

『場面緘黙症を知っていますか？／ 私、学校では話せない子供でした。』

【編集・ライター養成講座卒業制作 Bクラス 山口幸映】

《1章 ^{ぼめんかんもく}場面緘黙症との出会い》

《2章「当事者として真実の姿を伝えたい」かんもくの会 浜田貴照代表(44歳)》

《3章「今、育ち直しの最中」かんもくの会 瀬谷光隆氏 (32歳)》

《4章「私、学校では話せない子供でした。」 山口幸映 (30歳)》

《5章 卒業制作を終えて》

・取材協力

かんもくの会 浜田貴照代表はじめ、かんもくの会の皆様

かんもくの会 瀬谷光隆氏

長野大学 社会福祉学部 社会福祉学科 高木潤野講師(信州かんもくサポートネットワーク代表)

天理大学 人間学部 人間関係学科臨床心理専攻 高嶋雄介講師

かんもくネット代表 角田圭子臨床心理士

通級指導教室担当教諭 小野恵氏

・参考文献

『緘黙症の支援方策を考える：成人当事者の実態を踏まえて(自主シンポジウム 59,日本特殊教育学会第47回大会シンポジウム報告)』 浜田貴照 藤田継道 特殊教育学研究 2009

『あなたの隣の話さない人—緘黙(かんもく)って何?—』 北野慶

・参考文献

『場面緘黙児の心理と指導 担任と父母の協力のために』 河井芳文著 田研出版 1994

『場面緘黙児への支援 —学校で話せない子を助けるために—』 アンジェラ・E.マクホルム, チャールス・E.カニンガム, メラニー・K.バニエー 共著 河井英子・吉原桂子共訳 田研出版 2007

『場面緘黙 Q&A 幼稚園や学校でおしゃべりできない子どもたち』 かんもくネット著 角田圭子編 学苑社 2008

『場面緘黙へのアプローチ 家庭と学校での取り組み』 ローズマリー・セージ、アリス・スルーキン編著 かんもくネット訳 田研出版 2009

『二人静』 盛田隆二著 光文社 2010

《1章 ^{ぼめんかんもく}場面緘黙症との出会い》

「私、学校に行くとしゃべれない子供だったんですよ。家では話せたのですけど…。自閉症のようなものだったのでしょうか？」

2010年の夏、大学時代のサークルの先輩と2人でお茶をしているときだった。先輩は小学校の教師をしており、話題はアスペルガー症候群やADHDなどの発達障害に及んでいた。信頼していた先輩だったこともあり、私は今まで他の誰にも言えなかったことを、ふと洩らしたのだった。

「^{ぼめんかんもく}場面緘黙症だよ、それ」と先輩は答えた。ぼめん、かんもく？ 何それ？

どんな文字を書くの？次々と疑問と衝撃が押し寄せ、頭の中が混乱している私に向かって、先輩はさらに「成長と共に治るって言われているよ。でも、本当にあなたがそうだったかはわからないよ。学齢期のあなたが場面緘黙症だったかどうかは、今となっては誰にも診断できないのだから」と述べた。

帰宅後、さっそくインターネットで調べると支援団体や個人の体験記もヒットした。さらに図書館に行き、関連書籍を貪り読んだ。症例がことごとく自分と一致していた。そうか、私は場面緘黙症だったのか。診断名がわかったことで、心がスーッと晴れやかになったようだった。(もともと、先輩の言うとおり、医師の診断を受けたわけではない。あくまでも自己診断である。成人後に「自分は緘黙症だった」と語る緘黙経験者のほとんどが専門機関を受診したわけではなく自己診断のようだ)

場面緘黙症とは、言葉を話す能力を持っているにも関わらず、極度の不安のために、学校や幼稚園などの話すことを求められる場所では話すことができない状態のこと。内気なおとなしい子・極端な恥ずかしがり屋と思われ、学校現場で見過ごされてしまう事も多い。

話さなかった頃の私は、子供ながらに1人でよく考えた。学校で話さない自分と、家では話せる自分、どちらが本当の自分なのだろう。今、振り返っても思う、話せなかったのか、話さなかったのか。自分の意思で話さなかったような気もする。

その疑問を解決するべく、2012年9月22日に京都で行われた、かんもくの会代表・浜田貴照氏が主宰する会合に当事者として参加する機会を得た。

※「自閉症との違い」

話せないと言うと「それって自閉症のことでしょ？」と言われることもあるが、場面緘黙症の人は、ほとんどの場合、言語能力や知的能力に問題はない。家庭では話せるのに学校に行くとしゃべれないといったように「人・場所・活動」

の3要素によって状況が左右される場合が多い。場面緘黙症は、選択性緘黙とも呼ばれ、不安障害の一種と見なされる場合もある。ただし、場面緘黙症の人の中には、「自閉症スペクトラム」を持ち、他の発達障害を併せ持っている人もいる。

《2章「当事者として真実の姿を伝えたい」かんもくの会 浜田貴照代表（44歳）》

2006年に設立したかんもくの会の会員数は200人を超える。「もう何年も息子の声を聞いていない」という男性の親や、「人と話せないため、娘は10年近く病院や美容院に行けないでいる」という女性の親からの声など、様々な症例が寄せられて来る。適切な支援が受けられないまま緘黙状態を成人まで持ち越し、社会とつながりが持てずに、ひきこもりになってしまう人もいる。

「かんもくの会に顔を出せる人は、まだ症状が軽い人が多い。本当に苦しんでいる人は、かんもくの会の集會に足を運ぶことさえ出来ない。そういう人たちにこそ支援の手を届ける体制が出来れば」と語る浜田貴照さん。1章での先輩の発言にもあるように、以前は研究者の間で『緘黙症は大人になったら自然に治る』と言われていたが、実際には成人後も苦しむ人は多い。

幼少期に緘黙を発症する人が多い中、浜田さんは青年期から緘黙になったというやや稀なケースである。「大人になれば治るから放っておいても大丈夫」という一部の人の成功体験が広まってしまうことには危惧を感じ、自身の経験から、重篤化する前の早期支援を訴えている。

学級新聞を発行したり、生徒会の役員をしたりしていた活発な小学生だった浜田さんだが、中学時代から自分はどこか人と違うという違和感を持つようになった。2年次のいじめをきっかけに人を恐れる気持ちを持つようになった。高校入学時から緘黙症に苦しみ始める。クラスメイトが話しかけてきてくれても返事すらできない。地獄のような日々だった。新しい人間関係の輪に入れない。休み時間に、クラスメイトが校庭でサッカーに興じているのを見ていた。自分も一緒に加わりたいと思いつつも身動きできずにいた。学校で話せない、こんな自分は本当の自分ではないと苦しみ続けた。

現在でも場面緘黙症を完全に克服したわけではない。「緘黙する場面が少なくなっただけで、緘黙症とは一生付き合っていく覚悟をしている」という。シンポジウムで、初めて講演した時は足が震えた。正直、場面緘黙症の自分が代表を続けるのはしんどい。毎日毎日、思い出したくない緘黙の体験を意識し続け、講演のたびに心の傷を開いて話すのは苦しい。自分の人生では緘黙が全てではない、緘黙がアイデンティティになるのは嫌だ。緘黙という言葉聞くのも嫌

になり、いっそ辞めたいと思ったこともある。実際、3年前には燃え尽きたようになり、かんもくの会に関わるのを入会受付など最低限の活動に抑えていた時期もある。緘黙に再び意識を向けられるようになったのはここ1年のことだ。

「どうしてそこまで頑張れるのですか？」何度も私は聞いた。

同様の疑問を、信州かんもくサポートネットワーク代表で、浜田さんと交流がある高木潤野講師(長野大学)も口にした。何故、たった1人で、こんなに大変な事を続けることが出来るのだろう。単純な人助けではない。原動力は一体何なのか。

原動力は、自分でもわからない。あるとしたら「緘黙で苦しんでいる人達を何とかせなあかん」という気持ちだ。自分より、しんどい思いをしている人がまだ何万人といる。何とかして、緘黙症に苦しんでいる人々全員が適切な支援を受けられるまでの道筋を作って行きたい。緘黙の人が表に出てこないこともあり、研究者や緘黙児の親といった周囲の人から語られることが多かった。だが当事者が情報を発信しなければ真実の姿は伝わらないという思いから、重篤な緘黙症の人達の気持ちの代弁者のつもりで活動してきた。

浜田さんが34歳で場面緘黙症を知り、10年が過ぎた。少しずつではあるが、緘黙症を取り巻く状況は変わってきている。

《3章 「今、育ち直しの最中」かんもくの会 瀬谷光隆氏(仮名・32歳)》

会合から1週間後の9月28日、浜田さんが取材場所として指定したファミリーレストラン・ガストに、少し遅れて現れた長身の男性が瀬谷光隆さんだった。金髪に近い髪、はっきりとした口調。ほとんど緘黙症の面影は感じられない。もともと、瀬谷さんに限らず、緘黙経験者には、風貌から緘黙らしさを感じることはあまりないようだ。

幼稚園から大学4年までの16年間、緘黙症だった。幼稚園に通園するまでは、潑刺とした子供だった。理由ははっきりとは覚えていないが、幼稚園で先生に激しく叱られた事を契機に話さなくなった。

物心ついた時から緘黙だったため、人生では緘黙状態の方が長く、緘黙状態の方が楽だという。国語の音読や音楽の歌のテストは苦痛だった。どうやって切り抜けたのか記憶がない。それでも中学までは友達がいた。孤立していた高校時代のことは覚えていない。感情が邪魔だった、喜怒哀楽を殺し、感じないようにしていた。

(緘黙はそこまで辛くなかったという瀬谷さんだが、感情や記憶を殺さねばならないほど、辛かったのではないかと私は思った)

さすがに、休み時間はきつかった。終業のチャイムが鳴ると、さて、この時

間をどうするか。机に突っ伏すか、図書館に行くかして過ごす。始業開始のチャイムが待ち遠しかった。

家では話せる自分と、学校では話せない自分に、違和感を覚えた。楽だからと言ってこのままでは良くはないな、とは感じていた。どうしてみんな話せるのだろう、と不思議に思っていた。

瀬谷さんがキーパーソンと呼ぶ教授との、運命的な出会いが大学2年生のときに訪れた。最初の授業で「この人だ！」と直感的に感じた。だから、4年時の卒業論文の指導教授を選択する際は、迷わずその教授を選んだ。通常、卒業論文はテーマで選ぶが、瀬谷さんは「人」で選んだ。

「相性が良さそうだなと思ったのはどういう所ですか？」

という私の問いには「自分に近い所がある、と感じた」と答えた。言葉では表せないが、自分に似ていると思った。瀬谷さんにとって、「似ている」というのはキーワードであるように私は感じた。のちに、かんもくの会の浜田さんと出会った時も「自分に似ている」と述べている。

教授はどちらかと言えば寡黙な方で、饒舌ではなかったが、瀬谷さんのことを評価してくれた、ほめ上手だったと語る。その教授の研究室で、緘黙を克服していった。もし彼に出会ってなかったら、今でも緘黙だったという。

2007年、ネットで過去の自分の症状を検索していたら、かんもくの会がヒットした。浜田代表の体験記に共感し、そのプロフィールを見て、理系の大学院卒という経歴が自分に似ていると思い、ページを見たその日に入会した。何度か電話でのやりとりがあり、2008年、かんもくの会の東京集会で浜田さんが上京した際、初めて顔を合わせた。一目で、感性が似ている、自分と似たオーラを感じた。こんなに緘黙当事者が集まる場所はない、かんもくの会は貴重な場所だという。

ただ、緘黙の体験についての2人の感じ方は対照的だ。浜田さんが地獄だったと表現するのに対し、瀬谷さんは緘黙経験はしない方が良くないと断った上で、自分の緘黙体験にはそこまで否定的ではないという。

「緘黙だった自分をみじめとか辛いとかは思わない。他の人がしゃべっている時間を、自分は勉強したり、色々と考えたり、有効に使っていた。自分には別のものがあるという自信があった」という。そう言い切る瀬谷さんに対し、浜田さんは「(瀬谷さんは)超人、精神力が強い」と評し、「(緘黙を受け入れられる人が)うらやましい」とポツリと言った。

瀬谷さんにも悩みはある。今でも雑談が出来ない。緘黙の期間が長かったがゆえの社会性の乏しさなのか、それが本来の自分なのかは断定出来ないが「脳内に雑談回路が出来ていない」と表現した。普通の人には、無意識に雑談出来る回路が出来上がっている。緘黙期間が長かった瀬谷さんは、コミュニケーション

ンの経験・いわばトレーニングが不足している。人と会話する時には頭をフル稼働、エネルギーを消耗し、どっと疲弊してしまうのだ。

現在、瀬谷さんは育ち直しをしているのだと言った。普通の人が学生時代にするような経験…旅行やかんもくの会の仲間との交流、緘黙期間に失われた時間を取り戻そうとしている。

《4章 「私、学校では話せない子供でした。」 山口幸映 (30歳)》

保育園に入園したばかりの頃、私は教室で、1人でブロックを車に見立てて動かしながら、テレビで見て覚えたばかりの歌を歌っていた。その様子を見た園児の男の子が「へんな歌！」と言い放った。恥ずかしさで顔がカッと赤くなるのがわかった。それから私は保育園でしゃべらなくなった。

名前を呼ばれても返事をしなかったら、先生に頬を掴まれて注意された。「ずっと話さないでいると、声出なくなっちゃうよ」と怒られた。お昼寝も出来なかった。給食も食べられなかった。トイレもガマンした。かんもくネット代表・角田圭子氏によると、寝る、食べるといった行為は自律神経が司っており、極度の不安状態にあると出来ない子供は多いそうだ。

保育園と幼稚園は本当に嫌で、毎日通園バスに泣きながら乗せられていた。

今回の記事を書くにあたり、当時の連絡帳を引っ張り出して読んでみたが、文面からはものすごく問題児扱いをされていたのが窺えた。確かに私も変わった子供であった。お遊戯で、歌に合わせて動く事がどうしても出来なかった。こんな恥ずかしいポーズを人前で出来るものか！と思っていた。自意識過剰な子供である。また、絵本を読むことに熱中していて、ふと顔をあげると、みんなスモッグから通園服に着替えて帰りの会が始まっている、ということが多々あった。現在でも、読書に没頭しすぎて電車で降りる駅を乗り過ごしてしまうなど、過集中の傾向がある。

先生には「あんた、そんなこともできないの！」と縄跳びができない時には怒られたし、私前で先生たちが他の園児の保護者の悪口を言っているのも聞いていた。今思えば、保育園・幼稚園の先生たちは場面緘黙症について知らなかった。だから、緘黙児に一番やってはいけないこと…発話の強制・しゃべらないことを責めて叱る、という誤った教育的指導をしたわけである。

そんな私を、両親は叱らなかった。幼稚園の入学式するとき「なんでお返事できないの！」と1度だけ母に叱られた。担任の先生に、母が「家では、うるさいぐらいしゃべるんです」と言っていたのを覚えている。今でも母は「保育園と幼稚園の先生がもっと理解してくれたら違った」とこぼす。

小学校に入学後も、緘黙状態であった。ただ、小さな声であったが授業中の

発表や音読、日直の号令は出来たためか、小学校の先生は叱らなかった。友達に何か尋ねられたら、首を縦に振るか横に振るかで答えていた。

1年生の頃、隣の席のTちゃんという女の子にいじめられ、トイレに閉じ込められたことがある。恐怖で私は泣きだした。泣き声を聞いて慌てて飛んできた先生に対してTちゃんは「幸映ちゃんは『お母さんに会いたい』って泣いたんだよ」と言った。先生はその場ではそれ以上追及しなかったが、下校時に、私が1人になったところを見計らって声を掛けてくれた。

「さっきは本当に、お母さんに会いたくて泣いたの？」私は黙って肯いた。Tちゃんにばれることが本当に怖かった。違うの！本当は閉じ込められたから泣いたの！先生、気付いて！心の中の言葉は口に出せなかった。せつかく尋ねてくれた先生にウソをついてしまった事を申し訳なく思った。その後、私にとってラッキーなことに、Tちゃんは転校した。そして、2年生から、初めて友達と遊べるようになった。

3年生頃から、筆談を覚えた。日記に「今日は『ダウンタウンのごっつえ感じ』を見ました」と書いて先生に「幸映ちゃんはNHKしか見ないのかと思っていたわ！」とびっくりされた。自分が書いたものに反応が返って来るのがとても嬉しかった。高嶋雄介講師(天理大学)は、緘黙児は交換日記や手紙など、書くことによってコミュニケーションを取れる場合があると述べている。私自身も、友達に言いたいことがあるとき、黒板や手紙に書いて意思の疎通を図っていた。書く行為は、一見閉じたように見えるが、実は、自分のことをわかって欲しいという究極のコミュニケーションなのだ。そんな「書く」世界に身を置いてきた私が、中学校に入学したら話せるようになったのは何故か？

このままではいけない。という気持ちもあった。1学年で1クラス20人前後の小学校で、6年間クラス替えがなく人間関係が固定されてしまったことが大きかった。今思うに、当時の私は「学校では『話さない子』と見なされているのだから、話してはいけない」と思っていた。『話せない子』とレッテルのまま、過剰に周囲の目を気にしすぎて身動きが取れなくなっていた。

しかし、中学校に入れば小学校とは人間関係も変わるし、話すチャンスではないか。と思えた。また中学1年の担任の先生の影響は見過ごせない。先生が顧問を務める文芸部に入り、詩や小説を書き、原稿用紙の中で私は自由だった。今思えば稚拙な文章を、先生は褒めてくれた。少しずつだが不安感が低くなり、自信を持てるようになった。

大学時代は映画館でアルバイトを始めたが、館内アナウンスがどうしてもうまく出来なかった。指導の先輩に見られているのがわかるとしどろもどろになり、意識すればするほど読めなくなってしまう。大学3年生の時、地域新聞でインターンシップをし、1件1件飛び込み営業をした。相変わらず大勢の前で話

すことは苦手だったが、1対1で話す事なら出来ると気付いた。もっとも自己紹介などで2人以上の人に注目されるとダメだ。緊張して早口になったり、手が震えたり、不安でたまらなくなる。自分は人とは違う、という劣等感は強い。それでも、文章を通じて、社会とつながっていききたい。

《5章 卒業制作を終えて》

実は「話せなかったのか、話さなかったのか？」の答えはまだ出ていない。初めは自分の意志で話さなくなったが、次第に話さない状況が習慣化していき、話せなくなってしまった。と言ったところだろうか。

実際にかんもくの会の会合に参加して、本当に驚いた。てっきり私と似たような人々が集まるのだと思い込んでいたのであるが、緘黙だった頃に、しゃべらなかつたが書いて言葉を表現していたと言うと、びっくりされた。「何で筆談しようと思ったの？」という問いも受けた。「筆談なんて思いつかなかつた！」「書いて意思を伝えることも自分を表現すること。しゃべると同じなのだから、とても出来ない」という声だった。緘黙の人同士、筆談すれば取材は出来るだろうと思っていた自分の安直さが恥ずかしい。

今回、浜田さん・瀬谷さん・私の3人の当事者の緘黙体験を書いたが、発症のきっかけも緘黙に対する感じ方も三者三様ということがおわかり頂けると思う。

緘黙という同じ経験をしているとはいえ、状況や感じ方はまさに千差万別で、ひとくくりには決して出来ない。強いて言えば、初めての場所で不安を感じやすいという共通認識があつたが、これも全員がそう感じているわけではない。

そうそう！と共感できたのは、「場面緘黙症」という症例を知って安心した。という声だ。こんな症状に苦しんでいるのは自分だけではない、自分以外にも緘黙の人がいると知って嬉しかった！という人が多かつた。そして私もその1人である。

私自身、不安になりやすいという緘黙の後遺症に悩んでいたが、今回のかんもくの会の取材で、当事者だからこそ書けることがあるのだと気付かされた。また当事者からは、緘黙の期間が長かつたことにより、入社しても適応できない、職業を転々としていると言つた声が聞かれた。次は「緘黙症と職業」の問題を中心に、場面緘黙症の就労支援について取材していききたい。(8000字)

・宣伝会議の編集・ライター養成講座卒業制作に加筆・修正しました。今後も様々な立場の方からお話を伺えればと考えています。もし本稿を読まれた方で、場面緘黙症の取材にご協力頂ける方がいらっしゃいましたら、下記アドレスまで連絡を頂ければ本当に嬉しいです。

ライター 山口幸映 akashi6aoi@gmail.com