

第1回 コミュニケーションの力を育む

講師：よこはま・自閉症支援室 篁 一誠氏

はじめに

『生きる力を育むシリーズ』ということで3回お話をさせていただきます。3回とも大変重要であり、大変重いテーマで、どのようにまとめたらいいのか、私の中でもかなり迷った部分がありますが、お手元のレジメをご覧くださいながらお聞きいただければと思います。

今日は主に、自閉症の方々への具体的なコミュニケーションについていくつかのポイントでお話をしてみたいと思います。

*

まず最初に、自閉症の本を読みますと、必ず出てくる言葉が『自閉症はコミュニケーションの障がいである』と書いてあります。この言葉がとても大きな問題であると思います。けっして彼らはコミュニケーションの障がいを持っているわけではありません。むしろ支援をする、関わる私たちの方が彼らのことを知らな過ぎるのではなからうか。思い込みとか決めつけとか、今日お話しする最後の方でそういうことをお話ししたいと思います。そういう先入観があるために構えている。あるいは、彼らが一生懸命サインを送ってくれることを、私たちの方が受け止めきれないのではないかと、そんな思いがあります。そういう意味で、コミュニケーションをどうとるかという時に、彼らの側の問題を整理するというよりも、私たちの側の整理をまず最初にしていきたい。今日はそのように思っています。

1

コミュニケーションの持ち方

コミュニケーションの持ち方。これは私たちの側の問題ですが、3つのことをお話していききたいと思います。

コミュニケーションということは、相互作用です。送り手と受け手、どちらの気持ちがどう通じていくか。その手段として言葉が使われる。多くの自閉症の方々の場合ですと、言葉が上手に使えないことがあり、どうしてもコミュニケーションが上手にいかない部分が出てくるわけです。

〈1〉言葉のかけ方・・小さい声で・短く・肯定形で

最初に、私は言葉のかけ方を工夫してみたい。どのように言葉をかけたらいいかということをお話していききたいと思います。

日本では、自閉症の方々に限らず言葉に遅れを持っている方々に対しては、「出来るだけ、たくさん話しかけなさい」という方法が使われてきました。実際に病院で私は30年間仕事をしておりましたが、いろいろな方々とお目にかかって、「どんな言葉をかけたらいいか、専門家から聞いてこられましたか？」と伺うと、「何も説明を受けなかった。ただ、たくさん言葉をかけろと言われた」「お母さんがたくさん言葉をかけることによって、お子さんの言葉は変わりましたか？」と伺うと、「あんまり変わっていません」とおっしゃる。実際に多くの方々のお話を伺っていくと、とっても独特な問題があります。ひとつは、禁止の言葉が多すぎる。実際に働きかけている言葉に対して、お子さんの反応がない。そうすると「自閉症は言葉の理解が出来ないんだ」と今度は決め付けられてしまう。こういう悪循環をこの60年間ずっとしてきたのではないのかなという気がするのです。私はこの仕事に入った時に、いろんなことで彼らが反応してくれないことで悩みました。どうしたらいいだろう・・

と。いろんなことをやってきて、10年かかって、やっと見つけたのが、今までのやり方の正反対をやろうと。あえて反対をやってみようということを試み始めました。それは、言葉のかけ方の中で、レジメにも書いておきましたが、小さい声で短く肯定形で合図をする。こういう考え方です。

小さい声というのは、お子さんたちが自分から聞こうという気持ちを育てていかないとコミュニケーションにならないということ。多くの自閉症の方々は、彼らにとって不愉快な音、嫌いな音、騒がしい音が出てきますと、必ず耳塞ぎをしたり、あるいは唸り声を出したりして、私たちの働きかけを受け入れてはくれません。その時に私たちが、より大きな声を出して、「ちゃんと聞きなさい」という合図をしても、結局はコミュニケーションにならない。お子さんたちが、私たちの働きかけに、注意を向けてくれるようにするためには、私たちの声が小さくなること。出来るだけ小さくして構わないと思います。「こんな小さい声では聴こえないだろう」とおっしゃる方もおられますが、『耳をそばだてる』という言葉があるように、彼らの意思で聞いてほしい。多くの自閉症の方々の中で、自分から何かをしようとする時は、とても素晴らしい集中力があります。人の指示とか命令とか合図で動く時は、なかなか彼らの持っている力が十分発揮されません。これは言葉と運動では多少違いがあるかもしれませんが、運動のことでお話しますと、自閉症の方々が嫌なことから逃げ出す時は、素晴らしく足が速い。アツと言う間にいなくなります。追いかけても追いつきません。あれだけ足の速い人たちが、どうして学校の運動会で1等賞を取れないんでしょう。運動機能に障がいがあるならば、どこでも同じはずです。でも彼らが自分の意思で行動する時、人からの合図や指示で行動する時とでは、動き方が違うのです。手先も、自分の意思で彼らが手を使う時、素晴らしく器用ないろんなことが出来る手でも、やる気のない時の彼らの手は、世界一不器用な手になります。このことが自閉症の方々の基本の障がい、能力の障がいよりも、私は意欲の障がいではないかと思えます。彼らが自分の意思で行

動する時と、人の合図や指示で動く時、この差が問題になってくるのです。ということは、言葉をかける時にも、大きい声で怒鳴って言うことをきかせるのではなくて、彼らの方から聞いてほしい、耳を傾けてほしい、そういう部分を関係性の中で作り上げていく、その第一歩が、まず小さい声で合図をするということになるだろうと思います。実際にお子さんの状態が不安定になってきたり、周りの音に反応してしまった時、私たちが追い討ちをかけるように大きい声を出しますと、彼らはどんどん不安定になっていきます。むしろそういう時こそ小さい声にしてあげる。そんな工夫をまずしてみたいと思います。

二つ目は、言葉は短く使うことです。くどい言葉、説明や説得が多くなると、彼らには理解出来なくなることがあります。彼らの中で理解出来る言葉というのは、イメージの湧く、過去に経験のある行動したことのある言葉、たとえば動作と言葉が結びついていれば、私たちの合図は入りますが、何をしてもいいかわからない言葉・・・具体的に彼らにとっては行動が出来ません。

彼らにとって理解出来ない言葉・・・いつも私は講演会でお話していますが、5つあります。簡単な言葉なんですけど、彼らにとって、私たちが合図をしても行動してくれない言葉があります。それがどんなものなのか最初にお話しておきます。まず一番目は、「よく見て」という言葉。同じような言い方で、二番目は「よく聞いて」という言葉。『見る』も『聞く』も彼らには来ています。ところが上に付いた『よく』がわからない。『よく』は一体何なのか。『よく』というのは、「注意を向けなさい」というだけで、具体的な動作がありません。こういう言葉が繰り返されてきますと、だんだん私たちの合図を無視するようになってしまふ。むしろ『よく』という合図を外して合図をする。「見て」「聞いて」それだけでいいのです。お子さんがきちんと見たり聞いたりしてくれたら、「今よく見ていたね」「今よく聞けていたよ」と、受け入れる言葉に『よく』を使っていたきたい。指示の言葉に入れる必要がない。この

辺を注意をしていくと、コミュニケーションが変わってきます。

三番目の言葉は、『きれいに』もしくは『きちんと』という言葉。日本人はこの『きれいに』という言葉をごく普通にどこでも使います。「きれいにご飯を食べましょう」「きれいに絵を描きなさい」「トイレをきれいに使いなさい」・・・この『きれい』は、全部動作が違います。その一つ一つを教える必要はないのですが、意外と教えてもらっていません。「手をきれいに洗いなさい」と言って、お子さんがちゃんと洗わないと叱ってしまう。その時に手のひらを3回こすって、手の甲も5回こすって、両手をやって、泡をとって、タオルで拭いて、「きれいになったね」それでいいはず。この副詞とか形容詞というのは、指示の言葉の中に入れて、具体的な動作だけを短く表現していく。お子さんたちが私たちの合図に反応しないと、今度は追い討ちをかけます。「ぐずぐずしないで早くしなさい。何回言ったらわかるの」。この3つの言葉は、子ども達に具体的に何をしろという合図を含んでいません。単なる愚痴です。これをいくら言ったところで、お子さんはどうしていいかわからない。そうすると、知らん顔をしているか、自分の出来ることをしようとしてしまって、結果的に無視をする。そうすると、また叱ってしまう。この繰り返しでコミュニケーションを疎外しているかもしれません。ですから、説明や説得をしようという気持ちよりも、今この場面で、皆さん方がお子さんにしてほしいとお思いになることを、そのまま言葉にする。それが基本です。それが肯定形という意味です。

否定の合図、「いけません」「だめです」「何してるの」という言葉は、もちろんお子さんの行動に反社会的な部分や、人の迷惑、生命の危険、そういうものを含んでいたら、止めていただいて構わないと思いますが、その禁止の言葉でも、彼らは何をしていいのかわからなければ、たぶん無視をするだろうと思います。そういう時に私はあえて肯定形の合図を試してみたいと思います。