

## ナラティブ・アプローチ的吃音臨床の提案

日本吃音臨床研究会 伊藤伸二

---

**はじめに**

アメリカの最新の治療法と言われる、バリー・ギターの統合的アプローチの流暢性促進技法の「そっと、ゆっくり、やわらかく」は、1903年から始まった伊沢修二・東京音楽学校校長（現在の東京芸術大学）の楽石社の技法とほぼ同じだ。

その後、同じような方法の民間吃音矯正所ができ、大勢の人が訪れた。しかし、この話し方は、矯正所ではできても、実生活ではできず、ほとんどの人が失敗した。当然の結果として、1980年ごろには、ほとんどの民間吃音矯正所が、廃業を余儀なくされた。にもかかわらず、アメリカなどの言語病理学は、効果ない言語指導に見切りがつけられず、また、新たな指導法を見つけられずに、言語訓練を吃音の唯一の治療法だとして、続けようとしている。「吃音を治す・改善する・吃音をコントロールする」立場に立った指導の効果がない現状は、カナダの吃音事情についての、池上久美子さんの報告に詳しい。（資料参照）

私は、1965年夏、民間吃音矯正所の東京正生学院で、1か月集中的に吃音を治すための言語訓練をした。バリー・ギターの流暢性促進技法そのものだった。必死の努力にもかかわらず、私の吃音は治らなかったが、ありがたかったことがある。

- ・同じように吃音に悩む300人の人と出会い、語り合えたこと
- ・吃音の言語訓練に疑問をもち、治すことを諦めたこと

同じように悩む人々と出会い、自分の吃音の物語を語り、他者の物語を聞く。ただ、語り合うだけで、吃音から影響を受けた、私のネガティブな感情、不安、恐れ、羞恥心、罪悪感などが和らいだ。また、吃音に大きな影響を受けていない他者の物語に出会い、どもるからといって、自分と同じように大きなマイナスの影響を受けるわけではないということを知った。これまでとは違うたくさんの「吃音物語」に出会った。

私はずっと持ち続けてきた、「吃音は悪い、劣った、恥ずかしいもの」との価値観を、吃音に悩む人すべてが持っているわけではないことも知った。これまで持っていた、吃音にまつわる「ネガティブな吃音物語」を変えていく出発地点に立つことができた。自分を語り、他者の語りを聞く中で、これまでの、吃音に影響された、吃音を隠し、話すことから逃げる行動を見直し、変えていった。

あれほど大きく自分の人生を左右していた吃音の問題が、語り合い、問題に向き合うことで、対処できる問題に変わった。自分を語り、他者の語りを聞く「大きな力」を知った私は、セルフヘルプグループを作り、さらに多くの人の「吃音物語」に出会った。

セルフヘルプグループの活動の中で、吃音と吃音の問題を分けることができた。吃音の問題に集中して取り組むために、吃音にいつまでもこだわっていたら、吃音と共に生きられないと、「吃音を治す努力の否定」をした。多くの吃音に悩んだ人々の語りの中で、私たちの吃音の悩みは、社会から与えられ、それを自らのものへと取り込んだ「吃音否定の物語」によるものだを知った。吃音の悩みから解放されただけでなく、人生が大きく変わっていった。この成果を、吃音に悩む人たちだけでなく、広く社会に知ってもらうために、私は、私の苦悩の人生の物語をひとつの文章にまとめた。それが、「吃音者宣言」だ。私個人の体験だけではなく、多くの人にある程度共通するものになったと思う。

私たちは、吃音は治せないと、言語訓練は一切やめたが、吃音のマイナスの影響を受けた「吃音の

問題」には対処できると、精神医学、臨床心理学、社会心理学、社会学などさまざまな分野の理論や技法を学んできた。この一連の動きは、まさに、ナラティブ・アプローチそのものだったようだ。私たちのこれまでの取り組みを、ナラティブ・アプローチで整理し、さらに、ナラティブ・アプローチの技法を生かし、言語指導・言語訓練にかわる新しいアプローチとして提案したい。

100年も失敗を繰り返してきた「言語訓練の吃音治療」をやめ、そろそろ、新たな視点に立った、新しい吃音の取り組みを考えてもいいのではないか。私が40年以上主張し続けてきた「吃音はどう治すかではなく、どう生きるかの問題だ」を、ナラティブ・アプローチの視点から整理し直し、あらたな吃音との取り組みを展望する。

---

## エビデンスとなるのは何か

---

エビデンス・ベースド・プラクティスがアメリカなどでは重視されている。科学的根拠にもとづく吃音臨床をしようということだ。だとすれば従来の吃音治療があまり役に立たないことは、100年以上の吃音治療の歴史から見ても明らかだ。「吃音を治す・改善する」を目指す流暢性促進技法などが、どもる子どもに役立っているとの科学的根拠はとぼしい。「吃音は治っていない、治せていない」が、本当のところの科学的根拠なのだ。

一方、どもる人のセルフヘルプグループは、他の病気や障害、生きづらさをかかえる人々のセルフヘルプグループと同様に、多くの人の役に立ってきた。私たちが開催する吃音親子サマーキャンプの22年間の活動の中でも、多くの子どもたちが、吃音は治らなくても、吃音と共に生きる、生き方を身につけてきた。それは、「治らなくてもいい」「吃音は私の個性だ」の子どもしたことばになって現れている。

セルフグループとサマーキャンプというこのふたつの活動は「語り合い」に終始する。吃音を治す・改善するための言語訓練は一切していない。しかし、吃音について、人生について語り合う中から「吃音否定」の生きづらい生活を、「吃音肯定」の吃音と共によりよく生きる生活に転換している。その数は、吃音治療をし、その成果が論文などで公表されている数よりも圧倒的多数だ。

吃音の問題は、言語指導・言語訓練で「吃音を治す」のではなく、「吃音と吃音の人生を語り直す」ことによって解決していく。吃音があっても、自分のしたいこと、しなければならないことから逃げずに、充実した生活を送ることができれば、吃音問題はすでにないといえるだろう。3年ごとに開かれる吃音国際連盟の世界大会でも、同じような成果が報告されている。エビデンス・ベースドで考えれば、「吃音を治す・改善する」が破綻していることは、吃音研究者・臨床家は認めたくないだろうが、明らかだ。

「当事者同士の語り、親と子どもとの語り、臨床家との語り」が、科学的根拠に乏しい「ゆっくり、そっと、やわらかく」の流暢性促進技法よりも重視され、取り組まなければならない。100年の吃音治療の歴史を考えれば、今、その転換点にきていると言える。

しかし、吃音をオープンに話題にする、子どもと吃音について語り合うと言われても、どのような内容で、どのように語り合えばいいか、どのような姿勢、どのような態度で語り合えばいいか戸惑う人もいるだろう。私たちは日々の実践の中で、子どもたちと語り合っていることを、ナラティブの視点から整理し、提示してこなかった反省がある。私たちの実践を紹介するとともに、1990年ごろから本格的に始まった、ナラティブ・アプローチにも目を向けたい。実践が積み重ねられ、たくさんのヒントを学することができる。これまでの私たちの取り組みを、ナラティブ・アプローチの視点から整理する。

---

## 私の吃音体験

---

ナラティブ・アプローチで、私の吃音体験を読み解いていく。

## ①小学2年の秋の学芸会

吃音に悩み始めた日々。周りのネガティブな物語に影響される。

「君は、どもるから、今度の学芸会、セリフの多い役はさせられない。学芸会を君一人のために、ぶちこわしたくないからね」

「君は、クラスの人気者で成績もいい。声も大きい。だけど今度の学芸会で、君がどもって失敗したら、君もいやだろうし、からかわれたら自信をなくすかもしれない。だから私は、君に配慮して、三人で声を揃えて『さよなら亀』と言うだけの役にしてあげたよ」

当時の担任は、私に一切相談をもちかけなかったもので、このいずれの考えかは分からない。ただ、「吃音は劣ったことなんだ」との教師の考えは確実に伝わった。小学2年で担任教師に「吃音は悪い、劣ったもの」とのレッテルを貼られ、吃音に初めて劣等感をもち、「吃音は、悪い、劣ったものだ」との物語をつくった。私は吃音そのものではなく、この吃音のネガティブな物語によって苦しんだ。吃音を隠し、話すことから逃げることで、ますます話せなくなり、ネガティブな物語をますます強化していった。吃音に強い劣等感をもち、人生の課題を回避する劣等コンプレックスに陥った。「凍える口の囚人」の物語は21歳まで続いた。悩みを深めたのは「どもりは必ず治る」「治らないのは本人の意志、努力が足りないからだ」「どもっていたら、将来大変なことになる」の物語だった。

ネガティブな周りの評価、自分自身の劣等感がその人を苦しめるのだ。

## ②吃音矯正所での出会い

1965年、民間吃音矯正所で、大勢の同じように吃音に悩む人と出会い、「凍える口の囚人」の物語を語った。たくさんの人の体験は、あたかも自分の人生をそのまま語っているような、共通で、共感できるものばかりだった。他人のどもる姿を見ても嫌な感じがなかった。自分の吃音の外在化のようなものだった。

## ③たくさんの物語

セルフヘルプグループ言友会を創立し、たくさんの物語と出会った。

吃音は治らなかったが、吃音に影響された人生を見つめ直し、これまでどもるからと諦めてきた、人生の課題に挑戦する人が出てきた。

## ④活動の中から気づいたこと

「吃音だから何々ができない、どもっていれば人は話を聞いてくれない」は、実際に行動せず、経験しないで想像しているだけで、すべて思い込みであることに気づいた。いろんな仕事に就いて、どもるからできないことなど、何一つないことを知った。「どもっていたら何々ができない」語りを「どもっていても何々できる」に語りを変えた。

## ⑤新たな語り

大阪教育大学で、セルフヘルプグループの活動、どもる自分の人生について語り合い、従来の「吃音の苦しみ」だけの語りから、吃音がどのように自分の人生に影響してきたかを語り始めた。

---

### 吃音者の甘え

私の体験からも考え、多くの吃音者の悩みをお聞きしていると、どもりの問題は、どもるどもらないが問題でなく、どもるために自分のしたいことも簡単にあきらめ、また当然しなければならないことでもしない、どもるからと自分を甘えさせる、逃げの人生が身についてしまうということのようです。

ある吃音者は自分の人生を次のように言っています。

「何かしなければならぬことでも、困難を感じると、何かと自分に言い逃れをして逃げ、それでも自分はどもりだから仕方がない、と思いつつもして来た自分が恥ずかしい。責任逃れをしていながら、ついついそのようにして自分に甘えてきました。ひょっとすると今まで私は、どもりそのもので苦しみ悩むより、どもりを理由に、意に反して、して来た行為に対して思い悩んできたことの方がはるかに多かったかも知れない。でもそこから一歩も踏み出せないまま、その悪循環のなかにどっぷりと浸っていた。どもりについて本当に真剣に考えてこなかったような気がする」

社会人になってからも逃げの人生が続きますと、人生を真剣に生きることはできません。

『吃音者宣言』(たいまつ社) P. 121～P. 122

## ⑥吃音を治す努力の否定の提起

吃音は治らなかったが、吃音の影響を受けた、行動や思考、感情は変えることができることを理解した。吃音を治そうと考え、努力することがその変容の妨げになることに気づいて、治すエネルギーを吃音と共に生きるに集中させようとした。吃音否定の物語を続けられるのは、いつか治るとの前提があるからだが、1か月の集中訓練にもかかわらず、吃音は治らず、セルフヘルプグループの活動の中でも治らなかった現実に向き合い、吃音にとらわれた惨めな、「凍える口の囚人」の物語を続けるか、吃音と共に生きることに確信をもつのか、私たちは後者を選んだ。

## ⑦吃音を治す努力を否定しての、ある青年の吃音臨床

一言一言激しく吃り、話すとき舌が大きくでる随伴症状に悩む一人の青年が吃音を治したいと相談にきた。職場では電話もとらず、話すことから逃げているので職場で仕事にならない。困り果てた上司が「吃音を治すように」と、職場命令できた人だ。

「私は吃音は治せない。言語訓練は一切しないが、すぐにあきらめ、消極的になっているあなたの行動を変える手伝いはできる。吃りながら、あなたのしたいことに取りもう」

自分で情報を集めて、腹話術を練習し、5月後の吃る人の全国大会で発表しようと提案した。当初は動けなかったが、腹話術連盟の電話番号だけを教えたことで、仕方なく彼は電話し、初めてひどく吃りながら、最後まで言い切り、情報をえた。吃りながら目標を達成したこの電話をきっかけに変わり、200名もの参加者の前で、腹話術を演じた。その後積極的になり、職場でも困ることはなくなった。目的にしたものではないが、3年後、随伴症状は消え、吃音もかるくなった。

## ⑧どもりながら豊かに生きる人

全国吃音巡回相談会で3ヶ月集中して様々なタイプのどもる人に出会い、語り合った。地方で一人で悩む人々にも「吃音を治す努力の否定」は受け入れられた。さらに、これまでとは違う、どもりながら豊かに生きている多くの人々と出会えた。「どもっていれば、吃音に悩んでいるはずだ」の先入観、思い込みが壊された。自分自身の生き方、セルフヘルプグループ10年の活動の中で多くの人が変わっていった成果を、考えてきた成果を文章としてまとめ始めた。

## ⑨吃音者宣言 (昭和51年5月1日 言友会創立10周年記念大会にて採択)

### 吃音者宣言

私たちは、長い間、どもりを隠し続けてきた。「どもりは悪いもの、劣ったものという」社会通念の中で、どもりを嘆き、恐れ、人にどもりであることを知られたくない一心で口を開くことを避けてきた。

「どもりは努力すれば治るもの、治すべきもの」と考えられ、「どもらずに話したい」という、吃

音者の切実な願いの中で、ある人は職を捨て、生活を犠牲にしてまでさまざまな治すところみに人生をかけた。

しかし、どもりを治そうとする努力は、古今東西の治療家・研究者・教育者などの協力にもかかわらず、十分にむくわれることはなかった。それどころか、自らのことばに嫌悪し、自らの存在への不信を生み、深い悩みの淵へと落ちこんでいった。また、いつか治るという期待と、どもりさえ治ればすべてが解決するという自分自身への甘えから、私たちは人生の出発（たびだち）を遅らせてきた。

私たちは知っている。どもりを治すことに執着するあまり悩みを深めている吃音者がいることを。その一方、どもりながら明るく前向きに生きている吃音者も多くいる事実を。

そして、言友会10年の活動の中からも、明るくよりよく生きる吃音者は育ってきた。

全国の仲間たち、どもりだからと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みるより、人としての責務を怠っている自分を恥じよう。そして、どもりだからと自分の可能性を閉ざしている硬い殻を打ち破ろう。

その第一歩として、私たちはまず自らが吃音者であること、また、どもりを持ったままの生き方を確立することを、社会にも自らにも宣言することを決意した。

どもりで悩んできた私たちは、人に受け入れられないことのつらさを知っている。すべての人が尊重され、個性と能力を發揮して生きることのできる社会の実現こそ私たちの願いである。そして、私たちはこれまでの苦しみを過去のものとして忘れ去ることなく、よりよい社会を実現するために活かしていきたい。

吃音者宣言、それは、どもりながらもたくましく生き、すべての人びとと連帯していこうという私たち吃音者の叫びであり、願いであり、自らへの決意である。

私たちは今こそ、私たちが吃音者であることをここに宣言する。

全国言友会連絡協議会

【吃音者宣言 たいまつ新書 1976年11月10日 第1刷発行】

## 吃音治療の歴史

### ○吃らずに話すアプローチ

治療室で、音の引き伸ばしや、不自然でもどもらないゆっくりしたしゃべり方を確立し、徐々に普通のしゃべり方へと近づけて、日常生活でも使えるようにする。吃音に対する否定的態度や不安は、どもる結果として二次的に生じると考え、治療の直接の目標としない。

### ○楽に食べるアプローチ

吃音の問題の大部分は、どもることへの不安や恐怖から話す場面を回避することだとして、回避行動、不安や恐怖などネガティブな感情を治療のターゲットにする。それが解決される結果として吃音症状も軽減すると考える。改善の技法は、心理的な問題が処理された後に導入するが、どもらない話し方ではなく、今より楽などもり方を目指す。

### ○論争

#### 楽にどもる派を代表するシーアン

「吃音を非流暢性の問題と考えることは、専門家として無責任だ。吃音の基本的な問題は、氷山に例えれば水面下に没している見えない部分にある。吃音の恐怖を減らし、回避行動を除去するために、吃音を受容し、吃音を隠さずオープンにできるよう指導する。吃音の流暢性の獲得は、間接的にもたらされる。マスキング・ノイズやDAFなどの技法、罰や褒美を与える実験的操作はすべて、現代の実験心理学の仮面をかぶった、昔のいかさま師がやっていたインチキ療法だ」

## どもらずに話す派のライアン

「吃音の治療結果に期待できないことを、権威ある人物が言うのは問題だ。セラピストに治す力がないと思ひ込ませ、治療法を見出させないようにした。吃音を気にしなくなっても、吃音が変わっていないアプローチは、吃音の治療法とはいえない」

どもらずに話す派は、究極的な目標は「自然な流暢性」で、これが不可能なら「コントロールされた流暢性」を目標にするが、「受け入れることができる吃音」を目標にしない。楽にどもる派は、できれば「自然な流暢性」を達成したいが、不可能と思えば「コントロールされた流暢性」を、それもだめなら「受け入れることができる吃音」を目標にする。

## ○統合的アプローチ

長年の論争の果てに統合された「統合的アプローチ」は、目標としては、楽にどもる派と同じだが、流暢性形成については、どもらずに話す派の技法を使っている。

《統合的アプローチの流暢性促進技法》

- ・弾力的発話速度      どもりそうなことばをゆっくりと話す
- ・構音器官の軽い接触    くちびるや舌を固くつけないで、軽く接触させるようにする
- ・軟起声                はじめの言い出しを、柔らかくし、そつと言う
- ・固有受容感覚        話すとき、口や舌、のどなどがどう動いているか常に意識する

吃音国際会議などでは、吃音は一時的には消失できても、維持することと、日常生活に活かすことはきわめて困難だということでは、共通の認識をしている。

流暢性の達成を目指した治療を受けたどもる人は、確かにどもらない話し方だが、自然でなく、正常な話し手のスピーチとは異なることが聞き手に気づかれるという。この指摘に対応して、自然さの研究が出現したのも、流暢性を主たる吃音治療のターゲットとする立場の限界を示すものと筆者は受け取っている。(愛媛大学・水町俊郎)

『親、教師、言語聴覚士のための、吃音ワークブック』(解放出版社) 資料参照

---

## 吃音の問題の本質を見えにくくし、どもる人を悩ませてきた社会的な語り

---

○どもる人を悩ませる、ドミナント・ストーリー（支配的な物語）には次のようなものがある。

- 「吃音は悪いもの、劣ったもの、恥ずかしいもの」
- 「どもるのは、精神的に弱く、緊張するからだ」
- 「どもりが治らないのは、精神力の弱さと、本人の努力が足りないからだ」
- 「どもってもいいは、社会が吃音を受け入れる、セーフティーネットがあって言えること」
- 「社会生活では、どもってはいけない場がある」
- 「自己紹介のとき、自分の名前さえ言えないのは、恥ずかしいことだ」
- 「人前で話すときは、どもらずに話すべきだ」
- 「内容がよくてもどもって発表すれば失敗である」
- 「どもって話せば人に不快感を与える」
- 「どもって話すと頼りない人間に見られるに違いない」
- 「吃音は治るはずだから、治す努力をすべきだ」
- 「どもる人は、しゃべることの多い教師などの仕事に就くべきではない」
- 「吃音に悩み、それに人生が左右されるのは仕方がないことだ」
- 「吃音があれば、自分のもっている能力を十分に発揮することができない」

石隈利紀・伊藤伸二 『やわらかに生きる－論理療法と吃音に学ぶ』(金子書房) より

これらの語りは、すべて思い込みで、どもる子ども、どもる人、親を悩ませる。これらが本当にそうなのか、どこに間違いがあるのかを話し合い、子ども自らが語る、オルタナティブ・ストーリー（既存のものに代わる物語）を発見していく。

### 「吃音を治す・改善」をあきらめてはいけないの語り

「ひどくどもったままでは、決して楽しい人生や、よりよい人生は送れない。話しことばを最も有効なコミュニケーションの手段とする社会にいる限り、吃音症状そのものと取り組み、より流暢に楽に吃ることを学習することで、初めて市民権を獲得することができ、自己実現が可能になる」（大橋佳子）

「成人吃音の場合、その変容が困難であることもあって、自分の問題に対する構えを中心に援助されるが、社会的運動と、臨床活動の混乱は避けるべきだ。場面に対する恐怖・不安、それに伴う回避反応の固定化、コミュニケーションにおける困難さなど、社会生活を進めるのに著しく困難性が高くなっている症例において、吃音自体をとりあげ積極的な変容を試みることは、臨床家として当然の活動といえよう」（小林重雄）

これらは、おそらく世界の吃音研究者・臨床家の多くがもつ言説だろう。それは、吃音研究者、臨床家だけでなく、親、当事者など吃音に関わる人々に深く浸透している。

これらの言説によって、「吃音を治す・改善する」が、延々と続いていく。この言説に異議を唱え、あらたな言説で対抗するには、これまで、一般的な常識的なものとして定着してきた言説が、誤解、思い込み、錯覚であり、間違っていることを知る必要がある。

「どもる子どもや、どもる人は、吃音が改善されれば生きやすくなる」

「吃音が改善されれば、この子どもの問題の多くは解決する」

ある程度吃音をコントロールできるようになったことが、必ずしも生きやすさにつながらない。問題が解決するとは限らない。吃音を否定的に考えていれば、かえって吃音を隠すことにこだわるようになる。吃音は、どの程度改善できれば、その人が悩みから解放されるかが分からない。吃音がかなり目立っても、話す仕事に就いて、豊かに生きている人がいる一方、配偶者でさえ吃音と分からない程度の人が、吃音に深く悩んでいる。どもれないのが吃音の悩みだと言える。「吃音を認める」ことが何よりも大切なことになる。

「吃音をある程度改善しておかないと、将来不利になる」

どもることそのことで不利になることは、ほとんどない。吃音に強い劣等感をもつことで、吃音を理由に人生の課題から逃げる、劣等コンプレックスに陥ると、将来就職活動ができなくなり、社会的に引きこもれば社会的な不利益を被る。

「どもりながら生きる」覚悟ができれば、就職、結婚などで大きなマイナスになることは少ない。これは、大勢のどもる人が、様々な仕事に就いて、自分なりの豊かな人生を送っている事実からしても明らかである。劣等コンプレックスに陥らないようにすることが、吃音臨床だと言える。そのためにはどのように「語り」が必要か。

「学級で音読、発表がうまくできないと困っている子に、教室で音読や発表の練習をして、うまくどもらずにできるとその子どもの自信につながる」

一見、ほとんどの人が当然と考えるこの言説も考える余地がある。

統合失調症などの精神障害の人たちのコミュニティ、べてるの家のキーワードである「苦労を取り戻す」は、吃音にも共通する。これまでの医療・福祉の世界で、周りの人々は、彼たちの生活上での苦労を薬などを使って軽減させ、できるだけ困ったことが起こらないようにする。それが、援助だと錯覚している。それに対してべてるでは、「自分の苦労は自分で引き受ける、苦労するから生きる力

が育つ」と苦勞を当事者に取り戻している。援助者としてのアイデンティティにこだわる人の中には、これは理解しにくいだろう。

吃音の場合、どもることによって学校生活や社会生活の苦勞はある。そこで、他の子と同じようにできるように、普通にできるように、音読練習や発表練習をする。ことばの教室の、ごく当たり前のこととして見られる指導風景だろう。けれど諸手をあげて、それらは大切なことだということはできない。当日仮に発表や音読があまりどもらずに切り抜けられたとしても、その成功体験は、どもらずにうまく話すことへの迷路に、子どもを追い込んでいく危険性があることを知っておきたい。

どもって音読し、どもって発表するのが、どもる子どもの自然な生きる姿なのだ。どもって読んだ後の自分の落ち込みや、周りの視線にどう向き合っていくか。そのことと向き合い、語り合う。または体験することの方が、音読練習よりはるかに将来役に立つ。

どもる子どもは将来も多かれ少なかれ、吃音と共に生きていかななくてはならない。失敗と意味、失敗から育つ生きる力、それらのお手伝いが少しできるのが、大人の役割だ。

ヴァン・ライパーが吃音方程式の、吃音を軽減する要因の中に、流暢性をおいたことが、アメリカ言語病理学の問題で、限界だ。どもらずにできた、流暢に話せた体験よりも、どもりながら何々ができたという体験の方がはるかに役に立つ。

**「どもる子どもの問題は、どもることにある。また、子どもや親のニーズは、治す、改善にある。臨床家として、『吃音の治療・改善』は当然の責務だ」**

吃音の問題は、どもることにあるのではない。「吃音否定の物語」から、自分のしたいこと、しなければならぬことを諦めることにある。「治したい」という子どもに、なぜ治したいと考えるのかを質問することから、吃音臨床はスタートする。

「人は自由に人々と共に幸せに生きたい存在だ」と基本的に考える。それを吃音が阻むと考えるから治したいと考える。また「治るはずだ」と考えるから、治したいと考える。「治らない、治せない」ものと、事実を伝え、吃音治療の歴史など情報を与えても、なお「治したい」とこだわることは多くない。これまで、専門家が知識・情報を独占してきた。すべての知識・情報は、親や子どもと共有する。そして、対等の立場で、「治らない、治せない」ものにどう取り組むかを相談する。方針を臨床家が決めてはいけない。常に当事者の意向が優先されなければならない。

---

## **長年の活動の中で見えてきたこと、明らかになったこと**

---

**1 吃音は言語指導を受けずとも、言語訓練をしなくても、どもりながら話していく日常生活の中で自然に変わっていく。**

幼児期の吃音の自然治癒、波現象と名付ける大きな変動性、場面によりどもったりどもらなかつたりする変化などを考えても、吃音は自然に変わっていくことがわかるだろう。以前よりはどもらなくなった人は実に多いが、ほとんど変わらない人も少ないがいる。それらの変化は、言語訓練の影響をほとんど受けていない。

「吃音は治すものではなく、変化するのを、期待しないで待つもの」

**2 吃音の原因は分かっていないが、吃音に悩み、生活にまで影響する原因は分かっている。**

吃音を否定することが悩みを深め、マイナスの影響を与える。吃音を肯定的に受け止めることで、吃音の影響は少なくなる。

吃音が治っていない現実の中で、ほとんどすべての人が吃音と共に生きている。

「どもりながら、治したいとの思いを持ち続けて、不本意に生きる」

「治らない現実を認め、納得して、覚悟を決めて生きる」



いかに、吃音が治ることを夢見ようと、吃音と共に生きていくことには違いない。

「どもる事実を認め、納得して覚悟を決めて生きる子どもに育てたい」

### 3 吃音の問題は、どもる状態にだけにあるのではない。

1960年、ウェンデル・ジョンソンが言語関係図を、1970年、ジョゼフ・G・シーアンが吃音氷山説を唱え、いわゆる吃音の症状にだけ注目することを戒めた。シーアンは徹底して、吃音に影響を受けた行動、感情へのアプローチを訴えた。にもかかわらず、アメリカ言語病理学はこの提案の重要性を認識せず、吃音臨床に生かさなかった。

「吃音は、どもること以上に、吃音から受ける影響が大きな問題となる」

### 4 子どもは常に悩まないように守られなければならない弱い存在ではない。

どもる子どもは、基本的には「ここは健康だ」。過剰な配慮はその子どもの生きる力を奪っていく。言語関係図のY軸、周りが吃音をどう理解するかが課題だと、環境調整の名の下に、周りがどもる子どもをどう理解するか、指導のひとつの柱だ。しかし、それは、親や教師が子どもと相談せずに勝手にすることではない。どもる子ども本人が、他の子どもにどう理解されたいか考え、自分のことばでどう説明するか相談する。今は、親や教師にして欲しいという子どもにはそうするが、本人が自分の力で自分が生きやすい環境に変えていく力をもっている。

### 5 アメリカ言語病理学は日本より進んでいるというのは幻想。

アメリカはいつまでも「流暢性」にこだわっている。吃音をコントロールすることにこだわる。ジョンソンやシーアンの提案は古いものだと忘れられている。治すことにこだわらない、日本のことばの教室などの実践は、世界に誇れるもので、アメリカのスタンダードに振り回される必要はない。英語でどもる人への言語指導は、日本語でどもる人の役には立たない。

### 6 「吃音は治せなくても、楽にどもるなど、吃音コントロールは教えられる」は間違い

必要なときに吃音をコントロールできるのなら、吃音の問題は解決したことと同じだ。それができないから、どもる人は悩んでいる。また、アメリカの言語聴覚士の95パーセントの人が吃音の臨床に苦手意識をもっているのはそのためだ。しかし、吃音の変化と同じように、結果としてコントロールできるようになることはあるが、常にできるわけではない。吃音のコントロールは当事者本人がからだを通して身につけるもので、臨床家が教えられることではない。

### 7 「どもってもいい」は、親や臨床家など、周りが言うことではない。

「どもってもいいんだよ」「吃音はあなたの個性だから」などは、間違いではないが、気をつけたいことばだ。他者から「どもってもいい」と承認されても、どもりたくない子にはこのことばは届かない。当事者がそのように考えて言うのはいいが、周りが安易に言うのは控えたい。「治らないのだから、しかたがない。どもっても、言いたいこと、言わなければいけないことは言っていこう」「どもっても、まあ、いっか、と思えたらいいね」など、私たちが言えるのはこの程度だ。そうして、どもりながら話していき、吃音が大きなハンディとならないことに気づいた時、「どもってもいい」と、子ども自身が子どものことばで言うだろう。

---

## ナラティブ・アプローチ的吃音臨床の実際

---

社会の言説として「吃音は悪い、劣った、恥ずかしい」ものだから、治さなければならないとのドミナント・ストーリーを、「吃音は悪いことでも、劣ったものでも、まして恥ずかしいものではない」のオルタナティブ・ストーリーに変えていくことや「吃音否定」の物語を「吃音肯定」の物語に変え

ていくことが、吃音を治すための言語訓練に代わる、今後の吃音臨床だと言える。物語を変えるために、ナラティブ・アプローチの理論と技法が活用できる。

ナラティブ・アプローチを ADHD のセラピー活用した、スマート・アプローチには次の5つのステップがある。

- 1 ADHDの問題を子どもから切り離して考える
- 2 子どもや家族に対する ADHD の影響を描き出す
- 3 ADHD 物語の例外に着目する
- 4 ADHD と診断された子どもの特別な能力を取り戻す
- 5 新しい物語を語り、祝福する

ADHD を吃音に置き換えればそのまま使える。

吃音の問題を子どもから切り離すについては、吃音の場合は2段階が必要になる。まず、シーアンの氷山説のように、吃音と吃音の問題を切り離す。次に、吃音の問題と子どもを切り離して考える。

- 1 吃音と吃音の問題を切り離し、吃音の問題を子どもから切り離して考える
- 2 どもる子どもや家族に対する影響を描き出す
- 3 吃音物語の例外に着目する
- 4 どもる子どもの特別な能力を取り戻す
- 5 新しい物語を語り、祝福する

これまで私たちは、意識的にナラティブ・アプローチを実践していたわけではない。しかし、子どもたちと吃音の問題を言語関係図で、ブロックをつかって話し合うなどは、外在化の実践であり、「どもりカルタ」は、外在化の取り組みでもあり、オルタナティブ・ストーリーに変えていく取り組みであることに気づいた。そうしたことから、今後、ナラティブ・アプローチを吃音臨床に生かす実践を積み重ねていきたい。これまで、私たちは、親や子どもたちとナラティブ・アプローチ的な質問を投げかけ、話し合ってはきた。この講習会をナラティブ元年と位置づけ、みなさんと考え、実践の交流ができればと願っている。

ナラティブ・アプローチは、親や子どもにどのような質問を投げかけるか。対話のトレーニングが大きな柱だ。私たちのこれからの実践の中で、子どもとの会話を記録し、ナラティブ・アプローチの会話について整理していきたい。関心をもてた人は、この輪の中に入れていただければうれしい。