

どもる子どもの親と臨床家のための吃音相談会

日本吃音臨床研究会 伊藤伸二

2015年7月5日（日）大阪・ 應典院にて開催

※スタッフ：伊藤伸二、東野晃之（当事者）、坂本英樹（保護者）、溝口稚佳子（教師）の自己紹介と、この相談会の持ち方、あり方、進め方について説明からスタート。なおスタッフ以外の方はプライバシー保護のために仮名にしてあります。

●ぜひ聞きたいこと

寺田：今、子どもは4歳ですが、1年前からどもり出しました。保健師に相談したら、自然にふるまうようにと言われました。意識させるとどもり続け、治らないので、自然に接すれば、そのうち自然に治ると言われたんですが、本当にこれでいいのか、親として他にすることはないのかと思いました。親ができることを教えて欲しい。

伊藤：かつて、吃音は、自然治癒率が80%と言われた時代が長く続きましたが、それは半分事実で、半分違います。小児科の医師や保健師などから、「そのうちに治るから心配しすぎないように」と言われ、そう信じてきたけれど、小学校入学前になっても治らないという相談が実に多いんです。自然に消える確率は、研究者で大きく数値が違います。言語聴覚士の専門学校で吃音について書かれた新聞記事を見せますが、みんなびっくりしています。日本の一流と思われる吃音研究者の間でも、ほとんど一過性のものだから心配はいらないという人から、治癒率が80%、50%、10%とあまりにも違いすぎて驚きます。45%程度が妥当なところだと考えていいと思います。

今、4歳ですから自然消失の可能性はありますが、45%程度だと考えると、そのままどもり続けることも考えておいたほうがいい。親が不安になるのは、どもりが子どもの将来にとって大きなマイナス要因になると想像するからでしょう。でも、大丈夫です。どもりが治らなくても、どもりがマイナスに影響しないようにすることは可能だからです。今回、お話しするレジリエンスを子どもが身につけるように育てれば、どもりが残ったとしても、自分らしく豊かに生きていけるでしょう。どもりの発生率は1%と言われますから、日本では100万人以上いることになります。しかし、吃音の相談に行く人はそんなに多くありません。ことばの教室に人があふれることはないし、どもる人のセルフヘルプグループに参加する人は、全国でも多くて2000人程度です。時に悩みながらも、どもりながら生きている人が圧倒的に多いということだろうと僕は思います。

幼児期の吃音に、意識させないでおこうというのが、これまでの幼児吃音の対処の中で一番だめなところだと思います。親として何が出来るかは、この相談会の中で話していきますので、とりあえずはこのあたりでいいですか。

中西：中2と小5の息子が二人ともどもります。兄の方は、友だちから指摘され、萎縮してしまいました。どもっていることに慣れている友だちとならOKなんだけど、新しい人や新しい環境ではかなり時間がかかるようです。その兄の姿を見ていた下の子が、小学2年生のころからどもり出しました。初めは、兄のまねをしているのかと思っていたのですが、そうではありませんでした。なぜ、オレはこんなしゃべり方なのかと聞いてきます。それに対して、父親はあまり真剣にとらえていなかったようでしたが、野球でいじめられ、指摘され、「オレのつらさはわからないやろ」と言われて初めて、ようやく父親も真剣に考えるようになってきました。

上野：今、5歳で、2歳になったころから、どもり始めました。相談したら、そのうちに治るから、意識させたらだめと言われました。意識させてはいけないと言われても、徹底してできないんです。祖父母にも、「ゆっくり言うように」とか言わないでほしいと頼むのですが、どうしても言うてしまうので、困っています。

伊藤：それは止めてもらいたいですね。どもっている時に、「ゆっくり言いなさい」と言われても、できません。子どもに、「おまえの言うことは聞きたくないからしゃべらないでほしい」と言っているのと同じことになります。そのことを、祖父母にしっかりと伝えて、やめてもらうようにしましょう。また、ひどくどもる時と、そうでもない時など、どもりには波があることも分かってほしいですね。

東野：波はありますね。でも、なぜそうなるのかは分かりません。朝起きて、今日はもしかしたらうまくしゃべれないかもしれないという予感があることもあります。

伊藤：大事なのは、どもる状態に対して一喜一憂しないことです。どもりは火山のように、いつ噴火するか分からないと言ったアメリカの言語病理学者がいます。すぐどもっているときに、待っているのはお互いにつらいし、最後までじっと聞いているのは、親としてしんどいでしょう。何を言おうとしているのか分かっているのであれば、手助けするのは悪いことではありません。そのとき、「今日はいつもよりしんどいねえ」とまず声をかけます。そして、「今、言いにくそうだったから、何を言いたいかわかったので、お母さんが言うてしまったけど、よかったかな」と、後で子どもに聞くことは必要です。もし、「どんなにどもっても最後まで言わせて欲しい」と子どもが言ったら、これからはそうすればいい。このように、どもりのことを常にオープンにしておくといいですね。これをしておくと、その後のやりとりが柔軟にできると思います。

筒井：うちの子どもは小学2年生で、どもりだけじゃなくて、発達障害もあります。2歳半でやっとなしゃべるようになりました。そして、しゃべるようになったら、どもり始めたんです。岐阜県の山奥から参加しましたが、田舎なので、みんな幼小中とクラスが一緒です。発達障害もあって、クラスの女子から、発音について、いろいろと言われるようです。先日、「強く言われると、おこられているみたいに聞こえるからやさしく言って」と、やめてほしい旨を、女の子たちに伝えることができたと言っていました。治すということじゃなくて、何か、今できることはないかなと思っています。

伊藤：言語訓練はしなくていいけれど、声を出す楽しさや喜びを味あわせてほしいと思います。僕の母親は、子どもの頃、僕にたくさんの童謡や唱歌を歌ってくれました。僕の家には、歌があふれていたのです。今、僕は人前で話す仕事に就いてますが、そのときのことが役に立っています。日本語には、「ん」以外の音にはすべて母音がついています。それも、たった5つの母音です。そのことは、どもりの人にはとても有利です。歌、詩、俳句、短歌など、リズムのあるものを読んで、声を出す楽しさを知ってほしい。音読の宿題があると思うけれど、どうしていますか？ あんなの、しなくていいと思いますよ。

筒井：音読の宿題は、一緒に読んでいます。まじめなので、音読の宿題をしないで学校に行くことはできません。〇回と言われたら、その回数読まない気が済まないらしいです。

伊藤：宿題は、いい加減に済ませて、子どもの好きな詩や童話などを読んで、声が豊かに、大きくなる取り組みをされるといいと思います。僕は小学校2年生までは大きな声で元気でした。でも、それ以降は小さく細くなってしまいました。その場から早く立ち去りたいと思うからなのか、早口になりました。その後、大学で、詩吟や講談をして、リズムをつかみました。声の教養として、表現力を育てるための音読ならいいと思います。

佐藤：小5の男の子で、話し出したころからどもっていました。そのときどきに相談していましたが、そこでは、どもりは自然に治るものと言われました。小学校に入学するまでに治らなかつたら、治らないだろうと思っていたので、家の中では、どもったら、「あっ、今、どもった」と言うなど、つっ

こんだりしてきました。クラスでもどもっていてもそのまま受け入れてもらっていましたが、学童で年下や年上の子からからかわれるということが起こりました。そのこともあって、去年の5月以後、どもって息ができないと言うので、南大阪の府立母子センターに行きました。そこでは、どもりは治らないので、慣れて自分でコントロールしていくしかないと言われました。治らないけれど、吃音について専門の人と話す場としてはよかったみたいです。このように、今は、割り切っていていいんだけど、今後、思春期に入っていくので、心配しています。同世代の子と出会わせたいなと思っているんです。

伊藤：息ができないくらいだったのに、今は落ち着いているのですね。どもりは、それくらい波があるものだということです。吃音サマーキャンプに参加していた伊藤由貴さんが高校3年生のとき、サマーキャンプを卒業した頃は、どもりの状態はとても軽いものでした。ところが、大学2年生のときにもものすごくひどくなりました。でも、彼女の自己概念はしっかりしていました。状態がひどくても、彼女は大丈夫でした。自己概念は、私はこういう欠点もあるけれど、こういう長所もある、とか、私はこういうことが好きだということなど、自分について分かっているということです。

以前、大阪府の中学校で、不登校5人のうち、3人がどもるというので、吃音についての研修をしようということになって、僕が講師として呼ばれました。サマーキャンプを紹介したのですが、3人も参加しませんでした。不登校になるくらい悩んでいるはずなのに、吃音に直面するのが嫌だったようです。思春期に自分の問題に直面するのはそれほど大変だということの表れだと思います。学童期、サマーキャンプに参加し、過ごした子は、その後、たとえひどくどもるようになったとしても、思春期になってからいろいろあったとしても、大丈夫です。お母さんがおっしゃるように、同世代の子やどもる大人に出会うことはとてもいいことだと思います。

小笠原：今4歳の息子が2歳半くらいからどもり始めました。波があります。困っているのは、どもるとそれがストレスになって、妹に対して暴力的になることです。すごく怒りっぽくなります。そのため、結局、私も彼を怒ることになります。本当は怒りたくないのに、そうやってしまいます。

伊藤：怒るのは、自分も子どももしんどいんですね。怒っていいこと、ありますか？ 妹への暴力は止めますか？ 怒っても効果がないなら、怒る代わりに何をするかということですが、丁寧にちゃんと、何度も説明して、やめてほしいと伝えることでしょう。妹もつらいし、お母さんもしんどいので、やめてほしいと子どもにお願いをすることです。そして、気持ちを落ち着かせるために、何か代わりのものがあればいいですね。子どもと相談すればいいです。妹に当たるのはだめだと言いましょ。怒りの感情のコントロールに何か打つ手はないでしょうか。怒りが出てきたときに、それをそらす何かグッズがあればいいですね。大事にしてほしいのは、おしゃべり好きな子にしてほしいことです。妹がいるとなかなか難しいけれど、一日のうち短くてもいいから、100%息子に向かう時間をつくり、子どもも、親もしっかり話す時間をつくって下さい。

木村：小4の男子で、入学前からどもっています。小児科の医者から、吃音は方言みたいなものだから気にしないようにと言われました。本人が、自分の吃音をどう思っているのか分かりませんでした。去年、どもりがひどいときに、顔をひきつけて、子どもが、「どもりは持病やろ」と言ったんです。ああ、分かっていたんだなと思いました。それから、家でも話題にするようにしました。今は軽い時期のようです。

気になっているのは、クラスにもう一人、どもる子どもがいます。その子は難発で、あまり目立たないどもり方で、息子がその子に「どもるの、つらくない？」と聞いたら、「全然」と言われたらしいんです。息子は、「なんでやろ、その子は優しい子なので、そう言ったのかな」と言っていました。その子と、今年もまた同じクラスになりました。これって、学校側の配慮なんですか。その子とは、それほどしゃべらないけれど、同じクラスにいることは心強いらしいです。息子は、声が細く、声量がなく、母音がはっきりしません。相手に声を届かせるようになってほしいと願っています。

伊藤： 吃音親子サマーキャンプに来て下さい。歌も歌うし、芝居もします。みんなで一緒にするので、知らず知らずのうちに日本語のレッスンになります。吃音は治らないまでも、母音をしっかり出し、声を大きくすることはできます。教科学習と同じように、日本語の発音・発声や吃音のことを勉強することは大事だと思います。

今井： 20歳の息子がいます。料理店に勤めていたのですが、料理の説明をしたり、接客を重視するようになり、しんどくなって辞めてしまいました。大阪吃音教室に行くようになって、同じようにどもる人たちと出会ったことは、本人にとってとてもよかったようです。私は心配で、すぐ介入してしまって、いけないなあと思うのですが。高校のとき、本人にとっては、吃音は大きな問題だったらしいです。

東野： 木村さんの話を聞いていて、僕と同じような環境だなと思いました。僕も高校生のとき、同じクラスにもう一人どもる子がいたんだけど、僕とはタイプが違っていました。僕は、あまりどもらない、目立たないどもり方で、もう一人は、すごくどもっていました。

僕はどもりを隠していたので、彼は僕のどもりは分からなかっただろうと思います。僕は直接からかわれたりいじめられたりすることはなかったけれど、もう一人の子がいじめられたり、からかわれたりするのを目の前で見ているから、人前でどもるということができなくなりました。成人になってからもずっとどもりを隠していたし、それが僕の悩みになりました。変な言い方ですが、からかわれていることは、しんどいかもしれないけれど、逆に子どもの頃から、「やめてくれ。僕のしゃべり方のクセだ」と言い返したりできる可能性があります。そういう体験が全くないと、どもると、あんなにからかわれるのだと想像するだけです。結構つらかったです。木村さんの話のもう一人の子は、「全然気にしていない」と言ったらしいけど、僕は気にしてると思いますよ。ひどくどもっていると悩みが大きくて、あまりどもらないと悩みが小さいと思われるかもしれないけれど、そんなことはありません。大阪吃音教室に来ているどもる人も、あまりどもらない人の方が悩みは大きくて深いようです。普段の生活ではあまりどもらないから、どもったときとの落差が大きいからです。たとえば、自己紹介で自分の名前が言えないとか、勤めている会社の名前が出ないとか、周りの人はびっくりしますよね。あまりどもらない人の方が実は悩みは大きいという、不思議なものです。

木村： 先日、授業参観があったんですが、うちの子は発言したいタイプなので、どもりながらも発言していました。でも、もう一人の子は発言しません。なぜうちの子が、その子がどもるということが分かったのか、分かりませんが、独特のしゃべり方だなあということは分かったと思うんですけど。どもりだと分かった理由は、つつこんで聞いていないので、分かりません。

伊藤： つつこんで聞いてみたらどうですか。

木村： そうですね。同じどもりでも、いろんなタイプがあるということは、私も本を読むまでは知りませんでした。

東野： どもっても発言するというのはすごくうらやましかったです。さきほどの彼は、明るく、雑談もするし、どもりながら冗談も言います。だから、よけいにみんなからからかわれます。でも、僕は、そんな彼をうらやましいと思いつつ見ていました。

坂本： 僕の娘は、ことばが出てこなかったとき、おそらくどもりということばも知らなかったし、自分がどもっているのだという意識はなかっただろうと思います。僕も知りませんでした。急にことばが出てこなくなって、不安で、戸惑っただろうと思います。その状態が1ヶ月近く続き、よく泣いていました。ところが、自分のこの状態がどもりというものであることが分かった段階で、もやもやしていたのが消えて、落ち着きました。何が起きているのか、分からないというのは不安です。どもりというものは昔からあって、どもる人たちが集まるセルフヘルプグループもあって、どもりながら生きている人がたくさんいるということが分かって、彼女は安心し、楽になりました。自分の状態を表す名前が分かるというのは大きいです。

佐藤：からかわれたとき、友だちがかばってくれるんです。それはいいんですけど、そのとき、「しゃあないやん、病気やから」みたいなことを言ってくれたらしいんです。病気と言われて、担任もどう対応していいか分からなかったと言っていました。うちの子どもは、母子センターの先生から、「病気じゃないよ。クセみたいなもの」と言われているので、病気じゃないけどなどと思っただけなんです。かばってくれる子が、病気と説明したら、野球クラブの中でも、「病気なん？」と聞いてくる子も出てきて、どう説明したらいいかなと思っています。

伊藤：どもりは、病気なのか、障害なのか、特徴なのか、クセなのか、個性なのか、子どもたちと話し合ったことがあります。岡山のキャンプでは、自分の課題、自分の価値と言った子がいました。はっきり言えるのは、まず、病気ではない。では、障害かと言われると、僕は障害ではないと思っています。では、個性か。周りから「あなたの個性だから」と言われても、しっくりきません。そんな話を子どもたちとしていました。からかわれたときに、「これは障害なんだ。障害は治らないのだから、からかわないでほしい」と、説明をするのに役立つから障害と言うという子もいれば、病気と言っておいた方がその場をやり過ごすのにいいから、適当に病気ということばを使ったりする子もいました。「話し方の特徴なんだ」というのが、自分としては一番しっくりくるという話もありました。子どもとそんなことを話してみたらいいと思います。このように、どもりを本人がどう考えるかは自由ですが、親や、ことばの教室の担当者や言語聴覚士には、「病気、障害」と考えて欲しくはありません。そう考えると、どうしても「治す、改善する」方向に走るからです。吃音という話し方の特徴がある子どもが、それをテーマにどう生きるかを考えて欲しいと思います。

かばってくれる子に傷つくということはありませんね。平井雷太という教育実践家が、「からだをなぐられてできた傷は癒えるけれど、やさしさの傷はなかなか癒えることはなかった。自分がどもっている、字を知らないのかと思って教えてあげようとか、代わって言ってあげようとか、そういう優しさにとっても傷ついた」と言っていました。周りがやさしくしてくれてよかったという子もいるけれど、反対に、その優しさに傷つく子もいるのです。そんなことから、僕は「配慮の暴力」ということを言い始めました。僕がどもりに悩み始めたきっかけは、担任の教師が、どもるとかわいそうだから、芝居でせりふのある役から外したことです。それは、教育的な配慮だったかもしれないが、その教育的な配慮が、僕を21歳まで苦しめました。配慮というのは、上から下へ向かうもので、注意しないと怖いのです。やさしさも同じで、周りが助けてくれるのもその瞬間はうれしい気持ちになるかもしれないけれど、なんか嫌な気がする子もいます。佐藤さんの子どもさんは、嫌な気持ちはしてないのですか。

佐藤：「そう言われてどうやった？」と聞いたら「別に」と言ったので、まあいいかと思っていました。私からは、「病気じゃないんですけど」と、その子には軽く言ってみただけですが、病気と言っておいた方が楽だったのかなとずっと思っています。

伊藤：自分が納得して、病気と言っておこうと思って、病気だと言うのは、全然問題がないです。今なら充分にそんな話ができるだろうから話し合っておいたらいいですね。質問にお答えしながら話してきましたが、少し考えてきたことを話させて下さい。

●レジリエンスについて

◇逆境をしなやかに生き抜く

伊藤：僕たちは、今、レジリエンスということばに注目しています。最近言われるようになったことばで、回復する力、弾力性、逆境を生きぬく力という意味です。困難な場面があったとしても、それに耐えて、自分なりの力を発揮する力と言えます。日本でこれがさかんに言われるようになったのは、2011年の3.11の東日本大震災の後です。自分の父親や母親が、目の前で津波に流される場面を見たり、昨日まで一緒に遊んでいた子が亡くなったり、ある意味、非常に厳しい状況が起きました。

大きなトラウマになって、PTSDになる子もいれば、一方で、あれは自然災害だから仕方がないと受け止めて元気に回復していく子もいます。ものすごく大きな差があります。

1955年から始まった、ハワイのカウワイ島の調査の話をしてします。すごい劣悪な環境、具体的には、麻薬中毒、アルコール依存、犯罪、貧しさ、虐待など、過酷な状況で育つ子どもは、大人になってから、同じように、虐待したり、アルコールや麻薬依存になったり、犯罪者になっていくのではないかと、一般的には思われます。調べてみると、確かに2/3は、そのような状態に近くなっただけで、1/3の人は、立派な大人になったという結果が出ました。1/3という数字を、多いというか少ないというか、考え方によると思いますが、その1/3の人は、あれだけの大変な逆境の中でも自分を失うことなく生き抜いたんです。そして、その人たちのことをレジリエンスのある人だと考えたのです。

第二次世界大戦で、ナチス・ドイツ軍に追われて、アウシュビッツに送り込まれそうになった子どもが、それから免れて生きてきました。すごい経験をしながら今、立派にいろんな分野で活躍しています。その人たちにはどういう力があつたのだろうか、そういうところにもっと精神医学や心理学が目を向けるべきではないかと考えられるようになりました。

これまでは、病気や障害や困難があると、それをなんとかなくすという方向でのアプローチが考えられました。障害があつたらそれを軽減する、病気だったらそれを治す、という方向です。それで治れば問題は解決するが、治らない場合どうするか、です。吃音は残念ながら治らないし、治せないと考えた方がいい。そうすると、どもりを改善する、訓練によって治すというあり方ではなくて、子ども自身も持っている自然回復力、自然治癒力、困難や逆境から耐えて生きぬく力を育てていくことが、親や専門家として必要なんじゃないかと考えました。これがレジリエンスです。この考え方は、レジリエンスということばが広がる前にすでに、吃音の世界では言われていたことです。

言語関係図は、X軸はどもりの症状、Y軸は環境、Z軸は本人の態度を表しています。吃音の問題は、X軸だけではなくて、Y軸である環境にとっても影響を受けます。ちゃんと聞いてくれるクラスや会社だったら、どもる人はすごく楽に生きられるけれども、これが悪いとしんどいです。だから、みんなでこのY軸をいい方向にしようとする動きはあります。障害の理解であり、社会への啓発です。でも、これには限界があります。いくら理解してほしいと言っても、社会全体がしてくれるとは限りません。となると、どんなに困難な状況でも、それに耐えて自分の力を発揮できる子に育てることを考えた方がいい。これが、言語関係図でいうZ軸で、Z軸に対してのアプローチは、すでに1950年から提唱されていたけれど、残念ながら、提唱されただけで、Z軸に対して何ができるかという具体的なことは一切ありませんでした。

1970年に、ジョゼフ・G・シーアンが、吃音冰山説を出しました。氷山の海面に浮かんでいるのが、どもることや随伴症状だけ、どもりの問題は、実は、海面下に沈んでいるものの方が大きいとしたのです。海面下にあるものを、行動・思考・感情に分けてみると、行動は、どもりを隠したり、話すことから逃げたりすることです。僕は逃げて逃げて逃げ回った人生を生きてきました。思考とは、どもっていると、大変なことになり、有意義な人生は送れないと考えるなど、ある意味、自分を縛ってしまうような考え方です。どもりは必ず治るはずだ、どもりが治ったら自分は幸せに生きられるなどの考え方も同じです。感情は、どもるかもしれないという不安や恐れ、どもったあとの恥ずかしさや惨めさを言います。この海面下の行動、思考、感情に対してアプローチすべきではないかと、シーアンは1970年に提案しましたが、これも残念ながら、では、どうすればいいか、ということについての提案はありませんでした。

僕は、1965年の秋に、どもる人のセルフヘルプグループを作りました。僕自身は学童期、すごく悩んできたから、どもってれば、みんな悩んでいると思っていたのですが、学童期が楽しかった、中学校時代はクラブに入っておもしろかった、そんな人がいっぱいいました。なぜ違うのか、僕はなぜあれだけ悩み、この人たちはあまり悩まなかったのか。また、僕は21歳から吃音に対する考え方が変わって、それなりにどもりをふっ切って生きているのに、いつまでたっても、どもりさえ治れば

と言っている人がいっぱいいるのはなぜか。このことを僕はずっと考え続けてきたように思います。

◇3つの事実

僕は昔から、3つの事実を認めようと言ってきました。

①治っていない…これは紛れもない事実です。3年ごとに開かれる世界大会に参加し、世界中の状況が分かっていますが、世界中どこでもどもりは治っていない。

②吃音の治療法がない…言いにくいときにこうすれば言えるようになるなど、人はそれぞれに工夫しています。たとえば、ことばを言い換えたり、「あのう」をつけてみたり、主語と述語を逆にしてみたり、ことばの順序を入れ替えてみたり、いろんな工夫をし、サバイバルしています。だから、あまりどもらなくなったような状態になる人はいます。だけど、治っているわけではありません。こうすれば治せるという治療法はありません。しかし、皆さんが知っているように、インターネットには、こうすれば治るといった情報が充ち満ちています。あれはみんなインチキです。治る方法はないとあきらめた方がいいでしょう。

③個人差がものすごくある…個人差というのは、いわゆるどもりの症状の重い軽いではなく、どもりの悩み方や受ける影響の個人差のことです。すごくもっているのに、冗談を言って元気な人もいる一方、どもる症状は軽いのに、すごく悩んでいる人もいます。悩みは、症状に正比例しません。むしろ、どもりの軽い人の方が悩みが大きいのではないかと思うくらいです。ということは、どもりの症状を軽くすることはほとんど役に立たないということになります。さきほど、伊藤由貴さんの話をしましたが、彼女は大学2年生まではすごく流暢にしゃべっていたけれど、大学2年から、ひどくどもり始めました。どもりの症状を軽くすることを大事に思っていたら、今までしゃべれていたのに急にどもり始めたら、「困った。どうしようか」と絶望します。ところが、子どもの頃から、どもりながら自分はどう生きるのかを考えてきているので、多少どもりの波があったとしても、それを受け止めて生きていくことができたのです。伊藤由貴ちゃんはそういう子でした。こんな子どもに育てたいと思うのです。これをレジリエントな子ども、レジリエンスがあるといいです。

僕たちは、3つの事実のうちの個人差に注目します。なぜ個人差があるのか。ある人はすごく悩み、ある人はそれなりに生きている。もし、どもりがほんとに障害になるのであれば、どもる人すべてがどもりに悩んでいるはずだし、これくらいの症状ならこれくらいのハンディがあるという症状の重さとハンディに等級があってもいいでしょう。これが、吃音が、ほかの病気や障害と違うところです。ものすごくもっているけども平気な人がいる一方で、全く分からない程度の方がすごく悩んでいます。どもりの症状ではなく、この個人差に注目して来ました。そして、今、このレジリエンスに出会いました。

逆境や困難にあいながら、しっかりと生きていくために、どういう力が育っていればいいのか。これは、どもる子どもたちの子育てに役に立つのではないかと思います。レジリエンスの本の中で、7つの要素について、次のようなことが書いてあります。7つにいくつか足してお話をします。

◇洞察…自分の問題について、気づき、理解する。

これは、どもりの勉強をすることです。「吃音ワークブック」や「どもる君へいま伝えたいこと」、「どもりと向き合う一問一答」などの本を読み、どもりについてしっかり勉強して、どもりの本当の問題とは何かを理解することです。すると、子どもは子どもなりに、もっていることは悪いことではない、そしてこれは自分の力ではどうしようもないことだ、じゃ、自分でできることをがんばろう、となります。方向転換をすることができるのです。これを、洞察といいます。

僕らの仲間のことばの教室の担当者は、ワークブックを使って、子どもたちと、吃音に対する知識や、どもりとどうつきあうかということをお勉強しています。言語訓練や言語指導ではなく、吃音の学習といいます。理科などの教科を学習するように、吃音のことを勉強するのです。たとえば、「吃音

は冰山のようなもので、海面上の目に見えるどもりの状態は、吃音の問題のごく一部で、本当の問題は海面下に沈んでいる」という吃音冰山説を学んだら、自分の冰山を考えます。どもりを隠したり、話すことから逃げたり、人間関係から遠ざかったりしていくことは自分の将来にとって役に立たないということが分かれば、自分のどもりの問題が見えてきて、取り組むべき課題が分かってくるのです。

◇独立性…吃音と吃音の問題をわけ、吃音に支配されない、自分が人生の主人公になる。

主体性ともいいます。僕は、どもりのために自分自身の人生が全て左右されて、21歳まで生きてきました。どもりさえなかったら、人生の主人公になれると思っていたのです。そうではなくて、どもりながらも僕は人生の主人公だ、どもりを治すことはあきらめるけれど、自分の人生はあきらめない、そう考えることができることが独立性です。

兵頭雅貴君のことを話します。僕たちの吃音親子サマーキャンプに来ていた子で、どもりの症状としてはまあまあ目立つ方です。大学生4年生の就職活動のとき、彼は「消防士になりたいけれど、消防士は、緊急の無線連絡があったり、一秒を争う場面での電話などがある。そんな消防士にどもる人間になれるだろうか」と相談してきました。そのとき、僕は、「どんな仕事に就いても、どもりの苦労はある。だったら、自分の好きな仕事をしよう」と答えて、彼に、消防士になることをすすめました。彼は、ある県の消防士の試験は落ちたけれど、別の県の試験には合格しました。合格はしたが、消防学校のときが大変でした。指導教官室に入るとき、ドアをノックして、「何年度、何期の兵頭雅貴です。入ります」と言わなければいけない。しかし、彼は自分の名前が言えない。後ろに並んでいる他の人に迷惑をかける。そして、教官から叱られる。こんなことがたびたびあったそうです。そして、「他の企業ならともかく、消防士になる人間がこんなにももっていて、どうするか。そんなことで、緊急のときに、市民の命が守れるのか」と言われました。これはきついですよね。僕なら、あきらめて辞めるかもしれません。でも、彼は、独立性があったのでしょう。人生の主人公は僕だ、どもりだからといって、自分の人生はあきらめないと思っているので、我慢して、暴言や無理解に耐えて、結局、彼は1年間、消防学校を続けました。今、ちゃんと消防署に勤めています。この前、メールがきました。確かにしんどいことはあるけれど、がんばっています。

病気や障害が主人公ではありません。そういうものに影響を受けないで、自分の独立性を発揮することが大切です。この独立性は、子どものころ、たとえば友だちがいなくても、一人で遊ぶことができるとか、お母さんがいなくてもある程度の時間、自分で耐えて、過ごすことができるとか、そういうことの積み重ねで育つものだと思います。僕が今、こうしてどもりから解放されてレジリエントに生きているのも、ひょっとしたら、この独立性があったからじゃないかと思います。僕は、親子関係がよくなくて、けんかをして、三重県津市から家出して、大阪豊中市で新聞配達店に住み込んで、大学受験の浪人生活をしました。これは、どもりとは全く関係ないけど、独立性が強かったということになります。僕は、東京での大学生活7年間、親から一切の仕送りを受けることなく、学費・住居費・食費まで、すべて自分でやってきました。この独立性があったことが、吃音とともに生きるということにつながったのだらうと思います。

◇関係性…親密で満足できる人間関係、結びつきを大切に作る。

このレジリエンスが出てきた背景は、親から虐待を受け、大変な家族の中で生きてきた少年少女たちが、愛してくれない親をあきらめ、別の大人と仲良くなろうとしたり、自分のことを理解してくれる友だちと仲良くしたり、人間関係を探すところから来ています。向こうから来てくれるカウンセラーや精神科医ではなく、自分から人間関係を求めていこうとします。これが関係性です。小さい頃に、親から叱られても、人なつっこく近所のおばちゃんにくっついてみたりする子どもがいると思います。そのように自分から関係性を作っていくと、結果として、自分の味方をつくり、どもっていてもそれを受け止めてくれる仲間を作り、社会の吃音に対する理解を広げるといったものにつながっていくのです。人への関心や人を求めていく力、これは、レジリエンスに関係してきます。

◇イニシアティブ…問題に立ち向かい、自分を主張し、自分の生きやすい環境に変えていく。

自分から率先して、何かに取り組むことです。子どもの頃に、何でもいいから、いっしょうけんめい好きなことをがんばることが、イニシアティブにつながっていきます。主体的に何か取り組む子に育てたいものです。何が好きなのか、何に夢中になれるのか、ですが、今はすごいハンディがありますね。インターネットの世界で、ゲームがあるからです。これは、結果として子どもにとってかわいそうだと思います。ゲームがなかったら、仕方なくとも関係性を求めたり、たとえば夏休みの宿題でも、昆虫採集で自分はこうしたいと思って主体的に取り組めるのに、今はゲームがあるから、ゲームに熱中してしまいます。すると、自分の寂しさが解消してしまいます。代わりのものがあるということは、子どもにとって不幸な時代ともいえるのです。だからこそ、よけいにゲームから遠ざけて、野外活動をしたり、自然にふれあったり、何かのものを作ったりということを、親としてはできるだけ生活の中で心がけてほしいです。

◇創造性…悩みの中から自分を解放させていくプロセスが、新しいものを想像する。

僕は、子どもの頃から孤独で生きてきました。これは、今から思うとありがたいことでした。友だちもなくて、時間がたっぷりあったので、小説や文学全集を読み、好きだった映画を見るという世界に触れることができました。これは、後になって、自分の気持ちを表現することにつながりました。また、僕はずっと日記をつけていました。しゃべれない分、できるだけ自分の気持ち、くやしき、悲しさを文章に書いて表現していました。日記は後になって考えると、文章力を育てることになりました。文章でも、絵でも、音楽でもいい、何か自分を表現するチャンネルをもっているということが、すごく大事です。できるだけ子どもの頃に、絵を描く、音楽を聞く、楽器を演奏する、小説などの文学や演劇、映画に触れる環境をぜひ作ってもらいたいと思います。僕が親に感謝していることのひとつに、僕の親が、いつも家で本を読んでいたことがあります。父親はいつも机に向かって本を読んでいる、僕の家には本がいっぱいありました。それが当たり前の生活でした。今、そのことはとてもありがたいことだと思います。その後ろ姿を見ていたので、僕は日記を書いたり、ひとりぼっちのときには図書館に行って、本を読んだりしていました。そのことが、今、本を書くことにつながっています。いまだに本に埋もれた生活をしているのは、この創造性があったからだと思います。

また、父親は歴史的ないろんな話を僕にして聞かせました。また、当時としては珍しく、アメリカやヨーロッパの映画を観に連れて行ってくれました。本や映画が、自分の孤独を癒やすだけでなく、「人生にはいろんな楽しみ、苦しみがある」ことを教えてくれ、それが、吃音が治らないと理解した時に、「吃音と共に生きる」覚悟につながったんだと思います。

◇ユーモア…自分の欠点や弱点を人ごとのように笑い飛ばし、自分の嫌な気分を解放する。

障害や病気や困難には、このユーモアの精神がないとしんどいです。僕たちは大阪吃音教室で、どもりをテーマにして、川柳やカルタを作って、自分の失敗を笑い飛ばしています。この、笑い飛ばすということが、困難な状態を生き抜いていく力の源泉になるだろうと思うのです。ユーモアの一番の源泉は、遊ぶことです。子どもの頃から、遊ぶということを大事にしてほしいと思います。遊べない人間は、学ぶチャンスを失ってしまいます。今は、子どもから、遊びが奪われてしまって、子どもが遊べない時代になってしまいました。今こそ、子どもに遊びを取り戻す必要があると思います。自然の中で遊んだり、家族で遊んだりするといいでしょう。熱中して遊ぶと、声を出して笑うことも多いです。おもしろいことを一緒にしたと実感できることが大事です。よく「自信をもて。自信を持て」と言うけれど、僕は、勉強はできなかつたし、いいところなどありませんでした。そんな僕は自信など持てなかつたのです。でも、自分の長所はないけれど、好きなことはありました。少なくとも、好きなことがあったから、孤独にならず、非行や犯罪に走らなかつたのだと思います。だから、何か好きなものを親子で見つけ出すといいでしょう。そのためには、親子でできるだけいろんな経験をする

ことです。いろんな経験を親子で一緒にする中で子どもがちょっとでも関心を示したり、好きなことはないかとみつけることです。これがユーモアにつながるのではないのでしょうか。

◇モラル…充実したよりよい人生を送りたいとの希望をもつ。

自分の人生に対して「どうでもいい。どっちみち一緒だ」と思うのではなく、自分なりのいい人生、自分自身の納得のいく、豊かな人生を生きるんだというものを子どもの頃から考えることが大切です。経済的に豊かで、社会的に評価されるということではありません。子どもが意識的に身につけられるわけではないので、大人は子どもに、大人になったらこんないいことがあるよ、楽しいことがあるよ、と伝えることです。自分がそれほどの人生を生きていないと思うのであれば、他の人の人生でもいいです。こんなことをした人がいる、こんな生き方をした人がいる、そんな偉人伝が昔はたくさんありました。僕はそれに影響されました。キュリー夫人伝、チャーチル伝、ガンジー伝など、いろんなものがあって、そういうものを読みながら、人生とは高潔なものだと思いました。僕は、ガンジーが好きでした。ガンジーの生き方に関心を持っていました。今は、偉人伝なんてと言われるくらい、影を潜めているけれど、人生とはいいもので、こういう生き方をしている人がいるということを語りたい。人生を熱く語れるような大人でありたいと思います。そのことが子どもに影響していくのではないのでしょうか。

僕の父は、人生を熱く語る人でした。「鶏口となるも牛後となるなかれ」「清貧に甘んじる」など、何度も聞かされました。それが、今の僕の中に生き続けているのは不思議です。

7つのレジリエンスの要素について、少し話しました。これらすべてを持っている人はいないでしょう。おっちょこちょいですがごくおもしろい、それだけでも、困難な場を乗り切る力になります。考える力があって、物事の本質を見極める力があれば、人間関係がうまくいかない子であったとしても、本質をとらえられるかもしれません。7つはお互いに関係してくるので、7つの中の、何かひとつでも、子どものころから育てていけば、他のことにも波及し影響していくでしょう。困難な状況であったとしてもそれにくじけてしまわないで、なんとかなるというような子どもになってほしいと考えています。そういう子どもに育てることは可能だと思います。どもりを軽くしたり治したりすることはできなくても、どもりに負けない子どもに育てるということです。7つに3つの要素を僕はつけ加えますが、その中の一つ、楽観的な人生観についてだけ、もう少し話します。

◇楽観的な人生観

僕はものすごく悲観的でした。でも、ギリシャの財務危機のニュースで、ギリシャの人たちが「仕方がない」という意味のことばをよく使うことを知りました。経済危機の、将来への不安がいっぱいのはずのギリシャの人たちのことを、僕たちは大変だと思うけれど、彼たちは「仕方がないやん」と思っているようです。こういう感覚は、すごく楽観的です。普通なら、そんなに楽観的になれるわけないだろうというときに、1日に8000円しか銀行からお金を引き出せない経済状況で、コーヒーを飲んでいる場合と違うだろうと思うけれど、コーヒーを飲んで談笑しています。「まあ、いいか」ですね。

ネガティブになれば、どもりは大きくなるのしかかかってきます。楽観主義というのは、親に影響されます。親が物事を悲観的に考える傾向にあるのだったら、「まあいいか、しゃあないわ」と、考えるようにしたらいいです。一生懸命がんばればできることは一生懸命がんばるけれど、世の中にはどうしようもないことはあるのだから、がんばってもできないことは仕方がないと思いたししょう。世の中には、アルコール依存症やギャンブル依存症や虐待のグループなど、たくさんのセルフヘルプグループがあります。その人たちが大事にしていることばの中に、ニーバーの平安の祈りというのがあります。

変えることができるなら、変えていく勇気を持とう。

変えられぬものはそれを受け入れる冷静さを持とう。

変えることができるかできないか、見分ける知恵を持とう。

これはすばらしいことばだと思います。変えられないのに一生懸命治そうとがんばったらエネルギーを消耗するだけです。そして、自分はだめな人間だと思ってしまいます。変えることができるのなら、一生懸命がんばればいい。

●ふり返り（感想や質問）

伊藤：レジリエンスについて、一応話してみました。今の話に対しての感想と、何か質問があったら、どうぞ。

寺田：知らないうちに困難を乗り越えている人がすごくいると思います。たぶんそういう人たちって、こういうレジリエンスみたいなものを、なんとなく知らないうちに身につけていたのでしょうか。身につけられていない子どもには、親が手助けしてやって、「どもるくらい、なんともない、大丈夫だ」と思えたらいいなあと、今日、思いました。

伊藤：おっしゃるとおりで、もともと楽観的な明るい子もいれば、そうじゃない子もいます。素質の部分がかかなりあります。だけど、このレジリエンスの研究者たちは、素質もあるけれど、後で十分に育てることができると言っています。意識的に周りの人間がその子に関わればその子を育てることができると考えられます。どもる子どもに限らず、これからの子どもは大変な時代に入っていくと思います。こんな厳しい時代の中でも、しぶとく、しなやかに、生き抜く子どもに育てるということは、吃音に限らず大事です。

うちの子どもはどもるから、他の人間だったら、こんなことを考えないのに、いち早くこんなことを考えて、何か手を打っているということであれば、どもりであるということがなんか有利な気さえしてきます。吃音親子サマーキャンプに来る子どもたちを見ていると、ほんとにすごいな、これだけ強くなれるかなと思うからです。

宮城県から家族4人でサマーキャンプに参加した、阿部莉菜さんの話をします。転校してきた3人の男の子にいじめられ、6年生の1学期、学校に行けなくなっていた阿部さんは、8月の末にサマーキャンプにきました。同じ年代の子どもたちが集まって話し合いをするのですが、初めは阿部さんはただ聞いていました。しばらくして、手を挙げ、学校に行きたいのに行けなくなっていることを涙をこぼしながら話しました。周りにいた子どもたちは、さすがです。いじめる男の子たちはどんな子なのか、そのとき莉菜ちゃんはどう思ったのか、どうしたのか、担任の先生は何をしてくれたのか、など、どんどん聞いていきます。そして、ある子が「莉菜ちゃんはえらいね。学校に行きたいから、このキャンプに来たんだね」と言ったのです。翌日の午前中、最初のプログラムは作文の時間でした。阿部さんは、こんな作文を書きました。

どもってもだいじょうぶ！

小学6年 阿部莉菜

私は学校でしゃべることがとてもこわかったです。どうしてかというと、どもるから。しゃべっていても、どもってしまうと、みんなの視線が気になります。そして、なんだか「早くしてよ！」と言われてそうで、とってもこわかったです。なんだかこどくに思えました。でも、サマーキャンプはちがいました。今年初めてサマーキャンプに来てみて、みんな私と同じで、どもってるんだ、私はひとりじゃないんだと思いました。そして、夕食後、同じ学年の人と話し合いがありました。そのときに思ったのは、みんな、前向きにがんばってるんだ、なのに私はどもりのことをひきずって、全然前向きに考えてなかった。そのとき、私は思いました。どもりを私のとくちょうにしちゃえばいいんだ。そのとき、キャンプに行く前にお父さんに言われたことを思い出しました。どもりもりっぱな、いい大人になるための、肥料なんだよ。そうだ、どもりは私にとって大事なものなんだ。そういうことを昨日思いました。今日、朝起きたときは、気持ちが楽でした。まだサマーキャンプは始まったばかりだ

と思うけど、とても学校などでしゃべれる自信ができました。

宮城県なので2学期がすでに始まっています。キャンプが終わって、阿部さんは何も変わっていない学校に行き始めたのです。サマーキャンプの経験が彼女を動かしたのでしょうか。彼女にレジリエンスがあったとしかいいようがありません。洞察です。お父さんに、どもりも立派な肥料なんだよと言われたときは、全然響いてなかったけれど、言われたことを彼女は記憶していました。キャンプで、そのことが結びついて、ああそうなんだと気づいたのです。

大人は、常に、モラルというか、こういう人生があるよということ子どもに伝えていくことが必要なんじゃないでしょうか。その後、彼女は、中1、中2年とキャンプに参加しましたが、残念ながら、3. 11の大津波が、彼女が住んでいた宮城県女川町を襲い、結局、お父さんと妹は避難所にいたんだけど、お母さんと彼女は津波に飲み込まれてしまいました。仙台育英高校に進学が決まっていたのに、亡くなってしまいました。このことは、僕にとってとても鮮烈なできごとでした。だから、冊子に書いたり、その後の講演会などで、決して忘れないよという意味で、伝えていきます。

寺田：2歳からどもり出して、1年少しくらいなので、治るかもしれないと考えていました。でも、どもるという事実を認めて、まあ治る可能性も考えつつ、知識として学んでいくことが重要だと感じました。

中西：参加してよかったです。金曜日にこの相談会のことを新聞で知って、今朝の9時に電話しました。参加して、自分ひとりじゃなかった、私と同じような気持ちのお父さんやお母さんがいるということ、当事者の人の話を聞いたことがよかったです。今朝、長男には、この相談会に行ってくることを伝えてきました。帰ってから、同じような思いをしている人がいるということをしっかり伝えたいと思います。そして、彼には、しぶとく、しなやかに生き抜いていくをモットーに生きてほしいと思うし、私自身もそうありたいです。吃音は決してマイナスじゃないと思いました。先輩のお母さんの話、自分の昔を思い出すような若いお母さんの話、いろんな人の話が、これから私の強い味方になってくれるんじゃないかと思いました。

伊藤：子どもも自分ひとりだと思っているけれど親も同じで、自分ひとりだと思っています。他のことではママ友に話ができるけれど、どりのことは話せないというお母さんにとっては、こういう場や吃音親子サマーキャンプは、私ひとりじゃないと思える場であり、心強いと思います。すごい数のどもる子どもがいるわけだし、それと同じ数の保護者がいる。お互いに体験や気持ちを共有しながら、子どもの幸せにつながるために何ができるか、何をしたらいいかを考えたいですね。

僕の考え方に反対する吃音臨床家や研究者がたくさんいます。彼らは、吃音を治したいというのが親のニーズなんだから、完全に治らなくても、少しでも改善してあげなくてはだめでしょう、と言います。治したいというのが親のニーズだと言いますが、たしかに、表面的にはそうだけど、奥には子どもに幸せになってほしい、楽しく自分の人生を生きてほしい、があるはずです。楽しく生きてほしい人生に吃音がマイナスに影響すると思うから、なんとか治したいと思うのであって、それがマイナスに影響しないようにできたら、それはそれでいいわけです。

アドラー心理学の中に劣等感の補償という考え方があります。劣等感があつたからがんばれるという考え方です。その補償には、直接的な補償と間接的な補償があつて、どもるから、話すことの少ない仕事に就いて、そこで力をふりしぼってがんばろうというのが間接的な補償です。たとえば、ノーベル物理学賞をもらった江崎玲於奈さんは、自分がどもりだったから、人間関係がうまくいかなかったのでサイエンスの道に入ったと言っていました。自分がノーベル賞をもらったのは、ひょっとしたらどもりのおかげかもしれないという言い方もしていました。苦手なことはおいておいて、自分の長所を伸ばすということです。ほかにも間接的な補償はたくさんあります。小説家はいっぱいいて、どもりで苦しんだことを文章に書いたり、どもるからことばを言い換えてきたことが語彙数を増やして

小説家として大成したかもしれないと言っています。直木賞作家や芥川賞作家の中に、どもる人はいっぱいいますし、世界的な小説家の中にもいっぱいいます。

直接的な補償というのは、どもりという苦手なものにあえて挑戦をして、話すことの多い仕事に就くことです。そんな人がいっぱいいるというのが、どもりの特徴です。「吃音ワークブック」の中に、どもりの有名人がたくさんいることを書きました。教師、弁護士、落語家、俳優、アナウンサーなど、子どもたちにそんな人のことを教えてあげれば、そうか！と思うでしょう。僕の大好きなどもりの有名人の中に、間直之助という人がいます。非常に有名なサル学の研究者ですが、どもって人間関係がうまくいかないのが、霊長類のサルの研究に入りました。間組という大手ゼネコンの社長の息子に産まれたが、実業の世界に入ることは諦めて、自分が好きな道に入りました。その人生を、遠藤周作が「彼の生き方」という小説に書いています。どもりだからと、優しい動物の世界に入ったり、反対に華やかな映画俳優になったり、これだけバラエティに富んでいるのは、どもりがとても豊かな世界だからです。

上野：子どもが2歳からどもり始めて、3年間たちました。未熟児で生んでしまったことが悪かったのか、自分の子育てが悪かったのか、と悩んできましたが、今日お話を聞かせていただいて、過去のことを考えるのではなくて、これから先のことを考えてあげればいいんだと前向きな気持ちになれてとてもよかったです。

伊藤：小学校入学までになんとかしたいと思ってたでしょう。そういう焦りはだめです。小学校入学までになんとかしたいという保護者が案外に多いんです。小学校に入ったら、いろんなことがあるのではないかと、先のことで不安になるけれど、先の不安はあまり考えないで、起こったときにどう対処すればいいかを親子で一緒に考えればいいんじゃないでしょうか。

筒井：うちは吃音だけでなく、発達障害があるので、1歳くらいから、子どもとの関わり方をすごくがんばってきたというか、一生懸命かかわってきました。1歳くらいのとき、発達障害の症状がひどかったから、本当はもう少しひどくなるんじゃないかと思いましたが、遊びの会に行ったり、いろんな人に出会ったり、いっぱいからだを動かして遊んだり、いろんな積み木で遊んだりしてきました。また、田舎なので、川や山で遊んで虫に親しんだり、家族でキャンプに行ったりできました。そういうことを大事にしてこれたのは、吃音や発達障害のおかげかなと今日、改めて思いました。今、8歳なんですけど、すごくよかったなと思っています。私自身はこれまですごく順風満帆にきて、これまで苦勞をしてきませんでした。子育てで初めてつまずき、自分の思い通りにいかないことに出会ったのです。子どものことは、私が代わってやれません。吃音がなかったら、たぶん、もっと怒ったり、もっといい学校に行くように言ったり、子どもに対して多くを要求する母親になっていたかもしれません。

筒井：レジリエンスでいえば、楽観主義にあたることかもしれませんが、ことばがどもるということは、ネガティブ要素になるかもしれないですけど、結局、本人が気にしなかったり、または気にしてもそれを乗り越えればいいと私自身は考えています。どのように乗り越えていけばいいのか、具体的なことを考えたいと思っていたところ、今回、系統立てて、具体的に教えていただいたので、よかったです。今、妻が言いましたが、結果的に発達障害だったこともあって、小さい頃から、今日教えていただいたことは、十分ではないかもしれないけれど、比較的できていることも多いように思います。今までしてきたことにそれぞれの相互関係があるとおっしゃったので、気持ちが楽になりました。弱い部分があっても、逆に強い部分を伸ばすことによって広げていけることを系統立てて教えていただいたので、非常に有意義な3時間でした。

質問ですが、関係性のところで、親以外の人間関係を求めるとおっしゃったと思います。祖父母と一緒に住んでいて、特におばあちゃんとの関係が強いのですが、そういった関係も、この関係性に含まれてくるのでしょうか。それとも、もっと広い、友だちの母親とかサマーキャンプでの関係とか、

赤の他人というか、より他人の関係で求めていくものなのでしょうか。

伊藤：もう少し段階を追って話すと、幼児期、学童期、成人期と、関係性は広がっていくもので、子どもの頃に、おじいちゃんやおばあちゃんとしっかりと関係ができていると、それが大きく、他の人間関係へと広がっていきます。近所のおっちゃんがすごくいい人で、いいことを言ってくれる、そんな人の言うことなら何でも聞くとか、昔は、地域に自分の目標となるような大人がいて、積極的にことばをかけてくれたり、かかわってくれたりしました。今は、それがなくなってしまって残念ですが。

僕は、関係性が持てなくて、孤独で、ひとりぼっちで生きてきました。でも、なぜ僕は21歳のとき、変わることができたのか、関係性を求めることができたのか。今、ふと思ったことがあります。映画が関係しているのかもしれませんが。映画「次郎物語」の主人公である次郎は、継母に育てられ、その継母は継母で愛情をもってくれたが、次郎とはあまりいい関係ができなかった。でも、望月優子という俳優が演じていた乳母と次郎はいい関係ができていたので、次郎は成長できた。そんな映画を見ていたおかげか、僕自身は、母親と関係がうまくいかなくなっていたけれど、映画を通して、人間は信じられる、信用できるということを感じとったのではないだろうかと思いました。筒井さんの場合、映画の乳母ではなく、おばあちゃんという実際の人なので、よけいにすばらしいと思います。そこから、どんどん発展していけるのではないのでしょうか。

佐藤：子どもよりも私の方が悲観的で、この子が大きくなったとき、困らないようにと、いっしょうけんめい考えていろいろ話をしていました。でも、私の息子はどもりなからでも、おしゃべりで、結構積極的にどもってしゃべっているし、誰かにかかわれたときも、「いいの？」と聞くと、「別に」と言います。ということは、子どもにはレジリエンスがあったのに、私にはなかったのかと思いました。子どもの楽観的な部分を生かしてやらないといけないんだなと感じました。

伊藤：おっしゃるとおり、大人がレジリエンスを身につけて、子どもと一緒に育っていけばいいと僕は思います。親や専門家は、格好よく、いいことをアドバイスしたいと思うようだけど、そういうことではなくて、一緒に悩み、一緒に泣き、一緒に笑い、一緒に歩いていく、それが親や専門家の役割だと思います。お母さんが、自分にレジリエンスが足りないと思うのなら、一緒にレジリエンスを育てていけばいいのです。一緒に階段を上るようにいったらいいんじゃないですかね。

小笠原：いろいろ話を聞いて、これからどうやって対処しようか、というのが少し見えてきました。参加してよかったです。ためになりました。ひとつ質問ですが、教育センターで吃音のことを相談して、来週以降に、行くことになっています。心理の先生がするらしいけど、それには参加していいのでしょうか。その人は、吃音には触れないようにしますと言っていました。子どもの様子を見るだけらしいです。

伊藤：子どもの吃音には触れないようにするから、どうぞ来て下さいということ？

小笠原：はい。心に何か他の悩みがあるのではないかと思えるので、それをちょっと探るらしいのですが。

伊藤：この質問に、僕がどう答えていいか、難しいけれど、本音を言えば、子どもの心に何かあるんじゃないかという前提で、脆弱性モデルとしてみられるというのは、僕なら辛いなあと思います。たとえば、これは、ナラティブ・アプローチを勉強したときに、国重浩一さんという人から聞いたことなのですが、3・11の大震災のとき、子どもたちはきっと心にトラウマをもっているだろうと考えた臨床心理士や精神科医が被災地に行って、「何か困ったこと、ありますか」と問いかけたり、絵を描かせて、その絵を見て判断しようとしたりしたそうです。それに対して、被災したレジリエンスを持った人たちは、「NO！」をつきつけたそうです。「臨床心理士、お断り」というビラが貼られるくらいに、困った人、弱い人、困っているはずの人として迫られることに、被災した人たちは、拒絶反応を示したのです。そうではなくて、2000年に一度という大きな地震と津波という出来事を経験したのだから、「どういう経験をしましたか？」と聞いてくれたらいろんな話ができたと言うので

す。でも、「困ったこと、ありますか」と聞かれると、自分は、困った人間として存在しないといけなくなります。困ったことを話したら、「そうですね、そうですね」となって、ますます弱い人間になってしまいます。そんな話を聞きました。その教育センターに行くかどうかは、あなた自身の選択なので、一応参考までにお話ただけです。後は、お母さんが判断して下さい。

木村：東野さんのお話を聞いて、子どもがからかわれるのは、悪くないのだと思いました。毎朝、主人には、「あ、いってらっしゃい」くらいなんですけど、子どもに関しては、姿が見えなくなるまで見てしまいます。大丈夫かなというのではなく、今日も行っている、すごいなあと思って見送っています。帰ってきたら、今日も帰ってきたと思います。子どものこと、尊敬しています。からかわれると、私もへこんでしまい、親として何ができるか分からないけれど、先のことを今から心配しても仕方ないと思いました。私もレジリエンスが備わってないので、へこむけれど、こんな感じで見守っていたらと思いました。からかわれないために、私が何かをするということとはできないですね。

伊藤：岡山でもキャンプをしていますけど、ほんとにレジリエンスがあるなあと思う子どもがいます。たとえば、どもることをからかわれたとすると、からかわれたことは嫌な体験だったけれど、それは僕の心を鍛えてくれているというふうに、彼は考えます。ネガティブなことを、彼は瞬間に、ポジティブに変えるのです。どもっていると、言いたいことが言えなくてつらいと誰かが言うと、でも、言いたいことが言えたときの喜びがあるじゃないかと、彼は言います。瞬間的に言い換えをすることを練習しているのだと思います。キャンプの最後に作文を書いたのですが、そこには、「僕はいつも悲観的に考えるんだけど、できるだけポジティブに考えようとしている。だから、僕がポジティブに変換することが人の役に立てればいいなあ」と書いていました。子どもって大人が考えている以上にすごいなと思います。今、木村さんがおっしゃった、子どもを尊敬すること、お互いに尊敬する相互尊敬、相互信頼、これはアドラー心理学でよく言われることなんですけど、子どもを信頼しようと言います。子どもを尊敬するって、そんなことできるかなというお母さんがいます。でも、そのお母さんに、「あなたが、自分の子どものように、こんなにどもっているとする。こんなにどもっても、毎朝元気で学校に行く。あなたがこの立場だったら、それができる自信がありますか」と聞くと、「いやあ、こんなにどもっていて、果たして元気よく学校に行けるだろうかと思うと、自信がありません。子どもを尊敬します」と、お母さんは言いました。尊敬できると思うんです。僕自身も、苦しくてつらくて、なのによく学校に行けてたなと思います。学校に行くのはつらくて苦しくて、針のむしろに座りに行くようなもの、それでも行っていたということは、すごいことなんだ。そういう意味では、子どもを尊敬していいと思います。木村さんが「尊敬」と言って下さったので、ほんとにそう思いました。

今井：20歳の子どもなので、親が代わってしてあげられないです。「嫌なことを言われた」と子どもが言ってきたときに、「つらかったね」と言って、ぎゅっと抱きしめてあげればよかったのと思います。でも、いつまでも、同じように言われるかもしれないことの方が心配になって、「言い返しておいで」みたいなことを言ったことがあります。でも、今思えば、言い返したくても言えなかったのかもしれない。「言い返さなかったら、なんぼでも言われるで」と言って、子どものことをほんとに分かってなかったと思います。私なら、こんなふうに処理してきたと思うから、ついそのままを言ってしまったと、今、反省しています。やっぱりお母さんというものは、「学校に行くことはほんとにつらいことなのによく行っているね」と言ってあげてほしいです。今日、参加していらっしゃるお父さんやお母さんは優しい方ばかりなので、そのやさしさを子どもに分かってもらえるように接していけば、子どももへこたれてもまた元気になれると思います。子どもは別人格で、合わせているつもりでも、ペースが全然違います。うちの息子はすごいゆっくりなペースなので、いらいらしてしまうことがあります。いまだに対応の仕方がわからなくて、今日も参加させていただきました。いろいろ聞かせていただいて、20歳だけど、まだ心配なことは心配です。でも、不安ばかりで子どもに「大

丈夫？大丈夫？」と言ってばかりではだめだと思うので、私自身がポジティブになり、できるだけポジティブに返していきたいと思います。あまり心配しすぎないで接していきたいです。

東野：参加させてもらって、木村さんの話はそのとおりで思い出しました。いいきっかけになり、よかったです。何回も同じような話をしているんだけど、どもの状態と悩みは必ずしも比例しません。経験からいうとむしろ反対かなと思います。伊藤さんが言われていたけど、あまりどもらない人の方が悩みは結構大きかったり、深かったりします。それは、本人が、言語関係図のZ軸ではないですけど、自分の吃音をどうとらえるか、自分をどう見るか、その世界だと思います。そこはなかなか変わっていかないので、吃音を勉強したり、ひとりでは難しいので、毎週集まって、仲間で話し合う中で、気づいたり、学ぶことが必要です。お父さん、お母さんも一人ではしんどいところがあるので、同じような人たちと出会って、考えていくことが必要なんだなと思いました。

坂本：筒井さんの話にあった、おじいちゃん、おばあちゃんの話ですが、親がいて祖父母がいてという縦の関係ですね。意外と大事なのは、親戚のおじさんとかおばさんとかのちょっと斜めの関係だと思うのです。関係はあるけど、親とはちょっと違う目、変な目で見えてくれるというのはすごく大事だなと思います。僕も変な大人になろうと思っています。

伊藤：レジリエンスの大事な概念の中に「メンター」ということばがあります。メンターというのは、変なおじさんや変なおばさんで、日本語にすると、師匠ということになりますが、親戚や近所のおじさん、おせっかいなおばさんのことです。そういう人がだんだんと減ってきていますね。そういう意味では寂しい時代になっているなと思います。だから、できるだけお節介やきの、もういいわ、分かっているわと言われるくらいの大人になって、話したり、聞いたりできる人がいればいいなと思います。

溝口：私も、小・中・高校と、同じようにどもの男の子がクラスにいました。その子のどもり方は目立つ方でしたが、発表もするし、元気な子でした。私はそんなふうにはできないなあと思いつつ、そんな彼にあこがれていました。あの子ががんばっているんだから、私もがんばらなきゃという、そんな存在でした。友だちからは、からかわれてはいなかったように思うのですが、どんなふうに出身のどもりと折り合いをつけていたのだろうと思います。

学校という場から離れて思うに、学校という所は、集団で一斉に指導していくことが強い所だと思いました。先生によっては分かってくれる人もいるけれど、残念ながら、なかなかひとりひとりの事情を分かってくれない人も、分かろうとしない人もいます。今回、ここで話をしてこれだけ味方がいるということが分かったら、ちょっと勇気を出して、こういう子もいるんですよとか、こんな考え方もあるんですよということを少しずつ伝えていっていただくことが、学校という凝り固まった場を少し柔らかくすることに役立つのではないかと思います。そういうことを分かってくれる先生をみつけるといっても大事な力かなと思います。担任じゃなくてもいいですからね。そこから風穴を開けていってもらえたら、どもの子どもに限らず、クラスの中で生きづらさを感じている子どもにとって、生きやすさにつながるのではないかと思います。

伊藤：レジリエンスのことを、親に話すのは今回が初めてです。8月に、親、教師、言語聴覚士のための講習会をして、レジリエンスを学ぶことになっています。その前哨戦として、説明ができて、なんか納得してもらえたので、自信ができました。概念というか、キーワードになることばを持つということが大事だなと思います。これまでいろんなところで、たくさん話をしてきましたが、もうひとつ説明しきれなかった部分を、レジリエンスという切り口で話すことで、幼児期から、学童期、思春期にかけて何を育てればいいのかということ僕たちなりに整理ができそうな気がしています。ありがたく感謝しています。