

場面緘黙への支援の在り方についての一考察

A Consideration of Means of Supporting Children with Selective Mutism

寺西康雄 水田聖一
TERANISHI Yasuo MIZUTA Seiichi

はじめに

日本では場面緘黙の認知度が低く、行動療法、箱庭療法、遊戯療法（プレイセラピー）などで症状が改善された例の報告があるものの数は多くなく、支援や治療が遅れていると言われている。筆者は、識者の報告を参考にし独自の工夫を加えながら支援の在り方を模索してきた。

そこで、本研究では、場面緘黙への支援の在り方について、一つのケースから考察する。

1 緘黙とは

家族や親しい友人とは何の問題もなく話しているのに、学校などの特定の場面では、一言も話すことができない状態を緘黙という。⁽¹⁾

場面緘黙児は行動が抑制されており、大変大人しく見える。そして、周りにあまり迷惑をかけないので、学校側が困るということも少なく、見落とされたり、放置されたりしがちである。

筆者は、スクールカウンセラー（以下、SC）として場面緘黙児の相談に何度か携わってきた。いずれのケースでも、「わざと話さないのではなく、話そうとしても話せない」という視点に立ち、子どもの緊張を緩めるとともに、自己効力感を高め、自分に対する自信をもたせることが大切であると考えながら支援に当たってきた。

2 事例・A男

(1) 場面緘黙の始まりと経過

小5の2学期頃、担任から保護者に「学校では、全くしゃべられません」と言われて驚いた。家にいるときは、いつもよくしゃべっていたので、それまでは全く気づかなかった。

中1のとき、いじめがきっかけで不登校になった。中2では相談室登校を続けた。中3になって教室に入ることはできたものの一言もしゃべらず固まったままであった。物事への細かいこだわり、パニックなどが伴い、教室の壁やロッカーなどに「A男死ぬ」「誰かA男を殺せ」「友達のいない奴なんて気持ち悪いよね」などの落書きが再三見つかった。（筆跡や本人の話から自作自演であることが判明。）

その頃から、A男と母親の教育相談を筆者が担当することとなった。

(2) 緊張をほぐす

教育相談では、最初が肝心であると言われる。特に子どもの場合、目的もよく分からずに教師や保護者に連れてこられることが多く、カウンセラーへの防衛心や抵抗感が大きい。それだけに、最初の出会いにおいて、子どもの緊張をほぐすことが大きな課題であり、カウンセラーに対する信頼感と好感を抱かせることができるか否かが鍵を握る。話すことへの恐怖を抱いている場面緘黙児の場合、とりわけ「出会い方」への配慮と工夫が求められる。

A男に初めて会ったのは中3の1学期であった。話しかけても、無表情、無反応だった。筆者はポケットからけん玉を取り出した。筆者のけん玉についての体験談を語り聞かせ、けん玉の基本技（11種目）を次々と実演してみせた。その上で、筆者が「やってみる？」と言ってけん玉を差し出すと、A男は恐る恐る受け取った。けん玉の持ち方、構え方などの基本を手取り足取りで教えてから「大皿」の練習に入った。基本技の中でも最も簡単な種目であるが、体が硬直したままで、玉を大皿に向かって引き上げることさえもできなかった。それでもA男は、何度も挑戦し、セッションの終了間際に初めて1回だけ成功した。

筆者は、遊戯療法の最初のセッションの導入段階では、「けん玉を用いた遊戯療法」（以下、けん玉セラピー）を行い、子どもの様子を見ながら、その後の展開を考えていくようにしている。

A男の場合、最初からずっと熱心に取り組んでいる姿から、その後もけん玉セラピーを継続することにした。一週間後、担任に筆談で「今日も寺西先生に会います。あれから、けん玉を買ってもらい家でやっています」と伝え、相談室にやってきた。以来、毎週1回のけん玉セラピーは、A男が中学校を卒業するまで続くこととなった。

けん玉は全身を使った遊びである。しかし、初めの頃のA男は小手先でけん玉を扱っていたが、やがて足腰を使った動きへと変わっていった。緊張が徐々にほぐれ、表情も次第に柔らかくなっていった。50分間のプレイ後には、額に汗が光っていた。けん玉セラピーを通して、心の中の鬱積された感情が表出され、解放されていったと考えられる。

(3) 自己効力感を高める

近年、自分に自信がもてない子どもが増えていると言われる。^②場面緘黙児の場合、その傾向が極端に強く現れる。学校での学習面や生活面において、失敗や挫折を体験することが多い。自分だけの力でやり遂げることができず、教師やクラスメートの手助けを必要とするこもしばしばである。その結果、より一層自信を失うことになる。

アメリカでは、症状が最も顕著な学校場面で教師が中心の支援チームにより段階的な介入プログラムが実施され、大きな成果を上げているという。「スモールステップ」と呼ばれる方法で、発語

や子どもの交友関係を段階的に改善し、子どもの自己効力感を高めると同時に治療へのモチベーションを上げ、その効果を維持させるのである。(3)

① 小さな成功体験

けん玉セラピーは「スモールステップ」を基本にした取り組みであり、段階的にレベルアップするようプログラミングされている。そして、階段を一段一段上るように乗り越えていく中で、自己効力感を高めると同時にけん玉セラピーへのモチベーションを上げ、その効果を維持させることができる。また、段階的にプログラミングされたけん玉の種目の練習を通して「やればできる」という感覚をもつとともに、小さな成功体験を積み重ねることができる。

回を重ねるにつれ、A男はけん玉の基本技である「大皿」「小皿」「中皿」「ろうそく」「とめけん」を一つ一つ順調にクリアして腕を上げていった。母親も口数が増え話が弾むようになり、表情が柔らかくなっていった。そして、次のような話を聴くことができた。

「A男はけん玉が大好きになり家でも熱心に練習しています。親の前でもけん玉の腕前を披露し、親子でけん玉を楽しむこともあります。今までは我慢をしていたことを口に出して言うようになりました。姿勢がよくなり、顔が上がるようになり、表情も柔らかくなってきました。きっとA男の心の中には、これまでいろんな思いがいっぱい詰まっていたのですね」

自己効力感をはぐくむためには、自分で実際にやり遂げられたという成功体験を積み重ねることが大切である。筆者は、けん玉セラピーを通して、子どもの「小さな成功体験」を見つけ、引き出したいと願っている。そのために、子どもの表情やしぐさのかすかな変化を見逃さないようにしている。そして、気づいたときには、すぐに子どもに伝えるようにしている。

A男には、手、足、膝、腰などの使い方、動かし方が少しでも上手くなり、成長したと感じたとき、具体的な言葉と動作を通して伝えるようにした。そして、それを教師や保護者にも伝えた。

② 失敗に立ち向かう経験

速水敏彦氏は、「私は、自己効力感というものの源を『失敗に向かっていこうとする心』だと考えている。人は誰も発達途上で何度か失敗する。誰にとっても成功の回数より失敗の回数が多いのは自明のことであろう。(中略)鼻歌交じりで達成した経験ではなく、成功に行き着くまで何度も失敗に直面したにもかかわらず、あきらめずに粘ってがんばったという経験こそが自己効力感の源だと考えられる」(4)と述べている。

筆者は、けん玉とは「失敗に向かっていこうとする心」を育てる遊びであると考えている。

A男は「とめけん」（6級の種目）、「飛行機」（5級の種目）をマスターした後、ずっと足踏状態が続いた。「ふりけん」（4級の種目）を何十回、何百回と練習を重ねても上達しない。それでもA男はあきらめず、何度も失敗を繰り返し、額から大粒の汗を滴らせながら練習した。5か月後、ついに「ふりけん」を成功させ、4級に合格した。その瞬間、A男の表情がゆるみ、かすかな笑みが浮かんだ。10級に始まり5級に至るまで、合格しても、全く無表情だったA男が初めて笑った。筆者はA男と堅く握手し、喜びを分かち合った。

早速、校長先生に報告すると、「すごい！私は彼が笑うところを一度も見ることがないんです。見たかったなあ。よかった、よかった。先生のお陰げです！」と喜んでくださった。

けん玉の級位の認定は、各種目に10回挑戦して1～3回成功すればOKであり、まさに「成功の回数より失敗の回数が多い」遊び（スポーツ）である。10級から6級までは、易しい種目ばかりであるが、5級になると「飛行機」という難しい技が登場する。4級になると、より一層難度の高い「ふりけん」が分厚い壁となって受検者の前に立ちはだかる。それに果敢に挑戦していく中で、「失敗に向かっていこうとする心」が育ち、遂に乗り越えることができたとき、A男の自己効力感が一気に膨らみ、それが「かすかな笑み」となったのであろう。

③ 「手本」 「声かけ」

現在取り組もうとしている課題について実際に自分で成功した体験をもたなくても、他者がやり遂げたという経験を観察し、他者がモデルになってそれが可能であるという見通しをもてば、それが自分自身の自己効力感を高めることにもなる。^⑤筆者はけん玉セラピーの中で、A男のプレイに寄り添い、見守ることを基本姿勢とした。しかし、A男のプレイの様子から必要に応じて、筆者がけん玉の種目を実演し、手本を示した。そのことによって、A男は行き詰まりや停滞から抜け出し、乗り越えることができた。

また、自分の能力や達成可能性について他者から肯定的な言葉をかけてもらい励まされることによって自己効力感が高まる。^⑥筆者はA男に対して、「君ならできる」「大丈夫だ」「あと一息だ」などの言葉をかけ続けた。また、失敗を重ねながら遂に成功したときには、「遂にできたね」「膝の使い方がすばらしかった」「玉をよく見ていたからだね」といった声かけを行った。

このような「手本」「声かけ」も、A男が自己効力感を高めることにつながったと考えている。

（4） その後のA男

筆者がA男と出会ってから1年近く経ったころ、母親はA男の家での様子を次のように話した。「A男は、最近、よくしゃべり、声を上げて笑うようになりました。顔つきが変わってきました。生意気なことを言うようになりました。頼んでもいないのに洗濯物を干してくれます。けん玉を教えたとき、私が偶然『ふりけん』に成功すると『えっ、もうできるようになったが！』と言ってライバル心がわいてきたようでした。私に『お母さん、だんだん元気になってきたね』と言

ました。これからも、親子3人でけん玉をやっていきたいと思います」

A男の成長は目覚ましいものがあった。しかし、A男の場面緘黙症は克服できず、学校生活の中で一度も言葉を発することなく中学校を巣立っていった。

卒業後、しばらくして、A男から筆者のもとに次のような手紙が届けられた。

ぼくは、先生のおかげで、けん玉が大好きになりました。けん玉で自信と勇気をもつことができました。友達もできました。

ぼくも、もっとけん玉の腕を磨いて、困っている人や悩んでいる人に教えるくらいになりたいです。ぼくが、けん玉で元気になったように、今度は、みんなにけん玉で元気になってもらうように、ご恩返しをしていきたいと思っています。

ぼくは、毎週、先生に会うのが、とても楽しみでした。これからも、たくさんの人に、けん玉を教えてあげてください。また会えるのを楽しみにしています。

おわりに

場面緘黙の治療には教育的介入が必要となるが、その手法がほとんど広がっておらず、治療経験のある専門家も少ない。とりわけ、日本では場面緘黙の理解や治療体制が大変遅れており、治療方法として遊戯療法がまだ主流である。しかも、その有効性は低年齢の場合や症状が重篤化する前の初期段階に限定されている。

ここで取り上げたA男の場合、場面緘黙が重篤化し、長期化していた。本来、このようなケースには有効ではないと考えられてきたのが遊戯療法である。にもかかわらず、筆者は敢えて、その遊戯療法の中にけん玉を取り入れ、治療に取り組んできた。その結果、A男の場面緘黙症は克服できなかったが、一定の改善がみられるようになった。

日本では場面緘黙の理解や治療体制が大変遅れていると言われる中で、今後も、筆者はけん玉セラピーを通して場面緘黙の支援に当たっていきたいと考えている。

参考文献

- 1 独立行政法人国立特別支援教育総合研究所『障害のある子どもの教育について学ぶ〉情緒障害教育〉緘黙について』<http://www.nise.go.jp/portal/elearn/jyoucyo-kanmoku.html>
- 2 櫻井茂雄『自ら学ぶ意欲の心理学ーキャリア発達の視点を加えて』有斐閣
- 3 中村このゆ「場面緘黙の子への援助」『児童心理』2010年11月号「特集 自己効力感を育てる」金子書房
- 4 速水敏彦「自己効力感（セルフ・エフィカシー）とは何か」『児童心理』2010年11月号「特集 自己効力感を育てる」金子書房
- 5・6 大芦 治「自己効力感の形成を阻むもの」『児童心理』2010年11月号「特集 自己効力感を育てる」金子書房