

10月もそろそろ終わろうとしています。まだ夏があったり、そうかと思うと寒い日があったりと安定しない気候ですね。皆さま体調など崩していないでしょうか。秋晴れが続いて過ごしやすい秋はどこに行ってしまったのでしょうか。

先日神奈川県の特設支援学校で働く言語聴覚士（ST）の部会に参加してきました。今回はその中で取り上げられた「吃音」についてお話しできたらと思っています。

○吃音（きつおん、どもり）は、話すときに言葉が滑らかに出てこない状態のことをいいます。吃音に特徴的な症状としては、大きく次の3つがあります。

音のくりかえし（連発） 例：「わ、わ、わたし」

引き伸ばし（伸発） 例：「わーーーわたし」

音がつまって出てこない（難発、ブロック）例：「・・・わたし」

吃音は2～4歳をピークにほとんどが幼少期に発症します。発症率は8～10%といわれています。最初は軽い「くりかえし」や「引き伸ばし」で始まり、周囲の環境やからかいや指摘、自身の言いにくさの気づきなどにより、緊張度が増して力が入った「くりかえし」「引き伸ばし」「難発、ブロック」へと進展（悪化）していくことがあります。「吃音が出るのは嫌だな、恥ずかしいなあ」と思うと余計に力が入って言葉が出にくくなってしまいます。さらに進むと、言葉を言い換えたり、回避したりするようになります。

吃音で困るのは吃音が進展して言いたいことが伝えられなくなったり、言うことを避けてしまったりすることです。吃音は悪いことではなく、もちろん本人が悪いわけでもありません。吃音があってもなくて、たくさんおしゃべりすることが一番大切です。



以前は意識させると吃音が悪化するので、気づかせないように、話題にしないようにといった対応がよいとされていたこともあったようです。でも現在では吃音を正しく理解（自分だけではない、病気ではない、吃音を出さないようにしようと思うと余計に力が入って言いにくくなるなど）できるように支援者と学んだり、一緒に考えたりすることが大切だとされています。そうすることで、吃音が進展することを予防していくことが重要です。

現在、吃音について確立された治療法はありませんが、何に困っているか、どうして困るのかなどの本人の気持ち（主訴）を聞き出すことが支援の始まりです。

吃音について相談できる相手となり、味方となり、励まされながらやってみたらなんとかなった、できたという体験も自信につながり吃音の進展予防につながります。

流暢に話せるようになる訓練は専門機関や言語聴覚士（ST）などの専門家をお願いすることになるかと思っています。ですが吃音があっても話しやすいクラスの雰囲気をつくったり、吃音についての正しい理解ができるように一緒に考えたりすることは学校でもできそうです。また少し苦手なことも先生に相談しながらやってみたらできたという成功体験をとおして自己肯定感を育てることも学習活動の一環として取り組めそうな内容ですね。引用・参考文献 日本吃音・流暢性障害学会 HP「吃音（きつおん）について」



夏季公開研修とその後

「本人に寄り添った支援～支援者の在り方と保護者・福祉・教育の連携」をテーマにした公開研修会ではアンケートへのご協力ありがとうございました。研修内で自閉症スペクトラム（の子ども）は、行動を止められる→怒られる→言われた行動をとるようになる。→「生きるエネルギー」と快い気持ちを得られない。自発的行動によって自分に心地よいことが起こる瞬間が「生きる喜び」という話がありました。アンケート中にその内容に関する質問があり、講師の相談事業所サンシティひらつかの橋本氏よりご回答いただきましたので掲載します。

質問

自発的な行動によって「生きる喜び」を得るというお話がありましたが、前に担任した自閉症の生徒で、自発的な行動はたくさんあるものの（そう指導されてきたと思われる）、急き立てられるようにこなそうとし、不安感で苦しうでした。少し修正しようとするを受け入れられず、パニックになる（破壊行動）ことがしばしばでした。解釈としては、情報処理過程が未熟で、パターン化された行動に次々スイッチを入れていくという状況のようだったので、切れ目に次どうするか、質問に答えさせるかたちでイメージする力をつけさせるようにしました。徐々に「やっていい？」とアイコンタクトを取ってから、行動するようになると、パニックはなくなりました。自発的行動は少なくなりましたが、笑顔は多くなりました。自発的行動の生起は、あくまで「生きる喜び」を得るための手段であって、目的ではないと思うのですが、いかがでしょうか？また、「ご褒美」のお話がありましたが、失敗すれば、ご褒美はなし、になるのでしょうか？「はげみ（成功失敗に関わらず無条件に得られるもの）」と「ご褒美（交換条件）」は、分けて考え、なるべく「ご褒美」は使いたくないと考えているのですが、いかがでしょうか。差し支えない範囲で、ご意見をいただければと思います。

回答

- ・「自発的行動には必ず本人なりの目的がある」ということが根本だと思います。そしてその目的が不安を無くすため、あるいは不安を生じさせないためという時があります。それをしないと不安になってしまう。そうすると、やはり行動は止めてはいけないというのが原則となります。止めれば不安は増大する。まずは自発的行動はむやみに止めない。ただし出来る範囲でということになります。そして、同時に「何が不安なのか」「どうすれば不安を軽減できるのか」という視点を持って、いろいろなアプローチを行うこととなります。その理解や方法論はさまざまなので、記載いただいた支援でよろしいのではないのでしょうか。
- ・「ご褒美」は本人にとって「心地よいもの」すべてが含まれると思います。何か物を与えることも言葉で褒めることも同じだと思います。本人にとっての心地よさの程度が違うだけです。私が講義でお話ししたヘアカットの時のお菓子は、とにかくどんな方法を使ってでもじっとしてられるようにという考えで行ったものです。そして、行動がうまくいって続けていくと本人に行動が定着していきます。その行動の生起への意欲が出てきます。そうしたらご褒美を徐々に減らしていきます（心地よさを減らす）。いつかこちらの笑顔だけでいいというようになるかもしれません。この場合もスモールステップです。わが息子はまだその途中ででしょうか。もう30年以上続けていますが。
- ・これは実体験ではなく私が研修で知った事例です。朝登校時に車で学校まで来たのにどうしても降りない。降りそうとした母親や教員に暴力をふるう。玄関でも同じ。ところが教室まで行けば、普通に行動できる。教室に行くまでたいへんなバトルがある毎日。困り果てて行ったことが、本人の好きなチョコレートを行動の節目に与えるというもの。車から降りたらチョコレート、玄関まで行ったらチョコレート、靴を履き替えたらチョコレートというふうに。大成功。全く何の抵抗もなく、バトルになることもなく、教室まで行くようになりました。いずれチョコレートがなくても行動できるようになると思われます。
- ・確かにご褒美に食べ物ということは抵抗を感じますし、デメリットもあります。ただ声掛けのご褒美と根本は同じ。その効果や本人への影響、続けていく時の本人の変化、これらを考えることが肝要なのではないかと私は思います。講義では話しきれないことでした。的確な答えになっていないかもしれませんが。先生自身で真実を見出していただければと思います。

