

体験談・第89回 小中高校生の吃音のつどい報告

2022年6月26日(日)、小学生10名、中学生6名、高校生13名、ご父兄29名、スタッフ33名の計91名で、ZOOMで行いました。「面接の動揺」という社会人の入社面接手記(下記紹介)、オーストラリアの吃音の歌手MeaganさんのTEDスピーチ<http://digitalcast.jp/v/20709/>、日本吃音臨床研究会の動画「吃音Q&A 自己紹介の工夫」<https://www.osaka-kitsuon.com/ospactivity/ospdouga.html>を基にした勉強会。その後、年代別グループでの話し合いを行いました。

つどいリーダー 金澤 誠

スタッフの手記とその報告です。事情有り、報告たいへん遅れ、すいませんでした。小学生時あるいは中学生時から参加の大学生と原さんがいろんな変遷へての今の気持ち、丁寧に書いてくださいました。

代表 佐藤 隆治

「言語訓練の体験 と 吃音に対する考え

方の変化」 S さん(大学 2 年)

これから、言語訓練の体験を中心に、私がどのように吃音と向き合ってきたかをお話しようと思います。

私が初めて吃音に気が付いたのは4歳のことでした。朝、幼稚園の教室に入る時に、「おはようございます」を流暢に言えないことが辛かったのを覚えています。

小学校低学年の頃になると、連発の症状が出始めました。しばしば「なんでそんなしゃべり方なの？」のようなことを友達に聞かれることはありましたが、吃音のことでいじめられた記憶は無かったように思います。

連発の症状が重くなったのは、小学校4年生のことです。2週間に1回ほど回ってくる学級当番(授業の号令や朝礼・終礼をする当番)をするのが苦痛でした。級当番の前日は、うまく話せない自分を想像して憂鬱な気持ちになっていました。元々、人前で自分の考えを発表するのが好きでしたが、連発のために、自分の意見を伝えるのに時間がかかり、その上、先生が私の言いたいことを補って先に言うてしまうので(先生は私を気遣ってくれていたのですが、私としては、最後まで自分の言葉で話させて欲しかったのです)、話したい気持ちと辛い思いをしてまで話したくない気持ちとの間で

葛藤がありました。

この頃から言語訓練を考え始めました。4年生の春休み、近くの病院にSTの先生がいらっしゃると聞き、その病院へ行くことになりました。穏やかな雰囲気先生と少し話した後、言語訓練が始まりました。学校でするように国語の教科書をいつも通り音読するように言われました。やはり、連発の症状が強くなってしまいました。その次に、軟起声といって息を吐きながら、子音からゆっくり声を出す方法を教えてもらいました。その後再び、軟起声を使って音読してみると、すらすらと声が出て驚いたのを今でもはっきり覚えています。それまで、言語訓練というものを受けてこなかった私は、それが魔法のように感じられました。ひよっとすると、自分の吃音が完治するのではないかと想像して、勝手に期待を膨らませていました。

それから、2週間に1回ほど言語訓練に通い、軟起声を練習しました。一方、5年生になった私は、学校の音読や学級当番で軟起声を実践してみました。すると、練習通りすらすら話せました。それまで、自分の言葉で伝えるのに時間がかかっていましたが、まるで絡まった糸がきれいにほどけるようにすらすらと言葉が出てくるようになったので、それだけで毎日の学校生活はバラ色に染まったように幸せでした。言語訓練を始めた当初は、リバウンドのことを知らされていなかったのも、どもりが一度軽減されたこの時は、吃音は快方に向かうのだと信じ込んでいました。しかし、軟起声の効果は長く

続きませんでした。

リバウンドが起こったのは、5年生の秋のことです。それまでは、軟起声を練習した甲斐があり、喉の力を抜いて話すことができましたが、この頃から、いつもは何の支障も出ないはずの日常会話でさえも、喉に力が入り、ひどい難発が出るようになりました。やっと授業中の発言が楽しくなってきたところだったのに、まるで崖から奈落の底へと突き落とされるような気持ちでした。

リバウンドが起こった後も、しばらくは言語訓練続を続けました。しかし、訓練中も軟起声とうまくいかないこともしばしばあり、言語訓練に通うこと自体が億劫になってしまっていました。

6年生の冬は、日常生活も含め、難発がひどく出てしまい、自分の考えをうまく言葉にすることができず、苦しい思いをすることが多かったです。その反面、どうにかして吃音を完治させたいという思いばかりが募ってしまい、さらに憂鬱になっていました。そんな時にSTの先生に紹介されたのが、吃音のつどいでした。

はじめて吃音のつどいに参加したのは、3月にあった第66回料理のつどいです。その頃はまだ吃らずに話したいという思いが強く、吃りながら話したいことを話そうというつどいの方向性を受け入れられていませんでした。しかし何度か通う内に、吃りながら楽しそうに話す先輩方を見て、自分もそんなふうに話したいという思いが芽生え出しました。

6年生の秋にあった演劇のつどいに参加する頃には、どもりながらも自分の言いたいことを伝えられることを楽しく思えるようになりました。すると、吃音を完治させたいという思いからも解放され、心に余裕が生まれ、気づけば、吃音は治さずによく付き合っていく方が楽だと考えるようになりました。

今となって振り返ると、言語訓練を受けることは正解だったと思います。言語訓練を受けたからこそ、吃音は治らないと分かり、吃音とうまく付き合おうと決心するきっかけになったからです。リバウンドに苦しめられたこともありましたが、難発がひどかった当時は藁にもすがるような思いで吃音を直したいと思っていましたので、仮にリバウンドが起こると最初から分かっていたとしても言語訓練を受けていたと思います。そして、言語訓練を受けてはじめ

て、自分の身で、吃音は完治するものではないと実感できたので、いい意味で、吃音を治すことをあきらめることができました。更に、吃音を治そうというマインドから、吃音とどのように付き合っていくかというマインドに変えることもできました。

最後に、**自分の吃音が憎くてたまらない子供達に伝えたいことがあります。**それは、つどいで話すことが楽しいと思えなくても、つどいに通い続けて欲しいということです。正直に言うと、最初の頃は私もつどいを楽しめませんでした。でも、私はつどいに来ることに意味があると思います。自分と同じ、吃音を持つ人に囲まれながら時間を過ごす機会を何度も経験することで、吃音とうまく付き合っている先輩をたくさん見ることができます。そうする内に、自然と自分なりの吃音との付き合い方がわかってくると思うのです。

原 空留未(スタッフ)

「海を知らぬ 少女の前に 麦帽子の 我は両手を 広げていたり」

これは寺山修司の一首、そして私が教育実習中に声が出ず読めなかった一首です。

あ、これは辛かった、大変だったという話ではないので気楽に読んでくださいね。現在は楽しく高校で国語を教えています。

さてさて。私には吃音があります。(この自己紹介もどもりながら何十回としてきました。)特に「あ行」が苦手です。特に最初に「あ・い・う・え・お」が来ると、緊張が加速し何度も吃ってしまいます。逆に言うと、たくさん吃れば声は出るので、滑らかさや言葉のリズムは二の次です。

吃音があるのに教育実習？将来は教員？なんて思うかもしれませんが、話すことが好きなので仕方ないです。というか意外とどうにかなりました。冒頭にあげた「海を知らぬ～」を読む時は全く声が出なかったのが結局生徒達に読んでもらいました。

最初っからこんな気楽だった訳ではないです。もちろん教育実習前は不安でいっぱい。自己紹介でも「は、は、は、はあー……ら……くすみです……。」とちゃんと吃りましたし、教科書の音読もつかえまくります。

また難しかったのは、その時の教材が短歌だったこと。歌人が書いたものを、自分が言いやすい言葉に言い換える訳にはいきません。そして短歌にはリズムがあります。「う……う……うーみを知らぬ」と言うよりは、「海を知らぬ」とスムーズに読みたい。それが歌人へのリスペクトだとも思っています。和歌も現代短歌も、感情が凝縮された三十一文字。そこに音は増やしたくないですし、そこにある感情以外の情報を入れたくありません。でも私が吃ってしまったら、生徒達はそっちに気を取られてしまうのではないかと、そんなことを考えていました。

授業が始まりました。うーん、やっぱり声が出ない。どう頑張っても「うみ」を滑らかにには言えませんでした。その時、「あ、私この音出ないや。みんなで読んで。カメラワーク想像して。どんな景色が広がってる？いくよ。せーの！」

みんな、とっても上手に読んでくれました。
私、教員やっていけるかも。と思った瞬間です。

自分が全部できなくても生徒は助けてくれる、自分が上手に話せなくても国語を学ぶ手助けはできる。そんなことを感じた3週間でした。

目の前の生徒達と話してみると、吃音ってそこまで気にならないみたいです。いや、気にならないというよりは、「私自身が自分の吃音を気にしている」という事実の方が気になる様子(笑)。最終日には「私達、先生ほど気にしてないよ～」なんて寄せ書きをもらいました。吃るって表面的なところなのかも……？と、妙に納得したというか……びっくりしたというか……もっと中身を見てよ！！と思っていた幼少期の私が救われた気がします。

吃音がある人は教員になれない、なんてそんなことはないです。国語の本質を考えることも、目の前の生徒に向き合うことも、職場の先生方と助け合うことも、できます。それらが好きなら絶対にできます。

私は「吃音があります。最後まで話を聞いてください。こんな場面では私のことを助けてください」とはっきり言って、助けて貰えなかったことはありません。私が話し始めて、周りの人達が固まってしまった時は、「あ、あのあの、私、吃音があつて、ど……

ど、どもっちゃうんですけど。う、う、う、生まれつきこんな感じなので……あ、あの、気にしないでください！」なんて、一言伝えてしまいます。周りの人たちはどうしたらいいかが分からなくて固まっているんだらうなと思うので、「吃るのが私の普通」って伝えてしまえば意外とすんなり受け入れてくれます。

吃音って、パッと見て分からないからすぐく大変。自分で言わないとなかなか理解してもらえない。だから私は言っています。

これは苦手だから助けて。私が話している時は最後まで聞いて。どもるのは私の当たり前です。

レジリエンスという心理学のことば、ご存知でしょうか。何事も自分でやらなければならない…ではない。他者との信頼関係ネットワークを自分で作り、柔軟に、困難な問題をも解決していこう。佐藤隆

D.K君(高3、町田市在住)

初めてつどいに参加しました。グループに分かれて話し合いをしたり、有意義な時間となりました。

最後の話し合いで僕は皆に、「吃音は個性だから、ペナルティではない、頑張りましょう」と発言しました。

この「個性だから…」という言葉は、僕の父と一緒に散歩をしている時に、「**吃音は個性だから、それを武器にしろ。決してマイナスな事ではない**」と声をかけてくれた言葉です。僕はこの言葉が励みになり、『個性』という言葉の響きに前向きな気持ちになりました。吃音…それが有ったからこそ、そこで出会った人がいる。それを大切にしよう、と思えるようになりました。

高3 D.K君のお母さん

今回、高校生の息子と初めて参加させていただきました。お友達を作りたいと願っている息子は「対面でのつどいなら参加したいけど、オンラインはいいや…」と言っていました。このご時世、「いつ対面で参加できるか分からないから今回のオンラインに参加しよう」と、ようやく親子で決意しました。

息子が5歳になる頃だったか、少しずつ最初の

言葉を繰り返すようになり、話し方に変化が現れ始め、小学2年生より『ことばの教室』に通い始めました。小学校低学年の頃は周りの友達から「どうしてそんな話し方なの？」と私に尋ねてくる子もいました。「〇〇君に何か癖はある？それと同じで話す時に癖が出るんだよ」と伝えた記憶があります。納得してくれる子が居る一方で、真似をしたり、からかったりする子も居ました。

そして息子が中学校に入学して間もなく、お決まりの自己紹介がありました。「1人2分以内まで」とタイマーをセットされた自己紹介…、案の定、名前からつかかえてしまい、ほとんど内容を話せないまま終了し、クラスには笑いが起きたようでした。これは息子の友達の親御さんが後から教えてくれた話です。息子は悔しい思いをしたらろうと悲しくなりました。息子はそれ以降、学校へ行きたいという気持ちにはなりませんでした。

そんな辛い経験をしたからこそ、同じ気持ちを持ち、お互いの辛さを分かり合える友達が欲しいと願っています。同じ境遇の友達が居ると安心できる、支え合えるのでは…と私も思っています。

今回、オンラインのつどいに参加し『自己紹介の工夫』と言うテーマで動画や話し合いをしました。自己紹介は「**自分を知ってもらう事が目的であり、自己紹介を切り抜けるという気持ちではなく、楽しむ事、ユーモアを交えて自分を知ってもらうのも良い**」など、自己紹介に対して意識する気持ちを楽にする考えを持つ事も大切だなと思いました。

また、実際に就職面接を受けた方の話を聞いたり、このようなつどいで、情報を共有し、皆で話し合い、これから起こり得るかも知れない困難にどう対処したら良いのか学ぶ機会になりました。

コロナが収まり、対面でのつどいが開催されるのを心待ちにしております。

面接での動揺

東 良一

「東さん」と名前を呼ばれて、「はい」と大きな声で返事をする。椅子から立ち上がる。今日は面接試験、地元ではそこそこ名前の通った中小企業である。正念場だ、気合を入れていけ。目の前のドアに向かって僕は歩き出した。

小学校低学年からどもり始めた僕は、人と同じようにしゃべりたいと何度も願いつつ神様を信じてどもりが治ることを祈った。朗読、発表が当たる前日は夜遅くまで練習した。だが、結果は無残だった。練習で得た自信はことごとく砕ける。惨めな思いを繰り返し、死にたいと思ったこともある。そして、成人を過ぎてたどり着いたのは、「じたばたしても始まらない。俺はどもりや。どもるときはどもる。どもりがどもるのはどうしようもないやないか」という結論だった。

頭ではそう思っても現実の恥ずかしさは消えない。だが奇妙なことに、いざ面接というような土壇場になると、僕は開き直れた。まな板の鯉の心境、と言うのだろうか。僕のどもりは15分間の面接時間中隠し通せるものではない。その日によって好不調の波がある。それは自力でコントロールできない。どもらずしゃべれるかどうか気に病むことは無駄なこと、損するだけだと、僕は体験から学び取った。ただ、面接での心構えは自分なりに組み立てた。

- 1)相手の目を見て話す
- 2)元気よく話す
- 3)表情を豊かにする

僕はこの点に留意してしゃべる。しゃべった結果ひどくどもろうが軽くどもろうが、それは自分の努力・工夫の範囲外のことだ。多くどもる人と接していて、僕はそういう割り切り方を身に着けていた。

応接間のドアを開ける。狭い部屋に面接官が5人。「失礼します」と言ってドアを閉める。すすめられたソファに座る。面接官は50～60歳代。威圧感がある。

「気後れするな。堂々としてろ」

下腹に力を込め、背筋を伸ばす。面談が始まった。氏名、年齢、経歴、家族構成、志望動機…。僕は型通りの質問に答える。返答に詰まるような質問は無し。ことばの調子は可もなく不可も無し。ときおり顔を歪め、2～3秒の間があく。普通の自分だ。動揺は無い。今日はよく声を通っている、と感じる。その時、面接官の一人がいきなり言った。

「あなた、どもりますね」

瞬間、絶句した。顔がこわばるのが分かった。今何が起こったのか。そう、どもりを指摘されたのだ。

就職試験の面接の場で。何か言おう。動揺を知られたくない。何を言おう。何を言ったらいい。何を、どう答えたらいい。頭の中がぐるぐる回った

しばしの後「私は、…」と声を出した。長いような一瞬のような沈黙が終わった。そのあと、自分は小学校の時からずっとどもってきたこと、今でもどもっていること、成人のどもりは治りにくいこと、どもりが職業上の致命的なハンディになるとは思っていないことを夢中で話した。

面接が終わって控室に戻り、僕はようやく冷静さを取り戻した。

一言どもりを指摘されただけで逆上してしまった自分を恥じた。同時に自分の長所をアピールしなかったことを悔やんだ。そして、どもりがどもるのは当たり前などと、判ったふうな顔をしていた自分が中身の薄い薄っぺらな人間に思えた。でも、もういい。反省は次に生かせばいい。自分の甘さを思い知らされただけでも今日は良かった。合否は面接官が決めること。いくら悔いてもじたばたしても、もはや自分の力でどうなるものでもない。そして、これが今のありのままの自分の姿なのだから。そう考えてみると、本音で語り明かした朝のような爽快感が身体に残っているのを感じた。

数日後、採用内定の通知を受けた。最初、あの日の面接官の顔が浮かんだ。次に、世の中捨てたもんじゃないと思った。「おまえはどもりか」と言うておいて「ウチへ来い」と誘ってくれる会社が現実にある。そして次の瞬間、僕はあふれる自信の喜びを押さえることができなかった。

添え書き・感想

繊細な どもる自分語り

青名 秀人

面接官の「あなたは、どもりますね」というワナ？にまんまとはまり、相手の期待通りの反応。驚きと落胆。「どもりはどもりでいいんだ！」と頭では分かっているけど、やはり知られたくないという繊細さを痛感させられる。混乱する思考が襲う。しかし、圧巻はそこで腹を決めて、どもりである本来の自分語りが始まる。多くのどもりが今も悩み、苦手とする面接での、ある種貴重な実践的成功談とも言える。

↑NPO大阪スタリングプロジェクト会報「新生2022年3月(No.548)」から 許可いただき転載

社会に出る若者達へ つどい代表 佐藤隆治

よくある圧迫面接の一事例です。一番苦手なところを、うまく突いて来て、志願者の反応を見る。辛いものではありませんが、そんな面接も現実よく有るのだ…と、知っておくことでしょう。人のいざという時の対応力を見ることができ、そして質問する側としても胆力を要するこの質問を、その場でできる人が会社にいるということでもあります。良い会社と言えるのかもしれませんが。対策としては、自身のどもる事を自分はどのように見る・受け止めることができるのか？ありたき姿はこうかもしれないが、今はこの辺りまでなら到達できている等の自己対話ができていることが肝要でしょう。フツーにどもる姿を見せ、志を持って向かっていく姿を見せる・感じさせる事ができるならば、多くの門は開いてくれます。基本的に、手帳要らないと思います。

♡つどいスタッフ浮田美佳が、2023年8月4日(金)全国公立学校難聴・言語障害教育研究協議会主催のはじめのいっば「卒業生に学ぶ」で、体験発表しました。全国のことばの教室の先生向けの研修会です。高校3年時からつどいに参加し、その後、6年間の大学薬学部を卒業。今は社会人としてお客さんとの対話の日々のようです。

💎つどいスタッフ原空留未の手記の寺山修司も、我々と同じ吃音です。苦しんだことも当然あったでしょうが、その名は演劇演出・詩作の世界で、日本全国で著名。ご自身どもりはするが、生活の上では、十分問題解決されていたのでしょう。

★大学時代、私は関西にいましたが、「面接での動揺」東良一氏は、当時のどもりだち。40年程前の就活前後、胸にとげさすことひきずる青春時代、顔合わせるたびにどんなだと目で確認し合うような間柄でした。どもる我々が、自分らしい納得いく、ああ今日も良い一日だった(充実してたな)…と感じられるには、どうあればいいか？まずは、自分は話す時、その理由は分からないが、どもるんだ。それが仮に嫌であろうが、それが自分なんだと思える・感じられることが出発点でしょう。日常やるべきことから逃げずに話す・行動する中でこそ変わりうる。数年後ふと気付けば、昔よりは楽に話せているかも…と感じるのが現実的です。代表 佐藤 隆治