

# 第 I 部

馬の特性を障害のある子どもの教育に活かす

滝 坂 信 一

障害のある子どもの教育素材としての「馬」がもつ可能性

加 藤 守 松

馬を用いた取り組みにおいてより良い馬との関係を作るために

川 嶋 舟

# 馬の特性を障害のある子どもの教育に活かす

滝 坂 信 一

(肢体不自由教育研究部)

## はじめに

障害のある子どもに対する馬を用いた指導はまだ我が国では一般的ではないために、「なぜ馬なのか?」「どうして犬や猫、あるいは牛ではダメなのか?」といった質問を受けることが少なくない。また、犬や猫などの小動物と触れ合った個人的な体験から、心理的な「癒し」に集約してその意義が語られることも多い。本稿では、馬の特性とはどのようなものか、そしてそれを教育に活かすとはどのようなことなのかについて、文献や実践をもとに検討する。

## 1. 「治療的乗馬」「障害者乗馬」とは何か

我が国で現在「乗馬療法」や「乗馬セラピー」と呼ばれているものは、外国では

＜障害者乗馬＞ Riding for the Disabled

あるいは

＜治療的乗馬＞ Therapeutic Riding

と呼ばれている。いずれも、障害のある人々を対象とし馬を用いて行われる

- (1) 医療対応の一部として行われる治療や訓練
- (2) 教育・心理的対応
- (3) スポーツやレクリエーション活動

をその内容としている。これら三領域やそれぞれの効果は相互に排他的なものではなく、むしろ重なりあうことで相乗的な効果が期待される<sup>3)</sup>。また、対象者の状態やニーズによって他領域へ移行することもできる。

## 2. 「乗馬療法」の歴史<sup>1), 2)</sup>

馬に乗ることの身体への影響に触れた最も古い文献はヒポクラテス(紀元前460-377)による乗馬のもたらす「健康によいリズム」に関する記述だといわれている。

専門家による健康や治療への寄与を目的とした馬の使用は、ヨーロッパでは16, 17世紀から行われ始める。筋運動への影響など生理的な側面そしてうつ状態の改善など心理的な側面への寄与の側面から、治療を目的とした馬の活用がウィーン医学学校創設者の一人であるVan Swietenによって取り上げられ、運動療法の一つとしての萌芽が見られるようになる。18世紀になると、馬に乗ることが身体機能の活性化に非常に効果があるとされ、運動的な側面

やリハビリテーションの側面からの効果が注目されるようになる。18世紀には既に「乗馬を通じての健康作り」と題した書籍がドイツで出版されている。また、19世紀末には、乗馬による毎分180回の揺れが交感神経系を刺激することが指摘されたり(Zander, 1980)スウェーデンで治療目的に機械仕掛けの馬が作られている。

## 3. 専門領域「治療的乗馬」の成立

しかし、馬に乗ることが人間の心身にどのような影響を及ぼすかが実証的に検討され、「治療的乗馬(Therapeutic Riding)」と呼ばれて専門の領域として成立してくるのは1960年代以降のことである。特に、イギリスとドイツ語圏で実践的な検討や理論化が図られていく。イギリスでは障害者のレクリエーションやスポーツなど、障害者の社会参加という観点に重きが置かれボランティアの育成法も含めて方法論が開発されていく。他方、ドイツ語圏では医療(理学療法)の一部としての乗馬、心理的な対応及び教育の一環としての馬の利用、障害者スポーツとしての乗馬、というようにそれぞれの専門領域における馬の活用というかたちで方法論が開発されていく。1974年にはこの領域初めての国際会議「乗馬を通じてのリハビリテーション」が、(1)身体障害のためのリハビリテーション、(2)知的障害のためのリハビリテーションをテーマにパリで開催されている。そして、1977年には、現在のこの領域の基本とされている冒頭に述べた3領域が示される<sup>3)</sup>。

現在は、先にも述べたように障害のある人々や心理的な課題をもつ人々に対する(1)医療、特に理学療法からのアプローチとして、(2)心理・教育的なアプローチとして、(3)障害者のスポーツ・レクリエーションとして世界各国で取り組まれている。障害のある子どもの教育領域で馬を用いた指導は、欧米をはじめインド、シンガポール、香港、オセアニア地域、ロシア、メキシコ、などの国々において、プールでの活動及び音楽の活動とともに必須の内容になりつつある。

この領域の質的な向上と学術的な交流を目的とした国際組織として「国際障害者乗馬連盟」があり、3年に一度世界大会を開催している。2002年2月現在で、加盟はフルメンバー(障害のある人々に対する馬を取り扱った活動を行う非営利組織)が31カ国44機関、フルメンバー組織に属さない個人資格でのアソシエイトメンバーが41カ国256

名となっている。次回第11回大会は2003年、ハンガリーのブダペストで開催される予定である。

#### 4. 我が国の歴史

我が国において障害のある子どもの教育における馬の活用は、既に1970年代、東京都立町田養護学校が当時町田市にあった財団法人ハーモニーセンターのポニー牧場において実践を行っていた記録がある。この他にも、手元に記録はないが、恐らく教育一般や障害のある子どもの教育における馬の活用はずっと以前から行われていた可能性がある。

障害のある人々への馬の活用が一つの領域として我が国に紹介されたのは、1980年代の半ばである。脳に中途障害を負った八木一明氏が自身のイギリスにおけるリハビリテーション経験から「日本身体障害者乗馬連盟」を設立し、各地の馬場を借りてボランティアとともに活動を始めた。この団体はその後「日本障害者乗馬協会」と名称変更するとともに組織変更を行い、現在乗馬クラブ等馬事関係者を中心に特に障害者スポーツとしての乗馬に取り組み、パラリンピックへの選手派遣を行うなどの活動を全国に展開している。

他方、これとは別に、ドイツの研究者と障害のある子どもの教育に関する共同研究を行っていた国立特殊教育総合研究所の滝坂、笹本らが、1990年から障害のある子どもの教育における馬の活用に関する試行を開始した。このグループの特徴は、障害のある子どもの教育に関する専門家と馬の調教の専門家とが連携して内容と方法論とを開発しているという点にある。このグループのスタイルは、ドイツ語圏で発展してきた考え方と方法とに共通性をもっている。

先に述べた(財)ハーモニーセンターの活動はその後、東京都葛飾区が設置した「水元公園ポニースクール」に引き継がれ、東京都立水元養護学校教育活動や個別の活動に利用されている。さらに「日本乗馬療法協会」という組織をつくり、葛飾区の外長崎雲仙地域などで活動を行っている。なお、青少年の健全育成を主目的として財団設立された同センターは、青少年を対象にした活動の中核にポニーにおいて事業を展開している。

また、「日本身体障害者乗馬連盟」や「水元公園ポニースクール」でボランティア活動を行っていたグループがイギリスのRDA(障害者乗馬協会)日本支部というかたちで東京、神奈川で活動を続け、現在NPO法人RDA Japanとなって各地の活動を支部として位置づけ、障害のある人々のレクリエーションやスポーツとしての活動を行っている。

近年、地方公共団体が関与して障害のある人々や地域の人々に馬との触れ合いや乗馬の機会を提供しようという動

きが各地に見られる。宮城県は県立知的障害者施設「船形コロニー」にポニー牧場を置いて全県派遣事業を行っている。また、在来種保存会のある市町村のなかで、長野県木曾郡開田村、愛媛県今治市では、地域の養護学校や小中学校の教育活動に馬の活用を推進している。この2地域を含め、歴史的に馬と深い結びつきがある全国39市町村で作る「全国市町村ホースサミット連絡協議会」は1998年の大会で「乗馬療育」を推進していくことを公式宣言している。この他、各地で行われている障害のある子どもの乗馬活動に対し補助金を交付する市町村が数多く出てきている。

この他、乗馬クラブやボランティアが独自にたち挙げた活動が各地で展開されている。現在、団体間の交流を目的とした組織として「全日本障害者乗馬協議会」がある。

また、県や市が障害児・者を外国派遣しているところでは、外国での活動に「乗馬療法」を取り上げているところがある。福島県は「ふれあいウィング県民の翼」事業のなかでドイツのケルン市への県民派遣を行っており、そのなかで治療的乗馬施設を訪問してセッションを受けている。また、兵庫県宝塚市は、在住の障害がある中学3年生全員をアメリカ合衆国コロラド州デンバーに派遣する事業を毎年行っており、このなかに3日間の「乗馬セラピー」プログラムを位置づけている。

#### 5. 「治療的乗馬」の実際

##### —教育・心理的アプローチ—

以下、本研究にかかわる実践及び資料から、障害のある子どもたちに対する馬を用いた教育の特徴について述べる。

##### (1) 活動の主な構成要素

この領域を考える場合、「馬」という存在そのものに加えて、その周辺環境を教育にどのように活かせるかという視点が重要となる。この点から子どもたちに提供できる活動として次の5つを挙げることができる。

1. 動物を飼育・世話する
2. 動物とふれあう
3. <馬>という大型動物のもつメンタリティとの交流
4. <馬に乗る>
5. 様々な他者と共に活動する(仲間、指導者、馬に関わる専門スタッフ)

次に、指導のねらいの観点からみて、その形態は以下のように整理できる。

1. 個別的な治療的(治療教育的)な目的から行われるもの(自己像、他者の認識)  
0歳から(早期教育としての)  
肢体不自由  
運動機能の開発

コミュニケーション能力の開発

2. 小グループでの治療教育的な目的で行われるもの（外界、他者との調整機能）

4～5歳から

社会性、協調性の指導

3. 小グループで、作業学習や総合的な学習の時間の取り組みとして行われるもの

4. 大きな集団での活動

異年齢

5. 余暇活動：外乗、キャンプ

6. スポーツとして行われるもの

- ・軽乗
- ・ドレッサージュ
- ・武範運動
- ・ドライビング

## （2）主な「効果」に関すること = 馬を活用することのねらいとする内容

- ・肢体不自由の改善に関する学習（特に、立位、歩行に関すること）
- ・身体機能の向上
- ・関係障害の改善に関する学習（社会性の育成）
- ・集団における調整力の育成、対人関係調整力の育成
- ・生活意欲の向上
- ・情緒、心理状態の安定
- ・自己調整能力の向上に関する学習
- ・活動に対する意識の集中に関する学習
- ・身体の生理的活性化と鎮静化
- ・自己表現力の向上

## （3）特徴

- ① 内発的動機に基づくものであること：他の指導や訓練との最も大きな違いの一つ
  - ② 総合的な内容をもつ方法であること
- ・「総合的な体験として」行うことができる（部分的、抽象的でない）
  - ・様々な学習への展開が可能である
- ③ 心理的な側面と生理学的な側面の双方を同時に取り扱うことができる。

障害のある子どもの教育活動・指導に馬を用いる場合、他の素材を用いるのと大きく異なる点は、馬が感情や好みなどをもった一個の生きている存在であるということである。これを実際の場面に即して言うと、馬と子ども、指導者そして馬の専門家（馬の専門家と指導者は同一者である場合がある）の4者（3者）は相互にやりとりをしながら実際の指導が進むということにはかならない。

## \*状態像別にみた期待できる学習内容\*

1) 「脳性まひ等による姿勢制御の困難、歩行の困難のある子ども」の場合

- 馬にのる：不当な反射や緊張の解除、崩れている左右前後のバランスの改善、主導感、達成感、適切かつ適度な運動、

馬と親しむ：心理的な解放

馬の世話をする

2) 「自閉症等、関係障害のある子ども」の場合

- 馬と親しむ：他の存在との言語以外の手段によるコミュニケーション

- 馬にのる：意図の明確化と相手への伝達の経験、一体感の体験、他者との協力

- 馬の世話をする：関係を形成し、自己調整の経験

- 指導者、介助者とのコミュニケーション（馬、指導者との3者関係）

3) 「不登校、集団不適応などによる自信の喪失にある子ども」の場合

- 馬に親しむ：心理的な安定（共感性）

馬にのる：主導感、達成感、共感、他者との協力、主導感、達成感

- 馬の世話をする：保護意識、共感、他者との協力

## 6. 指導の場面の実際

障害のある子どもがふれあう、乗ることを前提に調教された馬を使用。品種は、中半血・ダッチブレッド・クォーターホース・ポニーなどである。

対象となるのは、自閉症・知的障害・肢体不自由・盲聾、あるいはその2つ以上の障害を併せもつ子ども達である。

心理・教育的アプローチでは、騎乗するだけでなく、馬のいる場所に出かけていく、馬と接する、世話をするといった広範な内容を重視する。例えば、初めて馬を見る子のなかには、遠くから見ていてだけで終わる場合もある。保護者や担任教師は「恐くないから」と乗ること自体を重視して子どもに強いる傾向が見られるが、このような関わりは避ける。乗ろうとしないのは恐怖心があるかで、その事実を重視する。子どもに恐怖心だけがあるとなればその子は馬のいる場所から去るはずであり、そうでないとなれば、同時に「近づきたい」「乗ってみたい」という気持ちが存在すると考えられる。このように相反する両方の気持ちが同時に存在することを重視し、尊重することが子どもの主体的な活動にとって欠くことができない。この過程が心理・教育的アプローチでは非常に重要である。

指示や強制されるのではなく自分の意欲の具体化として馬に接近したり触れる、乗るといったことが次のさらなる意欲的で主体的な活動への基盤となる。

### (1) 馬に自分の身を任せる – 身体を通じての信頼関係 –

馬の背にまたがるということは、高い位置で地面から足を離し馬に自分を預ける事を意味している。このような経験を持ったことがない場合、また、相手が見知らぬ馬であった場合、恐怖心を抱くのはごく自然なことである。子どもが怖がる様子を見せたときに無理に乗せることをしないことが原則である。子どもが自ら馬に近づこうとしたり、馬のいる場から離れようとしめない場合、それは子どもの中で怖いという思いと触れたい、乗りたいという願いが同居していることを意味している。指導者はその葛藤を尊重し、それを理解していることを言葉に出して子どもに伝えてやることができる。これを通じて子どもは自分の葛藤が認められている人を知り、その人を馬に近づくための心理的な媒介者を選ぶことができる。そして、子どもの意欲に基づく安全の確認がすすみ、触れたい、乗りたいという願いが勝ったとき、子どもは最小限の援助で馬に触れたり乗ることを実現する。このような過程を経て、自分の意志で馬に触れ馬に乗った子ども達は、馬に対して信頼を寄せ、馬に自分の身体を預けることができる。

私たち人間の気持ちは、無意識にそのまま身体に表出するものとしてある。身体だけをあずけて気持ちをあずけないということはある得ず、その逆もあり得ない。こうした身体を通じての交流の体験や信頼の実感は、父や母に抱かれる子どもの体験や愛し合う同士の抱擁を除いて得ることはできず、犬や猫のような小さい動物では決して得られない。



### (2) 馬に自分の意志を伝える – 自己決定と自己表現 –

子ども達により乗馬に対する意欲を引き出すため、馬に動いて欲しいならば自分で合図すればいいということを教える。自分の体を動かしたことが馬にとってどんな意味があるかを知ってもらうのだ。そして、前に馬を引っ張る人がいないロングレーンという方法で馬が操作されているため、より自分自身の合図で馬に意志を伝えていることを実

感させることができる。

このように自己決定に重きを置くため、子どもが背中に乗ったとたんに馬を動かしてしまっただけでは意味がなくなってしまう。また、動かしたくてもなかなか合図を出せない子どもに対しても、何十分かかろうとも不動で待機するように馬も調教されていることが条件になる。

### (3) 馬とコミュニケーションする – 共感する体験 –

何回か障害を持つ子ども達が馬に乗っているのを見ると、子ども達が馬上で口をあけている情景がよく見られる。これは、普段、自分の力で動きまわること風を感じることができない子ども達が、馬上で、口に風が入ってくる感じを確かめたり、たてがみがなびいているのを見たりして風を感じ、馬と一緒にいるんだという共感を得ているのだ。そうした一体感を感じた子は、降りた後、馬に「疲れたでしょう？」と声をかけたりする。

こうした馬とのコミュニケーションを大切にしているため、騎乗だけではなく馬を引いてもらうことも行う。馬と一緒に歩くということは、馬の歩調に合わせなければならない、すなわち他の存在に自分が合わせるという活動である。初めは小さなポニーから始めて、大きな馬でできることを目標にする。このなかで馬が糞する場面に遭遇することもあり、この体験から馬に対する親近感をもつ子どもも多い。実際、この馬糞に強い関心を示す子ども達は少ない。

### (4) 様々な活動に挑戦する

#### – 意欲の具体化と自信の獲得 –

何回か馬に乗ると、今度は速く走りたいとか、子どもによっては背中に立ってみたいといったように、様々なことに挑戦したいという意欲が出てくる。乗るということ自体が、大きな挑戦であるが、乗った後の活動も一つ一つが本人の挑戦であり、それを経験し、成就感をもつことが大きな自信になっていく。自立歩行の困難な子が、馬に乗り馬が歩行することによって自分で歩いているのと類似した経験をすることができる。この活動体験を通じて、自分で動く実感を得ることができる。

馬に乗ることに関して、大きな馬を自分が支配して動かすという実感が、喜びと自信につながるという考えもあるが、支配・非支配の関係でとらえることが子どもと馬との関係にどのように影響するかについては検討が必要である。自分が体を預けている相手に共感性をもつという側面が重視される必要がある。

### (5) 他者と助け合う、協力する – 社会性を育てる –

他者と助け合うという体験をさせるため、乗馬の活動のなかにそうした場面を意図的に工夫していくことができる。

例えば、二人の子どもを馬の上に乗せて、後ろの子に立ってもらったり、馬の上で前と後ろと入れ替わったりする。これを行うためには、前の人の肩に捕まったり、お互いの体を支え合ったりして助け合わなければならない。日常では協力的な態度がとることが難しい子どもも、馬に乗りたい、馬の活動をしたいという意欲を強い動機として、相互に協力する行動をとり、そのうえでの達成感を共有することができる。

このことは、馬上だけでなく馬にかかわる様々な作業をする上でもいえる。馬糞を一輪車で運ぶ場面において、一人では困難なことも複数で協力してやれば簡単にできる。

#### (6) 指導場面に見られる様子

上述したような考え方のもとに指導場面について、実践をもとに述べる。ポニーを用いた実際場面については、末尾の参考資料に掲げた。

<対象>

- ・脳性まひによる肢体不自由のある子どもたち
- ・自閉症といわれる子どもたち
- ・知的障害があるといわれる子どもたち
- ・筋ジストロフィー症の子ども

<結果>

- 1) 子どもによって緊張の様子が違う。
  - ・はじめから緊張を示さない子
  - ・特に、肩と下肢に緊張を示す子
  - ・足首を馬の腹部に巻きつけるようにする子
  - ・両足を前に突っ張って、馬の首を締めつけるようにする子
- 2) うまく乗っていようとする（気持ち良く乗ろうとする、落ちまいとする）ことから、馬の動きと同時に馬上にある自分の身体に意識を向け、自分の身体の状態や動きを調整することに意識を集中するように見受けられる。教育の領域で子どもたちを指導する立場の人間にとって、このような経験こそさせたいと思う内容であるが、他の活動ではなかなか難しい。
- 3) 常歩で約200 m程で身体にみられる緊張がかなりほどけてくる（自分で解放する側面、結果的に解放される側面、介助によって解放される側面とがある）これは、足首、大腿部下（膝頭の上）を介助してやることで円滑に実現できることがある。
- 4) 常歩で100～150 m移動する間に「ボーっとするような全体に弛緩した表情になる」子と、「笑う、独り言を話しはじめる」子がいる。これは、心理的なリラクゼーションと身体的なリラクゼーションが同時に実現していくことによっていることが考えられる。
- 5) 子どもの状態像によって馬体の大きさを選択する必要がある。また、歩様を調整する必要がある。

6) 乗ることの楽しさと課題化とをどのように組み合わせるかの判断が重要となる。指導する側がたてた課題の実行にとらわれれば、乗りたいという子どもの意欲は逡減するし、乗りたいという意欲を放置して本人の活動に任せれば、活動は行き詰まって、その意欲自体も結局逡減したり喪失してしまう。特に、身体の動きに気づいて制御する、馬の動きと自分の身体とを統合的に調整する、また他者と協働して取り組むといったことについての課題は、指導者が子どもの意欲の具体化として意識できるような活動をどのように提案し組み立てるかが重要になる。馬に乗ることを中心的な活動にしたセッションの組み立てでは、馬との出会いから騎乗、馬を感じる、課題を行う、休息を取る、課題を行う、馬・セッションのプロセスを振り返る、馬から下りて馬を感じる、といった要因を子どもの意識の集中の度合いや身体の疲労度を見ながら組み合わせることが重要である<sup>5)</sup>。

## 7. 指導上の留意点

### (1) 「最小限で最大限の援助」

もっとも大切にしなければならないのは、子ども達、本人のもつ「馬に近づきたい」「触ってみたい」「乗ってみたい」「動いてほしい」「もっと速く歩く馬に乗りたい」といった行動への意欲である。これを、子どもの手を引いて馬のところに行き、身体を持ち上げて馬の背にまたがらせた場合、本人は乗せられたとを感じるだけである。本人が願い、自らの意志で乗ったことを実感する機会にするためには、子どもに対する援助は最小限のものでなくてはならない。もちろん、援助が足りなければ本人は意欲に基づく行動を達成できない。従って、援助は最小限であると同時に最大限でなければならない。この、最小限で最大限の援助のラインをどう見つけるかが、子どもの意欲に基づく学習を最大に重視する心理・教育的アプローチにおいて重要なポイントになる。

### (2) 「乗りたい、もっと乗っていたい、また乗りたい」

「馬と一緒にいたい」「馬に乗りたい」という気持ちは、乗る前日あるいは、馬のところに行くということを子ども自身が知ったときから始まっている。従ってこの意欲をどのようにより膨らませるか、逆に萎縮させてしまうか、教師や保護者ら周りにいるおとな達のかかわり方にかかっていると良い。また、「もっと馬と一緒にいたい」「もっと乗っていたい」という気持ちは、実際に馬と接していたり馬に乗っている間にどのような体験をし実感をもっているかにかかっている。そして、また「この馬のところに来たい」「またあの馬に乗りたい」という気持ちは、これらの多くは指導者の考えと具体的なかかわり方に拠っている。

不適切であれば、子ども達は飽きたり意欲を失って嫌になってしまう。意欲は、それ自体は教えることができない。子ども達が自分の行った活動に対して達成感を感じ、再びやりたいと感じたりもっと先のことへ挑戦したいと願うためには、援助と活動をどのように組み立てるかを工夫し、実践を振り返ることしかない。

## 8. 馬という動物のもつ特性

攻撃力を持たない集団の動物である馬は、一頭が感じた危険性を他の馬たちは即時に感じ取り、外敵を回避する行動に移す必要がある。すなわち、他の個体の感情の動きに対して非常に敏感で繊細にできている。この馬の特性、メンタリティが治療的乗馬を行ううえで大きな意味を持っている。

## 9. 我が国での課題

実際に馬を用いた指導を受けたり乗馬の体験をした子どもの保護者に感想を求めると、日常には見られない活き活きとした子どもの表情が見られる、他の訓練では得られないような身体がリラックスする結果が見られた、他の活動では見ることが希な他者と協力する様子が見られたなどの記述が多く見られる。学校外の活動として現在各地で馬との触れ合いや乗馬を展開しているグループの多くが障害のある子どもの保護者の主催や支援によるものである。この領域はいずれ少しずつ日本に広がり定着して行くと考えられるが、我が国でこの領域が普及していくことに関する現時点での課題は、

- (1) この領域を取り扱う専門家の育成
- (2) この領域に用いる馬及び調教者の育成
- (3) この領域を展開していくための場所の充実と拡大
- (4) この領域に関する社会的な理解

の4点に集約される。今後この4つの課題が解決されて実践が行われる地域で質の高い内容が開発されること、各地で行われる実践に関する情報や知識・技術が交換される場が工夫されること、学術的な検討が行われていくことを通じて全国に広がり定着していくことが期待される。

またこの馬を用いた対応は、障害のある人々だけでなく、社会的な不適応の状態にある人々、高齢者や精神性疾患のある人々に対する実践と効果が確かめられ、発展・普及していく可能性を持っている。

### 【引用・参考文献】

- 1) Riede, Detlev: Therapeutisches Reiten in der Krankengymnastik, Pflaum Verlag Muenchen, 1986
- 2) Kluewer, Barbara: Der Einsatz des Pferdes als

Medium Selbsterfahrung im Kontext psychomotorischer Entwicklung und Therapie, 1994

- 3) Heipertz, Wolfgang: Therapeutisches Reiten - Medizin, Paedagogik, Sport-, Franckhs Reiter - bibliothek, 1977
- 4) Strauss, Ingrid: Hippotherapie - Neurophysiologische Behandlung mit und auf dem Pfled, Hippokrates, (al.) 2000
- 5) Schulz, Marietta: Reituebungen mit paedagogisch relevanten Inhalten (in.) Partnerschaftlich miteinander umgehen FNferlag der Deutschen Reitlichen Vereinigung, 1997

### 【参考資料】

## ポニーを用いた指導の進め方

○ どのような子に乗せるかですが、馬の体高と子どもの身長・体重を考慮することが大切です。ポニーの歩幅がせまくテンポが早いと、子どもによっては身体的な緊張を来します。そしてこれは、心理的な緊張をも引き起こす結果ともなります。

また、ポニーの背中が尖っていたり狭い場合も同じです。もちろん鞍が不安定でも同じことが起こります。

○ 子どもが自分からポニーに近寄り、声を掛けたり触れるのを子どもに無理がないように援助してやります。

○ 「子ども自身が馬の背にまたがる」ということを尊重しましょう。「乗せてもらった」あるいは「乗せられてしまった」と感じるのと「自分で乗った」と感じるのでは、成就感が大きく異なります。そして、その後の活動に対する意欲も大きく異なってきます。

○ 馬の背にまたがったときというのは一種独特の感じが沸き上がってくるもので、それを子どもが味わうのを大切にやります。子どもによっては、鬣を撫でたりおしりのほうに手をやる子どももいるでしょう。すぐに発進させようとせず、子どもが馬の背を味わう様子をしばらく様子を観察してみるとよいと思います。

○ 子どもが発進したいという気持ちになっているかどうかは、様子から窺い知ることができます。それを確かめ、出発の合図を教えます。私たちは「ハイ」と声を掛けるよう教えています。ハイと言える子もいれば言えない子どももいますが、本人の中に言おうとしている様子が感じられる場合にはそれを待ってやり、不明確ではあって

もそれらしい様子の変化が感じられた時には、こちらが「ハイ」と言ってやり、発進します。言えない子どもの場合でも、何らかにそれに変わる仕草なり何なりをするものです。これを待ちます。どのぐらい、どう待つかは、指導者の感性が問われるところです。

○ ポニーの大きさによっては、子どもの安定した姿勢を保ったり、スムーズに不要な緊張が解けて行くのを支援するために指導者が足首を手で保持してやるのが、高さからして困難です。心理的な緊張から足を前に突っ張ってしまうような状態であれば足首を持ってやるのが援助になりますが、おおよそ、膝に手を置く(膝の内側から支える)のと腰に手のひらをあててやるのとで十分な場合が多いように思います。

○ 初めて乗ることを経験する子の場合、ポニーが歩き始めると、揺れに対する不安から脇についている指導者に上体を預けてくることがあります。さらに、指導者の首にしがみついてくることもあります。このような場合は、不安から子どもが降りてしまうということがなさそうな限り、そのままポニーをゆっくり一定速度で動かし、子どもにはするがままにさせます。きちんと調教された経験豊かなポニーであれば、合図によって必要に応じた速度を選んだり身体を指導者側に寄せてくれます。そのほうが安心すると思われるのであれば、子どもの腰やウェストの辺りを抱いてやってもいいと思います。多くの場合、40～70mの距離で本人に不安が無いことがわかり、

しがみついていた手をゆるめてくるものです。この時も無理に手を離さず、指導者の身体を馬の背中の中心に近づけることによって本人の姿勢を立て直してやります。そして、本人の様子を感じながら、少しずつ両手で子どもの体幹部を支え、同時に指導者とは反対側の手からサドルやサドルホーン、ハンドルに移していきます。

○ 子ども自身が、乗っているという実感を確かめるためには本人が鞍に馴染んだ少し後に馬を止めてみるという方法があります。この場合も、「あの角を曲がって少し行ったところで一度止まってみようか」と提案して見通しを伝え、本人に気持ちの準備してもらいます。馬が止まった時、子どもは指導者ほうを見つめるかもしれません。その時の表情から、子どもがどんな感じで乗っているかを感じ取ることができます。

○ 乗っている子どもの様子を観察し感じ取り、不安感がなくなってポニーの振動を感じて楽しめるようになってきたことが感じ取られたら、一旦休憩してみようことをすすめます。もしもう少し乗っていたいという希望を表わすようであれば、あとわずかな距離を行って戻り、休憩することを提案します。これは、馬に乗っている感覚について明確な意識が向けられた状態を、馬から下りて休憩することを通じて一度確認し、その感覚をもう一度確かめたい(乗りたい)という動機づけとなることをねらいとしています。疲れるまで乗ってしまったら、この感覚を確かめることは難しくなります。