

(2) 個人を対象としたレクリエーション指導の可能性

～余暇生活の充実を妨げる障害の整理～

今井 毅
(日本体育大学)

<動機と目的>

レクリエーション(以下本稿ではレクと略す)は、十人十色であり、その目的や活動は人それぞれ異なる。

ところで、現実のレク指導は、つどいや集会に参加した人々の交流を支援する、いわゆるグループ・レク指導が主流である。このグループ・レク指導も、実は、参加者の集団欲の充足と人間交流能力の開発が目的である。従って、個人を対象としたレク指導といってもよい。

次に多いレク指導は、祭りや運動会やウォークラリーなどのいわゆるレク行事の企画運営指導である。このレク行事企画運営指導の目的は、団体や地域の人々のやる気を活性化すること、つまり組織人格の高揚にある。従って、これも個人を対象としたレク指導と呼んでもおかしくない。

さらに、幅広くありとあらゆる余暇活動種目を含めて、それらの指導をレク特殊種目指導と呼ぶ場合がある。これらの指導者は、すでに、テニスのコーチ、剣道の師範、茶道の師匠などと呼ばれて、指導の内容も明確である。このレク特殊種目指導も、個人を対象にしている場合が多い。

確かに、グループ・レク指導もレク行事企画運営指導もレク特殊種目指導も、個人の成長と福祉の向上に貢献しようとしている。しかし、十人十色となるような個人の余暇生活の質と量の向上への支援とはなっていない。なぜなら、参加者側から見れば、グループ・レクもレク行事も特殊レク種目も、各自のレク活動全体あるいは余暇生活全体の一部にすぎないからである。つまり、これまでのレク指導は、個々人の余暇生活全体に働きかけるしくみにはなっていないのである。

そういうわけで、ここでは、「個人を対象としたレク指導」とは、マン・ツーマンの指導を意味していない。個人の余暇生活全体をより充実するための支援方法を意味している。

いうまでもなく、個人の余暇生活の充実策に関心が高まる社会的背景がある。高齢者の退職後の生きがい問題、働き盛りのメンタル・ヘルス問題、子育て終了後の主婦の生きがい問題、甘えと体験不足の中でつけられた子供達の教育問題、国際的批判を受けている長時間労働問題、内需拡大をねらう労働時間短縮問題などが、個人生活の質の向上とりわけ余暇生活の充実策に期待を寄せているからである。

こうした社会的背景は、この余暇生活充実策を開発していく方向に、かなり大きなインパクトを与えるであろう。なぜなら、それぞれの問題が解決しやすい独自の方法を選択していくことになるからである。同時に、これらの社会的背景の共通点から推測される一つの進むべき方向が伺える。それは、自助努力、自己管理、自己制御といった問題解決方法への期待が読みとれることである。

しかし現実の具体的な支援方法は、上記の社会的背景だけからは生まれない。個々人が余暇生活で困っている生なましいこと(障害)を把握することよってしか、支援方法は開発され得ないであろう。なぜなら、障害の状況や性質がわからなければ、その障害を除去したり、無視したり、のりこえたり、飲み込む方法を選択あるいは開発することはできないからである。

従って、本稿は、人々の余暇生活の充実を妨げている障害にはどんなものがあるかを整理することによって、支援方法の可能性を検討することが目的である。

<材料と方法>

これまで、文献調査や取材調査や余暇生活設計指導などの際に、余暇生活の充実を妨げている状況や意見を収集してきた。その数は、ラベルにして、115枚になった。この115枚のラベルが、当研究の材料である。

文献調査から得た材料は、余暇生活の疎外要因調査に関するものから余暇・レク関係一般の文献におよんだ。その主な文献は、参考文献欄に*印を付している

ものである。

取材調査から得た材料は、余暇情報センター職員、余暇行政担当者、健康増進センター職員、上級レク指導者等の観察や洞察にもとづくものである。それぞれの現場の現状と課題を把握するための取材であったが、質問項目として「余暇生活の充実を妨げる障害についてどのような事例をご存じですか」と設定して収集したものである。

余暇生活設計指導から得た材料は、生涯生活設計プログラムに参加した中高年の人々とのグループ討論やインフォーマルな談話の中からメモしておいたものである。

上記のようにして収集した障害の所在を定める枠組として、図1の「余暇生活のしくみ」を使用した。吉野正治の指導にもとづいて作成したマクロな模式図である(1:60頁)。職業、地位、学歴、年齢、性別などのようなミクロな余暇生活規定条件については、分類の項目として取り扱わなかった。なぜなら、ミクロな条件は、現場で支援するときには、差別を促がす以外何の利益ももたらさないであろうと考えられるからである。

さらに、余暇生活の充実に必要な各条件がどのような性質の障害を内包するかを動的に把握するために、図2の枠組を用意した。それは障害の解決難易度を考えると、次の4段階になる。

- A 条件の整備ができていない
- B 条件の整備のし方や、維持管理がうまくいっていない
- C 条件の整備はできていないが、間に合わせでやっている
- D 条件の整備も、維持管理もうまくいって、余暇生活が充実している。

<結果>

収集した材料は、状況の説明であったり、観察した感想であったり、個人的意見であった。上記の方法で、障害の所在とその性質を整理すると、下記ようになった。

1 目標に障害がある場合

A段階： 整備されていない(目標がない)

- 1 自由時間に何をしてもよいかかわからない
- 2 暇をもてあまして困っている

- 3 人生に燃えるものを感じていない
- 4 何か面白いことはないかと思ってすごしている
- 5 ただ漫然と1日をすごしているだけのようだ
- 6 ただ年齢をとっていくだけの毎日だ
- 7 熱中するものがなくてつまらない人生だ
- 8 瞳が輝いていない
- 9 工夫のある生き生きした生活をしていない
- 10 やすらぎや落着きを味わえる活動をもっていない

B段階： 整備のし方/維持管理のし方に問題がある

- 11 何がよい余暇生活なのかかわからない
- 12 何のためにこの活動をしているのかかわからない
- 13 余暇生活、家庭生活、職業生活のバランスがとれていない
- 14 理想と現実ギャップがある
- 15 目標の達成度を評価していない

C段階： 整備されていないが、間に合わせでやっている

- 16 やっている活動が、自分の人生観とあっていない
- 17 やっていてもピットリこなく、むなし
- 18 やめたほうがよいと思うが、不本意ながらやっている

2 態度(心構え)に障害がある場合

A段階： 整備されていない(心構えができていない)

- 1 余暇生活を充実させようとは思わない
- 2 余暇生活がなぜ大切なのかかわからない
- 3 家族や組織が生きのびるためには、余暇生活など気にはしてはられない
- 4 余暇生活を気にしていると、他人からとりのこされてしまう
- 5 遊ぶことや余暇生活にうしろめたさや罪悪観を感じる
- 6 仕事が気になって、余暇生活を楽しむゆとりがない
- 7 育児・家事に手がかりすぎる
- 8 余暇生活をしている自分自身を好きになれない

図1 障害の所在を定める枠組
「余暇生活のしくみ」

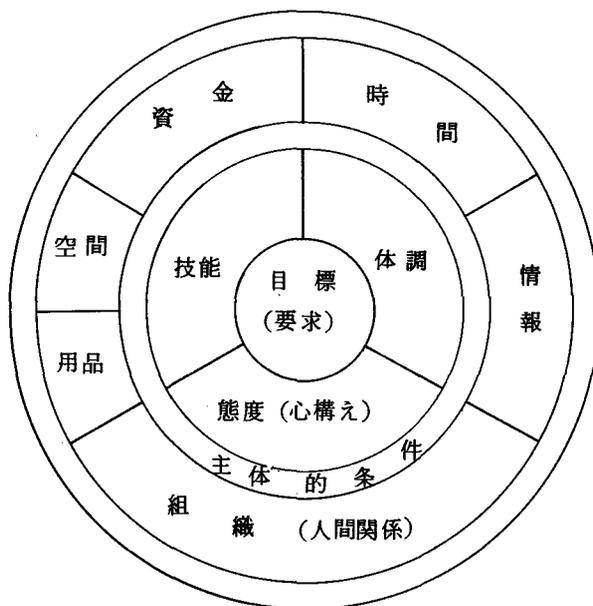
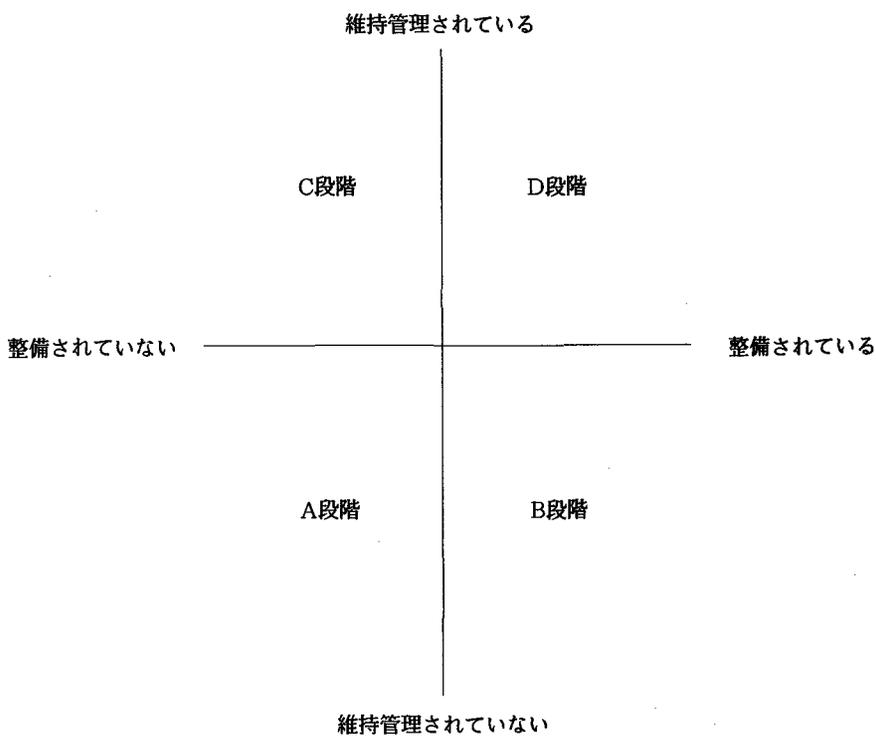


図2 障害の性質を把握する枠組



ない

- 9 余暇生活が充実しないのは、余暇に対する
社会の価値観のせいだ

B段階： 整備のし方／維持管理のし方に問題がある

- 10 にがい経験があるので、やるのが怖い
11 すぐ競争意識の渦の中にまきこまれて苦痛だ
12 期待をもって行こうが、先が見えてくると、
つまらなくなる
13 また3日坊主になると思うと、やる気がお
きない
14 自分の余暇活動は、他人に誇れない、はず
かしい
15 自分の余暇活動は、家族や知人に迷惑をか
けている
16 自分の余暇活動は、私の人間性を傷つけて
いる
17 レジャー産業の宣伝におどらされているよ
うな気がする
18 レジャー・ブームに押しながされているよ
うな気がする
C段階： 整備されていないが、間に合わせでやっ
ている
19 金銭的実益が伴うので、やっている

3 技能に障害がある場合

A段階： 整備されていない（技術が身についてい
ない）

- 1 レポートリーが不足してる
2 フォームやスタイルが様にならない
3 何をしても無器用である

B段階： 整備のし方／維持管理のし方に問題があ
る

- 4 本物の喜びを味わえる水準に達していない
5 体験不足でまだ自信がもてない
6 練習のし方がわからない
7 楽しみ方のコツがつかめていない

C段階： 整備されていないが、間に合わせでやっ
ている

- 8 技術の練習をしなくてもすむ活動なので、
ものたりない時がある

4 体調に障害がある場合

A段階： 整備されていない（体調がわるい）

- 1 体力が不足しているのでやれない
2 病気でできなくなった
3 入院で、環境が変わり、できなくなった
4 身体的または精神的障害を背負い、できな
い

B段階： 整備のし方／維持管理のし方に問題があ
る

- 5 睡眠不足でやれない
6 イライラしてやる気がおきない
7 疲れてやれない
8 やりすぎて、翌日体調をこわしてできない
9 ケガをしてしまい、こわくなってしまった

C段階： 整備されていないが、間に合わせでやっ
ている

- 10 リハビリテーションとしてやっている

5 組織（人間関係）に障害がある

A段階： 整備されていない（つながりをもってい
ない）

- 1 相手がいない
2 所属したいクラブ、団体がいない
3 指導者がいない

B段階： 整備のし方／維持管理のし方に問題があ
る（かかわりができない）

- 4 仲間はあるが、しっくりいかない
5 仲間に面白くない人がいる
6 やっても、ほめてくれる人がいない
7 クラブのメンバーが同質の人ばかりで面白
味がない
8 クラブの特殊用語や習慣が面白くない
9 クラブの運営が民主的でない
10 クラブに許容的雰囲気欠ける
11 クラブにたまり場がない
12 クラブに入っても新しい友達ができない

C段階： 整備されていないが、間に合わせている

- 13 一緒にしたい相手がいないので、代理で我
慢している
14 他人がこわがったり、苦しむのを見るのが
楽しい

6 用品に障害がある場合

A段階： 整備されていない（用品がない）

- 1 必要な用品が見つからない、手にはいらない
- 2 愛着のわく、お気に入りの用品が手に入らない

B段階： 整備のし方／維持管理のし方に問題がある

- 3 多種類の用品の中から選択することが困難だ
- 4 用品の性能、安全性をみきわめられない
- 5 用品をもっているだけで満足して、実際にはしない
- 6 購入してから、欠点のある用品であることがわかった

C段階： 整備されていないが、間に合わせている

- 7 続けるかどうかかわからないので、レンタルでやっている

7 空間に障害がある場合

A段階： 整備されていない（施設や場所がない）

- 1 身近なところに施設や場所がない
- 2 施設や場所が、混雑していて使えない

B段階： 整備のし方／維持管理のし方に問題がある

- 3 自分で利用できる施設や場所の地図をつくっていない
- 4 施設の利用手続きが面倒だ
- 5 施設がきたなく、衛生的でない
- 6 施設の安全性が、疑わしい
- 7 施設の管理者の態度が不親切だ

C段階： 整備されていないが、間に合わせている

- 8 本物がないので、シュミレーション施設で我慢している

8 資金に障害がある場合

A段階： 整備されていない（資金がない）

- 1 やりたい活動だが、資金ができていない
- 2 収入が少ないので、やりたいことができない

B段階： 整備のし方／維持管理のし方に問題がある

- 3 必要な資金の見積りができない
- 4 必要な資金のつくり方がわからない

5 生涯余暇生活資金計画ができていない

C段階： 整備されていないが、間に合わせている

- 6 クレジット払いでやっている

9 時間に障害がある場合

A段階： 整備されていない（時間がない）

- 1 平日の自由時間が少ない
- 2 仕事や育児の都合で、一定の時刻に自由時間をとれない
- 3 コマゴレの自由時間しかとれない
- 4 普段の休日が少ない
- 5 長期休暇が少ない
- 6 利用時間があわない

B段階： 整備のし方／維持管理のし方がわからない

- 7 仕事や家事時間の浪費が多く、余暇活動の時間をとれない
 - 8 いつ、どれだけ自由時間をとれるか、予測できない
 - 9 行動予定表をつくっていない
 - 10 スケジュールのたて方が下手だ
 - 11 有給休暇のとり方がわからない
 - 12 時間や認識が弱い
 - 13 生涯生活時間計画がない
 - 14 どれだけ自由時間が必要か見積れない
- C段階： 整備されていないが、間に合わせている
- 15 押しつけられたプログラムに参加している
 - 16 病気で通院／入院している

10 情報に障害がある場合

A段階： 整備されていない（情報がない）

- 1 余暇情報が不足している、入りにくい
- 2 どこに行けばどんなことができるという消費情報がない
- 3 これからどういうことをすれば、新しい豊かな余暇生活ができるという創造情報がない

B段階： 整備のし方／維持管理のし方に問題がある

- 4 必要な情報はどこに行けば得られるかわからない
- 5 どんな情報が余暇情報となるかわからない
- 6 余暇情報が氾濫して、どれを選択してよいか迷いがおきる
- 7 あやしげな情報や不必要な情報まで手には

いる

8 情報の選択と蓄積のし方がわからない

C段階： 整備されていないが、間に合わせてやっている

9 信頼できる情報かどうか不安なときがある

<考察>

余暇生活の充実を妨げている障害を整理するねらいは、障害を解決する方法を探り出すためであった。いうまでもなく、視点のおきどころによっていかようにも障害の整理ができるはずであるが、今回は、図1と図2の枠組によって、115の材料にふりをかけた。結果は図1の10の視点からまとめた。ここでは、図2の4つの視点から、気がついたこと、気にかかることを述べて考察としたい。

A段階：条件の整備ができていない段階

このA段階には、支援する側がとやかくいっても何も解決できない状況や意見が多い。つまり、支援者が余暇生活当事者にかわって、主体的条件や環境的条件を整備することは不可能であり、できたとしても、当事者本来の利益につながらない問題が多いのである。岡山誠司のいう「解決を求める問題」の領域といえよう(2:16頁)。

従って、余暇生活当事者が、そういう「整備ができていない」段階にあることに気がつくところから、問題解決が始まるというよいであろう。障害があることに気がつかない当事者は、いうまでもなく、これまで通りの習慣をかえることはせず、その障害を他人のものごとく、傍観して生きることになろう。

そういった意味で、このA段階の状況にある人は、その障害を自分の問題としてどこまで感じたり認識できるかが大切となる。つまり、「条件整備ができていない、なんとかしなきゃ!」と発奮させる方法を、支援者側が開発すればよいことになろう。

B段階：整備のし方/維持管理のし方に問題がある段階

このB段階は、他の段階よりも量的に多数の障害が含まれている。その特徴は、知識不足、考え不足、過去の失敗体験、練習不足などによって発生している障害の状況や意見が多いということである。岡山誠司の指摘する「解決法を求める問題」の領域に該当する(2:20頁)。

従って、この段階の障害は、ノウハウの学習、練習、実践体験によって解決していくことが期待されよう。

C段階：整備されていないが、間に合わせてやっている段階

このC段階の障害の状況や意見は、現在のところそんなに多く収集されていない。その少ない状況から推測できる特徴は、一見うまくいっているように見えるが、本当の解決ができていのかどうか疑わしい、ということである。岡山誠司流に言えば、「解けているかどうかわからない問題」の段階ということになろう(2:20頁)。

また、この段階には、ローン支払いの落とし穴に足を引っこんだり、病的あるいは犯罪行動へと駆りたてる可能性を秘めているものがあるので、早期に警告や注意を促す方法を開発する必要がある。治療的な支援方法はこの段階の課題であるかどうか検討の予知がある。

D段階：条件整備も維持管理もうまくいって、余暇生活が充実している段階

このD段階は、条件整備も維持管理もうまくいっているから特別解決すべき問題はない。

しかし、さらに充実した余暇生活するには、支援者の激励や勇気づけが必要である。なぜなら、支援者や周囲の激励がなければ、人間は自助努力の精神をもっていても、やる気をなくしてしまうからである。それだけに、余暇生活を充実できることは人間として素晴らしいことだという価値観が社会に浸透する必要がある。つまり、余暇環境の整備が社会的に支援されることが、余暇生活の充実を促進する上で欠かせないのである。

<今後の課題>

既存の余暇生活疎外要因に関する調査項目からは、余暇生活充実の支援方法を開発する糸口は見えなかった。いうまでもなく、調査項目数が少なく、また調査項目が政策上の資料収集のためにつくられていたからである。

そこで、本稿は、余暇生活の充実を妨げる障害を115種類収集し、障害の性質を定性的に4段階に分類することができた。そして、それぞれの性質に対応できる支援方法を開発できる可能性を推論し得た。今後はこれらのヒントをもとに、支援過程や方法について具

体的に検討を加えてみたい。

なお、今回の115種類の障害は、その広がりにより偏りがあった。また、結果の分析と考察は大ざっぱで、緻密さに欠けた。400種類位の疎外要因を収集して、再度やりなおして、もっと実践的なものにする必要がある。

<参考文献>

- 1 吉野正治『生活様式の理論』光生館, 1980年
- 2 岡山誠司『問題解決の方法』講談社, 1981年
- ※3 経済企画庁編『くらしの中のレクリエーション』大蔵省印刷局, 1975年
- ※4 松原治郎編『余暇社会学』垣内出版, 1977年
- ※5 余暇生活研究協議会『余暇生活環境の整備の仕方』日本体育大学, 1984年
- ※6 一番ヶ瀬康子編『余暇生活』（その1および2）放送大学教育振興会, 1985年
- ※7 Brightbill, C. K., Educating for Leisure-Centered Living, Stackpole Books, 1966
- ※8 Humphrey, F.(Eds.)Facilitating Leisure Development For The Disabled, University of Maryland, 1980