

か ん も く

# 緘黙症

## 当事者と家族の小体験記集 第4集

### 目次

はじめに		p.1
1. 「緘黙をしらずに」	山城珠恵 (家族)	p.3
2. 「私の緘黙体験」	高橋幸広 (当事者)	p.5
3. 「緘黙 ひきこもり そして、これからのこと」	田中聡至 (当事者)	p.8
4. 「緘黙の16年、そして今」	瀬谷光隆 (当事者)	p.11
5. 「当事者が当事者に対して何ができるか」	河野美由紀 (当事者)	p.13

2011年9月23日第1版発行

編集：かんもくの会  
ホームページ：<http://asmjapan.org/>

## はじめに

緘黙症は、多くの人に、「大人になれば治る」と漠然と思われているようです。中には、緘黙症は治っても影響が残る場合があることを知ってくださっている人もいます。しかし、それでもなお緘黙症の実態の一部でしかありません。実際は、大人になっても完全に緘黙のままである人たちがおられます。しかも、それは稀なケースというわけではないようです。かんもくの会にはそのような状態の当事者の親御さんの会員が多数おられます。お子さん方の多くは、場面緘黙のまま、あるいは人によっては家族とも話さない全緘黙の状態となって、10年、20年と、自宅に引きこもって暮らしておられます。2009年度の日本特殊教育学会第47回大会でのシンポジウムにおいて話題提供された、成人当事者の親御さんは、自分が死んだ後、子どもが自立して生活できるようにしてあげるにはいったいどうすればよいかと訴えられました。このような状態にある人たちは恐らく日本に数千人から数万人存在すると推測していますが、それに対する社会的な支援体制はなく、親御さん方は途方に暮れておられます。支援を議論する以前に、そのような人々の存在を示唆するような公的な情報すら、もしかしたらどこかにあるのかもしれませんが、私は見たことがありません。読んだことのある緘黙症の専門書には「大人になれば話すようになる」などとはっきり書いているものもありました。なぜ専門書の著者はそのように誤解していたのでしょうか。その理由を考えると、緘黙症という状態の特異性が見えてきます。

本体験記集は、2011年度日本特殊教育学会第49回大会において開催した自主シンポジウムに合わせて制作したものです。かんもくの会は2006年に活動を始め、2007年度の日本特殊教育学会第45回大会において初めてシンポジウムを開催させていただきました。また、同年の日本行動療法学会第33回大会でもシンポジウムを開催させていただきました。これらの最初のシンポジウムの準備において、シンポジウムの参加者に緘黙症の理解の助けとなる資料を何か提供できないか会員の間で話し合いました。その結果、自分たちの体験を書き、冊子にして読んでもらうことになりました。そして、当事者会員と家族会員の方に体験記を執筆していただき、それを体験記集第1集としてシンポジウム会場で配付しました。また、当会のウェブサイトからも自由にダウンロードしていただけるようにしました。すると、各所から反響があり、緘黙症の支援の必要性を理解していただくのに体験記集が予想以上に役に立つことが分かりました。そして、その後も第2、3集を制作し、今回で第4集になりました。

体験記集の事例は、日本国内だけで数十万あると予想される事例のごく一部にすぎません。また、1人当たり2、3ページ執筆していただいておりますが、その分量で開示できることも各人のほんの一部のことでしょう。それにもかかわらず、体験記集のおかげで緘黙症の人の苦しみや親御さんの悩みを知ることができたと声をたくさんいただいたということは、裏を返せば、それほど緘黙症に関する情報は少ないということだと思います。

私自身、かんもくの会の活動を始めた頃までは、自分の体験を根拠に、緘黙症のことを知っている気になっていったと思います。しかし、活動を通して当事者、家族、教員、臨床心理学の専門家など様々な立場の人々の経験や見識を知ることによって、自分が思い込んでいた緘黙症の像とは実は断片的で狭い範囲のものであったことが分かりました。

緘黙症は一般社会にはほとんど知られていないと思います。当事者の自分が緘黙症という言葉は初めて知ったのは30代も半ばになってのことです。自分の経験した状態に専門的な名称が与えられており、心理学や特別支援教育などの専門家の間ではよく知られていることを知って大変驚きました。しかし、或る領域の人々に知られているとはいえ、どんな解説を読んでも緘黙症は子供の間だけの話で終わっており、大人になってから自分が辿った苦しい過程を示唆するような記述は見つけられませんでした。ましてや、かんもくの会の活動を通して知ったさらに重篤な成人当事者を認知しているとは到底思えません。

緘黙症は恐らくほとんどまたはすべての人が幼少期から10代にかけての成長期に始まると思われます。子供のうちに治り、以後の人生にたぶん影響なく生きる人がいる一方で、冒頭で述べたように、完全に緘黙状態のまま人生を送っている人たちもいます。そして、その間の様々なレベルに成人当事者が分布していると思われます。私はその中間の分布のどこかに位置すると思います。しかし、中間と言っても、大人になってから今日までの人生はずっとこの問題で苦しんできたと思います。かんもくの会の当事者会員の多くはそのような中間の状態です。

このように、成人後も緘黙のままであったり、影響を引きずって苦しんだりする人はたくさんいるのに、なぜそのような状況に至るリスクは正しく理解されていないのでしょうか。それは緘黙症の特異な性質の故であると考えています。話さないことが緘黙の特徴ですから、本人が自分の状態を積極的に訴えることは難しいと思います。あるいは、私の経験ですが、訴えても理解してもらえないので、訴えることを諦めるのかもかもしれません。本人からの声がなかなか聞こえない、届かないことに加えて、他の障害等と非常に異なる、緘黙症の特異性があります。それは、子供の当事者の場合では、最も身近にいる家族が子供の状態を楽観してしまうケースが非常に多いことです。これは、特に、学校などの特定の場面で緘黙状態となる「場面」緘黙の場合、子供は大抵家庭では普通に振る舞うからだと思われます。もちろん、当会の家族会員の皆さんのようにお子さんの状態を心から心配している方々はおられますが、恐らく全体的にはごく少数の人たちだと思います。私は、家族に問題の深刻さに気づいてもらいにくいということが、緘黙症が世の中に知られない最大の原因であろうと考えています。家族が深刻に受け止めないで、教育相談等に連れてこられる子供の数は実数に比して非常に少ないと思われます。その結果、専門家には「ニーズの低い分野」と認識されてしまうと思われます。それにより、研究の遅れ、支援のための知識や資源の乏しさ、社会的認知度の低さ、それ故の家族の楽観という、問題の悪循環が生じるのであろうと考えています。

しかし、誰の目にも明らかに重篤な成人当事者の存在までも知られないのは、しかも専門領域の人々にも実態がほとんど知られないのはなぜでしょうか。重篤な成人当事者の場合も、子供の時と同様に、本人が相談機関等を自主的に訪れることはほとんどないでしょう。さらに、子供の時はまだ学校などの場で知られ報告される機会がありますが、大人の場合はそのような外部のルートがありません。従って、世の中に知られるには家族が状況を代弁することが鍵になります。しかし、私が直接お話を聞いたりしたことのある親御さん方は、表だってお子さんの状況を知らせる活動はなかなかできないようです。はじめはそのことが不思議でしたが、だんだん分かってきたのは、親御さん方は、お子さんの人格を尊重するために非常に気を遣っておられるということです。今回の体験記集にも成人当事者の母親の方に体験記をご執筆いただきましたが、子供に気を遣い、現在の状況を詳しく書き込むことはできなかったそうです。

かんもくの会の役割の一つは、当事者本人や家族の代わりに表に立って実情を説明し、支援をお願いすることだと考えています。体験記集はそのための資料です。体験記集は、できるだけ緘黙症の多様な側面を網羅するように執筆者を募っています。体験記集は当会のウェブサイトから自由にダウンロードしていただけますので、ぜひ第1集から読んでいただければと思います。(http://asmjapan.org/) 緘黙児童・生徒に関わっておられる教育関係者や相談機関の関係者などの方々には、子供の内面や将来へのリスクの理解、支援方法のヒントなどのために体験記集が少しでも役に立てばと願います。また、福祉等の分野に携わっておられる方々には、成人当事者に対する支援の可能性を考えていただけないかお願い申し上げます。難しい問題と思いますが、糸口を示していただければ大変ありがたいです。

最後に、お忙しい中、体験記を執筆してくださった皆さんに心からお礼を申し上げます。

かんもくの会  
代表 浜田貴照

## 「緘黙」をしらずに

山城珠恵(家族・仮名)

現在20代半ばの娘は、中学の途中から学校へ行けなくなりました。

小さい頃家ではよくおしゃべりしても、外ではしゃべらない娘を、親の私の子供の頃のようにおとなしいのだと思い込んでいました。家では自分で歌を作って歌っていたり、上の子がお友達の家へ遊びに行くのに一緒に付いて行ったりして、好奇心旺盛な子でしたので、成長するにしたがって話せるようになるものと決めてかかっていた。

それでも少しでも早くから社会性を身に付けさせることで自信につながるのではないかと考えて、保育園に入れることにしました。保育参観の折の娘の様子は、ほかの子の親御さんが「家にいる時と同じ」と言うほどリラックスして遊んでいるのに引き換え、仕方なしにそこに居るという風でした。それでも娘にしてみればたぶんがんばって登園していたのですが、その内登園を渋るようになりました。またその保育園からは、入学予定の小学校へ行く子があまりいない事もあって、今度は幼稚園へ転園することにしました。

おしゃべりをするようになった訳ではありませんが、保育園での様子と違って、行事等でもお友達と一緒に心から楽しそうに参加していて登園を渋ることもありませんでした。幼稚園時代はお友達に誘われてピアノのグループレッスンや体操教室にも通いましたし、お友達の家へ遊びに行ったり、家にお友達が遊びに来たりしていました。

幼稚園の時のお友達もいる小学校でしたが、引越しのために転校せざるを得なくなり、誰も知った人のいない小学校に通うことになりました。今から思えば非常に辛い状態に追いやってしまったようなものです。知らない人ばかりという事は、よい方へ転べばしゃべれるようになるきっかけになるかもしれませんが、悪くすれば緊張の極みで相当なストレスがかかる事になるでしょう。やむを得ない事情があったとはいえ、当時そこまで深く考えていればと悔やむばかりですが、お友達も出来て元気に登校する姿に安心してしまっていました。

中学の途中で学校へ行けなくなった当初は、やはり話せないということが障害になっているものと想像はついても、「場面緘黙」という事を知りませんでしたので、不登校の親の会へ入ったりあちこちの集会に参加したりしました。また私一人で地域の教育相談を受けました。しかし本人の状態に変化がないことから、途中からは雑談をしに行くという状況で、何も期待してはいけないうのだと知らされました。ただ、勉強が嫌いという訳ではないのに学校へ行けなくなった事は、相当なショックだったことでしょうし、親としても高校受験のことが気がかりでどうにかならぬものかと気を揉んでいましたが、担任の先生が尋ねて来てくれても一方的に先生が話しているだけで、何回かそんなやり取りをした後は部屋へ入ることも嫌がるようになったので、無理やり登校させることでかえって心を閉ざしてしまうのではないかと、静観する他ありませんでした。

結局「場面緘黙」という事を知ったのは、数年前に娘本人がインターネットで見つけたときです。早速書物やインターネットでその症状や当事者の方々の手記を読み、いたたまれない気持ちになりました。どうしてもっと早く気づけなかったのか、いつか話せるようになるかと高をくってしまっていたのか。私達家族も周りの人達も教育現場の先生方もたまたま「場面緘黙」の知識がなかったということなのではないでしょうか？

「緘黙」の厄介さは外見から分かる障害と違って、「緘黙」という事を知らない人にはなんとも理解できないというところではないでしょうか。娘のようにまったくしゃべれないという訳ではない場合は、特に分かってもらえないことと思います。学校からも授業中に答えられないと指摘されたことはありませんので、私自身が、その内しゃべれるようになると思いついて、ほとんどの人がそのように思うのも無理のない

ことと思います。せめて、教育に携わる先生方、特に最初の集団生活である保育園や幼稚園の先生方に「緘黙」の認識があれば、早い段階から支援を受けたり、周囲への配慮をしてもらえるのではないのでしょうか。学校の授業でもしゃべらないという事を除けば極端に理解力がないという訳ではないので、ややもするとしゃべらせることのみを追求するあまり、大勢の前で質問を投げかけるといった対応をされることがあったようです。もちろん先生方は「何とかしてあげよう」という気持ちからそのような対応をされるのでしょう。もしかしたらそのようなことがきっかけでしゃべることが出来るようになる緘黙児もいるのかも知れません。私自身も単純にそう考えてしまいそうです。しかしそうした対応は、緘黙児本人へのダメージだけでなく周りの人達の無理解を増すことになるだけだと思われます。一刻も早い周知徹底を希望してやみません。

私自身は外ではおとなしく、家ではわがままないわゆる内弁慶な子でした。外でしゃべらないという訳ではありませんでしたが、小学校高学年のときに、多分、消極的な性格を何とかしようと考えたのでしょうか、教育相談所へ連れて行かれました。特別何か指導があったわけではなく、好きな本を読んでいただけだったと知った親は二度と連れて行くことはありませんでした。たった一度の経験でしたし、自分でも消極的な性格なのは十分承知していましたが、自分自身を否定されたという印象が強く残り、娘にはそんな気持ちを味あわせたくないと思っていました。けれどどんなに恨まれようとも、その後の長くつらい日々のことを思えば、無理にでも相談機関へつれてゆくべきだったのかと悔やまれます。今になって娘から「何で調べようとしてくれなかったのか」と責められています。

「場面緘黙」と分かったからといえ、今はまだ診療を受けに行ける訳ではありません。つらかった日々のことを話せるようになったのも最近のことです。長い時間がかかりましたが、必要な時間だったんだと考えるほかありません。

現在私は保護者の立場で「かんもくの会」に入っています。「保護者」という表現もおかしなものだと思いますが、「緘黙」を見つけてあげられなかったことを考えれば、娘が自立できるまではその立場で応援を続けます。現在社会参加出来ていない娘と違って、何とか「緘黙」を克服して仕事についている方達が、限られた場面ではあっても、うまくコミュニケーションが取れないことでいまだに苦しんでいることを知りとても心が痛みます。それでも何とか克服された方々が、同じように苦しんでいる人に手を差し伸べようとしている姿には心強いものを感じます。果たして自分には何が出来るのか分かりませんが、この手記で、娘のように「緘黙」ということに気づくことなく成人してしまった存在があることを知っていただき、どんな支援や対策が考えられるのか検討していただけたらと思います。

## 私の緘黙体験

高橋幸広(当事者)

私が人と違うと感じるようになったのは、物心がついた5歳くらいからだったと思います。もっと幼い頃は買い物で母について行ったときには、魚屋や八百屋に行ったときには、お店の人に「この魚は何?」「この野菜は何?」とよく聴いていたようです。ただ同じ年頃の子どもと遊ぶと話をしたり、いっしょに遊んだりするのは苦手だったようです。

私が物心をついた5歳頃の時に、通っていた幼稚園で、お遊戯の発表会がありました。確かネコのダンスの発表だったと思います。ネコのダンスの時に、他の人はどんどん覚えていくのに、私1人が覚えが悪く、なかなか覚えることができず。先生にずっと叱られ続け、それでも覚えられずに、その後に、私1人だけ何の演技の必要もない「木」の役にさせられました。そのことが当時は子どもながらにかなりのショックだったのでしょう。その後幼稚園で、一言も話すことができなくなりました。その前にも幼稚園ではあまり話せなかったと思いますが、特にこのことがあってから、心がたたくなくなり、先生の前では特に緊張の余り固まって一言も言葉を発せなかったことが思い出されます。それは小学校に上がってからも改善されることはありませんでした。学校では緊張の余り固まってしまい、特に先生の前では、授業中に質問を当てられても、言葉を発することはできませんでした。ただ、学校が終わると、私が学校で話せなくても、気にすることなく遊んでくれた2、3の友だちとは、放課後は話すことができました。また、家に帰ると学校で会ったことを話したり、母にとってはうるさいくらいの時もあったようです。

両親の私に対しての関わり方では、私がいつも自信がなさそうに見えたらしく、何か自信を持ってもらえることがないかと模索していたそうです。それで私は、小学校2年まで全く泳げなかったため、これでは「いけない」ということで、小学校2年の終わりの頃に、小学校のPTAの有志の人たちが主催していたスイミングクラブに通うことになりました。最初の半年くらいは、とにかく水が恐くて泳げるようになりませんでした。が、ふとした時に、初めて顔を水につけて泳ぐことができたそうです。その泳ぎがきれいだったということで、褒められた記憶があり、そのことが一つの自信にはなりました。水泳に関しては、小学校6年までに小学校主催の地域別の水上運動会の個人種目やリレーの選手に選ばれたり、少しずつ自分の中に自信をつけていくことができました。そのため30年以上たった今でも水泳(上級)指導員の資格をとったり、障がいがあるお子さんたちにアクアムーブメント(楽しい水中運動に)に関わったり生かすことができています。

ただ緘黙状態は小学校の時には、まだ学校内で話せるまでには至りませんでした。

中学の時には、国語の時間に、詩の解釈の仕方が、他の人とまた違った切り口でよかったということで、褒められたことがあり、そういう小さいことでも私にとっては、小さな自信の積み重ねにはなりました。ただ、小学校、中学校を通じて、人によっては私が話さないことを変に思ったりして、からかいの対象や、上級生からの軽いいじめの対象にはなりました。それに対しては、自分で相撲を覚えて、自分の身を守るようにしたり、クラスのガキ大将的な子に助けってもらったりで、どうにか切り抜けることはできました。しかし、先生や周囲の大人の目がしっかり見守ってくれることが必要であることも強く思っていました。

高校に入ってから、最初は相変わらず、学校では緘黙状態でしたが、水泳部に入りました。1年のうちは他の部員と力の差があり実力的に追いつくのは大変でしたが、自分なりに練習を積んで、1年の後半くらいから、試合にも出場できるようになり、同級生の部員が私がなかなかしゃべることができないことも受け入れてくれて、支えてもらいもしました。そして、水泳も上達して、人間関係も少しずつ築けるようになってきて、仲間内では学校でも少しずつ話せるようになってきました。授業では、必要最低限だけ答えられるようにはなってきましたが、まだ学校では、人前で話すのはとても緊張をしました。ただ高校時代は、自分も

何とか少しでも話したいと思うようになってきたのと、部活に入り、練習を積んで、上達してきて、試合にも出ることができるようになって、仲間にも受け入れて、支えてもらったことが、緘黙状態の改善につながってきたように思います。この高校時代の仲間は30年たった今でも年に2回ほど親交があり、その存在が精神的な支えにもなっています。大学時代も前半は水泳を続けていて、3人ほどの仲の良い友人はできましたが、緘黙状態は変わらない感じでした。ただ大学卒業前に、合宿制の自動車教習所に行って、自動車普通免許を取得しようとしたのですが、最初なかなかうまくいかず、教官からも叱られ続けて、途中で体調も崩してしまい、免許取得に至らなかったことは当時とても残念に思っていました。

大学4年になり、やはり就職活動を他の学生と同じようにしましたが、今ほど就職難ではありませんでしたが、最初はなかなか自分を表現できず苦勞しましたが、就職の面接では必要最低限のことは話すことができ、一番最初に就職した、外国向けにマニュアルなどを印刷・販売している中小企業に就職することができました。

社会人になってからは、最初の2年くらいは上司から「もっと話しなさい」と言われたり、「入社式の司会をさせられそうになったり」など、私が苦手なことを結構言われていました。ただ、最初に就職した会社には「石の上にも3年」という気持ちがありましたので、自分なりに仕事のことも勉強して、3年目くらいになり、総務、経理の仕事のある程度こなせるようになり、上司にも叱られることはあまりなくなりました。しかし、休憩時間の雑談などにはほとんど加わることができず、おそらく、「変わっている人」だと思われていたと思います。この会社も10年半ほど勤めましたが、バブルの崩壊等があり、倒産してしまい、失業してしまいました。それと同時に、何とか会社に少しでも役に立てればと、工場の工務課に所属していたときに、出荷等も手伝っていたため、過労もあったためか、酷い腰痛に見舞われ、結局は2度の腰椎椎間板ヘルニアの手術とリハビリのため、長期の休業を余儀なくされました。また私自身のリハビリを終え、一時これまで行ってきた会計の知識を生かして専門職を目指していましたが、ハードルが高く、父の心臓疾患での4度の入院、そしてその介護などもあり、断念せざるをえなくなりました。

この時期が大きな転機になりました。私自身、今後どういう道に進もうかと考えていて、住んでいる区の社会福祉協議会が行っている、夏ボランティア体験の標語で「できることから、始めてみよう!」という言葉にひかれて、水泳を行っていた経験も生かして、障がいがある子どもたちのプールの介助に入ることになったのです。このボランティア経験が土台となり、ホームヘルパー2級を取得して、もっと本格的に活動を行いたいと思うようになりました。そして、通信制の福祉大学に社会人入学をして、登録ヘルパーや、区の障害児施設の宿泊支援の仕事などをしながら、2年間勉強をした後に、隣の区の心身障害児生活訓練事業所で児童指導員の仕事をしました。子ども相手の仕事でしたが、なかなか必要なときに的確に声が出なかったり、苦勞をしました。その後、障がい者のデイサービスの仕事をしたり、ガイドヘルプの仕事をしながら、精神保健福祉士、社会福祉士のソーシャルワーカーの国家資格を取り、その後、介護福祉士の資格も取得して、障がい者のグループホームの生活支援員(ソーシャルワーカー、ケアワーカー)として仕事をしています。ここでは、自分の得意とする福祉制度を活用した支援や心のケア、入浴介助等の直接支援等で、コミュニケーションに困難を抱えている知的に障がいがある人たちの支援の仕事を通じて、ようやくここ最近5年ほどは、精神的にも落ち着いて生活を送れるようになりました。私が、「場面緘黙症」「緘黙症」という言葉を知ったのは、ボランティアを始めた10年ほど前でした。今まで、なぜ他の人と同じように、学校など公共の場で話すことができないのかと疑問に思ってきましたので、少し心の重しが取れた感じがありました。しかし、その頃はまだ他に「緘黙」のことで悩んでいる人がいるということまでは考えが及びませんでした。現在は、日常生活や通常の仕事では大分緘黙状態は改善されてきましたが、電話が苦手だったり、仕事での会議や仕事の休憩中の雑談が苦手だったり、緘黙の影響は少なからずあります。今後も無理し過ぎず折り合って生活して行ければと思います。

私がかんもくの会に入会したのは平成21年の初夏でした。秋の宇都宮大学の日本特殊教育学会の自主シンポジウムを見学させていただき、緘黙についての体験談を聴いたり、茶話会に参加して、感銘を受けました。その前に8月、9月に代表が関東に出向き、企画した集会にも参加しました。その後、平成21年10月より、関東でも有志によって集会を行っています。できるだけ月1回のペースで、お話し中心の会と、当事者中心参加の行事の会を交互に行っています。この会では、日頃の悩みを話し合ったり、緘黙についての情報を共有したり、また安心して参加できる場であったりとピアカウンセリング的な活動をしていければと思っています。そして、行事中心の会では、言葉でのコミュニケーションは難しくても、ボーリングや公園でボールやフリスビーを使っての軽運動をするなど身体を使ったり、室内で、トランプ、カルタなどのカードゲームや、粘土細工や折り紙などの工作をしたり、またTVゲームや音楽を聴いたり、カラオケをしたり、レクリエーション的な活動を通して、会員同士の信頼関係を築いたり、親睦を図ることに役立てればと思っています。またこのような行事中心の活動では、今後も子ども会員も楽しんで参加できるように工夫していきたいと思っています。

現在、医師や心理士など直接治療に関わるスタッフや機関と連携が取れているわけではないので、治療や即効性を期待される保護者会員の方にとって物足りないとは思いますが、このような集会で会員相互に関わることによって、人に慣れたり、社会性を育む上でのきっかけになったり、家族以外の人と話す機会ができればと考えています。そして、場面緘黙当事者・経験者として、また支援者としても、緘黙経験者の方や、現在緘黙で悩んでいる方や、子ども会員さん、保護者会員の方と、ともに考え、ともに悩み、ともに歩いて行ければと思います。



## 緘黙 ひきこもり そして、これからのこと

田中聡至(当事者)

わたしは子どものころ、学校など特定の場面において精神的不安と緊張から、話すことができなかった「場面緘黙症」経験者です。ADHD(注意欠陥多動性障害)の傾向もあります。それらの病名を医師に診断されたことはありませんが、緘黙を克服途上でパニック障害、うつになり、精神科に20年以上通院していました。通院当初、病名は告知されませんでした。後年になり「統合失調症」と診断されました。

話すことができなかったのは、おもに同い年や年下のひとで、両親や親戚など、ものごころついたころから知っているひとに対しては話すことができていました。そのためか、周囲のおとなは緘黙に気づかず、「おとなしい子」という程度にしか思われなかったのも、緘黙について専門機関の相談や特別な支援などを受けたことはありません。緘黙は「性格が原因」なので、自分で克服しなければ、と思っていました。

幼稚園に入る前から緘黙傾向がありました。繊細で感受性が強く、恥ずかしがりやで、人見知りも激しかったのですが、小学校低学年のころまでは陽気な面もあり、いつも表情がニコニコしていました。しかし、友達の輪に入って遊ぶのは苦手でした。友達の名前を呼ぶことも、自分から遊びに誘うこともできませんでした。男の子同士で「おまえ」「おれ」などと呼びあう関係に嫌悪感さえありました。女の子とままごとをして遊んでいるほうが安心していましたが、基本的にひとりであるほうが好きでした。家でレゴやミニカーなどの模型玩具で遊んだり、絵本や図鑑を見たり、乗り物の絵を描いたり、空想するのが好きな子でした。

一方で好奇心が強く、多動で落ち着きのない面もあり、そのことで母や周囲におとなに強く叱られたことが緘黙の原因になったと思われるのですが、具体的なきっかけになったできごとは、わかりません。

幼稚園は4歳で年中組から入りました。ことばの発達が同い年の子と比較すると遅いほうでしたが、身体の状態に問題はなく、集団生活に支障するような「障害」も認められませんでした。これは母から聞いた話なので、わたしは覚えていませんが、入園前の面接で先生に「お名前は？」と質問されても、先生の指のマニキュアを黙ってじっと見つめるだけでした。しかし絵合わせパズルなど、ことばを必要としない作業や選択式の課題は、すらすらとできていました。言語的、抽象的なものを理解し、それを自分のものとして表現するのが得意な反面、図形や色など視覚から入るものへの興味や認識力、記憶力などは、当時から非常に強かったと思います。自治体や企業のロゴマーク、家紋、国旗、地図、鉄道車両や自動車の形式、家電製品、車のナンバープレート、暦年号、標識などに当時から異常な興味と執着心がありました。反面、自然界の動植物、漫画やアニメのキャラクターなどには、あまり興味を示しませんでした。

電話のベルやテレビなどの大きな音声には過敏でした。小学校低学年のころから、ひとりで留守番を頼まれることがありましたが、電話は当時から苦手な黒電話の大きなベルの音が怖く、伝言もできなかったので受話器を取ることはなく、ベルの大音響に堪えながら鳴り止むまで待つだけでした。

幼稚園はあまり嫌がらずに通いましたが、当時から「ほかの子たちとは、なにかが違う」ことに気がつき、周囲から浮いているのを子どもごころに感じていました。ほかの子どもたちとの会話は、ありませんでした。「かごめかごめ」「はないちもんめ」などの伝承遊びや伝言ゲームなど、ことばを必要とするカリキュラムは苦手でしたが、ことばの不要な運動遊びや夏期のプール遊び、遠足やお泊り会などの野外活動、音楽やダンス・リトミック系の身体芸術的な表現活動は、むしろ好きなほうでした。幼稚園から小学校低学年までは音楽教室にも通いました。音楽教室では、やはり同い年の子どもとの会話がありませんでしたが、オルガンなどの楽器演奏や合唱は、問題なくできていました。

小学校入学前後のことはあまり覚えていません。学校の科目では社会がいちばん好きでしたが、国語の作文と体育が苦手でした。作文は少しずつ書けるようになりましたが、体育は鉄棒の逆上がりが高学年に

なってもできず、水泳は25m泳げずに卒業しました。また身体が異常に固く、柔軟運動や走ること、マット運動やボールを投げるのも苦手で、野球、サッカーなどの球技にも不利でした。教科書の朗読は、小さい声ながらできていました。小学校では展覧会と学芸会が1年交互で開催されていましたが、小2の学芸会では劇の出演を希望しましたが大きな声が出せず、台詞を覚えるのも苦手ということなので、台詞のないダンスのみの出演でした。しかし、音楽の発表会では音楽教室に通っていたことを買われたのか、指揮者に選ばれました。わたしとしてはひとりで目立ちたくはなかったので、楽器演奏のほうがよかったです。小3のときは、いじめが多くなりました。いじめられて帰宅し泣きべそをかきそうなわたしの顔を見て怪訝に思った母が「誰にやられたの?」と、よくききましたが、同級生の名前を口に出すことが恥ずかしく、答えられませんでした。

小3の終わりで転校することになり、小4の新学期から心機一転、新しい学校に入りました。一学期最初のホームルームの時間、クラス全員の前で自己紹介があり、自分の名前は言えましたが、ほとんど自発的に話さなかったので「心の病気?」「1たす1は?」などと、同級生から「発達障害のある子」のようにいわれました。たださえ転校生は目立ってしまうのに、さらに好奇の視線にさらされるのがいやでした。

5、6年のときは、担任の先生にも比較的恵まれ、まとまりのあるよいクラスだったと思います。自分のほうから同級生に話しかけたり、遊びに誘うなど積極的に働きかけることはありませんでしたが、質問されたことに対しての返答は小さい声ながらも、的確にできていました。小学校最後の展覧会ではモニュメントのデザインを担当しました。卒業式の「呼びかけ」の台詞は「大きく大きく つくりあげた(展覧会)」でした。大きな声ではっきりと言うことができました。

中学時代は一転、学校が荒れていたこともあり、いじめが最もひどい時期でした。「バカ」「ボケ」「暗い」と毎日のように言われ続け「ボクシングやろうぜ」と言われて殴られたり、教科書やノートに落書きされたりしました。他のクラスの男子にも休み時間に廊下で遭遇するたびに「植物人間」と言われ、たまに何か話したりすると「あ、田中がしゃべったー」などと、はやしたてられました。中学では学年ごとにクラス替えがあり、そのたびに「いじめっ子」も替わりました。新学年が始まる4月は「いつ、いじめが始まるのか」という恐怖で、いっそう話せなくなるという悪循環に陥っていました。同級生といるのが怖く、休み時間や給食の時間は、いつもひとりぼっちでした。両親にも先生にも「いじめ」のことは、話したくありませんでした。学校では勉強だけでできればいい、無理に話さなくても友達ができなくてもいい、そのためにエネルギーをつかわなくてもいい、あとはひとりでできる趣味で発散しようと思いました。

部活動は苦手な運動部を避け、歴史(郷土)研究部に入りました。あまり表だった活動はしておらず、部員との交流はほとんどありませんでしたが、顧問の先生との語らいが学校で唯一安心できる「居場所」になりました。先生は大学教授のような風格がありましたが威圧感はなく、おだやかな性格だったので、安心して会話ができていました。

高校は中学より自由な雰囲気、標準服も強制されていませんでした。いじめも少なくなりましたが、依然として同級生に向かって自分のほうから積極的に話しかけることはできませんでした。しかし、得意科目だった地理のグループ研究発表ではクラス全員の前で、はっきり発言することができました。部活動は鉄道研究会に所属し、文化祭では鉄道模型のジオラマ制作などで活躍、また、クラスで制作した映画に台詞はなかったものの出演を果たし、中学時代にはなかった共同作業することのよろこびを味わいました。

高1の後半から、話すのが苦手でも服装や振る舞いなどで「みんなの注目を集めたい」という気持ちが少しずつ芽生えていきましたが、そのころから心身のバランスを崩しはじめました。3学期のある日、学校で突如めまいなどのパニックに襲われ、直後に遅い水疱瘡にもかかり、しばらく学校を休みました。水疱瘡が完治すると登校再開しましたが、情緒不安定な状態が続いたので、両親はここで初めて都立病院の精神科に連れていきました。高2になると、パニックはいったん収束しましたが、薬の副作用と思われる「う

つ」になり、全体的に意欲が減退したので通院を一時中止しました。学校の勉強もはかどらず、通知表の評価点も下がりましたが、中学ほど学校や友人が嫌いにはなりません。しかし、学校の先生に自分の「心の病気」のことを話すことはできませんでした。「うつ」による学業不振のため大学受験は断念し、高3になってもなかなか進路を決められず焦りがありましたが、両親や周囲のすすめでデザイン系専門学校の建築科に推薦入学が内定、高校もなんとか卒業したので、両親も、わたし本人もほっとしました。

高卒後入学した専門学校は小規模でしたが、高校よりさらに自由で大学のような雰囲気がありました。学科のクラス以外でも友人をつくろうと、漫画にあまり興味がなかったにもかかわらず漫画研究サークルに入りました。もう過去の自分を知る友人はいません。これは自分を徹底的に変えるチャンスと思いました。こんどこそ「話さなければ」「友人をつくらなければ」との思いが強く出過ぎて逆に多弁になり、わたしの緘黙は突如、解消しました。5月の連休明け、環境の変化によるストレスも重なったのかパニックを再発、2週間ほど学校を休み、都内の別の精神科に通院を始めました。ひさしぶりに学校に出てみると講義内容がほとんどわからなくなり、サークル活動のある金曜日だけ登校するというありさまでした。やがてサークルにも行けなくなり、いまでいうところの「ひきこもり」になり休学、結局、学校は2年で中退しました。約1年間の「ひきこもり」からようやく脱出しようとしていたとき、ちょうど成人式を迎えましたが、中学時代の同級生と再会するのが怖く、参加しませんでした。同じ時期に小学校の同窓会もありましたが、それ以降、同級生との交流は断絶したので、新たな友達づくりは、白紙の状態からやり直さなければなりません。

21歳の春ごろから英会話学校やアルバイトをはじめ、少しずつ外出できるようになりました。英会話学校では友達ができなかったですが、アルバイト先で、やっと年上で男性の友人ができました。アルバイトは地図製作や教材印刷など、どちらかというと地味な仕事でした。地図製作は3社通いましたが、人間関係のもつれなどから、どこも長続きしませんでした。教材印刷の仕事はアルバイトから契約パート社員になりました。ここは人間関係が比較的よかったこともあり、同じ会社で10年続きましたが、もともとフリー志向が強く、興味分野の仕事というわけでもなく、給料をもらってもよろこびを感じられなくなっていました。また、自分の持ち味が充分発揮できないもどかしさがあり、鳥かごのような場所での単純作業の繰り返しの毎日に空しさを感じていました。学生時代充分できなかった旅もしたかったので、38歳のとき希望退職しました。

趣味や交友関係はしだいに充実していきました。音楽雑誌などを通じて新しい友人ができたり、宿泊を伴うひとり旅など、学校時代やり残したことができるようになったことへのよろこびをかみしめていました。演劇中心の表現サークルにも参加し、和太鼓やダンス、端役で舞台に立つなど活躍しました。また、新たに演劇的手法を用いたワークショップや、そこから派生した独自の整体ヨーガのグループにも参加、ヨーガではインストラクターの資格を取得しました。また、環境系などのグループにも複数参加しています。

うつ再発や対人不安、社会参加に対する不安、年齢やブランクのこともあり、次の仕事が定まらず経済的、精神的自立が困難に感じていましたので、昨年(2010年)「精神障害者手帳2級」を取得しました。

わたしはまもなく43歳になりますが、現在も定職に就かず、実家の手伝いをしながら旅を続けています。両親のもとを離れて生活した経験がなく、自分に自信が持てていません。「ひとからどう思われるか」を気にし過ぎて「傷つく」「傷つける」ことを恐れ、濃密な人間関係を避けていたためか、特定の女性との恋愛経験がありません。同年代のひとの多くは就職、結婚、子育てなどで時間がなかなか合わず、人間関係をやり直す機会も少なくなってしまうのですが、それでも、わたしは「社会人」になってからは、比較的友人に恵まれたほうだと思いますので、その人脈を生かしつつ、旅やアート、エッセイなどの仕事がしたいです。

昨年、緘黙経験者との交流目的で「かんもくの会」に入りましたが、一般の「緘黙」認知度が低いことや、当事者に対するサポートが充分進んでいないことに愕然としました。今後はWebなどを通じ、「緘黙」への認知を高めること、当事者をつながり、それぞれの体験から学び、助けあうこと、自分やほかの当事者の緘黙体験をより多くのひとと共有し、伝えていくことを、自分のライフワークのひとつとしたいと思います。

## 緘黙の16年、そして今

瀬谷光隆(当事者・仮名)

私は5歳(幼稚園年長の夏頃)から21歳(大学4年生の夏頃)までの約16年間、学校で話すことができない場面緘黙症でした。現在は他人に話しかけられても全く口をきかない、ということはなくなっています。しかし相変わらず「無駄話」のような雑談はできません。必要なことは過不足なく喋れるため、仕事上の「ほうれんそう(報告・連絡・相談)」にはほとんど支障はありません。問題はそれ以外の部分です。

つまりよりよい人間関係を築いたり、新しい人脈を作ったりする場面ではかなり問題があると感じます。挨拶くらいはできます。話題を振られたら返答はできます。ですがそれだけです。振られた話題から会話を展開することができません。会話が全く進まず、空気を気まずいものにしてしまいます。何を話せばいいか、頭の中ではグルグルと思考が回るだけなのです。

会話が弾まないという問題は、緘黙症であった時期に会話能力を鍛えることができなかつたからだと思います。幼稚園から大学までの16年間、家では普通に喋れたので、家族とは会話をしていましたが、外部の人とは会話といえるようなコミュニケーションを取れませんでした。改めて振り返ってみても、これはなかなか異常なことだったと思います。

私は小学校の頃から授業中の発言はすることができましたが、クラスメイトとの会話がまったくできませんでした。なぜか、と問われても自分でも理由が分かりませんでした。とにかく会話をしなかつたのです。喋らないという自己像を壊すことで変に思われなくなかつたのかもしれませんが。

また、人前では声を出して笑うのを必死にこらえていました。北風と太陽じゃないけれど、皆が笑わせようとするほどかたくなになっていました。笑ったら負けだと思っていました。こんな状態で成長していくうちに、ある変化が起きました。それは「面倒なので笑いの感性を封じてしまう」ということです。こういう変化は「笑い」だけでなく、その他の色々な感情でも起きてきました。人は大人になるにつれて、色々と面倒(感情面でハイリスク)になってくると思います。このリスクをうまく管理する方法として、緘黙症の人は自分の表出する感情を切り落とす傾向にあると感じています。人を刺激しなければ、自分に危害が及ばないからです。だから、どんどん無感情に、どんどん無表情になっていきました。文化祭や球技大会で孤立しようと、クラスの女子に笑いのネタにされようと、あまり気にしなくなり、その程度では落ち込まなくなっていきました。それまでは受け止めてしまっていたものを、感情を殺してすべて受け流すようにしたのです。それにともなって、どんどん人と疎遠になっていきました。

今は、緘黙はほぼ治まっていますが、感情は封じられたままです。感情を無理やり我慢して封じている、と書きましたが、それは小中学校時代までの話です。そのまま成長していくと、「我慢している」という感覚がなくなってきました。そもそもの感情の発生源を断つようになるのでしょうか。喜怒哀楽を感じなくなってきました。長い間、緘黙症が治らないとこのような事態になってしまいます。そしてその状態が固定化されてしまいます。大学の指導教員から「君は自分の殻に閉じこもっている」と評されたことがあります。自分でもそれは分かっているのですが、自力だけではどうにもなりません。だからずっと緘黙であったわけです。

私の緘黙症が改善したのは結局のところ、単に運が良かったからだと思います。大学4年生になって配属された、環境の良い研究室、そして理解ある指導教員、たまたま出会ったこの2つの要因が自分だけではどうにもならなかつた緘黙症を改善してくれました。もし違う研究室で違う指導教員だったとしたら、今でも緘黙症のままだったかもしれません。

けれども、緘黙症が改善されてからも、大学の研究室における私の印象は、「何考えているか分からなくて怖い」「話しかけにくい」というものなのだと、指導教員から聞かされました。直す努力をしなければダメ

だとも言われました。話しかけにくいのは当然としても、怖い、とまで思われているとは思いませんでした。確かに、喜怒哀楽を表現しないと、その人の考えていることや価値観が分からないと思います。そういう意味で、私は周囲の人間に何も情報を与えていないのです。このせいで相手も萎縮してしまうのです。こういった面も人付き合いにおいて大きな影を落としていると思います。

今は初対面の人とは相当に意識して話そうとしています。そのため相手から見た自分は「おとなしめ」「まじめ」な普通の人に写るでしょう。けれども何回か会って徐々に慣れてくると、それにもなって会話の頻度が少なくなってきます。話題がなくなってくる感覚です。特に話すことが見あたらなくなってしまいます。この辺が会話能力のなさなのです。

言葉を編むのに時間がかかりすぎてしまいます。思いが言葉にならないと言うよりも、思考自体が硬直してしまうような感覚です。それで会話が途切れてしまいます。会話の訓練をほとんど積んでいないことの弊害です。ピアニストは楽譜を目で見たら、考えなくても手が動いて弾けるそうです。周りの人全員がピアニストで、私だけ素人みたいな状態です。これは大げさな比喻ではなく、「会話」という技術に関してはまさにこの通りなのです。

場面緘黙症であった頃は、学校という社会に所属していたにもかかわらず、ほとんど孤立した状態でした。学業では孤軍奮闘していましたが、クラスメイトとのコミュニケーションは全くといっていいほどありませんでした。学校には授業を受けるためだけに通い、部活もせず一目散に帰る日々でした。コミュニケーションの方法を知らず、16年間育ってきました。この16年という時間が余りにも長すぎたのだと思います。

成長期であり、思春期である重要な時間を緘黙症として過ごしたせいで普通の人が、普通に得られたものが得られていません。そのせいで私の人間的価値は絶対的に低いのです。いくら専門知識があろうと会話能力がなければ社会でやっていけないのだと、今痛感しています。30歳を超えてしまった今となっては、その得られなかったものを得ようとしてもとても追いつかないのです。

緘黙であった頃、話さない代わりに、一人で考える力がつきました。時間はたくさんあったので、自分のペースで色々なことを考えることができました。学生の頃はこの力は役に立ちました。しかし、社会に出ると、この個人主義は足かせにしかならなかったのです。自分で考え、自分で行動し、自分で責任を持つという癖は、上司に従い言われたことを黙々とこなすというサラリーマンとは相いれないものだったのだと思います。

私は現在31歳、無職です。これからの人生、定職に就き、家庭を持ち、生活していく自分の姿をまったく想像できません。今年、うつにより休職していた会社を退職しました。今回だけではありません。以前にも大学院を卒業して入社した会社を、うつで半年余りで退職しています。仕事ができずにつらいというわけではなく、会社という集団社会になじめなかったのです。私は今、希望のない毎日を絶望感に苛まれながら生きています。

場面緘黙症は早期に対応すれば、治るものだとされています。長い間、緘黙でいると私のように、その後の社会生活に多大な悪影響をおよぼします。早期発見、早期対応ができるようなシステムが構築されるよう強く望みます。

## 当事者が当事者に対して何ができるか

河野美由紀(当事者・仮名)

私は4歳のとき、保育園入園と同時に場面緘黙症を発症しました。保育園時代には2人だけ普通に話せる友人がいました。しかし、卒園前に些細なことで喧嘩してまた話せなくなってしまいました。それ以降、小学校4年生まで学校ではひとりで過ごしました。

今日は、そんな私が緘黙症を克服するときの「鍵」となった人物についてお話したいと思います。「彼女」は私にとっては小学校に上がってから初の友人であり、同時に、緘黙症の当事者でもありました。

私と「彼女」は3年生のときから同じクラスでした。しかし、3年生から4年生までの2年間は、彼女と直接関わることはありませんでした。それには2つの理由がありました。ひとつは、お互いに話せないので関わるきっかけがなかったということ。もうひとつは、私自身の中に「私とあの子は違う」という気持ちがあったことでした。

確かに、私は「彼女」が学校で話せない姿を知っていました。しかし、「彼女」が(私と同じように)家では普通に話せるということは知らなかったのです。私は「彼女」を「(私のような特殊な病気ではなく)普通の大人しい子」と認識していました。また、緘黙の症状も私とは違っていました。「彼女」は、授業での音読は苦手らしく、指名されると小さな声で必死に読んでいました。その代わりに、作文はきちんと書いていたようでした。私は音読できる代わりに作文は書けなかったため、そのような面からも違いを感じていました。

しかし、小学校5年生の5月に「彼女」から電話がかかってきたことをきっかけにして、私は自分と「彼女」との間の共通点に気づくようになるのです。電話の用件は、「明日一緒に遊ぼう」というものでした。教室で音読するときと同様、緊張している声だったのを覚えています。

「お母さんに聞いてくるから待ってて」

我が家は共働きで、これまた障害者である兄を独りで家に残しておくことができなかったため即答はできませんでした。また、母は子どもに対して過干渉気味な面があったので、反対されるのではないかと心配もありました。けれど、母は意外なことに「いいよ」と言ったのです。こうして、最初は私の家で一緒に遊ぶことになりました。そこで「彼女」は、学校にいるときの姿とは全く違っていました。

「見て見て！ダサいだろー！」

大声で叫びながら、「彼女」は美少女戦士セーラームーンがパッケージに描かれたお菓子をかばんから取り出しました。

「私も、セーラームーン好きだよ」

思わず、私も叫んでしまいました。場所が自分の部屋だったため元々緊張が少なかったこと。当時のクラスメイトの大半はアニメよりもアイドルなどに夢中になっていたため、仲間を見つけれられて嬉しかったこと。学校では大人しい「彼女」が、普段とは違う姿を見せてくれたこと。要因はいくつかあると思いますが、これをきっかけに私と「彼女」はすっかり意気投合したのです。

それから、私と「彼女」はよく一緒に遊ぶようになりました。結局家に上がってもらったのはその1度だけでしたが、庭・公園・「彼女」の家の周辺・公民館などで放課後に一緒に遊んだり、宿題をやったりしました。弟同士も同学年だったので、4人で遊ぶこともありました。よく電話もするようになり、5時間も長電話をして母親に激怒されたこともあり、「彼女」からの誘いで、一緒に合唱部にも入りました。

最初のうちは、学校で私と「彼女」が話をすることはありませんでした。話しているところを第三者には見られたくなかったのです。母からは「家で遊ばなくていいから、学校で話さない。そうすれば先生から評価されるでしょう」とあきれられました。

「彼女」と私が初めて学校で言葉を交わしたのがいつだったのかは覚えていません。最初は校内でも他の生徒がいない場所に限って話をしていたと思います。少なくとも、家と同様に騒ぐことはありませんでした。

夏休みには週に3-4回は会って一緒に遊んでいました。公民館や友人宅の近所で遊んでいるときにクラスメイトに会うこともありましたが、相手によっては見られていても普通に過ごしていた記憶があります。

秋になって、「彼女」は以前から家では活発に話ができているということを知りました。私は内心驚きました。「彼女」も私と同じだったとは。しかも、出会ってから約2年半も気付かなかったなんて。ただし、この頃には「彼女」の方の緘黙症状はほぼなくなっていました。授業での朗読などは相変わらず苦手そうでしたが、休み時間は他のクラスメイトの前でも本当に活発な同じ姿を見せていました。

「彼女」が緘黙を克服してからクラスの雰囲気が変わり、私に話しかけてくれる子も増えました。その影響で、私自身も6年生の終わり頃には「彼女」以外のクラスメイトへの受け答えができるようになりました。私が緘黙症でなくなったのは中学校に入学して環境が変わったのが直接のきっかけでしたが、これは小学校最後の2年間の出来事があってこそそのものだったと思います。

最後に、ここまでの流れを読んでいて何か気付いたことのある方はいらっしゃるでしょうか？そう、私たちが辿ってきた道のりは『場面緘黙児への支援』に書かれているような行動療法のやり方と同じだったのです。すなわち、最初から教室で普通に話すことを目指すのではなく、電話を使う、お互いの家で会う、兄弟と一緒に遊ぶ、教室以外の活動場所を作る等の小さな一歩を重ねていく…当事者同士が出会うことによって、このような手順を無意識の内に辿っていたのです。

もうひとつ、当事者同士が出会ったことで良いことがありました。それは、お互い相手に対して引け目を感じなくて済んだことです。「彼女」と出会う前にも、学校で話しかけてくれたり、電話をかけてくれたり、家で一緒に遊んでくれたりしたクラスメイトや近所の子はいました。けれど、私はそれを「世話してもらっている」と捉えていました。内心では、「この子は私と遊ぶよりも、他の子と遊ぶ方が楽しいんだろうな」と申し訳なく思い、完全に緊張を解くことができませんでした。それに比べて、「彼女」とは対等な立場であると感じていました。私が「彼女」と遊んで楽しんでいるだけでなく、私も「彼女」のためにできることがあるということ、これがプラスに作用したのだと思います。

私は今、関東の緘黙症経験者・保護者が集まる会で活動しています。社会生活の中では未だに後遺症に苦しめられる部分も多いのですが、当事者会ではそれほど緊張することもなく、日頃の悩みなどを分かち合うことができ助かっています。他の当事者から話を聞いてみても、「自分が場面緘黙症だったと知って、他の当事者と話をしてみたくなくなった」という人は多いです。茶話会だけでなく、当事者でトランプ・折り紙・ボーリングなどで遊ぶ集会も行いました。これは、初対面でいきなり自分の内面について話をするのは当事者にとって難しいという意見が私を含め副数人から上がってきたことがきっかけで、非言語的に成り立つ集まりをする必要を感じたことから始まりました。緘黙児の中には子どものころ友達と遊んだ経験が少ない人も多いため、当事者集会を通して取り戻していこうという意味もあります。

緘黙症の問題を扱っていく中で、当事者同士だからこそできることがあると思います。それは緘黙症を経験した大人だけでなく現在緘黙症に苦しんでいる子どもにも当てはまることです。しかし、緘黙児は話せないため接点は大人が用意する必要があります。緘黙症支援のために活躍してくださっている方にも、ぜひ「当事者が当事者に対して何ができるか」共に考えていただけたらと思います。

注:この体験記では緘黙症を「病気」や「障害」として書いていますが、これは当時の私の捉え方に基づくものです。他の緘黙症当事者の中には自分の症状のことを病気や障害と呼ばれることに抵抗のある方も少なからずいます。私の場合は、兄に障害があったため、このような捉え方に抵抗がなかったのだと思います。

#### 子どもの場面緘黙の簡単な説明

場面緘黙の子どもたちはある特定の場面で口をききません。一般的に家では安心して話しますが、学校では自由に話すことができないのです。子どもの場面緘黙は、「話すことへの恐怖に何とか対処しようとする必死の試みなのだ」というのが私たちの見解であり、多くの専門家たちの見方です。緘黙児は話したいのかもしれませんが、恐怖への反応がそわはさせないのです。緘黙児が話さないことを自ら選択していると考えるのは不当だと思います。

(『場面緘黙児への支援 - 学校で話せない子を助けるために-』 A. McHolm, C. Cunningham, M. Vanier / 共著  
河井英子・吉原桂子 / 共訳 田研出版より抜粋・構成)

本体験記集は、緘黙症に関する研究や研修会などで自由にお使いください。お知り合いの緘黙児の保護者や教師、心理相談員の方々に配布して下さっても結構です。

ただし、上記のような緘黙症の知識の普及など関係のない目的で使用する場合は、事前に当会へ使用目的をお知らせください。検討のうえ、使用の許諾を判断します。

とくに、商用目的で本体験記集または体験記の一部を無断で使用することは固くお断りいたします。使用を希望される場合は事前に当会へお知らせ下さい。

体験記集はかんもくの会のホームページからもダウンロードできます。

<http://asmjapan.org/>