

対話っていいね～対話をすすめる7つ視点～

坂本英樹（どもる子どもの親、教員、NPO 法人大阪スタタリングプロジェクト）

なぜ対話なのか

第9回目の吃音講習会はその内容もプログラムの展開のありようも「対話」である。私たちはどもる子どもや成人の課題と向き合うには対話しかないと考える。では、なぜ対話なのか。

吃音臨床は100年以上の歴史をもつが、原因はわからず、治療法も確立されていない。かなりどもりながらも自分らしく生きる人がいる一方で、配偶者が気づかない程度でも深く悩み、不本意な生き方をしている人がいる。吃音の課題はどもる状態に起因するのではなく、吃音を悩むことから受ける影響なのだ。シーアンの吃音冰山説という海面下に沈んでいる吃音を隠し、話す場面から逃げる行動、「吃音は悪い、劣ったもの」という思考、どもることへの不安やどもった後の惨めな感情、そして不安からくる緊張し、他者と共振することができない身体こそが吃音の課題の本質なのだ。

ことばの流暢性を目指す言語訓練は海面下の課題にアプローチできない。一時の“改善”と感ずる状態がかえって、「どもったらどうしよう」の予期不安を高めることになりかねない。ことばの教室に通う子どもやセルフヘルプグループに参加する成人の行動や思考に丁寧に向き合い、言葉にならない思いや気持ちを一つひとつ探りあて言語化する、言葉として紡ぎだす共同の営みである対話こそが吃音の課題にアプローチすることができる。

今回の講習会のプログラムとその特徴

対話は思わぬところへと私たちを誘う営みだ。魅力的であると同時に一抹の不安も生じる。そこで羅針盤というか対話を意味づけることのできる7つの視点をスタッフが提示することとした。健康生成論を伊藤伸二さん（日本吃音臨床研究会会長）、オープンダイアログを高木浩明さん（宇都宮市立宝木小学校）、当事者研究を奥村寿英さん（岩倉市立岩倉東小学校）、**ナラティブ・アプローチ**を私、坂本英樹、**レジリエンス**を黒田明志さん（千葉市立鶴沢小学校）、**ポジティブ心理学**を渡邊美穂さん（千葉市立松ヶ丘小学校）、**心的外傷後成長（PTG）**を溝口稚佳子さん（日本吃音臨床研究会事務局）が担当した。

紙面の都合で、吃音臨床の哲学である**健康生成論**とすべての視点のベースにある姿勢、態度である**オープンダイアログ**について述べ、その他の視点は実践報告、基調提案等の報告と関連させて随時、言及することとする。

さて、今この世界は二つの災禍に遭っている。新型コロナウイルスによるパンデミックとこれに先立つトランプ現象だ。ネット空間に多くの時間を割く“自粛生活”はトランプ流のフェイクとヘイトが世界を席卷した期間といえる。それはアメリカで国会議事堂襲撃事件を引き起こし、プーチンによるウクライナ戦争へと引き継がれていった。こうした情勢だからこそ、3年ぶりの講習会は人と人とが直に会い、空気感をともにして、言葉と言葉をすり合わせる場でありたいと私たちは願った。数度の話し合いを重ねて考えたプログラム構成を急遽、本当に急遽変更し、2日間をすべて全員参加の「フィッシュボウル」形式で貫徹した。常に対話のあふれる場にしたいからだ。

当初、7つの視点は担当者が説明していく予定だったが、それでは、理解の差によって誰かが取り残される可能性がある。大切な視点なのでしっかりと理解しあって次に進みたかった。そこで、オープンダイアログ・ネットワーク・ジャパン（ODNJP）が紹介する「対話を対話的に学ぶ」ための、

フィッシュボウル（金魚鉢）を採用した。

内側に 5、6 脚程度の椅子の輪を作り、その周りを他の参加者が椅子で二重の輪を作る。今回は内側にはプログラムごとにその発表者と参加者の中から二人のことばの教室の担当者、伊藤伸二さんの 4 人が固定して座り、空いた一つを外側からの参加者用とした。外側の人は内側での対話にじっと耳を傾け、話したいことが生じたら、内側の空いている椅子に座って話す。その際、内側の誰か一人は外の椅子に移っていく。このように聞くことと話すことを分けた形をもつことで、外側の人は何かを言わなければならないという思いから解放される分、内側の対話内容に集中できると同時に余裕ができることから、自己内対話も促進される。そしてそれが内側の椅子へと誘い、多くの声をシェアできる。参加者が一応理解できたと確認できれば、次の視点に移ったために、予定の時間内には 7 つ全てはできなかったが、参加者全員で確認しながらの作業は対話があふれていた。ほとんどの参加者が対話に参加することができたと思う。

健康生成論と吃音

健康生成論はユダヤ系アメリカ人の医療社会学・健康社会学者のアーロン・アントノフスキー（1923～1994）が提唱した理論である。

1970 年代のイスラエルで、アウシュビッツなどの強制収容所から生還した人とそうした経験のない更年期女性の健康調査を行ったところ、大方の予想通り、経験者の方が精神的身体的不調を訴える率が高い結果が出た。しかし、アントノフスキーは過酷な強制収容所の経験がありながらも心身の健康を保持している人たちが 3 割いるという事実に注目した。いかなる要因が疾病をもたらすのかという疾病生成論ではなく、どんな要因が彼女たちの健康を維持、増進したメカニズムなのかという視点を得た。これが**健康生成論**である。

アントノフスキーは「自分の生きている世界は首尾一貫し、筋道だち、納得できる」という首尾一貫感覚（sense of coherence：SOC）が健康維持の決定的要因だという。いまの状況を知的に理解し、予測、説明できるという把握可能感と、起きている出来事に自他の資源を使って対処できるとする処理可能感、そしてこうした挑戦は意味があるという確信である有意味感から構成される。

ここで私が思い出すのは人生の意味の探求を援助する心理療法、ロゴセラピーのヴィクトール・フランクル（1905～1997）の「夜と霧」（1947）だ。強制収容所の限界状況からのサバイバルのドキュメントには、フランクルが過酷な状況下においてもなお他者への思いやりや夕焼けの美しさに感動する人間性の発露があることを発見し、それを後世に伝えることの意味を確信し、首尾一貫感覚を維持して、生還したと記した。私は霜山徳爾訳で親しんだ世代だが、**健康生成論**を知ったことで改めて新版の池田香代子訳で読もうと思う。

さて、伊藤さんは首尾一貫感覚を構成する 3 つの要素を「わかる」、「できる」、「意味がある」と端的に表現し、ことばの教室やセルフヘルプグループで取り込んでいることだと説明する。これは私の体験からも肯ける。現在 23 才の娘が小 5 の秋に「音読ができない」と毎晩のように泣き出した時、娘も私たちもこれが吃音だともわからず、不安だけが先行したが、やがて吃音と知り、大阪吃音教室に私が親として参加し、吃音の基礎知識と向き合い方を学び、吃音親子サマーキャンプにも参加をするようになった。自分なりのサバイバルの日々を過ごす中で、いま彼女は「吃音があることで相手に丁寧に言葉を届けることを心がけているせいで、人から話がわかりやすいと言われる。私は話すのが得意、自分の強みだ」と語る。彼女なりの「わかる・できる・意味がある」だろう。

オープンダイアローグの哲学

年 40 回の大阪吃音教室で行われているのは様々なテーマを基にした吃音をめぐる対話だ。ことばの教室も通ってくる子どもとの対話はその営みだろう。**オープンダイアローグ**はその対話に向かう原

則と私たちが堅持すべき態度を伝えている。

オープンダイアログは北欧フィンランド・西ラップランド地方で 1980 年代から実践されてきた地域精神医療のアプローチだ。精神的な危機を訴える急性期の人に対して 24 時間以内にその人のキーパーソンとなる医療、福祉関係者や友人、家族が集まり、落ち着くまで対話を継続することで、投薬や入院の必要が劇的に下がっている。対話を続けるだけでなぜこのような効果が出るのだろうか。

精神に変調をきたしている人にとってその体験は不安と恐怖に満ちたものだろう。日本の精神医療の場合はその訴えは幻聴や幻覚として、語ることをよしとされず、無視され、投薬や入院ということになる。それはその人を人間世界から切り離し、孤立へと追い込むことになる。しかし、**オープンダイアログ**はその人の体験を真摯に聞き、理解しようと対話を続ける。ロシアの思想家ミハイル・バフチン（1895 ～ 1975）は「言葉にとって（したがって人間にとって）応答がないほど、おそろしいことはない」と語る。無視がいじめの方法としていかに有効かは学校関係者のよく知るところだろう。応答されることはその人にとって精神科医の中井久夫（1934 ～ 2022）の言葉を借りれば「世に棲む」人として、対話をともにする人たちの生活世界に存在する人となることだ。

この応答性の前提になるのが対等性だ。病む人と援助する人とは役割に違いがあるだけで人としては対等だ。**オープンダイアログ**に関する映像は You Tube で見ることができるが誰が医療関係者で誰が急性期の人なのかがわからない。他者には私とは異なる視座、視点があること、その他者性を尊重することが徹底されている。こうした関係性の中で対話が成立するのだ。私たちはよく「聴く」という言葉を使うが医療人類学などを専門とする臨床心理士の東畑開人（1983 ～）は自分の解釈を入れずに、相手の話をそれとしてしっかりと「聞く」ことが大事であると力説している。「聞く」ことは対等な他者として相手を認める行為である。

オープンダイアログは精神医療ではあるが、対話の中で人が変わっていくことを第一義とはしない。変化は結果としてもたらされるのであり、対話を続けること自体が目的なのだ。私たちはすぐにアドバイスをしようとし、問題解決型の思考に陥ってしまうが、それは対話の芽を摘んでしまうことだ。その場にいる人の多様な声、葛藤や異なった視点が反映されなくなってしまう。しかし、これは対話がどこにたどり着くのがわからないことでもある。求められるのはイギリスの詩人ジョン・キーツ（1795 ～ 1821）の言葉として作家、精神科医の帚木蓬生（1947 ～）が紹介したネガティブ・ケイパビリティ（negative capability）という「簡単に答えの出ない事態に耐える、もちこたえる能力」だ。**オープンダイアログ**はこうした不確かな状況を受け入れること、不確実性への耐性も重要な原則としている。耐えるための継続的なチーム、社会的なネットワークなのである。

オープンダイアログには 7 つの原則があると一般的にはいわれているが、伊藤さんは対話を進めるためには、応答性、対等性、不確実性への耐性を特に重視し、ことばの教室やセルフヘルプグループで大事にできる視点であると説明する。以上の視点をもって講習会の内容を報告する。

実践報告 『どもる子どものレジリエンスを育てる対話』 出口紘子さん（千葉市立検見川小学校）

はじめに 2021 年の全国難聴・言語障害教育研究協議会山梨大会でごく限られた人にも ZOOM で配信された報告をこの場用にアレンジして報告するにあたって、出口紘子さんはことばの教室の担当を希望した理由を語ることから始めた。

講師時代を経て、はれて学級担任となった出口さんは、授業だけでなく放課後の個々の子どもとのやり取り、会話の中で集団の中では見せることのなかったその子どもの思いや届かなかった声を受けとり、それをまた何らかの形で子どもに返していくことに教員としてのやりがいを感じていた。ところが、産休・育休明けで戻ってきた現場は安全管理上の問題から子どもが放課後に自由に残れないことになっていた。一人ひとりの子どもと丁寧に関わりたいと願う出口さんはそこで通級指導教室、ことばの教室の担当を希望した。

講習会の最初のプログラムは教員として受けもつ子どもにどう育ててほしいのか、どんな子どもに

育てたいのかを各自、紙に書いた。出口さんは、吃音があることを理由に何かをあきらめたり、避けたり、逃げたりせず、どんな環境にあっても自分らしく、しなやかに生きてほしいというものだ。

まりさんのこと 教室に小2の後期から通い、吃音自体をネガティブに捉えていないまりさんだが3年の終わる頃から不安な表情を見せるようになった。一步を踏み出せない様子を感じた出口さんは4年となったまりさんと吃音チェックリスト、吃音冰山説、言語関係図を基にして、まりさんの気持ちや課題を整理しようとした。吃音についての基礎知識と課題について考えることのできる教材を通した構造化された対話である。

まりさんの吃音氷山の海面上の部分は小さいが海面下がとても大きいことは「吃音に対する気持ちや考えのチェックリスト」の「どもっているとき、周りにいる人の視線がとても気になる」や「私がどもることを、クラスの人には知らないと思う」の項目を「とてもそう思う」と考えることと関係することが対話を通して洞察された。まりさんが発達心理学でいう友だち集団を形成するギャングエイジにあたることも影響しているだろう。

どもることを知られていないか、話し方が変だと思われていないかと考えることから生じる不安があること、逆に知ってもらえると安心できることをかつての経験から発見したまりさんと出口さんは、クラスの人々に伝えるとの課題に対話を通して辿り着く。まりさんは担任に手紙を書いて、クラスの人々に伝える時間がほしいと伝えた。

担任はその願いをまりさん一人の時間にではなく、お互いのことを理解するクラス全体の活動として位置づけ、展開した。それは「吃音は、私にとって話し方の特徴です。…今日は、吃音のことをみんなに伝えることができ、すっきりしました。みんなのことももっと知りたいです」という声に応答する様々な「私」が表れた、多声がこだまする場となった。まりさんはこれをきっかけに「クラスでの居心地が良くなった」と語る。それは他の子どもも同様だろう。語ることで周囲も自分も変わるという経験を得たのだ。それをもたらす対話の力は子どもたちの生きる力となる。

クラスの友だちから得た肯定的なメッセージ、特に仲の良い友だちがことばの教室にやってきて、まりさんの吃音キャラクターの「どもハム」に興味を示してくれたことはまりさんにとって嬉しく、誇らしいことだったろう。その後、まりさんは転校するがこの経験を通じて仲が深まった友だちとの交流は続いているという。

その新しい学校でまりさんはことばの教室には通っていない。この経験をもって”卒業”と考えたのだろう。出口さんと一緒に考え、他者に働きかけ、反応を得た経験は今後のまりさんを支える資源だ。吃音を自分の特徴として生きていこうとするまりさんには**レジリエンス**でいうところの「独立性」があると出口さんは語る。

レジリエンスとは心理学や精神医学の世界において、その人の脆弱性に注目するのではなく、危機や逆境の中にあってもそこから立ち直る力、しなやかに回復する能力と定義される。洞察、独立性、関係性、イニシアティブ、創造性、ユーモア、モラルを構成要素とする概念だ。独立性とは問題と自分の間に境界線を引き、そこから自立することを指す。出口さんの表現をかりると「吃音と吃音から受ける影響を引き離し、吃音に支配されず、自分の人生に責任をもつ」ことだ。ことばの教室はまりさんにとって自分の**レジリエンス**を発見し、それを育てる場として機能したのである。

フィッシュボウルの対話から 出口さんのまりさんに向き合う姿勢は、自分とは違う視座をもった相手への関心と知的好奇心に基づいた率直なものだ。興味本位でない、誠実な問いかけだからこそ二人の間にことばが生まれたのだろう。出口さんはそれをまりさんから引き出したのではなく、一緒に探していた。言葉にならない思いをあれこれと探りながら言語化していった感じだと語る。そうしたプロセスが対話というものだろう。

一方でまりさんはそんな出口さんに尊重されていると感じ、対等な人、同行者として向き合っていることを支えに言葉を紡いでいったのだ。間を空けて定期的に通っていくからこそ、ちょっと

した変化に気づける優位性があり、次の通級の日までに自己内対話によって言葉が醸成されていくのがことばの教室なのだ。

さて、まりさんのことばの教室での吃音氷山などの教材を用いて自分の困りごとや不安を解明して、自分の助け方を出口さんと見つけていったあり方は、自分研究、**当事者研究**だといえる。

当事者研究とは北海道・浦河町の精神障害がある人たちのコミュニティである「べてるの家」で編み出された方法だ。仲間の力と経験を資源に自分の助け方を研究する。研究だから失敗も貴重な次につながるデータだ。合言葉は「自分自身で、共に」である。困りごとを自分の言葉で語り、仲間からの応答によって新たな視点を得て、理解を更新して、日常生活に臨んでいく。苦労も待ちうけているだろうが「自分の苦労の主人公」となること、「苦労を取り戻す」ことが目指されている。障害者権利条約の理念である「私たち抜きに私たちのことを決めないで！」のべてる流の表現だ。専門家主導の薬や過度の入院によって自分の人生から疎外されることからの解放を求めているのだ。

ことばの教室も同様だろう。転ばぬ先の杖を用意するのではなく、自分の**レジリエンス**を基に自他の資源を活用し、必要な人に SOS、助けを求めて乗り切っていく。時に転んだとしてもそこからの立ち上がり方を考え、実践していくための安全基地がことばの教室である。自分研究に取り組む子どもの共同研究者として、担当者が意識しておきたい哲学だろう。出口さんの報告は対話とことばの教室のあり方を考える格好の材料を提供してくれた。基調報告的役割を担ってもらった所以だ。

基調提案 「対話とは」 牧野泰美さん（国立特別支援教育総合研究所上席総括研究員）

牧野さんの原点 聴覚・言語障害、コミュニケーション障害を専門とする牧野泰美さんは 2022 年の夏で特総研に勤めて丁度 30 年になる。牧野さんをこの研究分野に導いたのは子ども時代の“しゃべれない”体験だ。いまなら場面緘黙といわれる状態で学校生活を送ったことにある。

家では話せるのになぜか学校ではしゃべれない。優しく担任が語りかけても心許すことができず話せなかった牧野少年だが、新たな学年である 3 年 1 組になったことで話せるようになった。何か大きな変化があったのではない。このクラスなら大丈夫と思えたからだという。2 組では話せなかったかもしれない。以来、少しずつ話せる場が増えていき、いまに至っているという。その過程を牧野さんは自分の殻を破ったのではなく、殻の中に外の世界を少しずつ入れていった結果だと説明する。

ことばの教室の役割 ことばの教室の担当者は子どもにとって「ありのままの自分でいられる相手、自分が出せる相手、話してもいい相手、話したい相手」として存在しているのか。また、そういう関係を築くまでの不確実な時間を耐える用意はあるのかと問う。対話はそうした関係性の中での行ったり来たりしながらのコミュニケーションなのだ。尋問のように一方的に聞かれることや逆に説教のように一方的に聞かされるのでもない言葉のやり取りなのだ。それは沈黙や間でさえ、自己内対話をかもす時間として意味をもつ世界、教員自身も自己を語る世界である。目に見える成果を求められがちな今の教育現場において、そうした担当教員の姿勢は少数派のものだろう。しかし、このマイノリティ性は子どもを理解するのに有意に働けよう。学習指導要領にある「主体的・対話的で、深い学び」の対話的という部分を牧野さんはこのように解説する。

さて、ことばの教室は牧野さんによれば子どもが自分を生きる、自分らしく生きるための「生き方研究所」だ。具体的には自分の吃音の課題を発見し、友だち関係の困りごとなどへの対処法を考え、日常生活へと向かうのだ。教育は子どもたちに意味のある力や能力を身につけてもらう営みだが、「人は、いつも、今持っている力、手持ちの力で生きるほかない。明日身につく力を、いま使うことはできない。今は、今の力で、今の自分のしゃべりでなんとかやっていくしかない」のである。自分の話し方で他者に働きかける言葉、声を発して世界が変わる経験を積むしかないのである。

こうして日常を丁寧に生きることで結果として、吃音は自然と変化していく。しかしそれは目的ではない。ことばの教室の担当者は丁寧に日常を送ることから生まれる手ごたえ、子どもの「わかる・

できる・意味がある」をそれとして認め、共に喜ぶ存在だ。教員としての専門性は子どもが取り組もうとすることが首尾一貫感覚を育てるための「負荷のバランスのとれた経験」であるのかどうかの見極めなどに発揮されるのだ。

牧野さんの話を聞いて私が思い出したのは、ペスタロッチー（1746～1827）がスイスのシュタンツを始めとする地で貧しい環境にある子どもや孤児と生活を共にする中から掴んだ「生活が陶冶する」（Das Leben bildet.）という教育原理である。吃音もそうなのだろう。伊藤さんはそれを「生活中心主義アプローチ」という。

どもる人へのインタビュー 有馬久未さん（大阪府・自治体職員、NPO 法人大阪スタタリングプロジェクト）（インタビューア― 伊藤伸二さん）

就職にむけて 有馬久未さんは中1の時に伊藤さんと初めて出会い、吃音親子サマーキャンプにも中1と高2の時に参加している。現在は自治体職員として務めながら、大阪吃音教室に参加、講座も担当するメンバーである。まるで新たな職に就くかのように3年ごとの役所内での配置換えを経験し、その度に仕事内容と人間関係が新しくなることに対処している。いまや中堅の職員となった有馬さんに自分を語ってもらうインタビューだ。

面接が中心の民間企業の就職は難しいと判断し、筆記試験の比重がそれなりに高い公務員に的を絞った有馬さんは、試験対策の予備校にも通った。勉強は順調にこなせても面接指導の場面になるとうまく話せず、落ち込むこともあったという。何よりそれを他の人に見られるのが嫌だった。しかし、有馬さんはそれを避けようとはしなかった。逆にどもって時間がかかることもあるかもしれないから、大学のゼミでの発表に際しては準備に時間をかけて内容をブラッシュアップさせていた姿勢を自分の強みとして語ろうと、自分を振り返り、しんどかったが面接準備に臨む日々を過ごした。

有馬さんを踏ん張らせたのは、ここで折れたら新たに就職へと向かう気力を奮い立たせることが難しくなるだろうという気持ちからだったと語るが、その根底にあったのは「どもることは恥ずかしいことではない」という吃音親子サマーキャンプから受け取ったメッセージである。サマーキャンプでこういう言い方を意識的にすることはないが、子どもや成人がどもりながら劇や話し合いを始めとしたプログラムに取り組む姿勢全体が「どもりは悪いもの、劣ったもの、恥ずかしいものではない」というメッセージを発している。有馬さんの親は無理解というわけではなかったが「いつかは治る、お腹から声を出せば」という認識であったので、サマーキャンプという場と仲間に出会えたことが支え、救いになった。有馬さんはサマーキャンプを、こうしたメッセージを空気のように吸った夢の3日間と表現する。

働くということ 言いたいことが言えて、手ごたえを感じた面接もあれば、そうでない面接もあったが合格した。数次に渡る試験等の総合的な判断ということだろう。有馬さんは難関を乗り越えたが、話すことにまつわる苦労は働き始めてから本格化する。

最初に配属されたのは税金に関する市民からの問い合わせやクレーム等への電話対応が求められる部署だ。専門用語の言い換えはできない。有馬さんの吃音は連発が主な隠しようのないどもり方だ。固定電話のない、携帯電話だけを使用していた学生時代を過ごしていた有馬さんにとって固定電話がずらりと並んでいるだけでもプレッシャーだった。電話口からは激しい口調が飛んでくるような環境に耐えられたのはなぜか。有馬さんは上司や仲間が良かったからと語る。

外部環境が厳しい職場ではお互いを支え合おうとするメカニズムが働くものだが、それ以上に有馬さんの仕事に対する姿勢が周囲からのサポートを引き出したのだろう。どもること自体をどうこうすることはできないが伝える内容をわかりやすく、丁寧にはできる。メールも要領を得たものにしよう。そのためにも仕事に関する勉強はしっかりしよう。電話対応以外も頑張ろう。資料の整理や保存、書類作成にはミスをしないように細心の注意を払った。どもることでも落ち込むのではなく、

書類作成等のミスにこそ落ち込む自分でありたいと思った。仕事の基本ができない人が案外といるものだ。役所に限らないことだが有馬さんのような人がどれだけ職場にとってありがたいことか。安心して仕事を任せることができる。面接の際に披露した自分の強みを発揮する姿勢を堅持する有馬さんである。

一方で職場環境のあり方にも有馬さんは留意した。電話対応がうまくいかず落ち込んでいるとそれを見る同僚が負担に感じてしまい、働きにくくなってしまいうだろう。気持ちを切り替えたいという。この話に触発されて、伊藤さんがどもりに悩んで友だちのいない学校生活だったのは悩むあまり表情が暗く無愛想になり、そのせいで人が近づかなくなって孤立したかもしれないと振り返った。有馬さんは挨拶も積極的にする。挨拶は正確に言葉を発することに意味があるのではなく、すること自体に意味があるのだから。そして有馬さんはよく笑う。インタビュー中もところどころと気持ちよく、声を出してよく笑う。

笑う、ユーモアは有馬さんのもつ強み、**レジリエンス**だろう。笑えるということはその状況を違った視点から眺めることができること、自己を俯瞰する視点があるということだ。有馬さんは自己内対話を通して自他をモニターし、状況を把握している。その力が上司の厳しさは仕事の内容に関することであって、どもることに対してではないとの理解を生んでいる。現在は医療に関する部署にいることから医療関係者との会議の進行を担当しているが、一度途中で上司にとって代わられたことがある。どもっていたことが理由かどうかを確認はしていないが、そういう経験は一度だけ、世の中にはそういう人もいだろう程度で大きく傷つくことはなかった。一度の経験から「私は仕事ができない」というような極端な一般化、非論理的思考に陥らない見事なバランス感覚だろう。

ユーモア以上に特筆すべき有馬さんの**レジリエンス**はその中核的な構成要素である洞察だ。自分の課題を発見し、理解する力、批判的思考力のことだ。この洞察する力は職場だけでなく、自身の病気との付き合い方にも発揮されている。『スタタリング・ナウ』NO.342には有馬さんが受賞した NPO 法人大阪スタタリングプロジェクト（大阪吃音教室）が制定する「ことば文学賞」の 2022 年度最優秀作品が載っている。透徹した筆力の作品だ。

インタビューという共同作業 今回の有馬さんへのインタビューは大阪で活動を共にする私にとっても初めての内容があった。それをもたらしたのは聞き手である伊藤さんが**ナラティブ・アプローチ**を意識したからだろう。

ナラティブ・アプローチとはオーストラリアのマイケル・ホワイト（1948 ～ 2008）とニュージーランドのデイヴィッド・エプストン（1944 ～）を始まりとする心理療法的アプローチ、対話の進め方である。「その人が問題なのではなく、問題が問題である」の考えをその哲学としている。つまり、吃音自体が問題ではなく、そこから受ける影響が問題なのだ。対話者は困難を抱える本人が語る問題の染み付いた支配的なストーリーではなく、問題から自由な素材やストーリーを共に探り、新たなストーリーを再著述することを目的とする。そのために聞き手に求められるのが無知の姿勢だ。

教員やカウンセラーが子どもやクライアントと対する時、「何か困ったことはありませんか？」と尋ねがちだが、それは相手を弱い存在と規定して、そういうストーリーを語ってもらうことで問題の困難さを増すことにつながっているのではないか。苦勞しながらも生き抜いてきたサバイバーとして敬意を払い、対等な相手として尊重すること。相手の中にあるまだ見たこともない資源、経験を聞かせてほしい。それが無知の姿勢である。

伊藤さんはこれまでも有馬さんとはこうした場を共有しているが、今回改めて無知の姿勢に基づいて「どんな力が面接に向かわせたのか、そうさせたのか？」と問いかけた。それが有馬さんの言葉と資源を刺激して、終盤の「仕事上の少々のミスは犯罪ではないし、どもることでも人を傷つけるわけではない。自分の中で折り合いをつければいい。自分に無理なことは諦めて、100 点を目指すのではなく 40 から 80 点ぐらいの仕事ぶりでよしとしている」との語りにつながった。ユーモアを伴った現在の境地の開示だろう。

特にこの数字の割合はネガティブな要素1に対してポジティブな要素3の割合が物事を順調に行ううえで有効という**ポジティブ心理学**という黄金比率に通じる発想だろう。**ポジティブ心理学**はアメリカのマーティン・セリグマン（1942～）が提唱する考え方である。セリグマンは人生を価値ある幸福なものとするには「PERMA（パーマ）」という5つの条件が必要と語る。Positive Emotion（ポジティブ感情）という前向きな感情、フィーリング、Engagement（エンゲージメント）という今の活動に集中している状態のこと、Relationships（関係性）という他者との本質的なつながり、Meaning（意味・意義）という自分の人生に意味を見出すこと、Achievement（達成）という何事かを成し遂げ、目標を達成した充実感の5つである。真面目で誠実、協調性をもって自他への配慮を怠らない有馬さんのありようはPERMAそのものだろう。

途上にある私 1995年1月の阪神・淡路大震災を契機に日本社会にPTSD（心的外傷後ストレス障害）という考え方が広がった。大きな事故や災害があれば子どもたちのケアということで学校にスクールカウンセラーが派遣される社会になった。そして、2011年3月の東日本大震災、多くの心理職が被災地に駆けつけた。伊藤さんとの共著がある国重浩一さん（1964～）というニュージーランド在住のナラティブ・セラピストもその一人だ。国重さんは被災した人たちが「どんなことを経験されましたか？」という問いかけに一人ひとりが様々なストーリー、経験を語ってくれたこと、そこには悲嘆にくれる姿も当然あったが、生き延びた自分を確かめることでエンパワメントされる姿もあったという。

国重さんが見出したのはPTSDではなく、**心的外傷後成長**と訳されるPTG（Post Traumatic Growth）という現象である。受難や大きな喪失がその人の成長を導く。自ら望んだものではないがそうした変化もあるという事実である。大阪吃音教室では内観法にヒントを得た「どもり内観」という講座がある。「吃音にしてもらったこと」を語るというPTG的な視点をもった実践だ。

インタビューの最終盤、有馬さんは自分の吃音を通して、こうした人とのつながりと「自分には見えてはいないものの、この社会にはマイノリティの人たちがいると想像できる」ことを得たと語る。住民サービスを仕事とする自治体職員としての成長に必要な視点だろう。そして、「吃音は不便とは思いますが、幸、不幸とは別だ」と続けた。伊藤さんのように「吃音で得たものばかりだ」という境地にはまだ至らない、そうありたいと思うが、まだその途上だと締めくくった。爽やかに率直な有馬さんだ。

構造化された対話の実践発表 「吃音評価法を通して自分の吃音人生を考える」 相埜孝幸さん（大阪府・支援学校副校長、NPO法人大阪スタタリングプロジェクト）

プログラムの最後は同じく途上にある相埜孝幸さんの報告だが紙数が尽きた。内容は『スタタリング・ナウ』No.336の相埜さんの文章を読んでほしい。ここでは相埜さんの最後の言葉を伝えたい。

大阪吃音教室に通って5年、どもる事実を認める「ゼロの地点」に今立つ相埜さんは過去を後悔し、未来に不安をもつのもなく、今を丁寧に生きたい。吃音に悩む暇はない。自分の役割を果たし、人の役に立ちたい。充実した人生を送りたいと語る。定年後も副校長として勤める相埜さんはこれまでも充実した人生を送ってきたと考えるが、その物語の書き換えはこれからの大阪吃音教室での共同作業に任されているのだろう。