

アメリカの場面緘黙不安研究治療センター（スマート・センター）の資料です。
 日本では「場面緘黙」の理解や治療体制が大変遅れています。
 この資料を日本で使われる時は、日本の現状を考えた上で参考にされることをお勧めいたします。

原文：” Helping our Teacher's Understand Selective Mutism ”

Selective Mutism Anxiety Research and Treatment Center (SMart Center) のHP
<http://www.selectivemutismcenter.org/>の Handouts! をクリック

資料: 配布してください!

場面緘黙を説明するために、この情報を先生や家族、友達、専門家にお伝え下さい。

E.シポンブラム博士 著

場面緘黙不安研究治療センター（SMart センター）代表・所長

場面緘黙グループ小児期不安ネットワーク（SMG～CAN）最高責任者・医学管理責任者

フィラデルフィア オステオパシー医療大学 家庭医学・心理学 臨床助教授

先生方に場面緘黙を理解していただくために

場面緘黙（選択性緘黙）は、小児期の不安障害の一種で、その障害の特徴はいろいろな社会場面で子どもが話すことが「できなくなる」ということです。これらの子どもたちは、家にいるときや、快適で安全で、リラックスできる場面では話をすることができます。場面緘黙の原因は極度の不安によるものです。

場面緘黙児は**非常に抑制的な気質**を持っていることが多いです。

よくいる恥ずかしがりやで気の小さい子どもに比べて、緘黙児はその度合いが非常に極端です。そのために、緘黙児は安心できない社会的場面に直面すると、多くの場合、口がきけなくなったり、全くコミュニケーションができなくなったりします。緘黙児の中には、指差しをしたり頷いたりすることや、口の動きで言葉を伝えることさえたいへん困難である子がいます。一方で、非言語的な応答や働きかけが気軽にでき、とてもリラックスしたように「見える」子もいます。

研究によると、約90%の緘黙児が社会恐怖の診断基準に当てはまります。

社会恐怖は、社会的な場面や何か人前でしないといけない場面で、持続的に恐怖が起こるものです。それは大人にとっても辛くて苦しい障害です。相応なコーピング・スキル（対処技能）をまだ学んでいない子どもにとって、どんなに辛いかご想像なさってください。これらの子ども達の多くは、文字通り自分が一日中「舞台上上がっている」ように感じています！彼らが注目されると、落ち着かないそぶりをすることからも分かります。多くの子どもは、顔を背けたり、髪の毛をいじったり、地面を見たり、頭を傾けたり、隅っこに隠れたり、指を吸ったり、皮膚の傷やほくろ、あざをついたり掻いたりします。また、「ぼんやりと」したり「無表情な」顔で先生をじっと見つめたりして、まるで無視するかのような態度を示す子どもも多く

います。また、先に述べましたが、安心して気楽そうに見える場面緘黙児でも、話さない子どもや、一人か二人ぐらいの子どもには小声で話すだけの子どももいます。

以上の例は全て不安な緘黙児が示す特徴のうちの数例に過ぎないことを、先生方は十分に理解していただく必要があります。

大人はいつどこへ行くか選択できますが、子どもたちは選ぶことができません。特に、学校へ登校するの
かしないのか、子ども達は選べません。極度の不安障害のために緘黙児は話をしません。広場恐怖症の人は不安な気分になるのを避けるために外出することを避けます。強迫性障害(OCD)の人は自分の不安に自分の不安に対する反応として、儀式を行ったり、強迫観念を持ったりします。それと同じように、緘黙児が話をしないのは、不安な気分を避けるための一つの方法なのです。というのは、緘黙児は話すと不安が増すのです。

場面緘黙の根本的な原因は不安ですが、次のような増幅要因が緘黙になりやすい傾向に拍車をかけてしまう場合があります。

- バイリンガルの場面緘黙児の中には、家とは異なる言語を話さなくてはならない学校のような場所で、不安で話すことを恐れる子どもがしばしば見られます。慣れない言葉を話すことに対する不安を避ける手段として、緘黙の症状が出ます。
- 場面緘黙児のうちおよそ30～40%は発話及び言語の異常を持っています。つまり、構音障害を持つ子どもたちは、多くの場合、自分の声に自信がなく落ち着かない思いをしています。おそらく、自分の声やある単語の発音の間違いについて、クラスメートや大人から何か言われたことがあるのでしよう。社会不安を持っている子どもは、ある社会的場面ですでに自信をもてないでいますから、こんな目に遭うと、不安と恐怖をよけいひどくするだけです。自分が喋っているのを他人に見られて、何か言われたりからかわれたりすることを気に病むあまり、不安な気持ちを「避ける」手段として、緘黙の症状が出ます。場面緘黙児の発話及び言語の病理の特徴をさらに検討するため、さらなる研究が必要です。
- 子どもに対して話すように言い続けたり、物でつったり、強要したり、脅したりなどして話させようとするのは、緘黙に対して負の強化をしているのであり、内面の不安を高め、緘黙を長引かせるだけです。
- 死、離婚、夫婦間の不和など、環境からのストレスの要因も、不安を高め、すでに存在する緘黙をさらに悪化させる場合があります。しかし、これらが緘黙の原因となることは**非常に稀です**。
- 発達の遅れ
- 感覚情報処理障害

先生や学校職員の方は、次のことを決して忘れないでください。場面緘黙児は「黙っているように振舞っている」わけでも、「わざと」弱々しくささやいているわけでも、状況を「操作」しようとしているわけでもありません。この子ども達は文字通り、話すことが**できないのです**。多くの緘黙児が言うように、「言葉がどうしても出てこない」のです。

「言葉がのどに詰まる」、「体が思うように言うことを聞かず、話せない」と言う子どももいます。

小さな子どもや10代の子ども達に「学校で話をすること」についてどんな気持ちができるか尋ねると、「本当に怖くなる」、「分からない」、「お腹が痛くなってくる」など、ほとんど共通した答が返ってきます。

これらの子ども達は、学習障害、自閉症、広汎性発達障害、反抗挑戦性障害などのために緘黙なのでは**あ**

りません。

つまり、場面緘黙は他の障害を合併しないわけではありませんが、他の障害が原因で場面緘黙になるのではないのです。

場面緘黙は極度の不安が原因である場合がほとんどですから、特別教育クラスや補習クラスなどは、場面緘黙児にとって全く不適当なことが多いです。場面緘黙の本質を理解するなら、緘黙児は普通クラスに参加させるべきです。個別教育計画が有益な場合もあります。特に学校での子どもの様子が良くなっているにもかかわらず、言葉がうまく出てこない場合などでは有益です。個別教育計画は子どもの不安を減らすよう工夫されるべきですが、同時に、できるだけ普通クラスに参加させ「皆と同じように活動する」ように検討されるべきです。

通常、場面緘黙児が最も居づらい場所は学校です。教師やクラスメートは、クラス全員が学級活動に協力し、参加することを期待します。そうしない子ども達がいると、その子たちに注目が集まりますが、緘黙児が体験しているのが、まさにこの状態です。不安な子どもが一番いやがるのは、自分自身に注目が集まることなのに、これはたいへん皮肉なことです。

場面緘黙児は不安のために「黙っている」ということを理解すれば、緘黙児に喋らせるために「プレッシャーを与える」、「罰を与える」、「強要する」、「物でつる」ことは、全く逆効果で不適切であることは実に明白です。こんなことをすると、たいていの場合、緘黙児はさらに不安で落ち着かなくなって、よけいに状態が悪くなります。

場面緘黙児に話をするように求めることは、車椅子生活を余儀なくされた子どもに立ち上がって歩くように求めるようなものです。緘黙児が安心して話すためには、適切な治療を受ける必要があります。それはちょうど、車椅子に乗っている子どもが立ち上がって歩けるようになるために、治療とサポートが必要なのと同じことです。

学校にとって最も大切なことは、場面緘黙を理解して受け入れる態度をもって場面緘黙児にアプローチすることです。緘黙児が安心してリラックスできるように、可能なことを全て行うことが主要な目標とされるべきです。

不安な場面緘黙児を支援するために、先生ができることは何か？

まず、先生は学校心理士や学校カウンセラーに会って、「沈黙」している子どもについて相談し、場面緘黙の疑いがないか話し合ってください。次に、保護者と会う手はずを整え、子どもが「物を言わない」ことについて話し合ってください。そのときに学校心理士やカウンセラーも加われば、場面緘黙の正確な評価/心理査定に関する様々な選択肢と、可能な治療法について話し合うことができよいと思われます。保護者に場面緘黙についての情報資料をお渡しすれば、子どもには場面緘黙の疑いがあり診断を受ける必要があることを、やんわりとお伝えすることができます。保護者はたいてい場面緘黙という言葉をこれまで聞いたことがないでしょう。ご家族は、場面緘黙と聞いて、正確な意味を理解せずに、とても驚き怖がってしまうこともあります。

先生は保護者と協力して、子どもの不安ができるだけ軽くなるように支援してあげてください。そうすれば、全く理解されずに誤った扱いを受けるよりも、多くの子ども達はほとんどの場合、より早く改善します。

先生は様々な方法を使って、教室で場面緘黙児の安心感を増し不安感を軽減してあげることができます。まず、先生は、控えめでかつ受容的なやり方を徹底させながら、子どものことをよく知るよう努力してください。新学年が始まる前に、子どもの家を訪問して子どもに会うことが効果的なことが多いです。子どもは自分の家が一番安心できるからです！子どものなわばりに先生が出向くなら、きっとより気楽にお互いのことを知ることができます。子どもの部屋の中に入れてもらって、子どものお気に入りの本、置物や絵、CD、ゲームなどを見せてもらうよう、お勧めします。家庭訪問では子どもの方がリードをとれるよう心がけてください。子どもが心を開き始めるまでには、何度か家庭訪問を行う必要があるかもしれません。

家庭訪問を行うことが難しければ、学校で子どもと会うという方法もあります。できれば、朝、学校が始まる前に会うのがよいでしょう。保護者にはできるだけ早く子どもを連れて来てもらってください。そうすれば、同時に教室に他の子どもたちがいても、子どもはそれほど圧倒されることはありません。低年齢の場面緘黙児には、親がそばにいととも気分が安らぎ、より安心感を得ることができます。教室に先生のほかに保護者とその子どもだけしかいないときは、先生は保護者を会話に引き込んでみて、子どもにはただその会話を見させておくことができます。この時子どもには、自分もいっしょに会話をしている一員で、先生に対してはどんな非言語的なコミュニケーションを使ってもかまわないことを分かるようにしてあげてください。できるだけ目と目を合わせず、形式張らないで子どもと交流することをぜひお勧めします。緘黙児は直接質問されるとプレッシャーを感じ萎縮しがちですので、教室の整理や、学級活動の準備を子どもに手伝ってもらうことは、互いに理解し合うのにすばらしい方法です。

ここで大切なことは、子どもが話すのをあなたが「待っている」ように**絶対に子どもに感じさせないように**することです。このような期待は子どもの不安を誘発させます。そして、もし実際、子どもが少し声を出したとしても、それを「大げさに」捉えないことも重要です。場面緘黙児は先生の前でクラスメートによく話しかけたりすることがあります。こんな時、声が「聞こえる」ことに触れないでください。緘黙児はそんなことを言われると、たいていその場から離れてしまいます！

小グループで交流できるようにすることは大切なので、クラスの中でそんな機会をできるだけ多く用意する必要があります。場面緘黙児を親しい友だちや素直に受け入れてくれる子どもと二人一組にすることもまた、非常に重要なことです。緘黙児が安心感を得てコミュニケーションを始めれば、他の子どもを一人ずつ引き合わせていくとよいでしょう。

子どもがある一定の安心レベルに到達してくると、先生と保護者で意見をまとめて、子どもを支援する「**計画**」を作ってください。「**計画**」の作成を支援してもらうために、場面緘黙の治療を行う力量がある医師、心理士、ソーシャルワーカー、又は学校カウンセラーなどの資格を持った専門家が必ず必要です。

「子どもが場面緘黙を克服するよう支援する」プロセスは**階段を登るような**プロセスで、**忍耐と自信**をもって取り組む必要があります。場面緘黙を一晩で治すような奇跡的な方法はありません。学校の専門家の指導により、子どもは様々な行動様式とコーピング・スキル（対処技能）を身につけ、少しずつ不安な状態を脱することができるようになるでしょう。

このようなアプローチによって、子どもはきっと場面緘黙を克服することができるでしょう。