

余暇教育プログラム参加者の余暇意識の変化 ～自立生活訓練センターにおける実践より～

武庫川女子大学 茅野宏明

1. 研究の目的

一般的に、身体的障害を受傷した多くの身体障害者は、医学的管理のもとに治療や各種機能訓練を受けながら、障害を受容する過程を経て、社会復帰のための職業能力を訓練する過程に移行する。その際、さまざまな適正検査や本人の希望する職種についてのヒアリングなどが実施され、その結果にもとづいて職業訓練が計画的に行われる。同時に、さまざまなクラブ活動などへの参加が推奨される。

しかし、社会復帰をめざすものの、自由時間の過ごし方について学習する機会は少なく、多くの場合、グループレクリエーション援助が行われている。同様に、日常生活的・職業的社会復帰が重視される一方、潜在的な余暇の認識や活動の嗜好性について学習する余暇生活的社会復帰に関する研究報告は少ない。

本研究を実施した自立生活訓練センター（重度身体障害者更生援護施設）では、現在のところ、就職して社会復帰するケースだけでなく、在宅復帰や療護施設などに入所するケースもあり、特に重度化が進む中、後者のケースは徐々に増えてきている。在宅や施設に入所するケースの場合、事前に余暇生活を意識する機会を設けることが、職業訓練よりも、場合によっては重要になってくると予測できる。

このような点にいち早く注目したBullock and Howeらは1989年に余暇教育プログラム（以下、LEP）を開発した。その後、LEPの成果¹⁾が継続的に発表されている。また、LEPは余暇について自分で考えることを通じて、障害を持つ自分を見つめる機会をも提供する。

このようなLEPによる余暇意識の変化を検証することは、今後の日本の社会リハビリテーションや障害者福祉の一助となる。QOLをめざすリハビリテーション領域に欠かせない余暇生活援助、特に個別援助の研究は、すでに必要な時期に到達していると考えられる。

本研究の目的は、兵庫県立総合リハビリテーションセンター・自立生活訓練センター（重度身体障害者更生援護施設）におけるLEP参加者の余暇意識の変化をケース毎に検証することである。

2. 余暇教育プログラム（LEP）

(1)開発者とその理念

LEPは、1991年、当時ノースキャロライナ大学のBullock and Howeによって開発された社会復帰プログラム（以下、CRP）²⁾である。CRPはリハビリテーション過程から地域へ復帰した人たちの生活拠点における余暇生活援助、あるいは復帰する人たちの自立生活訓練としての余暇生活援助と位置づけられている。このCRPにはメインストリームはもちろん、社会的役割の価値も重要視する理念（social role valorization）が含まれている。本研究で使用したLEPは、オリジナルを承諾の上邦訳し、一部修正したものである。使用者はオリジナルを参考に、各施設に適したものを作成できるのが、LEPの大きな特長である。

(2)最終目標

LEPの最終目標は、自分にとって興味ある余暇活動を、自分の生活地域で実践できる生活行動を身につけることにある。具体的には、自分で自分のできることを分析し、各種器具やグループをはじめ、施設や指導員などの情報を収集し、最終的には、退所後の生活の中に自分の

選んだ余暇活動を組み入れることである。

(3)自立への行動変容の可能性

自分の楽しみのための活動を模索する過程で、個人の内面的充実感が楽しさややる気を生み出すきっかけになると期待される。そして、体験や実践を通じて、各自で作った余暇活動実施計画を修正しながら、実行・持続可能な活動と環境づくりを自らで施していくことが期待できる。その結果、自らでさまざまな阻害要因を解決できる能力を身につけ、余暇活動を通じて自立生活の中に活気が生まれるという、自立への行動変容を可能にする。

(4)援助方針

12ユニットからなるLEPは基本的に自己学習の形態で、参加者は各自でユニット毎のワークシートを進めていく。ユニットの目標に応じて、LEP支援スタッフとのディスカッションやブレインストーミングなどにより、選択肢や考える範囲の広さを認識する機会を提供。

例えば、水泳訓練を通じて水泳に興味をもった訓練者が、自分の生活地域において水泳を続けられるように、自らで退所前に生活地域の環境をチェックし、退所後の利用についての問題点を解決する。この過程では、生活指導員、介護福祉士、医師、看護婦、各種療法士、スポーツ指導員等からの施設・人材・用具などに関する具体的情報やネットワークが大切になる。時には、それらスタッフと共に利用許可を懇願する場合も考えられる。しかし、さまざまな阻害要因を具体的に解決するのは、参加者本人であることを援助の基本におく。

3. 方法

(1)対象者

兵庫県立総合リハビリテーションセンター・自立生活訓練センター（重度身体障害者更生施設）訓練生でLEP修了者7名。参加者は、事前にLEPの説明をLEP支援スタッフから受けた上で、自主的に参加を決断した者である。

(2)LEPの実施

週一回、一時間のLEPを開催。机は二人掛けの机に一人ずつ着席。予定ユニットのワークシートをLEP支援スタッフから受け取り、各自で進める。LEP支援スタッフは、参加者一人一人と対面し、ワークシートの進行に際しての質問や悩み、不安感などを受容する。また、問題解決のためのブレインストーミングなども実施する。問題解決のための選択肢を増やし、参加者が選択肢を選ぶ。

LEPに参加する期間は参加者によって異なるが、約半年～一年間。その参加途中で、本人の希望によりLEPを辞退、あるいは中断することも自由。

(3)LEP支援スタッフ

LEP支援スタッフは、①研究者（1人）、②LEP担当生活指導員（自立生活訓練センター職員）（1人）、③ボランティア（6名）である。特に、ボランティアは、LEPを事前に体験し、そのコンセプトを理解した者。余暇生活相談員、福祉レクリエーションワーカー、認定心理士などの資格の保持者や予定者もいる。

(4)余暇意識の変化に関するデータ収集

『余暇に関するアンケート』³⁾を事前に実施し、余暇に対する大まかな認識を明らかにしておく。そして、終了時にも同様に実施し、LEP前後のスコアの比較を行う。『余暇に関するアンケート』は、内的余暇動機尺度（Leisure Competence Measure）⁴⁾と余暇退屈度（Leisure Boredom Scale）⁵⁾から構成されている。両尺度の調整値が反比例の傾向を示さな

い時は余暇退屈度のみを解釈することが野村らによって報告されている。また、LEP終了時に自由回答式アンケートも行った。

4. 結果と考察

(1)Aさん(男性、28歳：脳性マヒ、車椅子常用)

余暇の自発性の向上と余暇退屈度の低下が明らかに見られる。選択活動は現在行っているローリングバレーボールの啓蒙活動。障害者の情報誌『ウイル』に練習や全国大会の取材希望を交渉した。手紙や電話のやりとりなど、あるいはローリングバレーボールの説明などに多くの時間を費やした。今後は、テレビでの啓蒙活動を考えて実行することを次の目標にして、LEPを修了した。LEPによる余暇意識の変化が顕著なケース。

(2)Bさん(男性、34歳：頭部外傷による右半身マヒ)

余暇の自発性にはほとんど変化が見られない一方、余暇退屈度の低下が見られる。選択活動はレンタカーで四国一周。当初は、自分で運転する予定であったが、運転免許更新不可能になったため、代替活動の選択を余儀なくされた。その後、職業訓練学校に入学が決まったため体験は不可能。障害を受けても楽しくやっつけようという行動できるようになったと発言。また、ワークシートに書き込むことで利き手交換の練習にも役立ったケース。

(3)Cさん(女性、24歳：疾病により下肢機能全廃、車椅子常用)

余暇の自発性が明らかに向上し、余暇退屈度の低下が見られる。選択活動はドライブ。既に免許を持ち、自家用車も改造済み。LEP前、自ら望んで運転の習熟訓練を申し出ずにいたため、訓練メニューに運転はなかった。その後、自ら希望を出し、医師・PT・OTによるチームが生まれ、運転技術を習得することができた。LEPにより、思ったことを実行できた反面、毎回考えるのが嫌だったと指摘した。LEPの短所が見えた。

(4)Dさん(男性、50歳：脳性マヒ、歩行補助具常用)

余暇の自発性の向上と余暇退屈度の低下が見られる。20数年来詠ってきた俳句や短歌を記録として残すために、ワープロ操作を選択。将来のこと(就職)も考えて、パソコンによるワープロ操作をパソコンクラブで独学。自己ペースで、教科書に従って進めた。LEPでは、先週までの進み具合を振り返り、次の目標を明記することを軸に援助を継続。最終的に自分の歌を縦書きで印刷でき、余暇意識が変化したケースである。

(5)Eさん(女性、49歳：交通事故による右膝関節機能全廃、右手一部機能障害、杖と車椅子)

余暇の自発性にはほとんど変化なく、余暇退屈度の低下が見られる。退屈さに改善が見られる。自分の状態に対応できる旅行会社の存在を知り、気が楽になったと発言。短大生の娘とのハワイ旅行を考えたが、娘の都合がつかず、時期を延長したため、未体験で修了。自己分析的で自分のことがわかる反面、余暇活動するのにこんなに難しいことを考えなくてはいけないのが辛い。旅行の可能性がわかり、前向きな行動に落ち着いたケース。

(6)Fさん(女性、57歳：疾病により下肢機能全廃、上肢一部機能障害、車椅子常用)

余暇の自発性や余暇退屈度の変化はほとんど見られない。中学時代に経験したピアノを弾くことを選択。握る機能に重度の障害。両手の小指一本ずつ使えば音は出るのでは、というLEP支援スタッフの一言に実行。その後、各種訓練も熱心にこなし、最終的には両手で手首を返しながら弾けた。そばにいた人が、弾いた曲名をふと言い当ててくれたことが嬉しかったと発言。数値的には変化がないケースだが、LEPの刺激が反映されたケースと言える。

(7)Gさん(女性、37歳：震災により下肢機能全廃、軽度知的障害、車椅子常用)

LEP前の余暇退屈度のみ測定。Gさんは手芸訓練に精を出しており、手芸を趣味として生かす援助が行われていた。LEP参加後、水泳を選択。担当生活指導員も驚く。水泳訓練の希望を申し出て、水着を一人で購入。LEPでは、先週までの進み具合を振り返り、次の目標を明記する援助を半年以上継続した。現在、外来者優先のため水泳は中断。

表1 LEP修了者の結果一覧

選択した余暇活動	体験	ILM (余暇の自発性)			LBS (余暇の退屈度)			自由回答の抜粋
		LEP後	LEP前	変化	LEP後	LEP前	変化	
A ロリングハリーの啓蒙	○	3.54	2.67	0.87	1.94	3.31	-1.37	自分の考え次第で実行できる
B イタカで四国一周	×	3.38	3.29	0.09	2.19	2.81	-0.62	障害を受けても楽しいことができる
C ドライブ	○	3.83	2.88	0.95	2.13	2.63	-0.50	いろいろな活動があることを知った
D ワード操作の習得	○	3.79	3.38	0.41	2.06	2.75	-0.69	前から思っていたことができた
E 娘とハワイ旅行	×	2.96	3.13	-0.17	2.56	2.88	-0.32	一つのことを広く深く考えられた
F ピアノ演奏	○	3.29	3.46	-0.17	1.88	1.75	0.13	余暇をどのように考えるかわかった
G 水泳	○	不可	不可		不可	3.31		今は浮輪をはずし、平泳ぎができる

LEP修了者7名の結果(表1)から、LEPは自己決断力を持つ身体障害者にとって比較的余暇意識を向上しやすい個人別余暇援助の一つである可能性が伺える。また、軽度の知的障害者にもLEPが可能であることが示唆された。

5. まとめ

リハビリテーション領域における余暇意識向上のための個別余暇生活援助として現時点でLEPが候補の一つにあげられる。しかし、その効果を確認するためには、より多くのリハビリテーション施設や社会福祉施設と共に実践的な共同研究を推進することが求められる。

他方、自己決断力が困難な(例えば痴呆症や知的障害などを伴う)対象者への個別余暇生活支援の開発も必要である。

【参考文献】

- 1) Seals, M.S., Mahon, M.J. et al. (1995). Enhancing a sense of independence and psychological well-being among the elderly. *Journal of Leisure Research*, 27(2), 107-124.
- Dunn, N.J. & Wilhite, B. (1997). The effects of a leisure education program on leisure participation and psychological well-being of two older women who are home-centered. *Therapeutic Recreation Journal*, 31(1), 53-71.
- Seals, M.S., Mahon, M.J., et al. (1998). Examining the long term effects of leisure education on a sense of independence and psychological well-being among the elderly. *Journal of Leisure Research*, 30(3), 331-340.
- 2) Bullock, C.C. & Howe, C.Z. (1991). A model therapeutic recreation program for the reintegration of persons with disabilities into the community. *Therapeutic Recreation Journal*, 25(1), 7-17.
- 3) 野村一路、佐橋由美、茅野宏明.(1997). 余暇生活設計のためのツール開発に関する研究(II). *自由時間研究*, 21, 40-49.
- 4) Weissinger, E. & Bandalos, D.L. (1995). Development, reliability and validity of a scale to measure intrinsic motivation in leisure. *Journal of Leisure Research*, 27(4), 379-400.
- 5) Iso-Ahola, S.E. & Weissinger, E. (1990). Perceptions of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. *Journal of Leisure Research*, 22(1), 1-17.

◎LEPの最新版は、武庫川女子大学茅野研究室LEP(リープ)のホームページで公開中。
ホームページは、<http://www.jade.dti.ne.jp/~leep/>