

吃音のある子どもへの支援

子どもが吃音を否定しないで、吃音と向き合えるために

講師：廣 嶋 忍 氏（岐阜大学教育学部助教授）

<吃音公開講座>2004年6月24日に長野県松本市で開かれた吃音公開講座(信州言友会主催)での廣嶋忍氏(岐阜大学教育学部助教授)の講演を紹介します。

■ どうしてどもるのか？ 治るのか？ —————

子どもが吃音を否定しないで吃音と向かい合えるために、という内容のお話をしたいとす。

吃音の相談を受けていますと、“何でどもるんだろう？”“治るんだろうか？”この2つの疑問をよく投げかけられます。これらについて簡単にご説明します。吃音は解らないことが多いと言われていますが、実は解っていることもたくさんあります。

解っていることをできるだけ誤解なく伝えたいと思います。まず、“どうしてどもるのか？”ですが、お子さんがどもっているとよく、「愛情が足りてますか？」「しつけを厳しくしてませんか？」「規制が多すぎるんじゃないですか？」と何気なくアド

バイスを受けられる方が多いのではないかと思います。1940年代に、アメリカで親が子どもを吃音にするんだという学説が出されました。それ以降非常に長い間、親が子どもの吃音のことをあれこれ言うことによって、子どもが吃音になっていくと信じられてきました。その学説が親御さんにとって良い点は、自分が子どもに対する態度や接し方を変えれば吃音は改善するというので、部分的には安心なんです。その反面、今、目の前でどもっている自分の子どもは自分が吃音にしたんだと自分を責め、とても苦む結果になるという時代が長く続きました。最近では、親が子どもの話し方について何か言うとか、接し方を誤って、子どもさんを吃音にするということはまったく信じられていません。育て方が悪いかのごとく親御さんに指摘されることは大いに間違っています。親御さんのせいでお子さんが吃音になると考えるのは間違っています。

では、育て方が悪いんじゃないければそのお子さん自身に問題があるのか？ ですが、MRIやCTなどの技術の進歩とともに、吃音者の脳は話をしているときどうなっているのか、脳画像の研究では非常に突き詰めて考えられるようになりました。そこでの結論は、吃音のある人の脳は吃音のない人の脳と何ら違いがない、写真に撮ると違いが見えていてこれまでの研究で発表されてきましたが、違いというのは長い間どもってきて、どもった瞬間、「あっ、しまった」と思ったり、なんとかどもらないように話そうと思う努力が、脳の画像に違いとして現れているのであって、吃音の原因としての違いではないと、今は解釈されています。

左利きを右利きに矯正するとどもると考えられて、吃音の方は脳の働きが混乱しているという学説もありましたが、今は否定されています。どの説についてもそうなんです。どれも当たっているような、当たっていないようなで、吃音の原因ははっきり解らないと言っていると思

ます。解らないということは、結局、親が悪いとか、脳のどこかが悪いと信じることは間違っているということです。

“遺伝なのか？”と聞かれることがあります。遺伝の研究では、確かに家系に吃音がある場合に吃音が出やすいことはわかっていますが、吃音の遺伝子があるとは考えられていません。どもるような話し方になりやすい何らかの特性があり、それが環境の何かと合わさることによって出てくる、要するに複数の要因が組み合わさって出てくるのであろうと考えられています。遺伝は考えられますが、遺伝の確率は、必ず遺伝するとか、遺伝が大いに関わると考えるにはちょっと考えにくい低い数字なんです。お母さんがどもるから自分もどもるんだと子どもが親を責めたり、逆に親御さんが、自分の吃音が子どもに遺伝したと自分を責める方がおられますが、それも正しくないことをわかっていたいただきたいのです。

“治るのか？”という話をしますと、小学校へ上がる前のお子さんでは、約半数以上が治るというデータがあります。最近のアメリカの研究では74%が自然に消失すると言われています。私が岐阜で取ったデータでも5割以上という数字が出ていますので、半数以上のお子さんが何もしないで吃音が自然に消失しています。気にしないでいけば治るというアドバイスを受けられることがあると思いますが、それはこのことから考えると、半分当たっていて半分間違っていると言えます。ではいつまで自然に治るということを期待して良いのか。私たちが現場で指導するときには、“小学校へ上がるとき”を目安としています。3歳半とか4歳前ぐらいにどもり始めるお子さんが圧倒的に多いんですが、そのころからどもって小学校へ上がるころに吃音が消失していない場合は、自然に消失する確率は非常に低いだらうと考えていて、その時期の方には、「治るということは考えない方がいいと思います」というアドバイスをします。小学校高学年になったらなぜかどもらなくなったという方や、もう少し大きくなってから消えたという方も実はありますが、大多数が、就学まで持ち越している場合は吃音は消失しないと考えられていいかと思います。

以上が、なぜどもるのかということと、治るのかということの、今わかっていることの現状です。

■吃音のある子どもたちはどんな思いをしているのか

子どもたちはどもることによってどんな思いをしているのかをお話します。

私のところに相談に見えるお母さんはたいてい、「先生、とても苦しそうなので治してください」と言われます。お母さんもことばの教室の先生の多くも、「話しづらいから治してあげたい」「言葉が出てこないのがとってもつらいから治してあげなくっちゃ」と思われる方が多いんです。そこで実際に、「どもることによってみんな何が一番困るかな？」と子どもたちに聞いてみました。子どもたちは「笑われること」とか、「真似されてからかわれること」「馬鹿にされること」を必ず最初に言います。私をはじめ子どもたちにこの質問を投げかけたときに、「本読みが嫌」とか「学校で手を挙げて発表するのが嫌」という答えが返ってくることを考えていました。予想外の答えに、「じゃあ本読みはどう？」と聞いてみました。「本読みも嫌いだよ」と言う子ももちろんいました。でも、「本読みはね、先生、がんばればできるんや」とも言いました。本当にがんばって

うまくできているのかというと、おそらくそうではないでしょう。日常会話より本読みで吃音が出にくいお子さんもいるでしょうが、日常会話でつかえていれば本読みでもやっぱりつかえることはあるだろうと思います。そう答えてくれる子どもたちはどうしてそう言うんだろう？ どうやら、そう言う子どもたちの多くは本を読んだ後、なめらかに読めたことが良かったというフィードバックは受けていないようです。みんなの前で読んだということに対して、君はやれたねというフィードバックを受けているんです。

私たちが子どもたちの言葉から学んだことは、子どもたちが最もつらいことは、先生やお母さんが考えているような、言葉が詰まってうまく出ないことではなく、どもりながら話すことを否定されることなんだということです。どもりながら話すことが肯定されれば、「先生、がんばればできるんだよ」と言えるようになることを子どもたちからすごく感じます。

9歳の壁という言葉がありますが、小学3年生くらいになると抽象的な思考ができるようになり、自分のことをとても考えるようになります。それまではどもっていてもあまり気にしないでどんどんお話しします。ちょっとひっかかりながらもお友達を誘ったり話したりということをしめます。それが学年が進んできて中学、高校生くらいになると、僕も仲間に入りたい、だけど会話のテンポについていけないなど感じて、段々ひとりぼっちになっていきます。言葉の症状も軽いものから詰まったタイプに変わっていくということと、もう一つ気持ちの問題と言いますか、吃音を隠そうとするようになります。小さいころは全然気にしないで人前でどんだももっていたのが、吃音を恥ずかしい、隠そう、吃音から逃げようと思えるようになってきます。人前でどもりたくないのいろいろな工夫をしていきますが、結局は隠す、逃げるということが大きな問題になっていきます。どもることは、言葉がつかえること、なめらかでないことが問題というより、吃音を自分の中で否定的にとらえていくことが問題であることを、皆さんに解っておいていただきたいと思います。

私は岐阜で研究会を作っていますが、私たちの会では子どもたちを集めて吃音の話をしめます。子どもたちにとって非常にデリケートな問題であることはたしかのようです。今まで人前で自分の吃音のことなど話したことの少ない子どもたちも多いものです。あるとき会が終わって子どもたちの気持ちが心配で、「今日どうだった？ 吃音の話をしたんだけど」と子どもたちに聞きました。そしたら子どもたちがなんと答えたかということ、「他に自分みたいにどもっている子がいて安心した」でした。話し合いを計画した会のスタッフは大喜びというか、まるで台本があったかのように答えてくれてとても嬉しかったんです。まさに子どもたちにそう感じて欲しいと願っていたからです。言友会にいらっしゃる大人の方たちも、気持ちがわかってもらえる、自分一人じゃないと思えたときがとても気持ちが安らぐという話を聞きますが、子どもたちもやっぱり同じなんですね。つまり、子どもたちは学校で、「なんで僕はお友達と違うんだろう」と思っているんですね。

実際にある子どもが、「こんなふうにしやべるのは世界で僕一人だけだと思ってた」と言っていました。「でもね、吃音の人は100人に1人もいるんだよ、たとえば30人、40人のクラスが2つ3つ集まると1人ぐらいいはいるんだよ」と言うと、「へえ、そんなにいるの」って、でも、それは

初めはあまり信じられないでいるわけです。「先生はそんなこと言うけど会ったことないな」と思っています。会に集まってきてお友達がどもっているのを見て、「自分一人じゃないんだ」と、ほんとうに感じるわけです。子どもたちはそれまで吃音を自分だけの問題として、たった一人で悩まなければいけないと考えて、ひとりぼっちですごく悲しい思い、つらい思いをしてきていることがよくわかります。

「周りの対応で嫌なことって何？」という話をしていると出てくるのが「どうしてそういう話し方なの？」とか、たとえば、「なんで、し、し、新幹線って言うの？」と聞かれることのように。これは、いじめやかからかいではなく、素朴な疑問というか、「なんでこの子はこういう話し方するんだろう？」という不思議さです。「自分でもなんでこんなふうになるのかわからない」と吃音児自身も考えています。ある成人の方があるところで書いておられた文章なんですけど、「もしこれが吃音と呼ばれるということをそのとき知っていれば、あんな恐怖は感じないで済んだ」と、“恐怖”という言葉を使っておられたんですが、「何もわからない、自分はどうなっちゃうんだろうなあ」という不安がかなりあるということを、子どもたちの話から聞き取ることができます。

繰り返しますが、子どもたちが何がつらいのだろうというと、段々吃音を隠そうとすること、周りから否定をされること、誰にも言えなくてひとりぼっちだということ、よくわからない不安があるということを、子どもたちと接していて感じます。それをふまえてみると、多くの人が誤った対応をしてきたのではないかと感じます。何が誤っているのかを次にお話したいと思います。

■気にしないでいることは、吃音が治ることにつながる

幼児期は気にしないであれば治るとアドバイスされる方が非常に多いものです。そう言われたら、当然、気にしないでいることがすごく大事なんだと思われると思います。「気にしないで」というアドバイスは全く根拠のないものではありません。その理由は、言い直しをさせたり、ゆっくり言ってごらんなどと子どもに言わないことが必要だからです。

言い直しをさせても、ゆっくり言ってごらんというアドバイスをしても吃音は治りません。ある中学生が言っていたんですが、スクールカウンセラーに相談したら、「じゃあね、ゆっくり話してごらん、ゆっくり話すように心がけてみたらどうだろうね」と言われたそうです。その子は「あんなところにはもう二度と行かない」と言っていました。「私、ゆっくり話したってなめらかに話せないもん。逆につっかえちゃうんだよね」とも話してくれました。子どもたちはゆっくり言ってごらんと言われたら、ゆっくり“ちゃん”話さなきゃと思って、かえって話せないんですね。気づかれていない方が多いと思いますが、「ゆっくり言ってごらん」とか、「もう一回言い直してごらん」というのは、こうしたらもらわないで話せるんじゃないかなと思って助けているつもりでも、これが子どもにとっては、「あなたの話し方は良くない」と言われていることに相当するんです。お母さんは僕の話す方はダメだと言ってると子どもはとらえるのです。したがって、言い直しをさせたり、ゆっくり話してごらんということは、あなたのその話し方はダメだよ、治さなきゃいけないよ、良くないことだよというメッセージにすぎません。だから気にしないでいようということは、それで親御さんが吃音についてあれこれ言わなくなるということで大事であることは確かです

が、これが実は誤った対応にも結びついているのです。

子どもが目の前でつかえて涙ぐむとか、5歳くらいになってくると「お友達になんでそういう話し方なんだと言われたよ」とか、「僕どうしてこうやって話すんだろう」とお母さんに聞いてくることがあります。そのときに気にしないでおこななければならないと思っている親御さんは、大あわてで話をはぐらかし、この話には取り合ってはいけないと思うんです。話をすることが気にさせることだと思うからです。でも、話を聞いてもらえなかった子どもたちは、このことはお母さんが嫌がることなんだ、お母さんには言うてはいけないことなんだと思います。そして、お母さんにも言うてはいけないものを自分は持っている、“吃音はダメ”という否定的なイメージを、吃音に貼り付けていくのです。結局、親が気にしないようにと思って吃音のことに触れないようにしていることが、子どもが吃音のことは誰にも言うてはいけないと思わせることになって、子どもはどんどん一人になっていってしまうのです。

子どもたちは自分の話し方が違うのを意識しています。私のところに相談に見える方はよく、「先生、子どものいないところで話せますか」と言われます。その根拠は、子どもは分かってないと思うからです。しかしそれは間違いです。子どもは分かっていると考えたことは間違いだと思ってください。話しづらさには3歳4歳から気づいています。ですから、それを親に訴えてきたときにはちゃんと応じてあげてください。「話しづらいなだね、お母さんよく分かってるよ」と応じてあげないと、次第に子どもは親に訴えてくれなくなります。そしてそこで大切なことは、“それでいい”ということ伝えることです。「今つかえたよね、でもね、言いたいこと分かったよ、それでいいよ」って話してください。小学校に上がる前くらいの子は、「分かってくれたんだ」と安心します。それで十分です。

気にしないようにすることが、子どもと吃音について話せない環境を作っていくことになるということをよく覚えておいていただきたいと思います。オープンに話してあげてください。そうすると子どもが、なんだろうなと思ってる不安の一つずつわかる範囲で応じてあげていける、基盤ができると思います。

■ 苦手だろうと思って子どもから話すチャンスを奪ってはいないか ——

苦手だろうと思って子どもから話すチャンスを奪っているのではないのでしょうか。小学校3年生になるお子さんのお母さんからいただいた電子メールを読みます。「昨日父親参観があり算数の授業を見てきたそうです。その授業の中で、自分から挙手して一番最初に当てられたそうです。前に出て黒板に答えを書いて解き方の説明をして、最後にみんなに『どうですか？』と問いかけまでして、とってもスムーズに話したそうです。今年に入ってから最近調子がいいねって感じる事がなくて、最近特にひどくなって、話すことをやめたり、指で説明することが多くなっていましたので、今回のことは(父親は)とても驚いたようです。先生に当てられたときは主人もやっぱり、『なんでこんなときに当てるのかなあ』と思ってしまったようです。学校の先生が全然心配ないよって言われるのも無理のないことかも知れませんね」というものでした。このお子さんはブロックの強い、目立つタイプの吃音です。おそらくまわりは手を挙げて発言することは苦手だろうと思い、つついやらせないようにしようと思うことが多いと思います。し

かしこのメールの中にあるように、やればできる、それが安心や自信につながるわけで、やってみない限りこの安心や自信は得られません。

最近、私が相談を受けている中学生のお子さんが、運良くというか、とても心配なさっているお母さんにとっては運悪くですが、学校で放送当番になりました。お昼の放送のときにテレビに出て、「こんにちは、これからお昼の放送を始めます」と言って、放送を始めるといふ当番が当たってしまったのです。お母さんからすぐに電話がかかってくる、「どうでしょう、学校の先生に電話してなんとか当番を変えてもらった方がいいですか」と尋ねられました。「やってみなきゃわからないし、放送当番を通していろんなことを学ぶわけで、せっかく放送当番になったのだからやってみたら」と、お母さんに話しました。それから、「成人の方からよく、やってみたらできた、その、できたという自信が次の自信につながって、結局できるようになりましたという話を聞きますよ」とも話し、次のような例もお話しました。

吃音のために電話がすごく怖いお母さんがいて、その方が、お子さんの幼稚園に「今日は休みます」という電話ができない、だから熱があっても子どもを幼稚園に行かせる、行かせてからかわいそうなことをしたと思う、でもまた同じことがあると、やっぱり電話が嫌だから子どもを幼稚園に行かせるということを繰り返しているというお話をされていました。そのお母さんに他の吃音の女性の方がアドバイスしておられましたが、「それ、やってみた方がいいよ。やっていると段々できるという自信がついてできるようになるよ、私がそうだったから」とおっしゃっていました。経験に基づくアドバイスです。

お母さんにはやってみたらとアドバイスし、それから放送当番が当たった本人の中学生さんと私はちょっとした取り組みもことばの練習としてしました。今、彼女は難なく放送当番をやっています。最近ハブア ナイスデーの最後に「ハブ ア ナイス デー」とカメラを見て言うことまでして放送当番をやっているんです。「どう？」と聞いたら、彼女は「面白い」と言っていました。「つかえることない？」と彼女に聞いてみると、彼女は「あるよ、あるけど大丈夫」と答えていました。「ハブア ナイス デー」と言うところがすごくうけて、今度はもっとにっこり笑うんだ」などと言っていました。お母さんも安心されて、「ああ、やらせて良かった」、彼女に自信がついたと喜んでおられました。

挑戦してみる例をお話しましたが、結局は、苦手だろうと思ってやらせないことが、どんどんやれないことにつながっていきます。今のは成功の例ですが、もし失敗したらという心配がありますよね。やらせた方がいいが、つかえちゃって、子どもが沈んでしまったらどうしようかという心配です。それは、流暢に話すということだけに目が向いているからだと考えてください。目標は流暢に話せることだけではないですよ。たとえば、幼稚園に電話できないお母さんの例でも、たとえ電話でつかえても、流暢に話す話さないというレベルを越える何かがあると思います。電話して子どもを休ませてあげることができた。無理に行かせて、かわいそうなことをしたと一日考えるよりもずっと達成感があることのはずです。

■ 楽に子どもという考え方

そこで、楽にどもるといふ言語訓練についてお話をしたいと思ひます。楽にどもるとはどふうことかといふと、なめらかに話す、どもらないように話すといふことではなくて、つかかえている部分をちよつとでも楽につかかえようといふことなんです。子どもの頃最初に見られる吃音は、楽な繰返しとか楽な引き延ばしが多いものですが、それが時間が経つにつれ、少しつまるようになってきます。つまつたときに、何とかして言葉を出そうとすれば、逆にもつとつかかえてしまひます。アメリカでは、つまつたとき、いったん止まつて、楽に音を出すことを練習します。どもつたときそれを瞬時にできるようにしていく。瞬間的にうまく吃音をコントロールできるようにするための言語治療が楽にどもるといふものです。実は先ほどの放送当番の中学生さんですが、「テレビの電源を付けてください」の最初の「テ」のところであつて非常に長い間があつたんですが、「テ、テレビ」といふふうに上手に、楽に音をくりかえす練習をしました。まさしく楽にどもる練習であつた。

この話を聞かれるとそんな良い方法があるなら教えてもらひたいと思われたことばの教室の先生とか、それをやってくれるなら岐阜まで行こうと思われたお母さん方もおられるかもしれませんが、実はこれは本人には非常に難しいことなんです。何が難しいかといふと、自分の吃音に向かい合つていかなければいけないからです。練習するときに、「今、そこ、つかかえたよね、そこ、楽に変えなきゃいけないんだよね」といふように言語治療が進んでいきますが、吃音が嫌だと思つていたら、そんなこと何回も言われなくちゃいけない練習なんかしたくないし、放送当番なんかもやりたくなくなつてしまふ。多少うまくなつたとしても完全に吃音が消えてしまふわけではないので、実はとてもつらいことなんです。ある程度上手になると欲が出て、治してしまひたいと思つてくる。そうすると、そこで自分の限界を感じる。つまりコントロールしないといふふうにはできないといふ自分の限界を感じて、結局はそれが吃音のある自分を否定することになつていくのです。いつかはあつるがままの自分を受け入れていくといふ考えがなければコントロールも成功しないといふわけなんです。

ここで、吃音とうまくつきあへている大人からのメッセージをご紹介します。これは、ある方が書かれた文章です。「吃音は私の中から出て行つてくれと願つているときは居座つていたのに、どもることを覚悟すると吃音の方からときどき私の外へ放浪するかのようです」といふ文章です。研究するものの立場としてはこのことの科学的証明は難しいものですが、この方がこの書かれた言葉は多くの方が経験されていることなんです。「受け入れることから問題の解消や軽減が始まる」ある臨床心理士の先生と話しているときお聞きした言葉ですが、まず「これでいいんだ」と思ふことが大切です。「何とか治したい」、「いやだな」と思つているときは吃音は変わつてくれないのに、「もういいか、これで」と思つたら、結構スムーズに話せるようになるといふことです。つまり、なんとかしたい、嫌だと思つているとそこにばかり注意が向いて、嫌なことが自分のすべてのようになってしまひますが、「まあいいか」と思ふといろんなことが見えてくるし、言葉の状態も楽になることがあるといふことです。私は、あきらめろといふメッセージを送っているわけではありません。今のままを受け入れることはあきらめろと思われませんが、受け入れることが最初の一步で、そこから何かが変わつていくと信じて、これでいいんだ

と聞いていこうというメッセージを送りたいのです。

■吃音のあるお子さんを目の前にして何ができるのか

今、小さいお子さんを目の前にして何ができるのかといえば、まず、吃音だけを見つめるのは良くありません。吃音だけがその子のすべてではないはず。吃音ばかりにとらわれなないようにしましょう。そして「いまの君でいいんだよ」というメッセージを送ってあげましょう。「僕つらいよ」と言ってきたときに、「そうだね、わかってるよ、でもそれでいいよ、お母さんはあなたの言っていること全部わかるから」「お母さんはあなたのことが大好きだよ」というメッセージを送ってあげましょう。そして吃音をオープンにしていきましょう。前にも話しましたが、吃音の話をするのは吃音を気にさせて目立つようにさせることでは決してありません。ひとりぼっちでつらい思いをすることがないように、吃音のことを話せるようにしましょう。今できることはそういうことだと思います。

アメリカの言語治療の本を見ると、ゆっくりしたペースで子どものレベルに合わせて、応答しましょうと書かれています。これが単に、「ゆっくり話して、簡単な言葉を使って」という点が幼児期の吃音に有効であると簡単に解釈されている場合が多いのですが、これには私は疑問を持っています。親と子の関係には、表面的なことばの応答の方法以外にもっといろいろなことが含まれていると思うからです。確かに、ゆっくりと子どものレベルに合わせて話すことは子どもの言語発達にとって重要です。しかし、これには子どもと丁寧に向き合っ、子どもの言っていることをよく理解して、子どもと意思を通じさせて生活してくださいという意味が含まれていることを理解してください。

■吃音のあるお子さんの支援とは

吃音のあるお子さんの支援というのは、子どもの肯定的な自己意識を育てていくことだと思います。子どもが自分を好きと言えるのは周りに自分が認められているときだと思います。

ある自己意識の調査では、大人の場合ですが自分自身を肯定的に見ている人たちは、友達が多いとか、他の人によく評価されたなど、周りとの良好な関係が理由で自分を好きと言っている場合が多いことがわかっています。逆に嫌いと言ってる人は、自分の容姿が嫌いなど、人との関係とは関わりがない理由が多いようです。この調査からわかることは、自分自身を肯定的に見ることができるようになるためには、周りがその人のことを認めてあげることが必要だということなのです。吃音の子どもも同じだと思います。まわりに認められることが、子どもたちが自信を形成していくもっともよい方法なのだと思います。

そして、子どもがありのままの自分を認めていくことが、結局は吃音の言葉の症状を楽なものに変えていける可能性が高いのです。吃音のある子どもを認めることは難しいことではないと思います。他の子どもと比較しないで吃音だけに目を向けず、その子どもの全体に目を向けてみる、そうすると、たった一人の価値あるその子がそこにいます。良いところも悪いところも含めてそこにいます。

子どもは自分の吃音に向き合っていかなければいけませんね。その向き合っていくことを支

援できるようにするためには、子どもの自信の形成に寄り添ってあげること、子どもを認めて「そのままのあなたが大好きなんだよ」ということを認めて周りで支えてあげることが必要なのです。決して難しいことではないと思います。治してあげたいと思うお母さんの気持ちはよくわかりますが、それより、それでいいと思っていくこと、それが、吃音が楽になることにつながっていこうと考えています。つかえていても自分が好きって言えればそれでいいのです。というのも、子どもたちにとってつかえることが一番苦しいことではなくて周りに認められないことが苦しくて、そして、吃音を隠さなければいけない、吃音から逃げたいと思うことが、子どもたちを苦しめていると考えられるからです。

吃音のある子どもへの支援 おわり