

“良い事作り”療育学

こどもクリニック院長 石川 丹

I. はじめに

今の世の中での生き難さに困っている障がい児者の方々が、より生き易い方法を創出するための援助に関する科学、を療育学と言います。

社会福祉法人・楡の会の私たち職員は、そうした科学を創出しようとして、日々実践と実践を介した研究に取り組んでいます。

本稿では、そうした楡の会方式の療育学の現時点での到達内容を説明し、関係者の理解を得ようとしています。

私たちの療育学の中核は障がい児者の方々にとって“良い事”を提案することです。私たちはその“良い事”をもって彼らの生き難さの生き易さへの変容を図ろうとします。

II. 障がいの理解と私たちが目指すもの

1) 人間誰でも

人間は誰でも、やりたいことをやりたい、と思っています。でも、大人はやりたいことすべてを出来るとは思っていません。それはみんなが社会生活をしている事を知っているからです。つまり、自己主張と譲り合いの両方を各人が持っていて、ある時は主張し、ある時は譲る、という状況に応じたやり方をするのが良い事とみんなが思っているからです。

子どもの場合は4歳ぐらいから、したくてもしないほうが良い場合があることを理解し始め、自分に言い聞きかせて、自発的に我慢が出来るようになります。

2) 障がいへの私たちの対応

今の世の中でやりたいことをすると、差し障りと害が生じる場合を障がいと言います。

障がい児者と言われる人だって当然やりたいことをやりたいと思っていることは言うまでもありません。その人たちがやりたいことをやると、障がいが生じると誰が決められるのでしょうか。決められちゃった彼らには、今の世の中がすごく生き難いと映ることになります。

彼らが生き易くなるためには、やりたいことをやって、差し障りにも害にも成らないようになることですが、そのためには、世の中が変わるか、やりたいことを迷惑掛けないですか、のどちらかになります。

世の中変わるには時間が掛かりますから、当面私たちは、彼らがやりたいことをしても迷惑が生じないような方法を編み出したいと思います。

3) 相互とまどい状況

梅津八三は、障がい児が一般の人々の中でとまどい、つまづいている状況で、一般の人々も児に対してどうしてよいか、とまどい、つまづいているのだから、一般の人々も同じく障がい状況にある、という障害相互状況説を論じました。

この考え方は、当然のことですが、障がい児者とそうでない人々は対等であることを述べています。

4) 何故、とまどう、のか

では、なぜお互いがとまどうのでしょうか。それは障がい児とそうでない人との分り合い（コミュニケーション）困難が根本にあるからです。なぜ、分り合い困難が生じるかという点、それは彼らが障がいを持たない人に比べて個性的過ぎるからです。障がい児で無い人は凡人で、障がい児は個性が非常に豊かな人、得手不得手が激しい子ということになります。

因みに、コミュニケーションとは双方向の分り合いが無ければ成立しません。

5) 対等、受容

障がい児とそうでない人が対等なら、そうでない人はどうするのが良いのでしょうか。それは、まず持って、個性豊かな彼らを理解することです。理解するのはどうしたらよいのでしょうか。彼らの言い分、主張、考え、を分かろうとする意欲がその原動力になります。意欲とは彼らの立場になって考えることです。

大切なことは、彼らの立場になって考えた結果を彼らに問うことです。問うた後、彼らの承認を得たと確認できた時に理解が生じます。また、ここに分り合いという双方向のコミュニケーションが成立し、かつ臨床心理学的に大切な“受容”が成立したことになります。

6) “良い事作り”

得手不得手が激しいということは、得手にはまれば事はし易く上手に見えますが、不得手の場合にはできないと映る度合いが目立つということです。誰でも、不得手と感じたらやりたくない気持ちが高じ、得手ならやる気は高まります。

ですから、得手を伸ばせば不得手は付いて来る、ということわざの実践が望ましいことになります。

大事なことは“得手探し”“良いところ見つけ”“良い事作り”“安心作り”ということになり、これらをまずすることが療育の始まりです。

7) 良い事あるから、嫌なことこなせる

一時代前の結婚披露宴の祝辞の定番には、男は外に出たら七人の敵が居る、という話がありました。この話の主旨は、新郎は外で稼ぐ時七人もの商売敵と渡り合って疲れて帰ってきますので、新婦は新郎が癒されて翌日また元気に戦いに出られるような暖かい家庭を作ってください、ということです。

人生は“苦あれば楽あり”ばかりではなく、良い事あるから嫌なこともやっけて行ける、という考え方が古くから日本文化の中にあることを物語っています。

“良い事作り”は好ましい事であるのです。

III. “良い事作り”療育学における心理療法理論

私たち楡の会の職員が利用者さんと関わる時によって立つ主な心理療法理論は以下の通りです。

刺激を制御して行動の変容を図る行動療法、認知を変容して症状を抑制する認知療法、刺激を制御して認知の変容を図りもって行動を制御する認知行動療法、そして、心理的葛藤の言語化を目指した解決志向アプローチです。

IV. “良い事作り”療育学の基本

障がい児は「だめ！」と言われる機会が非常に多いものです。なぜかと言うと、彼らは個性豊かであるが故に今の世の中であっちこっちで衝突し易いからです。今の世の中は凡人が暮らし易いようになっているから、凡人ではそうギクシャクはありません。

今の世の中からはみ出る、あるいは、はみ出ようとするように見える振る舞いが多い子だからこそ、障がい児と言われる訳ですが、それに対応しようとする普通の大人は、まず「だめ」を先に言うことが圧倒的に多いのが現状です。

しょっちゅう「だめ、だめ」言われていたら、『また、だめって言うのかい。そんじゃあ、何すりゃ良いのさ！？』という気持ちがだんだん強くなり、高じて『どうしてもするっ！』という気持ちに成り、やりたい事をひたすら追求するようになるでしょう。それがこだわりに見え、聞き分けが無いと映るようになります。

「だめ」ではなく「～しよう！」と言われたら、『えっ、～？』と一瞬考え、『そりゃ良いねえ！』と思えば、それに乗って来ます。乗れば、それが“良い事”になります。

「だめ」と赤信号を出すだけではいけません。青信号、つまり、やりたくなる事を提案することが大人のやるべきこと、つまり“良い事作り”療育学の基本になるのです。

“良い事”とは“やりたくなる事”なのであります。

V. “良い事作り”が上手く行ったエピソード

筆者の経験を以下に紹介します。

1) “良い事作り”成功例

a) 趣味を増やして

掃除機の作動音が恐くて掃除機がある部屋には入れなくなってしまった4歳自閉症A君の趣味は、銀行やスーパーマーケットのマークです。そこで母親に家電メーカーのマークにも興味を持つように仕向けることを提案しました。その後、A君は掃除機を見つけると大好きなマークを見に行くようになって、音がしていても恐がらなくなりました。

b) 趣味を生かして

自閉症の10歳B君は子どもの声を聞くと大声を上げ、人を蹴る、物を投げる、で大変、とのことでした。好きな事はテレビのザーという雑音、掃除機やドライヤーの音とのことでした。

ので、母親に子どもの声が聞こえたら、聞こえそうになったら、ドライヤーの音に聞き入るように勧めました。

やがて、N君は「お母さん、ドライヤー。」と要求したり、自分でドライヤーのスイッチを入れて聞き入り、嫌な子どもの声がしても、混乱することはなくなり、苦手な事をやり過ごせるようになりました。

車で外出する時もドライヤーを持って行って、車のバッテリーを電源として使うことをして以来、外出の機会が増えたそうです。ドライヤーが安心グッズになりました。

c) 金魚療法

特定不能の広汎性発達障害5歳C君は、幼稚園の金魚鉢に物を入れちゃうようになりしました。困った母親は家でも金魚を飼い、T君に御世話係になってもらいました。金魚鉢に物を入れた時、母親が「金魚が痛がるよ。」と言ったら、その後、金魚鉢に物を入れなくなりました。

死んだ金魚を埋葬した後、道路に出たがるT君に「車に轢かれて死んじゃったら埋められるんだよ。」と言ったところ、母の手を離さなくなって道路からの飛び出しがなくなりました。

金魚という他者の気持ちが分かって、自分に還元できました。「心の理論」の発達が促されました。お母さんには表彰状を上げられます。

d) 迷惑掛けない趣味

重度精神遅滞の18歳Dさんは数年来、夜中の0~3時に声を出しながら歩き回って眠らない、4種の睡眠薬を飲んでいるが効かない、日中も落ち着きなく、不機嫌で、言うことを聞かないので、家族は困っているとのことで受診して来ました。

趣味を母に問うと、鈴を振る、外を歩き回る、だそうです。鈴は15歳の弟がうるさくて勉強できないと言うため振らせないようにしている。散歩はあっちこっち動き回るので、母は付いて行けず制限しているとのことでした。

そこで、音の出ないものを振ってもらうように母に説明したところ、キーホルダーを気に入って振るようになりました。また、デイサービスでは若い職員についてもらって、心置きなく歩き回れるようにしてもらいました。

Dさんは二つの趣味を満喫できるようになって寝つきが良くなりました。睡眠薬は徐々に減らして3ヵ月後には止められました。日中も上機嫌になり、母親も安心になりました。

e) 思い通りに

きらめきの里に通う自閉症の5歳E君は、ある朝のこと玄関の自動ドアの前で大泣きに陥り、頑として入ろうとしなくなりました。母親は途方に暮れていましたが、担任は最近エレベーターの開閉ボタン押しに凝っていることを知っていたので、勝手に開いた自動ドアに怒りが爆発してしまったのだろうと推測し、母子共々もう一度駐車場まで戻って、そこからやり直してもらい、自動ドアの脇にスイッチがあるように見立てて、そこをE君に押すふりをしてもらってからドアが開く様に演出したところ、スーッと入れてしまい

ました

凝ってる事に凝ってもらって、換言すると、こだわり行動にこだわってもらって、上手く行ったというわけです。誰でも凝るのは良いからで、こだわるのも良い事だからこだわるのです。因みに、趣味はこだわりの最たる物と言えましょう。

2) “安心作り” 成功例

a) 安心グッズは紐

有意語の無い自閉症の12歳F君はある施設に3ヵ月入所して療育を受けました。課題に良く応じてしばしば褒められていましたが、終了前日から急に激しい自傷が出現し、顔が腫れ上がってしまいました。

10日後父母に連れられて初診、父がしっかりF君の手を掴んでいる状態で入室して来ました。父の手がちょっとでも離れると透かさずパチンと自傷が見られました。ために、家でも父母のどちらかが四六時中手を掴んでいなければならないとのことでした。

親がF君の手を持って居れば自傷しないということは、手を持ってもらっていることがF君にとっては安心だからだと筆者は考えました。

そこで、持っている親の手とF君の手に紐を絡ませて、親がF君の手を掴んでいなくても、少しぐらい離れても、『紐で繋がってるから、大丈夫。』と声掛けして紐を意識するようにして下さい、と提案しました。

10日後、自傷は7割に減りました。1ヵ月後には初診時の半分になり、2ヵ月後には親と繋がってなくても自分で紐を持って居れば、自傷なくなりました。紐が安心グッズになりました。その後は、徐々に紐を短くして、20cmほどをポケットに忍ばせておくだけで安心になりました。

繋がってる長い紐という大きな安心が20cmという小さな安心になっても、同じ安心であるという気持ちを作ることが出来ました。

b) 携帯電話で満足

自閉症の4歳G君は、家族4人で空港へ行く途中、急に祖父を呼べと言って泣き叫び始めました。F君の主張から前に祖父も一緒に行ったことを思い出したためと父には理解できました。父は我慢を強わずに、祖父に携帯で電話して事情を説明、F君に満足を作ろうと図りました。

祖父と話したG君は満足を作れて、家族は無事スムーズに空港に行けました。お父さんには表彰状を上げられます。

c) 送り出す→お迎え

特定不能の広汎性発達障害の6歳Hちゃんはピアノ教室での練習を嫌がっていました。母は思案し、練習室に児を送り出すのではなく、先生に待合室まで迎えに来てもらうようになりもらいました。

すると、次からは率先してピアノ室に入れるようになり、家でも良く練習するようになりました。おまけに嫌がっていた犬とも寝られるようになりました。

ピアノ室までの短い距離も緊張していたが、先生のお迎えで安心が確信できたということです。Hちゃんのお母さんにも表彰状を上げられます。

3) “得手を生かして” 成功例

a) 砂時計、腕時計

自閉症 12 歳 I 君は着換え、歯磨きの際 5 分の砂時計を呈示したら集中して終えるようになりました。

腕時計をさせて、何時何分に戻って来てね、と言うと、好きな所（公園、スーパー）に行っても時間になると戻れるようになりました。以前はなかなか戻ってきませんでした。

I 君は得意な時間概念をうまく生かしたわけです。I 君のお母さんにも表彰状です。

b) トイレマークで排尿確立

6 歳の自閉症の K 君は排尿習慣未確立です。4 歳の妹は男女の区別に熱中し「これは女の子用～だから私の～。これは男の子用だから兄ちゃんの～」と言って「女の子」「男の子」を連発していました。

マーク好きな K 君は公衆トイレで、妹には女子マークを指す一方、自分は男子マークを指しながら男子トイレに入っ行って、立ち便器で一人で排尿できてしました。

その後は、家庭のトイレでも出来るようになりました。妹さんに感謝です。

c) マイ座布団

注意欠如多動障害の 8 歳 J ちゃんの母の主訴は、学校で着席してられない、座っていてもモジモジしている、でした。

音楽室の木の椅子では特に落ち着きがなくなるとのことで、座布団を勧めたところ、はまってしまい、どこにでもその座布団を持ち歩き、長く座って居られるようになりました。

4) “分かってもらえた感作り” 成功例

以下に“分かってもらえた感”を説明します。

コミュニケーションは双方向性であることが大切であることは既に述べましたが、療育学においてその双方向性は次のようにして達成されます。

子どもは誰でも自分の思いを言葉に乗せるのが上手ではありません。ですから、大人が理解した子どもの思いを言語化して子どもに言い返し、子どもが自分の思いは大人に通じていると確信することがコミュニケーションの成立に必要なことです。

大人は自分の思いを分かっていると子どもが確信することによって、コミュニケーションの双方向性が完成するのです。

子どもが大人は分かってくれていると理解し易くするには、大人が子どもの思いをズバリ言うことです。つまり、凶星を言うことです。

凶星を言われたら、誰だって分かってもらえているんだ、と思えます。これが“分かってもらえた感”です。

凶星を言うことが心理カウンセリングにおいて最重要視されている“受容”に相当します。凶星を言えた大人はその子を受容できたということになります。だから、凶星を言えた

大人には表彰状を差し上げられます。

a) 凶星を言ってもらって、いたずらせず

有意語の無い重度精神遅滞の10歳L君は、診察室の壁に貼ってあるピカチュウの切り抜き絵（50×50 cmの大きさ）の足をつまんで母を見ました。母はそれを見て「だめよ、破かない。」と言いました。その途端、L君はビリッと破いてしまいました。次にアンパンマンの足を持ってやはり母を見ました。母はやっぱり「破いちやダメッ。」と言い、L君はやっぱり破きました。

L君は次にバイキンマンの手をつまみ、筆者の顔を見ました。筆者は透かさず「バイキンマンの手」と言いました。すると、ニコッとして破かないで手を離し、隣のドキンちゃんの足をつまんでまた筆者を見ました。筆者が「足」と言うと、L君は満足そうにそっと手を離しました。

これを見た母は涙しました。

L君は筆者に凶星を言ってもらって満足安心したのです。双方向性のコミュニケーションが成立して安心満足したのです。

b) 凶星を言ってもらって、怒りが治まる

幼稚園に母が迎えに行くとき多動な4歳M君は「テーブル、帰る、5番。」と叫び、お弁当を食べずに怒っていました。「また荒れてる。今日はどうして？」と思いながら回りを見た母は、仲良しのN君が居ないのに気づきました。そこで「一緒にお弁当を食べるつもりだったN君が居なくて怒ってるんだ。」と言ったところ、途端にT君は静かになってしまいました。

M君の言語化できない焦燥感、つまり葛藤を母が言語化してくれたため、ズバリと凶星を言ってくれたため、安心が出来て、目からうるこが落ちた、ということです。

母はカウンセラーになってしまっていたということです、表彰状を上げられます。

c) 満足して、泣き止む

自閉症ではないかと言うことで来院した4歳0君は泣きながら診察室に入って来ました。廊下で母と一緒に寝たいと主張し、なだめてもぜんぜん泣き止みません。

そこで、筆者は母と共に3人で廊下に出て母に抱っこして寝転ぶように指示しました。母子で寝転ぶと、児は泣き止んで母にすがっていました。筆者が母に「お風呂ではいくつ数えるの？」と問うと、10とのことで、母に10数えるように促しました。母が数え終わって立ち上がると、児も起き上がり、泣かずに診察室に入れました。

子どもの主張を受容し、返せたことが“良い事”に成ったということです。

5ヵ月後の再診の際、児は来院して「今日は寝ないよ」と言い、機嫌よく診察室に入室できました。“良い事”作りの効果が5ヵ月も持続していました。

d) 言葉が通じなかったことが分かる子

自閉症の4歳Pちゃんは発音が未熟なところがあります。「こんわちわ」と言って通じた人に、別のことを言って通じないと、また「こんわちわ」と言うとのことでした。

これは、どういう意味でしょうか。この子はコミュニケーションが何であるか、分かって

いると考えられます。つまり、通じることが言葉の本質で、通じないなら通じる言葉を言い直して言う、という実に理にかなった言葉の使い方をしているということです。

別な言い方をすると、相手にとって分かり易い言い方に変えて言う、という相手を慮ったコミュニケーションが出来ているということです。相手が分からなかったことが分かっているわけですから、自閉症的ではない行動と言えましょう。

因みに、Pちゃんの発達の姿は「お兄ちゃん学校行っちゃった、さみしいね。」と言え、誕生会ごっこでは先生に成ることができます。保育園に母が迎えに行くと「楽しかった」「遊んだ」と出来事報告することも出来ます。

5) “やっても無害” 成功例

a) 迷惑掛けない常同行動

7歳の自閉症のQ君は拍手する常同行動を持っています。診察室で拍手を始めたので、母親は「うるさい」とたしなめました。するとQ君は指先だけを合わせて音が出ないようにしました。これは素晴らしいことです。

やりたい事をして人に迷惑を掛けているのが分かって、迷惑を掛けない無害の行動に変えて、やりたい常同行動を完遂したわけですから、素晴らしい社会的行動と言えます。迷惑がっている人の気持ちが分かっている訳ですから、Q君の自閉症性はすごく少なくなっていると言えましょう

大人は『今度も手先だけでしょね。』と励ますべきでしょう。

因みに、Huttは自閉症の子が常同行動をしている間は自律神経のうちの副交感神経が働いている状態である事を明らかにしました。副交感神経が働いている時の心は生理学的にはリラックスして安心している状態でありますので、自閉症の常同行動は安心行動と言って良いことになります。だから、止めさせるのではなく、人に迷惑を掛けない方法でやってもらった方が心理的に良いことになります。

Q君は人に迷惑を掛けない常同行動を編み出して、安心行動をやり遂げたので素晴らしいという訳です。

b) 言ってるつもりで無害

4歳自閉症R君は知らない人を見ると「気持ち悪い」と言っちゃうので、母はその人に聞こえちゃったらどうしようと心配でした。ある医師に無視していればそのうち無くなると教えられましたが、なかなか無くならないということで相談に見えました。

筆者は母に、この子が言いそうになったら、先にお母さんがこの子に「気持ち悪いね」と小声でささやいて下さい、と提案しました。この子がそれを真似して小声で言えば、相手には聞えないはずですからお母さんの心配は当面無くなるはずで、と。

2週間後、ささやくようになったとのことで母は少し安心になりました。そこで次に、声に出さないで口だけを動かして、言ってるつもりの手本を示して下さい、と提案しました。1ヵ月後には知らない人を見ても何も言わなくなりました。

“言ってるつもりで無害に” が成功しました。

c) 優しく叩こう

嫌なことがあると傍の子を叩いちゃう5歳自閉症のSちゃんに、叩きそうな時に大人が「優しくね、なでなでしてね。」と声掛けしながら実際になでて見せたところ、Sちゃんは傍の子の肩に手を置くだけになりました。

e) 母が作った満足

朝の挨拶「おはよう」を覚えた自閉症6歳T君は、登校中にすれ違った知らない人にも「おはよう」と挨拶します。その人が「おはよう」と返してくれないとその人の前に戻って、その人の目を見ながらまた「おはよう」と言います。言ってくれないと何度でも言うので、正しい行動をしているのですが、母には困ったことでした。

母は考えて「Tには聞こえなかったけど、お母さんには聞こえたよ。」と伝えたところ、T君は返事があったと満足したのでしょう、繰り返さなくなりました。

“嘘も方便”を母が上手く応用したというわけで、これも母に表彰状です。

5) “自己説得”成功例

健常発達の4～5歳児は状況を見て自発的に我慢することが可能になりますが、これは内言語で自己説得できるようになる、つまり頭の中で自分に言い聞かすことが出来るようになるからです。

a) 動作性自己説得

母が「うるさい」と怒鳴ったら、自閉症の4歳U君は救急箱からサビオを出して口に貼り、口を閉じたまま泣きました。

U君は母に迷惑を掛けたことを理解し、母を尊重して、我慢を作れた素晴らしい行動です。非言語的に動作で自己説得できました。非自閉症的行動と言えましょう。

b) 外言語による自己説得

11歳自閉症のV君は診察室に入って来て、着席できずに壁を叩いたりうろうろした後、母の隣りに座りましたが「V君、嫌がる、バッテン、マルではありません、嫌がったらバッテン。」と呟きながらそわそわしていたので、筆者が『お座り出来てマルッ!』と声掛けしたところ、落ち着いてしばらく座って居ることが出来ました。

V君の発達は内言語による自己説得の段階に到っていませんでしたが、外言語で一生懸命自己説得を試みていたところで、筆者が、それでいいんだよ、という意味を込めた肯定的声掛けをしたため、自信を持って座れるようになったという訳です。筆者の声掛けを一般的療育学では“強化”と言います。

6) 外在化という自己コントロール

自分の身体あるいは心の一部を自分の外において自己コントロールを図る方法を外在化と言います。

a) お腹に引き出し

特定不能の広汎性発達障害の9歳W君は音韻未熟で「バブちゃん」とよくからかわれます。母が心配して尋ねたところW君は「僕のお腹の中にはタンスがあって、悔しかった事を引き

出しにしまうから大丈夫。」と健気に答えました。

見事な外在化だったのですが、母は「引き出し一杯になったらどうするの？」と聞いてしまっ、水を差してしまったとのことでしたので、筆者は母に『引き出し、もっと一杯作ろうね。』と言って励ます方が良かったですね、と言ったところ母は涙してしまいました。

b) 他人の所為

4歳自閉症のYちゃんは性器こすりしているところを母に注意されました。すると、「まあちゃん（妹）がやった。」と他人の所為にして、言い訳しました。これも見事な外在化ですから、自閉症のお子さんらしからぬ良い知恵と言えましょう。

因みにYちゃんは「ひどい、くやしい、もういや」などの情動語を発する言語能力を持っています。

VI. “良い事”とは

“良い事作り”療育学の真髄は上記のように、良い事のみならず、趣味、思い通り、安心、満足、得手、分かってもらえた感、やっても無害、自己説得、外在化などを、各児に応じて見つけ出すところにあります。

VII. 躰・教育と“良い事作り”療育学の違い

日本文化の中の躰では、大人から見てしてはいけない事をしないようにさせる、がまず先に立ちます。つまり、我慢の躰です。

一方、現代の教育の主な考え方は、子どもが出来ないでいる事を出来るようにさせる、つまり、困難を乗り越えて頑張ってやり遂げなさい、です。

躰も教育も両方とも“苦あれば楽あり”で、子どもに頑張れ頑張れと叱咤激励して“苦”を乗り越えさせようとするものです。これでは頑張り切れない子は非常につらいことになります。頑張り切れない子の多くが障がい児と言われてしまうわけです。

これに対して、“良い事作り”療育学は本人の得手を生かして、やり易いようにやり易いようにして“出来ちゃった”を組み立てようとする考え方であります。だから、安心が先行します。

“苦あれば楽あり”ではありません。人間誰でも、良い事があるからやり難い事をやる気が湧いて来る、という心情を持っています。“得手を伸ばせば不得手は付いて来る”“好きこそ物の上手なれ”です。

“良い事作って、やる気を育てる”が“良い事作り”療育学の真髄です。