

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 the Child with Selective Mutism Acknowledge, Assess & Understand their Anxiety”  
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. シボンブラム博士 著  
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  
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

## 場面緘黙児が自分の不安を把握するために

～ 不安を認識し、その程度を測り、理解する～

子どもが不安を克服していくためには、こういった時にコミュニケーションが難しかったり、コミュニケーションがとれなくなったりするのか、子ども自身がそれを認識しその程度を把握できるようになることが必要です。そして同時に、親や先生や専門家から理解し支援してもらうことが不可欠です。

まず緘黙児に、その子たちが学校やその他の社会的場面で話をしたりコミュニケーションをとることがいかに難しいかを、自分はよくわかっているということを伝えてあげましょう。緘黙児への支援や理解はそこから始まります。

これまで子どもの緘黙症状を考える時、話題の焦点は常に「話す」ということに集中し、強調されてきました。それゆえに、あなたが子どもを理解していることを伝える時は、「話す」という言葉を使わず別の言い方をするのが効果的です。ご両親や教員そして専門家は、「話すこと」に焦点をあてるのが一般的だとわかっていることも、子どもにそれとなく示さねばなりません。しかし、実際には、先生に「指さし」で示すことさえ難しいかもしれないと、あなたがわかっていることも、その子に伝えてあげましょう。そうすれば、本当にそうだな！とその子が自分の気持ちに気づくことができます。

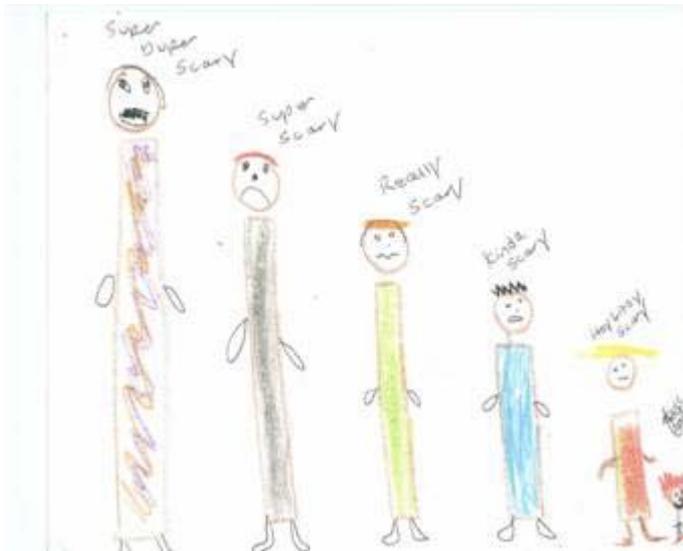
コミュニケーションをとる時に起こる不安を、子ども自身が認識するために、「コミュニケーションにおける安心感尺度」を用いる方法があります。

0点～5点の尺度で感情を得点化することは、子どもが様々な場面で自分がどう感じているかを把握させるのに役立つ素晴らしい方法です。（0点は不安や恐れが最小の状態、5点が最も不安で恐ろしく感じている状態です）

不安な状況にいる時にどんなふうを感じるかを表現する場合、多くの子どもは「怖い scary」「落ち着かない uncomfortable」という言葉を使います。これらは社会不安でみられる「感情」と同じであり、緘黙児の95%以上が社会不安に苦しんでいるのです。

社会不安のある人は、ある特定の社会的状況で、事実上「とても恐ろしく」感じます。明らかに、自分の周りの状況によって不安の程度が決まるのです。

次に示すのは、緘黙児が描いた「コミュニケーションにおける安心感尺度」の例です。  
(1) この絵(チャート)は7才の男の子が描きました



この絵の「超・怖いマン」(左端)は、その子が学校で輪になって話をする時間での感じを示しています。「ちょっと怖いマン」(左から5番目)は学校に行く時の車の中での感じです。「ご機嫌マン」(右端)は家の中にいる時や友達と遊んでいる時です。

(2) この絵(チャート)は8才の女の子が描きました。



この子は休み時間に友達と遊んでいる時は虹のように感じています。でも、体育の時間や輪になって話す時間は、背の高い5番の花のように感じています。少人数のグループである算数の時間は3番目です。

**このやり方はどんな場面緘黙児にも有効で、子どもの感情のコントロール力を育てます。**

感情を得点化するには、時間と練習が必要でしょう。親と先生と専門家は、子どもの生活のいろいろな場面でこのチャートを用いることをお勧めします。例えば、近所の人が子どもに挨拶をした時や店員が子どもに年を尋ねた時、もし子どもが答えなかったり、返事をするのをとまどった時はまず、その子が怖いと感じているということがわかるよ、と伝えてあげてから、どんなふうに恐いと感じているか、その感情を測ってみることをその子にすすめてみてください。この方法は、子どもが自分の感情の流れを把握するのに役立ちます。

また、この方法はうまく使えるまでに時間がかかるので、得点が得られる「目標」にして継続的に取り組んでいくこともできます。例えば、子どもが自分の感情を5回得点化すればシール1枚がもらえて、5枚シールが集まればご褒美がもらえたり、何か普段は許されないようなことを許可してもらえるといった具合に。

この「場面緘黙 - コミュニケーションにおける安心感尺度調べ SM-ICCscale」を用いれば、異なった場所、異なった人という時の安心感の程度を、子どもといろいろ話し合ったうえで見定めることができます。

まず子どものコミュニケーションにおける不安のレベルを見定めることが大切です。その後、その時の子どものやる気や安心感に基づいて、目標を定めることが出来ます。

---

著作権：SMART-CENTER and Dr. E Shipon-Blum©.  
かんもくネット (Knet) <http://kanmoku.org/>

翻訳：Knet 翻訳チーム (2006年9月公開)