

か ん も く
緘黙症

当事者と保護者と教師の小体験記集
第3集

目次

| | | |
|-----------------------|--------------|------|
| はじめに | | p.1 |
| 1. 「場面緘黙の子と過ごした1年間」 | | |
| | 山本幸男 (小学校教員) | p.2 |
| 2. 「緘黙、そしてその後」 | | |
| | 宮田裕子 (当事者) | p.5 |
| 3. 「場面緘黙の後遺症に翻弄される人生」 | | |
| | 磯原峰彦 (当事者) | p.7 |
| 4. 「子どもが場面緘黙になって」 | | |
| | 川崎淑子 (保護者) | p.9 |
| 子どもの場面緘黙の簡単な説明 | | p.11 |

2009年9月21日第1版発行

編集：日本へ最新の緘黙症治療法をもたらす会(かんもくの会)

ホームページ：<http://asmjapan.org/>

はじめに

当会は 2006 年に活動を始め、一昨年(2007 年)、緘黙症の実像を広く知っていただくために、当事者と保護者による小体験記集を初めて制作しました。本体験記集はその第 3 集です。

今回の体験記集には、初めて教育関係者の体験記を収録しています。現役の小学校教員の方が担任として 1 年間、緘黙児童に関わった体験を綴られています。それを読むと、学校現場における緘黙症の認識のされ方、緘黙児童生徒の扱われ方、保護者の反応などの典型がよくわかります。そして、その方の取り組みから、緘黙症の改善には学校の先生の適切な対応が非常に重要であることが示唆されています。

ところで、一般的に、緘黙症は幼児期から学齢期にかけてのみ現れる症状で、子どものうちにあるいは大人になれば治るものと漠然と捉えられているようです。しかし、実際は、成人後も子どものころからの緘黙症がそのまま継続している人たちや、緘黙症の症状は軽減してもその後遺症を引き摺っている人たちがいます。その中には、社会で自立して生活できないほど重篤な状態の人もいます。また、多くの人は、社会に出ていても、緘黙症やその後遺症による苦痛に耐えながら生きています。しかし、そのような人たちの存在は、緘黙症の特性のために、従来、全くと言ってよいほど知られていませんでした。昨年制作した体験記集第 2 集では、重篤な緘黙症を抱えたまま大人になり、社会に出て行けなくなっている子どもを持つ二人の保護者の体験記を収録しました。今回の体験記集には、高校を中退後、自力で緘黙症を克服してきた当事者と、緘黙症の後遺症に耐えながら生活している当事者の体験記を収録しています。緘黙症は、跡形もなく治る人もいますが、人によっては、生涯にわたる問題となります。そのような成人後に苦しみを引き摺る人たちをどのように支援すればよいのか研究していただきたいです。

また、そのような将来を回避するためにも、成長期のうちに緘黙症改善の支援をしてあげることが大切だと私たちは考えています。一昨年 2007 年に、カナダの緘黙児指導書の邦訳書「場面緘黙児への支援」が刊行されました。同書には保護者が主体的に子どもの支援を実践できるプログラムが解説されています。当会では多くの保護者会員が子どもの支援に取り組んでいます。昨年の小体験記集第 2 集には、その中でいち早く同書を活用して支援を始めた方の一年間にわたる実践の体験記を収録しました。今回の第 3 集にも、約 1 年半、同書を活用して支援を行っている方の体験記を収録しています。刊行から 2 年経ち、支援プログラムの実践に関するまとまった情報が蓄積され始めています。当初から懸念されていましたが、外国の充実した特別支援教育の制度が前提となっているため、学校や専門家との連携をとることが簡単ではないこと、また丁寧な解説されているとは言え、素人の保護者らだけで支援活動を行うのは難しい面があることが明らかになってきています。しかし、それらの壁を乗り越えて支援活動を実践されている方々からは子どもたちが著しい改善を見せている様子が何例も報告されており、環境さえ整えば、多くの緘黙児に対して同書の支援方法は確かに効果が高いことが示されつつあります。日本においても、保護者が無理なく支援を行える環境が整えられることを切に願います。

一方、現実には、緘黙症はその特性ゆえ最も身近にいる保護者にあまり心配してもらえない場合が多いため、学校に緘黙児童生徒に適切に対応する意識をもっていただくことが重要です。それは、積極的に支援を行う意欲をもった保護者のための環境づくりでもあると思います。

本体験記集をお読みいただいて、緘黙症の深刻な実態を知っていただき、支援方法を研究していただけることを切に願っております。

日本へ最新の緘黙症治療法をもたらす会(かんもくの会)

代表 浜田貴照

場面緘黙の子と過ごした1年間

山本幸男(小学校教員)

小学校の教員になって4年目になる者です。昨年度、初めて場面緘黙の女の子の担任をしました。

4月1日に自分の担当するクラスが決まり、私は4年生の担任をすることになりました。前年度の担任教員たちから引き継ぎを受ける時、「あなたのクラスに“話すのが苦手な子”がいる」と、年配の前担任から知らされました。(この児童をAさんとします)

しかし、職員会議等で共通理解しておくべき“配慮が必要な児童”の中に、Aさんが取り上げられておらず、また、私の中でも、“配慮が必要な子”＝“暴れたり、他人に迷惑をかけた子”という認識が強くて、“話すのが苦手なおとなしい子”なら、できるだけ安心して過ごせる穏やかな学級にすることができたら、少しずつAさんも打ち解けて話すようになるだろう、と楽観的に考えていました。

いよいよ新学期がスタートし、始業式では、いつも通り子どもたちに「いじめは絶対に許さない」「危険なことは絶対しない」「同じ注意を2回以上受けない」という3つの約束をし、特にクラスにAさんの他に不登校の子や、おとなしい子が数名いたので、いじめは絶対排除すると宣言しておきました。

2日目、係を決めるとともに、児童にそれぞれ自己紹介をさせました。Aさんの場面になり、とりあえず他の子と同じようにやってみて、どのくらいできるか見てみようと思い、Aさんに前に来るように言うと、教室の前に歩いては来たのですが、立ったまま固まって声が出せませんでした。その様子を見てすぐに“やはり緊張して無理だな”と思い、代わりに「Aさんです。みんなよろしくね」と話してAさんを席に戻しました。その後もいろんな場面で、Aさんを指名して発話させようとする私の行動に、「先生、Aさんは話せないから、(話すことを求めても)無理だよ」と何気なく言った子がいましたが、厳しく叱り、「緊張する人が一人もいなくて、安心して過ごせるクラスにすることが大切で、もしAさんが話すのが苦手ならみんなで応援してあげるのが人として正しい」というような話をクラスでしました。

その日の放課後、前担任に自己紹介ができなかった事を話すと、

「実はAさんは、小学校に入学して1年目は少し話せていたけど、2年生の時にはほとんど話せなくなり、去年は、ほぼ話せない状態になっていて、何度か声を出させようと、強く問い詰めたら、泣きながら少し話せるけど、それ以後また話せない状態にすぐ戻ってしまって、結局声を聞いていない…」という話でした。それで、Aさんに、いろいろな場面でどう対応していたかを聞くと、

「じっくり聞くと、首をたてにふったり、横にふったりして返事するから、それで判断していた」という事でした。私にとってAさんのように全く話さない子は初めてでしたので、

「Aさんと、今後どう関わっていけば話せるようになるのでしょうか。」と、聞いてみたのですが、

「Aさんのような学校だけで話せない子を“場面緘黙”というのだけれど、じっくり関わるしか方法はない」というきわめて漠然とした返事でした。

そのとき、初めて私自身の中で、Aさんが単に“おとなしい子”ではないと認識しました。ですが、当面どうしたらいいのかかわからず、他の子と同じように、「おはよう」と毎朝呼びかけたり、いろんな場面で話しかけ続けていったりするしかないと思っていました。不登校の子とは、定期的に放課後に2人で話をしながら、学校での生活の様子や、困っている事などを聞きながら、登校時間の目標を決めたり、困っている事への対応を考えたりしていたのですが、Aさんの場合、同じように放課後に2人きりになると、すでにその時点で固まってしまい、話しかけた事に応答できず、2、3分で涙が出てきてしまい、それ以上続けるのは無理でした。その後、ノートでやりとりを試みたのですが、興味がなく、書いて来なくて、どうしたものか、と頭を悩ませていました。

約1週間後、どうしていいのか全くわからず、お母さんに家での様子や、学校や今のクラス、私の事をどう思っているのかを聞いてみようと思い、家庭訪問をしました。もし保護者から要望や意見があれば、それを手がかりにできる限り対応しようと思っていたのですが、お母さんは、
「確かに昨年も学校で話さないという話を聞いていたのですが、家では全く普通に話しています。どこもおかしくはありません。ですから、“この子は話さない子だ”と思わず、他の子と同じように指名して発表させる試みを続けてほしい」と話され、“何ら特別な対応は必要ない。他の子と同じ子だ”と何度も言われて、当面、他の子と同様に指名を続けることを約束しましたが、特に進展はありませんでした。

Aさんは、話すことは無理でも、決して“反抗して話さない”のではなく、黒板に計算を書くように指示すると、きちんと書き、宿題も忘れず、字も丁寧で、話すこと以外はすべて問題なくこなしているのに、“生徒指導上”の問題はありませんでした。ただ、話さないことで、“弱い者いじめ”のターゲットにされることがないように、よく注意しながら、座席も近くに穏やかな子になるよう配慮していました。(Aさん以外に、Bくんもふくめ、気になる子が多かったので、私が座席を毎月決めて席替えをしていました)

そして、どんどん月日が過ぎてゆくのですが、養護教諭や校長、教頭に尋ねても、やはり“具体策はないから、じっくり時間をかけて見守るしかない”というような答えでした。親の承諾があれば、市の教育相談でカウンセリングなどを受ける事も可能らしいのですが、お母さんは“カウンセリングなどは何か問題がある子の場合で、自分の子の場合はどこもおかしくはないから、クラスで他の子と同じように扱ってほしい”と話されており、現状では外部の機関に相談することもできない状態が続いていました。ですが、何らかの対応をしないと、Aさんはこのまま話せないまま大きくなってしまおうという心配もあり、少しずつですが情報収集をするようになりました。

夏休みの期間中に、校長、教頭等の管理職に改めて相談してみた結果、11月にある年1回の心理専門家が来校されて学校の諸問題について具体的に相談に乗ってもらえる“コンサルテーション”という場で、Aさんのケースを取り上げてもらえることになりました。学校内だけの会なので保護者の了承がなくても可能で、かつ、全職員が参加する会でしたので、学校内の共通理解を図れると思って、どんなアドバイスをもらえるか期待していました。

専門家の先生の解説によると、4月からの具体的な状況をもとに、「場面緘黙であることは違いない」と話されたところまではよかったのですが、その後、
「場面緘黙は、子どもが3歳になるまでの親の養育態度に原因があって起きている。しかも、家では普通に話せるので、一つ間違ると、学校での事だから学校の対応が悪いから話せない、と誤解されて責任を学校に押しつけられる恐れがある。学校には問題ない。」と話されました。

私はAさんに対して、学級で、また学校全体で共通理解のもと、実践できる具体的な手立てを提示してくださるものと期待していたのですが、がっかりしました。家の様子を見る限り、そのような保護者ではありません。私は、責任の所在を確認するとかでなく、その子が話せるようになるために、学校全体でどんな対応や支援ができるか、という事を聞きたかったのです。ですので、解説の後に再度、
「学校としてはどう対応するのが望ましいでしょうか。」と聞いても、
「学校では現状のように接するよりない。」という、コメントしかなく、全く意味のない会となってしまいました。最近読んだ新しい緘黙症についての専門書によると、
“緘黙症の原因は親の育て方と関係がない”ことが強調されていました。(昔は、緘黙症の原因は親の養育態度にあると考えられていたそうです。)

おそらく、ご来校いただいた専門家は、心理学の先生ではありますが、緘黙症について専門外だったのではないかと思います。

その後、場面緘黙の児童のクラスで実践されている支援の様子をインターネットで知り、それに倣って、

まずはAさんの座席と一緒に遊ぶ子たちに囲まれるような形に配置し、それを維持することにしました。

また、クラスの他の子が、Aさんのことを「あの子は話せない子だから」と言わせないようにし、逆に「これから話せるように応援してあげよう(ただし、無理に勧誘はせずに)」という雰囲気は作るようにしていました。お母さんに学校に来て頂いて、2人だけで別室で話をする、などのこともしてみたかったのですが、そこまではなかなか難しく、その代わりに、友達と放課後にできるだけ遊べるように、周囲の友達に誘ってあげるように声をかけていました。そんなこともあり、お母さんから、「前まで学校から帰ってずっと家にいたのに、今のクラスになってからは、遊びに行くようになった」と話されていました。ただ、聞いてみると、親しい友達だけの場であっても、声は出ないようでした。ただ、「うん」「いいや」と首をふることはできているようで、それで友達には理解して遊んでいました。

3学期になり、学校行事で1人ずつ体育館の舞台上で話す行事があったのですが、“今の様子だとAさんは話すことができないだろう”と、学年会議や職員会議でも話題になり、Aさんに配慮してこの学年では1人ずつ壇上で話させず、壇上にならんだまま全員に分担を与えて、呼びかけの文章を読む、ということになりました。しかし、Aさんのお母さんが「通常通りやってほしい」と要望され、例年通り実施することになりました。職員会議でどのように対応するか検討されたのですが、私は、「Aさんが話すことができれば大きな一歩となるので、会の進行上、途中で間が空いたりする不安があるかもしれないが、最後まで期待して待ってほしい。ただ、どうしても当日話せなかった時のために、私の合図で隣の子と一緒にその部分を読めるように(Aさんに知らせずに)準備しておく」と説明し、了承されました。やはり、前日の練習までどうしても話すことができませんでしたが、当日はAさん1人で話せました。

私にとって、初めて聞くAさんの声でした。会の終了後、クラスの子たちもびっくりしながら、「Aさん、よくがんばったね」とAさんの周りに集まって喜んでいました。その後も、放課後に遊ぶ時などに、少し声が出ていると友達から聞きますが、学校では全く声が出ない状態が続いています。

そうして、1年が終わってしまい、私は転勤することになりました。もう少し早く対応を始められていたらよかったですと悔やんでいます。転勤に際して、Aさんの事を校長・教頭に1年間のやりとりや出来事などをまとめて引き継ぎましたが、文書や口頭では伝えきれない部分があるかと思います。そして、私の試みた対応が本当にAさんのためによかったのか、その後の経過を知りたいとも思います。

緘黙症についての正しい理解を学校現場でも広め、専門機関などの支援体制の構築など、緘黙症の子どもたちが安心して過ごしながらか緘黙症を克服していける仕組みを作らないといけないと痛感しています。

緘黙、そしてその後

宮田裕子(当事者)

私は小学1年から高校2年まで学校で話すことができない場面緘黙でした。もちろん当時は“場面緘黙”という言葉を知りません。学校でも話したいという気持ちは持っていましたが、どうしても家と同じようにしゃべることはできませんでした。

私の場合はしゃべれないといっても、全く声を発しないわけではありません。国語の時間の本読みなどはできました。声を出すということよりも、自分の意見を出す、自分の感情を出す、人と関わるということが苦手だったのだと思います。小学校に入学した時からそうでした。友達を作ることができず、休み時間はいつも1人。何をしても良いか、どう過ごしてよいのか分からず、いつも1人で本を読んでいました。だからといって、寂しかったという記憶もありません。1人でいる方が楽だったのです。ただ教室に1人ぼつんと座っているのを先生に心配されているのかと思うとそれがつらかったです。また、授業参観で、母親が教室に少し早めにきたとき、他の級友は友達とおしゃべりをして楽しそうにすごしているのに、私はひとりぼつんと座っている。それも無表情の顔で、かたまったように座っている。そんな姿を母親に見られるのが辛かったです。母親に心配をかけて申し分ない気持ちでいっぱいでした。小学校の担任の先生は皆心配はしてくれました。友達がいないことを心配して、放課後、何人かの級友に頼んで一緒に遊んでもらえるように手配してくれた先生もいました。無理にでも同じ年頃の子と遊ぶことは良い影響も与えてくれたのかもしれませんが、当時の私には苦痛でしかありませんでした。

小学校5年の頃、他の校区の卓球教室に行ってみないかと母が誘ってくれました。他の校区で、しゃべらない自分のことを知っている子がいない環境。逆に、家で兄弟と話しをするように普通に話せました。普段、しゃべらない自分を忘れて、全く違う明るい自分を演じていたような気がします。初めて同じ年頃の子と話をするのが楽しい、一緒に遊んで楽しいと思えたような気がします。この時の経験があって、転校することができたら、しゃべらない自分を知っている人がいない環境なら、私は変わるのかもしれないと思うようになりました。でも実際は、自分から親に転校したいとは言出せず、そのまま小学校を卒業し、地元の中学校に進学しました。中学でも何も変わりませんでした。

高校進学の際は、今度こそ、変わろうと自分自身も強く決意したのを覚えています。これからは普通に話して、友達も積極的につくろうと思っていました。高校は担任の先生に勧められた少人数制のクラスがある高校に進学しました。いざ入学してみると、20人という小さいクラスの中に、小学校からの同級生が1人いました。彼女は私がずっとしゃべらなかつたことを知っている...みんながお互い友達をつくろうとしているなか、実際に近くの席の子が何人も先に声をかけてきてくれました。でも、結局中学のときと同じようにかたまってしまいました。表情もこわばっていたと思います。一人ぼつんと過ごす日々がまたはじまりました。高校2年まで、緘黙を続けました。他にも理由はあったのですが、高校2年の夏休みがあげた最初の日、私は学校を辞めると親に宣言しました。親には激しく叱られました。そして高校を退学しました。

結局その後どうするか調べていくと、仕事をするにも、進学するにもやはり高校卒業の資格がなければ何もできないことがわかりました。そして、通信制の高校に編入することを決めました。平日はアルバイトをしながら、週末は学校へ通う。17歳で高校を中退をした私には、アルバイト先も簡単にはみつかりませんでした。17歳という年齢に加え、緘黙だった私は面接でも表情が固く、質問の受け答えもろくにできていなかったのだと思います。そんな中ようやく喫茶店でのアルバイトが見つかりました。意外と“いらっしやいませ”と大きな声でいうことには抵抗はありませんでした。ただ、難しかったのは、他の従業員やお客さんとの他愛のない会話。何気ない会話がとにかく難しかったです。毎日どうしたら会話がはずむのか頭を悩ま

せていました。そして通信制の高校に入学し、初めて友達もできました。その友達とも毎回何を話そうか、登校するまでの間ずっと考えていました。そんなにかえてもすぐに話題はつきてしまう。どんな話をしたら良いのか、分からないのです。それでも何とか、できるだけ普通を装えるように努力しました。

そして大学入学。結局大学は心理学科を選びました。通信制高校の頃読んだ、トリー・ヘイデンの本で場面緘黙のことを知ったことがきっかけでした。自分もまさにこれだ！小学生の頃は、学校でしゃべれないなんてこの世で自分ひとりだけ。自分はとても変な子なんだと思っていましたが、実際には意外とたくさん同じ症状の人がいる。ほっとしました。それと同時にどうしてこんな風になってしまったんだろう。親が原因なのかとも思いました。また、トリー・ヘイデンみたいな人が近くにいるくれたら、こんなに苦労しなくても自然にしゃべられるようになったのかもしれないとも思いました。

大学では、友達の数も増えました。相変わらず、毎日何を話すかには頭を悩ませてはいましたし、友達というよりは1人の方が楽なことには変わりありませんでした。普通の女子大生にくらべたら、友達の数も少なく、友達と遊ぶことも、深く付き合うこともできていなかったかもしれません。それでも、高校まで緘黙だった私にとっては上等だったと思います。心理学科で勉強したものの、これ以上深刻に緘黙と向き合うことはできませんでした。それよりは、緘黙であったことを忘れてしまえるくらい普通に過ごそうと思いました。

私は今27歳です。高校をやめて、緘黙をやめた17歳の9月から丁度10年が経ちました。緘黙だった7歳から17歳までも10年。同じだけの時が経ちました。ただ同じ10年でも7歳から17歳までの貴重な10年は二度と戻ってこない。人間として成長する上でとても大切な10年だと思います。17歳からの10年でしゃべることにも慣れて17歳の時と比べると頭を悩ませていない気がします。でもいつまでたっても自分は人とは違うというおもいがついてまわります。コミュニケーション能力が十分ではない。人と深く付き合うことができない。人と打ち解けるのが苦手。もし緘黙ではなかったら、もっと違う人生があったかもしれないと思う時もあります。今の仕事はとても好きなことをやらせてもらえて、やりがいもあります。でも、もし緘黙で悩むことがなかったら、大学でも違うことを勉強できたかもしれないし、違う職業を選んでいたらかもしれないと思う時もあります。そして今でも寂しく思うのは、小中高の友人がいないことです。楽しく遊んだ思い出がないことです。

場面緘黙は、おとなしかったり、人見知りをしているだけではありません。私もどんな支援があれば良いのかは分かりませんが、緘黙でいることは、コミュニケーション能力を養えないことは確かだと思います。子供は遊ぶことで、コミュニケーション能力を培っていると思います。その大切な時を1人で過ごしてしまうことは、成長した時に後悔が残ります。場面緘黙の研究が進み、一人一人の症状にあった適切な支援がなされるようになることを願います。

場面緘黙の後遺症に翻弄される人生

磯原峰彦(当事者)

私は高校に入学した時に学校で話しができなくなりました。そして3年の間、一切人と交流することなく心を閉ざして学校生活を送りました。卒業後は緘黙症のいろいろな後遺症に苦しみました。

私は中学生になる頃まではふつうに育ちました。むしろ積極的に活発なほうでした。しかし、中学1年生の中頃から、なんとなく人が遠く感じられるようになり、さらに2年生の時、クラスのいじめっ子に一年中、陰湿ないじめを受けました。それで、自分をかばってくれる人にばかり依存するようになりました。3年生の時は穏やかで平和なクラスでした。おかげで中学最後の1年間はとても楽しく過ごしました。

中学を卒業し、高校へ入学しました。その高校に同じ中学から入学したのは他に一人しかいなくて、クラスも違い、自分にとってほとんど全く新しい人間環境でした。

私は自分が緘黙症に陥っていく経過を昨日のこのように覚えています。

入学式の数日前にホテルで一泊のオリエンテーション合宿がありました。出席番号順に3人ずつ一つの部屋に宿泊しました。私と同室になった同級生は二人とも温和な感じの人たちでした。彼らとすぐに友達になりたいと思いました。ところが、私はどうしても彼らに話しかけることができませんでした。二人は打ち解けて会話を始めていました。私にも話しかけてくれるのですが、返事すらまともにできませんでした。

入学式の日、早くも近くの席の生徒同士で賑やかにお喋りが始まっていました。私もその中に加わりたいたいのですが、合宿の時と同じようにどうしても輪に入ることができませんでした。その日から、ぽつんとしている私に話しかけてくれる人にも、どういうわけか自分が元気に振る舞う姿を見せてはいけないという気持ちが起こり、むすっと黙っているか、ぼそっと小声で答えることしかできませんでした。それはとてもストレスのたまることで、目の前でお喋りをしている同級生たちに向かって思わず声が出そうになることもありました。なぜか喉元まで出掛かった言葉をぐっと飲み込みました。話せない、友達ができないことに焦りました。それにもかかわらず、自分を抑え込む態度は日ごとに強くなっていきました。

入学して一カ月たった頃にはもう場面緘黙の態度が固まってどうしようもなくなっていました。自分は今からどうなっていくのか不安でたまりませんでした。ちょうどそのころ、担任の先生に放課後呼ばれました。「君はなんだか一人でじっとしているようなんだけど・・・どうだい、大丈夫かい？」と聞かれました。しかし、そのとき私は、「そんなこと全然ないですよ！」と元気そうに振舞って否定しました。先生は「そうか、ちょっと気になってただけど・・・よかった」と言って話は終わりました。本当は不安でしょうがないのに、私は強がりを書いてしまいました。自分のかっこ悪さを知られたくなかったからだと思います。

話しかけてきてくれていた同級生たちも寄って来なくなりました。自分自身、なんとかしなければという焦りがだんだん薄れて、学校にいる間は感情が鈍磨した状態になっていきました。休み時間は机に突っ伏したり校庭で元気に走り回っている人たちをぼんやり眺めたりしているだけでした。

親は、私が隠していたので、このような状態を全く知りませんでした。1年生の2学期に担任と保護者の二者懇談会があり、そこで初めて母に私の学校での様子が知らされました。母は帰宅するなり、まるで学校で悪いことでもしているかのように私を責めました。私はショックと怒りで自分の部屋に閉じこもりました。

冬休み、3学期の始まる直前に、ついに先生に辛い学校生活を訴える手紙を書いて送りました。始業式の日には呼ばれました。しかし、一学期の時と違い、私はこわばって話すことができず、こっくり頷くか黙っているだけでした。そんな態度に先生はだんだん怒り出し、最後には、「手紙ではいろんなことを書いてくれたのにどうしてここでは話してくれないんだよ！」と怒鳴られました。口で言えないから手紙を出して訴えたのですが、話さないことを責められました。先生に本音を訴えることはその後、二度としませんでした。

2年生に進級したばかりの5月に、ある相談機関へ一人で行かされました。そこでは相談員に話を聞かれたり心理テストをさせられたりしました。学校での私の様子は当然、前もって伝えられていたと思います。しかし、場面緘黙という言葉は告げられませんでした。両親は「あんたらみたいな真面目が服着て歩いてるような人間が親だと子どもがああなる」と言われたそうです。そこは2、3度だけで通うのをやめました。

それからまもなく私は「独学して大学に行く」と親に言い、学校に行かなくなりました。学校生活はもう限界でこのまま登校し続けると頭が狂うと思いました。その時ならまだ元の自分に戻れる気がしていました。

夏休みの終わりごろ、突然同級生が4人家に訪ねてきました(たぶん担任の指示で)。彼らはとても気を遣って話しかけてくれました。しかし、家でも私は彼らと話しをすることはできませんでした。

学校をやめたつもりでしたが、一人で勉強するのはやっぱり難しいと感じていたのと、同級生の訪問もあって、2学期の始業式から再び登校を始めました。学校に戻ればまた地獄の日々が始まり、卒業するまで自分を変えることはもうできないことは見えていました。それでも大学へいけなくなる恐れの方が勝って学校へ戻ることを選んだのだと思います。

それからは心を滅してひたすら学校へ通い続けました。卒業式の日には先生の饞の言葉が終わったらさっさと帰りました。高校生活の鮮明な記憶は最初の一ヶ月と特別辛かった出来事ぐらいしかありません。

一浪して大学に入りました。入学したばかりの頃は、大学の構内で同じ高校からきた話しをしない私を知っている学生に出くわさないか脅えていつもきよきよ、おどおどしていました。

大学では自分を変えようと、英会話クラブに入りました。しかし、英会話クラブは社交的な人たちが多く、彼らに合わせようとしても染み付いた態度をいきなり変えることはできませんでした。会話をしても話の腰を折るようなことばかり口から出てきました。周りからは怒られたり馬鹿にされたり変人扱いされたりしました。耐えられなくなって半年でクラブをやめました。久しぶりに人とまともに関わろうとしたことによって、それがうまくできないだけでなく、自分が同じ年齢の学生たちよりひどく幼いことに初めて気づきました。

無理やり自分を変えようとした反動のせいか、精神状態が入学前よりも悪くなりました。それで、学内にある学生相談所に通い始めました。また、相談所からの紹介で同じ学内にある診療所の神経科にも並行して通うようになりました。相談所では毎週カウンセラーと話しをしました。神経科では私に思い浮かぶことを話させて医師が私の言葉を書き取っていくことを毎週延々と続けました。しかし、それで心が軽くなることはなく、精神状態はますます悪くなっていきました。3回生の頃からは授業や演習にほとんど出られなくなりました。自分が社会から切り離されて頭の中が真っ白になっていく気がしました。

当然ですが単位が取れず留年しました。けれども、その頃から少しずつ状態がよくなり始めました。単発のアルバイトをたくさんやって小遣いを稼ぎました。2年留年して大学院へ進学しました。大学院生活も苦しいことが多かったのですが、幸い、先輩、同輩、後輩に恵まれ、だいぶ人になじめるようになりました。

大学院を出て企業に就職しました。しかし、そこではまた辛い思いをすることになりました。学生時代と違い、会社では人づき合いがまともにできない人間に容赦はありませんでした。仕事で最低必要なことは話せるのですが、同僚の間で世間話をするようなことが難しく、変人扱いされ、それが私の仕事の評価にも影響していたようです。工作中だけでなく、たとえば、お酒の席で話せないで固まっているのを年配の人からこっぴどくやされたこともありました。毎日、精神的に疲弊して、休日はぐったりしていました。

私が「場面緘黙」という言葉を初めて知ったのはほんの数年前、30代も半ばの時でした。その時に初めて自分が経験した精神状態にれっきとした専門的な名がついていて、似た経験をしている人が他にも大勢いることを知りました。それまで自分のような人間はこの世に一人だけで他人には理解されないという孤立感に苦しんでいました。その苦しみは一体何だったんだと思いました。しかし、緘黙症を知っても染みついた行動は簡単には変えられません。相変わらず職場は辛いです。いつまでこんな人生が続くのでしょうか。今からでも治療できるのなら楽になりたいです。

子どもが場面緘黙になって

川崎淑子(保護者)

私の娘は現在、小学6年生です。小学3年生の時から学校で話さなくなりました。学校で話さなくなると、すぐにそうと知ったわけではありません。先生やお友達の言葉から、ぼんやりと「学校では話していないようだ。」と気づいたのです。そして、すぐにその理由を知ったわけでもありません。

娘の様子を案じつつも、どうしてよいかわからず約一年を無為に過ごしました。

その間にも、娘の表情はだんだんと暗くなり、学校へ行くのを渋るようになりました。

そうやって初めて「これは病的なものなのではないか」と思い至り、インターネットで症状を検索して、ようやく「場面緘黙(選択性緘黙)」という病名に行き当たったのです。

初めて目にする病名でした。でもそこに書いてある症状は「間違いない」と確信できるほど、娘の状態によく当てはまっていました。

実を言うと娘の状態に病名がついて、私はかなりホッとしました。

それまでこの状態がなんなのかわからず、あれこれ理由を探して私はノイローゼ寸前の精神状態だったからです。

その時の私は、原因がわかったと同時に対処法もわかったつもりでいました。

今度は病名で検索をかけ、いくつかの対処法を見つけたのです。

それをプリントアウトし、そこにあったように学校の担任と面談して座席の位置を配慮してもらったり、児童相談所に連絡をとったり、とにかく出来ることはすべて手を尽くしました。

ですが、娘が良くなることはありませんでした。次の一年で、体育で動けなくなったり、給食が食べられなくなったりとどんどん悪化していきました。

家でも外出を嫌がったり、夜眠れなくなったりして、娘の気持ちが追い詰められていくのを感じました。

原因もわかり対処もしているのに、これ以上どうすればいいのか、わからなくなってしまいました。

そんな時に手にしたのが「場面緘黙児への支援」という本でした。

それまで知っていた緘黙症の対処法とは一線を画する、より積極的で具体的な手法が詳しく解説された本でした。迷わず、それをやってみようと思いました。そのとき、他に選択肢はありませんでした。

ですがその本は外国の進んだ特別支援教育などの制度を前提として、保護者が中心となって学校現場で支援活動を行うスタイルの支援プログラムを解説したものでした。それをそのまま実行するには難しい部分かなりあり、より簡素なアレンジを加えざるをえず、内容が貧弱になってしまうのはどうしようもありませんでした。

まず、本にあるような「支援チーム」を作ることは出来ませんでした。娘の学校にそんな人員の余裕はなく、構造的にも無理でした。

学校内に支援を行う場を設けてもらうことさえも困難でした。前例がないことを行うことに学校はとても消極的でした。担任は自分の中だけでことを収め、学校全体として取り組む姿勢を見せてくれませんでした。

でも場所がないと支援そのものが出来なくなってしまいます。そこで教育委員会にお願いして、なんとか学校内で支援活動が行えるようになりました。

どんなことをするかというと、一言で言えば学校内で娘が話す練習です。

初めは簡単なところから、だんだんと難しくなるように人と場所を細かく変えて「会話力の階段」を作成し、その通りに一步一步階段を上っていくのです。

初めは私と娘と娘の仲の良いお友達の3人で、教室から遠い一部屋を借り、中休みにトランプをすることから始めました。

この活動は4年生から5年生にかけての約10ヵ月行い、最終的には教室と同じ階の一部屋を借り、8～10人前後で鬼ごっこなどを行うという支援に至りました。

この支援によって娘は目覚ましく改善し、全快には至らぬものの、通院している小児精神科の担当医に「8割方治った」と言われるまでになりました。

6年生に進級する時に娘は「もう支援はいい」と言い出し、学校で部屋を借りることもなくなりました。

娘は現在、夏休みが明け、小学校に元気に通っています。支援活動を通して仲の良いお友達が4人増え、その子たちとは周りに人がいてもふざけたりして普通に話せるようです。その他になんとか話せる子たちもクラス内に3人出来たそうです。相変わらず給食が食べられなかったりと、すっかり治ったわけではありませんが、なによりも娘は学校を楽しみにするようになり、とても明るくなりました。夜眠れないようなことも、もうありません。

精神的にはかなり健全な状態に近付いている気がします。親としてはうれしい限りです。

この体験を通して私が感じたことは、いくつかあります。

ひとつには、場面緘黙があまりに無名であること。親も学校も、なにも気づかずに事態が悪化していく危険性がとても高いことです。

もう一つは、例え病名がわかったところで確固たる対処法が確立されていないことです。なんとかしようと思っても私は孤立無援の手探り状態で、努力を積み重ねていかなければなりませんでした。

人知れず苦しんでいる多くの子どもたちのために、私が感じた問題点が一刻も早く解消されることを願って、関係者の方々に緘黙症克服に有効な支援方法の研究をお願いしたいと思います。

子どもの場面緘黙の簡単な説明

場面緘黙の子どもたちはある特定の場面で口をききません。一般的に家では安心して話しますが、学校では自由に話すことができないのです。子どもの場面緘黙は、「話すことへの恐怖に何とか対処しようとする必死の試みなのだ」というのが私たちの見解であり、多くの専門家たちの見方です。緘黙児は話したいのかもしれませんが、恐怖への反応がそうはさせないのです。緘黙児が話さないことを自ら選択していると考えるのは不当だと思います。

(『場面緘黙児への支援 - 学校で話せない子を助けるために -』 A. McHolm, C. Cunningham, M. Vanier / 共著 河井英子・吉原桂子 / 共訳 田研出版より抜粋・構成)

本体験記集は、緘黙症に関する研究や研修会などで自由にお使いください。お知り合いの緘黙児の保護者や教師、心理相談員の方々に配布して下さっても結構です。

ただし、上記のような緘黙症の知識の普及などに関係のない目的で使用する場合は、事前に当会へ使用目的をお知らせください。検討のうえ、使用の許諾を判断します。

とくに、商用目的で本体験記集または体験記の一部を無断で使用することは固くお断りいたします。使用を希望される場合は事前に当会へお知らせ下さい。

本体験記集はかんもくの会のホームページからもダウンロードできます。

<http://asmjapan.org/>