

(研究ノート)

場面緘黙当事者・経験者から見た「場面緘黙」 —「大人のかんもくフォーラム」シンポジウムの記録から—

Report on the symposium of "Kanmoku(Selective Mutism) forum"

高木潤野*

Junya TAKAGI

I 「大人のかんもくフォーラム」シンポジウム

話題提供者

浜田貴照(かんもくの会代表)

加藤諄也(場面緘黙を考える会富山副代表)

らせんゆむ(『私のかんもくガール』著者)

入江紗代(かんもくの声)

コメンテーター

広瀬慎一(かんもくグループ世話人・臨床心理士)

司会

高木潤野(長野大学社会福祉学部)

高木:シンポジウムの司会を務めさせていただきます、長野大学社会福祉学部の高木と申します。どうぞよろしくお願ひいたします。

私は場面緘黙研究の一環として、幼児期・学齢期の子どもたちの相談や学校コンサルテーションをしております。その中で成人の方や、年齢の高い高校生、大学生の場面緘黙当事者の方の相談も受けることがあります。子どもの場面緘黙への支援や啓発は不十分ながらもこれまでかなり進んできたと思いますが、その一方で成人の当事者や、二次障害、後遺症で苦しむ方への支援や研究はまだまだ充分ではないと感じております。このような問題意識から、今回のシンポジウムを企画させていただきました。

それでは進めて参りたいと思います。まずは、登壇者をご紹介します。私に近い方から、「かんもくグループ北海道」世話人、広瀬慎一さん。「場面緘黙を考える会 富山」副代表、加藤諄也さん。「かんもくネット」代表の角田圭子さんにご同席いただき、加藤さんのフォローに入らせていただきます。かんもく

フォーラム実行委員で「かんもくの声」入江紗代さん。「私のかんもくガール」の著者、らせんゆむさん。「かんもくの会」代表、浜田貴照さんです。

1. 自己紹介

高木: それでは、加藤さんから順に自己紹介をお願いします。

加藤:(音声アプリを用いた音声の再生:加藤氏については以下同じ)「場面緘黙を考える会富山」副代表の加藤諄也と申します。音声アプリを使って自己紹介をさせていただきます。よろしくお願ひします。スクリーンの映像は、NHK・Eテレ「バリバラ」やNHK・富山テレビ「ニュース富山人」に出演したときのものです。10歳ごろから症状があり、24歳の現在も場面緘黙です。中学生の頃は体が動きにくくなる「緘動」の症状もあり、学校では移動するのも困難でした。現在は以前よりも体が動くようになりました。また、うなずきやハンドサイン、メール、筆談、音声アプリなどを使って少しずつ意思表示ができるようになってきました。

しかし、ずっと母親以外とは会話をすることができません。また、多くの人の輪に加わったり、自分から進んで行動したりすることが苦手です。

18歳のとき、自動車学校に通いました。私が場面緘黙であることを母親から事前に伝えていました。免許センターでの視力検査の時、事情をよく知らない警察官から、返事をしないことを責められるなど、いろいろと大変なこともありましたが、何とか運転免許を取ることができました。そして、3年前の秋から新聞配達をしています。

経験値を高めるために、週1回、ケアラズカフェで就労体験をさせてもらっています。また、体と心を鍛えるために、月に2、3回、近くの公民館で太極拳を習っています。そのおかげで、いろんな人と出会うことができ、自分に少しずつ自信が付いてきたように思います。

中学3年のとき、スクールカウンセラーだった寺西先生と出会い、週1回、けん玉・セラピーを受けました。中学校を卒業してから、寺西先生にすすめられて、日本けん玉協会富山支部の会員になりました。月1回の練習会に参加し、けん玉道四段に昇段できました。また、昨年10月には、日本けん玉協会認定の2級指導員の資格を取得しました。

寺西先生のお招きで富山大学の授業にゲストとして参加しています。内地留学中の学校の先生と場面緘黙について学び合うとともに、けん玉セラピーのお手伝いをしています。最近になって時々、講演会やけん玉教室の講師を務めさせてもらうことがあります。支援者のアシストを受け、筆談や音声アプリなどを使いながら何とか務めさせてもらっています。大人の緘黙として、少しでも皆さまのお役に立つことができればと思っております。本日はどうぞよろしくお願いいたします。

高木：加藤さんどうもありがとうございます。日常の中で困っていることや工夫されていることも教えていただけますか。

加藤：しゃべらないことで、見知らぬ人や関わりが少ない人に誤解される可能性があります。誤解されるような発言をされることもあり、つらく心に残ることがあります。

何かきっかけがある時は、メールや筆談でことばを伝えて解決できることもありました。そうできないこともありました。うなずきで伝える時には、緊張してあまり首を動かさず、首を動かしても、相手にうなずきが通じない場合もあります。首振りや答えられないような質問だと答えるのに悩んだり緊張したりします。相手を困らせたり、気まずい気持ちになったりなどして沈黙で無駄な時間を過ごしてしまうくらいなら、勇気をもって、筆談を使ってしまうほうがいいと思っています。必要に応じて、あらかじめ書いてあるものを携帯するのもいいと思います。

高木：状況や場面によってコミュニケーションの手段を選んだり、使い分けたりされているということですね。お仕事についても教えてください。

加藤：毎朝3時頃から新聞配達をしています。この仕事は自分にとって都合がよいのは、人との関わりや人と接する時間が少ないところです。新聞が店に着いた後は、銘柄や枚数確認や折り込みなどの作業を短い時間、同僚と一緒にしますが、運転して配達する時は、同僚と一緒にいることはないです。配達が終わって日中は自由になるので、企業などで働くよりは、負担にならずに働きやすいと思います。ですが、めったに遭遇はしませんが、これまで、ハプニングがありました。配達中に、事情を知らないコンビニの店員から挨拶をしないことを責められたり、警察の検問で止められたとき、筆談で「場面緘黙」と書きましたが、わかってもらえなかったりしました。富山で支援ネットワークづくりをしている「みやの森カフェ」というところで、週1回就労体験させていただいています。そのカフェにいるのは優しい人たちだと思うので、やっていけるのだと思います。することを、はっきりと指示してくれるところも働きやすいと思います。場面緘黙を理解している環境が働きやすいと思います。

高木：加藤さんありがとうございます。フロアの皆さまからは後でご質問いただく時間を作りますので、聞きたいことがあったら、質問用紙に書いて出していただけたらと思います。では、次に入江さんよろしくお祈りします。

入江：かんむくの声の入江紗代と申します。私は3年ほど前から、当事者として場面緘黙に関わる活動しております。私は幼稚園入園から27歳ごろまで、場面緘黙傾向がありました。授業での音読などはできたんですけど、雑談や人の輪に入ることや人と打ち解けることがなかなかできませんでした。まったく話せないというわけではありませんでしたが、自分を出すということがどうしてもできず、人との関わりがうまく築けないことなどに苦しんでいました。現在は、ほぼどのような場面でも話せるようになっているのですが、未だに対人面では、不安や緊張を抱えています。本日はよろしくお祈りいたします。

高木：同じように、日常の中で困っていることとか、お仕事についてお話しいただいているいいですか。

入江：はい。日常の中で困っていることというのは具体的なことを言うといういろいろあるんですけど、ざっくりしたスタンスとして、最近は無理しない方がいいのではないかなと思っています。

過去には、「しんどくても自分の力でがんばらなけ

ればいけない」とか「苦手を避けていてはそのまま永遠に変わらない」と、がむしゃらに行動しなければいけないと思っている時期もあって、そのときの経験は自信にはつながってはいるんですけども。例えば私の場合、精神状態がよくないときは普段できることもできなくなってしまう。症状の出方に揺らぎがあるため、飲食店で注文や電話をかける用事や、役所などでの手続きですとか、美容院、病院ですとかが、むずかしいこともあります。ちょっとしんどいときは人に頼めることであれば頼んでしまう、発話や対人を必要とする案件を一旦よけてしまう、ギリギリまで先延ばしにして元気があるときに行うとか、そのようにしています。「無理して頑張ろうとしないという方向でいいのではないかな」というのが最近の、解決法まではいかないですけど気の持ち方です。その方が気が楽になりますし、安心して行動ができてりもします。成功と失敗という考え方にとらわれると自分が追い込まれプレッシャーになります。無理しないモードであれば、無理してがんばったのに話せなくて落ち込むということはないかなと思います。

前半の広瀬先生のお話¹⁾にも通じるかもしれないんですけど「今日はできた」「できなかった」ただそれだけであるということで、自分をそんなにジャッジしないというか、緘黙状態になってしまった自分をコントロールすることはできませんが、緘黙状態になる前だったら少しは自分を自己操縦できるかなという感じですね。現在持っている自尊心を保って自己否定を軽減できるという感じがしていて、うまくいなくても自己否定感を今以上に募らせる必要はないと思ひ、最近は無理しないモードで過ごしています。

あと、こういった解決法ということで言うと、緘黙の「当事者研究」というのを最近始めました。当事者研究というのは、精神疾患を持っている人たちが集まっている北海道の「べてるの家」から広まったものなんですけれど、様々な当事者が自分の苦労を自分で助けるための方法を考えるというものです。緘黙の人たちの困りごととその助け方が蓄積されて、共有できていけば、緘黙当事者も当事者自身の力によって、生きやすくなるのではないかなと思っています。

高木:ありがとうございます。1点だけお聞きしたいと思います。「無理しないモード」という話がありましたけど、この「かんもくフォーラム」の企画やこれまでの準備は大変無理をしているんじゃないかと思ひます。そ

の辺は大丈夫ですか。

入江:そうですね。準備に費やす労力の面でも、無理しないといひますか。このイベント自体に成功や失敗ということはないと思ひています。皆さんが、そのまま自分自身の経験を語りあう会だと思ひているので。この会に成功や失敗という考えで臨むとしんどいと思ひうんですけど、今日という日は参加して下さった皆さんやお会いできた方とお話していただける日と捉えました。

高木:ありがとうございます。では皆さんからの温かいコメントを頂ければ幸ひに存じます。続きまして、らせんゆむさんお願ひいたします。

らせん:らせんゆむと申します。私は2014年に、「私はいかんもくガール」というコミックエッセイを出版させていただきました。私は幼稚園の頃から、中学3年生まで場面緘黙症だと思われる症状がありました。その後言葉が出るようになってからも、数十年にわたっていわゆる後遺症という、発症当時より苦しい二次症状に悩まされていたんですけども、長い時間を経て、改善に至ったところまでをこの本に書かせていただひています。この本を読んでいただいた方から、予想を超える、たくさんの反響をいただきまして、場面緘黙症に苦しむ人々が予想よりもずっと多かつたんだなということを実感いたしました。

場面緘黙を発症している当時の写真ですが(スクリーンに写真を写す)。このような感じで、左の方が家庭での表情なんですけど、家庭以外の場所では表情が硬くなってしまひて、ほとんど話することができませんでした。私は幼稚園に入る前に、なぜか「外に出たらしゃべらないぞ」とか、「本当の自分を出さないんだぞ」というふうに決めてしまひて、その後の主に学校ですとか習い事の場面など「緘黙」状態の自分と、家庭でよく話す自分というのを使い分けてきました。その自分自身の縛りが学校でのいじめとか成績の低下につながってしまひて、家庭環境も不安定だったので、ほんとに安心できる居場所が限られてしまひて、とても苦しい思いをしてきました。

高校の入学の際に遠方の高校に行くことで少しずつしゃべれるようになってきたんですけども、その後15年以上、緘黙だった頃の影響で悩んでいて、人間関係がうまくいかなくて孤独を感じていたり、仕事をするのがままならない時期があつたりして、鬱になってしまつた状態があつたのですが、理解あ

る人との出会いですとか、自分の内面について本などで勉強したことがきっかけで、少しずつ改善していきました。現在はその15年ほど続いた後遺症の脱出からさらに10年ぐら経っていきまして、今でも多少の不得意は残りますが、やっとほぼ克服したと言っていい状態になっています。現在は結婚して4歳と6歳の2人の男の子の子育てに奮闘しながら、イラストを中心としたクリエイターの仕事をしています。本日はこのような場に招いていただいて、恐縮しているととともに、とっても感謝しております。どうぞよろしくお願ひいたします。

高木：ありがとうございます。差し支えなければ、後遺症の部分についてもう少し教えていただいてもよろしいですか。

らせん：後遺症はですね、しゃべれるようになり始めてしばらくの間は、まずコミュニケーションの取り方がわからなかったの、というタイミングでどうい話をしていけばいいの、というのがわからなかったということ、何を話していけばいいか考えている間にどんどん周りの空気が進んで行ってしまっ、結局しゃべれるタイミングというを見失ってしまうというのがありました。あと、しゃべれるんだということによって自信が付いてきたことによって逆に調子に乗って失敗してしまった部分があって、そういうものがどんどん重なっていくことによって、人間関係がうまくいなくなってきた、自分はダメなんだって自己否定みたいなものがどんどん大きくなっていきまして。「どうしてうまくいかないんだ」「世の中が悪いんだ」みたいなことにもなっていまして、それでうつ病など発症して、うつ病からの脱出も数年かかりまして、そこから徐々に、勉強していくことによって、自己肯定感をアップさせることで少しずつ脱出するような感じでした。

高木：ありがとうございます。年齢に応じた例えばコミュニケーションの取り方やコミュニケーションのスキルがバランスよく育っていかなかったところから、行き違いが起きてきたと言うか、うまくいかない部分が出てきたという感じですね。

らせん：そうだと思いますね。

高木：わかりました。現在特に困っていることってものは？

らせん：ほとんど克服したと言ってはいるものの、現在も、こういう初めての場所ではなかなかうまくいことが出てこなかったり、初対面だと自分から話しかけ

たり、輪に入っていくきっかけをつかむのが不得意だったり、表情がちよっとこわばりがちになってしまっ、人から見て話しかけづらい印象を与えてしまうことが多かっ。あとは、私が適切な表情ができてくるのかってということが常に、気になったりしてしまっ。あと先ほどもちよっとありましたけど、話す前に何話そうかなっていうことをものすごく考えてしまうので、会話がすぐに途切れてしまうことがあります。

高木：どうもありがとうございます。共感できるという方が大変多いのではないかと思ひました。最後になりました、浜田さんよろしくお願ひします。

浜田：「かんもくの会」代表の浜田と申します。かんもくの会の代表と申しましても、実質的には開店休業状態になってますので、今個人的な活動しているのです。僕は、普通と違ひまして、高校入学したときから場面緘黙になったんですが、小学生ぐらまでは普通で、活発な普通の子もやっと思ひますけれども、中学でいじめとか仲間外れを受けまして、特に中学2年の時すごく陰湿ないじめを受けたので、だんだんに馴染めにくくなっていきまして。で、中学は最後楽しく卒業したんですけども、高校に入ったときに、新しいクラスメイトに最初にまったく話しかけることができなくて、それが1か月ぐらいで、完全にこわばって、誰とも、話しかけられても反応しないし、まったく教室の中では、表情を出さないような態度が固定しまっ、そのまま卒業しました。

途中で高2のときに、いったん学校行くのが辛くてやめよう思っ、自分は退学したつもりで辞めたんですけども、やっぱり受験がひとりではできないと思っしたので、仕方ないから再登校して、それから心を殺して通ひ続けたんです。進学はできたんですが、そこからもっと大変なことになりまして、長い話になりますけども、大学は留年とかを繰り返して、14年近くいまして、33歳のときにやっとなんとか就職したんですけども。仕事についても、そこでも続かない。最初のところは1か月で転職して、転職したそのところを3か月ぐらいで辞めていくを繰り返して、その後は、ほとんどフリーターみたいなこと3年ぐらやっ後にまた、再就職したんですが、そこがなんと1年半やっしたんですけども、うつ病になってしまひまして辞めまして、そのころにかんもくの会の活動、今やっっていることを始めました。

結局そのままういっぺん再就職活動してやっ

んですけども、すぐにやめてしまっていて。自分は、人の中で普通に勤務することが難しいと思って、英語の翻訳をやっていたんで、それを活かして、1人で仕事ができないかと、思いまして、翻訳会社に応募して、なんとか採用してもらって、今はフリーランスで1人で、7、8年くらい家で仕事をしています。やっと最近、生活が安定して、人生で初めて継続して仕事をできてる状態になってます。

高木：ありがとうございます。浜田さんが日常の中でとか、あるいは仕事の中で、特にこんなところが困るといことがあったら教えてください。

浜田：仕事は今1人でやっていますので、仕事上では、ほぼ何も問題はないんですけども。親戚、特にめいやおいが小学生の子がいるんですけど、そういった子たちに会ったときに、どう話しかけていいのかわからないですね。おじのくせに黙ってるとか、よく親戚同士で集まってパーベキューするとかいっても、自分だけ欠席するとか、そんなことやってます。それ以外に社会的な日常生活は、買い物するとか、ほとんど問題はないです。

高木：ありがとうございます。今の話も共感できるという方が多いのではと思います。この時期、年末年始、忘年会、新年会、家族の行事、などで大変憂鬱になってくるなって方も多いのではないかと思います。

では、ここまでの自己紹介いただいたものに関連して、広瀬さんの方から何か、コメントやご質問などあればお願いします。

広瀬：そうですね。私も共感しながら聞いていました。今日の講演の内容ともつながりますが、症状あるいは問題の特徴として「自己否定しやすい」「自分を責めやすい」といったことや、「自分はやっぱりダメだな」といった考えが浮かんでしまうことは、よくあることだと思います。そのような中でも、「他にこういうふうと考えられないかな」「自分ってこういうところができるんじゃないかな」といった、自分なりに対処したり、自分を認める作業を同時に行ってきたんじゃないかなと思います。もしご自身で何か取り組んできたことや、こういったところを意識してきました、ということがあればお聞きしたいです。

高木：どうでしょう。4人の方に伺っていきましようか。ではまず、入江さんいかがですか？

入江：自分を認める作業っていうようなことですね。仕事を始めてから、人の役に立てている感覚とか、部活動もやったことがなかったので、共通の目的を

もって、チームプレーで協力する経験とか、協力し合ってそこに連帯や信頼関係が生まれることも、仕事をして初めて実感し経験できました。そういう中で自分の存在が受け入れられて、認めてもらっているなという感覚が持てました。そして、お互いの相互作用や感情や気持ちをやりとりする中で、また、仕事を続けていけている中で、自信とかそういった感覚を積み重ねることで、自分自身も自分を認めることができ、自己否定が減り、徐々に自己肯定感が生まれできたと思います。

高木：人の役に立ててる感覚とおっしゃいましたが、やはりこれはとても大事ですよ。『自分を認めてあげる』とことばで言われても難しいですが、客観的な事実として周りから認められているってことが感じられるという経験は大事ですね。

加藤さんご発言の準備ができたそうなので、お願いしたいのですが、その前に1つ説明させていただきます。加藤さんはけん玉も非常に得意でいらっしやいまして、今回のシンポジウムではご発言の時に、答える用意ができたらけん玉を立てていただく約束になっております。今、けん玉立っている状態ですので、同じ質問に答えていただきたいと思います。

加藤：私は迷ったり、落ち込んでしまったりしたときには、その経験を財産にしたり、休んだりして、通常な気持ちを取り戻します。場面緘黙を自分だけで乗り越えるのはとても難しいと思います。だから、緘黙富山やかんもくネットの会合、おしゃべり会、交流会などに参加していただき、仲間と一緒に悩み、共に力を合わせて困難を乗り越えていきたいと思います。

高木：ありがとうございます。「自分だけで乗り越えるのは難しい」というのは本当にその通りだなと思っています。今日この会場に足を運んでくださった方は多分とても勇気を出してきていただいたと思うのですが、なかなかそうでない方もいっぱいいらっしゃると思います。人とつながっていくっていうのはとても大切なことだなと思っています。

あとはお2人いかがでしょうか。ではらせんさんお願いします。

らせん：私は、子どものときは、家庭の不和もあってなかなか自分を肯定するということができずに、長く引きずってしまったんですけど、大人になってから、自分を否定してしまうことはそのせいなんだってことを理解したということもあります。またそんなに自分を

否定しなくてもいいんだよという内容の本をたくさん読みまして、それで、自己肯定感を高めていったということもあります。

その時期にちょうど自分を認めてくれる人との出会いもありましたし、出版をしたことで、本当にたくさん反響をいただいたので、こんなに同じ思いをしている人がいるんだなということが、私の場合は、すごく大きな自己肯定感のアップにもつながりました。

今は、子育てがものすごく大変でして、彼らの面倒を見ているうちに自分よりも彼らのことが優先になるので、その責任感と言いますか、彼らは私しか頼るものがないので、そういうのがあります。そういった中で、総合的に自己肯定感を高めてこれたのかなと思います。

高木：ライフステージが変わっていく中で、立場の変化だったり人との関わり方の変化だったりというのが、ちょうどいいきっかけとして働いたということですね。後で聞けたらと思っていたのですが、出版のことが出てきたのでついでに伺いたいと思います。入江さんの自己紹介で最初、「当事者研究」ということばが出てきましたね。らせんさんにとっての本の出版っていうのも「当事者研究」というか、自分と向き合ったり、見つめ直したり、自分にとってのカウンセリング的な要素というのもしかしたらあったのではないかと思うのですが、いかがでしょうか。

らせん：そうですね。自分はどういうことを考え、そういう風にしたのかを冷静に振り返るきっかけにはなりました。場面緘黙という経験は、なかなか他の方、そんなにしてらっしゃる方がいないので、これは本になるだろうなと思っていて、それでずっと書こうと思っていたというのもありました。そう思っただけなんですけど、書いてみて、反応があって、自分は改めてこういうところで苦しんで、他の方もこういうことで苦しんでいたんだということがわかるようにはなりました。

高木：どうもありがとうございます。では最後に浜田さん、一言いいですか。

浜田：申し訳ないんですけど、自分が話した後で、頭が、パニックになったので、質問の内容が頭にちゃんと入ってなかったのもう一度。

高木：広瀬さんもう一度お願いします。

広瀬：自己否定であつたり、いろいろ自分を責める考えが頭の中に浮かんでくるが多かったのではないかと思います。そのような中でも自分を認めたり、励ましたり、そういう経験があれば教えていただきたい

です。

浜田：これは、ずっと一生懸命やってこようとしたことなんですけども、やりすぎて、うわべつらばっかり元氣に見せようとか、してきたんですけど、結局それが裏目に出て、余計自己否定が強くなったというのを繰り返してきたんですよ。どうしたら良いかっていうのは、未だにわからない。今は、まあやりすぎないようにしようとして。すいません、ちょっとこっから答えにならないですか。

高木：浜田さん、もうちょっと伺ってもいいですか。

浜田：はい。

高木：そうは言っても、開店休業状態と最初おっしゃいましたけど「かんもくの会」の活動は未だに精力的にされていると思います。このあたりは、浜田さんにとってプラスになっている部分というか、自分を肯定するような経験になっていたりはしていますか。

浜田：はい、それはなっていると思います。やっぱり自分のやったことで、確かに、皆さんに理解を得て、支援いただけるようになったということはあります。すごく、それはなっていると思います。

高木：はい、どうもありがとうございました。

2. 場面緘黙が治っているか、「治る」とは何か

高木：ではですね、話題を進めていきたいと思います。今回のシンポジウムの大事なテーマでもある「大人の場面緘黙」ということなんですけど、そもそも大人の場面緘黙とはどういったものなのかというはっきりとした定義というか、「ここからここまでが場面緘黙」「これは場面緘黙には入らない」とか線引きは非常に難しいと思います。今日登壇されている方も、もう治っている「経験者」でしょうか。それとも「当事者」でしょうか。あるいはかなり改善しているがまだ当事者の部分が大きいでしょうか。

それぞれの方にとっての場面緘黙とはどういったものか、それぞれご自身は治っていると考えているのか、「治る」ということの定義はいったいどういうものかと考えているか、そういうことをお話ししていただけたらと思います。

順番はいかがでしょう。加藤さんからでもいいですか。(加藤氏がけん玉を立てる)では加藤さんお願いします。

加藤：私にとって、場面緘黙は、日々付き合っていくものだと思います。直接、人と関わると不安や緊張が出ます。気づかないうちに、人に嫌な思いをさせてい

る可能性もあると思います。今は、一言しゃべれたとしても、たくさんしゃべり続けることが難しいと感じています。しゃべらない分、楽なところもあるかもしれませんが。もちろん、不利なところもあると思います。場面緘黙になったことで、歩む人生もあると思います。人に支えてもらえて、励みになることもあります。

高木：日々付き合っていくもの、場面緘黙になったことで歩む人生もある、ということですね。加藤さんは治ってはいらっしゃいますか？

加藤：私は、治っていません。当事者です。経験がないので、「治る」定義はよくわかりませんが、私にとって「治る」とは、いろいろな人たちと関わりの中で、自分から声を出したり、何か聞かれたら返事できたりすることだと思います。相手にわかるような声が出せるようになることだと思います。

高木：どうもありがとうございます。「治る定義はよくわかりませんが」という風におっしゃっていただきました。これぜひ、フロアの皆さまも、自分はどうかなって考えるというのがあったらTwitterでつぶやいてください。あとで機会があれば拾いたいと思っております。

入江さんいかがでしょう。

入江：特殊なのかも知れないですけど、私にとって場面緘黙はアイデンティティの一つになっていて、日常的に緘黙を通して、様々なことを考えようとしていたりするのが趣味というか、そういうことが好きという面もあります。場面緘黙にこだわって活動する中で、出会いや仲間とか生きがいや充実を得ることができました。

私にとって、場面緘黙に関わる活動は、人生で初めて自分から主体的に能動的に、ほんとにやりたいなということができた感覚がありました。しかし、だからといって、緘黙でよかったとは、まったく断言できなくて、緘黙を通して得たすばらしいものは、私の人生を支えてくれてはいるんですけども、それ以上に緘黙によって、もたらされた悪夢のような苦悩があって、それらと私の人生は切り離せないのも、まあ、そういう愛憎みたいな意味のアイデンティティが場面緘黙に対してあります。

現在は、生活の中で、緘黙に関わる活動の比率を、少しずつ減らして、緘黙がアイデンティティであるという度合いを徐々に減らしていきたいと思っています。緘黙にとらわれないで、自分の人生を有意義に生きることこそが、私の本来の望みだと考えたから

です。

また、現在も対人面で不安になることは多くて、加藤さんと同じで、緘黙は日々付き合っていくかなくてはならない気質や体質だと思っています。なので、人と話をするのは、できるようになってはいるんですけど、当事者という意識もあります。

高木：ご自身の認識としては、当事者という部分があるということですね。お話の中で「人生で初めて能動的に自分のしたいことができた経験が場面緘黙と関わっている」とおっしゃってましたよね。

入江：はい。

高木：そこをちょっと教えていただけますか？

入江：そうですね。それまでは、何か自分がやりたいなと思ったことがあっても、なかなか、自分から動くということができなかったですし、それを始めるエネルギーもなかったです。生きる意欲みたいなものとか、エネルギーがすごく低下していて、それができなかったっていうのも大きいんですけども。

緘黙を知ったとき衝撃がすごくて、自分の中から自然に、何か自分にできることはないかなという気持ちが強く溢れてきました。それまでにやりたいと思ったことの中でもいちばんそう思いましたし、そのような意欲や感覚が驚くほど出てきました。幼い頃から長い間、自分の内面の問題について考え続けてきたところに、場面緘黙という名称と定義、実態が現れることで、やっと問題の核の言語化や、それを表現し発信すること、生きやすくなるための行動の道筋を描くことが、可能になったという感じですね。あとは、働いた経験が徐々に自信になっていたタイミングでしたので、ちょうどそういった活動をスタートする勇氣やエネルギーが出せたのかなと思います。

高木：ありがとうございます。お答えいただいた中にも関連することがあったかと思いますが、「治る」の定義はどうですか。

入江：私も治るってどういうことなのか難しいなと思ったんですけども。話せるようになっても緘黙傾向と気質は残り続けていて、やっぱり人と話したり、話しかけるのが苦手っていうのはずっとありますし。あと人生の中で、元気な時期と元気がない時期の波があって、緘黙とその他の症状の出方もそれに左右される、そういう波があります。一番苦しかった時期は死にたいと思いました。この先はそこまでの苦しみはないだろうと思っていますが、人生何が起こるかかわからないし、ちょっとしたきっかけや生活環境の変

化で、いつ症状が出るかわからないっていう不安が常にありますね。

生活の中で、不安やストレスが大きい時期は症状が強くなっていくと思うので、変化して揺らぎながら自分の中に緘黙は常に気質や体質としてあるし、0か1かというところで言うと、克服と緘黙状態の間を行ったり来たりし続けて生きていくのかなと思っています。私の場合は、治るとか治らないとか、克服という言葉やそういう感覚に違和感があって、体の病気のように、常に再発するかもという怯えがあります。

でも、もしいつか、緘黙のことを頭の中からまったく忘れて、生活している日かもしきたら、それはもしかしたら治ったと言えるのかな、と自分の場合は思っています。もし治っていないでも「緘黙気質」が残っていても、毎日自分らしくいきいき過ごせていたならば、治ったと自分の中で言っているのかなと思います。緘黙の苦しみはあまりに強烈なので、その記憶を忘れることは一生ありませんが、でもそんなこともあったくらいに思えるようになる日がきたらいいなと思います。

高木:「緘黙気質」というのは絶妙なことばですね。気質、体質と捉えると、治るといふのは全く違った視点になると思います。非常に深い話をどうもありがとうございました。

では、らせんさんいかがですか。

らせん:私は、先ほども申しましたが、多少の苦手はあるんですけど、自分自身の場面緘黙という症状はほとんど治ったと思っています。

私の考える治ったという定義は、まず、「どの場面でも差し支えない程度で話せるようになった」ということはもちろんですが、場面緘黙であったことで傷ついた経験ですとか、自分の気持ちを自分でこうだったなと認められるようになって、それを蒸し返しても、傷つかなくなったと言いますか、そうだったという客観的な気持ちになることができるようになったということですね。あとは、場面緘黙の影響で不得意なことは不得意なんだと認めて、不得意なりに対処法を考えて乗り切れるようになったということが、私の治ったということの定義だと思います。

先ほど入江さんがおっしゃっていたように、場面緘黙だったということは1つのアイデンティティだと思いますので、それが私の場合は出版のきっかけにもなりましたし、それによってこんなにたくさん同じ思いしている人がいらっしゃるんだということもわか

りました。それで、つらい経験ではあったんですけども、今ではすごくその経験をよかったですと思います。

高木:ありがとうございます。治ったという感覚というのは、どうなのでしょう、気づいたら「あ、そういえば、治っていたのかな」という感じなんですか。

らせん:そうですね、今考えると、その時みたいに、「私、緘黙だからこれができないわ」と傷つく思いがなくなった、自分を傷つけるような感じがなくなったっていうのが、治ったっていうことなのかなって思います。不得意なことはありますが、それはわりと、一般的な人、誰しもが持っていることで、場面緘黙からって、それをいちいち頭に付けることがなくなったことが私の治ったという定義なんじゃないかなと思っています。

高木:場面緘黙ということばを知ったのはいつぐらいとおっしゃってましたっけ。

らせん:知ったのは、社会人になってからです。

高木:知ってから、しばらくは「場面緘黙だから」というのを自分の中で付けていたということですね。

らせん:場面緘黙だったから、あの時、あの経験があったから今これができないんだって考える。何かにつけて、自分のためなところを「場面緘黙の経験があったから」と結び付けるようなことになってたんですけども。今では逆に出版が主なきっかけで、「場面緘黙は良い経験だったんだ」と思うようになりました。

高木:どうもありがとうございます。では、浜田さんお願いします。

浜田:えっと、場面緘黙が、治ったかっていうと、まったく治ってないと思います。最後に仕事辞めたときっていうのは、結局それで辞めたみたいなんで、それから、先ほどの広瀬先生のお話でいうと、回避したままずっといます。ひとりで過ごしているわけです。

ひとりで過ごしている限りは、楽なんで、「いつのまにか治っているのかな」と思うこともあるんですけど、時々そういう場面になると、やはりそうなります。今がまさにそうで、場面緘黙がなり始めたときの気持ちに似ているんです。緊張で、クラスメイトにしゃべられなくなって、固定した後っていうのは、しゃべれるような気がするんですけども、しゃべったっていうのを注目されるのが嫌で、それが他人の目、視線を気にするっていうのにならなくて、それがしばらく大学生になっても続いて、クラスメイトが別にそこに

いるわけではないけど、常に自分を監視されてしゃべっているかどうか、見られているような気がするから、ずっと話せないっていうのが続いて。そういう仮想的な目は多分消えたと思うんですけども、最初に緘黙になったときの緊張感っていうのは、今感じているから、治ってない。治るっていうのは、これがなくなることはないかなと思います。

高木:「今」というのは、「今この瞬間」ということですね。

浜田:そうです、はい。

高木:話すことはできているけれども、異様な緊張感があると。

浜田:初めて、自分が、人前で話せないっていう体験をしたのが、まさにこういう状況だったんですね。

高木:つまり、言語的な症状として「話す」という行為だけを取り上げてみると、話せているから一見治っているように見えるけども、その本質的な部分は治っていない、という捉え方でいいでしょうか。

浜田:そうですね、はい。何回でもぶり返す可能性がある。

高木:どうもありがとうございます。それぞれの登壇者にとっての場面緘黙とは、治っていますかと伺ってきましたが、広瀬さんいかがでしょうか。

広瀬:治るか治らないかという二択で考えることは難しいことだと思います。人それぞれ判断の基準が違いますし、そのなかで共通することを探していくのは大変な作業であると思います。

4人の話を聞いて、「緘黙だから」と考えなくなった。緘黙というアイデンティティに捕らわれなくなったということは、とても大事なことだと思います。「自分=緘黙」と考えてしまい、その考えから離れることができない状態では、「緘黙を治したい、改善したい」という方向に向かい続けることになります。そのような考え方ではなく、自分はどのように生きたいのか、どのような方向を目指して生活していきたいのか、そういうところに向かい始めたときに、初めて、緘黙から離れていくように思います。それが本質的に治る方向に向かっていくような感じがします。

高木:自分自身の緘黙症状があって、「自分は緘黙だから」「緘黙だから」って言っているとところから、もうちょっと別のところに目を向けたり、視点が外にいったりすることが、1つの治っていく契機になっているのではないかと、ということですね。

3. 「緘黙」という名称について

高木:後半で話題にしようと思っていたところなんですけど、関係するところで取りあげたいなと思うのが、名称の問題ですね。「緘黙」という状態を示す名称は、言語症状の部分の特に取り上げた呼び方であるわけですね。そのあたりについて、「緘黙」「場面緘黙」「選択性緘黙」という名称と、感じている今の状態とのずれがあるかなと思います。つまり「話せるけども、自分はやっぱり緘黙だ」という部分があると思うのです。そうしたら、ではどういう風呼んであげたらいいのかとか、その辺についてコメントがある方がいいんじゃないかなと思います。

浜田:私。

高木:浜田さんお願いします。

浜田:私の提起したことを取り上げてくださっていると思うんですけど。緘黙っていうのはあくまで、外から、他人から見た姿で、人の心の中って見えないですから。どうしても外から見た1番目立つ状況、症状だから「緘黙」、黙るって意味ですよ。緘黙っていう名前を付けられているんだと思うんですけども。外から見て、これが消えるかどうかで、緘黙である、そうでなくなったっていう風に思われる発言をばくは何回もされたんですが、それだけではなくて、そんなもん、内面の一番表に出てきた氷山の海面上に出てきた部分、外に見える部分だけで、それがなくなったとしても、もっともその奥にいろんな問題が横たわっているんです。それをもうちょっとね、理解、想像しやすいような名称であった方が良いんじゃないかなと思ったことがあったんで、取り上げていただいたと思うんですけど。たぶん当事者の方だったら、結構共感してもらえるんじゃないかなと。

高木:どうもありがとうございます。加藤さんご発言準備ができたようなので、いいですか。

加藤:「場面緘黙」という名称でいいのかわかりませんが、話せないだけでなく、「緊張や不安が強いこと」もあると思います。

高木:話せない部分だけじゃなくて、緊張とか不安ということも含めた呼び名があった方がいいのかもしれない、ということですね。フロアの皆さまも、ご意見があったらTwitterでつぶやいていただいても結構ですし、ご意見お寄せいただきたいなと思います。

他の方はいかがでしょうか。では入江さんお願いします。

入江:「場面緘黙」か「選択性緘黙」かっていう議論は

あるんですけど、浜田さんの提起で緘黙っていう名称で良いのかって言われたときに、そのことを考えたことがなかったなと思いました。やっぱり、おっしゃった通りに話さなくて黙ってしまうっていうことだけじゃなくて、例えば、体の動きとか、自己表現全般が抑えられてしまうとかそういう部分も伝わりやすいような名称に変えることは良いことだなと思いました。緘黙の本質の部分が「話せない」という部分だけを見て取り違えられてしまう可能性が、もしかしたらあるのかなと思いました。

高木：周りから見て、「話せない」ということだけに注目されてしまうおそれがあるということですね。らせんさんお願いします。

らせん：私もみなさんと同じです。話さなくなってしまうのがメインではあるんですけども、それだけの問題ではないというか、やはり、挙動にも人から見たら不自然さが生じているだろうなということもありますし。それが、深い所で言えば不安とかそういうところからきていると思いますし、本当の自分を出せないっていう二重人格的になってしまうような悩みもありますので。そういうところを総合して、緘黙ということばがこれだけ普及してきたところに、また名称を変えてしまうのも、ちょっとどうかなとは思いますが、緘黙も含めて、心理的なものもセットになったわかりやすい名称があればいいかなと思います。

高木：今おっしゃっていただいた中に、わかりやすいことばで理解を広めていく、という側面も確かにあると思います。緘黙ということばで徐々に啓発が進んできたということで、いきなり名称変えましょうという提案をここでしたいというわけではなくて、あくまで本質的なものを議論する1つの手がかりになるのではと思います。

広瀬さんはいかがでしょう。

広瀬：そうですね。困っている人たちにとって役に立つことばであればいいのかなと思います。個人的には、緘黙ということばを変えたいという考えはありませんが、パッと聞いてイメージがしやすいようなことばが選ばれていくのが今後必要だと思います。

高木：そうですね。「役に立つ」という視点はとてもいい、大事な視点ですよ。

そうしましたら、ここまでのフロアの皆さんのコメントも頂戴したいなと思っておりますので、いったんここで休憩にさせていただきます。ただ今から、15分間の休憩といたします。お手元に質問用紙があります

ので、前の回収ボックスに入れてください。ただ、進行の都合で全てのご質問にお答えすることはできませんので、あらかじめご了承ください。では休憩いたします。

<休憩>

4. 場面緘黙への気付きやカミングアウト

高木：後半は会場の皆さまのご意見を交えながら進めて参りたいと思います。ご記入いただいた質問用紙からピックアップしたものや発言を受ける形で進めて参ります。多くのご意見を取りあげていきたいと思っております。

初めに、いただいた質問の中からいくつか登壇者の方に投げかけたいと思うものがあります。まず、「場面緘黙といつ気づいたか」、「周囲に場面緘黙をカミングアウトしていたか：カミングアウトしていた場合その方が楽になったか、周囲の協力を得ることができたか」、「どのようにして自分の状態を受け入れ向き合ってきたか」、「思春期などに保護者にしてほしかったこと、学校の先生にしてほしかったことなどはあるか」。このあたりをまずは伺っていききたいと思います。では、入江さんよろしいですか。

入江：27歳のときに、インターネットでたまたま場面緘黙を知りました。それまで自分は精神的に不調になることとか、いろいろあったんですけど、場面緘黙がすごく自分にあてはまるのが、大きな衝撃でした。それまではあてはまるものがあるようなないような感じでモヤモヤしていて、27歳のとき、もうだいたい話せるようにはなった頃に知りました。

カミングアウトっていうのは、主人と妹が一番安心してしゃべれる存在なんですけども、その2人以外には特に言っていないです。今年の2月に、テレビの取材を受けたときに両親とか、幼なじみにも取材をしたいということで、そのときにはじめて、両親や幼なじみに緘黙のことを伝えました。今は、両親と一緒に住んでいないので、特に楽になったかどうかはわかりませんし、それ以前にも場面緘黙に関する活動をしていたので、カミングアウトによって変化するという状況ではなかったです。

自分をどう受け入れて向き合ってきたかという質問なんですけど、なかなか自分を受け入れて向き合うことができなくて、27歳で場面緘黙を知った頃に、やっと自分のことが整理できたりとか、場面緘

黙を通して、自分の今までの苦しみとか経験をもう1回整理し直すっていう作業ができたので、そのことも自分を受け入れ向き合うことの大きな手がかりになりました。仕事をするまでは、引きこもりに近い状態になったりもして長い間外に気持ちが向かなかったんですけども、外に気持ちを向けて仕事をしたりする中で、周りから受け入れられることで、自分で自分を受け入れられて、向き合うことができたと思います。

保護者や教員にしてほしかったことというのは、私はまったくしゃべれなかったわけではないんですけど、すごく不安な気持ちを抱えてしまって話せなくなったり、自分を出せなくなったりしてしまうことが症状としてあるということ、保育士や教員の方に知っていただいて、そういう目線で、ただおとなしい子というだけじゃなくて、守ってもらえたら、私はすごくうれしかったのかなと思います。

高木：ありがとうございます。他の方にもですけど、入江さんにも引き続きで、「学校の中で支援や配慮があったか」「NGワードや困ってしまうことなどがあるか」という質問も今発見しましたが、いかがですか。

入江：私の場合は授業に参加できていて、朗読や歌のテストもできていたんですけど、雑談や仲間に入ることはいままでできなかったです。とてもおとなしい子としか見られていなくて、特別な支援や助けは学校ではなかったですね。

NGワードっていうのは、自分の中のNGワードっていうことですね。自分が本当に心を開ける友達がいなくて、誰よりも孤独だということ、人に見透かされているんじゃないかと思って、それに近いことを言われるとすごくドキドキして、27歳くらいまでは友達がいなくて、信頼関係でつながっている人がいないことが大きなコンプレックスでした。

高木：どうもありがとうございます。他の方いかがでしょうか。全部でなくても結構ですけど、これについては答えられるというものがありますか。らせんさんいいですか。

らせん：私はですね、「緘黙をいつ知ったか」というのは、社会人になってどうしてこんなにうまくいかないのかなっていうことを調べていて、インターネットで場面緘黙という症状だったと、子どものころの症状がそれだったということを知りました。

カミングアウトしたかどうかっていうのは、例えばおとなになってからの友人との話の中でちらちらと

言ったことはありますけど、あまり理解されないというか、ただおとなしいのとどこが違うのかっていうような感じで、あまり受け入れてもらえないです。夫もいるんですけど、夫はまあ私と正反対の性格で思ったことは素直に言えるタイプで、これを言ったところで理解してくれないだろうなって思うので、あまり話はしてきませんでした。一番は、ほんとに出版をして全国的にカミングアウトをしまして、それになりますね。

自分をどう受け入れ、向き合ってきたかというのは、先ほども少し話しましたが、自分を否定してしまうのは、子どもの頃の家族関係であったり、そういうことがきっかけで、自分が悪いわけじゃないんだってことを勉強しまして、自分に言い聞かせました。自分が悪いわけじゃなくて、環境のせいであったり、考え方のせいであったんだということを少しずつ理解して向き合っていました。

高木：ありがとうございます。らせんさんには、ご指名で質問が1つ来ております。「自己紹介のとき、自分は学校では絶対しゃべらないという思いでいたそうですが、しゃべろうと思えばしゃべることはできたのでしょうか」。

らせん：例えば、しゃべらないといっても、指示された音読ですとか、返事だとか、まったく声が出ないというわけではなくて、必要最低限のことは声が出ました。例えば、雑談ですとか、何か質問されて答えたりっていうのが、自分の中で「私はしゃべらないぞ」って決めているので、それが縛りになってなかなか自分から話そうと思って話すことはできませんでした。

高木：どうもありがとうございます。後は、他の方いかがですか。加藤さん準備ができたようですのでお願いします。

加藤：高校の頃に知りました。短大時代からカミングアウトしていました。私の場合何かに挑戦するときには、私が場面緘黙当事者であることを親や支援者から相手に事前に説明してもらい、事情をわかってもらうようにしています。例えば、相手に何かを伝えるときは、音声ではない合図をするなどの了解を得るように配慮してもらっています。そのような支援があったから、いろんなことに挑戦できたのだと思っています。

高木：ありがとうございます。カミングアウトしたからこそ挑戦できたという部分もあったということですね。浜田さんはいかがですか。

浜田:私が初めて場面緘黙を知ったのは、34歳のときに古本屋で簡単な心理学の本を読んだときに、たまたま場面緘黙というページを見つけて、そこに書かれてる内容が自分にまったく同じだったので、初めて知りました。それで初めて、自分の他にも同じような人がたくさんいるということを知りました。それまでは、「こんな人間は自分しかこの世にいない」と思っていて、誰にも理解されないという孤独感で苦しんでいましたので、場面緘黙を知ったことで、孤独感が一挙になくなりました。ただ、それで緘黙が改善するっていうことは別になかったんですけど、それだけでもすごく変わりました。

カミングアウトは、その時はすぐにしなかったんですけど、何年か後にブログをちょっとやってた時期があって、それで自分はこんな体験してきたっていうのをインターネット上でたくさん吐き出しました。それはすごく自分の胸にたまっていたものを浄化するのに役立ったと思います。受け入れたかっていうのはちょっと、まだとても受け入れられない。これはちょっと答えられないです。

学校や家でしてほしかったことは、入学して僕はすぐ話せなくなったんですが、入学してすぐ1か月ぐらいしたときに担任の先生に呼び出されて、「君はずっと1日中しゃべらないでだまって一人で過ごしているようだけど大丈夫かい」って聞かれて、そのときまだそういう自分の状態を認めたくなくて、「大丈夫です」って言ってしまったんです。で、あそうかということで、それで終わりになったんですよ。ほんとに、その後もずっと、時々そういう風呼んでくれてたら、もしかしたら、いい方向にいったのかもしれないですね。家では普通にしてたんで、まったく家族は僕の学校の状況を知らなかったんで、半年くらいしたとき、懇談会で親が呼ばれて初めて話を聞いて、親と先生だけの二者懇談なんですけども、それから母親が家に帰ってきたら、私に向かってすごく怒りました。あんた一人で、学校でまったくしゃべらんのかやってねって、すごく怒られてショックを受けました。それで、ああいうときにもうちょっと怒らずに「どうしてか」って聞いてほしかった。ちょっといたわってほしかった。未だに親にはちょっと心開けてないですね。

NGワードは、私の場合は、特に大学入ってから、「友達」ってことばをまったく受け付けないっていうか、自分の意識しないようにしてました。友達ってこ

とばを聞いても異様に反応してました。最近やっとそういうのがおさまってきましたね。そんな感じです。

高木:どうもありがとうございます。皆さん、知るようになった年齢が比較的高いかなと思われた方も多いのではないのでしょうか。

あとカミングアウトに関して、私も少し話したいと思います。私は、場面緘黙とまではいかなかったんですけど、小学校の頃はほんとに外ではしゃべらない子でした。クラスの中でも話せる相手はほんの数人だったと思います。小学校のお泊りで行く行事のときに、準備が整った班から代表の人が言いに行かないといけないのに、そのとき一言も言えなくて一番最後になってしまったという経験をよく覚えています。また中学生の頃、外食のお店で母親から「潤野は本当に外に行くとしゃべらないよね」と言われた場面とか、思い出すといっぱいあるんですよ。未だに、話すことも含めて人付き合いが面倒になることは日常茶飯事で、やってできなくはないのですが、無理して人に合わせようとするのと後でどっと疲れが出てしまうので、仕事以外では不特定多数の人が集まる飲み会とかは避けるようにしています。それで、そういうことを私もここ数年で人に話すようにしたんですね。そしてたらちょっと楽になって、飲み会を断るのもしやすくなったり、少し生きやすくなったと思っています。

さて、もう少しいただいた質問に答えていただきたいと思います。「主人の理解がまったくありません。当事者の方、会場にいらっしゃる家族の方はどうされていますか」ということですが、入江さんいかがでしょうか。

入江:主人には場面緘黙であったことは伝えたんですけども、それで場面緘黙っていうのがどういうものかっていうことも認識してもらったんですけど、場面緘黙以外の症状が出ることもありますし、性格や人間性の面も含めて、総合的な私という人間と相対してると思うので、あまりそれで関わり方が変わるといことはなかったです。ただ、場面緘黙的な症状が出てしまって困ったということをはなりました。以前は場面緘黙で症状が出て話せなくて困って今落ち込んでいるということが説明できなかったし、相手にも伝わらなかったと思うんですけど、それをことばで説明したときに分かってくれるようにはなったと思います。

高木:答えづらい質問にお答えをいただいております。ありがとうございました。

5. 場面緘黙についての理解を広げるには

高木: それでは、ここからはあらかじめ用意した話題をいくつか考えていきたいと思えます。まず、緘黙を取り巻く現状と課題について。先ほど用語の問題を取りあげましたが、それ以外にも当事者から見た現状認識や、「何をわかってもらう必要があるのか」「社会には何を求めていくのか」というようなところを登壇者の方にぜひお答えいただきたいと思えます。あるいはフロアの方の中で、現状認識や社会に対してこういうものを求めていく必要があるのではないかという点でコメントがある方がいらっしゃったら、ぜひご発言いただきたいと思えます。いかがでしょうか。

A: あっちょといいですか。

高木: はい、ではよろしくお願ひします。マイクを今持って伺います。差し支えない範囲でお立場などおっしゃっていただければ幸いに存じます。

A: 僕自身はあの、緘黙とまったく関係ないんですけど、友人が元緘黙ということで、ちょっと今日こういったフォーラムがあるよという紹介を受けまして来ました。それでですね、僕自身緘黙症を知ったのが去年で、SNSだったんですね。ここ1年見てきて思ったんですけども、世の中において、場面緘黙症に対する認識というか認知があまりにも低いという印象を受けました。それまでまったく聞いたことなかったし、知ってから身近な人に場面緘黙症というものを知ってますかって聞いたら、誰1人知らなかったですね。なので、この緘黙というものについて、これから社会に知ってもらうために、どういった対策、対応をお考えなのかと、それについてちょっと知りたいですね。

高木: ご質問ありがとうございます。それぞれ何らかの立場で場面緘黙の啓発に携わっていらっしゃいますので、いかがでしょうか。浜田さんからでもよろしいですか。

浜田: 場面緘黙がなぜ知られてないのかっていうのは、わたくしも初めて自分が場面緘黙、自分が当事者だって知ったときに、当時15年くらい前ですけど、インターネットですぐ検索して情報を得ようとしたんですけど、まったくっていいほど詳しい情報が無かったです。それに比べたら、今はものすごい変わらうだと思えます。

それにもかかわらずまだまだ知られていないっていうのは、私なりに考えたのは、まず緘黙っていうのは第一義的に本人が話さない、本人から伝えな

いっていうもので、でも、そういう問題っていうのは緘黙に限らず、いろいろな子どもの障害には、子ども自身が訴えないっていうものはいろいろ、まあ重度の障害とかありますけど、そういうのは大抵は周囲の大人、特に家族が気づいて何とかしようとして、学校に何とかしてくださいと訴えるんですけども、緘黙の場合は、家で普通にしている子が一番普通多いと思えますので、家族が非常に気づきにくい、楽観してしまう。学校の先生は絶対分かるんですけども、学校の先生が先に気づいても、親が大丈夫だと思ってしまうケースが非常に多い。大丈夫か、大人になればそのうち治っていくやろと思ってしまう。詳しく言い出すと長くなってしまふけど、そういう家族に気づかれにくい、深刻になっていく可能性が将来にあるということが予見しにくいっていうのがまず、社会に知られにくい、報告されにくい第一の原因やと思えます。

高木: ありがとうございます。学校の先生だったら、知る機会があっても、家族は話してる場面しか見ないからということですね。今そのことを伺って思ったのは、なぜ家族は大丈夫だと楽観してしまうのか。もしかすると、保育園や幼稚園の先生が家族に対して、「大丈夫大丈夫、しゃべるようになるから」という風に言ってしまうことも少なくないわけで、そういったことが影響しているのかも知れません。そうすると幼児期の段階で、そこを担っている保育士さんや幼稚園教諭に場面緘黙の問題をしっかりと伝えていくというのが大事なかもしれないと思ひました。

では、加藤さんいかがでしょうか。

加藤: 当事者や保護者、支援者が協力しあって場面緘黙について交流できる場や機会を作り、その活動をメールやチャシ、マスメディアなどを使って周囲の人々に知ってもらうように努力することが大切だと思います。

高木: ありがとうございます。交流できる場や機会をSNSなどを使って周知していく、まさにこのかんもくフォーラムでやっているようなことを、さらにさらにやっていくということですよ。また、その活動を担う主体を増やしていくことも大事なのではと思ひました。あとはいかがでしょうか。入江さん、「かんもくの声」の活動あたりはいかがですか。

入江: そうですね。緘黙を知らない人がまだまだ大半で、当事者自身が自分で自身の緘黙に気がつきにくくて、苦しみを軽減する方向に向きにくくなっている

というところではやっぱり、本当にもっともっと知ってもらおうとか、社会的認知を向上していく必要があると思います。今、全く気がつかずに苦しんでいる人がたくさんいるという意味で緊急性がありますし、啓発の必要性があると感じています。

自分が緘黙に気がついたときにどういった機関や窓口相談すればいいかわからないという声もすごく多いんですけど、加藤さんもおっしゃっていたようにメディアに取り上げてもらうのも大事ですし、緘黙自体がメディアになって発信していくことも大事だと思っています。かんもくフォーラム自体も、そのような意義を持っていると思います。ツイッターやブログなどSNSやウェブ上で当事者の声がこの2、3年でとても増えていると思うんですけど、その当事者の声っていうのは今までは潜在的なもので、他の人には見えていなくて知られていなかったのです。それが表面化してきて、いろんな人に見えるようになってきて、ツイッターのプロフィール欄に場面緘黙と書いて緘黙についてつぶやく人がたくさん現れてきました。実際の当事者の数から見れば少ないのかもしれませんが、そのような当事者の声そのものもメディアだと思うので、そういった当事者自身の声を発信していくこともすごく重要だなと思っています。

高木: 当事者自身の声というあたりが「かんもくの声」という団体の名前とも関連してるといことですよ。当事者の方が当事者の視点での問題意識や内面世界を今の日本社会の実情に照らして考察した本としては、らせんさんの「私のかんもくガール」が非常に先駆的で画期的なものだったと思います。次は、やはり文章として書かれた本の必要性が非常にあると感じています。自閉症の研究でいうとドナ・ウィリアムズさんの「自閉症だったわたしへ」や、テンプル・グランディンさんのような画期的な著書があるわけですが、ぜひ入江さんにはそういった口火を切っただけならいいかと、私は期待しています。

では、らせんさんいかがでしょうか。

らせん: えーそうですね、みなさんがおっしゃっていたのはもちろんですね。ちょっと「場面緘黙」っていう字も難しいですし、やはりインターネットなどで調べていくと難しくなって印象が少しあるのかなという感じがして、私がコミックにしようと思ったのはそもそも、当事者とか周囲にいる方に限らず一般的に子どもでも大人でも場面緘黙というのはどういうものか、わかりやすく知ってほしいなと思って。例えば、バラ

エティ番組で再現ドラマになることもありますし、そういう面で、とっつきにくいものではなくて、誰にでもわかりやすいような表現で場面緘黙っていうものを知られるきっかけがあればいいかなと思っています。

高木: どうもありがとうございます。ご質問いただいた方、何かコメントあれば。

A: まあそうですね、できれば精力的にどンドンどンドンと世の中に対して、前にプッシュしてもらいたいなと思っています。

高木: がんばってまいると思いますが、ここに居る皆さんも共に、がんばっていこうじゃありませんか。よろしく願いいたします。

6. 他者や社会とのつながりの大切さ

高木: そうしましたらですね、残り時間も後25分少々となって参りましたので、少し先の話題にいきいたいと思います。他者や社会とのつながりという視点からコメントを寄せてくださった方が多くいらっしゃいます。そもそも他者とのつながりをどう作っていくか、他者とつながりたいと思っているのか、それから社会的な居場所であったり、どんなコミュニティだったら安心できるのか。そういった点に話題を向けていきいたいと思います。

居心地のいい場所として、どんなコミュニティが求められるでしょうか。はい、では加藤さんお願いします。

加藤: 「場面緘黙を考える会富山」の会合は私にとって居心地の良いところと言えるかもしれません。温かいことばをかけてくれたり、少し共通した話を聞けるのも良いと感じるのだと思います。先日の場面緘黙を考える会富山主催のスポーツ会では、バトミントンやビーチバレーボールをしました。それでも緊張はしましたが、学校の体育の授業に比べれば、いくらか居心地がよかったです。

高木: どうもありがとうございます。そういう会の活動というのはあるといいですよ。関連していくつかコメントを紹介したいと思います。「たとえ話せなくても他者とつながりたい、話せない当事者も筆談などできたらそれを通して人と関わられたらと思います。話せる人も話せない人も自分らしくいきいき活動できる場がいつかできたらいいです(緘黙じゃない人も)。」それから、「人が好きで話しに行ける場が地元のスポートクラブであるので、もっと日常に広がるといいですね。」それから、これは多分元当事者と書かれて

ますが、「他者とのつながりは求めている。会う回数を重ねるほど話せるようになる人話せなくなる人がいる。怖くても居場所に参加してみて、居心地が良い悪いを感じて、次に活かす」とのことです。

では、他の方がいかがでしょうか。入江さん。

入江:「社会とどうかかわっていきたいのか」というところで、社会との接点自体は生きていだけでもあるとは思うんですけど、しんどい時は自ら他人や外界、つまりは社会に自分から働きかけるのはむずかしいので、そういうときは働きかけなくてもよい、自分のペースで、社会と関われる場所があるといいなと思います。長期的、継続的に社会との関わりを続けていかなければならないというプレッシャーがあるととてもしんどいので。

また、一人でも誰かと関わることは、社会と関わることと同義だと思います。社会にも他者にも、余裕や元気があるときに自分から関わられたらいいと思うし、何かお返ししたくなったときに、話せなくても社会で人の役に立てる場所があるといいなと思っています。例えば、対人恐怖からほぼひきこもり状態になってしまうことも私はあったんですけど、そういう場合にいきなり社会参加するのはすごく大変だし勇気がいることなので、社会に一歩踏み出す前の段階で半分社会参加できるような当事者の居場所があったらいいし、そんな場所をつくったり考えたりしてみたいなと思っています。

高木:いきなり社会に100%じゃなくて、そこの足掛かりになるようになっていうことですよ。浜田さん大きくうなずいていらっしゃいますけど、何か関連してコメントがあれば。

浜田:入江さんがおっしゃるように当事者がいきなり社会に出ていくのは大変しんどいと思いますので、そういう、まず気軽に集まれるような場所が非常に切望されると思います。で、僕自身は一人でほとんど家で過ごしてまして、家族しか今話す相手がいないですけど、たいへん寂しいです。どっかで、家族はいるけれども、話す相手が欲しいなって、どっかでかけていかなあかなんと思っています。

高木:そのときに、気軽に参加できるには何があったらいいんでしょうか。例えば、する内容であったりとか。

浜田:やっぱり自分の趣味とか、趣味じゃなくても共通の話題で集まるとか、公的なクラブみたいなのあるんで行こうかなと思うんですけど、やっぱりちょっと怖じ気づいて出られない、けれども寂しいって

う、ジレンマです。

高木:地域の公民館の行事なんかはちょっとハードルが高い、みたいなことですね。関連してこんな質問がありました。「学校に所属していない場面緘黙当事者が、就職して自立するために必要なことは何ですか」。大変難しい質問だと思います。浜田さんはいくつかお仕事をされる中で、合う仕事を見つけたりということがあったかと思うのですが、「就職して自立するために必要なことは何ですか」と問われたら、いかがですか。

浜田:自立ってというのがどこから自立っていうのか、わからないですけど、私自身が知りたいですね。結局それができなくて、今のような状況になっているんですけど。それでも、今自分で生計立ててるからそれを自立って言うんやったら自立かもしれないんですけど、もしその自立っておっしゃってんのが外でどこかに勤めて働くことだとしましたら、私は全部失敗してきたんで、ちょっとお答えしようがないです。

入江:自分が自立できたと思ったのは、仕事が2、3年続いたときです。それまで何回もやめたくなくて心が折れそうになっていました。接客の仕事は自分にはありえないと思っていたところを、死ぬ気の覚悟で飛び込んだので大変だったんですけど、2、3年継続して働いたときに、自分の稼いだお金で2年とか3年初めて生活できました。自分で稼いだお金で生活が続いて、社会の役に少しは立っていて、職場での人間関係の中で少しは社会とつながれているということで、少しずつ自信になっていったと思います。働いて自活することを続けていくメンタルのタフネスが、自立するのに必要だったと思っています。

そのタフネスは心の筋肉みたいなもので、筋トレのように7年間、毎日接客をしました。積み重ねることが自立につながり、続けて働けることのありがたさも感じました。また、社会に適応することは、感覚を鈍磨させるというか、傷つきや摩擦に少しずつ鈍感になっていく過程のような気もしました。毎回傷ついていると心折れてしまうので、そういう修行みたいな期間が必要だったなと思います。自立するためには、不安を持って就職した当事者が長期的に働けるような支援も必要だと思います。

高木:なるほど。それで、とにかくもう何年か続けて続けられれば自信になる、ということですよ。そう考えていくと、それを続けられるだけの、やはり最初のとっかかりというか、入りやすい入り口みたいなものが必要

かもしれないということですね。

ここまでのやりとりを踏まえて広瀬さん、何かコメントがあったらいかがでしょうか。

広瀬:「つながる」というのは、もっとも悩むところだと思います。どこにつながったら良いか、人とつながるべきなのかということがありますが、答えを出すことは非常に難しいことです。ただ、「何のためにつながるのか」という目的が大事だと思います。

「話したい」「緘黙を改善したい」「治したい」というところにどうしても注目が行きやすいですが、「何のためにそれをしたいと思っているのか」という目的がはっきりしていない状態では、どうしても、「何のためにやっているんだろう」と自分の行動自体に疑問を持ってしまうこととなります。まずは人とつながる目的を整理して、目的が明確になった時点でつながるところを探し始める。どこにつながれば良いのか、というところについては、私の中で答えは出ていませんが、丁寧に目的を整理することが良いきっかけになるのではないかと思います。

高木:どうもありがとうございます。

7. フロアとのディスカッション

高木:では、フロアの皆さまから何かご意見や質問などあるいはコメントあるでしょうか。いくつか手があがりましたね。では奥の方お願いします。差し支えない範囲でお立場などおっしゃっていただければと思います。

B:今日は、娘がこれに予約してたんですけども、ちょっと都合が悪くなって、母親の私が参加させていただきました。私の娘も18から今10年過ぎましたけども、娘自身が緘黙ということばをとらえたのが、たぶん1年くらい前じゃないかなと思います。私は、娘から初めて聞いて、緘黙の「緘」という意味がまったくわからなくて、どうしてこういう名前つけてるのかなと思いました。娘を通して少し理解しつつあるんですけども、10年間、社交不安障害という当初の病名が付いて、障害者の心理みたいところで、親としてばたばたしながら、こういう場所も含めて色んなところに参加させていただきました。

親として思ったことは、まだまだ日本の行政も、こういう研究なさってる・・・最近では当事者研究っていう綾屋さんの講演に先日行ってきたんですけど、まだまだなんだなっていうことを。10年前は行政も大学も心理学も、専門機関が絶対助けてくれると思っ

ていたんですけど、だんだん絶対助けてくれないんだなっていうことを、現状を理解するようになって、できるところからやるしかないんだなっていうことで。今回その、緘黙っていうのは社交不安障害とどのようにグレーゾーンがくるのか今考えてるんですけども。そういう障害者のNPO法人はたくさんあるんですけども、そういうところの人たちにもっと理解をさせるという。例えば、就労支援でやったこともあるんですけども、その会社の人が障害に関してまったく知識がないまま税金をたくさんもらって、仕事をさせるという。そういう現状も、行政がそれだけお金を投資しているのであれば、行政が月1回とか半年に1度とか、会社の人に障害というものはこういうものであるという研修をさせるとか。そういう機会すらないんだなっていうことを、今私は感じてるんですけども。今回いろいろ話を聞いて、やはりその、説明責任じゃないですけど、現場ではNPO法人とか、少しずつ10年前より増えてきているなという風に感じます。しかし、まだ今ここで研究なさってる人たちの時点のところまでの説明すらまだ、現場では捕まえていないのではないのかなという気がしています。

現状でどうつながっていくかっていうことは、一人一人やっぱり感じ方がどうも違うみたいで、こんなに優しく伝えていっても、本人には伝わらない場合があるので。やはり、十人十色ってよく言うんですけども、まさしくそんなんだなということをこの頃感じてます。だから、つながるというのは、現状自分から見つける以外にないという、たまたま偶然いい出会いがあればそれは良かったなと思うし、当事者を抱える親としては、そういう状態であるという風に今思ってます。ますます、こういうフォーラムなど盛んにして、多くの人に伝わっていけば、少しは改善されるのではないかなという気もしています。以上です。

高木:ご意見をいただき、どうもありがとうございます。一般的に広く認知を広めていくと共に、やはり特に支援者にはそれ以上の正しい理解や適切な支援方法を広げていく必要があると、わたくしどもも日々感じているところです。

もう一方、あちらのほうで手が挙がったかと思いますが。

C:神奈川県から来ました。どうもありがとうございます。今福祉関係で、精神保健福祉の分野で働いていまして、僕自身もたぶん元場面緘黙だと思うので、うまく話せる自信がありません。

お話の中で、「べてるの家」の当事者研究のお話が出ていたので、今、ちょうど精神保健福祉の分野でもとても注目されていて、緘黙に関してもどのように活かされるのかということと、あと、実際に本当に治そうと思って治せるのか、むしろ治そうと思えるのかってところがまあ、自分自身も含めてそうだったんですけども、気付いたら接客やったり、今も福祉分野で働いたりして、人と接することを結局求めていたんだなということをちょっと感じる事があって、皆さんどのようにお考えかお聞きできればと思います。よろしくをお願いします。

高木：質問の趣旨を確認しますが、「当事者研究っていうのが場面緘黙にどのように活かされていくんだらか」というのが1つですね。後半は「治す気があったとして、治そうと思って本当に治せるものなのか」ということでよろしいですね。後半の方は特にどなたに聞きたいかありますか。

C：どなたでも。

高木：わかりました。では、まずは当事者研究に関して入江さんのコメントいただければと思います。

入江：はい、緘黙の当事者研究は私も始めたばかりで、8月に当事者研究の全国交流集会でポスター発表をさせていただきました。正直未知数なのですが、当事者研究は自分一人で自分の苦勞を助けても良いし、仲間とともにやってもいい。その理念自体も自分たちで考えるわりと自由なもので、障害や困りごとを持っているどんな人にも応用できるものであると思います。

先程お話に出てきた発達障害の当事者研究をされている綾屋紗月さんの当事者研究とべてるの家の当事者研究もやり方が違ってきますし、関連書籍などもあります。綾屋さんの場合は自分の身体感覚を基軸にして、発達障害がどういうものなのかを、他の発達障害ではない人にも分かりやすい言葉で伝えていると私は感じています。緘黙も緘黙経験者でないといけない感覚的なものがすごくあると思うんですけど、それを言語化することで非当事者の人にも緘黙というものを定義だけではなくて、より理解してもらうことで、認知の向上につながるのかなと思います。さっきお話したように、当事者自身の方で当事者が生きやすくなっていく、自己治療のような側面も当事者研究には大きいと思います。

高木：はい。もう1つの方の「治そうと思って治せるのか」というあたりはなかなか答えづらい質問かなと

は思いますが、いかがでしょうか。はい、では入江さんお願いします。

入江：私の感覚では、治そうと思っては治せなかったです。でも自分の中に「治つたらいいな」とか「話せるようになりたいな」という気持ちを持って行動するかどうかすごく大きくて、「話せるようになりたい」という気持ちがあることが、治せるかどうかはちょっとわからないですけど、大切だと思います。

高木：よろしいでしょうか。

C：ありがとうございます。

高木：もう一人ぐらいご質問ご意見お受けできればと思いますがいかがでしょうか。Twitterの方で特にこれは紹介したいというのがありますか。

(Twitterの投稿を読み上げる)「緘黙の後遺症なのか自分の性格なのか、もはや区別できなくなっている。どこからどこまでが緘黙の影響なのか」「今治っている人でも、これから再発することはあるんですか」という質問もありますが、この辺はどうしましょう。広瀬さんに聞いたらいいですか。今治っている人でもこれから再発することはあるかについて。

広瀬：それぞれのご事情があることですので、お答えが難しいところではありますが、どういう風に治ったのか、その経過によると思います。そこが自分自身で自覚できているのか、どういう風にして自分の緘黙の状態が改善したのか。例えば、「自然に治った」という体験談を聞くことがあります。そのような経過が曖昧であり、自分自身でもよく分からない状態では、治る(改善する)プロセスが分からないということですので、予防のしようがないですね。そのような状態では少なからず再発する可能性はあるかと思えます。

高木：「こういう風に治った」「こういう風に治した」というのが明確であれば、例えば予防にもつなげやすいということですね。はい、ではフロアの方からいかがでしょうか。お願いします。

D：えっと県内から来ました、15歳の娘が場面緘黙です。10年前に保育園で一切しゃべらなかったので、コロナ²⁾の方に行って調べてくださいって言われて、緘黙と分かりました。小学校からずっと不登校です。お父さんの理解がまったくなくて。家では元気なので、「家でこんなに元気なのになんで学校に行けないんだ」「なんでしゃべれないんだ」と言って、結構娘を責めます。当事者の方たちのご家族とかはどうだったのかなとか、今日来て見えるご家族の方とか

どうしてるのかなと思って。まず、社会に訴える前に、家族の中でも大変というか、っていう感じなんですけど。

高木：はい、いかがでしょうか。先ほど少し関連するようなご質問がありましたが、らせんさん答えていただいてもいいですか。

らせん：私自身は、家族はおそらくそれが場面緘黙だということを気付いてなかったのもあります。そもそもそれ以前にとっても不和で、私のケアに割いてもらうことは、気にはしてもらってたと思うんですけど、それをどうにかしようというところまで行かなかったのかなと思う部分があって。

私自身も、場面緘黙と違うんですけど、長男の方に発達障害的な部分がありまして、最初は父親の方は、いやそんなことはないって言っていたんですけども。いくら話しても理解してもらえないので、例えば支援施設に行ったり、色々行動したその姿を見て夫の方も、「ああそういうことなんだ」って段々理解してくれたというか。なんていうかできる人から動き出すしかないのかな。私の夫の場合はその状況を見て、分かりやすい、ばたばたしている状況を見て理解してくれたというのがすごく幸運ではありました。そういう部分から始めるしかないのかなと思ってはいます。

高木：はい、ありがとうございます。実際に現実としてこんなことが起きているというのを見せるということですね。

8. 結び：各登壇者から

高木：まだまだ、話が尽きないところではございますが、そろそろ予定した時間になってまいりました。最後に登壇者の方に一言ずつ、今後の挑戦してみたいこととか、生き方などについてのコメントを頂けたらと思っております。今回の緘黙フォーラムを踏まえて、こんなことに挑戦していつてみたいとか、あるいは今後の夢であったりとかを一言ずついただいて、シンポジウムの締めにしたいと思います。では入江さんからよろしいですか。

入江：先ほどもお話ししていた緘黙の当事者研究ということで、何か緘黙的な感覚を言語化したりですとか、当事者同士で研究してみたりですとか、そういうことをこれからしてみたいというのと、今まで緘黙やその他の症状があって挑戦できなかったことがいろいろあると思うので、そういうことに少しずつ挑戦し

て、楽しんでいきたいなと思います。

高木：ありがとうございます。らせんさん、お願いします。

らせん：私は、絵や漫画で物事を伝える方がみなさんに伝わりやすいなと思っていますので、緘黙の経験からその後のことも含めて、絵とか漫画を使ってわかりやすく世の中に伝えていければいいなということを思っています。

高木：次回作を期待していいということでしょうか。

らせん：がんばります。

高木：浜田さんお願いします。

浜田：はい、えっと、今日はすごく、非常に意義のあるフォーラムだったと思います。なんでかという、初めて大人の緘黙症を真正面からとらえて、テーマにしていたからです。

これ初めてじゃないかなと思うんですけど、緘黙が軽視されてきた最大の理由は大人の実態が知られてなかったからだと思うんですね。だから、子どもが相談に行ったら「大人になったら治りますよ」って言って、それでおしまいっていうケースが大変多かったと思うんですけども、それを無くすためには、この実態を知っていただく必要がある。

今日だけでもすごい意義があったんですが、私たちだけの話ではとても全てを知ることはできないと思います。もっと何十年もずっと、話せないまま家に引きこもってる当事者の方たくさんおりますから。そういう方々はたぶんこういうところに出てきて話せません。自分の経験を話すことは大変難しいと思いますので、そういう人たちのご家族に伝えていただかないので、今後こういう会がありましたら、ぜひご家族も招いていただきたいなと思います。私自身もそういう訴える活動、成人当事者の重篤な例を伝えていきますけども、今日のフォーラムをきっかけにして、もっと具体的に支援を訴えて、これからいきたいと思います。ちょっと夢というかね、挑戦したいと思います。はい、ありがとうございます。

高木：ありがとうございます。加藤さんお願いします。

加藤：少しずつ、いつでもだれとでも、音声アプリや筆談を使って会話することに挑戦したいと思っています。

高木：ありがとうございます。最後に広瀬さん、お願いします。

広瀬：ありがとうございます。こういう機会に参加することができて良かったです。支援者が、当事者や経

験者の方がどのような体験をしているのかについて知ることはとても大切なことだと思います。引き続き、支援者の方に緘黙の実態を広められるように活動を進めていきたいと思っています。

高木：はい、どうもありがとうございます。では、皆さまありがとうございます。時間となりましたので、ここでシンポジウムを終了とさせていただきます。登壇者の皆さま、そして会場の皆さまからも、そして、Twitterでつぶやいていただいた方からも、とても有意義なコメントをいただくことができたと思います。Twitterでの参加の方も含めて、全ての皆さまに拍手をしたいと思います。

- 1) 「かんもくフォーラム2017」前半で、広瀬慎一氏から「緘黙の成人当事者の支援について ～認知行動療法の発想と技法をヒントに～」と題して講演があった。
- 2) 「愛知県心身障害者コロニー」を指すと思われる。

II シンポジウムの解説と考察

本稿は2017年12月9日(土)に行われた「かんもくフォーラム2017大人のかんもくフォーラム」のシンポジウムを文字起こししたものである。大人のかんもくフォーラムには約200名の参加者がおり、そのうち約半数は場面緘黙の当事者や経験者であった。

自己紹介にある通り、話題提供者がいずれも場面緘黙の当事者や経験者であったことが本シンポジウムの特徴である。社会的状況において話せなくなることを主症状とする場面緘黙の特性から考えると、このような状況において場面緘黙当事者・経験者が自らの体験や思いを語るという試み自体が珍しいものである。これまで学会や研修会、啓発イベント等で当事者や経験者が自らの体験を語るという機会はあったが、本シンポジウムのように逐語録として記録に残すことを前提として複数の場面緘黙当事者・経験者が自己の経験や思いを語ったのは、恐らく初めての試みであったと思われる。

場面緘黙は多様な臨床像を示すことが従来から指摘されてきた(河井・河井, 1994; 奥村・園山, 2010; 久田・金原・梶・角田・青木, 2016など)。河井・河井(1994)は場面緘黙児の多様性について「緘黙児といっても、その実像には、かなりの幅(タイプ)がある」と

述べた上で1例の場面緘黙女児について紹介し、「しかし、緘黙児のすべてがこのような形を示すとは限らない」と指摘している。このことは当事者・経験者の体験の語りにおいても同様であり、それはあくまで個人の体験であって過剰に一般化することはできないという前提に立って理解する必要があった。本シンポジウムにおいて、共通するテーマについて複数の当事者・経験者から発言を得ることができたことは、このような点から考えて画期的なものであったと言える。以下では、本シンポジウムによって得られた知見についての考察を試みたい。

本シンポジウムにおいて筆者が目にしたのは、上記の通り複数の当事者・経験者からの発言であったにも関わらず、それらの内容に共通するものが含まれていたという点である。具体的には、各話題提供者の発言に共通するものとして、3つの点を挙げる。

1点目は、「緘黙」という名称についての考え方である。緘黙という言語症状のみを示した名称に対して登壇者からは、「内面の一番表に出てきた氷山の海面上に出てきた部分、外に見える部分だけで、それがなくなったとしても、もっともその奥にいろんな問題が横たわっている(浜田氏)」「話せないだけでなく、「緊張や不安が強いこと」もあると思います(加藤氏)」「緘黙の本質の部分が「話せない」という部分だけを見て取り違えられてしまう可能性が、もしかしたらあるのかなと思いました(入江氏)」「話せなくなってしまうのがメインではあるんですけども、それだけの問題ではないというか、やはり、挙動にも人から見たら不自然さが生じているだろうなということもありますし(らせん氏)」といったことが述べられている。用語を変えるべきかどうかは別として、少なくとも「緘黙」という言語症状のみが問題の本質ではないという点については、多くの場面緘黙当事者・経験者に共通する感覚なのではないかと推察できる。

「緘黙」という言語症状の問題に注目しすぎてしまうことについては、先述の河井・河井(1994)においてすでに「緘黙についての理解の仕方にも言語面偏重という傾向がみとれる」と指摘されている。河井・河井(1994)は緘黙は基本的には「集団生活への適応の失敗」であるとし、「緘黙児は集団場面で過度の緊張を伴う結果、適切な言語行動を必要とする、適応的な行動がとれなくなった状態を示している」と述べている。場面緘黙児・者の抱える問題を理解する上では、言語症状に過度に注目しすぎず、それ以外の活動の制

限や参加の制約にも目を向けることが必要である。

またこのことは場面緘黙が「治る」ということとも関わりがあると言える。浜田氏や入江氏の場合、シンポジウムだけでなく日常会話も含めた様々な社会的状況において声を出すことができている、医学的な定義に当てはめれば場面緘黙の当事者には含まれないであろう。しかし浜田氏は「場面緘黙が、治ったかっていうと、まったく治ってないと思います。」「最初に緘黙になったときの緊張感っていうのは、今感じているから、治ってない。治るっていうのは、これがなくなることはないかなと思います。」と述べている。また入江氏も「もしいつか、緘黙のことを頭の中からまったく忘れて、生活している日もしきたら、それはもしかしたら治ったと言えるのかな、と自分の場合は思っています。もし治ってなくても「緘黙気質」が残っていても、毎日自分らしくいきいき過ごせていたならば、治ったと自分の中で言っているのかなと思います。」と指摘している。これらのことから、医学的な診断基準に照らして治ったと呼べるかどうかとは別の問題として、当事者の意識として「治った」と言えるためにも、言語症状以外の部分への注目が必要だと言えるだろう。

2点目に指摘したいのは、それぞれが自分の仕事や役割を通じて社会とつながっており、またそのことが何らかの形で自分自身に対してプラスの影響をもたらしているという点である。例えば、「自分の存在が受け入れられて、認めてもらっているなどという感覚が持りました。そして、お互いの相互作用や感情や気持ちをやりとりする中で、また、仕事を続けていける中で、自信とかそういった感覚を積み重ねることで、自分自身も自分を認めることができ、自己否定が減り、徐々に自己肯定感が生まれてきたと思います。(入江氏)」「出版をしたことで、本当にたくさん反響をいただいたので、こんなに同じ思いをしている人がいるんだなっていうことが、私の場合は、すごく大きな自己肯定感のアップにもつながりました。(らせん氏)」といった発言を挙げるができる。

場面緘黙は話すことができないという活動の制限だけでなく、それによって学校や職場などの社会的状況における参加の制約も生じる。このような活動制限や参加制約は、そのことによって一層機会が減少するという悪循環につながりやすく、場面緘黙の改善を困難にする一因となっていると考えられる。奥村・園山(2014)は成人の場面緘黙当事者を対象に緘黙症状の克服に影響した要因を検討し、克服契機として「環

境変化」「他者からのほたらきかけ」「自らのほたらきかけ」の3点を挙げている。特にその中で他者からのほたらきかけについては、「他者からの賞賛や良好な対人関係も重要な役割を果たしていることから、周囲の適切な関わり方の重要性が教育的支援の手がかりとして示唆される」と指摘している。場面緘黙当事者支援の視点からは、このような社会的な状況において役割を果たすことや人から認められることの効果についても重視すべきであろう。

このことと関連して、3点目の問題として社会や人との関わることに對する思いについて指摘したい。話題提供者はいずれも、家族を含めた社会との関わり的重要性について言及している。例えば浜田氏は「入江さんがおっしゃたように当事者がいきなり社会に出ていくのは大変しんどいと思いますので、そういう、まず気軽に集まれるような場所が非常に切望されると思います。で、僕自身は一人でもほとんど家で過ごしてまして、家族しか今話す相手がいなくて、たいへん寂しいです。どっかで、家族はいるけれども、話す相手が欲しいなって、どっかでかけていかなあかなんと思っています。」と述べている。また加藤氏は「場面緘黙を考える会富山」の会合は私にとって居心地の良いところと言えるかもしれません。温かいことばをかけてくれたり、少し共通した話を聞けるのも良いと感じるのだと思います。」と述べている。個人差が大きい部分ではあるだろうが、場面緘黙当事者・経験者の多くは人とのつながりや安心して参加できる居場所を求めていると考えてよいのではないだろうか。

場面緘黙はその状態像について「自ら選択して話さない」「人との関わりを避けている」と解釈されてしまうことが少なくない。しかし、話しかけられてその場では返事ができなくても、後から「話しかけてもらって嬉しかった」と語っていたといった事例は多く耳にする。このような場面緘黙児・者の対人的な関わりに関する志向については、関わり方や支援の方法を検討する上で重要な情報となる。場面緘黙児・者におけるより一般的な傾向についても、客観的なデータに基づいた検証が求められる。

以上、本シンポジウムにおいて筆者が注目した3点について述べてきた。最後に、本シンポジウムで得られた知見の限界についても言及する。「かんもくフォーラム2017大人のかんもくフォーラム」のシンポジウムに話題提供者として登壇した4名は場面緘黙当事者・経験者であったが、各氏はいずれも「場面緘黙」そのも

のを題材とした何らかの積極的な活動を行っているという共通点がある。医学的には不安症の一つとして分類され社会的状況における発話の抑制を主症状とする場面緘黙の特性から考えれば、このような活動自体がある意味では場面緘黙と相反する側面があると言えるだろう。本シンポジウムで語られた内容が場面緘黙当事者・経験者の思いとしてどの程度一般性があるものかについては、慎重に解釈する必要があると言える。

文献

- 久田信行・金原洋治・梶正義・角田圭子・青木路人「場面緘黙(選択性緘黙)の多様性—その臨床と教育—」『不安症研究』第8巻第1号、2016年、31-45頁
- 河井芳文・河井英子「場面緘黙児の心理と指導—担任と父母の協力のために—」田研出版株式会社、1994年
- 奥村真衣子・園山繁樹「選択性緘黙経験者における症状のとらえと対処に関する検討」日本特殊教育学会第48回大会ポスター発表、2010年
- 奥村真衣子・園山繁樹「選択性緘黙の症状克服に影響を与える要因の検討」日本特殊教育学会第52回大会ポスター発表、2014年
- らせんゆむ・「私のかんもくガール しゃべりたいのにしゃべれない場面緘黙症のなんかおかしい日常」合同出版、2015年

謝辞

シンポジウムへの参加、ならびにその逐語録を長野大学紀要に掲載することについてご快諾下さった登壇者各位に心より感謝申し上げます。また、かんもくフォーラム2017開催にあたっては実行委員会の入江紗代さん、伊藤暁さん、船戸映見さん、角田圭子さん、他多くのスタッフに多大なご協力をいただきました。感謝申し上げます。

本研究はJSPS科研費17K18208の助成を受けたものです。