなった子などがいました。

まず印象的だったのは、ルールの確認方法です。場を仕切るセラピストのクリスは、最初に「この場所のルールにはどんなものがあると思う？」と子どもたちに問いかけました。そして、「Rで始まる言葉と、Cで始まる言葉だよ」とヒントを与えます。そして、さまざまなやりとりの中から、「Respect（敬意を払う・尊重する）」と「Confidence（信頼する）」という言葉を引き出し、「自分の気持ちを大事にし、ほかの人も尊重しよう。みんなが話したことを否定することはしないで、話したくないという人の気持ちも尊重しよう」と語りかけました。「言いたくないことはパスしてもいい」という、このような場でよく用いられるルールを子どもたち自身から引き出したのです。

1回目のワークは、大切な人との死別の前後の家族の様子をA3サイズの紙の左右に言葉や絵で表現するというもの。そして、それについてそれぞれが話をしました。しかし、父親が母親を殺した兄弟とのやりとりで時間切れ。セラピストは、「つらい話が多く、虐待されている可能性もあるため、やりとりに長く時間をとった」と振り返っていました。

2回目は、前日の続き。この場に安心しているのか、次々に話が続きます。涙があふれた子には、「涙が出るのは自然なことだよ」と声がかかります。キャンプに初参加のパトリックはなかなか話し出すことができず、「明日、話す」と約束して終わりました。そのことで、それぞれにペースがあり、それが尊重されるのだと互いに確認しあえたよう

セラピストのクリスは、一人ひとりの思いを無理することなく引き出していきます

セラピストはセラピーセッション以外の時間も自然にキャンパーの話を聞いています

もちろん、楽しい時間もいっぱいです

でした。

3回目は、キャビンバディ（子どもたちといっしょに生活するボランティア）の経験談からスタートし、パトリックが話せる雰囲気が整えられました。そして、彼もようやく話をすることができました。

4回目は、小さな植木鉢を使ったワークでした。まず、ハンマーで砕いた破片の内側に大切な人を亡くした気持ちを書きます。そこには「Sadness（悲しい）」「Loneliness（さびしい）」「Love（愛おしい）」「Anger（腹が立つ）」などが書かれます。そして、外側には、その気持ちへの対処方法を書きました。たとえば「さびしい」と書かれた破片の裏には、「外へ出て友だちと遊ぶ」と書かれています。そして、それらの破片や色とりどりのビー玉などを貼り付け、フォトフレームを作りました。

5回目は、前半にキャンプの感想を中心に語り合い、後半は畳一畳ほどの大きさのボードにキャンプ中の気持ちを表す言葉を3つ書き、絵の具で手形を付け、スプレーペンキで好きな絵を描きました。できあがったものは、結果的に何か混沌とした彼らの気持ちを表したようなものでした。

6回目は、グループでの最後のセッションです。キャンプ全体の感想とグループのみんなに伝えたいことを言い合いました。「アーチェリーが楽しかった」「ご飯がおいしかった」「普段言えないことを話したから、この仲間は家族だ」、こんな言葉が交わされました。

そしてその夜は、セラピストのクリスが担当する3グループ合同のクロージング・セレモニーが行われました。前日に作成したボードに、亡くなった人の名前を書いたプレートを貼り、キャンプの感想を一言ずつ述べます。言葉が終わると、スタッフがキャンドルをひとつ灯します。

そこには、子どもたちの抑えきれない気持ちが直接的に伝わってくる、静かな泣き声が漂っていました。キャンドルの炎を介して、ここにいる人同士のつながり、ここにはいない大切な人とのつながりを感じるひとときでした。

ボランティアの持ってきたバーベキュートレイラー
ここで焼いたハンバーグは絶品でした

ロンドンオリンピック期間中ということで、
おじさんたちはシンクロナイズドスイミング

セラピーセッションでつくったボード
中央の10歳前後の子のボードが混沌としているのは
喪失と向き合って葛藤していることの反映でしょうか

ちいさな哲人たち

4 回目のセラピーセッションでの植木鉢を使ったワークのとき、セラピストのクリスが子どもたちに「素焼きの植木鉢と人間の共通点はなんだと思う？」と質問を投げかけました。

「肌の色が茶色い」といったシンプルな答の中に、「壊れることがある (breakable)」、「内側からのプレッシャーに耐えられる」という答がありました。これらはとても 10 歳に満たない子どもの発言とは思えず、強く印象に残りました。

「壊れることがある (breakable)」と答えたのはノアくんでした。内気そうな子で、セッションが終わったあと、みんなで渦を作ってぎゅーっと抱きしめ合うビッグ・ハグにも参加せず、少し離れて所在なさげにしています。一方でセッション中には、ひどく大人びた発言をすることも多く、少し気になる存在でした。

彼のことを考えているとき、『マイ・ライフ・アズ・ア・ドッグ』というスウェーデン映画をふと思い出しました。

> 人間たちに人工衛星に乗せられて
> 宇宙に飛ばされたライカ犬に比べれば、
> ぼくは幸せだ

主人公の 12 歳の少年、イングマルはこんなふうに考えて、自分の困難な境遇を受け止めようとします。イングマルのように大きな喪失を体験した子どもは、自分の気持ちの整理をするために、どうしたって思慮深くならざるを得ないのかもしれません。考えて、考えて、イングマルが自分より不幸なものを探し出し、自分はましだと思おうとしたのと同じように、ノアくんも考えて、考えて、少し大人びてしまっているのでしょう。確かに「子どもらしく」はないのですが、理不尽な状況を自分なりに受け止めるには、考えるよりほかに方法はありません。

グリーフキャンプが行われる理由のひとつは、ここにあるのではないかと思います。キャンプに

ノアくんの言葉はどこか大人びていて
関心もしましたが、少し心配でもありました

キャンプリーダーとバスケットボールに興じる姿に
ホッとした気持ちになったのを覚えています

キャンプ期間中につくったストーンペイントを
植樹した木の根元に置いて、キャンプは終わります

は楽しい時間がいっぱいあって、どうしたって“子ども”に引き戻されてしまうのですから。ダンスパーティが行われた夜、リーダーといっしょに笑いながらバスケットを楽しむノアくんの姿を見たときには、少しほっとしました。

映画の中のイングマル少年は、田舎での暮らしになじんでいく中で、少しずつ“子ども”に戻っていきます。ノアくんには、キャンプを楽しみながら、イングマルのように悲しみと折り合いをつける術を身につけていってほしいと願いました。

キャンプ成功の秘密

1週間のキャンプで、日々変わっていく子どもたちの表情を思い浮かべては、何度も「このグリーフキャンプの秘密は何だろう？」と考えていました。

最終日、子どもたちが帰ったあとでスタッフの何人かに、西田さんがこんな質問をしました。

> 率直に、あなたたちはステキな大人だと思うけれど、前からステキな大人だったの？それとも、キャンプが影響しているの？

この質問に彼らは互いに顔を見合わせて、「そんなことは考えたこともないけれど、ただ子どもたちを大事に思って、自分もキャンプを楽しんでいるよ」と笑って答えてくれました。

大切な家族を亡くした5歳から17歳までの150人の子どもに、20代半ばから60代までのスタッフ80人で行う6泊7日のキャンプ。これは、私たちにとって想像しがたいものです。それでもあえて謎解きを試みると、キャンプの秘密はこんなところにあるのではないかという結論に達します。

- 開放感あるキャンプ場（テレビや自動販売機等がない・最小限の照明）
- 楽しいプログラム構成（子ども自身が選ぶ・楽しさ・開放感）
- 死別体験の分かち合いの持ち方（ルール・ワーク・

たくさんのランタンは25年間に
参加したキャンパーの数を表しています

キャンプが終わってうちに帰る準備
少しさびしい瞬間です

1週間という長さがキャンパー間に
生じる関係をよりダイナミックなものにします

率直なやりとり）
- おいしい食事（肉料理・サラダバー・フルーツ・お菓子）
- 誠実な大人たち（人懐っこく包み込む・楽しい雰囲気・子どもへの敬意ある態度）

一週間という時間をフルに使い、楽しい時間を存分に楽しみつつ、ていねいに自分の気持ちに触れる場を持つことで、ほかの人の気持ちも知る。その中で、初めて会った者同士でも、次第に「仲間」になり、「家族を感じる」つながりを持つことができるようになったキャンプでした。

その前提となっているのが、キャンプに関わる大人たちの深い理解です。親や兄弟などの大切な人との死別を経験した子どもたちは、グリーフ（悲嘆、愛惜）や経済的な困難に見舞われることが多くあり、周囲のサポートを得られない環境の中では、「なんとか生き延びている」と言ってもいい状況に陥ることがあります。それを十分に理解しているステキな大人たちが、このキャンプを支えていました。彼らは、「この子のグリーフや人生の歩みを代わることはできない」ということもよく分かっているのでしょう。だからこそ、キャンプという環境の中で、害を与えず、敬意を持って接し、いっしょに楽しみながら、「人生は辛いことばかりではない」と伝えられるのではないかと思います。

アフリカに「一人の子どもが育つには村中の人が必要だ」ということわざがあります。キャンパーとスタッフの交流を見て、話して、感じるうちに、このことわざが思い出されました。

El Tesoro de la Vida

日程：2012年7月29日～8月4日（6泊7日）

場所：El Tesoro（米国・テキサス州）

主催：Camp Fire USA First Texas Council
http://www.campfirefw.org/

最高にステキなボランティアの面々
いつも楽しげに子どもたちを受け止めています

SKY CAMP in あさぎり

台湾でのはじめてのキャンプから半年、2回目のグリーフキャンプを行いました。まだまだ暑さの残る9月、富士山を間近に見る静岡県の朝霧高原でのキャンプです。

今回は国内でのキャンプということもあり、参加者は17人に増えました。しかも台湾キャンプに参加した10人中9人がふたたび参加してくれるという高リピート率！それだけ台湾キャンプが新しい体験にあふれ、楽しい時間を過ごせたということなのでしょう。

このときから、SKY CAMPとキャンプの名前が決まりました。空を見上げてぼぉ～っとして、少し心が晴れやかになればいいなと思い、名付けたのです。台湾でのキャンプでうたった「あの青い空のように」という曲の印象が強く残っていたことも理由の1つです。

あっという間に…

キャンパーの全員が顔をそろえたのは、新富士駅に向かう新幹線の中でした。初めての子も、久しぶりに集まった子も、キャンプに期待を膨らませつつ、まだ緊張しているように見えました。新富士駅でバスに乗り換え、目的地の朝霧野外活動センターに向かいます。予定より少し遅れての到着でしたが、初めて訪れた場所に興味津々の様子。ワクワクと不安がまざり、どこか落ち着かない気持ちをキャンプリーダーがしっかり受け止め、引っ張っていってくれました。

食堂でお腹を満たしたら、いよいよキャンプの始まりです。自己紹介をし、歌をうたい、ゲームをして、キャンプの話を少ししました。

そのあとは、名札を作ったり、グループごとに夕飯のメニューを考えたりして、買い出しにも出かけました。出会ってから数時間で野外炊事というグループでの共同作業で、スタッフには少し不安もありましたが、子どもたちはそれぞれグループでの役割をこなし、協力し合い、楽しみながら

キャンプの最初に旗揚げをしました
El Tesoro de la Vida のスタッフからの贈り物です

まずはゲームでリラックス

かまどの火の番はとても楽しい作業だったようです

野外炊事に取り組んでいました。「美味しいね」と口々に言いながらごはんを頬張る子どもたちの顔には、達成感があふれているように見えました。

暗くなってから、キャンプファイアーをしました。少しずつ大きくなる火を囲み、ゲームをしたり、踊ったり。前に出るように促すと、恥ずかしくて遠くに逃げてしまう子もいました。それでも、いつの間にかまたみんなのいる輪に戻って来ていましたから、子どもたちなりにそんな駆け引きを楽しんでいたのかもしれません。駆け足で過ぎた1日目でしたが、グループの関係を一気に近づけたように思います。

キャンプサイト中央の広場でキャンプファイアー

3つのメッセージ

朝霧高原はその名の通り、深い霧に覆われることが多い場所です。2日目の早朝のキャンプ場は、真っ白な景色が広がっていましたが、やがて霧が晴れると富士山が雄大な姿を現しました。

子どもたちは富士山を見ることをとても楽しみにしていて、中にはまだ太陽の昇らないうちからテントを出たグループもありました。さすがに、そのときは何も見えません。時間をおいて見に行くと、ちょうど富士山のうしろから太陽が昇ってきたそうです。「ダイアモンド富士が見れたよ！」と嬉しそうに報告してくれました。

朝食のあとは、グループごとに自由に過ごしました。Tシャツの絞り染めにビーズのブレスレット、キャンドルや七宝焼などのものづくりの活動や、フリスビーやバスケットボールなどの思いっきり体を動かす活動、センターの広い林の中の散策など、メンバーで話し合って思い思いに過ごしました。

ストレッチで体を目覚めさせます

この日は、「おもいでの時間」と名付けたプログラムを行いました。このキャンプの目的のひとつは、子どもたちに「親をなくしたのは“自分ひとりじゃない”よ」「言葉にできない思いや、いろんな気持ちがあって自然だよ」「その気持ちを『あのね』って誰かに話してもいいんだよ」という3つ

おもいでの時間
自分の気持ちにちょっとずつ向き合います

のメッセージを伝えることでした。そのために、自分の気持ちを確認したり、大切な人を思い出したりするきっかけとなるような活動を行う時間を設けたのです。

最初に、グリーフ・ファシリテーターの西田さんから、「ここにいる人はみんな大切な人を亡くした経験を持っていて、このキャンプは亡くなった人のことを話してもいい安心な場所であること」「スタッフはみんなから話を聞きたいと思っていること」「もし話したくないときは、話さなくてもいいこと」が伝えられました。

そして、ハート・アクティビティを行いました。これは、さまざまな感情を表現した顔のイラストから、今の自分の気持ちに近いものを選び、大きく描いたハートに貼り付け、そのまわりをシールや色ペンで飾りつけるというものです。自分の気持ちを表現する練習という感じでしょうか。工作を楽しむように、それぞれに作業をしていました。

夜は室内でキャンドルファイアーを行いました。プロのミュージシャンの心地よい歌に耳を傾けながら、ゆったりと時間が流れていきます。そして、ロウソクの灯りを見つめながら、子どものころにお父さんを亡くしたリーダーの話を聞きました。食い入るようにリーダーを見つめて話を聞く子、穏やかな表情のままの子、気持ちが落ち着かないのかリーダーの手を握って寄り添う子、さまざまな反応が見られました。

最後にミュージシャンの方へのお礼に歌をうたうことになり、キャンプの中でよく歌っていた「ズンゴロ節」で大いに盛り上がりました。「もう一回！」と繰り返す様子は、ついさっきの悲しかったり、さびしかったりする気持ちを吹き飛ばすかのようでした。

早起きの理由

２日目の夜から降り出した雨は、翌朝まで続きました。テントの中は騒がしかったはずですが、キャンパーは雨の音も気にならないくらいぐっす

たくさんの色のペンやステッカーを使って表現します

ハートの中にはいろんな気持ち

キャンドルファイアーの時間は静かに過ぎました

り眠っていたようです。

早朝、レインウエアを着て散歩をしている中学生のＭさんの姿がありました。「早起きだね」と声をかけると、「だって楽しいんだもん。寝てたらみんなといっしょに過ごす時間が減っちゃうでしょ！」とうれしそうに教えてくれました。彼女は初めての参加で、保護者から「キャンプに申し込んでからずっと、初めてのことだらけで不安なようです」とうかがっていました。実際、引率をしたスタッフも、出発時の不安そうな様子が気になっていたそうです。しかし、キャンプでの生活を過ごすうちに、徐々にイキイキとした表情に変わっていきました。「本当に笑顔が増えたなぁ」と感じているときの出来事でしたので、今回のキャンプも子どもたちにとって楽しい時間を過ごせる場所になったのだなと、確信を持つことができました。

雨の中で楽しそうに遊ぶキャンパーを見ていると、『雨に濡れても（Raindrops Keep Fallin' On My Head）』という歌を思い出します。バート・バカラックの弾むようなメロディに乗せて、不運をかこちながらも、文句を言って雨がやむわけでもないし、ぼくは自由なんだから心配することはないさとうたうこの曲のように、「なんとかなるさ」という楽観的な心持ちで、子どもたちが毎日を過ごせるとよいなと、祈るような気持ちになっていました。

なくなった人って言うな！

２泊３日のキャンプは、あっという間に終わってしまいます。

最終日には、思い思いに文字や絵を描いたストーンペイントの作品を“わたしたちの木”の根元に並べ、みんなで輪になって、西田さんが３つのメッセージを改めて伝えました。そして、その場を立ち去ろうとしたとき、９歳のＫさんが「なくなった人って言うな！」と西田さんの脇腹をたたきました。

彼女はどんな思いでこの言葉を言ったのでしょ

雨の中、早朝の広場には話し声が低く流れていました

朝ごはんのあとののんびりした時間

思い思いに描いた石を木の根元に置きました

うか？お母さんがいなくなったことが、まだ整理できていない苛立ちを表しているのでしょうか。それとも、彼女の中ではお母さんの存在をありありと感じていて、「なくなってなんかない」ということなのでしょうか。真意はわかりませんが、まだ３つのメッセージを素直に受け止められない状況にあることは想像できました。

けれど、大きな喪失と折り合いを付けて生きていくためには、早晩、現実と向き合うことになります。その日のために、３つのメッセージを伝えることはとても大切だと思っています。

キャンプでは不安な気持ちになったときでも、すぐそばに信頼できる大人たちがいます。子どもたちの不安をきちんと受け止める覚悟をした大人たちがいる場所だからこそ、この３つのメッセージを伝えることができるのだと思います。

次のキャンプも来るね！

帰りは、新横浜、東京、仙台というふうに、徐々に人が減っていきます。ここでお別れだと伝えると、それまでの笑顔も寂しそうな顔に変わります。もっといっしょにいたくて、涙を流してしまう子もいたけれど、「楽しかった」「また来るね」「次まで勉強がんばる！」など、それぞれにまた会える日を思ってお別れすることができたような気がします。

みんなが口々に「次のキャンプも来るね！」と言っていましたが、その思いは、初めて参加した子の方が強かったように感じます。

もちろん、2 回目の子も笑顔で「また来る」と言ってくれているのですが、何か余裕のようなものがある気がするのです。「またね」と言って別れた友だちと、本当にまた会うことができたという経験が、「次もまた会える」という確信のようなものを生んでいるのかもしれません。

キャンプ場を出て、駅へ
楽しいおしゃべりは続きます

牧場のソフトクリームを食べ損ねたので、
駅でアイスクリームを買いました

SKY CAMP in あさぎり
日　程：2012 年 9 月 15 日～ 17 日
（2 泊 3 日）
場　所：静岡県立朝霧野外活動センター
（静岡県富士宮市）
参加者：小学 3 年生から
専門学校 1 年までの 17 人
（うち 9 人が第 1 回参加者）
協　力：静岡県立朝霧野外活動センター
ロゴスコーポレーション

素直でアンバランスな子どもたち

最初に子どもたちに会った印象は、「楽しみにしていたキャンプにやってきた元気な子どもたち」というものでした。事前にキャンプの中身を聞いていなければ、震災で大切な人を亡くすという大きな経験をしてきたとは、とても思えませんでした。キャンプの全般を通しても、その年齢・学年相応の反応をする、素直な子どもたちだなあというのが、私の率直な感想でした。

しかし、そんな楽しい（と、子どもたち自身も口にしている）時間の中でも、ふとした瞬間に「避難所にいた時ね‥」とか、「学校が津波でなくなっちゃったから、今新しくなったんだよ」、「○○ちゃん、地震でお家なくなっちゃったんだよ」と、普段の出来事を話すように教えてくれることがあり、正直、どう反応したものか困ってしまいました。このキャンプの趣旨は理解して参加したのですが、当事者の子どもたちにとっては今も続いている日常・現実なんだなぁと強く感じ、ドキドキさせられました。

仕事で 2011 年 3 月に被災地に入ったのですが、そのときは誰もが毎日を生きることに必死で、子どもたちの心身の様子、遊びのことまで考えられる状況ではありませんでした。それから 1 年半が経過して、被災者すべてがとは言えませんが、子どもたち自身も、その保護者も、少しずつ外の世界に目を向けられる気持ちの余裕が出てきたのかなぁと、うれしく思いました。

自分の主張はあるのに、友だちと主張が重なると必要以上に譲り合い、年齢の割に聞き分けがよすぎると感じることもありました。避難所や仮設住宅でのがまんせざるを得ない生活のためなのかなぁと、考えさせられました。

また、死を連想させるような言葉にはとても敏感です。途端に機嫌が悪くなったかと思うと、こちらの喪失体験にはずかずか入り込んできたり。私自身が振り回された部分もありましたが、気持ちをうまくコントロールし切れない、ある意味子どもらしい、このアンバランスさにホッとしたものでした。

看護師として参加させていただきましたが、私自身もいっしょにプログラムを楽しんだ、素敵な 3 日間でした。

工藤　美香（保健師・SKY CAMP in あさぎりキャンプナース）

SKY CAMP in よしま

３回目のキャンプは、余島という瀬戸内海に浮かぶ小さな島のキャンプ場で行いました。毎回、試行錯誤やチャレンジがあるのですが、このキャンプでは「海」が大きなチャレンジでした。

東日本大震災では、津波が多くのもの奪っていきました。しかし、津波の被害を受けた地域に暮らしてきた人たちは、ずっと海に愛着を感じ、海の恩恵に感謝しながら生きてこられたのです。子どもたちにとっては、海は楽しい遊び場所だったかもしれません。だから、海が怖い存在や、憎い存在のままであったら悲しいなぁと思っていたのです。もう一度、海との親しい関係を結ぶきっかけとなるようなキャンプが、いつかできたらいいなと考えていました。

もちろん、海に対する思いはそれぞれですから、「2 年たったから大丈夫」といった単純なことではありません。実際､「やっぱり海が怖いから」とキャンセルした子もいました。保護者へのアンケートの中にも、海に対する不安がかすかに感じられるものがありました。ですから、私たちも少しばかり心配していたのです。

瀬戸内海は穏やかな海です。さすがに泳ぐには早すぎますが、冬の寒さも穏やかですから、この時期であれば海のプログラムを楽しむことができます。散歩したり、船をこいだり、楽しい時間を過ごしてくれればいいなと思いながら準備を進めました。

海と遊ぶ

海に対する私たちの不安は杞憂だったようです。釣りをしたり、カヤックに乗ったり、島一周の探検をしたり、潮だまりの生き物を探したり、さまざまな形で海と遊びました。まだ冷たい水の中に入る子や、楽しそうに砂浜に埋められる子まで。

もちろん、子どもたちにまったく怖いと思う気持ちがなかったわけではないようです。キャビンから食堂へ歩いているときに「地震が起きたら、

いろんな海の遊びを楽しみました

どこへ逃げるの？」と聞いてきたり、海のプログラム中に「ここで津波が来たらダメだね‥」などと言ってみたり、スタッフが内心ドキッとするような言動はありました。みんな一度はカヤックに乗る練習をしたのですが、いざ乗る場面になっても、「いっしょに乗ってね」と何度もリーダーに念押しする子や「やっぱり怖い」と言う子もいました。しばらくすると「楽しい」という声が聞かれましたが、次の活動を選ぶときに「カヌーやカヤックには乗らない」と相談して決めたグループもありました。それでも、このグループの子どもたちも海が嫌いというわけではないようでした。震災前は海でよく遊んでいたという子も多く、磯遊びでは子どもたちの方から積極的に遊び方を教えてくれる場面もあったほどです。

すんなり海に入れた子もいれば、まだ少し不安という子もいて、海に対する反応はさまざまです。それでも、こんなふうに海で遊んだり、海のプログラムに挑戦をしたりすることは、子どもたちが海との関係を少しずつ結び直すきっかけになるのではないかと感じました。

少し風変わりなキャンプ

グリーフキャンプというのは、ほかのあらゆるキャンプと同じく楽しい活動が基本となります。けれど、「なくなってしまったもの」をていねいに思い出すための時間が加えられているのは、ちょっと普通のキャンプとは言えない部分です。「覆水盆に返らず」ということわざは、「過ぎたことを嘆いても仕方ないのだから、考えるのはやめなさい」というニュアンスで使われることが多くあります。確かに、取り戻すことができないという意味では、嘆いても仕方ないのでしょう。でも、そこで「考えるのはやめなさい」としないのが、グリーフキャンプです。

「考えたっていいよ。でも、ひとりで苦しくならないでね」というのが私たちのスタンスですから、おのずとキャンプの雰囲気も少し変わったものになります。

おもいでの時間のひとこま

自分のことを話すことのできる子、
みんなの前では話せない子、いろんな子がいます

話したくなったときに「あのね‥」と
話しかけることのできる人がいつもいます

「キャンプ」とひと言にいっても、そのイメージは千差万別です。キャンプを行う団体の考え方の違いや、キャンプ場のロケーションによる違い、中心となるアクティビティの違いなどによって、スタッフの位置づけやグループの編成の方法も大きく異なるのです。

今、私たちが行っているグリーフキャンプでは、いろんなタイプ（年齢や性格、経験もバラバラ）のスタッフが、たくさん参加しています。子どもは、そもそも一人ひとり違うものですが、「なくしたもの」について考えるとき、もっとずっと個別性が高まります。だから、気持ちを言葉にするときに「あのね」と話しかける大人には、いろんな人がいるほうがよいと思うのです。お兄ちゃんのような人と話したいときもあれば、お母さんのような人と話したいときも、おじいちゃんのような人と話したいときもあります。また、考える時間から離れて遊びたいときは、いっしょに跳びはねてくれる人がいいでしょう。

今回のキャンプでは、このスタンスに少し戸惑い、どのように関わったらいいのか迷ってしまったスタッフもいたようです。もちろん、もう少しきちんと説明をしておけば、困らせることはなかったと、少し反省しています。

私たちは、学んできたことやこれまでの経験から「この方法がよい」と思っているのですが、別の立場から見れば「この方法は変」ということもあるわけで、「絶対的に正しいキャンプ」などというものが存在しないことを痛感するのです。

継続的に行うことの意味

このキャンプに多くのリピーターが参加しているように、継続して関わってくれているスタッフもいます。そんなリーダーの子どもへの声かけや、子どもたちの様子をほかのスタッフと話しているのを見ると、子どもたちの変化や成長を受け止め、子どもたちとスタッフがしっかり関係を築けていることを感じます。

グリーフキャンプには年齢や経験も
いろんなタイプのスタッフがいます

このようなつながりは、グリーフキャンプでは特に重要だと思います。たとえ半年や１年に１度しか会えなくても、自分のことを継続的に知っていてくれて、いろんなことが話せる大人の存在は、子どもにとって貴重なものです。そして、保護者ではなく第三者の立ち位置にいるからこそ、「あのね…」と話せることもあると思うのです。

また、同じような経験をした子どもたちが集まり、安心できる環境の中で遊びを楽しんだり、自分のこころに向き合うことは、グリーフとのつきあい方を学ぶためには、とても良い機会になると思います。もちろん、毎回同じ人が参加できるわけではありませんが、「必ず知っている人がいる」という安心は、グリーフキャンプに参加する子どもたちにとって、とても大切です。

地震の発生から２年、３回のキャンプを通じて、グリーフキャンプの成果らしきものが、はっきりと見えてきたように思います。同時に、いろんな課題も明らかになりましたし、「こんなこともやってみたい」という新しいアイデアも浮かんできました。「次のキャンプも楽しみだなぁ」と思いながら、余島でのキャンプを終えました。

キャンプを通じて生まれる親近感は
個々のグリーフワークの支えになります

浸食でできた岩の穴で大仏ごっこ（?!）

絵本作家の村上康成さんにイラストを描いてもらって
オリジナルのキャンプTシャツをつくりました

SKY CAMP in よしま

日　程：2013年３月26日～30日
（４泊５日）

場　所：神戸YMCA余島野外活動センター

参加者：小学３年生から
高校２年生までの17人
（うち14人が過去２回の参加者）

協　力：神戸YMCA

自然と人がもたらす大きな力に触れて

Ａくんは、津波で父親を亡くし、日々の生活に苦しさを感じながら過ごしていました。「学校に行きたいけど、行けない。」「どうしてお父さんがいないんだろう。」「また津波が来たら怖いな…。」

共に暮らすお母さんは、そんな彼の力になりたいという思いを抱えておられました。

出発の日の朝、仙台駅で顔を合わせた彼は元気がなく、どこか不機嫌そう。話を聞くと、「行きたくない。無理やり申し込まれた。こんなの島流しだ。」と言います。お母さんは困惑気味でしたが、一方で何か決意のようなものが感じ取れる表情をされていました。いよいよ出発となり、歩き始めた彼に一言「無理だけはしなくていいよ。」と伝え、目的地に向かいました。ぎこちない雰囲気のまま、移動は続きます。飛行機が大きく遅れ、余島に着いた時はすでに夜。食事を済ませ、初日は終了となりました。

キャンプらしくなったのは翌日からでした。豊かな自然、穏やかな海に囲まれて過ごす２日目、３日目。彼の表情や振る舞いは日を追うごと、時間を追うごとに変化していきました。次第に変化は顕著になり、歌い、笑い、走り、そして自分のこと、将来のこと、亡くなったお父さんのことを話してくれるようになりました。年下の子の面倒もよく見ていましたし、年上らしく注意する姿も。

「楽しんでるのかな？ でも、無理してないかな？」と嬉しさと心配を抱きながら彼の様子を追っていました。そして４日目の夜、彼の口から「ほんとうは行きたくないと思ってた。でも楽しかった！」という言葉を聞き、心を震わされました。

子どもグリーフサポートステーションのスタッフは、このキャンプにグリーフケア・プログラム・ファシリテーターとして参加しました。それぞれの喪失体験や自分の気持ち、大切に思うことなどを様々なワークを通しシェアする「おもいでの時間」のほか、子どもたちへの個別のグリーフサポートを担当しました。

「自分だけじゃない。」「話してもいいんだ。」と感じ、相手のことや自分のことを知って大事にしてもらいたいなとの思いを込めたプログラムでしたが、子どもたちはどんな思いを抱いたでしょうか。戸惑ったり、拒否したりする子もいました。亡くなった家族の人柄を嬉しそうに教えてくれた子もいました。長い時間をかけて考え、話すことをパスした子もいました。後からそっと話してくれた子もいました。ほかのスタッフも子どもたちと一緒にワークに参加してくれました。寝食を共にし、このような時間をシェアできたことは少なからず影響があったのではと感じています。

最終日。帰りのバスの中、誰が誘うでもなく、自然と毎日皆で歌ったキャンプソングを合唱していました。その歌声と表情、「またね！」「元気でね！」と何度も何度も繰り返し交わされる言葉からは、いかにこのキャンプが楽しかったのかが強く強く伝わってきました。

豊かな自然と信頼できる仲間が持つ偉大な力は、とても大きな影響を子どもたちにもたらしたと感じています。４泊５日のキャンプは日帰りのプログラム半年分、一年分の影響を子どもたちに与えたのではないでしょうか。

さて、最初は行きたくないと言った彼。キャンプ後の彼に会った、彼を小さいころから世話しているという知人は、お母さんにこう言ったそうです。

「キャンプから帰って来て前より明るくなったね！一日中キャンプの話をしていたよ。」

相澤　治（NPO 法人子どもグリーフサポートステーション　事務局長・プログラムディレクター）

第２章
グリーフキャンプの役割
～生き延びる力～

グリーフキャンプは、
生き延びる力を手に入れる時間です。
大切なものを失った、消すことのできない悲しさを
絶望に変化させないよう、
機嫌よく生きる強さを身につけることができる。
キャンプにはそんな時間が流れています。

なぜキャンプがふさわしいのかを考えます。

グリーフキャンプの目的

東日本大震災で親を亡くした子どもは 1,700 人を超えています（両親を亡くした子 241 人、父母のいずれかを亡くした子 1,483 人　※厚生労働省調査）。そのほとんどが母子家庭・父子家庭の状態か、親族に引き取られており、引っ越しや転校、生活の貧困化など、大きな生活環境の変化にさらされています。

子どもたちにとって、無条件に自分を守ってくれる存在である親を亡くすことは、それ自体が大きな衝撃です。たとえきちんと面倒をみてくれる人がいて、大学を卒業して就職するまでに十分なお金が目の前に積まれたとしても、消し去ることのできない「寄る辺のなさ」を感じないわけにはいきません。さらに、津波被害や原子力発電所事故の影響で地域社会が崩壊したり、家や仕事をなくした人が多くいるなど、大人が置かれた状況の厳しさもあり、子どもたちの生活に影響を与えていると考えられます。

大切な人を亡くしたとき、葬儀や納骨などのセレモニーを経て喪の作業を行い、徐々に日常生活に戻ります。そして、節目節目にその人のことを懐かしく思い出したりする経験を重ねることで、徐々にその人の不在に慣れていくものです。しかし、被災した多くの子どもたちは、かつての日常に戻ることができておらず、こうしたプロセスを踏むことができない可能性があるのです。

もちろん、大切な人を亡くしたという事実は変わらないわけですから、つらい気持ちになることがあっても仕方ありません。しかし、そのまま突き進むように「ぼくの人生は絶望的だ」という結論にはまって身動きが取れない状態になることだけは避けなければなりません。

私たちがグリーフキャンプを行う最大の目的は、「キャンパーに生き延びてもらう」ということです。

確かに絶望的な気分になることもあると思います。しかし、自分のいる場所を高い位置から俯瞰してみると、そんなときにも周囲で支えてくれようとする人はいますし、結構、ラッキーでハッピーな要素も近くに転がっているものなのです。絶望的な部分しか見ることができなければ、どんどんつらくなってしまいます。そんなふうに自分を追い込まないように、違う方向に目を向けるきっかけを提供するのがグリーフキャンプなのです。

グリーフとはなにか

グリーフとは、喪失体験によってもたらされる精神的、社会的、身体的な反応のことで、日本語では「悲嘆（悲歎）」と呼ばれます。詳細は本章の後半に掲載する坂本昭裕氏の「子ども達の悲しみを支えるということ－グリーフキャンプの試みにむけて－」（47p）に譲りますが、それ自体は特別な反応ではありません。また、喪失の対象は必ずしも大切な人だけではなく、退職や引っ越しなど、社会的役割の変化も含まれますので、私たちも何度も経験していることと言えるのです。

しかし、東日本大震災による喪失は、突然であり、家や学校など多くのものが同時に失われたケースが多いので、その衝撃はより大きなものになります。さらに、2 年が過ぎた時点でも行方不明者が 2,681 人もおり、亡くなった人とのお別れをする喪の作業がきちんと行えていない場合も多いのです。

このように複数の要因が重なると、グリーフは複雑化してしまう可能性が高まります。

グリーフを複雑化させない、あるいは複雑化したグリーフをほどく作業が、グリーフワークです。それは、ゆっくりとていねいに、今ここにいない人のことを思い出し、新しい関係を結び直していく心の作業です。

グリーフワークがどのようなプロセスを踏んで進むかは、人によってそれぞれ異なります。つまり、一律の正解はないのですが、自分が孤独な存在だと思い込まないことが大切です。だから、キャンプが役立つ可能性があるのです。

キャンプがふさわしい理由

グリーフワークの場として考えたとき、キャンプには、いくつかの優れた点があります。ここではその理由をあげてみます。

1．目的に応じた環境を設定できる

キャンプは自然の中での簡素な生活を基本とした活動です。そのため、家庭や学校といった固定化した環境から離れ、いつもと違う経験をしてみるための環境を設定することが比較的容易にできます。

以下にあげる優れた点も、この環境設定の自由度があってこそ、さらにその意味を深めることができます。

2．楽しい活動である

キャンプは、遊びと遊びの要素が組み込まれた生活で構成された、基本的に楽しい活動です。津波で肉親を亡くすといった大きな変化を伴う経験は、子どもたちが「年相応の子ども」でいることを難しくしてしまう場合があります。無意識のうちに「お母さんが死んだのは、ぼくが悪い子だったからだ」などの根拠のない自責の念を持ったり、苦しんだり悲しんだりしている大人たちを見て「ぼくがわがままを言っていてはいけない」と行動を規制したりすることも多く起こります。そのような子どもには、「楽しんでいい」ということが保証された空間で、思いっきり体を動かして遊び、「年相応の子ども」として振る舞うことが必要です。髙木慶子さん（上智大学グリーフケア研究所特任所長）の著書の中に次のような一節があります。

> 悲しみを負った子どもたちにとって一番必要なのは、心が明るくなることです。そして、遊びのなかで子どもたちは明るさを取りもどしていくのです。大人たちが考えなければなら ないのは、「今日は楽しかった」という思いをいだいて子どもたちが毎日眠りにつけるようにすること。子どもには、それが一番の心のケアになるのです。
> （『悲しんでいい～大災害とグリーフケア』，2011 年，NHK 出版，139p）

しっかり体を動かして、いっぱい笑い、ぐっすり眠る。そんな環境をキャンプは提供できます。

3．新しい体験、挑戦がある

初めての場所に行くこと、初めて会う人たちと生活をともにすること、初めての活動に挑戦すること、こういった新しい体験や経験がキャンプにはあふれています。

少し背伸びをして挑戦し、成功体験を積み重ねることは、人の成長にとって不可欠です。しかし、深い悲しみにとらわれていたり、自責の念を抱いているような状況では、なかなか新しい挑戦に一歩を踏み出すことができないものです。そのような子どもたちに対しても、「環境設定が容易である」という利点を生かして、キャンプの中で小さな成功体験を積み重ねられるような機会を用意することが可能です。

病児キャンプの世界的ネットワークであるSeriousFun Children's Network（旧 Hole in the Wall Camps）では、そのキャンプにおいて「挑戦と成功」をセラピューティック・レクリエーションの手法として有効に活用しています。重い病気

一人ひとりに合わせた挑戦が成長を促す

の子どもたちは、病気そのものや 治療などによる身体的変化 (髪の毛が抜ける、やせる、太るなど)、そしてそのことによる周囲からのいじめなどが影響して、臆病になってしまっていることが多くあります。そこで、キャンプの安心安全の環境の中で、「少しがんばればできる」挑戦を一人ひとりの状況に合わせて周到に準備します。そして、成功したら次はもうちょっと難しい挑戦を準備するのです。こうした小さな挑戦を積み重ねることで、自己肯定感（self-esteem）を高めることができます。

※ SeriousFun Children's Network のグリーフキャンプについては 58 ページをご覧ください。

また、セラピューティック・レクリエーションの考えに基づいて用意されたもの以外にも、キャンプの中には新しい体験や挑戦があふれています。

見よう見まねで新しい体験をしているとき、子どもたちは自分にとっての「ロールモデル（お手本)」を見いだす場合があります。それは、「この人みたいに楽しそうに歌をうたえるようになりたいなぁ」とか、「おぉ、この人はぼくの火おこし師匠だ！」などといった単純なことかもしれません。しかし、このロールモデルを見いだす経験を繰り返していると、「おもしろいとかかっこいいと思った人からは、いろんなことを学べるぞ」ということを経験的に知ることができ、学ぶ意欲、新しいことに挑戦する意欲、すなわち生きる意欲を手に入れることができるのです。

ロールモデルは年長の人、何かを教えてくれる人であるとは限りません。台湾のキャンプに参加した 16 歳の T くんは、「(同じように両親を亡くしたのに）元気いっぱいに遊んでいる小さい子たちを見て、自分は何をしているんだろうと思った」のだそうです。そしてキャンプのあと、周囲が驚くほどに明るくなり、勉強にも真剣に取り組んでいます。思いがけないところからもロールモデルを見いだせる、フラットな人間関係がキャンプにはあります。

4. トレーニングを受けたリーダーシップがあるグループ活動である

組織キャンプの特徴のひとつは、リーダーのいる小グループでの活動を基本としているということです。ここでいうリーダー（カウンセラーという呼び方をすることもある）は、子どもたちをぐいぐい引っぱるといった類いのものではなく、子どもたちの間で生じる力学（グループ・ダイナミクス）をファシリテートすることが役割です。リーダーは、グループ内に膠着状態があったり、ケンカの収拾がつかないといった場合には介入をすることもありますが、基本的には、見守り、ともに楽しむというスタンスでグループに関わります。つまり、子どもたち同士のやりとりを通じて、子どもたち自身の成長を促すといったイメージです。

こうした子どもとの関わり方についてのトレーニングを受けたスタッフが、さらにグリーフキャンプに携わるために必要な喪失やそれに伴う悲嘆に関する基本を学び、キャンプに臨みます。

グリーフキャンプでは、「家族を亡くす」という共通の経験をした子どもたちがグループを構成します。このグループで活動を重ねるなかで、「悩んでいるのは自分だけじゃないんだ」「悲しい気持ちにとらわれていたのは異常じゃないんだ」といった、ある種の共通点を見いだします。つまり「ピアカウンセリング（当事者同士による相互支援)」の働きがグループの中で生じるのです。

グループでの親密で共感を伴う活動の中で、同じような経験をした他者が、その経験とどう向き合っているかを知ることができ、それが自分にとっての新しい考え方を提供してくれる。それがピアカウンセリングの働きです。偉い先生の教えを請うというわけではないので、内発的な変化を生じさせる可能性があるのです。

グリーフキャンプに特化したリーダー・トレーニングはまだ十分に確立されているとは言えません。しかし、実際のキャンプで得た経験を反映さ

せながら、よりよいものを作り上げていきたいと考えています。

5．社会資本としての善意に触れる

キャンプは、非常に多くの人が関わることを必要とする、極めて労働集約的な事業です。その全ての労働をコスト計算するととても成り立ちませんから、「子どもたちのために一肌脱ごう」という大人たちの働きによって支えられます。グリーフキャンプももちろん例外ではありません。

たとえば、台湾でのキャンプはまさに「善意の塊にリボンをかけたプレゼント」のようなものでした。多くの人がボランティアとして参加してくれましたし、台湾の方々は私たちを温かく迎えてくれました。そしてこのキャンプ費用は、共同実施団体である朝日新聞厚生文化事業団に寄せられた多くの方々の寄付を使わせていただいたのです。

子どもたちにとって親を失うことは、とても不安なものです。客観的に見てまったく心配のない状況があったとしても、子どもたち自身が「寄る辺のなさ」を感じることは仕方がありません。「お父さんがいなくなって、ご飯が食べられなくなったらどうしよう？」という不安は、目の前にお金を積み上げるだけでは解消できないものです。そのとき、私たちにできることは、社会資本として遍在する善意を子どもたちに示すことなのだろうと思います。「世の中、捨てたもんじゃない」と信じられる小さな根拠をずらずらと並べて示す環境として、キャンプはとてもふさわしいところです。

6．社会的課題に向き合ってきた歴史

大切な人を亡くしたという事実は、どうしたって変えることはできません。ですから、つらくなることがあっても仕方ないですし、そんなときには考えないわけにはいかないのです。「つらくなるから、考えるのはやめなさい」と言われても、そうはいきません。もちろん、ほかの誰かが代わってあげることもできません。

理解してくれる人がいる安心な環境の中で、とことん考えてもらえればよいのだと思います。楽しいことをいっぱいして、体を動かし、しっかり食べて、たっぷり話をし、考える。そんな繰り返しの中で、自分のいる場所を俯瞰できるようになると、「ぼくの人生、まんざらでもないな」と信じられるのではないかと思います。

キャンプの 150 年を超える歴史の中で、経済的や社会的に厳しい環境に置かれた子どもたちのためにキャンプがいくつも行われてきました。もちろん、数日のキャンプで子どもたちを取り巻く環境そのものは変えられませんから、意図されてきたのは、子どもたち自身が新しい視点を持てるきっかけを与えることだったのだろうと思います。その意味では、グリーフキャンプもその伝統に則ったものであると言えます。

改めて、キャンプが担いうる役割

人、特に子どもたちにとって「守られている」「敬愛を受けている」と実感する経験はとても大切です。本来であれば、無条件にその環境を提供してくれるのが家族なのでしょう。しかし、グリーフキャンプに来る子どもたちは、その家族を失っています。もちろん親に代わって養護をしてくれる人たちはいます。私たちが出会う保護者たちは、新しい関係に戸惑いながらも、深く子どもたちのことを考えておられます。それでも「何かが欠けている」という感覚を子どもが持つことがあって

も不思議ではありません。

ですから、子どもたちには日常生活以外にも、「守られている」「敬愛を受けている」と実感できるいくつかの場所が必要です。

ここに立正大学の金井淑子さんの論文の一節を引用します。虐待の現場となった家庭から逃れ、問題を抱えた子どもについて論じたものなので、グリーフキャンプに参加する子どもたちに当てはまるものではありません。しかし、彼らにとって必要なものを考えるための示唆に富んでいます。

> 自尊感情を解体されたまま不安や嗜癖問題を抱えていることも少なくない彼らにとってこそ必要なのは、彼らの自尊感情を育む場であり、また自己回復のためのさまざまな物語であろう。さまざまな事情で家族と距離をとったり家族を捨てざるをえなかった者たちの新しい居場所、自己開放の場、疑似家族空間ともいうべき場と関係性が、社会の中でさまざまなレベルでいま問われているというべきなのだ。
> （川本隆史編『岩波　新・哲学講座６　共に生きる』，1998 年，77p）

「自己回復のためのさまざまな物語」「疑似家族ともいうべき場と関係性」を提供する役目をキャンプは担うことができると思います。「キャンプが優れた場所である理由」のひとつとしてあげた「目的に応じた特定の環境を作ることができる」（39p）は、まさにキャンプがふさわしいことを示す理由となります。

もちろん、「社会の中でさまざまなレベルで」と指摘されているように、キャンプだけで十分というわけではありませんが、キャンプなりの利点もあります。モンゴル遊牧民のゲルやネイティブアメリカンのティピーテントのように、必要な場所に移動し、必要十分な環境を整え、少し工夫をしながら、子どもたちが将来を組み立てる素材になる物語を紡ぐ。キャンプはそんな場所を提供できるのです。

スタッフの資質

これまでの経験から、グリーフキャンプにはいろんなタイプのスタッフがいることが大切だと考えています。

子どもたちはグリーフをエネルギーとして抱えていますが、そのタイプはそれぞれに異なります。静かなエネルギーを持っている子は、おとなしく、一見、問題がないように見えるかもしれません。けれど、「あの子は大丈夫」と関わりを持つ人がいなければ、自分の中に引きこもり、「私は存在しなくてもいい」と考えてしまうこともあります。そんな子のそばには、ゆったりと寄り添えるスタッフの存在があるといいなと思います。激しいエネルギーを持っている子は、ときに暴力的な行動を取ることもありますから、一歩間違えばほかの誰かを傷つけてしまうかもしれません。そんな子のそばにいるのは、遊びや運動でいっしょに思いっきり体を動かしてくれる体力いっぱいのスタッフがいいでしょう。

そして、グリーフキャンプは亡くなった大切な人のことを考えたり、話してもいいキャンプですから、子どもたちにとってはその時間を誰と過ごすかというのも大切な選択です。子どもはそもそも一人ひとり違うものですが、「なくしたもの」について考えるとき、ずっと個別性が高まります。だから、気持ちを言葉にするときに「あのね」と話しかける大人には、いろんな人がいるほうがよいと思うのです。お兄ちゃんのような人と話したいときもあれば、お母さんのような人と話したいときも、おじいちゃんのような人と話したいときもあります。

実際、私たちの行ったグリーフキャンプにも、お手本にした El Tesoro de la Vida にも、いろんなスタッフがいます。

キャンプリーダーというと、「明るく元気な若い人」というイメージがあるかもしれませんが、グリーフキャンプには、子どもたちから見てお母さ

んのような人も、おじいちゃんのような人もいれば、自分からはほとんどしゃべらない物静かな人もいます。

台湾でキャンプをしたときは、日本語がほとんど分からないスタッフもたくさんいました。それでもなぜかそれなりにコミュニケーションは成立していて、クラフトを教えてもらったり、いっしょにハイキングに出かけたりしていました。

子どもたちはその一人ひとりをよーく見ていて、そのときの自分の気持ちにフィットするスタッフを探し出しているように思います。わざと意地悪をしてきたかと思ったら、べったりと甘えてくることもあるし、不安げに手を握ってくることもあります。

ですから、いろんな人に関わってもらえる可能性はあると思うのですが、スタッフに向いている資質がひとつあります。それは「いつもなんか楽しそう」であることです。いつもなんか楽しそうにニコニコしているスタッフが多ければ多いほど、グリーフキャンプはうまくいくようです。

雨が降ってプログラムが中止になり、「あ〜ぁ〜雨だねぇ」と残念がりながらも、新しい遊びを見つけて楽しめる人。野外調理の材料が欠けていても、ちょいと工夫をして、別のおいしいものに仕上げられる人。子どもたちのわけのわからない言動に延々と付き合って、ほほえんでいられる人。

こういった人たちは、所与の条件に対する開放性が高いのだと思います。もちろんキャンプを行うときには、さまざまな可能性を考えて準備をするのですが、すべてが予定通りにいくとは限りません。そのときに「ちゃんと準備をしなかったのは誰だ！」と声を荒らげても事態は好転しません。「あら、困ったなぁ」とか言いながら、その場にあるものを組み合わせて、ごく当たり前に次の手を打てる人が、グリーフキャンプでは特に必要です。

なんか楽しそうな大人たちがキャンプを支える

このキャンプに参加する子どもたちは、大切なものをたくさんなくして、意識的にも無意識的にもまわりの様子をよく観察しています。そんな子どもたちにとって安心安全な環境を提供するためには、なんか楽しそうな人がたくさんいるほうがいいなと思うのです。

第１章（23p）でも触れましたが、『マイ・ライフ・アズ・ア・ドッグ』というスウェーデン映画があります。お父さんがおらず、お母さんが入院してしまったために、田舎の親戚に預けられたイングマルという少年の物語ですが、この映画はグリーフキャンプとよく似ています。

「お母さんが病気になったのは、ぼくのせいだ」と自分を責めたり、「宇宙に飛ばされて死んでしまったライカ犬に比べたら、ぼくは幸せだ」と、不幸の相対化によって納得しようとしていたイングマルは、村での生活の中で少しずつ変化していきます。それぞれに悩みを抱える同年代の友だちとの出会いは、ピア・カウンセリングになっていました。たっぷりの自然も効果的でしょう。しかし、それより圧倒的な力を持っていたのは、のんきで、ちょっと変わっていて、なんか楽しそうな村人たちの存在です。

子どもたちが、そういった「なんか楽しそうな大人たち」を自分のロールモデル（人生のお手本）にしてくれたら、とてもうれしいことです。やがて、自分も「なんか楽しそうな大人」になり、機嫌のいい状態を保つことができたら、「人生、まんざらでもないな」という思いを抱いて生きていけると思います。

場の設定とルール

キャンプでははじめにみんなで、このキャンプはどんなものかということと、このキャンプでのルールを確認します。グリーフキャンプは、亡くなった大切な人のことを考えたり、話したりしてもいい安心安全な場所です。そのことを確認できるよう、以下のようなことを共有します。

ここには震災で大切な人を亡くした小学生、中学生、高校生が来ています。

スタッフの中にも、いろんな理由で家族を亡くした人がいます。

キャンプの期間中は、日頃の生活では経験できない遊びや活動を楽しみましょう。

自分の気持ちを話したくなったら「あのね」と声をかけてください。

話したくないときは「パス」をしてOKです。

自分やほかの人を傷つける行動や言葉がけはやめましょう。「自分も大事、相手も大事」です。

自分で考えたり、仲間と相談して、やりたいことを選んでチャレンジしてください。

スタッフトレーニング

スタッフトレーニングは、そのキャンプの目的やアクティビティの内容、キャンプ場のロケーションなどによって内容が変わります。たとえば、ヨットなどの海洋アクティビティを行うキャンプでは、アクティビティの占める割合が高くなりがちです。一方、固定したアクティビティの少ないキャンプでは、グループ活動により重点が置かれるでしょう。これまでに行った３回のグリーフキャンプは、そのどちらでもないものでした。

子どもたちがそれぞれに楽しみを見つけたり、考えたり、安心できる相手を探して話をしたりすることを大事にしたいので、「キャンプとはこういうものだ」という自分なりの型を持っているスタッフにとっては、少々面食らうものだったのかもしれません。実際、関わってくれたスタッフがどう振る舞えばよいのか分からず、戸惑うということもありました。

また、グリーフキャンプでは子どもたちの言動に虚を突かれることがあります。

台湾のキャンプでは小学校３年生の女の子２人が、こんな会話を交わしました。

「ねぇ、死ぬんだったら誰とがいい？ひとりじゃ、やだな‥」

「うん、ひとりは、やだね」

「わたしも。でもお母さん、もういないんだよね」

また、余島でのキャンプでは、カヌーの練習のときに「ここで津波が来たら、ダメだね‥」といった言葉も聞かれました。

こうした言葉にスタッフは内心ドキッとし、どのように反応しようかと考えます。しかし、現実問題として、こうしたことのすべてに確実に適切に対応できるすべを私たちはまだ持っていません。その意味では、スタッフトレーニングは完成されていない状況と言えるかもしれませんが、ここでは最低限必要なことがらをまとめておきます。

スタッフトレーニングのひとこま

痛みを代わってあげることはできない

グリーフキャンプを行うとき、子どもたちになにかをしてあげるという感覚になりがちです。でも、私たちは他の人の痛みや悲しみを代わってあげることはできません。直接になにかをするというのではなくて、自分が経験していない経験をした子ども自身が居やすい状態でいられるようにサポートをしたいと思います。

生活の中には死別だけでなく、さまざまなダメージを与える出来事があります。東日本大震災では、大切な人を亡くしただけでなく、家や仕事、コミュニティなどさまざまな喪失体験が重なったので、その衝撃は非常に大きいのです。震災から２年が過ぎてもまだまだ復興は遠い状況で、日常のストレスは私たちが想像する以上に大きいと考えられます。

グリーフは「悲嘆」と訳されることが多いですが、愛着のあるものが失われたことによる心の状態なので、「いとおしさ」が基本にあります。ですから、喪失体験というだけでは決められない個別性があるのです。自分のもの差しを当てはめて解釈をしないよう、まず自分の喪失経験から離れる必要があります。「私はこうだった」という一人称の経験と、「あなたはそうだったんですね」という二人称の経験の間には距離があります。そのことを理解して、子どもたち自身がどうするのかということを大切にした関わりが必要です。イメージとしては、ちょっと後ろをついて歩いていくという感じです。

エネルギーを受け止める

「スタッフの資質 (42p)」でも述べたとおり、子どもたちの場合、グリーフはエネルギーとして出てきます。そのエネルギーは、大きい場合もありますが、すごく小さな場合もあります。大きなエネルギーは人を傷つけてしまうこともありますから、遊びなどを通じて発散させることが大事です。逆に、小さなエネルギーは、おとなしくしているように見えるので、一見、問題がなさそうですが、気をつけておかないと子ども自身が自分の存在を確認できなくなる恐れもあります。いずれにしても受け止めてあげる人がいることが大切です。

キャンプには、活動的なもの、穏やかなものを含めてさまざまなアクティビティがあります。このようにいろいろなタイプのものがあるので、子どもたちがそれぞれの方法でエネルギーを表に出す場としての可能性があると思います。自分が経験していない経験をした子どもと私たちの間になにを置くかと考えたときに、キャンプのような楽しい活動を置くと、話がしやすくなるのではないでしょうか。

社会資源に結びつける

子どもたちを死なせない、そして、将来の可能性を狭めないようにするために、精神面のサポートは不可欠です。とはいえ、キャンプを含めた精神面のサポートだけでは生活を支えることはできません。子どもたちを支える社会資源にはさまざまなものがありますから、得意分野を持つ人たちがつながることが、今後ますます大切になっていきます。

震災後、学校に行くのがしんどくなった子が、キャンプで少し元気になって、学校に行けるようになった。少しずつ授業が理解できるようになったら、勉強が楽しくなった。そして、もっと勉強して大学に行きたいと思うようになった。

そんなときには、学習支援を行っている NPO を紹介したり、遺児に奨学金を出している団体につなげたりすることが求められます。適切な社会資源に結びつけることが、子どもたちが生き延び、可能性を広げることにつながります。自分たちにできることの限界を見極め、他と連携が取れるようアンテナを張っておきたいものです。

キャンプでのグリーフサポートの可能性

「お父さんが死んでお母さんが働きに出て、ひとりの時間がふえました（小５男）」

「どうせ死ぬんだったら、勉強することに意味はあるの？（中１男）」

お父さんやお母さんを亡くした子どもは、その人がもうこの世にいないという家族・世界（環境）の大きな変化とともに、「『死』とどのようにつきあって行くか？」「これからどのように生きて行くのか？」という問いを抱えながら、長い旅に出ることになります。経済的な変化は「明日のご飯はどうなるの？」という不安になり、「学校に行けるのかな？」など、人生の可能性に影響を受けかねない不安を呼び起こします。

遺された子どもを抱えた母親（父親）は、伴侶を亡くした自分自身の愛惜・悲嘆などの感情に揺さぶられながら、仕事、子育をしなければなりません。遺児を支援している民間団体の調査では、約１割の親が死別後に自殺や一家心中を考えたことがあると答えています。

わたしは宮城県仙台市に拠点をおいて、病気や自死（自殺）、交通事故、東日本大震災で親や祖父母、兄弟、友だちなどを亡くした経験を持つ子どもとその保護者を対象にしたサポートプログラムを実施しています。同じような体験をした子どもと保護者が月に１度集まり、４時間ほどの時間で遊びやおしゃべりをしながら発散し、自分の気持ちを大事にし、他人の話しを聞いて、ひとりじゃないという新しいつながりをつくることの手助けをしています。そのつながりとは、亡くなった人とのつながり、残された家族同士のつながり、同じような体験をした同士のつながり、いっしょに歩いていこうという気持ちをもった人々とのつながりです。月に１度ですが、通って来る子は日常生活での落ち着きをとりもどし、母親とのコミュニケーションも取れ、勉強への意欲も徐々に出て来ています。

2012 年８月、アメリカ・テキサス州で 25 年にわたって行われているグリーフキャンプ「El Tesoro la Vida」に参加しました。１週間のキャンプを通じて、死別を体験した子どもたちをサポートする場としての以下のような利点があると感じました。

１．宿泊し、日常生活から切り離された開放的な彼らだけの時間と空間がつくれる。
２．豊富なアクティビティ設定が可能で自分で選んでチャレンジできる機会をつくれる。
３．死別体験について話しやすい空間時間の設定ができ、仲間の話を参考にできる。
４．決まった時間に食事と睡眠がとれ、コンディションを整える機会にもなる。
５．家族や学校では出会えない大人と出会い、進路選択を考える機会にもなる。

キャンプは１年に１回の１週間という時間ですが、濃密で楽しく、「あなたが大事」という敬意に満ちた世界の中で、人とのつながりを経験することができます。その経験を通じて、日常的にある不安とは対局の世界があることを知ることができ、希望を持つことにつながると思いました。

がまんではなくチャレンジ。自分の気持ちを押さえつけるのではなく、言葉にして誰かに伝える。そして、誰かの話を聞くすべを学ぶ。いろんな大人と会い、いろんな人生があるのだということを感じる。キャンプの中でこうしたかけがえのない経験が出来るということを、テキサスで実感しました。そしてこのキャンプが、並々ならぬ愛情を注ぎ、仕事を休んで参加したり、募金をしたりするボランティアの力で成り立っているという厳然たる事実も。

コミュニティの中での日常的サポートと、キャンプでの非日常のサポートを組み合わせることができればすばらしいと、私は期待に胸を膨らませています。

西田　正弘（NPO 法人子どもグリーフサポートステーション代表）

『キャンプ研究　第 15 巻』（2012 年 1 月発行）より転載

子ども達の悲しみを支えるということ
―グリーフキャンプの試みにむけて―

坂本　昭裕（筑波大学人間総合科学研究科）

akihiro SAKAMOTO

1　はじめに

1.1 東日本大震災における喪失の悲しみ

人間がこの世を生きてゆくということは、ある意味、誰かと出会い、そして別れてゆくことの繰り返しであると言えるのではないだろうか。この世に命を授かり、死を迎えるまでの間に多くの人に出会い、そして別れてゆく。このことは、決して避けることのできない私たち人間の運命であろう。そして、自分自身さえも生滅して、そのままでとどまることがゆるされない存在であることは言うまでもない。

鎌倉時代の随筆家で歌人だった鴨長明は、『方丈記』で「ゆく河の流れは絶えずして、しかも、もとの水にあらず。よどみに浮かぶうたかたは、かつ消え、かつむすびて、久しくとどまりたるためしなし。世の中にある人と栖（すみか）と、またかくのごとし」と書き、移りゆくもののはかなさを詠った[11]。私たち日本人には、古来より、このような世界観が心の奥深くに根ざしており、これを「無常観」と呼んでいる。

しかしながら、たとえ私たち日本人が、このような世の中の無常さを理解していたとしても、また喪失の体験が不可避であることを知っていたとしても、心の支えになっていたような大事な人を突然、思いもよらない形で喪（うしな）ってしまったとしたらどうであろうか。どんなにか驚嘆し、動揺し、混乱するであろう。あるいは、その事態を受け入れることができずに、全く否認してしまうこともあるかもしれない。いずれにしても、やがて、果てしない深い悲しみに暮れるであろうことは想像に難くない。

東日本大震災では、多くの人々が一瞬のうちに命を喪うことになってしまった。被災された方々の失ったものは、人の命に限らない。それは、家、家財道具、田畑、家畜、ペット、さらには、故郷、職、転居によって別れてしまった友人知人、はたまた夢や希望など、有形無形のものすべて失われたといっても言い過ぎではないであろう。

さらに、東日本大震災にあっては、地震、津波といった自然災害による喪失の悲しみだけではない。東京電力福島第一原子力発電所の原発事故は、悲惨な放射能汚染を引き起こしてしまった。これは人為災害である。人為災害では、悲しみ以上に、大きな怒りや恨みが生じる[22]と言われており、実際、原発周辺で被災された方々は、悲しみと同時に、強烈な怒りを体験されている。東日本大震災では、これまでの震災による被災者はもとより、これまでに誰も経験することのなかった、未曾有の心の体験を被災者に強いることになってしまったのである。

1.2 グリーフキャンプにむけて

折しも日本キャンプ協会は、創立 45 周年を迎え「次の 100 年に向けた贈り物」となるキャンプを検討している最中に、東日本大震災に直面した（どこか共時的で、運命的な意味を連想してしまうが）。そしてこのような事態にかんがみ、被災した子どもたちの心のケアを目的とした「グ

リーフキャンプ」に向けてプロジェクトを立ち上げたとのことである。多くの被災した子どもたちを目前にして、何らかの形で支援できないかと考えることは、ごく自然なことであったろう。その経緯と概要については、キャンピング 141 号に述べられている[17]。

しかし、実施にあたっては、いくつかのクリアすべき問題点も指摘できよう。たとえば心のケア（グリーフケア）を導入したキャンプとは、いったいどのようなキャンプになるのであろうか。プログラムや実施期間はどうなのだろうか。そして、キャンプのなかで被災児童（家族を喪った子どもたち）のグリーフワークを支援するとは、どのようなことなのか。また、その支援にあたるキャンプカウンセラーのトレーニングやセルフケアはどうするのか等々である。

かつて阪神・淡路大震災のとき、キャンプを通じて子どもたちの心のケアを実践した福田氏は次のように述べている[3]。

> 「確かに、阪神・淡路大震災の後、私たちはキャンプを通じて、震災に遭った子どもたちの『こころのケア』に少なからず貢献できたものと思っています。とはいえ、１人で寝られず２人でひとつのベッドに寝る男の子たちを、私たちは見守ることしかできませんでした。・・（中略）・・『こころのケア』と言いながら、実はふだんのキャンプと変わりなく、私たちは子どもたちに寄り添っただけなのだと、今さらながら気付くのです。ですから東日本大震災に際しても、私たちは自分たちの限界を認識するとともに、改めて『私たちにできること』をいまここでしっかりと考える必要があると思うのです。」

福田氏は、きわめて本質的なことを述べている。すなわち、キャンプで「できること」と「できないこと」を十分に認識しておく必要があるということを指摘している。実際に、キャンプですべてできるわけではない。キャンプは万能ではないのだから。むしろできないことのほうが多いかもしれないのである。しかしながら、一方でキャンプが役に立たないかというとそうでもなさそうである。子どもたちにとって、意味あるなんらかの体験になるのも事実である。「少なからず貢献できた」と語る福田氏の言葉以上にキャンプが役立つこともある。キャンプをしている人ならば経験的に知っているであろう。キャンプには限界と可能性がある。

いずれにしても、グリーフキャンプについて、キャンプ協会が「あせらず、ていねいに[17]」準備を進めていることは、非常に大切なスタンスであると思われる。また、アメリカの先行事例について調査研究を進めていることも重要なことである。繰り返しになるが、深い悲しみを抱えた被災児童のケアを目的として関わるためには、相応の準備をする必要があるからである。

このように、本稿では、キャンプカウンセラー、あるいはキャンプに関わる大人たちが被災した子どもたちの喪失体験をいかに理解し、キャンプでいかに関わればよいかなどについて考えてみたい。以降では、まず、グリーフについて一般的な知識や理論について説明する。続いて、子どものグリーフについて理解を深めたい。さらに、米国におけるグリーフケアの実践例について紹介したい。

2　グリーフを理解する

まずは、本プロジェクトのグリーフキャンプの先行詞となっているグリーフ（grief）について明らかにしておく。

2.1 グリーフとは何か

グリーフとは、喪失体験によってもたらされる精神的、社会的、そして身体的な反応である[9]。日本語では悲嘆という。またこれに類する言葉に悲哀・喪（mourning）もあり、意味の異なる言葉（例えば、死別を喪、生き別れのことを悲哀として分類することもある）として扱う研究者もいるが、本稿ではこれらも同義に扱う。

悲嘆は、先述のとおり喪失感により引き起こされる反応（表 1 参照）を意味するが、別の言い方をするならば、たとえば、大切な人を喪ったときの「体験」とも言える。それは、単に精神的な負の感情の体験ではなく、だるさ、食欲の増減、不定愁訴などの身体的な体験、また、社会的な孤立感、霊的な感覚など幅広い体験を指す[9]。

表１　子どもの発達段階におけるグリーフ反応

年　齢	発達段階	死の概念	悲嘆反応	問題行動のサイン
2～4歳	・自己中心的 ・世界が自分中心に回っていると信じる。 ・ナルシスト的 ・死を理解することができない。	・死は永遠ではなく、自分は置いていかれたのだから、元に戻せると思う。例:「ママが死んだの知ってる？ママいつ帰ってくるの？」	・激しいが短期的な反応 ・現在としての捉え方をする ・世話をされる中で変化に敏感に気づく ・繰り返し同じ質問をする	・退行 ・食事や睡眠のパターンが変わる ・おもらし ・全体的にいらいらしたり困惑したりする
4～7歳	・自主性の芽生え ・自分の外へ世界を広げる。 ・言語の習得 ・空想や幻想 ・自分から進んでできると思う ・罪悪感	・死をまだ元に戻せるものとみなす ・死の人格化 ・望みや思考から出てくる責任感 例:「私のせいかも、ママが死ねばいいと思ってたから」	・より言語化できる ・過程に大きな関心があるどういうふうに？なぜ？と繰り返し質問する ・何も起こらなかったように行動する ・全体的に悲しみ困惑する	・退行 ・悪い夢を見る ・睡眠と食事の障害 ・暴力的な遊び ・故人の役割をしようとする
7～9歳	・具体的な思考 ・自信を持ち始める ・社会性の始まり ・認識力の発達 ・論理的思考の始まり	・死を罰とみなす ・体が傷つくことへの恐れ ・難しい移行の時期でもある。 ・死が未だ元に戻せるものと思いたいが、永久的だと理解し始める	・細かい問いかけ ・詳細をすべて知りたいという気持ち ・他人がどう反応するかに関心がある ・何がふさわしい反応の仕方かと自問する ・モーニングを理解し始める	・退行 ・友達と距離を取る ・睡眠・摂取障害 ・体のことを非常に心配する ・自死の思考（故人のそばに行きたいという思い） ・自分の役割について混乱する
11～18歳	・問題解決がきちんとできる ・抽象的思考 ・個の確立	・大人としての見方 ・抽象化できる ・死を概念化し始める ・教訓の意味が分かるようになる	・落ち込む ・否定 ・退行 ・家族や仲間以外の人たちと話したがる ・伝統的なモーニング	・落ち込む ・怒り。親に対する怒り。言うことをきかない ・以前の教えを退ける。 ・役割の混乱 ・問題行動

（©The Doougy Center, 2008　より引用改変）

悲嘆は、誰もが体験することであると同時に、誰もが強いストレスを感じるものである。このストレスによって、遺（のこ）された人は、精神的にも身体的にも一定の期間において悲しみの後遺症を示すと言われている[12)]。

そして、悲嘆に積極的に適応してゆく過程をグリーフワーク（grief work）、あるいはモーニングワーク（mourning work）と呼んでいる[7,18)]。精神分析学者のフロイト（Freud）は、対象喪失に引き続いて、失った対象への思いや懐かしみ、絶望、怒りなどだけでなく、生前の相手に対する自分の行いをめぐって後悔や償いの気持ちをたどり、喪った対象への心の整理をすることの大切さを説いている[18)]。モーニングワークは、このような心の課題に取り組むことを指す。したがってモーニングワーク、あるいはグリーフワークは、受身的な反応ではなく、喪失の事実を受けとめ、様々な感情を表現し、心理的に適応（筆者は、おさめるという表現をよく使う）してゆく積極的な過程である。‘喪の作業’は、正常な悲嘆の経過であり、健康な状態に回復する過程である。しかし、全く同じ状態ではないので、回復というよりは、‘適応’と考えるほうがよいかもしれない。正常な悲嘆は、自然回復するので一般的には専門家の援助は必要としない。むしろ過剰な関わりや介入は、正常反応をそこなうことがあり、自然に任せることの大切さも指摘されている[13)]。

通常、悲嘆は病気とは考えられていないので、震災における「PTSD」や「うつ」などの疾患の対応とは異なる。しかし、正常な悲嘆過程のいずれかの段階で悲嘆がとどまった状態や強い悲嘆反応がみられたり、逆に悲嘆の欠如、遅発が考えら

れたり、悲嘆の統合が妨げられているような状態は、複雑性悲嘆[13]と呼ばれている（全体の10%程度であると言われている[13]）。このような場合は、PTSDとの併発が疑われることもあるため、医療機関での治療対象となる。したがって、キャンプが適用かどうかは、医療機関と十分に相談する必要があるだろう。

2.2 悲嘆過程の理論

喪失後の悲嘆の過程については、いくつかの理論モデルが示されている。モデルは、あくまでもモデルであり、人間の現実をわかりやすくするために大雑把に構成したものにすぎない。大切なことは、理論を参照枠として、目の前にいる子どもの理解に役立てることにある。また、複雑な悲嘆や適応が難しい悲嘆を理解することも可能になる。

理論モデルを取り上げておきながら、矛盾するが、理論をひとりの子どもにあてはめることには慎重であらねばならない。実際には、子どもの悲嘆は、個人差が非常に大きい。喪失によって心を痛める期間や強さは、一人ひとり異なっている。

1）悲嘆の4段階モデル

ボウルビィ（Bowlby）は、死別による悲嘆として4つの段階を示している[1]。それは、①感覚の喪失の段階、②強い思慕と探求の段階、③混乱と絶望の段階、④再建の段階である。

第1段階の感覚の喪失は、直後から1週間程度であり、大切な他者の死を受け入れられない。一方で冷静な状態にも見える。第2段階では、喪失を受け入れ始めると同時に、故人を追い求め、強い思慕、執着を示す。これが数か月間続く。第3段階は、文字通り混乱と絶望である。喪ったものが二度と戻らないことに失望する。しかし、一方で喪われたことの現実には気づき始める。そして第4段階は、故人が自分の中で、悲嘆と願望などで揺れることなく適切な形で内在化する。社会適応も進むとされている。ボウルビィは、悲嘆の終了まで2～3年を要するとしている。

2）悲嘆の課題モデル

ウォーデン（Worden）は、喪失後の適応過程を一連の課題の達成と考えた[24]。段階モデルとは異なり、現象の生起の順序は規定していない。それは、①喪失の現実を受け入れること。②悲嘆の痛みを消化していくこと。③故人のいない世界に適応すること。④新たな人生を歩み始める途上において、故人との永続的なつながりを見出すこと、としている。悲嘆は、上記の4つの課題を達成した時に終了するとしている。ウォーデンは、4つ目の課題を何度か修正しているが、その修正に至ったことを次のように述べている[24]。

> 「亡くなった親と話したり、親のことを考えたり、親の夢を見たり、そばで見守ってくれていると感じている子どもが多くいたことに驚かされた。死別後2年を経過しても3分の2の子どもたちが亡くなった親が見守ってくれているように感じていた。・・（中略）・・カウンセラーの仕事は、心の中の適切な場所に故人を位置づけることを手助けすることである。」

ウォーデンは、喪われた人について、苦痛を感じることなく思い出せることが課題達成の1つの目安であると述べている。

次に、悲嘆の段階、課題というような直線的なモデルとは異なるモデルについて紹介する。

3）意味の再構成モデル

ニーマイヤー（Neimeyer）は、喪失を体験した人の悲嘆が回復へと段階的に進行するものと考えることへの限界を先行研究から指摘し、大切な人を喪失したことや故人のいない世界の意味を再構成してゆくことが悲嘆過程であると論じた[16]。意味の再構成とは、たとえば、喪った大切な人との関係を作り直し、揺さぶられている自分の人生を一貫性のある物語に書き直す（意味づける）ことであると述べている。

悲嘆過程の達成とは、段階モデルのように完了するというようには考えない。たとえば、故人への強い思いが無くなるということでなく、故人への象徴的な絆が持続することの肯定的な意味を認識できるようになることであるとしている。

4）二重過程モデル

ストローヴェとシュッツ（Stroebe & Schut）は、死別体験者は、愛する人物の喪失に自ら対処しなければならないだけでなく、死の二次的結果とし

て生じる変化に適応するために、生活上の大きな修正を余儀なくされることに注目した[21]。この喪失に対処（コーピング）することと、変化する生活に対処することは、いずれもストレスや不安の原因となりうる。前者は、喪失体験それ自体に対処する（たとえば、グリーフワーク；故人を思い出して泣いたりする）ことをさし、これを「喪失志向コーピング」とした。また、これに対して、たとえば、生活を立て直すためにさまざまなことを手配し、新しいアイデンティティを発展させるようなことを「回復志向コーピング」とした。この２つのコーピングは、関連はあるものの同時に取り組むことは無理で、ある時点におけるコーピングは、喪失志向か回復志向のいずれかに対処していると考えられている。したがって、悲嘆過程の二重過程モデルとは、このような喪失志向コーピングと回復志向コーピングの間を揺らいだり、あるいは２つのコーピングにも対処しないこと（喪失とは関係のない全く別の活動）の間を揺らいだりすると説明している（図 1）。

子どもの喪失への直面化は、集中的に続くのではなくて、たとえば、新たな学校生活という変化への対応といった新たなストレッサーへの取り組みに紛れて行われることになる。悲嘆の過程では、喪失志向コーピングと回復志向コーピングは、時間の経過に伴い、通常、喪失コーピングから回復コーピングへと重心が移ってゆく。喪失志向コーピングに費やす時間は徐々に減少するが単なる直線的な減少ではない。折に触れて、悲嘆が再発するなど変動を伴うものであるとも説明している。

3　子どものグリーフを理解する

つぎに、子どものグリーフについてより実際的に検討する。

3.1 悲しみを抱える子どものこころ

大切な人を喪った子どものグリーフの大まかな特徴については、表 1 に示した。以下では、もう少し具体的に検討したい。

グリーフを抱える子どもたちは、キャンプに来ても一見しただけでは、なんら普通の子どもたちと変わらないように見えるであろう。しかし、深い悲しみを抱えている子どもの中には、活動し始めると[注1] 何らかの形でグリーフを表すものがいる。子どもたちは、自分の気持ちを言語で表現できるとは限らない。年齢にもよるが、むしろ語らない（語れない）子どもが多いのではないだろうか。

永井は、遺児となった子どもたちの反応を３タイプに分類した[15]。それは①不健康児型の反応、②心配無用児型の反応、そして③問題児型の反応である。

①不健康児型

ある７歳の A くんが、擦り傷を消毒して、包帯を巻いてもらっていた。それを見ていた８歳の B くんが「僕にもやって。僕も痛いから」と寄っ

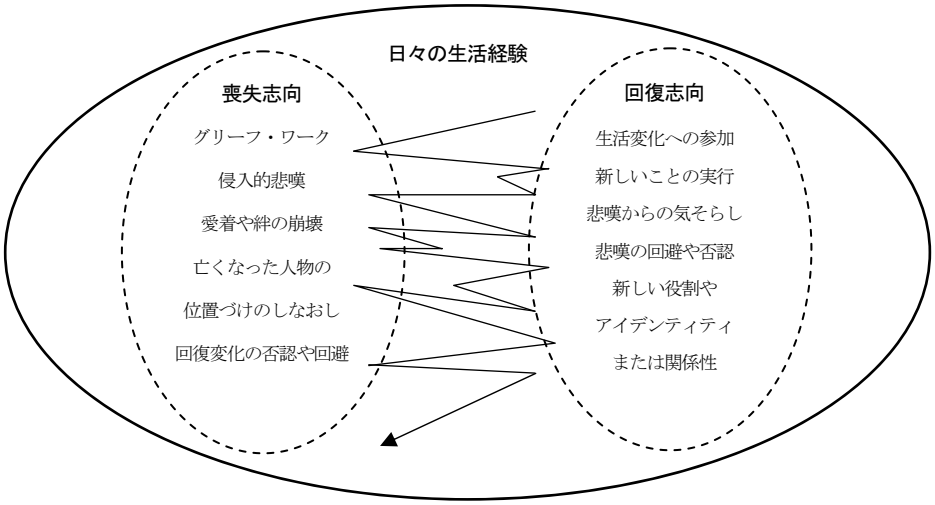


図１　死別への対処の二重過程モデル（Strobe & Schut,2007）

てきた。

不健康型の反応は「身体化」である。頭痛、腹痛、身体の痛みなどの訴え、食欲不振、不眠、夜尿などが認められる場合がある。また、痛みの表現と合わせて、年齢よりも子どもっぽくなった振る舞い（退行）を見せることもある。言葉にできない不安や心配事が、身体の痛みや体調の変化として表われる。深く悲しむということは、精神的、身体的な痛みをともなうものである。グリーフの過程では象徴的な痛みを訴える。

②心配無用児型

14 歳の C さんは、母親が亡くなった後、父親と弟のために母親の役割を引き受けることになってしまった。炊事や洗濯など家事についてよく知っているのは彼女だけだった。C さんは、父親や弟のために役立つならばと喜んでいた。学校生活も一生懸命だったが、部活動は家事のため続けられなくなった。また、友達と遊んだりする時間も以前よりもぐっと減ってしまった。ときおり、ふっとした瞬間に、理由はわからないがこぼれ落ちる涙を止められなかった。

心配無用児型は、ある意味、悲しみや悼（いた）みを「抑圧」しようとしている。これは、一見何事もなかったように元気であり、むしろ周囲に気を遣う良い子であるようにふるまう。周りからは、グリーフワークが終結していると思われがちである。しかし、ぽっかり空いた穴を必死に抑えようとしているか、あるいは、痛みを切り離している。心の痛みを直視しなくて済むようにいつも以上にがんばってしまうのである。

③問題児型

16 歳の D くんは、震災後、何事にも無気力で、以前は熱心だったことにも打ち込めなくなってしまった。どこか、他人任せになってしまう。ボランティアに参加しても「どうせそんなことしたって」「やる意味が分からない」など自暴自棄な態度が見られるようになった。

問題児型の反応は、「問題行動の行為化」である。不従順な行い、ルール違反、破壊的な態度、あるいは時に暴力や自傷等などの手におえないような問題行動で表現する。このような行動の背景には、「どうして自分が生き残ったのか」「なぜ親が亡くならなければならなかったのか」などの、怒りや罪悪感、やるせなさ、無力感など様々な感情がないまぜになっている。周囲の出来事や人生を自分でコントロールできる感覚が弱く、あらゆることが降りかかってくるように感じている。

以上、3 つの型から子どものグリーフ過程における特徴的な表現について紹介した。子どもたちは、どれか一つのタイプに当てはまるということではない。状況によって様々な仕方で悲嘆を表現するものと思われる。

このような子どもたちの表現は、悲嘆という強烈な痛みから、自分自身を護る（防衛する）ための手段である。わたしたち大人は、子どもが時にはこのようなやり方でしか自分自身を護れないことがあるということを理解しておく必要がある。したがって、護りになっている表現手段を早急にやめさせようとすることは、かえって子どもたちの痛みを増悪させることもあることを知っておく必要がある。

3.2 子どものグリーフに影響する要因

子どもの悲嘆に影響を及ぼす要因はいくつかあげることができる[23]。たとえば、亡くなった人がどのように亡くなったのか、亡くなった人との関係（亡くなる前にその人とどんなことがあったのか）、あるいは、本人の年齢や性格特性などである。これらの違いによって、悲嘆過程が容易であったり、複雑になったりすると言われている。

今回の場合は、東日本大震災ということで、亡くなった原因は、ほとんどが災害（事故）によるものと考えられる。災害の場合は、安全感、コントロール不全感、恐怖、そして予測不能感などに対する問題が出てくると言われている[23]。子ども自身が地震や津波に巻き込まれた体験をしている場合は、トラウマの症状がでることもある。参考ではあるが、自死による場合は、自暴自棄、恥、社会的不名誉などが課題になると言われている[23]。災害であれ、自死であれ、死体を目撃しているような場合は、トラウマとなっていることも考

えられる。

亡くなった人との関係は、家族それぞれで、かなり独自である。しかし、誰が亡くなったのかやその人との生前の関係は、グリーフに影響する。父親が亡くなったのか、あるいは母親が亡くなったのかによっても異なる。たとえば、幼児や低学年の子どもが母親を喪った場合は、不安、依存がより強く表現されるかもしれない。また、故人とのコミュニケーション、故人の養育態度、あるいは、故人の収入の程度などの要因は、子どものグリーフ過程に影響することが推測される。

子どもの年齢など、発達段階でグリーフが異なることはすでに述べたが、認知能力（例えば死の概念）や言語能力の発達の違いは、グリーフの表出の仕方に大きな違いがでる。したがって、このような能力の育っていない年代では、言葉による表現よりも遊びがグリーフのエネルギーの放出に欠かせないであろう。一方、精神的発達がより進んでいる中高生では言語的な表現がより重要になるだろう。

子どもは、成長に応じて、形を変えてグリーフを繰り返すと言われている[2,23]。たとえば、言葉を獲得する前に母親を喪った子どもは、言葉を獲得すると気持ちを語ったり、考えたりすることで再度その死が頭に浮かぶようになることもある。また、思春期に達すると新たに獲得した抽象的思考によってグリーフを再体験することもある。

4　子どものグリーフへの対応

4.1 ダギー・センターの実践

ここでは、死別を体験した子どものための、米国で初めてのピアサポートセンター[注2]として設立されたダギー・センター（The Dougy Center）の考え方を紹介したい[2,5,14,23]。一般的なキャンプとは形態が異なるが、その理念や考え方を知っておくことは役立つと思われる。

ダギー・センターは、1982 年に精神科医キュブラー・ロスに学んでいたベバリー・チャッペルによって設立された。‘ダギー’という名称は、脳腫瘍を患いながらロス博士と書簡をやり取りしていたダギー少年にちなんで名付けられた。ダギー・センターの研修に基づいて行われているプログラムは世界中で 500 を超えるとのことである[14]。日本で遺児を支援している「あしなが育英会」は、このダギー・センターでの専門的訓練を受けた職員が心のケアプログラムを実施している[15]。あしなが育英会は阪神淡路大震災の後、犠牲になった遺児たちのための施設として、‘神戸レインボーハウス’を開設したが、これはダギー・センターの理念に基づくものである[注3]。

岩本[9]によると、ダギー・センターでは、子どもが安心して喪失感を表現できる安全な環境を提供することを最も大切な役割と考えている。ダギー・センターが主にすることは、ピアグループ活動であり、個人のカウンセリングやセラピーではない[14]。ピアグループとは、同じ体験がある人たちがファシリテータと時間を共有し共にあることを通して、全体で「共同生成」（人間的成長）することである[8]。見知らぬ者同士が、グループ活動に参加して、他のメンバーに自分の体験を開示し、同じ体験をしたメンバーも自己開示するのである。そうすることで、自己理解や他者理解を深めることをねらいにしている。子どもたちの中には、喪失を体験し、深い悲しみの混乱に「自分だけが辛いのでないか」「自分だけがおかしいのでないか」と感じる場合があるが、同様な体験をしている仲間の話を聞くことによって、「自分だけではない」という、つながりの感情が生じてくることになる。

ダギー・センターでは、参加する子どもたちは、年齢、死別の種類などでグループに分けられる[23]。プログラム（サポート・ミーティング）は、1 回 90 分（3 歳～ 5 歳は 75 分）で、大きく 3 つのパートに別れている[14]。最初の 15 分は①オープニング・サークルといい、グループで自分の体験（グリーフに関する体験）について話す時間である。次の 60 分は②自分の好きな活動をする時間である。そして、残りの 15 分は③クロージング・サークルという振り返りの時間にあてられている。これらサポート・グループは毎回決まった儀式や定番の手順で行われている。それは、日課のようなお決まりの作業によって、子どもたちが安心することができて、適応のプロセスに入っていけるからだと考えられている[23]。

4.2 サポート・ミーティング

①オープニング・サークル

オープニング・サークルでは、毎回、自分の氏名と年齢、誰がどのような原因で亡くなったかを話すことから始まるが、話したくない場合はパスできる。このパスのルールは、いつでも有効である。12 歳までの子どもの場合、自分のグリーフ体験を話す場は、オープニング・サークルの時だけで、しかもそれは、簡単に短く述べることがほとんどということである。サポート活動のメインが、子ども自身が選んだ次に紹介する自由活動の時間と考えられているからである[14)]。

②自由活動

オープニング・サークルの後、1 時間は自分の好きな活動をするが、ダギー・センターには、いくつかの部屋が用意されている[9,14)]。

○トーキングルーム・・・ソファーやぬいぐるみが置いてある。ぬいぐるみを手にしながら自由にお話ができる。
○サンドルーム・・・砂遊び。
○ゲームルーム・・・主に身体運動の部屋。卓上ホッケー、トランポリンなどができる。
○アートルーム・・・芸術活動の部屋で、絵画、工作などができる。
○ボルケーノ（火山）ルーム・・・激しい感情表現ができる部屋で、サンドバック、ボクシンググラブ、大きな人形などが置いてある。怒りや悲しみを安全に表現できるようにしてある。
○プレイルーム・・・人形などを使ってごっこ遊びができる。

ダギー・センターは、悲嘆における反応は情緒的、精神的な影響をもたらしているが、同時にこれは身体的な反応を引き起こしており、グリーフでは、まず身体での表現を必要としていると考えている[5)]。たとえば、汗が出る、眠れない、泣く、食べられないなどは、必要とされた反応であるということである。グリーフでは、したがって、泣くこと、大きな声をだす（わめく）こと、歩くこと、走ること、掃除をすること、歌うこと、スポーツなどで体を動かしたり、遊んだりすることこそが、子どもにとってはグリーフを表現することに、最も適した‘言語’だと考えている[5)]。子どもが解決しなければならない課題は、行動や態度で表現され、遊びを通して成し遂げられるということである。芸術活動、あるいはスポーツ活動についても同様である。

芸術活動であれば、子どもが、絵、粘土などなんらかの媒体を用いて表現するそのことが、グリーフ・ワークと考えられている。スポーツ活動ならば、スポーツにおける身体の動きそのものがグリーフの表現である。どのような活動を選んで、どんな表現をしたいかは子ども自身が見つける。いずれにしても、子どもの活動を、喪失にともなう痛みを表現する言葉として理解することが大切であると説明している。

ファシリテータは、評価するまなざしでなく、何かを達成させなければならないわけでなく、子どもが様々な活動という手段を用いながら、自分を表現している過程そのものに従事し、楽しむことを支援する姿勢が求められている[5)]。そして何よりも、このような活動を通じて表現されたものをしっかりと受け止めてもらえたと、子どもが感じることができたかが重要なのである。

③クロージング・サークル

クロージング・サークルでは、当日行った活動を話し合って終わりにする。体験を深めるようなファシリテーションがなされるが、もちろん、ここでも、話したくなければ、話さなくてもよく、本人の気持ちが尊重される。

自由活動の時間もそうであるし、このようなサークルでは、「人の話を聞く」「人をけなさない」などのルールを徹底している[2,9,23)]。またダギー・センター内で話したことは、口外してはいけない（プライバシー等に対する同意書は、参加する前にサインするとのこと）。これらは、子どもたち、あるいは大人たちが、身体的にも、感情的にも安全を確保できるようにすることがねらいである。安全は、とても重要な要素である。それを通して、子どもたちは信頼を深め、不安定な感情をも表現できるようになるからである。

4.3 子どもたちの活動を支援するための心得

ダギー・センターの子どもの活動を支援するための心得[23)]について紹介しておこう。これらの

要点は、キャンプ・カウンセリングにも充分通じるところがあると思われる。

1）遊びは子どもたちにとってはグリーフの仕事であるということ。

子どもたちが遊んでいるときにとる行動は、子どもたちが現実に直面している問題や葛藤の表れであるという視点を忘れない。子どもたちが現実を克服してゆくためには、行動で表すことがよい解決方法になるということ。

2）遊びは繰り返されるということ。

深い意味のある問題は、遊び（活動）の中に何度も反復して現れる。子どもたちがその問題を解決してしまえば、もう遊びの中には現れず、他の遊びへと移行する。

3）子どもたちに「安全のためのルール」が大切であることを告げ、安全に遊ばせること。

ルールは、簡潔ではっきりしたものにして提示する。ルールがあいまいになればなるほど、子どもたちは混乱する。

4）子どもたちに自ら行動させること。

活動は自分で選ばせて参加させる。迷って決められないことも過程の中で大切なステップなので、大人は辛抱強く待つこと。

5）気づくこと。

あなたがどう感じているかに気づきながら活動に参加する。あなたがその活動をどう思うか、心配や不安がないか、怒りを感じるか、コントロールしようとしているかどうかなど、常に気をつけていること。あなたと子どもたちに安全が確保されているかを確認する。活動が安全でないと感じたら、中止させるか、他のファシリテータと交代する。

6）コミュニケーションは直接的な表現で行うこと。

批判したり、非難したりしない。遠回しな表現はさけて、わかりやすく直接的な表現を使う。子ども自身が使った言葉で、その内容をリフレクション(いわゆるおうむ返し)する。子どもの言ったことがわからない場合は、確認すること。「・・・っていうこと？」「○○さんから見れば・・・なのね」など。

7）秘密を守ること。

子どもたちとファシリテータのグループ内では、秘密は守られるということを子どもたちに知らせる。秘密を守るということは、センターの外部には漏らさないということである。それは、他のファシリテータやスタッフに知らせないということではない。

8）子どもに寄り添うこと。

子どもたちを型にはめようとしたり、変えようとしたり、励ましたりしたり、教訓を教えたり、心理療法を行ったりしてはいけない。子どもたちに最大限寄り添ってゆく。

5　おわりに

グリーフキャンプとはいえ、その中味は、自然の中での体験活動が中心になることに変わりないであろう。ダギー・センターのグリーフワークにおける遊びの重要性からいえば、キャンプは有意義な活動となる。だから、これまでのキャンプの中にグリーフを抱えるための枠組みをいかに作るかということが課題になるだろう。グリーフを抱える枠組は、守秘義務や子どもたちへのルールだけでは不充分で、それは、カウンセリングマインドやキャンプの寛容さなどが基盤となって機能するものである。

ところで、ダギー・センターの実践例を紹介したので、死別を体験した子どもたちに、その体験を話してもらうこと（デブリーフィング）がよいのかどうかという疑問をもつ人がいるだろうと思う。ダギー・センターにならって、日本のあしなが育英会では、「自分史語り」という自分の喪失体験を語り分かち合うプログラムを実践している。確かに、このようなプログラムは、参加者のグリーフを癒す、意義あるものになっているのかもしれない。キャンプにおいても、このような試みができればよいのかもしれない。しかしながら、ダギー・センターにせよ、あしなが育英会にせよ、このようなプログラムを実践するには、参加者全員が喪失（親を喪った）を体験している者同士によるピアカウンセリングであるということ、また、相応の研修を受けた者によってファシリテーションされていることを十分に心得ておく必要があろう。

おそらく、同じようにやろうとしたらうまくいかないのではないかと思う。実際に人のつらい話

を聴くということは、そんなに簡単なことではない。人の話を聴くことの訓練を受けていない人が、凄惨な内容の話を聴いて共感できるだろうか。話してもらうだけ話させておいて、受けとめられないとなると傷口を広げることになりかねない。長年、惨事ストレスの軽減を図るねらいでグループワークを実践している廣川は、殉職者がでているような重篤な事案では集団に介入することは慎重を期すべきである[6]と述べている[注4]。

‘子どもに寄り添う’ということを大切にするならば、こちらから何もせずに徹底して寄り添うことがよいように思う。doing（すること）ではなくて、being（いること）が大切であるように思う。子ども自らが語らない限り（語れないのに）尋ねることはしないほうが安全である。当然、語れる子もいるのであろうが・・・。

しかし、はからずも、子どもとの関係が深まってきて、子どもが自ら「僕はお母さんを喪ってしまったんだよ」とふっと語ったとき、これは、大事に聴いて受けとめなければならない。そしてこの時は、「そうか・・・。お母さんを亡くしたんだね。悲しいね」と返していくこともあろう。亡き人のことを語ることが心の回復になるというのは、あくまでも本人の意思で胸の内が語られる場合であろう。

かりに、喪失体験を振り返るプログラムを実施するにしても工夫が必要であろう。たとえば、「誰かに手紙を書く」とか、「これまでで一番うれしかったことを絵に描こう」など、大きなテーマを提示するといった具合である。このようなときに死別した人のことが表現されることもあるだろう。この時も、表現されたことをしっかりと受け止め、抱える心構えが大事である。

キャンプには、グリーフワークとなりうるプログラムがたくさんある。大切なのは活動プログラム（遊び）がグリーフの仕事になるという視点を忘れないことである。そうすると、共に山を歩いて夕日を眺めること、野に咲く花を見ること、鳥の鳴き声に耳をすませること、歌を歌うこと、ファイヤーの火をみんなで囲むことなど普段から行っていることが、喪の作業になりうるのである。

最後に、先述の廣川の文章[6]からその一部を抜粋して紹介しておきたい。

海保職員のケアで釜石に泊まった晩、不意につけたTV番組「SONGS」に吉田美和が出ていた。「私は歌のプロなんだけど本当のことを言うと、歌の力を100%信じているわけじゃない。歌のプロの私でさえ音楽が何の力にもならない（くらい辛い）時があったことを知っている。それでも歌がなんらかの力になってくれたらいいと思っている」。・・

（中略）・・吉田の言葉の「歌」や「音楽」を「心のケア」に置き換えて、高揚感、万能感を自戒しつつ、そっと差し出す「心のケア」をこころがけていきたい。

以上は、本稿の最初に述べたことと同じである。大切なことだと思うので強調しておきたいと思った。人には、キャンプでは癒しようもない悲しみもある。けれども人は、キャンプで希望を見出すこともある。

注1）特に、キャンプカウンセラーとの関係が付きはじめるとその特徴が明らかになってくるものと思われる。

注2）ピアサポートとは、同じような課題に直面する人同士がたがいに支えあうことを指す。

注3）あしなが育英会では、仙台に、あしなが育英会東北事務所を開設し、東北レインボーハウス（仮称）の建設を目指すことが決定しているということである。

注4）米国の惨事ストレス現場に出向いた職員を集めてその時の体験を分かち合う場（デブリーフィング）の効果については、肯定的な結果が示されていない。無理に感情表出させることのマイナス面など、否定的な見解が多くなっている。しかし、廣川は、比較的軽度の事案で職場環境も安定している場合は、一定の効果が得られるように感じていると述べている。これは、被災者におけるデブリーフィングではないが、考え方そのものは参考になる。

文　献

1）Bowlby, J.（1980）Attachment and Loss Vol.3;Loss, Sadness and Depression, Basic Books.[黒田実郎訳 , 母子関係の理論 III- 愛情喪失 , 岩崎学術出版社 .]

2）ダギーセンター（2005）大切な人を亡くした子どもたちを支える 35 の方法 , 梨の木舎 .
3）福田年之（2011）災害に遭った子どもたちへ , キャンピング , 社団法人日本キャンプ協会 ,142,p.9.
4）藤代富広（2011）喪失と悲嘆へのケア , 臨床心理学 ,11（4）,pp.547-552.
5）半田　結（1997）アメリカにおける “Greif Education”（悲嘆教育）の理念と実践 - ダギー・センター、芸術教育、アート・セラピー -, 筑波大学地域研究 ,15,pp.173-186.
6）廣川　進（2011）惨事ストレスケア , 臨床心理学 ,11（4）,pp.542-546.
7）広瀬寛子（2011）悲嘆とグリーフケア , 医学書院 .
8）池田豊應（2004）不登校生徒へのアプローチ , 臨床心理学 ,4（4）,pp.470-474.
9）岩本喜久子（2011）親と死別した子どもへのかかわり - ダギー・センターに学ぶグリーフサポート , 児童心理 , 金子書房 ,941,pp.38-43.
10）石井千賀子 , 左近リベカ（2010）子どもの悲嘆とその対応 - 積極的な受身の姿勢で寄り添う -, 緩和ケア ,20（4）,pp.343-347.
11）鴨長明 , 浅見和彦訳（2011）方丈記 , ちくま学芸文庫 .
12）小西聖子 , 白井明美（2006）「悲しみ」の後遺症をケアする - グリーフケア・トラウマケア入門 , 角川学芸出版 .
13）丸山総一郎（2011）東日本大震災をめぐる精神医学的諸問題 - 死別悲嘆、トラウマ、放射線被曝のストレス評価再考 -, 産業医学レビュー ,24（2）,pp.47-84.
14）水野修次郎（2006）ダギー・センター全米所長ドナ・シャーマンさんの講演を聞いて - 死別体験をした子どものケア -, モラロジー研究 ,58,pp77-99.
15）永井　亮（2008）日本の児童養護施設における「死別を体験した子どもたち」への専門的支援の必要性 - 米国の「ダギー・センター」と日本の「あしなが育英会」の実践を参考に -, ルーテル学院研究紀要 ,42,pp.97-112.
16）Neimeyer,　R.A.（Ed）（2007）Meaning Reconstruction and the Experience of Loss, American Psychological Association. [富田拓郎 , 菊池安希子監訳（2007）喪失と悲嘆の心理療法 - 構成主義からみた意味の探求 , 金剛出版 .]
17）日本キャンプ協会（2011）グリーフ・キャンプ・プロジェクトの経緯と概要 , キャンピング , 社団法人日本キャンプ協会 ,141,pp.12-13.
18）小此木啓吾（1979）対象喪失 - 悲しむということ , 中公新書 .
19）坂口幸弘（2011）悲嘆のプロセスを理解する , イー・ビー・ナーシング , 中山書店 , 11（4）, pp.607-612.
20）瀬藤乃理子 , 黒川雅代子 , 石井千賀子（2011）死別を経験した子どもたちへの援助 - 悲嘆の複雑化を防ぐために -, 腫瘍内科 ,8（1）,51-56.
21）Strobe, M.S. and Schut, H.（2007）死別体験へのコーピング（対処）の二重過程モデルから見た意味の構成 , ロバート・A・ニーマイアー編 , 喪失と悲嘆の心理療法 ,pp.68-82.
22）高木慶子（2011）悲しんでいい - 大災害とグリーフケア ,NHK 出版新書 .
23）The Dougy Center（2008）Training Skills Manual, The National Center for Grieving Children & Families.[特定非営利活動法人レジリエンス監修 , グリーフケア・マニュアル - 喪失の悲しみに向き合う -, 特定非営利活動法人レジリエンス]
24）Worden, J.D.（2008）Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner.4th　Ed., Springer Publishing Company.[山本　力監訳 , 上地雄一郎 , 桑原晴子 , 濱崎　碧訳 , 悲嘆カウンセリング , 誠信書房 .]

特別寄稿

シリアス・ファンのグリーフキャンプ
Barretstown と Bator Tabor の事例から

Terry Dignan（Triny Child Care 代表）

シリアス・ファン・チルドレンズ・ネットワーク（The SeriousFun Children's Network：以下「シリアス・ファン」と呼ぶ）は、小児ガンなどの重篤な病気の子どもたちを対象としたキャンプを推進する、世界的なネットワークです。

一人ひとりのためにデザインされた、挑戦の要素を含むレクリエーション活動（セラピューティック・レクリエーション）は、人を劇的に成長させることがわかっています。シリアス・ファンでは7歳から17歳の重篤の病気の子どもや障害のある子どもたちを対象に、セラピューティック・レクリエーションの考え方を基本としたキャンプを健康や自律性を高めるための活動として導入しています。

シリアス・ファンにおいて、死別を経験した人に対する支援はごく自然な流れで必要とされました。病気の子どもたちへのプログラムの提供を考えた場合、子どもが病気から回復した家族だけでなく、子どもを亡くした家族への対応も考えなければならないのは当然のことだからです。

シリアス・ファンとして初めてグリーフケアのプログラムを行ったのは1995年、アイルランドのBarretstownというキャンプです。レジデンシャル・キャンプ（宿舎利用のキャンプ）のプログラムを基本として、死別経験と向き合う長いプロセスを少し楽にするためのユニークな支援を行っています。そこでは挑戦と楽しさに満ちた伝統的なキャンプに根付いている支援のあり方を重視しながら、悲しみと折り合いをつけるきっかけとなる穏やかな環境を提供します。

このプログラムは当初、「家族の一員を亡くした家族」を対象に始められました。つまり、亡くなったのが大人のケースも対象となっていたのです。しかし、実際の参加状況を鑑みて、2001年には、子どもを亡くした家族に対象を限定し、特にBarretstownのキャンプに参加した経験がある子どもを亡くした家族に焦点を当てました。これは、Barretstownのミッションに照らし合わせても、合理的な判断であったと思います。

プログラム・デザイン

死別を経験した人に対するプログラムは、個人（子どももしくは大人）のニーズに対応する要素と、いっしょに活動する家族の要素の組み合わせでデザインされています。また、このキャンプには、Barretstownのキャンプに参加したことのある子どもの家族が参加者の中心ですので、重い病気の子どものいる家族の経験するつらさにも配慮した内容になっています。

キャンプでは、子ども、大人それぞれが今後経験するグリーフのプロセスを正しく理解し、うまく乗り越えられるような支援を行います。またそれと同時に、キャンプの楽しい活動を通じて、日常から離れ、ホッと一休みできるような時間を提供します。

私たちのプログラムは3回のキャンプで成り立っています。つまり、同じ家族がキャンプに3

回参加するのです。それぞれのキャンプは木曜から日曜の３泊４日で、およそ 15 家族が参加しますが、１回目の家族が５家族、２回目が５家族、３回目が５家族というふうに、参加回数の異なる家族がいっしょにキャンプを行います。キャンプは春と秋の年２回行われ、ある家族は春 - 秋 - 春と参加し、ある家族は秋 - 春 - 秋と参加します。

こうすることで、ほかの家族の変化を見ることができ、時間とともに状況は好転するという希望を持てるのです。

	１年目春	１年目秋	２年目春	２年目秋
A	１回目	２回目	３回目（最終）	-
B	-	１回目	２回目	３回目（最終）
G	-	-	１回目	２回目

家族グループの組み合わせ

グリーフキャンプで得られるもの

精神的に安全な環境

キャンプ期間中は、小グループで活動します。子どもは年齢（もしくは発達段階）ごとに、大人はランダムにグループ分けされ、それぞれに有資格のセラピストが付きます。セラピストはいっしょに活動したり、さまざまなサポートを提供します。

グループの中では、自分の死別の経験について話してもよいことになっています。日常生活では、こうした話はタブー視されることが多いのですが、ここではその気づかいはいりません。もちろん、信頼関係を築いたり、楽しく過ごすための仲間づくりの活動も行われます。

ほかの人の経験を知る

キャンプでは、自分の経験を話すだけではなく、ほかの人の話も聞くことになります。これはとても大切なことです。ほかの人が家族を亡くしたことでどのように感じているのかを知り、「わたしひとりではないんだ」と学ぶことは、大きな支えとなります。

大切な人に別れを告げる

大切な人の死を受け入れられない人は、その人に「さよなら」を告げることができないままにいます。また、葬儀は「さよなら」を言うための儀式ですが、小さな子どもにとってはその意味が理解できないことも多いものです。ですから、グリーフキャンプには大切な人に「さよなら」を言うための儀式となるような活動が含まれます。

キャンプ後に役立つツール

キャンプに参加しただけで、悲しみが消えるわけではありません。キャンプのあとも、悲しみと向き合って毎日を過ごさなくてはなりません。

グリーフケアのプログラムは、つらい時を乗り越える準備をしたり、悲しみとなんとか折り合いをつけるための、各自が用いることのできるツールを提供するために行われます。ていねいに大切な人を思い出し、毎日を機嫌よく過ごすすべを身につけてもらうことが目的です。

楽しい時間

大切な人を亡くした子どもは、不要な自責の念を感じたり、悲しんでいる家族に気をつかって、不自然に大人びた「いい子」になってしまうことが少なくありません。キャンプは子どもが、子どもに戻って無邪気に楽しむことができる場所です。もちろん、大人にとっても楽しく、リラックスできる時間となります。

大切な人を亡くしたとき、多くの人が気持ちが沈んで楽しむことができなかったり、「わたしがこうしていれば、あの子は死なずにすんだ」などと根拠のない自責の念を持ち、楽しむことに罪悪感を持ったりします。キャンプの楽しい時間は、「笑ってもいい」「楽しんでもいい」という当たり前のこ

とを思い出させてくれます。

信頼のおけるつながり

キャンプでの経験は、同じような経験をした他者と共有する「わたしだけではない」という感覚と、家族を支援してくれるたくさんの人がいるという気づきを与えてくれます。これらは将来にわたる力強い心の支えになるものです。

Bator Tabor の新しいプログラム

ハンガリーにある Bator Tabor は、グリーフ・プログラムに取り組む最も新しいシリアス・ファンのキャンプです。私は 2013 年に始まるグリーフ・プログラムの計画づくりの支援に深く関わっています。

グリーフ・プログラムの展開には非常に細かなプロセスが必要ですし、十分な考慮と準備が欠かせません。ここではその流れを紹介し、どのようにしてプログラムを作っていくかを示します。

目的の設定

まずは、プログラムを組み立てる際に検討すべきことがらについて考えます。たとえば、次のようなものがあります。

a. 参加可能人数を設定するための、運営可能な条件とニーズの分析

b. 死別ケアの経験のあるプロをどの程度確保できるか

c. 同様のプログラムは国内にどの程度あるか

d. 団体のミッションに沿ったプログラム展開が可能か

e. 参加条件はどのようなものにするか

目的の明確化

グリーフケアの流れを考慮して、適切で達成可能な目的を定めます。通常のキャンプとの違いを考え、通常のキャンプで設定する目的がどの程度応用可能かと考えてみるのもよいでしょう。また、効果測定の方法についても考えます。

鍵となるメッセージ

このプログラムについて伝える際の鍵となるメッセージを考えます。これは、参加者募集やボランティア募集、募金をしてくれる人や社会に広く訴えるための素材をつくる上で重要です。

スピリチュアル・ケア※と宗教的見地

プログラムにスピリチュアル・ケアや宗教の要素をどの程度関連づけるかを考えます。また、異なる宗教の家族が参加する場合もあるので、どのように対応するかも検討しておきます。

伝統的なキャンプのプログラムが基礎となりますが、スタッフにどのような追加のスタッフトレーニングが必要か検討して、準備しましょう。

※スピリチュアル・ケア
生きることの無意味、空虚、孤独、疎外等を感じている人の心の苦痛を和らげる取り組み。

参加者の募集

対応可能な条件から定員を決め、募集を行います。このとき、「おじいさんの参加は認めるか？」など、家族構成の定義はきちんと決めておきましょう。呼びかける対象によって、募集方法は異なります。できれば事前説明会を開き、参加者の不安を解消できる情報提供を行いましょう。

ボランティア

ボランティアの募集を行う際には、年齢層、男女比などを含めた選抜基準をあらかじめ決めておきます。スキルや参加意欲などを評価しますが、喪失を経験したばかりの人は、キャンプ中に本人

がつらくなってしまう場合もありますので、採用の可否についてあらかじめ検討しておきます。

十分なトレーニングを受けたスタッフを確保するためには、グリーフ・プログラムに特化したトレーニングが欠かせません。

プログラムの構成

グリーフケアの活動には多様なものがあります。キャンプとグリーフケアの活動とのバランスをどうするか、両者の共通点、オーバーラップする点はどこかを検討しておきます。場面によって、家族として接するか、個人として接するかということも変わってきますので、活動との関連で考えておきましょう。

また、3回あるキャンプそれぞれの目標をどう設定するかも大切です。ただし、3回というのはひとつの選択肢に過ぎないので、ほかの可能性を考えることも忘れないようにしましょう。

スタッフのサポート

ボランティアに対しても精神的に安全な環境と支援体制を用意する必要があります。適切なスーパーバイズやデブリーフィング（話すことでつらい気持ちを克服する）の体制を整えたり、セルフケアの方法を事前に伝えておきましょう。

Bator Tabor でのキャンプの場合、スタッフは家族と18か月の長期間にわたって家族とふれあうことになります。そのため、ほかのキャンプと比べて家族との関係が密になり、家族の問題により関与する可能性が高くなります。ですから、このことがトラブルを起こすことのないように事前に対策を用意しておく必要があります。

グリーフキャンプのアクティビティ

アクティビティは、通常のキャンプで行うものをベースに、年齢などの条件を考慮して用意します。個人活動、グループ活動、冒険活動、芸術活動などをバランスよく配置します。家族で参加するキャンプでも家族での活動は、キャンプの中の一部にします。

- 問題解決・信頼構築のプログラム
- グリーフと付き合う方法を書く
- グリーフと付き合う方法を話し合う
- 生命のコラージュ
- 大切な人の思い出や今の気持ち、興味あることなどを話すためのオープンエンド (Yes/No で答えられないタイプ) の質問をするゲーム
- プロの道化師が行うユーモア・ワークショップ
- 怒りと折り合いをつける方法のワークショップ（安全に怒りを表現したり、その気持ちをどう受け止めるかを学ぶ）

生命のコラージュ

キャンパーは雑誌やカタログから、自分の好きなことや楽しい気分にさせてくれるものの写真を探します。それを切り貼りしてコラージュをつくります。

できあがったら、トレーニングを受けたスタッフと作品を見ながら話をします。大人でも子どもでも、大切な人を亡くしたとき、恐怖や罪の意識を感じてしまいます。ですから、キャンパーが笑ったり楽しんでいる機会をとらえて、楽しくなるものを避けてしまう理由について話し合います。グリーフケアの専門家と協力してこのプログラムにあたることで、キャンパーにこの活動が実際に悲しみと折り合いをつけるための力強い方法になることを理解してもらいます。

指人形

キャンプ参加者は靴下を使って指人形をつくり、亡くなった人のイメージを反映させた飾り付けをします。材料には、ボタンやふわふわの羊毛、リボン、人形用の目、ラメ、スパンコール、毛糸、接着剤など、さまざまなものが用意してあります。

スタッフはこの指人形をなんのためにつくったのかを説明します。

「つらいとき、話を聞いてもらいたい人が見つからないときは、この人形と話してごらん。」

「さびしいときも、いっしょにいてくれるよ。」

「ちょっと話しにくいなぁということを大人に向かって伝えたいときに、代わりに言ってもらうこともできるよ。」

「もちろん、遊ぶためのオモチャとして使っていいんだよ。」

メモリーボード

キャンプの参加者は、うちから持ってきた亡くなった人の写真や思い出の品を使って、メモリーボードを作ります。すべての参加者が写真を持ってくるわけではありません。その場合は、気持ちを表現する言葉や、その人が好きだったものの名前、楽しかった思い出などを書きます。さらに雑誌やカタログから切り抜いた写真やステッカー、ラメ、端布、散歩の途中に見つけた自然のものなどを貼り付けて完成させるのです。

メモリーボードづくりは、スタッフが参加者から亡くなった人について話を聞くことのできる、すばらしい時間になります。キャンパーにとってもスタッフにとっても、感情を表出させるとてもよい機会なのです。

キャンプ参加者は自宅にメモリーボードを持ち帰り、ときどき、大切な人のことを思い返し、キャンプのことを思い出し、キャンプで学んだことを思い出します。そのことがつらいときの支えになるのです。

風船のセレモニー

メモリーボードを作り終わったら、紙片や葉っぱなど、メッセージを書くものがキャンプ参加者に渡されます。このメッセージはヘリウムガスの入った風船に結びつけられます。そして、みんなで広場に集まり、そこで風船を飛ばすのです。（小さな紙の舟に乗せて流すこともあります。）

そして、セラピストがこのセレモニーにどんな意味があるのか、死別の経験を自分の中で整理することにどう役立つのかを説明します。あるセラピストは、風船を擬人化して、家族のみんなのメッセージを届けてくれると話します。またあるセラピストは、セレモニーをすることで、死別の悲しみと付き合う方法が身に付くのだと話をします。

風船が飛んでいったり、紙の舟が流れていく様子を見ながら、亡くなった人の名前を呼ぶ人もいます。音楽を流すこともあります。キャンプ参加者やスタッフは、ハグをしたり、励まし合う言葉を交わすこともありますし、ただ静かに飛んでいく風船を眺めることもあります。

SeriouseFun Children's Network

1988 年に俳優の故 Paul Newman が、重い病気の子どもたちのためのキャンプ「The Hole in the Wall Gang Camp」をコネチカット州にオープンさせました。そのネットワークは急速に世界中に広がり、キャンプに参加した子どもたちは 38 万人を超えています。

http://www.seriousfunnetwork.org/

Barretstown（アイルランド）
http://www.barretstown.org/

Bator Tabor（ハンガリー）
http://www.batortabor.hu/

第３章
グリーフキャンプのこれから

～ Gift for the Next 100 Years ～

グリーフキャンプはとても難しいキャンプです。
キャンプについて深く学ばなければならないし、
さまざまな社会状況について知ったり、
多くの人とつながったりしなければできません。
けれど、とても意味のあるキャンプです。
大切なものを失って、苦しんでいる多くの人に
このキャンプを届けるために必要なことを考えてみます。

子どものエンパワーメント

エンパワーメント（Empowerment）という言葉は、直訳すると「権限を与えること」「力を付けてやること」となりますが、ブラジルの教育思想家、パウロ・フレイレの提唱により社会学的な意味で用いられるようになったといわれています。まだ日本語での呼び名は定まっていないところもあり、「エンパワーメント」とカタカナのままで使われることが多いのですが、人間の潜在能力の発揮を可能にして、自律的に生きる力をつけるというような意味を持ちます。

エンパワーメントはグリーフキャンプにとって、重要なキーワードです。

大切な人との死別を経験した子どもたちにとって「自律的に生きる」とはどういうことで、そのために身につけるべきものは何なのでしょう？

子どもは、周囲の環境に大きく左右される存在です。子どもは「自立」しているわけではありませんから、当然です。無条件に守ってくれる存在である親を亡くした子どもたちは、「寄る辺のなさ」を感じます。周囲に彼らの養護を行う大人がたくさんいれば、そう感じないですむというものではありません。

しかし、現実には支えてくれる人がたくさんいるのですから、「寄る辺のなさ」を必要以上に強く感じることは、生きていく上で得策とは言えません。早かれ遅かれ、今はもういない親との関係、現実に支えてくれる人々との新しい関係を結びなおすことが必要になってきます。それが子どもにとって「自律的に生きる」ことにつながります。

子どもにとって（もちろん、大人も例外ではないのですが）、いちばん役立つセーフティネットとなるのは、人や人との関係性に対して愛着を持ち、頼り、頼られる緩やかな関係を複数持つことです。他者との関係性を見極め、信頼を持ち、支え合える人間関係を持つことが、「自律的に生きる」ためのエンパワーメントとなります。

困ったときに「助けて」と言えて、困っている人を見たときに自然に手をさしのべられるようになる。そのレッスンの場として、キャンプは非常に優れています。（39p）

東日本大震災で親を亡くした子どもたちは、たくさんの「関係の結び直し」をしなければなりません。今はもういないお父さんやお母さんとの関係。今の生活を支えてくれている人々との関係。新しい生活の場所との関係。離れてしまったふるさととの関係。大切な人の命を奪った海との関係。かつて考えていたのとは違ってしまった将来の夢との関係。

こうした関係の結び直しは、大なり小なり誰の人生にも起こるものですが、グリーフキャンプに来る子どもたちには、いくつもの大きなできごとが同時に起こりました。だから、関係の結び直しに寄り添ってくれる人のいる時間や空間がふんだんに必要だと思うのです。

キャンプは、その場所になれると信じています。

キャンプの限界

しかし、キャンプには大きな限界があります。

それは、キャンプが非日常の場であることです。もちろん非日常であることこそが、キャンプがグリーフケアの場として優れている理由でもあるのですが、非日常の場だけで子どもたち自身と、子どもたちを取り巻くすべてを変えることはできません。そこは過信してはいけないと思います。

また、グリーフキャンプに限らず、新しい目的を持つキャンプを行うときは、必ず未知の領域があるものです。このキャンプにおいては「グリーフ」そのものが、私たちにとっては未知のものでした。「グリーフ」はその人の暮らす地域、家族の文化に大きく左右されます。生死観は伝統文化や宗教観、その人の死別経験などによって大きく違いますし、現在の生活状況の影響も受けます。ですから私たちはグリーフについての学びを深めなければならず、「キャンプに臨床心理士に来てもらったから安心」といった単純なことではないと思います。

グリーフそのものは正常な反応ですが、その回復のプロセスがこじれて精神疾患にたどり着いてしまったら、それは医療の領域となり、私たちには手出しができません

キャンプでの生活を通じて、子どもの生活環境に問題があるのではないかということが分かったとき、状況に応じては、社会福祉のサービスにつなげることも必要になるかもしれません。El Tesoro de la Vida では、キャンプが始まる前の日にスタッフに対して児童虐待に関する講義が行われます。児童虐待にはどのようなものがあるか、虐待が疑われるサインにはどのようなものがあるか、もしそのサインを見つけたらどうするかといったことを学ぶのです。(20p)

キャンプをその期間で完結するものと考えず、日常生活との連続性を意識することが、グリーフキャンプのような社会的課題に対応するキャンプには欠かせません。

ネットワークの必要性

キャンプの限界をカバーするもの、それはネットワークです。使い古された言葉ですが、キャンプに足りない専門領域があったり、数日間という時間的な制約があったりする以上、つながる先はどうしたって必要です。

グリーフキャンプを普及させる上で、必要なつながりにはどのようなものがあるでしょうか。

グリーフケアに携わる人たち

これまでに書いた通り、「グリーフ」はキャンプにとっては新しい概念です。ですから、グリーフケアに携わる人たちとのつながりなしには、このキャンプは行えませんでした。

私たちは幸い、NPO法人子どものグリーフサポートステーションの協力を得て、少しずつ私たちなりのグリーフキャンプをつくってきました。また、お手本としている El Tesoro de la Vida のセラピストたちとの対話も大きな助けとなりました。

グリーフケアについては、ホスピスケアや阪神・淡路大震災のような災害、自死の増加などの社会的な状況に対応して取り組みが続けられてきましたが、東日本大震災をきっかに大きな関心を集めています。子どものグリーフケアに関しては、ダギーセンター (53p) のトレーニング手法が広く用いられることで、徐々に全国的な広がりを持ちつつあります。こうした流れは、グリーフキャンプを全国で行うための大きな支えになると思います。

タギーセンターの掲げる４つの原則

①一人ひとりの抱える悲嘆は違う
②悲嘆は自然なことで病気ではない
③子どもたちに安全な場所、安心を与える場所を提供しなければならない
④子どもたちを治そう、子どもたちに教えようとするのではない。心を痛めているのを許してあげるのだ

http://www.dougy.org/

日常的に支える人たち

キャンプが終わると、子どもたちは日常生活に帰っていきます。そこは子どもたちがキャンプで経験したことを反芻し、これからの生活に当てはめていく大切な時間です。そうした子どもたちの日常を支える人たちとどう結びつくかも大きな課題です。

子どもたちにとって最も身近なのは、いっしょに生活する保護者です。保護者は、自らの生活も震災によって大きな影響を受けながら、子どもを引き受けた親戚が大部分を占めます。キャンプに子どもたちを送り出してくださった保護者の方々の話を聞くと、やはりご苦労されていることも少なくないそうで、ただただ頭が下がる思いです。「保護者のみなさんを温泉のあるところにでも招待して、“大・おしゃべり大会”をしたいね」と冗談交じりで話しているのですが、実はかなり本気にそう思っています。子どもたちを日常的に支える人をたとえほんの少しでも支えることが、グリーフキャンプの普及には大切な鍵になると思います。

また、子どもたちの暮らす地域の中で子どもたちを支える場所が遍在しているといいなと思います。子どもグリーフサポートステーションやダギーセンターは、まさにそのような場所です。

そこにはホッと落ちつける空間があり、笑顔で迎えてくれる人が待っています。時々訪れては、遊んだり、話したり、何もしない時間を過ごしたりしながら、少しずつ少しずつ、経験した喪失やそれに伴って生じるさまざな気持ちを整理していく。そんな場所です。

キャンプでは寝食をともにする濃密な時間が流れますから、劇的な変化が生じることも少なくありません。それは棒高跳びでぐーんと高い位置にたどり着いたようなものです。だから、優しく受け止めるクッションが必要です。もちろん、保護者の方々がしっかり受け止めてくれるのですが、その保護者を支える存在が、できるだけたくさんあればよいなと思うのです。

El Tesoro de la Vida でも、子どもたちの日常をバックアップする存在として、保護者に The Warm Place というグリーフケアセンターが紹介されます。(72p)「困ったことがあったら、いつでも相談してくださいね」「いつも子ども向けのプログラムを行っていますから、気軽に参加してください」というメッセージは、保護者にとってとても力強い支えになっています。

子どもグリーフサポートステーション
居心地のいい時間が流れています

手伝ってほしい人たち

もうひとつは、グリーフキャンプに限らない、キャンプ全体としての願いなのですが、医療関係者の方々にキャンプにもっともっと関わっていただければと思っています。

これまでのキャンプにもできるだけ看護師に同行してもらっているのですが、とても大きな意義があります。もちろん、キャンプでは小さなすり傷をしたり、体調を崩したりする子どもが出てくる場合もあるので、看護師が（もちろん、医師でも）いてくれると大助かりです。しかし、それ以上に、看護師がいることでスタッフが持つ安心感が重要だと考えています。

子どもは鏡のように大人の状態を写し取ります。大人が楽しそうにしていたら、子どもも楽しい気持ちになるし、大人が緊張していたら、子どもも緊張して不安になってしまうものです。キャンプのような非日常の環境では、特にその傾向が強いのではないでしょうか。さらにグリーフキャンプでは、子どもたちはスタッフの状況により敏感で

す。だから、安全にキャンプを行うためにも、スタッフが安心して、機嫌よく過ごすことがとても大切です。

朝霧高原でキャンプを行ったときにも、看護師が参加してくれました。自然とキャンプの雰囲気になじんだ彼女の存在は大きな安心を与えてくれ、体調を崩したキャンパーが出たときも、私たちスタッフが必要以上にあわてることはありませんでした。「もし看護師がいなかったら」という比較はできませんが、「万が一のときのために」という保険的な意味以上のものがあったと思います。

だから、多くの医師や看護師の方々にキャンプにかかわってほしいと思うのですが、ことはそう簡単ではありません。たとえば、事故が起きたときに、医療有資格者という理由でより多くの責任を負うことがないようにするにはどうすればよいのかといったことを考え、学ぶ必要があるでしょう。

アメリカにはキャンプナース協会（http://www.acn.org/）という団体があり、キャンプナースの仕事の仲介をしたり、キャンプでの医療技術の向上に関する啓発活動、研修活動を行っています。日本ではキャンプの産業的規模がアメリカに比べるとうんと小さいので同じことはできませんが、いつか日本でもキャンプナース、キャンプドクターのネットワークをつくることができればよいなぁと考えています。

キャンプに参加してくれた看護師の工藤さん（左）

学びを深める方法

グリーフキャンプに参加するたびに、「ん〜、もっと勉強しないといけないな」と痛感します。

ここまでに書いた「キャンプの限界を知り」、「ネットワークを結びつける」ということを進めるには、キャンプのこと、子どものこと、そして、子どもを取り巻く社会のことなど、もっと学ばなければならないと思ってしまうのです。

ただ、こういった学びが必要なのは、グリーフキャンプに限ったことではありません。また、私たちがグリーフキャンプを行うためにこれまで学んだことは、ほかのさまざまなキャンプに携わる人たちにも知っておいてほしいことばかりです。

キャンプに携わる者は一般的な大人に比べるとさまざまな子どもに接する機会が多いですから、あたかも子どものことはなんでも知っているような錯覚に陥ります。しかし、キャンプにはそれぞれの特徴がありますから、そこに来る子どもが「一般的」だと言い切ることはできないはずです。グリーフキャンプに来る子どもにもやはり何らかの特徴があるわけで、その特徴について考えるためには、子どもを理解するための基礎的な理論を知っておくことも必要でしょう。

ですから、野外体験活動に携わる人、誰もが学ぶことのできるプラットホームはできないものだろうか‥と考えます。

野外活動指導者のためのリベラルアーツ

リベラルアーツとは、「基礎教養学」のことです。もともとは中世ヨーロッパの大学制度が整う中で、人が持つ必要がある技芸の基本とみなされた学問を指していました。

多様なキャンプが行われるために、できるだけたくさんの野外活動指導者が知っておきたいことを「野外活動指導者のためのリベラルアーツ」として、積み重ねてみてはどうだろうかと思います。

例えば、キャンプに来ている子どもを的確に把握しようと思えば、子どもの発達過程についての

理解は欠かせません。

キャンプを通じて自己肯定感の獲得など、子どもたちの成長を意図するのであれば、セラピューティック・レクリエーションの理論をごく簡単にでも知っておきたいものです。

多様な子どもたちを受け入れたいと思っているのであれば、発達障害や愛着障害、あるいは虐待や貧困といったことについても、学んでおく必要があるでしょう。

キャンプというのは、ある意味、経験がものをいう世界です。これは間違いのない事実ですが、グリーフキャンプのような新しいテーマに向き合うと、経験だけではどうしようもないと感じざるを得ません。

この気づきを単なる気づきのままに終わらせないよう、「野外活動指導者のためのリベラルアーツ」をつくっていきたいなと思っています。

子どもたちを社会で支える

社会の成立過程がまったく異なるので、アメリカと日本を単純比較することに、ほとんど意味はありません。どっちがいい社会かと問われても、「一長一短がある」としか答えようがないのです。しかし、グリーフキャンプの普及を考えたとき、現時点においては、アメリカのほうが圧倒的に有利だと感じることが２つあります。

ひとつはキャンプの資金です。

キャンプ、特にグリーフキャンプのような社会的課題に対応するキャンプには、たくさんの人の関わりが必要です。ですから一般にイメージされるよりはうんと多くのお金がかかります。また、こういったタイプのキャンプでは参加者が経済的に安定しない状況にあることも多く、必ずしも受益者負担を求められるものではないので、財源をどう確保するかというのは頭の痛い問題となるのです。私たちはキャンプの立ち上げに際して、朝日新聞厚生文化事業団と協働することで、事業団に寄せられた寄附金を使わせていただくことができましたが、今後のキャンプの継続、普及を考えたとき、資金をどう確保するかは非常に切実な課題となります。

El Tesoro de la Vida では、500 ドルあまりの参加費を設けていますが、実際には子ども１人あたり 1,000 ドル程度の費用がかかりますし、家庭の経済状況によって参加費が免除される制度もあるので、参加費は総費用の３分の１にも満たない状況です。その不足を補うのが、企業や個人からの寄付や物品の提供です。毎年４月にはチャリティパーティが開かれ、企業などから提供を受けた商品をオークションにかけ、一晩で数百万円のお金が集まります。もちろん、ボランティアの多くも品物やお金を提供したり、寄付の呼びかけをしたりします。

「日本は寄付の文化が育っていない」とよく言われますが、その文化の創造を主導すべきは、おそらくお金を受け取り、活用する側なのだと思います。すでにお金を出す側の構えはできているというのが、より現実的な判断なのではないかと思うほどです。「子どもたちを社会で支えるんだ」という風土をつくり、気持ちよくお金を手放してもらえるようにすることが、私たち公益団体の仕事なのかもしれません。

El Tesoro de la Vida のチャリティパーティのひとこま
多くの人がオークション品を提供して資金を集めます
手前には私たちのキャンプ T シャツが並んでいます
写真提供：Camp Fire USA First Texas Council

もうひとつは、心理のセラピストの育成です。

日本にも、もちろん心理のセラピストはいますし、さまざまな形で活躍されています。しかし、日本では「セラピー」と呼ばれるものが全般的に一対一の関係で行われることが多く、心理のセラピーにおいてもグループで行うことは一般的とは言えません。

El Tesoro de la Vida で行われるセラピー・セッションは、プロのセラピストによって見事にグループの関係性を生かして進められています。聞いてみると、彼らは日常的に、たとえば「リストカットを経験した 10 代の女の子 6 人」を対象にグループ・セラピーを行っていたりするのだそうです。ですから、グループで行うからこそのセッションを成立させることができるのだと思います。

そしてなによりも、彼らはキャンプを深く理解し、そして楽しんでいました。

セラピー・セッションの中では、とてもシビアな話も出てきます。その一つひとつに対応するセラピストの責任は非常に重いものです。しかし、キャンプ中には、子どもたちに負けないくらいはしゃいだり、のんびり時間を過ごしていたりする彼らの姿を目にすることができます。

彼らのようにキャンプが大好きで、グループの働きを熟知したセラピストが増えるとよいなと思います。「心理の勉強をする大学にキャンプ実習を取り入れてもらえないだろうか‥」などと考えてみるのですが、実際にどのようにするかはまだまだこれから考え始めようというところです。

いろいろな関わり方

キャンプを通じて子どもたちを支える方法には、まだまだいろいろなもの考えられます。

シリアス・ファン・チルドレンズ・ネットワーク (SeriousFun Children's Network) のキャンプ場のひとつであるキャンプ・ボギー・クリーク (Camp Boggy Creek：米国フロリダ州）を二十年近く前に訪ねたときのことです。

「この図書館は IBM の寄付で、このプールはシーワールドからの寄付、この劇場はユニバーサルスタジオからの寄付でつくられました」などと説明を受け、「日本ではとても無理だなぁ」と思いながら聞いていました。そのころ、ちょうど日本でも「企業メセナ」といった言葉が言われるようになり始めていましたが、それがキャンプと結びつくという想像はなかなかできなかったのです。

しかし、そのキャンプを支えていたのは、有名な大企業ばかりではありませんでした。子どもたちが生活するキャビンに入ると、ベッドの一つひとつに、毛糸で編んだブランケットとカラフルなテディベアが置かれていました。これは子どもたちへのおみやげとして渡されるもので、地域のボランティアが作ってくれるのだそうです。

こうした取り組みは意外と広く行われているようで、テディベアを子どもたちに贈る活動を中心に据えている NPO まであるほどです。（Mother Bear Project：http://www.motherbearproject.org/）

日本の子どもたちにとって、テディベアは必ずしも身近な存在ではないかもしれませんから、なにも同じことをしようというのではありません。ただ、キャンプに関わるボランティアにはもっと多様な方法があると考えるためのヒントにはなるのではないでしょうか。

このテディベアを作った方々は、「キャンプに参加するのは、体力的に無理だわ」と思っている人かもしれません。「忙しくて、まとまった時間をボランティアに充てることができないの」という人かもしれません。もしかしたら、「日焼けするキャンプに参加するなんて、まっぴら」と思っている人かもしれないのです。

このテディベアは、そのような人たちの「キャンプに来る子どもたちのために何かしたい」という思いをキャンプと結びつける取り組みと言えるでしょう。

キャンプをしようという人たちは、概して器用なことが多く、人に頼らなくてもいろいろなことができてしまうのかもしれません。また、気心の知れた人と、できるだけ少人数で関わるほうが制御しやすいということもあり、できるだけ多くの人に部分的にでも関わってもらおうということにはなりにくいものです。

しかし、グリーフキャンプのような目的をもったキャンプのムーブメントを作ろうとしたら、ステークホルダーは多くなければなりません。もちろん、関わる人が増えれば増えるほど利害の対立が生じる可能性はあるわけで、面倒な部分が増えるのは間違いありません。それでも、さまざまな関わり方のオプションを提示して、多くの人に関わってもらえる環境を作ることが、これまでに述べた資金や人材育成の課題を改善していくためには必要なのだろうと思います。

Gift for the Next 100 Years

日本キャンプ協会は、公益法人への移行を前に「Gift for the Next 100 Years」というキャッチフレーズを掲げました。「キャンプを次世代に向けた贈り物にする」という決意表明のようなものです。

第 1 章で述べた通り、グリーフキャンプの取り組みは海外のキャンプ仲間の支援の申し出から始まりました。キャンプのアイデアや実際のキャンプでの学習機会、その費用などの贈り物「Gift」を受け取ることから動き出したのです。この贈り物を手元にため込んでおいても意味はありません。最初はつたないものでしたが、私たちなりのグリーフキャンプをつくって、東日本大震災で大切な人を亡くした子どもたちにパスしました。

パスを受け取った子どもたちが、また次の世代に何をパスしてくれるかはわかりません。けれど、もしキャンプが少しでもプラスの影響を与え、希望を持って進学したり、就職したり、家族を築いたりしてくれれば、何らかの形でパスを受け継いでくれるでしょう。

少なくとも私たちは彼らとキャンプを行うことで、多くの学びという新しいパスを受け取りました。そこで学んだことを報告書の形にして出すことは、また別の誰かにパスを回すことになるだろうと思います。

キャンプは楽しい活動です。だからこそ、次々とパスが続く贈り物になる可能性があります。私たちが「組織キャンプ（Organized Camp）」と呼ぶ教育的意図を持ったキャンプの始まりは、アメリカ・コネチカット州で男子寄宿学校を運営していたフレデリック・W・ガンが、1861 年に学生とともに行った 2 週間の移動型キャンプだとされています。それから 150 年以上にわたって、キャンプは次の世代への贈り物としてパスされ続けてきました。もう少しがんばれば、日本におけるグリーフキャンプも、次の世代に向けた立派な贈り物にできるのではないかと思います。

最初の組織キャンプ Gunnary Camp（1920 年頃）

写真提供：American Camp Association archives

El Tesoro de la Vida のセラピストのクリスは、「キャンプの 1 週間は、週に 1 回のグループ・セラピーの半年分、1 年分にも匹敵する。もちろんキャンプが楽しいから来ているのだけれど、プロのセラピストとしても興味が尽きないキャンプなんだ」と教えてくれました。

グリーフキャンプは、この言葉のようにめざましい変化を生じさせるキャンプだから、スタッフの負担も大きいものです。贈り物のパスに参加してくれる人を増やし、多くの人に支えられることが求められます。

パウロ・フレイレは「世界に名前を付ける」ことの大切さも説いています。そのことについて、慶應義塾大学の加藤文俊さんの著書からある一節を引用します。

> パウロ・フレイレは、私たちとの対話において、「世界に名前を付ける・命名すること」の重要性を説いている。私たちは、言葉を知ること、言葉をあたえること、言葉を発することによって、積極的に外界にはたらきかけることができる。（中略）ひとたび命名されたものは、課題として共有できるようになる。それがコミュニケーションを誘発し、私たちのやり取りを通じて、さらに「世界」をつくっていくのである。
>
> つまり、名前をつけられ、〈モノ〉として流通可能となった知識は、もちろん、それ自体にも価値はあるが、大切なのは、それが私たちの関係性を築く仲立ちとなって、コミュニケーションを継続させるという点だ。
>
> （『キャンプ論～あたらしいフィールドワーク～』, 2009, 慶応義塾大学出版 , 22p）

「東日本大震災で被災した方々のために何かしたい」という気持ちを私たちのリソースであるキャンプに変換して、「グリーフキャンプ」という名前を与えることは、キャンプの立場で東日本大震災の被災者支援にかかわるために何をするかを考え続けることに役立ちます。

キャンプが社会の課題にアウトリーチする（手を伸ばす）こと自体は、目新しいことではありません。しかし、名前を与えることで新たなコミュニケーションが生まれる可能性は大きいでしょう。

喪失は誰もが人生の中で何度も、何度も経験するものです。実践を積み重ね、対象が広がり、「グリーフキャンプ」に、もし新しい別の名前が与えられるとしたら、それは日本にグリーフキャンプが根付いたことを意味するのかもしれません。

「Gift」には「天から与えられたもの」という意味があります。「天」が指すものにはさまざまな解釈があり得ます。しかし、それは「Gift」には、それを受け取る人に対する敬意が込められていることを示しているのは間違いありません。

キャンプにやってきて、笑いながら、はしゃぎながら、その時間を楽しむ子どもたちへの敬意を欠くことなく、グリーフキャンプを続け、広げていければと思います。そして、多くの人が子どもたちへの敬意を込めた「Gift」をパスする輪に加わってくださることを願います。

「キャンプだからできること」「キャンプでは手に負えないこと」を見極め、たくさんの方々の力を借りながら、もうしばらく努力を続けていきたいと思います。

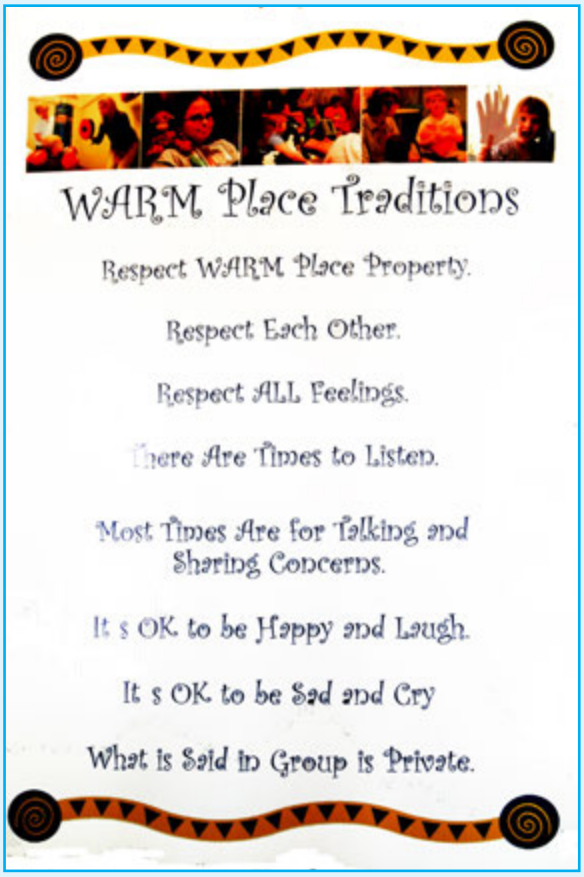
キャンプを周辺で支える The Warm Place

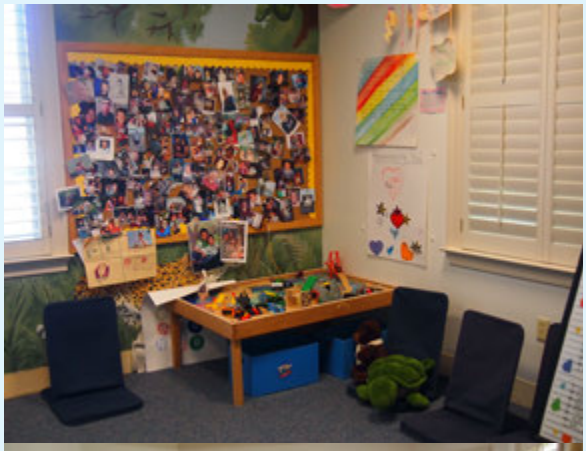
El Tesoro de la Vida では、地域のグリーフサポートセンター「The Warm Place」と連携し、キャンプ後の子どもたちのサポートを必要に応じて行っています。

この地方の伝統的なスタイルの建物は、訪れる人がリラックスして過ごせるよう、ゆったりとした作りになっています。年代別に子ども向けのプログラムを提供するほか、保護者の相談に乗ったり、ファシリテーターの養成講座を提供するなど、多様な事業を行っています。

非日常のキャンプと相互補完ができる、子どもたちの日常を支えるこのような場が日本全国にできれば、キャンプがより広く貢献できる素地ができるのではないかと思います。

http://www.thewarmplace.org/





グリーフサポートセンターでは、自分を大切にし、他の人も大切にすることを守るため、「場のルール」を設定しています。

Warm Place で守られてきたこと

Warm Place の施設や備品を大切にします

お互いに敬意を持ちましょう

どんな気持ちも大切にしましょう

静かに話を聴く時間があります

でも、大部分の時間はしゃべったり、他の人の気持ちを知ったりする時間です

楽しんでも、笑ってもいいですよ

悲しくなっても、泣いてもいいですよ

ここで話したことは、ここだけにとどめておきましょう

資料集

グリーフキャンプを知るための本棚
インターネットで見ることのできる情報
グリーフキャンプ・プロジェクト関連事業一覧

グリーフキャンプを知るための本棚

新しいことを始めるとき、それが自分にとって「わけのわからないもの」であればあるほど、手がかりとなる情報を集めなければなりません。グリーフキャンプはもちろん、グリーフケアも日本ではまだまだ新しい概念です。ここではグリーフケアの基本的な理解に役立つ本を紹介します。

死別を体験した子どもによりそう ～沈黙と「あのね」のあいだで～

著　者：西田 正弘・高橋 聡美
出版社：梨の木舎
発売日：2013/6
定　価：1,500 円＋税

死別を体験した子どもたちを地域や学校など、さまざまな場面でサポートする人（つまり、ほとんどすべての大人）のための子どものグリーフに関する入門書です。

「大切な人を亡くして、気持ちがもやもやして、元気になれない状態」というのは、誰にとっても特別なものではありません。それにあえて「グリーフ」と名前を付けるのは、その気持ちを特別視するためではなく、きちんと考えてみるスタートラインを設定するためです。

目の前にいる「この子」にとって、大切な人との死別はどんなインパクトがあるのか。「この子」の反応を当たり前のこととして、どう受け止めるか。グリーフをきっかけに、一人ひとりの子どもの個別性にどう向き合えばよいのかを考えるための一冊になるのではないかと思います。

子どものグリーフを支えるワークブック ～場づくりに向けて～

編　著：子どもグリーフサポートステーション
出版社：梨の木舎
発売日：2013/6
定　価：1,800 円＋税

実際に子どものグリーフサポートを実践しているファシリテーターやこれからグリーフサポートの場づくりに取り組もうと考えている方のためのワークブックです。

グリーフサポートに限ったことではありませんが、ファシリテーターというのは難しい役割です。子どもたちが気持ちを言語化することが、亡くなった人との関係を結び直すことに役立つとしても、無理やり言葉を引き出したのでは、ファシリテーターとは言えません。だからといって、ただ待てばいいというわけでもなく、場の空気を整えて、スムーズに流すような役割を担う必要もあります。

このワークブックは、ファシリテーターとしてのそんなスキルを再点検するのにも役立ちます。

グリーフケア～死別による悲嘆の援助～

編　著：高橋 聡美
出版社：メヂカルフレンド社
発売日：2012/5/28
定　価：2,400 円＋税

対象や死別の理由ごとにグリーフの状態や対応方法について網羅した内容で、グリーフケアの基本的理解に役立つ本です。サポートをする人の育成や地域で支援するための課題などについても触れられており、社会の仕組みとしてのグリーフケアをどう組み立てればいいのかということを考え

させられます。

現代の日本では、「死」は日常生活から切り離されていて、忌避される傾向が強くなっているようです。しかし、いずれ大切な人と死別することは誰もが避けられないのですから、過度に死を忌避することなく、考えてみることも必要です。それはスタッフとしてグリーフキャンプにかかわる際に、相手に害をなさず、自分を守るためにも必要なのではないでしょうか。

大切な人を亡くした子どもたちを支える35の方法

著　者：タギーセンター
出版社：梨の木舎
発売日：2005/10/16
定　価：1,500円＋税

タギーセンターは、米国オレゴン州に1982年に開設された子どものグリーフサポートセンターです。実際に大切な人を亡くした子どもたちやその家族に対するサポートプログラムを提供するほか、サポーターのための研修を行っており、タギーセンターのトレーニングプログラムは、世界中のグリーフケアのスタンダードとなっています。

この小冊子には、30年にわたる長年の実践をベースとした、子どもをまわりで支える人が知っておくべき35のポイントがコンパクトにまとめられています。

「子どもが安心して悲しめる環境を整えよう」「走ろう！飛び跳ねよう！遊ぼう！（エネルギーや感情を発散する方法を見つけよう）」「健康に注意し、規則正しく食事をし、水を充分飲むように促そう」など、当たり前だけれど、大切なことがらが並んでいます。もちろん、グリーフは個別性が高いものであることは繰り返し強調され、全体を読んで気づくのは「これを読んでわかったような気にならないこと！」という警告であったりもするのですが。

グリーフケア入門 ～悲嘆のさなかにある人を支える～

編　著：髙木 慶子
出版社：勁草書房
発売日：2012/4/23
定　価：2,400円＋税

この本は、タイトルに「入門」とありますが、これから専門的にグリーフケアを学ぼうとか、ファシリテーターになろうと考える人にとっての入門という内容で、すこしとっつきにくい印象があるかもしれません。しかしそれだけに、理論的なことがらもきちんと説明されており、全体を通して読んでみると、かえってわかりやすいのではという印象を受けます。

都市化や核家族化が進む中で、グリーフワークのあり方も大きく変化しています。その変化を理解するために、日本の伝統的グリーフワークのひとつである仏教の葬送儀礼を紹介する章がありますが、この部分はグリーフワークにおいてキャンプが担える代替可能な役割は何かを考える上で、重要な示唆を与えてくれます。

また、大きな喪失を経て自身の存在が揺らいでしまうような感覚を理解する上で、「ビリーフとスピリチュアル・クライシス」の項は非常にわかりやすい情報を提供してくれます。

悲しんでいい～大災害とグリーフケア～

著　者：髙木 慶子
出版社：NHK出版
発売日：2011/7/7
定　価：740円＋税

上智大学グリーフケア研究所・特任所長の髙木慶子さんは、長くかかわっている終末期ケアや、自らも被災した阪神・淡路大震災における豊富な経験から、グリーフケアに関する本を何冊も書いておられます。この本では、悲嘆状態から抜け出すためには、悲しみの表出が不可欠なこと、そして、まわりの人がそれをどう受け止めればいいのかと

いったことが平易な文章でまとめられています。

第２章にも引用した、子どものグリーフに関する一節が、グリーフキャンプを行う理由のひとつを担保してくれます。

悲しみを負った子どもたちにとって一番必要なのは、心が明るくなることです。そして、遊びのなかで子どもたちは明るさを取りもどしていくのです。大人たちが考えなければならないのは、「今日は楽しかった」という思いをいだいて子どもたちが毎日眠りにつけるようにすること。子どもには、それが一番の心のケアになるのです。(139p)

髙木さんは修道服に身を包み、とても静かな印象の方なのですが、お話はユーモアにあふれ、とてもチャーミングです。彼女のように、優しく、自然に子どもたちの言葉を受け止められるようになりたいと心から思います。

悲嘆学入門～死別の悲しみを学ぶ～

著　者：坂口 幸弘
出版社：昭和堂
発売日：2010/5/25
定　価：2,000 円＋税

この本も「入門」とありますが、グリーフケアを体系的に学ぼうという人のための一冊といえるでしょう。悲嘆の定義から、悲嘆が生じうるさまざまな状況、グリーフワークの考え方、日本における文化的背景、研究対象としての悲嘆まで、さまざまな視点でまとめられていますから、グリーフケアについて概観するにはわかりやすいと言えます。

著者は序文の中で、次のように書いています。

援助を必要とする遺族への対応が決して十分でない今、社会的な関心が高まっていること自体は大変好ましいことであるが、一方で、例えば「グリーフケア」など言葉だけがやや一人歩きしているようにも感じる。（中略）人々の関心が高い今こそ、基礎に立ち返って根拠に基づく議論を積み上げていくことが必要ではないだろうか。

この本が出版された 2010 年以上に、グリーフケアに対する関心が高まっている今、この視点はとても重要ではないでしょうか。

心のケア
～阪神・淡路大震災から東北へ～

著　者：加藤 寛・最相 葉月
出版社：講談社
発売日：2011/9/16
定　価：760 円＋税

阪神・淡路大震災の被災者の心のケアに長く携わる精神科医のインタビューを中心に、心のケアについてまとめられた一冊です。

「被災者の気持ちは、その人にしかわからない」というところからスタートしなければならないことや、生活の恢復という視点を忘れてはならないことなど、心のケアの難しさも伝えられ、「安易な気持ちでかかわってはならない」という戒めを与えてくれます。

最も印象的なのは「繰り返し痛感したのは、心のケアはあまり歓迎されないということです。（中略）　受け入れてもらうためには、心のケアを強調しないこと、現実的な支援をしながら地道な関係づくりをすること、そして何よりも害を与えないこと」という一節です。

意図せず子どもたちに害を与えるようなことが起きていないか、俯瞰する冷静さが必要なことを痛感する一冊です。

インターネットで見ることのできる情報

インターネットで公開している、日本キャンプ協会が作成した資料等やグリーフキャンプを行っている他団体の WEB サイトを紹介します。

日本キャンプ協会の情報

キャンプ研究第 15 巻

特集：グリーフキャンプ

「子ども達の悲しみを支えるということ」
坂本昭裕氏（筑波大学教授）

「東日本大震災の被災者を対象とするグリーフキャンプの取り組み」

http://camping.or.jp/JJCS152012.pdf

※「キャンプ研究」は冊子の販売もしています。日本キャンプ協会にお申し込みください。

キャンプアカデミー 2011 「グリーフケアとキャンプ」抄録

2011 年 5 月 21 日に実施したキャンプアカデミーの抄録です。震災直後の被災地の状況の報告を聞くとともに、グリーフケアの基礎を学びました。

http://camping.or.jp/110521academyreport.pdf

グリーフキャンプ・フォーラム 「楽しむ場所、悲しむ場所としてのキャンプ」抄録

2012 年 2 月 11 日に実施したフォーラムの講演・対談部分の抄録です。アイルランドでの事例を題材に、日本でのグリーフキャンプの展開について考えました。

http://camping.or.jp/1202griefcampforum.pdf

CAMPING 連載 Gift for the Next 100 Years

プロジェクトに関連する報告、情報をまとめて 2 か月に 1 回発行する「CAMPING」に連載しています。

グリーフ・キャンプ・プロジェクトの経緯と概要
http://www.camping.or.jp/gift1.pdf
グリーフケアとキャンプ
http://www.camping.or.jp/gift2.pdf
El Tesoro de la Vida
http://www.camping.or.jp/gift3.pdf
国際キャンプ会議 in 香港
http://www.camping.or.jp/gift4.pdf
楽しむ場所、悲しむ場所としてのキャンプ
http://www.camping.or.jp/gift5.pdf
グリーフキャンプ・フォーラム
http://www.camping.or.jp/gift6.pdf
はじめてのキャンプ in 台湾
http://www.camping.or.jp/gift7.pdf
「グリーフ（ワーク）×キャンプ」にできること
http://www.camping.or.jp/gift8.pdf
キャンプを支える大人たち
http://www.camping.or.jp/gift9.pdf
SKY CAMP in あさぎり
http://www.camping.or.jp/gift10.pdf
グリーフキャンプを知るための本棚
http://www.camping.or.jp/gift11.pdf
グリーフケアとキャンプの接点
http://www.camping.or.jp/gift12.pdf
SKY CAMP in よしま
http://www.camping.or.jp/gift13.pdf

英文ニュースレター「UPDATE」

支援をいただいた国外のキャンプ関係者の方々にプロジェクトの進捗状況をお知らせするために作成しているニュースレターです。国際キャンプ連盟を通じて配信しています。

Vol.1　May-2011
http://camping.or.jp/NCAJ-may11.pdf
Vol.2　June-2011
http://camping.or.jp/NCAJ-june11.pdf
Vol.3　July-2011
http://camping.or.jp/NCAJ-july11.pdf
Vol.4　August-2011
http://camping.or.jp/NCAJ-August11.pdf
Vol.5　September-October-2011
http://www.camping.or.jp/NCAJ-Sep-Oct11.pdf
Vol.6　November-December-2011
http://www.camping.or.jp/NCAJ-Nov-Dec11.pdf
Vol.7　January-February-2012
http://www.camping.or.jp/NCAJ-Jan-Feb12.pdf
Vol.8　March-April-2012
http://www.camping.or.jp/NCAJ-Mar-Apr12.pdf
Vol.9　August-September-2012
http://www.camping.or.jp/NCAJ-Aug-Sep12.pdf
Vol.10　October-2012
http://www.camping.or.jp/NCAJ-Oct12.pdf
Vol.11　September-2013
http://www.camping.or.jp/NCAJ_Grief_11.pdf

海外のグリーフキャンプ

El Tesoro de la Vida

グリーフキャンプを行う上でお手本のひとつとしている、25 年の歴史を持つグリーフキャンプ。真夏の 1 週間をキャンプで過ごし、子どもたちはたっぷり楽しみ、たっぷり考えます。

http://www.campfirefw.org/

トップページにある検索窓に「Grief Camp」と入力して検索してください。

紹介ビデオ：http://youtu.be/VnbfzlRcoJkCamp

Camp Erin（キャンプ・エリン）

Moyer Foundation（モイヤー財団）が、北米の 30 か所以上で実施している週末型のグリーフキャンプ。財団の創設者が MLB のジェイミー・モイヤー選手であるため、野球チームのある全都市でキャンプが行えるよう事業を広げています。

また、2 年に 1 度「National Bereavement Camp Conference（全米グリーフキャンプ会議）」を開催するなど、グリーフキャンプの普及活動にもあたっています。

http://www.moyerfoundation.org/

トップページにある「Camp Erin」のアイコンをクリック

紹介ビデオ
http://www.moyerfoundation.org/Video_CE.aspx

Circle of Tapawingo

大切な人を亡くした 10 代の女の子を対象とした、1 週間のグリーフキャンプ。2012 年の夏のキャンプには、146 人が参加しました。

http://www.circleoftapawingo.org/wp/

紹介ビデオ：http://vimeo.com/50845268

グリーフキャンプ・プロジェクト関連事業一覧

2011 年度

日程	内容
5 月 21 日	キャンプアカデミー「グリーフケアとキャンプ」
6 月 18 日	日本野外教育学会関東支部研究大会での発表 「震災で両親を亡くした子どもたちのためのグリーフキャンプ」
7 月 30 日～ 8 月 6 日	El Tesoro de la Vida（米国・テキサス州）視察
9 月 23 日	キャンプフェスタ 富士・朝霧での発表 「グリーフキャンプ①②」
11 月 7 日	第 9 回国際キャンプ会議 in 香港での発表 「Grief Camp for Victims of the Great East Japan Earthquake」
12 月 1 日	「キャンプ研究第 15 巻」発行　特集：グリーフキャンプ
2 月 11 日	グリーフキャンプフォーラム「楽しむ場所、悲しむ場所としてのキャンプ ～グリーフワークとしてのキャンプの可能性を考える～」
2 月 27 日	Moyer foundation（米国・ワシントン州）訪問
3 月 25 日～ 29 日	第 1 回グリーフキャンプ（台湾）

その他発行物など　5 回　会報誌「CAMPING」における連載「Gift for the Next 100 Years」①～⑤
7 回　英文ニュースレター「UPDATE」①～⑦
2 回　「こどもキャンプ通信」①～②

2012 年度

日程	内容
7 月 29 日～ 8 月 4 日	El Tesoro de la Vida（米国・テキサス州）視察
9 月 15 日～ 17 日	SKY CAMP in あさぎり
2 月 1 日	会報誌「CAMPING 151」発行　特集：グリーフキャンプ
2 月 9 日	キャンプアカデミー「グリーフケアとキャンプの接点」（東京）
2 月 11 日	キャンプアカデミー「グリーフケアとキャンプの接点」（神戸）
2 月 13 日	アメリカキャンプ協会年次大会での発表 「Grief Camp for the bereaved children ～ Under the partnership of global camp community ～」
2 月 23 日	キャンプアカデミー「グリーフケアとキャンプの接点」（仙台）
3 月 26 日～ 30 日	SKY CAMP in よしま

その他発行物など　6 回　会報誌「CAMPING」における連載「Gift for the Next 100 Years」⑥～⑪
3 回　英文ニュースレター「UPDATE」⑧～⑩
6 回　「こどもキャンプ通信」③～⑧
18 回　環境 goo 連載「キャンプの恵み」　※回数はグリーフキャンプ関連分のもの
http://eco.goo.ne.jp/nature/outdoor/camp/column/

編集後記

キャンプには「人工コミュニティ」としての側面があります。かつて色濃く存在した地域コミュニティは、その場所の歴史やお祭り、食べ物、言葉などの文化を共有することで成立していました。激しい利害の対立があっても形が保たれていたのは、共有するものが多様にあったからです。グリーフキャンプは、「大切な人を亡くした」という個々にとって重い意味を持つ経験を共有することで、コミュニティが成立します。

それは人工のコミュニティなので、成立させるための何らかの工夫が必要となるのですが、キャンプにとっての強い味方は、やはり「楽しさ」なのだと思います。報告の中身はどうしてもグリーフケアに関連する文章が多くなってしまいますが、実際には報告書に書かれている３倍は楽しかったと思ってもらえれば、当たらずとも遠からずという感じになるでしょう。

子どもたちの経験した喪失はとても大きく、キャンプの期間限定の人工コミュニティだけで子どもたちの将来を支えられるわけではありません。グリーフキャンプは細い杭の１本に過ぎず、取り組みも端緒についたばかりです。この報告書も「これがグリーフキャンプだ！」と胸を張って示すことのできる内容ではないかもしれません。しかし、大切な取り組みだと考えていますので、この２年間に起きたことを忘れぬよう、まとめておくことにしました。

キャンプで出会った子どもたちが、この世界に遍在する豊かな社会資源の恩恵をたっぷり享受しながら、つつがなく毎日を過ごすことができますように。

公益社団法人日本キャンプ協会　事務局長　金山竜也

Gift for the Next 100 Years

2011.3.11 - 2013.3.30

グリーフキャンプ報告書

発行者：石田易司

発行所：公益社団法人日本キャンプ協会

〒 151-0052　東京都渋谷区代々木神園町 3-1

国立オリンピック記念青少年総合センター内

電話：03-3469-0217　E-mail：ncaj@camping.or.jp

WEB：www.camping.or.jp

発行日：2013 年 6 月 30 日

監　修：西田正弘（NPO 法人子どもグリーフサポートステーション）

© National Camping Association of Japan, 2013

本報告書で紹介するグリーフキャンプは、公益社団法人日本キャンプ協会、公益財団法人日本 YMCA 同盟、社会福祉法人朝日新聞厚生文化事業団の共同事業として実施しました。実施にあたっては、NPO 法人子どもグリーフサポートステーション（http://www.cgss.jp/）の協力を得て、スタッフトレーニング及びキャンプ中のプログラムを行っています。

また、キャンプは朝日新聞厚生文化事業団に寄せられた多くの方の寄付を活用させていただいたほか、International Camping Fellowship や Camp Fire USA First Texas Council をはじめとする国内外のキャンプ関係者、企業、個人から物心両面で多大な協力を頂戴いたしました。

ARIGATOU means "incredibly rare", thus it's MIRACLE.
It's a miracle that we have you in the camping community, ARIGATOU!!

SKY CAMP in よしま　2013.3.29　at 神戸 YMCA 余島野外活動センター

NCAJ
National Camping Association of Japan

公益社団法人日本キャンプ協会

www.camping.or.jp