

レジリエンスとは

千葉市立鶴沢小学校 黒田 明志

「回復力、逆境を生き抜く力」を表す「レジリエンス」は、心理学や精神医学の分野で使われ始めたが、最近では企業や教育の現場でもよく聞かれるようになった。

レジリエンス研究の始まりは、ハワイのカウアイ島での長期追跡研究である。極度の貧困や親の精神疾患で、いわば子が育つ環境が非常に悪い、ハイリスクな子どもたちを追跡したところ、大部分は大変な思いをしていたが、その内の3分の1は健康で、通常か、通常より立派な大人になっていた。研究をしたウェルナーの「弱き者されど打ち負かされざる者」という言葉があるが、一見弱い存在に見えても、立ち直る力があるという点でレジリエンス研究に注目が集まっていた。

私が知っている吃音がある子どもたちにもその「立ち直る力」があった。吃音親子サマーキャンプに参加した不登校の6年生の女の子は、吃音についての話し合いを経験し、「みんながんばっているのに、私は前向きに考えていなかった。」と作文に書き、やがては学校に行き始めた。吃音をからかわれて悩んでいた子が「どもりをからかわないで。」と全校児童に伝え、自分のことを知ってもらったと話す。このような、強いというより「しなやかな心を育てる」ことがレジリエンスであり、子どもが自分の吃音について語り合うことでつけていく生きる力といえる。

最近、発達障害者支援法で就職活動をするなど、吃音の悩みを理解してほしいと願う人たちの記事を目にするようになった。「合理的配慮」の名前だけが先行し、ひたすらに環境調整を求める声も耳にする。当事者が吃音の否定的な物語から抜けられず、吃音を治すことや、軽減することにこだわると、吃音がある自分を否定し、より一層悩みを深めかねない。その一方で、キャンプに参加している子どもや、その子を支えるスタッフの吃音がある人たちは、吃音と向き合い、吃音について仲間と語り合い、学んできたことで、いろいろと悩みながらも吃音と上手に付き合っている。

その差は、困難な状況の中でもしなやかに生き延びる力、すなわちレジリエンスが育っているかどうかだろう。吃音は治す方法も、吃音の症状を軽減させる言語訓練法も見つかっていない。吃音をネガティブなものと捉えていると、仮に子どもの頃は無難に過ごせたとしても、思春期、青年期になって吃音が大きな課題として立ちはだかることもあり得る。社会の吃音に対する理解が自分の思い通りにならなくても、その困難な状況の中で何とか生き延びる力を学童期のことばの教室で育てておきたい。

レジリエンス研究のウォーレンらはレジリエンスの構成要素として、洞察・独立性・関係性・イニシアティブ・ユーモア・創造性・モラルの7つを挙げている。

洞察・・・吃音の問題の影響について考え、学び、理解する。

独立性・・・吃音に支配されず、自分が人生の主人公になる。

関係性・・・親密で満足のできる人間関係。人と結びつき、人を大切にする。人間への信頼。

イニシアティブ・・・問題に立ち向かい、自分を主張し、自分が生きやすい環境に変える。

創造性・・・日記や絵画、音楽など自分を表現するプロセスが、新しいものを創造する。

ユーモア・・・自分の欠点や弱点を他人事のように笑い飛ばし、自分の嫌な気分を解放する。

モラル・・・充実したよりよい人生を送りたいという希望をもつ。

7つの項目の全てを持つことは難しいかもしれないが、その中の1つでも2つでも、自分の強みとしてことばの教室で育てることができれば、たとえ将来吃音に悩むことがあっても、自分の力で生き延びることができるのではないかと考えている。