

## つどいは

中高校生吃音のつどい「は吃音で悩み始める小学生、そして悩みを深めてしまうこともある中・高校生、そしてその家族がどう場である。毎年四回実施し、今年で十六年目となる。泊まりのサマーキャンプ、演劇、詩の朗読、料理教室等の活動と、グループに分かれての話し合いによって自身の吃音と向かい合うための機会をつくっている。

「つどい」の運営スタッフもかつて「つどい」に参加していた吃音の当事者が中心である。過去六十回のつどい詳細は、左記HPでご覧いただきたい。

URL: <http://tsudoi.rdr.biz/>

吃音という障害は、症状の軽減等という指標では問題の本質を語ることはできない。「つどい」への参加を通して、自身の吃音と向き合い、様々な気付きを得て、参加者そしてスタッフが変容していく場が「つどい」である。

それまで吃音についての情報を得たり、相談をする相手がいなかった本人及び両親にとっては、「つどい」が

初めての相談の場である。

保護者の中には、吃音を手軽に取り除く方法を、自分の子供がいじめられたりしないうちに…と考えている方もいる。そう考えられることはむしろ自然だとも言える。

しかし、残念ながら、どめることは治らない。隠すことが上手になることはあつても、本質的に症状がなくなるということとは極めて少ない。長い付き合いとなる吃音との自分らしい付き合い方を見つけ、納得できる人生を送っていく道筋を見出して行くことが大切である。

次に、吃音のつどいを運営している大学生スタッフが小学生時代振り返った体験を紹介する。

### 本当の人生

せんざき

先崎 翔吾

えつと…立教大学の…あのー、あのー、先崎…えつと…翔吾です」これが去年までの僕です。私の自己PRをさせていただけますと、明るくて人が大好きで、とってもおしゃべりです。しかし、静かな空間や、大事な面接、プレゼンテーションではどもりそうにな

ってしまいます。それでも、私は決してどもりません。なんと少しでも隠し通します。私は普通の人間なのだと言いに言い聞かすのです。話せる日はとんとん話し、今日は無理だと判断したら極力話さないようにする。こんな生活を私は二十二年間もしてきました。しかし、その中で様々なものを得て(皮肉になってしまいますが…)、今では自分と向き合い、人生を前向きに捉えられるようになりました。本日は、これまでに私が経験した内容について述べさせていただきます。

私がどもり始めたのは幼稚園生の頃でした。どもろうが、話せようが、とにかく喋る幼稚園児だったことを私は覚えています。幼稚園での出来事は全て母親に話していました。きよきよきよ今日ね！〇〇君と、すっす砂場に、てててて天下一舞踏会(ドラゴンボールの)作ったよ」そんな話に母はにこにこしながら「そうなんだ」と聞いてくれました。私は、吃音について全く認識がありませんでした。吃音を恥じることなく、ありのままに生きていたような気がします。

小学一年生になっても私の性格は変わらず、おしゃべりな吃音持ちの男の

子でした。しかし、ある日を境に私が私でなくなるのです。いつも通り母親に、きよきよきよきよ今日さー」と話しだすと、母に口を出されました。

翔吾、ゆっくり話してごらん。ゆっくり話したら、きつと皆みたいに話せるから。大丈夫だよ「私は、何が 大丈夫」なかわかりませんでした。皆みたい」も理解できませんでしたが、母が私のどもりを良く思っていないことだけはわかりました。もちろん、それが母の愛であることも、母が私の将来を心配してくれていることも、今なら十分わかります。しかし、この事から、私は母に話をするのが恐くなってしまいました。どもることによって母の悲しそうな顔を見たり、怒られたりするのが嫌だったからです。この日からどもらずに話せる時に、話せる単語だけを使う私の仮面を被った生活がスタートしました。

小中高と大きくなるにつれて、良くも悪くも私は、吃音を隠すテクニクを覚ええました。どもりそうな時 えつと「や あの一」を挿んだり、手を叩いてリズムを取ったり、違う言い回しを使ったりなどです。家族との話も、どもらず話せる内容だけで話し、それ以

外は諦めました。話をしているどもりそうになった時は言うことを忘れたフリもしました。どもりを隠している私に対して、母は 最近どもらなくなったね」と褒めるようになりました。おかげで、母が私を心配する悲しそうな顔は見ないで済むようになったのですが、その一方で、どもりはいけないもの・どもると大切な人に嫌われる」という認識は益々強まっていきました。

大学生になると、私の仮面は日常生活では簡単に壊れないだけの分厚く、硬い仮面へと成長しました。仮面の中の私を知る者は一人もいませんでした。仮面を被った私は、とにかく喋る、明るい学生でした。テクニクを利用し、言える言葉だけをチョイスすれば、スラスラ話せるのです。しかし、人前でスラスラ話せる自分が好きになり、理想化してしまつたため、何としてでも吃音を隠そうという気持ちが増々強くなりました。この隠す行為により、自分でたくさん制限を生み出してしまいました。友達と飲食店に行っても、特に食べたくもない、言い易いメニューを注文し、講義での質疑応答も決して手を挙げませんでした。特に辛かったのは、人にお礼を言いたい時に、あり

がとう」ではなく すいません」になつてしまつたことです。感謝の気持ちをきちんと伝えられないというのは、ものすごく辛いことでした。上手く喋れる日は楽しく、どもりそうな日は憂鬱でした。どもりの日は嘘の自分であり、ハキハキ喋れる日こそ、本物の自分なのだと思っていました。いつか、テクニクを完璧にマスターし、吃音が治つた時から私の本当の人生が始まるのだと思つていました。

しかし、大学三年になると、ついに分厚くて硬い仮面にヒビが入り始めました。就職活動や、ゼミの発表の度に皆の前で話す機会が増え、喋るのが大好きなはずなのに、発表の時は下を向いて、えつと」ばかり言っておどおどしていました。先生や友達には 緊張しすぎだよ」とかちゃんと練習しておけばよかつたのに」など言われました。家では何度も何度も練習していたし、緊張なわけでもありません。とにかく悔しくて、吃音」という私の苦しみを理解して欲しいという感情が芽生えました。この頃からやつと、周りの人に吃音のことを話せるようになりました。友達には優しく、そうなんだ。だけど、翔吾は普通だし、気にならないよ。考え過ぎ

だよ」と励ましてくれました。しかし、私が求めるものは、「気にならない」という言葉ではありませんでした。勇気を出して両親にも話しましたが、お前のどもりはもう小学校で治っているから大丈夫。ただ緊張しやすいただけだよ」と言われてしまいました。今思えば、仮面を被った状態で弱音を吐いても理解してもらえないのは当然なのに、私には理解者がいない・・・と悲しくなりました。

しかし、一人だけ両親とも皆とも全く違う反応を示す友達がいました。吃音症のことを話しても、何それ？よくわかんないけど、あんま興味ないわ」と、私の話を打ち切るので。別の日に、吃音のせいで、バイトが辛いこと、授業で発表できないこと、就職活動の面接が不安なことを打ち明けると、「うじうじうるさいな」。自分の個性を隠してる奴が就職できる訳ないじゃないか！・・・でもつてもいいから、挑戦してみればよい！言うておくけど、でもることより、そうやって言い訳してる方が何十倍もかっこ悪いからね！」とハツキリと言ってくれました。私が求めていたのは、逃げる自分を叱ってくれる存在だったのです。私はずっと、ぞもつ

てはいけない」と思っていたので、友達や親の前でも、仮面を外して休むことができないでいました。常に役者でいたのです。しかし、やつと仮面を外してありのままを見せられる存在に出会えました。その日、私は久しぶりに人前でどもりました。えっと」や言い回しなどの装備品を全て取り外して、裸の自分で話しこんだのです。小学生振りでした。どもりまくりでしたが、その友達に対して言いたいことは全て伝えられました。友達も「つもの回りくどい話し方よりも、よつぼどいい」と言ってくれました。喋るつて、こんなに簡単でこんなに楽しいものなのかと実感した瞬間でした。

それから私は変わりました。千葉言友会に参加し、この中高校生のつどいのミーティングに参加し、吃音を隠していた頃の自分が間違っていたのだと理解することができました。どもりを隠すことが「普通に生きる」ということだと思っていた私ですが、それは大きな間違いであり、どもろうが話せようが自由に話をし、挑戦する今こそ「普通」に生きているのだと思います。だから、今では、どもりながらも飲食店で食べたいものを注文し、講義でも発

表もできます。笑顔で元気よくどもっています。それでも、友達や先生も前よりも良くなったと褒めてくれます。それに、吃音を受け入れてからの方がどもらなくなった気がします。

そして、ようやく両親にも「どもる自分」を見せることができました。初めは驚いたようでしたが、今の自分の気持ち全て話すことによって、理解してもらえました。遠回りはしたものの、やつとありのままの自分を自他共に認めることができたのです。もし、小学生の時に、どもる自分を両親が理解してくれていたら・・・。と思ってしまうこともありましたが、もう過ぎたことです。この体験談では、両親について少し悪く書いてしまいましたが、私は決して両親を恨んでいません。むしろ、育ててくれたこと、私の吃音を真剣に心配してくれたことは感謝しています。ただ、欲を言えば、私は両親の前ではありのまままでいたかった。ありのままの私を認めて欲しかった。学校で辛い思いをしている分、家では自由に話しかけた。これが本音です。しかし、私は変わることはできました。就職活動をする前にありのままの自分を受け入れられることができて良かったです。

人生は捨てたもんじゃなれないと思います。ありのまま生きていく今こそが、私の本当の人生なのです。

## 仮面をはずすということ

ゆつくりとことばを引き延ばして

話す：テクニク等に、吃音を目立たなくする緊急避難的意味合いは確かにある。しかし、それだけを頼り生活することはできない。テクニクを使う代償として、本人の違和感も増す。

上田紀行が「生きる意味」②の中の「かけがえのなさ」の喪失で、次のように述べている。

「透明な存在」は、生きていく上で大きな問題を抱えている。自分の存在感を感じることができないということだ。自分がここにいるという実感が得られないのだ。みんなが見ているのは、透明化した自分の仮面である。本当の自分を見せたら嫌われる。だから受け入れられやすい「自分を作り上げようとする。しかし、常に「仮面」をまわなければならない自分、(後略)「

どもることをなんとか隠す、すなわちどもらない仮面をかぶる……ということばかりを続けていると、上記筆者の

場合、破綻が来た。そして仮面を外すこと、すなわち自分のどもりを出すことで、ようやく、ほっと息を付くことができた。



2013年11月秋の演劇レッスンのつどい 於 江東区南陽小学校

どもる症状をどれほど取り除けたかどうか……ということに、物事・価値観の成否を集中するのは本質的な解決にはつながらない。

吃音と付き合い、吃音を自分のかけがいの無い人生のパートナーとして見ることができて、初めて、吃音の悩みの解決が近づいてくると思う。まさにゲシユタルトの図地反転である。③

どもることは悪いことでも劣ったこと

でもない。話すのに少し時間がかかるだけである。もし指摘されたら、それがどうかしたの？」と返せるようになりたい。DVD だが、そばにいる」④の中、子供たちが自然につつかえながらも素直に想いを話す映像を見るたびに、この子達に、ゆつくりと話すというコントロールを教える前に、まず教えるべき大切なことが多々あると思わざるを得ない。

人と人が話をして、話せた、伝わったという感覚こそが大切である。どもらないように話すとは全く伝わらないことが、思い切ってもって話すと容易に伝わることもある。

中高校生の吃音のつどいは、ことばの教室で吃音の子供の指導に当たっている先生方の研修の場としても生かしていただきたい。先生方の参加を大いに歓迎している。

文献

- ①伊藤伸二他「吃音ワークブック」解放出版社
- ②上田紀行「生きる意味」岩波新書
- ③倉戸ヨシヤ「ゲシユタルト療法」駿河台出版社
- ④北川敬一DVD だが、そばにいる(厚生労働省平成二十三年度社会保障審議会推薦児童文化財)

(さとう・たかはる)