

## 子どもの幸せにつながる吃音否定から吃音肯定の吃音臨床

日本吃音臨床研究会 伊藤伸二

### はじめに

私は3歳ころからどもり始めたようですが、小学2年生の秋までは、吃音を全く意識することなく、明るく活発に、元気で楽しく学校に行っていました。ところが、秋に状況は一変しました。学芸会で、楽しみにしていたセリフのある役から、担任教師からの何の相談や説明もなく、外されたのです。吃音以外には理由が考えられません。教師から「吃音否定」された私は、そこで初めて自分がどもることをマイナスに意識しました。強い劣等感をもって、苦しい学童期、思春期を生き、21歳の夏まで、吃音に支配された苦悩の人生を生きました。

21歳の時、吃音治療機関で、必死で治す努力をしましたが治らなかったために、吃音は治らないものだ、と、治すことを諦めました。「吃音否定」から「吃音肯定」に大きな転換をすることができました。どもる事実を認め、どもりながら生活する中で、私の吃音に対する考えも、感情も大きく変化し、吃音の呪縛から解放されました。

私のこの体験をもとに、「吃音否定」から「吃音肯定」の臨床を提案します。

### 1 「吃音否定」の吃音臨床、「吃音肯定」の吃音臨床

#### 吃音否定の吃音臨床とは

従来、どもることばを、吃音症状と名づけて治療する、吃音否定の臨床が続けられてきました。「『ゆっくりと、もう一度言ってごらん』などと言ってはいけません。子どもがどもっているのを否定しないで、ゆったりとした気持ちで聞きましょう」のアドバイスは、吃音肯定のように見えますが、その関わりで吃音を意識させなかったら、そのうち吃音が自然に消えるという、治ることを目指しています。もし治らないと、学校で吃音を指摘され、笑われたり、からかわれ、時にはいじめに発展するのではないかと、仕事や結婚に影響するのではないかとという親の将来への不安が根底にあります。子どもの幸せを願い、できれば子どものうちに治しておきたいという、「吃音否定」が本音です。

#### 吃音否定がなぜ問題か

外科的な手術や、副作用のない薬物療法などがあり、その治療で吃音が治るのであれば、吃音否定の立場の臨床でも、問題は少ないかもしれません。しかし、吃音は有効な治療法はなく、このような周りの関わりで、あるいは、この言語訓練で改善されるかもしれないとの希望的観測でしかない、不確実なものです。治らない、治せない吃音に「治療・改善」の立場をとると、私が経験し、大勢の人々が辿ってきた苦悩の道を歩むことになる可能性があります。けれども大勢の吃音に悩む人の人生を整理する中から、どもることそのことが人を悩ませるのではなく、吃音をどう受け止めるかで人は悩むのだということが明確になりました。

吃音そのものではなく、「吃音否定」の感情や考えが、その人を悩ませ、行動にまで影響します。私は、生活の中でうまくいかなかったことやできないことをすべて吃音のせいにして、21歳まで苦悩の人生を送りました。「吃音さえなければ、私は幸せに生きられる」とどもる自分が認められず、「吃音を治したい」思いばかりが膨らみました。「吃音が治ったら何々しよう」と、自分のしたいこと、しなければならぬことを諦めたり、引き延ばしたりしてきました。吃音を隠し、話す場面から逃げ、すべてに消極的になっていきました。吃音を否定し、吃音を治そう、改善しようと考え、治す努力をすることが、ますます悩みを深めることに気付いたのです。強くマイナスに意識したものを、「まあ、どもってもいいか」と、どもる事実を認めることを、私は「ゼロの地点に立つ」と言います

が、この地点に立つまでにかかなりのエネルギーが必要です。私は21歳で、このゼロの地点に立てましたが、アメリカの吃音研究の第一人者、チャールズ・ヴァン・ライパーは30歳です。

### **スキヤットマン・ジョン**

私と親しかった世界的ミュージシャン、スキヤットマン・ジョンは52歳でした。吃音の悩みから逃げるために、アルコール依存症、麻薬依存になります。このふたつの依存症は、自分の止めようとする意思と、セルフヘルプグループの活動の中で回復したものの、吃音は自分の意思ではどうにもならず悩みます。アメリカで生活が立ちゆかなくなり、ヨーロッパに渡ってしばらくして、CDを出す話が出た時、悩みは深くなります。「もし曲がヒットしたら、テレビや雑誌のインタビューを受けなくてはいけなくなる。そうすると、隠し、逃げてきた吃音に向き合うことになる。吃音が世間に公になるのは死ぬほど嫌だ」とノイローゼになります。「吃音がばれるのが怖いのなら、自分で公表したら」の妻のアドバイスで、CDを出すことを決意し、スキヤットマンワールドのCDのジャケットに、自分の吃音を公表します。どもってもいいと覚悟ができたのです。

これまで否定し続けてきた吃音を肯定したことで、彼の人生はがらりと変わり、世界の人気者になりました。けれども、吃音否定のままの52歳までの人生は、苦悩に満ちたものでした。吃音否定から吃音肯定へと転換したことで、人生が変わったのです。スキヤットマン・ジョンと親しくなったのは、世界吃音連盟に「今後の音楽活動の印税を、吃音のために使って欲しい」と申し出があった時です。他の理事が「吃音治療」のためにと主張するのに対し、私は「あなたは、吃音の治療や改善ではなく、吃音を認めて生きる覚悟ができたから今がある。吃音治療ではなく、人はいかに吃音を肯定して生きることができるか、吃音受容の研究にこそあなたの基金を使うべきだ」と主張しました。彼は「このような提案こそ、私が待っていたものだ」と、とても喜んでくれました。そのジョンは、がんのために57歳でなくなりました。「吃音否定」の50年近い人生、「吃音肯定」の5年の人生。一緒にいろいろと活動したかったと残念でなりません。

ヴァン・ライパーは、後で話しますが、30歳の時、吃音否定のままでは生きられないと、絶望の中から、どもる自分を認め、言語病理学者になろうと決意します。二人とも、追い詰められて、吃音否定の人生から吃音肯定へ大きく変わっていくのです。

### **ジョージ6世の開戦スピーチ**

アカデミー賞映画「英国王のスピーチ」でのジョージ6世は、5年間の吃音治療で改善したから、第二次世界大戦の開戦スピーチが成功したのではありません。5年間の治療は、全く効果がありません。それはスピーチ40分前のジョージ6世のあせる様子で、よく分かります。8秒前、セラピスト・ライオネルに「結果がどうであれ、君には感謝している」と伝えてスピーチに臨みます。どもったら、どもるだけのこと、国王として私は伝える責任があり、国民は、私がどんなにどもっても聞く義務があると、どもる覚悟ができたためにスピーチができました。

「どもる国王はだめな国王」から、「どもっても話すべきことは話す、責任感ある王」へと、自分が語る物語を変えたことによる成功でした。あの映画は、吃音治療の記録映画のようにとられそうですが、「吃音否定」の物語を「吃音肯定」の物語に変えようとした、ナラティブ・アプローチになっていたと私は思います。

このように、「吃音否定」が長く続くと、「吃音肯定」の転換は難しいのです。幼児期から「吃音肯定」の物語を、親、臨床家、子ども本人が語る必要があるのです。

### **吃音肯定の吃音臨床とは**

吃音肯定の吃音臨床は、吃音が治ることを目指しません。吃音が治らなくても、吃音を否定しなければ、自分なりの豊かな幸せな人生を送ることができます。治すために吃音を肯定するのではなく、最初から、吃音全肯定の立場に立った吃音臨床です。吃音が治る、治せるのであれば、吃音否定の前提も

問題は少ないでしょうが、吃音治療の効果は上がっていません。吃音を治すことを前提とした吃音臨床で、吃音否定のまま治らずに学童期、思春期、成人期を迎えれば、吃音は大きなマイナスの影響を与える可能性があります。臨床家が幼児吃音に取り組まなければならないのは、将来、吃音によるマイナスの影響を受けることを予防するためです。すでに影響が出ているのであれば、吃音そのものではなく、その影響に対して取り組むのです。

どもっていても、臨床を必要としない人は大勢います。実際に指導を受ける子どもの数はごく少数で、ほとんどの子どもは、何の治療も指導も受けずに成長し、社会人となり、様々な仕事について豊かに生きています。吃音に深く悩み、治そうと考える人は多いのですが、それ以上に、吃音にあまり悩まずに吃音と共に生きている人の数は多いのではないかと、私は考えています。吃音の発生率1パーセントが正しければ、日本では100万人以上のどもる人々がいることとなりますが、ことばの教室などで指導を受けている子どもの数、どもる人のセルフヘルプグループに集まる人の数は、それほど多くはありません。

「大人になったら治る」とよく言われるのは、幼児期にほとんどの吃音は消えるからだと思われるかもしれませんが、そうではありません。大人になるにつれて、語彙数が増えたために、言いにくい音を言いやすいものに変える、ことばの言い換えなどを行っている場合が少なくありません。また、言い換えでなくても、生活の中で、話すことから逃げないで話していく内に、吃音が自然に軽減したり、コントロールできるようになった人は大勢いますし、軽減せずとも吃音が問題とはならなくなる人は大勢います。軽減との言葉も本当は使いたくないのですが、治療・改善を目指す人と論議をするには、共通の言語を使う必要があるので、あえて使いますが、私は「吃音の変化」と言います。この変化は、いわゆる自然治癒力、免疫力のようなもので、私の言う「自己変化力」による、自然な変化です。私の周りには、かつて吃音に悩んだけれども、今は問題はなくなったという大人や子どもはたくさんいます。吃音そのものも、吃音に対する考え方やとらえ方も、自然に変化していくのです。

かつて、吃音発生率1パーセントが世界の共通認識でした。しかし、近年発生率は5パーセントで有症率が1パーセントと言われるようになりました。そうすると、自然治癒は80パーセントになります。こうまでして、幼児の吃音は治る、自然に消えていくことをなぜ主張したいのか、私にはまったく理解ができません。幼児の吃音の自然治癒率は40～45パーセントだと最近は言われています。その程度だと思われまます。一方で、大人になっても、自然治癒に近い状態はあります。多くの人は、自己変化力があれば、自分の人生の中で変わっていくのです。

吃音肯定の臨床とは、吃音を治そうとはせずに、この自己変化力に委ねることです。ただ何もしないで自己変化力に委ねるものではありません。病気の自然治癒、自己免疫力についてはよく言われます。無茶苦茶な生活をしていれば、自然治癒力は働きません。治らない慢性病も、生活習慣を変えることで、自然治癒力は働きます。吃音も、吃音を隠す、話すことから逃げる生活習慣を変えないと、「自己変化力」は働きません。生活習慣を変える出発となるのが「吃音肯定」です。

「吃音肯定」の臨床は、言語訓練ではなく、吃音が人生にマイナスの影響を及ぼさないように、親や教師、臨床家に取り組む臨床です。そのためにしなければならないことが、たくさんあるという立場です。吃音否定の臨床の問題点を明らかにし、吃音肯定の立場をとることの必要性を、これまでの吃音治療の臨床と私を含めてどもる人の人生を紹介しながら話します。

## **2 これまでの吃音治療とどもる人の人生**

### **吃音治療の歴史**

アカデミー賞受賞映画、「英国王のスピーチ」の中で、1920年から30年代の吃音治療が紹介されていました。日本では1903年、東京の小石川に、東京音楽学校（現在の東京芸術大学）の校長・伊沢修二が楽石社を設立し、吃音治療を開始しました。10年ほどで、数千人の人々が吃音治療を受けたとの報告があります。その後、民間吃音矯正所が日本中に作られ、現在の民間療法につながっています。

世界の吃音治療の歴史は、吃音を否定し、「どもってはいけない」から始まりました。どもっている限り吃音は治らないから、どんな不自然でも、どもらずに話す話し方を身につけ、それを定着させようとしています。「わーたーしーはー」と極端にゆっくり言う、「わあーたしは」と音を伸ばし、歌うように話せば、ほとんどの人は、治療室ではどもらずに話すことができます。しかし、それは、あまりにも不自然で日常生活の中では使えず、治療場面でもどもらずに話せてもそれを維持し、日常生活に汎化させることはきわめて難しい。それは、現在でも吃音治療の限界として誰もが認めています。

1930年代、アメリカのアイオワ州立大学に、自分自身が吃音に深く悩んだ経験をもつ吃音研究者が集まりました。アメリカ言語病理学の基礎を作り、現在でも強い影響を与えているアイオワ学派の人たちです。ブリングエルソン、ウェンデル・ジョンソン、チャールズ・ヴァン・ライパーは、どもらずに話す治療法を強く批判しました。どもらないで話す訓練は、どもるかもしれないという不安や恐怖を強め、吃音をかえって悪化させるとし、反対に、「どもりなさい」を提唱しました。ブリングエルソンは、不安や、逃げたい場にあえて出ていき、わざと、意図的にどもろうという随意吃音を提唱しました。

チャールズ・ヴァン・ライパーはブリングエルソンの指導を受けました。ライパーは、ひどくどもり、吃音のままでは就職ができないと、30歳のとき、聾者を装って、話すことから逃げて農場で働きました。その生活は長続きせず、絶望の果てに故郷に帰ろうとした時に、一人の老人に出会います。車に乗せてもらって、「どこへ行くのか」と尋ねられてひどくどもり、老人に笑われて激怒します。老人は、「怒りなさんな、わしも若かった頃は、君のように力んでどもっていたが、今は力まなくなった」と、軽くどもって答えました。ライパーはその姿を見て、吃音を治すのではなく、吃り方を変えればいいのだと考え、言語病理学を学ぶためにアイオワ州立大学に入学します。

そこで、ブリングエルソンから随意吃音を指導され、2年ほどして、人前で話せるようになり、大学の教員として働けると思うようになりました。随意吃音がチャールズ・ヴァン・ライパーに大きな効果があったので、ライパーの先輩ですでに言語病理学者になっていたウェンデル・ジョンソンは、その大きな変化に驚き、随意吃音を練習しました。けれどもジョンソンの場合は、たちまち話せなくなるほどに悪化してしまいました。

アイオワ学派の人たちは、今度は、楽にどもることを提唱しました。以来、「どもらずに流暢に話す派」と、「流暢に楽にどもる派」が、厳しく互いを批判し合いました。

## **私の体験**

1965年夏、私は、当時歴史も古く最大の民間吃音矯正所、東京正生学院で治療を受けました。院長から「不自然でもどもらずに話す」方法を、副院長から随意吃音の「どもっても、どんどん話す」方法を教えられました。午前中は、呼吸・発声練習、午後からは一日100人に道を尋ねるなどの街頭訓練、上野の西郷さんの銅像の前や山手線の電車の中での演説、夜にはどもる人たちとの話し合いなど、1ヶ月集中して、宿舎に泊まり込んで訓練しましたが、私だけでなく300人全員の吃音が治りませんでした。伝統的な方法と、アメリカの最新の方法を必死で取り組んでも治らなかったために、治ることへの諦めがつかしました。私にとってよかったのは、治ることを諦められたことと、初めて吃音の苦しみを話し、聞いてもらえた体験です。悩んでいるのは私だけではない、多くの人々は現実には自分なりの仕事に就き、吃音と共に生きている。これらの人にできて私にできないはずはないと、これまで吃音を否定し、吃音を隠し、話すことから逃げてきた生活態度を180度転換し、吃音を肯定し、日常生活のあらゆる場面で積極的にどもり始めました。

その年の秋、私は日本で初めて、どもる人のセルフヘルプグループ、言友会を創立し、リーダーとして必死で活動しました。また、大学生活の学費、生活費を稼ぐために働くアルバイト生活の中で、いくらどもっても話していきました。その必死の生活の中で、どもっていたら何々ができないというのは、すべて経験をしないがゆえの思い込みや想像で、どもってできないことは何一つないことに気づきました。セルフヘルプグループの活動を続け、大勢のどもる人の人生を整理し、吃音を治したい

と思い、治そうと努力することが、現実の自分を受け入れにくくさせ、吃音の悩みを深めるのだと、「吃音を治す努力の否定」の問題提起をし、言友会創立10周年の節目に、私が起草文をつくり「吃音や自分をさげすむことはやめよう、どもりが治ってからの人生を夢見るより、今を大切に、吃音を持ったままの生き方を確立していこう」との、吃音者宣言を発表しました。

### **吃音の真の問題とは何か**

1970年、アメリカの言語病理学者、ジョセフ・G・シーアンは吃音を氷山に例えて説明しました。周りから見え、本人も意識している吃音症状は氷山の水面上のごく一部で、本当の問題の大部分は、水面下に沈んでいるとして、吃音症状の治療ばかりを目指す臨床家を厳しく批判しました。私なりに整理するとこのようになります。

<行動> 吃音を否定し、吃音を隠し、話すことから逃げ、消極的になっていく行動

<思考> 「どもりは悪いもの、劣ったもの、恥ずかしいもの」「どもりは治る、治せるはずだ」「どもってには有意義な人生は送れない」などの考え方

<感情> 不安、みっともない、恥ずかしい、恐ろしい、情けないといった、話す前やどもった後にわきあがる感情

<身体> 緊張して話すとき硬直してしまうからだ、人と触れあうのを拒むからだ

しかし、アメリカ言語病理学は、シーアンの氷山説を重要視せず、氷山の水面下の部分にアプローチする方法論を全く探求しないままに、水面上に浮いている吃音症状にのみ焦点をあてたアプローチを繰り返してきました。

### **統合的アプローチ**

どもらずに流暢に話す派と流暢にどもる派の激しい対立を経て、近年、統合的アプローチが提案されました。けれども統合とは名ばかりで、水面下の問題こそが大事だということが受け継がれず、吃音をコントロールする流暢性形成技法が提案されました。提唱者バリー・ギターは、流暢性を3つに分類しています。

- ①**自然な流暢性** 緊張もなく、繰り返しや引き伸ばしもない正常なスピーチ。自分の話し方に注意を向けたり、話す速度を意識的に変えることもない、どもらない人のスピーチ。
- ②**コントロールされた流暢性** 聞き手にとっての印象は自然な流暢性と同じだが、流暢性を維持するために話すスピードや話し方に注意を払わなければならない。
- ③**受け入れることができる吃音** 非流暢性は目立つが、吃音を隠したり話すことから逃げずに気楽にどもる。

治療重視のアメリカでも、自然な流暢性は難しいと、治療の限界を認めました。しかし、コントロールは可能だと、4つの流暢性形成技法を提案します。

- ・**弾力的発話速度** どもりそうな音節だけをゆっくりと話す
- ・**構音器官の軽い接触** 唇や舌を強く接触しないで軽く接触させる
- ・**軟起声** はじめの言い出しをやわらかくそつと言う
- ・**固有受容感覚** 話すとき口や舌、喉などがどう動いているか、常に意識を向ける

さらに、「ゆっくり、そつと、やわらかく」話す技法の最終目標は、自然な流暢性だが、それは現実的な目標ではないとして、3つの選択肢から選んでほしいと言います。

- ①どもらない話し方が重要だと思う人は、コントロールされた流暢さを身につける。
- ②どもらない話し方が重要だと思っても身につけなかったら、楽にどもるようにする。
- ③どもらない話し方を重要だと思わず、この技法の努力をしたくない人は、どもっても話すことから逃げずによりコミュニケーションをする。

3つの選択肢の提案は、この技法が確実な吃音治療法ではなく、難しく、誰でもが身に付けることのできる方法ではないことを示しています。事実、15万人いると言われるアメリカのセラピストの

94パーセントが吃音の臨床に苦手意識を持っているそうです。

### **吃音と共に豊かに生きる人々**

セルフヘルプグループの長年の活動、大勢のどもる人の体験を整理する中で、「吃音はどう治すかではなく、どう生きるかだ」と確信し、グループも治療機関もない地域で、ひとりで悩む人に私の考えを伝え、話し合っただけで検証する旅に出ました。北海道から九州まで3か月、全国35都道府県・38会場で、600人ほどと、吃音について語り合いました。この旅の中で得た最大の収穫は、自分なりの人生を豊かに生きている人との出会いでした。私自身が深く悩んだ体験から持っていた「どもってれば、吃音に悩むはずだ」の先入観が破られ、セルフヘルプグループの活動の成果にも確信を持つことができました。

愛媛大学の水町俊郎教授が、どもる人の職業実態の調査をし、実に様々な仕事に就いていることがデータとしても明らかになりました。私たちのグループに直接参加した人の職業を調べると、教師や医師、営業職など実に様々な職業に就いていました。吃音否定から吃音肯定に転じた人は豊かに生きていることが明らかになりました。

### **劣等感の補償で世界で活躍する著名人**

劣等感をひとつのバネにした生き方をしている人は少なくありません。吃音の劣等感から、あえて話すことの多い仕事につく直接補償では、小倉智昭アナウンサー、女優の木の実ナナなど、映画俳優や、落語家、講師、弁護士など、話すことを仕事にしている人は、世界中にたくさんいます。イギリスの首相チャーチル、日本の首相田中角栄などの政治家も少なくありません。

間接補償の、話すことが苦手だから小説家や科学の道を選んだノーベル文学賞の大江健三郎、物理学賞の江崎玲於奈や、科学者、映画監督、ミュージシャン、小説家など、吃音に悩んだ人は、あらゆる分野で活躍しています。他の病気や障害と比べ、直接的補償が多いのは、吃音の大きな特徴です。吃音が治らずに、様々な分野で私たちの仲間には活躍しています。吃音と共に十分に生きているのです。

1900年頃から吃音治療の歴史が始まりましたが、治療法がなく、治療の成果が上がっていない現状と、人口1パーセントと言われるどもる人々は、悩みながらも自分の人生を生きていることも紹介しました。この現実の中で、幼児吃音の臨床の現状と、問題点、展望を探ります。

## **3 幼児吃音の臨床の現状と問題点、展望**

### **これまでの児童相談所や保健所、育児書などの対応の問題点**

私が開設している電話相談「吃音ホットライン」は、ホームページや著書などで公開しているため、毎日3件ほどの相談があります。その多くが幼児・学童期の相談です。私のところが初めての人もいますが、多くは児童相談所や保健所などですでに相談しています。相談機関で指摘されたことをもとに、電話相談の中で、次のような質問が出されます。

「きつく叱ったり、言い直しをさせたりしなかったか？ 下の子が生まれたなどで、愛情が不足した時期がなかったか？ 緊張やストレスを与えていないか？ など聞かれ、親の育て方に原因があると言われてショックだった。私が原因なのではないか」

「幼児期の吃音は一過性のもので、8割が学齢期までに自然に、あるいは簡単な指導で治ると言われた。その内に治るだろうと、吃音を意識させず、ストレスを与えないようにしてきた。この春、小学校に入学したが治っていない。本当に治るのですか。簡単な訓練で治るなら、訓練を受けておけばよかったと、とても後悔しています」

「吃音を意識をさせると悪化すると言われたので、知らんぷりをしてきたが、幼稚園で、『おまえの話し方は変だ』と言われてたらしい。子どもにどう言えばいいですか」

また、親が手にとりやすい、小児科医が書く育児書にも、同じような記述がみられます。

#### ◆小児科医、松田道雄『[底本] 育児の百科』【岩波文庫】(2007年～2009年) —————

「幼児のどもりは矯正しなければ、早いおそいはあっても、すっかりなおる。大事なことは、両親の楽観的態度で、子どもに、どもりになってしまっ、まずいことになったという気持ちを与えると、なおりにくい。親は子どもに、どもりが存在しないかのようにふるまわねばならない。医者や児童相談所につれていって、衆人環視のなかで、どもりの実演をやらされることは、子どもにとって大きな屈辱で、3ヵ月でなおるものが、半年かかる。子どものどもりに対して無関心をよそおうのが治療なのだから、大きい子や大人の通う『吃音矯正学校』などにつれていくのには賛成でない。どもりを意識させるからだ」

#### ◆毛利子来、山田真『育育児典』(岩波書店)(2007年) —————

「言いたいことが、こみ上げてきたときに、そうなるだけで、異常などと思わないでください。治そうとかからないで、ごくふつうに冷静に受け答えしていれば、たいてい、いつの間にかどもらなくなる。どもり始めた原因を考えてみて、思いあたるフシがあったら、それを取り除いてやる。親のしつけが厳しすぎたようなら、ゆるめる。保育園や幼稚園が合わないみたいなら、先生と相談する。どもりはしばらく続いたあと自然に治ってしまうことが多いが、進行していく場合も、ときおり見られる。幼児の場合、本人は深刻に意識していないので、まわりが知らん顔して見ていれば、そのうち自然にどもらなくなる。まわりの大人が気にして言い直しをさせたりは、どもりはひどくなることが多く、逆効果だ」

松田も毛利も、どもるのは、子どもの「情緒障害」をおこすからだを見て、左ききの子を右ききに直す、おねしょなどで厳しく叱りつけた場合、仲のよかった両親が急に不和になった場合、下に赤ちゃんができた場合などを例に挙げています。

「吃音を意識させないで、そっとしておけばそのうちに治るからあまり心配しないほうがいい。言い直しをさせないで、聞いてあげて下さい。もう少し様子を見ましょう」

育児書や、児童相談所、保健所などでのアドバイスは共通しています。

吃音の詳しい説明がないまま、母親の育て方に問題があると言われ、子育てに自信をなくしたり、将来への不安を募らせる親がいました。吃音は命に関わるのではなく、他の病気の治療の進歩に比べ、研究・臨床の進展がないため、古い知識や情報が改訂されないまま使われています。さらに新しい情報にしても、吃音は吃音研究者の間でもかなり意見の違いがみられ、何が正しいのか混沌としています。インターネットの社会ではなおのこと、誤った情報が溢れ、親たちは、今後どの情報を信じ、どもる子どもにどう対応していけばよいか、迷い悩んでいます。どこに問題があるか整理します。

#### **吃音は一過性とは言えない**

放っておいても1か月ほどで消える一過性のものは、本来吃音の範疇に入れる必要がない、私に言わせれば「どもりもどき」です。どもっている状態がしばらく続き、親が心配になって専門機関などを訪れる時には、一過性のものとは言えない場合が少なくありません。自然治癒は、かつて80%と言われた時代がありましたが、調査研究の結果、現在は40%から45%と言われ、それも小学校入学時前までです。小学校入学まで持ち越した場合、ほとんど治らないといっているでしょう。ことばの教室に通い、指導を受けている学齢期の子どもで、治ったという事例はほとんど聞きません。ことばの教室では、吃音を治すのではなく、吃音と向き合い、吃音とのつきあい方を子どもと一緒に学ぶ取り組みが広がりつつあります。

#### **吃音を意識させると悪化する**

「知らんぷりする、意識させない」を松田も毛利も言っていますが、幼稚園の子どもがすでに意識して「私の話し方、どうしてこうなの」と質問してくる場合でも、「なんでもないのよ」と話題をそ

らすのを「沈黙の申し合わせ」といい、アメリカでもしてはいけないといいます。家族が知らんぷりするの、かえって子どもが吃音をネガティブなもの意識するからです。子どもの頃から、吃音についてオープンに話題にすることが主流の考えになっています。子どもは、吃音やどもりという言葉は知らなくても、自分が言いにくいことは意識しています。意識している自分の言いにくさを、知らんぷりされると、この言いにくさを悪いことだと意識しかねません。吃音を意識することが悪いのではなく、吃音は悪い、恥ずかしい、劣ったものとマイナスに意識しないことが大切です。

### **親の育児態度に問題がある**

子どもの発達の中で、誰でもが経験する非流暢なことばを、吃音だと診断するところから吃音は始まるというウェンデル・ジョンソンの診断起因説はかなり前に否定されましたが、依然として愛情不足など、母親の育て方に原因があると、児童相談所などで指摘されるそうです。そのため自分を責める親はとても多いです。膨大な研究がされながら原因が分からないこと、親に原因はないと明確に伝える必要があります。自分のせいだとする罪悪感が子育てに悪い影響を与えています。

### **吃音が治らないと、将来大変なことになる**

多くの親は、将来に不安をもっていますが、学校で吃音をからかわれて「そんなこと言うのはやめて」とアサーティヴに対応している子ども、全校生徒の前で自分の吃音のことを話す子どもなどの話をします。また、大人になって様々な仕事に就いていること、むしろ話すことが多い仕事に就いていることなどを話すと、親は安心します。「吃音に負けない」子どもに育てるために、「吃音について勉強しましょう。吃音肯定する子どもに育てるために、親がまず子どものことを、かわいそうと思うのはやめましょう」などと話すと、吃音肯定のこれらの話を聞いて親は安心し、子どもと共に、吃音をテーマに生きようと考え始めます。

吃音は親の責任ではないこと、自然治癒は45パーセント程度であることなど、親は正しい情報や、どもる子どもや大人がどう生きているか知りたがっています。どもりながら豊かに生きるために、親として何をすべきかを提案します。「吃音は治らない」を知って、落胆するのではなく、私の「どもる君へ いま伝えたいこと」などの本を読んで、今後どう育てればいいのか展望が持てたという親は少なくありません。

### **幼児吃音の臨床のその後**

診断起因説以降、DCモデルが提案されました。

「流暢性は、環境の側、話し手自身が自らに課したDemands（流暢に喋るようという要求、指示、命令、プレッシャー）が、話し手の認知的、言語学的、運動的あるいは情緒的なCapacitiesをある程度以上越えた時に崩壊する」

DCモデルは、原因論の探求のプロセスの中で出てきたものですが、臨床的には役に立ちます。私は最初から親のDemandsを指摘しません。親の育て方を変えるべきだとする「環境調整」は、親を責めることにつながりますが、親の話をよく聞き、親が原因ではないと話すと、親の方から「私、早口じゃないでしょうか」や「少し最近叱りすぎているかも」などが出されることがあります。そのような話が母親自身から出た時は、その話を受けて「お母さんがそう思うのなら、ちょっとゆっくり目に、喋ればいいね」「叱り過ぎと思うなら、少し大目にみたら」などの提案はしますが、相談を受ける多くの母親の態度に基本的にはあまり問題は感じません。

### **リッカムプログラム**

私は2007年クロアチアでの第8回吃音国際連盟世界大会で、オーストラリア吃音研究センターのオンズロー所長のワークショップに参加しました。「自然治癒は8割」や、「簡単な指導で治る」がそれほど多くないの反省から出てきたのでしょうか。オーストラリアで世界大会があったとき、言



語病理学を学ぶ大学院生たちは、口を揃えて「吃音の自然治癒率は10パーセント程度だから、幼児期から早期に治療をしなければならないのだ」と、言っていました。

「環境調整」重視の幼児吃音の臨床では、直接言語指導はしませんでした。リッカムプログラムは、直接的に言語指導をします。どもったら言い直しをさせ、どもらずに言えたら褒め、チョコレートなどを褒美に与え、どもらない話し方を定着させようとしています。

「言い直しは一度だけで、再びどもっても罰しないというが、どもると褒められないなら、子どもは吃音を否定的にとらえないか」とワークショップの時、オンズロー所長に質問しましたが、「オーストラリアのセラピストは、吃音を否定的に考えていないから、大丈夫だ」とはぐらかされました。

「吃音否定」につながるリッカムプログラムが、日本に導入されることを私は危惧しています。

## **私が親に伝えること**

そこで私は、自然治癒率や、吃音が治らないことを含めて、正しい知識、情報を伝えた上で、吃音と共に生きている人の肯定的な吃音の物語を語り、最後にこう締めくくります。

「人間にはいろいろな悩みや苦しみはつきもので、誰もが人それぞれのテーマをもっています。どもる子どもをかわいそうと思うのではなく、この子は吃音というテーマを通して、ことばや、生きる意味、人生などを考えていくと考えると下さい。吃音は、否定的にとらえなければ、十分につき合うことができます。吃音との付き合い方を学べば、その経験はこれからの子どもの長い人生に大きな財産になります。吃音と向き合い、生きていく力や知恵が育つのは素晴らしいことです。これからどのように育てればいいのか、一緒に取り組んでいきましょう」

## **CALMS 評価と指導のための枠組み**

1970年、シーアンの氷山説の以降、アメリカ言語病理学は何も進展していません。近年、カルムモデルによる吃音の評価と指導のための枠組みが提唱されました。

2012年2月、カルムモデルを提唱するネブラスカ大学のヒーリー教授の日本での講演を聴きました。多次元モデルを提唱しながら、臨床では、統合的アプローチの流暢性形成技法が中心で、ジョセフ・G・シーアンが、水面下の問題こそが取り組むべき課題だと言ったのに比べ、言語能力の獲得に終始し、新しいものは何一つありませんでした。

Cognitive (認知領域)	吃音に対する考えや心配、吃音に関する知識と理解
Affective (心情領域)	自己や吃音、コミュニケーションの態度と感情
Linguistic (言語力領域)	全体的な言語能力、構音能力、語彙能力(表現と理解)
Motor (発話技能領域)	吃音の特徴、吃音頻度、どもる瞬間のものがき、努力、緊張など
Social (社会的領域)	発話場面や発語の回避、教科や教科外活動、友人関係の影響

## **4 新しい吃音臨床**

### **学童期以降の吃音臨床**

学童期以降の子どもや成人の場合は、シーアンの言う水面下へのアプローチが大切です。そのためには、精神医学、臨床心理学、カウンセリング、社会心理学、スポーツ心理学、音楽療法、芸術療法など様々な領域の理論や技法が蓄積されています。にもかかわらず、言語病理学の狭い世界にいる人たちはそれらを吃音の問題に活用することはしません。

吃音への不安や怖れ、回避する行動などは、すべての人がもつ不安や、恐怖、ストレスの対処と同じです。交流分析、論理療法、認知療法・認知行動療法、アサーティブ・トレーニングなどが活用できるのです。私たちはそれらを学び、書籍としても出版してきました。「吃音否定」の立場に立つと、吃音症状をとるための、効果のない言語訓練しかないのですが、「吃音肯定」の立場に立つと、吃音と共に生きるために、役立つ様々な理論や技法があります。吃音の臨床に活かすために、レッスンや学習の中で、どもる子どもたちも、どもる人も吃音を肯定し、どもりながら学校生活を送り、社会生

活を送り、自分らしく豊かに幸せに生きることを続けてきました。

45年のセルフヘルプグループの中で、また22年間のどもる子どものための親子吃音吃音サマーキャンプの学童期、思春期の子どもたちの中で、「どもりを治したいとは思わない、どもる自分が自分だから」と言い切るたくさん子どもたちに接してきました。一時期再び悩むことがあっても、大学を卒業し、さまざまな仕事に就き、活躍する人たちを見守ってきました。私たちの活動は、一時期を切り取った臨床ではなく、幼児の吃音から、大学を卒業し、社会人になり、結婚するまでの長いスパンに立った臨床です。その成果は、数値では表していないものの、成功例は数多くあります。この長年の経験の中から、吃音肯定を前提とした新しい吃音臨床を提案します。

### **「吃音肯定」を前提とした、新しい吃音臨床の提案**

- 1 世界中どこにも、効果的な吃音治療法がない事実
- 2 ほとんどの人の吃音が治っていない事実
- 3 吃音から受ける影響や悩みの程度には大きな個人差がある事実

この3つの事実を認める必要があります。かなりどもる人が話すことの多い仕事に就いて活躍する一方、配偶者が気づかない程度なのに、深く悩んでいる人がいる。吃音の程度に関係なく、吃音に深く悩む人とあまり悩まない人がいる。吃音は吃音症状の問題ではなく、自分の吃音をどう受け止めるかの問題なのです。

### **吃音を肯定し、吃音を生きるために、親や学童期の子どもに必要なこと**

- ・吃音について正確な情報、役立つ知識を学び、整理する。
- ・どもる人の職業など、吃音人生を学ぶ。
- ・吃音のいい仲間、先輩と出会う。
- ・対人関係のスキルや考え方の練習をする。
- ・文学、演劇、映画などでいろいろな人生を知る。
- ・日本語の発声・発音について学び、詩や演劇の手法を使って自己表現について学ぶ。
- ・アドラー心理学の言う、共同体感覚育成のために、
  - 自己肯定（私は私のことが好きだ）
  - 他者信頼（人々は信頼できる）
  - 他者貢献（私は役に立てる能力がある）の経験をする。
- ・劣等コンプレックスで人生の3つの課題（仕事・人間関係・愛）から逃げない。
- ・シーアンの氷山説の水面下に沈んでいる行動・思考・感情に取り組む。
  - 行動：行動療法、アサーショントレーニング、森田療法など
  - 思考：論理療法、認知療法、認知行動療法、内観法など
  - 感情：パーソンセンタードアプローチ、ゲシュタルトセラピー、グループ

### **学童期の子どもたちの声**

幼児期に自然治癒しなかった子どもは、全国の公立小学校の「ことばの教室」に通っています。吃音の知識や吃音とつきあうことを学んでいる子どもたちの発言が、幼児期・学童期の吃音の臨床に示唆を与えてくれます。子どもの発言を紹介します。

- ・「どもる」ということばを知る前は、病気かと思って一人で心配していた。どもる人が人口の1%いて、世界中でどもりながら普通に生活していることを知って安心した。どもることは、恥ずかしいことでも悪いことでもない。どもってもいいんだと思えた。
- ・「治る」と言われて、治らなかつたらショック。本当のことを言ってくれた方がいい。
- ・「ゆっくり、落ち着いて」と言われると、「治せ」と言われているようで嫌だ。治ると言われていたら、しんどい。どもるのが僕の話し方なのだから。

- ・どもったとしても、隠したり、ごまかそうとしたりしないで、話した方がいいと思う。
- ・どもること、どもった時の気持ちを僕らに聞いて知ってほしい、わかってほしい。
- ・どもることに、気付かないふりはしてほしくない。
- ・音読などで、私たちがどうしてほしいか、勝手に推測しないで、直接聞いてほしい。

## **おわりに**

どもる事実を認めて、日常生活を丁寧に、誠実に送っていけば、吃音とともに生きる覚悟ができます。どもる人が幸せに生きるには、この覚悟が必要です。どもる子どもが、できるだけ早く、その道筋に立つことを支援するのが吃音臨床だといえます。

吃音にかかわる、臨床家、医師、教師は、吃音治療はできないが、吃音に対する適切な情報を提供し、「吃音を生きる」に役立つ経験や課題を共に考え、取り組むことはできます。子どもと共に学び合えば、子どもは自分の課題に取り組むことができます。親や臨床家、専門家にとって必要なのは、「どもっていても大丈夫、豊かに自分なりの人生を送ることができる」というメッセージを伝え、子どもと一緒に、「吃音肯定の物語」を語っていくことです。

子どもや親が吃音を治したいと言った時、「なぜ治したいの？」と、私たちは必ず聞きます。「吃音を治したい」のニーズの奥には、「人とつながりたい、幸せに生きたい」があります。それを吃音が阻むと思うから、治したいと思うのであって、「どもりながら、人とつながり、幸せに生きることができる」と分かれば、人はいつまでも治すことにはこだわりません。

吃音と吃音の問題を分ける必要があります。吃音の原因は分かっていますが、吃音からマイナスの影響を受けて、吃音が人生のみにマイナスに影響する原因は分かっています。吃音を否定し、どもりを隠し、話すことから逃げるといった氷山の下部分が、吃音の問題を作っているのです。吃音が治らずとも、様々な職業に就いてさまざまな分野で活躍する人が多い一方で、吃音に悩み、不本意な生活を余儀なくされている人もいます。吃音に大きな影響を受ける人と、そうでない人との差は吃音の程度に関係がありません。吃音否定を続けるか、吃音肯定の道を歩き始めるかにあります。

また、吃音と共に生きていけば、吃音は自然に変化していきます。吃音は努力して治すものではなく、吃音と共に生きて行く中で、自然に変化していくものでもあります。どもる事実を認め、どもりながら日常生活を丁寧に、誠実に送ることで、吃音はほとんど問題にならなくなったたくさんの人々に出会ってきました。「どもるのが僕だから、治らなくてもいい」と言い切る子どもたちにもたくさん出会ってきました。これらの声は、吃音臨床を「吃音否定」から「吃音肯定」に転換しようとする私の根拠になっています。