

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 : handout 3 " GENERAL MANAGEMENT OF SPEECH ANXIETY IN EVERYDAY SITUATIONS "

The Selective Mutism Information and Research Association (SMIRA) のHP

<http://groups.yahoo.com/group/smiratalk/>のFiles

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。

## 日常生活において「話すことの不安」にどう対処するか?

この資料では、特定の人々に対して、または特定の状況において、話すことが困難な子どもたちを援助するための一般的な提案が書かれています。こういった子どもたちは場面緘黙 (SM) もしくは、もっと症状が軽い場合は、あまりしゃべらない子とされていることもあります。

### (1) 子どもへの接し方

たとえ黙っていても、本当は話したがっている、ということを理解してあげて下さい。話をさせようと物でつったり、機嫌をとったり、要求したり、脅かしたり、優しく説得するようなことはしないでください。そんなことをしても、子どもはかえって不安になるだけです。圧力をかけるのではなく、話そうという気持ちを育てあげてください。自然な誘因 (例えば他の子どもたちが話すことで得をしているのを目にし、自分も話したいという気持ちがおこるようにするなど) 正の強化 (コミュニケーションをとろうとする試みや、周りと関わろうとする行動には、常に優しく好意的に応じる) といった方法が考えられます。

子どもの前で会話がないことについてコメントする場合は、子どもの励みとなるような内容にするよう、心がけてください。そして、話せなくて辛い思いをしていますが、それがずっと続くわけではない、と強調してあげましょう。その子が困難を抱えていることを認めてあげてください。しかしその時、いっしょに不安になってしまったり、さらに不安にさせてしまったりしないように気をつけて、安心させ、自信をつけてあげてください。どのような言い方をすればいいか、下に例をあげています。

### ポジティブな態度が大切です !!

こう言いそうになっても :

こんなふうに言うようにしましょう :

難しすぎると思ったら何もしなくてもいいんだよ。

安心してできると思えるようになるまで、やらなくてもいいんだよ。(安心してできると思えるようになったら、挑戦してみようか)

本当に辛いよね、かわいそうに。

すごく辛いよね、でもそのうちきっと大丈夫になるよ。

## こう言いそうになっても：

難しいようだったら、心配しないで。参加したくないなら、しなくてもいいんだから。

他の子たちとは違っててもいいんだよ。

辛いでしょうね、同じ悩みを抱えている子は他にいないんだから。

ピクニックには行かなくてもいいよ。

これをあげるから、元気を出して！

今日会いに行く人は、きっととっても良い人よ。がんばって話してみようよ。

もちろん、他の子どもたちはあなたのことを変だなんて思っていないよ。

今日は先生とすごく話をしたかったんだね・・・でも心配しなくてもいいよ、そんなにたいしたことじゃないんだから。

シーッ！そんなふうと言っちゃデイクに失礼でしょ！

デイクのことは気にしないでいいのよ、あの子には無理だからね。

サラはとても恥ずかしがり屋さんだから、みんなの前では読めないのよ。

## こんなふう言うようにしましょう：

今はとても大変だから、楽しめないことがあるかもしれないわね。でも心配しないで。楽しく参加できるようにするまで、私たちみんなで手伝うからね。

そのうちだんだん楽になって、他の子たちと同じことができるような勇気がわいてくるからね。

たくさんの子が、本当はとっても話したいのに、話すのがたいへんだって思っているのよ。でもみんな同じように乗り越えていくのよ、あなたも大丈夫。

ちょうど誰かに手を貸してほしいと思ってたの。お母さんのお手伝いをしてくれない？それから、他の子が遊んでいるあいだ、妹の面倒を見てくれると助かるんだけど。

すごくがんばったから、これはごほうび！

今日はあなたを助けてくれる人に会いに行くのよ。したくないことをやらせたりはしないわ。きっと楽しめるよ。

そうね、みんなあなたがお話しないことは、変だと思ってるかもしれないね。でも、あなたは本当はちゃんと話せるんだものね。みんなは知らないだけなのよ。（注1）

今日は先生と話ができなくてがっかりしてるよね。でもそうできなかったのにはちゃんと理由があるの。準備が整えば、いつか必ず平気になるよ。

もちろんデイクはしゃべれるわ。家では上手におしゃべりできるのよ。

手伝ってくれるなら、デイクみたいにきちんとしてね。

サラがここに慣れるには少し時間がかかるの・・・そういう子はたくさんいるわ。でもサラはクラスの大切な仲間なんだから、他の大事な仕事をしてもらいましょう。

## （2）なじみのない人が場面緘黙児をリラックスさせるには？

以下のようにすればいいかもしれません。

緘黙児の周りの雰囲気、落ち着ける、友好的なものにしましょう。

お気に入りの人形や遊びを用い、緘黙児が楽しめることをすることで信頼関係を築きましょう。

緘黙児たちはしばしば、子どもたちからも大人からも避けられ、社会的に疎外されていることも多いため、その時起こっていることを説明しながら、話しかけるようにしましょう。もし緘黙児に付加的な言語の障害があるなら、語彙を豊かにすることも非常に重要です。

直接的な質問は避けましょう。返事をするときにうなずいたり首を横に振ったりすれば返事できる、「はい・いいえ」で答えられる質問や、その子が指差して答えられる質問ならば大丈夫です。

もしうっかり質問をしてしまったら、すぐに自分で答えを言ったり、「後で考えようか」と述べたりして、すぐに質問を保留するようにしましょう。

「～なんじゃないかな」「～みたいに見えるね」「～だと思うけど」という言い方をしましょう。これは相手の返答を促しながらも、必ずしも返事をしなくてもいい言い返しです。

目を合わそうとしすぎないようにしましょう。

緘黙児に、あなたがその子を理解し受け入れていて、しゃべらないということをあまり気にしていない、という印象を与えましょう。

緘黙児にとって今話すことは難しいのだ、ということ念頭に置き、自発的に出た身振りでの返事を快く受け入れましょう。しかし、固定した習慣になってしまわないよう、積極的な奨励はしないで下さい。

### (3) 家族が地域で子どもをサポートするには？

場面緘黙の子どもの家族の中には、その子のほかにも恥ずかしがり屋で、物静かで、あまり社交的とはいえない人がいるかもしれません。それに、機械化が進んでいる昨今、人と人との付き合いなしで生活することも可能です。コミュニケーションの重要性を伝えるよりよいモデルを示すため、また場面緘黙児に声を発する必要性をもっと感じてもらうためには、もしかしたら、子どもに少し違った経験をさせる余地があるのかもしれません。

例えば校門のところで他の子の親に話しかけたり、近所の人や友達をお茶に呼んだりして、その子に他者との交流を楽しんでいるところを示しましょう。

近くに住んでいる子どもを招くなどして、友達をつくるのを支援し、促しましょう。必ずしも同じ学校の子である必要はありません。

子どもたちが家に来たら、初めは短時間にし、なるべく保護者がサポートしましょう。できるだけ、あなたも一緒にできるような遊びがいいでしょう。

大型のスーパーマーケットやATMなど会話する必要がないものよりも、地域のお店や、銀行や郵便局の窓口を利用しましょう。例えばケーキ屋に立ち寄りなら、子どもに好きなお菓子を選ばせるなどして、そのうち、家の外で声を出すのを促していくことができます。

### (4) 人に何か言われた時は？

先生方や保護者は、他の子どもたちや学校の職員、親戚などからの言葉や質問に対応していかなければなりません。以下に、よく投げかけられる言葉とそれにどう返事をするかについて、いくつか例を挙げます。

**「　　ちゃんは話せない」「どうして　　ちゃんはしゃべらないの？」**

こう聞かれたらすぐに、すぐに軽く受け流しましょう。あなたがあまり気にしていないような印象を与えるのです。緘黙児の前で「恥ずかしがり屋の子ってよくいるでしょう」と言ってください。もしもっと説明が必要なら、「周りにたくさん人がいたり、自分の家じゃなかったり、お母さんがそばにいなかったりすると、おしゃべりにくい子どももいるのよ」と話してください。家の中とか、家族と一緒にいるときはしゃべれるんだ、ということをはっきりと教えてあげましょう。そして、この子が学校でも安心して話せるようになればいいなと思っていること、どうすれば安心させてあげられるかいろいろと考えている最中なんだということをお話してください。クラスでしゃべれるようになるといいな、と話しましょう。

## 「口が利けなくなっちゃったの?」「今日は話してくれるよね?」

場面緘黙児の両親は皆、一部の親戚や知り合いの大人たち、社会の人々から発せられる、協力的でない、様々な種類の招かれざる言葉に慣れなくてはなりません。保護者は緘黙児が他人の言葉を気にしがちであることがわかっているため、子どもに向かって放たれたこれらの言葉に特別イライラするでしょうし、とても辛い思いをすることも多いでしょう。こういう発言がなされる理由は様々です。たいていは戸惑いから出た言葉だったり、純粋に助けになりたいという親切心からだったり、単に知識がないためであることもあります。場合によっては、このような発言には取り合わないのが一番であることもありますし、「この子はちょっと恥づかしがり屋なのよ」と言うのが良いこともあります。一方、親しい友達や親族には、子どもがいないところでしっかりと話し合う必要があることもあります。こんなふうに言われた後は、保護者が例えば「あんなこと言われても、困っちゃうよね」というふうに共感的な言葉をかけてあげれば、子どもはとても安心するでしょう。子どもと共謀するのではなく、本人がどう感じたのかを確かめ、きっとよくなるよ、すぐに安心しておしゃべりできるようになるよ、と元気づけてあげましょう。

### (5) 他の子どもたちが緘黙児を代弁しようとするときは?

これは扱いにくい問題といえます。以下に大まかな指針を挙げましょう。

保護者や先生方が緘黙児から(多分言葉を要しない)返事を促そうとしているときに、他の子どもたちがその子のところに押し寄せたり、割り込んでしゃべったりするのをとどまらせる必要があります。先生方は、順番を守らない子どもたちには慣れているでしょうから、こういうときにはいつもと同じ方法をとればよいでしょう。同時に、他の子どもたちがその子を助けようとしていること、時にはそれが役立つこともあるということを頭に入れておく必要があります。

緘黙児が先生に直接返答できないとき、例えば緘黙児が何の絵を描いたかを友達に伝え、その友達が先生に伝えるという方法を促すことが助けになるし、ステップアップにもつながります。時には、特定の友達には本読みができて、先生にはできないという緘黙児もいますが、これはまったく本読みができないより好ましいことだと考えられます。また、同じクラスの子どもがやって来て「○○ちゃん、新しい本が欲しいんだけど」と言ってくるようなことがあるかもしれません。これが緘黙児にとって前進である場合には奨励しましょう。しかしやがては、「○○ちゃんは声を出す練習をしている最中だから、もう自分で先生に言えるんじゃないかな」と説明してあげる必要があるかもしれません。

### (6) 場面緘黙児がしゃべったときは?

緘黙児が初めて話をしたということは、明らかに快復への大きな一歩であり、少なくとも心の中で喜びの声をあげるに値する出来事です。しかし、この内なる喜びとそれに対する大げさな反応は、しっかりとバランスをとる必要があります。大げさな反応は、自意識過剰な子どもを圧倒しかねないからです。

初めての発話がなされたときは、大人は心の中では喜んで、冷静に、それが当然のことのように振る舞い、同じ調子で話し続け、子どもから同じような反応を引き出すようつとめましょう。会話が終わった時、シール(注2)など何かごほうびをあげてもいいでしょう。その子が治療プログラムの中で話した場合は、終了後にはもっとはっきりとしたごほうびをあげ、これは大きな前進である、と伝えるといいでしょう。保護者や先生方の前で伝えるのがよい場合もあります(注3)。

教室では、「先生、○○ちゃんがしゃべったよ!!」という反応や自発的な喝采を止めるのは難しいでしょう。そのときは、緘黙児の反応を注意して見守りましょう。とても得意げな態度を示す子もいますが、圧倒されてしまう子もいるでしょう。その場合は、「大騒ぎすることはないよ。○○ちゃんがしゃべれることは、みんな知ってたでしょう」と言って場を納めましょう。

(注1) 緘黙の治療法がまだ普及していない日本の現状にあわせて翻案。

(注2) イギリスではごほうびとして「良くできました」シールを使うことが多い。

(注3) イギリスの治療プログラムでは、保護者でも担任でもないキーワーカーがまず治療セッションをすることが多い。