

青年自立支援へのアグリセラピーの応用 ーS公益財団法人の事例研究ー

東京農工大学大学院博士課程
農林共生社会科学大講座
カウナン 春奈

NGO-AGRI

& 中川 光弘

本研究の目的



- ▶ アグリセラピーを応用しているS公益財団法人で4ヶ月間生活し、社会復帰を遂げたAさんを事例とし、彼女の入塾から卒塾まで、さらに社会復帰までの心理状況の変化について心理検査を使った評価を試みた。
- ▶ 今後の農福連携における青年自立支援の課題について、アグリセラピーの応用を元に考察した。

アグリ・セラピー（農業療法）



- ▶ 「グリーンケア」（農業福祉力）や「農福連携」「医食農連携」等を推進する潮流が、世界的に高まっている。
- ▶ 農作業及び農業に関する活動が、精神疾患に対して改善または治癒をもたらす効果があるのではないか？



**農業実践を中心としたホリスティックな療法
（アグリセラピー）**

アグリ・セラピー（農業療法）



①食養生

（栄養バランスの改善、カロリーコントロール、機能性食品の活用、薬草の活用）

②運動療法

（適度な運動負荷による身体機能の改善）

③心理療法

（認知行動療法、コスモセラピーなど）

④農業実践

（生命的自然との身体的交流）

⑤ラポール（信頼の絆）を基盤とした小集団の中での社交体験

事例研究；S公益財団法人について



- ▶ 所在；香川県高松市
- ▶ 設立年月日；昭和49年4月
- ▶ 自立塾；
ニートやひきこもり等、自立に向けて不安を抱えた方や何らかの理由や原因により生きる目的や体力・気力に自信をなくした方の社会復帰支援・自立支援塾。
禅の修行生活を取り入れ、合宿形式による自給自足の集団生活により、各人それぞれが生きる自信と意欲を取り戻すために日々取り組んでいる。（HPより）

現在；職員4名、利用者3名（60代、20代、知的障害、適応障害）

事例研究 ; S公益財団法人について



5:00 起床
5:15 座禅（朝食の準備、曜日で担当）
6:00 読経
6:15 朝食
6:30 片付けと作業前の準備＆簡単な掃除
8:00 午前作業
10:30 休憩
12:00 昼食
13:00 午後作業
15:00 お茶
16:30 作業終了
（風呂 夕食前後に各自順番に入浴）
18:00 夕食＆片付け
自由時間 食堂及び居住棟に共用のテレビあり
21:00 就寝

事例研究；S公益財団法人について



事例研究；アグリセラピーの応用



①食養生

⇒朝昼晩三食共に、禅道場の食事を基本とし、カロリー、栄養等のコントロールがされた食事。

②運動療法

⇒農作業、ヤギの世話に加え、環境を利用した自然な運動

③心理療法

⇒臨床心理士による週1回のカウンセリング（希望者）

事例研究；アグリセラピーの応用



④農業実践

⇒商品用；ハーブ（ローズマリー、ミント）・唐辛子の栽培、自給のための野菜作り。日常における草むしり等。

⑤ラポール（信頼の絆）を基盤とした小集団の中での社交体験

⇒道場内に住み込み、合宿形式で生活を共にし、お互いの連携のもとに作業を行う

①食養生



④農業実践



⑤ラポール（信頼の絆）を基盤とした小集団の中での社交体験



事例研究 ; Aさんについて



- ▶ 年齢 ; 22歳（2018年調査時）
- ▶ 3人兄弟の末っ子（姉・兄・本人）
- ▶ 状態 ;
入塾前

2015年3月 ; 通学制高校から通信制高校に転校し卒業
その後、アルバイトを始めるも、長続きせず、就業し
たりしなかったりの生活が続く。

両親の離婚による父母との別居を経験し、兄弟との生
活が始まったが、甘え、わがママが次第に、兄弟への
言葉による暴力になっていった。

また、その頃から社会適応が難しい状態が顕著となり、
また継続していた。

事例研究 ; Aさんについて



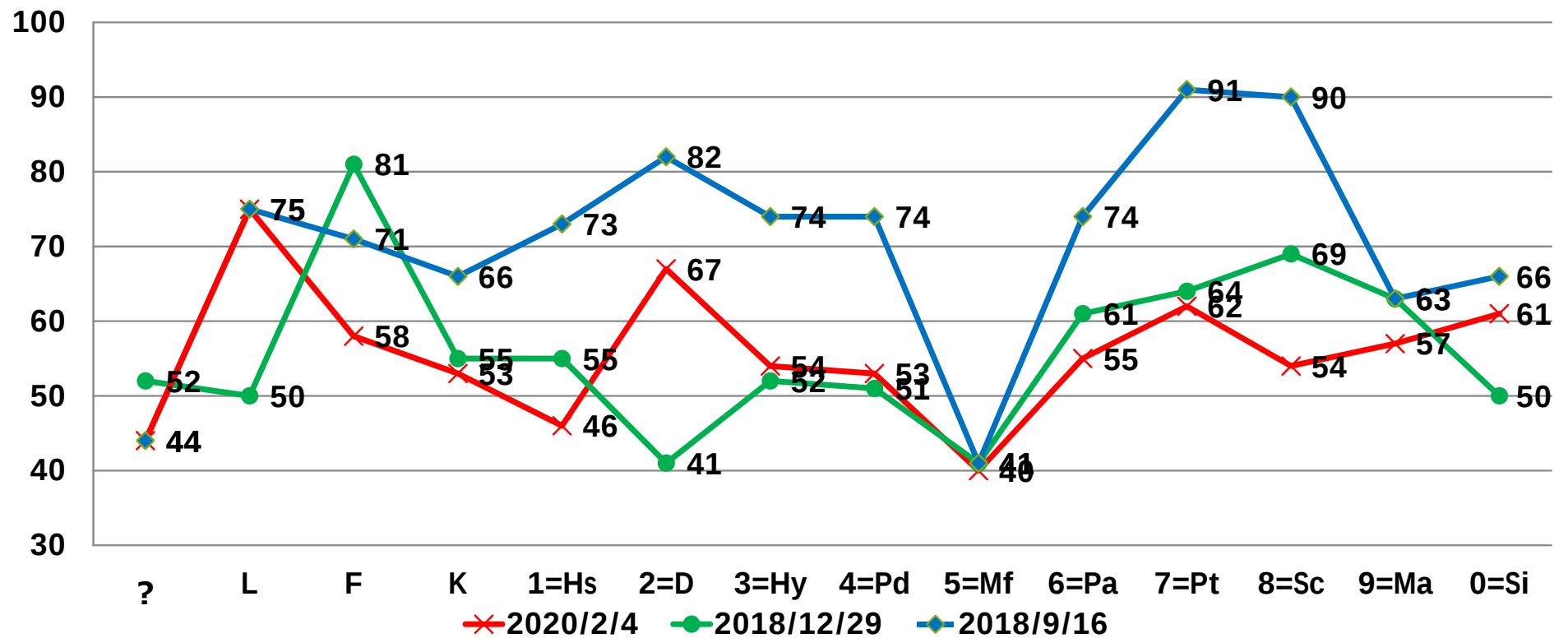
- ▶ 状態 ;
 - 2018年8月 ; 本人の自立目標のため、入塾。最初のうちは共同生活になじめず、座禅や食事に参加せず、食事は部屋で単独でとっていた。1ヶ月後くらいから、次第に共同生活が可能になる。
 - 2018年12月 ; 社会活動への復帰を望んだため卒塾。
 - 2019年3月 ; 椎茸栽培とその関連会社に就職(パートのち正社員) 。一人暮らしを始める
 - 2020年 ; 就業先を変え、正社員として現在も就業中

心理検査（指標）



- MMPI（ミネソタ多面的人格目録）；人格検査（パーソナリティ検査）
- TEG（東大式エゴグラム）；性格調査
交流分析をもとに、人の行動を5つの自我状態に分類し、それをもとに性格の傾向や行動パターンを見つける
- GHQ；（神経症者の）症状把握、評価及び発見。2～3週間前から現在までの健康状態で、精神的・身体的に問題があるかの質問が中心

MMPI心理テストの変化



MMPI尺度



妥当性尺度

? ; 疑問 L ; 虚偽 F ; 頻度 K ; 修正

臨床尺度

1 Hs ; 心気症 2 D ; 抑うつ 3 Hy ; ヒステリー
4 Pd ; 精神病質的偏倚 5 Mf ; 男性性・女性性
6 Pa ; パラノイア 7 Pt ; 神経衰弱
8 Sc ; 統合失調症 9 Ma ; 軽躁病
0 Si ; 社会的内向性

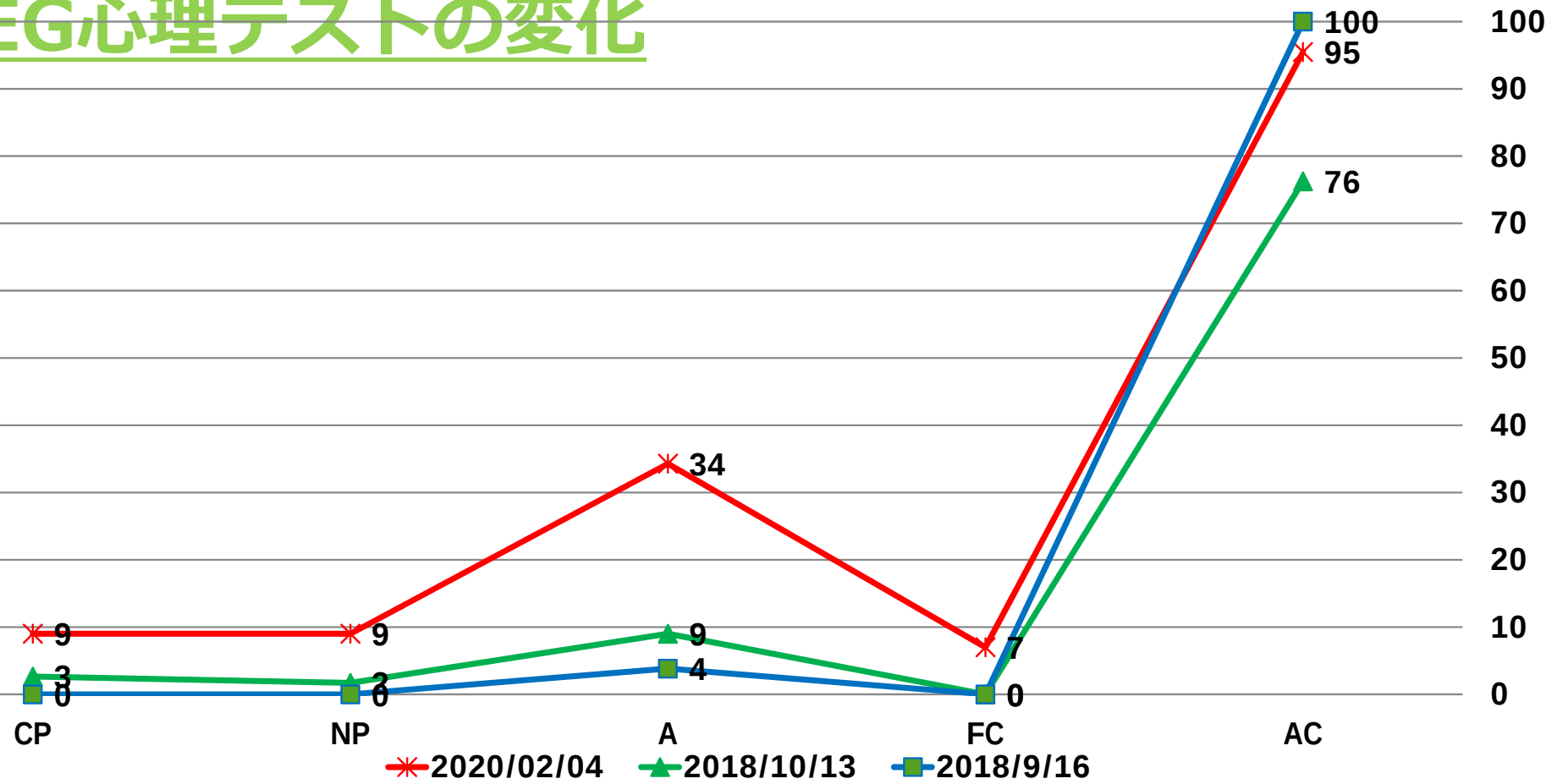
事例からの考察； MMPI指標



以下について、数値の減少（改善）が見られた。

- 心理的苦痛(F)
- 身体や健康に対してのとりわれや心配(Hs)
- 心理的葛藤に対して身体症状により責任を回避する傾向(Hy)
- 緊張不安(Pt)
- 疎外感(Sc)

TEG心理テストの変化



TEG指標



CP (Critical Parent) 批判的な親	責任感が強く厳格で、理想をもって行動する
NP (Nurturing Parent) 養育的な親	思いやりがあり、やさしく、世話好きで、受容的
A (Adult) 大人	現実的で、理性的、クール、冷静沈着
FC (Free Child) 自由な子ども	感情を隠さず、明朗快活、創造的、本能に基づいて行動する
AC (Adapted Child) 順応した子ども	感情を押し隠す、遠慮がち、他者の顔色を見て行動する

事例からの考察； TEG指標



TEG指標は自我状態を表し、性格調査に利用される。Aさんの特徴的な点として、Fcが低く、Acが高いことが見られる。Fcの低さは感情をストレートに表すことが苦手で、Acの高さは感情を押し殺し、他人の顔色をみて行動する傾向にある。またこの組み合わせは、自己表現がうまくできず、ひたすら葛藤だけをため込む傾向がある。

⇒（基本的な）パターンに大きな変化はなかったが、社会スキルとの関係を表す指標Aには社会適応力が上がるという変化が見られた。

GHQ心理テストの変化

2018/11/17 実施（入塾後3ヶ月）

GHQ 個人票		身体的症状	不安と不眠	社会的活動障害	うつ傾向
回答選択肢得点（左から順に）		(A)	(B)	(C)	(D)
得点合計		2	3	1	5
GHQ60の得点/判定	16 / 57	/7	/7	/7	/7

2020/02/04 実施（社会復帰後1年）

GHQ 個人票		身体的症状	不安と不眠	社会的活動障害	うつ傾向
回答選択肢得点（左から順に）		(A)	(B)	(C)	(D)
得点合計		5	3	2	2
GHQ60の得点/判定	21 / 67	/7	/7	/7	/7

事例からの考察； GHQ指標



うつ傾向 (5→2)

数値の減少（改善）が見られた。

身体的症状 (2→5)

数値の上昇が見られた。

要因；道場内での守られた生活から、一人暮らしを始め、正社員への移行もあり、また社会に出ることによって上昇がみられるのは自然な減少である。

短期間のストレス状態の評価には、GHQが適していることを確認した。

事例からの考察；



- ▶ **実生活**において
道場での生活で、これまで経験をしたことのない他者との共同生活及び、規則的な生活をする事になったため、最初は緊張の度合いが高かったと思われる。
入塾後1ヶ月過ぎたあたりから、自身の共同体での役割を理解し、協調性も見られるようになった。
卒塾後は、一人暮らしを始めパート社員として就業。当時の作業メモからも、高い仕事ぶりがうかがえた。正社員への登用も果たし、自信となった。
転居に伴い業種を変ったが、自身の性格をもとに職種を選定し、就業状態を継続するとともに、現在ではご家族との関わりにも安定が見られる。

今後の課題と応用；



- ▶ アグリセラピー；
ホリスティックなアプローチを利用し、青年自立だけでなく、就労移行・自立支援等、障害者への応用の可能性。
- ▶ アグリセラピーを構成する個々の要素の効果についての、さらに詳しい事象研究が必要である。
- ▶ 心理指標；
MMPI;項目数が550に渡るため、回答可能な対象が限定される可能性がある。口頭で説明（読み上げ）をする等サポートを利用する。