

参加者の変容

独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター 三原聡子

ケース：A君15才 中学3年生

小学校時代は病弱で体が小さかった。それ以外は特に問題なく過ごしていた。中学1年の5月のある日、普段通り寝たにもかかわらず朝起きられず、遅刻していくのも嫌で一日休む。このことをきっかけに、特に理由はなく、学校を休む日が急に増えていき、7月からは完全に不登校になった。前の日の夜は学校に行こうと思い準備までするのだが、朝になると起きられず、期末試験も受けられなかった。夏休みに入り、「学校に行かなければ」というプレッシャーが外れるとともに、昼間外に出て学校の友達に会ってしまい、何か聞かれたらどう答えたらよいかわからないと、家にこもるようになる。することもないのでゲームをはじめたところ夢中になり、徐々にゲームをする時間が増えていった。動かないのでおなかもすかず、食事は一日1食で、昼夜逆転した生活を過ごしていた。新学期に代わるタイミングで学校に行かなければいつも葛藤するのだが、学校に戻っても授業にもついていけないと思うとどうしても学校に行けなかった。さらに、体力も低下しているようで、少し動く息切れする。中学3年になり、自分でもこのままでは何も変わらない、将来が見えないという思いもあり、思い切って病院を受診、勧められてキャンプに参加した。

キャンプ中の様子：はじめは不安緊張感が高く、一人のメンターのそばを離れず、あまり他のメンバーと交流をしなかった。認知行動療法ではじっと座っていることができず、常にいたずら書きをしたりしていた。また「みんなの前で発言するのはトラウマがある」と人前で発言することをいやがり、課題には取り組んでも発表することができなかった。さらに、衝動的に思いついたことを口にした、やってしまった、同年齢のメンバーの言動を注意したこと、喧嘩になり、部屋の隅で泣いているようなことも起こった。しかしそのようなときにも他のメンバーやメンターが励まし、話し合っ乗り越えていった。終わりの会では、高校生のB君が前に出て一緒に挨拶するよう誘う。人前での挨拶はできなかったものの、帰りのバスでは他のメンバーが気にかけてくれたことを嬉しそうにしていた。

キャンプ後の様子：本キャンプ終了後、「寂しくてたまらなかった」とのこと。一週間、何もやる気にならなかったというが、その後、デイケアにくるようになった。デイケアに来るには早起きをして一人で電車を乗り継いでこなければならなかったが、デイケアに来ては笑顔で過ごしていた。また、学校にも週1回放課後に通うようになった。フォローアップキャンプに参加したA君は、最後の感想で、はじめは躊躇していたが、最後には前に出て「本キャンプが終わった後、本当に寂しかった。それから色々自分なりに考えて、フォローアップキャンプまでに何かがんばったことを作ろうと思って週1回、放課後だけ学校に行ったりしている。今回、B君に会えなかったのは残念だった」としっかりと挨拶をした。その後週1回の登校を続け、最近では高校の話をするようになった。

考察：体も小さく、やや幼いところのあるA君は、学校で同学年の集団の中ではつまづきもあったのかもしれない。しかしキャンプをきっかけに、自分を受け入れてくれる仲間がいることに気づき、前に踏み出す勇気を得て、将来に向けて模索をはじめることができた。

■その他のメンバーの変化

B君：17歳。高校2年生。小学生のころは極めておとなしく、勉強ばかりしているような子だった。友達はほとんどいなかった。小5からいじめをうける。それでも頑張って一日も休まず登校した。私立中高一貫校に入学。中学校では友達を作ろうと明るくふるまったが、なじめず、学校以外の趣味の合う人たちと交流できるオンラインゲームにのめりこんでいった。進学校であるため、勉強についていけなくなっていった。高校に入学すると、同じゲームをやっている同じ高校の子数人で毎週のように集まって遊ぶようになった。はじめて友達ができたB君は、遊ぶ日を支えに勉強をがんばるようになった。キャンプ期間中はこの集まりに参加できないため、キャンプにはしぶしぶ参加。認知行動療法でも初めのうちは寝ていることが多かった。キャンプの日程が半分ほど過ぎたころ、ようやく認知行動療法で面白いことを言ってみんなを笑わせようとするようになる。みんなが面白がってくれることがわかると、安心したのか、認知行動療法にも徐々にまじめに取り組むようになった。また、不器用ながらも年下の子への気遣いを見せるようになり、みんながB君の良さ、やさしさがわかるようになると、ムードメーカーとなっていった。最後の挨拶では一人挨拶できなかったA君と一緒に挨拶しようと誘う。

C君：17歳。高校2年生。小学校中学校で周りの子とあまりうまくなじめず、人間関係に非常に過敏であった。高校では人間関係になじめてきていたところ、大病をわずらい、半年ほど休まざるをえなくなった。意気消沈し、ゲームにのめりこみ、多額の課金をし、受診。キャンプにはぎりぎりまで行かないと言っていたが参加。運動神経がよく、スポーツになると、相手が年下であっても手加減せずやりこめてしまうようなところがあった。また掃除やあと片付けなど、めんどろなことはやらないところが目立った。しかし、同じような境遇からがんばっているメンターにいろいろ相談ができ、自身が誰かに頼ることができたことなどから、年下の子に配慮したり手加減してあげる余裕が生まれ、皆からリーダーとしてたわられるようになった。キャンプの日曜日ではメンバーやメンター、スタッフ全員に声をかけ、自らドッチボール大会を開催、盛り上がり、皆から感謝されて嬉しそうだった。

D君：21歳。大学に入学後、昼夜逆転してゲーム、10万円近く課金、出席日数が足りず大学中退。親がスマホをとりあげると、親に内緒で日雇いバイトをしてはネットカフェでゲームをする。その後、就職するが会社のPCで何度もゲームをしたことが発覚し、クビになってしまった。本人、あまり深くとらえておらず、親がスマホをとりあげるからいけないなどと言っていた。キャンプでは最年長の参加者であることや、年下のメンターがしっかりとやっているのを目の当たりにして、認知行動療法などで自ら挙手して発言、「僕が最年長としてしっかりしなきゃと思って」と語る。終了時には「すぐに就職活動して仕事を始めるのが目標」「ゲームは仕事が決まるまではすくなくともやらない」としっかりと話す。