

(22) 楡の会発達研究センター報告、その22 (2012年1月)

子どもの困った行動の解決を目指した関わり方をお教えします
～ “好い事作り心理療法” ～

楡の会こどもクリニック院長
石川 丹

目次

第1章	凶星を言って“分かってもらえてる感”を醸成する
第2章	趣味を生かして
第3章	“積り”を作る
第4章	言葉とコミュニケーションを促す方法
第5章	“字義通り”による困った行動とその対応
第6章	“外在化”療法
第7章	“好い事作り心理療法”三種
第8章	チックの心理療法
第9章	乱暴行為への対応
第10章	“凶星を言う”の三つの意義
第11章	“良い子の〇〇どこ行ったあ？”

第1章

凶星を言って“分かってもらえてる感”を醸成する

小児精神科を訪れる子の親御さんは、子どもの困った行動に困惑して「どうしたら良いか」と思い悩んでいます。だから、小児精神科医の努めは、子どもの問題行動に対する親の関わり方をコーチングすることとなります。

親御さん方が困っていることは、癩癩、すぐ怒る、怒って物を投げる、言うことを聞かない、落ち着きない、すぐ手が出る、気紛れ、拘る、切り替えが遅い、言葉が遅い、友達と遊ばない、すぐいやと言う、態と悪い事をする、拗ねる、いじける、等々子育てに難渋している様が窺われます。一方、子どもの方は、やりたいのにやらせてくれない、すぐダメって言われる、無理なことをやれって言われる、言っても分かってくれない、気持ちを分かってもらえてない、ストレス溜まって堪らない、等々と困っています。

このように考えると、小児精神科医の努めは親子が折り合いをつけられる方法を提案し、

親子の仲を取り持つ事という事に成ります。

好い事作りの“好い事”とは、子どもにとって好ましい事で、好ましい事とはやり易い事、やり易い事は真似し易い事と同じになります。だから、子どもは真似し易い手本が提示されると、すぐやる気になって、やったら出来ちゃうことになり、そうすると、“できた感”つまり達成感満足感が醸成され、その結果更にやる気が育つことになる、という訳です。“好きこそ物の上手なれ”です。

心理療法の基本は“受容”にあるので、まずは君のやり方で良い、と伝え、“受容”を子どもに伝える事を実践する事が第一に重要です。その上で、でも～したらもっと良い、と伝えて、こちらが提案した良い方法に子どもが乗って来られるように図る。この原則に則った方法の第一が“凶星を言う”です。

“凶星を言う”という心理療法は、関わる大人がその子の気持ちを適確に代弁すること、つまり子どもの気持ちを言い当てることで始まります。子どもが、大人は自分の気持ちを分かってくれてるんだ、と思うと、子どもの耳はいわばダンボの耳になって、次に言う大人の言葉が心に入り易くなります。そうすると大人には聞き分け良くないと映った子どもが聞き分け良い子に見えて来るのです。

例えば、冷蔵庫の前でアイスクリームを欲しがっている子が居たとします。アイスクリームを食べさせるつमりの無い親であれば、通常は「ダメ！ アイスクリーム無いよ」などと否定の発言をまず発します。これを筆者は“ダメの躰”と称していますが、この場合、子どもにとっては頭ごなしになるので、子どもはいわば逆切れして、ますますアイスが欲しくなり大声を出したりして興奮してしまうことになります。そうすると、次の親の言葉が子どもの耳に入らなくなってしまい、大人はぐずる子どもに為す術が無くなって途方に暮れてしまうという事になります。だから、「君は今アイスクリームを食べたいんだよね。アイスクリーム冷たくておいしいよね」等と凶星を言ってから、「でも今は無い、今度にしよう」と言うと、子どもは大人の言うがしつかりと心に響き、「今度にしよう」という気持ちが湧き上がり、我慢することが可能になるのです。

凶星を言って子どもに“分かってもらえてる感”を醸成することが、子どもの問題行動を消失させ、後々には予防することになります。

1. “凶星を言う”

1) 問題行動を予防できたケース

言葉のない重度精神遅滞 10 歳 A 君の母は、A 君がなかなか言うことを聞かない、という訴えで見えました。母との面談中、A 君は診察室の壁のピカチュウの切り抜き絵の足をつまみ、母を見て「ウツ」と言いました。気付いた母が透かさず「だめよ、破かない」と言った途端に A 君はビリッと破きました。母は叱ったが A 君は意に介さず、次にアンパンマンの足を持って同様に振る舞い、母はやはり「だめ」を言って A 君はやっぱり破きました。この後、A 君はバイキンマンの手をつかみ筆者を見たので、筆者が「バイキンマンの手」と叫んだところ児はニコッとして手を放し、今度はドキンちゃんの足を持ちました。筆者が

「ドキンちゃん」と言うとそっと手を離しました。母は「いつも、ダメって言っても聞かないのにな」とびっくりしていたので、“凶星を言う”を説明したところ、母は涙しました。

2) 教室でも使えました

3歳B君は思い通り行かないと姉を噛むとのことで、噛んだら母がすぐ「～したかったんだ」と“凶星を言う”を教示しました。再診時、母は噛むのは半分になったと笑顔で述べた後、「教室でも使えました」と呟きました。母は中学校教諭で、教室がざわついた時、それまでは「静かに！」と言っていたのを、私語する子に直接「勉強飽きたんだね、あと10分だからね」など“凶星を言う”の声掛けに変えたところ、教室運営が非常に楽になったとのことであります。

3) 魔法の言葉

4歳C君は、言う事を聞かない、癩癩、ストーブにお茶を掛けたりガスコンロを弄って小火を出したり、とんでもない事をする、とのことで見えました。“凶星を言う”を説明したところ1ヵ月後母は「どうしても言う事を聞いてもらわなきゃいけない時、この子の気持ちを言うようにしたら、ギャーギャー言うが結局は言う事を聞いてくれるようになりました。『魔法の言葉』として使わせてもらっています。」と述べました。診察終了時、お絵描きしている児に母が「もう帰るよ」と声掛けしてもなかなか鉛筆を放せずいた時、母が「もっと使いたいんだね」と言ったところ、児は直ぐに鉛筆を筆箱に返して、ぐずること無く退室しました。お母さんは“凶星を言う”を日頃からしっかり実践している事が分かりました。

4) 自傷激減

25歳自閉症のDさんは、バシバシ顔を叩くので腫れ上がっている、バシバシ音がする時母が怒るとすぐ止めるが繰り返す、3種類の精神安定剤を飲んでるが納まらない、が主訴でした。母に対して自傷行為は癖であり、ストレス解消法であること、自分の気持ちを分かってくれたいという意味を込めたアピールであることを説明し、止めろと言う前に凶星を言って“分かってもらえてる感”を醸成するように、と指導しました。母は大いに納得した様子で、2週間後には自傷は3割に減少し、その2週間後には顔面腫脹はなくなりました。

5) 凶星を言ってもらって怒りが治まる

癩が強い4歳E君の母が幼稚園に行くと、E君は「テーブル、帰る、5番!」とお弁当を食べずに叫んで怒っていました。また荒れてるけど今日はどうして?、と思いながら回りを見た母は仲良しのF君が居ないのに気づき、「いつも5番のテーブルで一緒にお弁当食べるF君が居なくて、怒ってるんだ!」と言いました。そしたらE君は途端に静かになりました。自分の怒り情動を説明できずいらしていたE君は、凶星を言われたためすっきりしたという訳です。「いつも凶星を言えると良いんですけど、言えないとしばらく荒れて大変なんです」と母は述懐した。

第2章

趣味を生かして

子どもの困った行動を改善しようとする“好い事作り心理療法”の基本方針は“本人にとってやり易いようにやり易いように”を図ることです。人間誰でも多かれ少なかれ得手不得手はあるものです。ですから、得手を生かすとよりやり易くなります。“得手を伸ばせば増えては付いて来る”だからです。

趣味は本人にとっては好きな事でやって楽しい事ですから、趣味はやり易い事をしていくことと同じになります。ですから、本人にとってやり易い治療方法を考え出そうとする時、趣味を応用すると治療方針を出し易くなります。“好きこそ物の上手なれ”でありますから。

得手や得意技を上げたり、趣味を生かした方法をもって、困った行動を好ましい行動に変容させる所に“好い事作り心理療法”の極意があります。困った行動を好ましい行動に変容させるために、得意技をベースにした本人にやり易い行動を提案すれば子どもは飛び付いて来ます。なぜなら、そういう行動の手本は本人にとっては真似し易いからです。真似し易い手本を真似てしたら、出来ちゃう確率は高くなります。出来ちゃうことが多くなれば褒められる機会が多くなり、たくさん褒められれば達成感満足感が高じて、次のやる気が育ち、次の手本もまたやりたくなって、好ましい行動が増えることになります。

さて、自閉症の子の特徴の一つにはいわゆる“こだわり行動”がありますが、このこだわりは彼らが持つ“強い同一性保持要求”を根源としています。同一性保持要求が強いということは変化を嫌い同じ状態であることを好んでいるということです。趣味も同じことを繰り返していると言った面を持ち、この点に注目するなら、同じ事を繰り返しているからこそ楽しくなると言えます。人間誰でも何かにこだわるのはそれが本人にとって良い事好ましい事だからです。嫌な事にこだわる人は居ないと言っても過言ではありません。趣味に興じている人は、誰でもその心は達成感に満ち満ち充実していて好い気持ちに成っている筈です。

Hutt¹⁾は自閉症児に心電図検査をして、常同行動（こだわり行動）をしている時は自律神経のうちの副交感神経が優位な状態である事を明らかにしました。副交感神経優位状態の人間の心は心地良くリラックスし安穩としている状態ですので、自閉症児の常同行動は安心行動と言えることになります。自閉症の子に常同行動を止めさせようとするとな怒ってしまうのは、彼らの心の中では変化を嫌う度合が普通の人以上に強いからなのです。ですから、自閉症の子にとって常同行動（こだわり行動）は趣味と言っても過言ではありません。

以下に“好い事作り心理療法”が奏効した自閉症の子ども達を紹介します。

1) 趣味を生かして

10歳自閉症Fu君は幼児の声を聞くと、大声を上げ、傍に居る人を蹴ったり物を投げたりして大変、とのことで相談に見えました。好きな事を母に問うと、テレビの放映されていないチャンネルのザーという雑音（この子は10数年前に来た子で、当時のテレビは放映し

ていないチャンネルに合わせるとザーザーと雑音がしたのです)、掃除機やドライヤーのゴーッという作動音との事でした。

そこで、母には幼児の声が聞こえたり聞こえそうになったら、ドライヤーを作動させて「大好きな音だよ、聞いて聞いて」などと好きな作動音に集中するように促したら、幼児の声をやり過ごせるようになるはずだと説明して、趣味を生かすことを提案しました。

やがてFu君は幼児の声が聞こえてもドライヤー音に聞き入り、大声や乱暴がなくなりました。そのうち本人の方から「お母さん、ドライヤー」と要求したり、自分でスイッチを入れて聞き入るようになり、幼児の声という不得手をやり過ごせるようになりました。車で外出する時も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、不登校状態も改善しました。ドライヤーが安心グッズになりました。

2) 趣味を拡げて

掃除機の作動音が恐くて掃除機がある部屋には入れない4歳自閉症G君が、凝っている物は銀行とデパートとスーパーとコンビニのマークです。家電メーカーのマークは興味がないとの事だったので、母親に家電マークにも興味を持つように仕向けて下さい、と提案しました。母親が上手く乗せたところ、家電を見つけるとマークを見て「シャ〇プ」とか「〇ニー」とか言って悦に入るようになり、掃除機を見つけると、作動していてもマークを見に行くようになったため、怖がらなくなりました。

人は誰でも何かにこだわる時はそれが好ましいからで、嫌な物に執着する人はいません。自閉症の子だってそうです。本例が好んだマークは趣味に相当しますので、趣味を拡げて困った行動を改善したということになります。

3) 趣味を応用

4歳Hちゃんは掃除機の作動音を怖がって逃げ回るので掃除が大変、大好きな物は風船、家の掃除機は排気クリーン型とのことで、排気口に風船を括り付けて風に舞うところを見せてみたところ、風船と戯れて掃除機を怖がらなくなりました。

4) 迷惑掛けない趣味作り

言葉の無い最重度精神遅滞の18歳I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種類の睡眠薬も効かない、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事でした。

趣味は、鈴を振る、外を歩き回る、との事ですが、鈴は弟がうるさくて勉強できないと言うため振らせない、散歩はあっちこっち歩き回り母が付いて行けないので制限しているとの事でした。そこで、音の出ないものを振ってもらう事、若くて元気のあるデイサービス職員に付き添ってもらって心置きなく歩き回れるようにする事を提案しました。

二つの趣味を満喫できるようになったIさんは、やがて寝つきが良くなり、睡眠薬も止められ、日中も上機嫌で聞きわけも良くなり、一家皆安心になりました。

5) 新たな趣味作り

8歳自閉症女兒のJちゃんはタオルをすっぽりかぶるのがマイブームになり、見栄えが悪

くて困るという母の訴えでした。女の子意識は持っていますか、と問うと、あるとの事でしたので、スカーフを被せて「女の子らしいよ、素敵よ」と大いに煽ってもらう事にしました。その結果、幸いにもタオルからスカーフにモデルチェンジができました。

6) 趣味をマイナーチェンジさせて

7歳自閉症 K 君は数回の拍手を繰り返す常同行動を持っています。診察室でも拍手し始めたので母が「うるさいっ」とたしなめました。すると K 君は、左右の人差し指だけを打ち合わせて結果的に音が出ないようにしました。

やりたい事をして人に迷惑を掛けているのが分かったため、やり方をマイナーチェンジして人に迷惑を掛けない無害の行動に変え、やりたい常同行動を続けたわけですから、これはすばらしい社会的行動ということになります。迷惑がっている人の気持ちが分かっている訳ですから、つまり他人の気持ちが理解出来ていることになりますから、K 君の自閉症性はすごく少なくなっている、障害は軽くなっていると言えます。大人は「今度も指だけでしょうね」と声掛けして、“やっても無害”行動を増やすようにするのが好いでしょう。

引用文献

- 1) Hutt C: Cardiac arrhythmia and behaviour in autistic children. Acta Psychiatr Scand 51:361-372, 1975.

第3章

“積り”を作る

人間は誰でもやりたいことをやりたいと思っていますが、大人はやりたいことのすべてをやれないことを知っていて、我慢できます。でも、子どもはやって良いこととやってはいけないことの区別と我慢が難しいものです。我慢できない子どもは大人からすれば聞き分け無い、我が儘と映ります。子どもに我慢を教えるには、宥めたり賺したり煽ったりして、噛んで含めるように、説明し教え諭すことが肝要です。

子どもは4~5歳になると、人の表情ないしは行動と感情が食い違う場合がある事、本音と建前の区別が可能になります。心の二重性が分かるようになります。この二重性が分かることが我慢に通じます。何故なら、我慢というのは頭の中で自分が自分を説得するという形を取って成立します。本音を抑制し、他者と折り合いをつけることが出来れば、言わば頭の中の善玉が悪玉を説得できれば、我慢が成立するのです。警察官でも万引きしてしまう事がありますが、この場合は自己説得に失敗したからという事になります。

我慢とは自己説得です。我慢とは、頭の中で心の中で自分で自分に言い聞かす事です。

本音の抑制は必ずしも完全である必要はありません。“積り”になれば良いのです。やれなくてもやった積りになれば、完璧な我慢は必要ありません。“顔で笑って心で泣いて”という諺の実践となります。

子どもの心の中に“積り”を醸成することによって、困った行動や問題行動を消失させることができます。

1) 安心グッズ

有意語のない12歳自閉症L君はある施設で3ヵ月間行動療法を受けていました。成績は非常に良かったそうですが、終了前日から突然拳骨で顔を叩く自傷行為が出現して顔が腫れ上がってしまいました。父か母が児の手を持っていれば叩くことはありませんが、手を離すと途端にパチンと叩いてしまうとのことでした。

父母に手を持ってもらっていることが安心の気持ちを醸し出していると解釈した筆者は、親子の腕に紐を絡ませて児の手を持ち、手を放さざるを得ない時は「手が離れても、紐で繋がってるから大丈夫、安心だよ」と声掛けして、安心感が続くようにする事を提案しました。

自傷は10日後には7割に、1ヵ月後には5割に減りました。その後は、繋がってる紐を長くして、父母との距離が広がっても傍に居てくれる積りを作るようにと指導したところ、2ヵ月後には紐で繋がって居なくても、短い紐を持っていれば自傷することは無くなりました。

2) 写真を見せて達成感を作る

5歳自閉症M君は、通園施設での保育中にしばしば突然「黒いタクシー、独りで降りたかった」と言って泣き崩れ、保育が続けられなくなってしまうとの相談でした。

半年前の月夜の晩に黒いタクシーを降りる時、一人で降りたかったのに母が抱きかかえて降ろしてしまった事をフラッシュバックして泣いてる事が分かりましたので、月と黒いタクシーをバックに児がタクシーの傍らで一人で立っている合成写真を作り、「～独りで降りたかった」と泣き崩れた時、直ぐにその写真を見せて、一人でタクシーを降りた積りの気持ちを作るようにと保育士に指導しました。

その結果、写真を見せると大崩れすること無く集団に復帰するようになりました。この場合の積りは心の中で達成感を作ったことになりました。

3) パンツカード

5歳自閉症N君はパンツに興味を持って、お友達のスカートを捲くったり、ズボンを下ろそうとします。保育士がパンツを写真に撮ってカードを作成、児がパンツを見たそうな時に透かさず提示すると、カードに見入って人が穿いてるパンツへの執着は非常に少なくなりました。

4) 優先席マークカード

4歳自閉症O君は地下鉄の優先席に座りたがって母は困っています。窓に貼ってある優先席マークを写メしてカードを作り、児が座っている席の窓際に置き、優先席に座ってる積りを作るようにと指導したところ、カードを持っていれば普通のシートでも座れるようになりました。どの席でも“マイシート意識”を作れた、と言えましょう。

5) 交通標識博士

3歳自閉症P君は、交通標識を見たがって道路に飛び出すので危ない、が主訴です。母には、標識を写真に撮って“マイ標識”を作りそれを見て楽しむように、と指導しました。

父が写真ファイルを作ったところ、それを持ち歩き、標識を見る度にファイルと見比べ同じ物を見つけると母に「あった」と報告し、道路には飛び出さなくなりました。標識を見つけると「ごじゅうあったね」「止まれだね」と母に自慢げに言い、「かいてんきんし」「じょこう」などの標識も正しく言うようになりました。

6) “積り”で自傷他害消失

施設入所中の27歳最重度精神遅滞男性Qさんは、毎日コンビニに缶コーヒーを買いに行きたがり、行けないと自分の腕を噛んだり職員をつねります。予定表を見せて「明後日だね」と言ったり、散歩して気分を紛らわせるようにしても治まりません。

そこで、買い物に行った時の写真を何枚か撮って置き、買い物外出を要求して来たら写真を見せて出かけた経験を懐かしむように話し掛けて、“行った積り”を作るように職員に指導しました。

やがて、Qさんはお気に入りの写真2枚をポケットに入れて置くようになり、行きたくなった時は写真に見入り、自傷他害は無くなりました。

7) つねる→チョンチョン

4歳言葉が遅れている精神遅滞Rちゃんは、そうじゃないと思う時に自分の手背をつねるようになりました。母へのアピールであることは間違いないので、母には悔しそうに「パパ、そうじゃないでしょ」とでも言いながら、父の手背をチョンチョンするのを見せみて下さいと提案しました。1ヵ月後にはRちゃんも手背をつねらないでチョンチョンとするようになりました。

8) ウンチ→粘土

8歳自閉症S君は自分のウンチを弄ってしまうので困るとのことでした。粘土遊びを誘い「ウンチみたいだね」と声掛けするように指導したところ、児は粘土遊びに熱中するようになり、実物のウンチは弄らなくなりました。

9) ウンチ→小声→無害

5歳自閉症Uちゃんはウンチに興味を持ってテレビの動物排泄シーンをかじりついて見ている、レストランでも食事中にウンチの話をして困るとのことでした。母にはレストランに行ったら母の方から先に小声で囁くようにウンチの話を始めて、児も小声で応じるように煽て、5分もしたら「たくさんウンチの話をしたから満足だね、今度またね」と言っ

て見て、と提案しました。

1ヵ月後、母は笑顔で再診、ウンチの話を小声でするようになったとの事でした。

第4章

言葉とコミュニケーションを促す方法

言葉はコミュニケーション（分かり合い）の道具の一つですが、コミュニケーションは言葉だけではなく表情や仕草でも可能です。しかし、言葉の発達に心配があるお子さんの親御さんは、心配が高じて表情や仕草によるコミュニケーションを軽視してしまいがちに

なります。ですから、子どもが一生懸命仕草で表現していても、それをすくい上げて理解して上げる事が減ってしまい、親からすると分かり易い言葉をしゃべってくれない困った子、分かりにくい行動をする困った子、と映ってしまいます。

「言葉が無いので何を考えてるか分からない」「何か言ってるが通じなくて困る」という訴えで見える親御さんの心配は深刻です。心配の余り言葉の本質が見えなくなっている親御さんに対して、筆者は、親御さんの心配内容を丁寧に聞き取ってその子の滞っている発達段階を把握し、その次の発達段階つまり親御さんが望む言葉の発達、が獲得できるような親の関わり方を指導しています。

子どもが言葉をしゃべるようになるのは決して自然ではありません、学習の結果であります。親がしゃべる言葉を子どもは真似して学び、その結果、言葉が増えて来ます。子どもは、親がいわば機関銃のようにペラペラ発している言葉のうち、自分の発達段階よりちょっと難しい言葉を真似して言葉が発達します。自分の実力よりちょっと難しい事に注目してそれを真似れば学びは進みます。

子どもが赤ちゃんの頃に親が無意識に赤ちゃん言葉を使うのは、子どもが真似し易いように学び易いように配慮している事になるのです。言葉の遅れがある子の場合にも、親はその子の発達段階に応じて子どもが真似し易いようにしゃべって上げることが大切です。それには親が言葉の発達の道筋を理解し、我が子がどの発達段階にあって、その次の発達段階にステップアップするように導くために、どのような言葉使いをすることが効果的になるのかを学ばなければなりません。

筆者を個々の子どもの親御さんに対して、そういう親の学びつまり個々の子どもの言葉の発達を促すために最も適切な親の関わり方を指導をしています。

1. 初語はなぜ「マンマ、ママ、パパ、ブーブ」なのか？

健康な赤ちゃんは10ヵ月頃になると五十音のマ行、バ行、パ行（m・b・p）を発声するようになります。このm・b・pは、舌を使わないで閉じた唇を急に開くことによって発声されますので、口唇音と言います。また、急に上下の唇を爆発させるように開く事によって発せられますので、爆発音とも言います。急に唇を開くには頬と唇の筋力がそれなりに必要です。生まれてからずっと毎日おっぱいを吸って筋トレして来た結果、発せられるようになるのが口唇音です。ダウン症候群のように筋緊張の弱いお子さんは唇とほっぺの筋力も弱いためこの更新を出しにくい事に成り、言葉が遅れます。

1歳頃の子どもの親御さんの殆どは、自動車を見たら自動車を指差して「ブーブ」と子どもに声掛けします。「自動車」ではありません。これは無意識のうちに子どもが真似し言い易い言葉掛けをしていることとなります。子どもが学び易い良い教育をしていることとなります。子どもにとって真似し易い手本は子どもにとって好ましい手本学び易いので、学びは進み易くなります。だから、子どもが自動車を見た時「ブーブ」と言い易くなり、ブーブ＝自動車という言葉が発し易くなるという訳です

2. 擬音語 擬態語 擬声語 オノマトペ

ブーブという赤ちゃん言葉を擬音語と言います。子どもとボール遊びをする時に親は「ボール」ではなく「ポーン」と言いながらボールを子どもに向けて投げます。親が「ポーン取って」と言って子どもがボールを持ってきたらポーン=ボールという言葉の完成です。これを擬態語と言います。犬を「ワンワン」、猫を「ニャンニャン」、象を「パオーン」と言うのは擬声語です。擬態語擬声語擬音語を英語ではオノマトペと言います

3. 音節の繰り返し語

1歳半の子どもが使う言葉のベストテンは1位がワンワン、次いでパパ、ママ、バイバイ、マンマ、ブーブ、ニャンニャン、ネンネ、イタイ、そして10位がチョーダイです。これらの内の六つは一ないし二音節の繰り返しで、三つがそれに近い形で、半分は口唇音です。六つはオノマトペです。

一語でコミュニケーションが成り立つ1歳代の発達段階にある子に対して親は、口唇音×繰り返し語×オノマトペ、を使って話し掛けると、言葉が促されることとなります。

4. “その子語” バイリンガル

「いろいろしゃべってるんだけど、何言ってるか分からない」「宇宙語で困る」と親御さんが当惑しているお子さんの言葉は、例えば救急車を「キティチャ」、消防車を「ボーボーバ」、パトカーを「パコマ」、電車を「ゲンタ」、運転を「ウンチ」、ヨーグルトを「グルグルト」、チョコレートを「コチョコレート」、眼鏡を「メナネ」、見えるを「イミル」、ぶつかったを「ベッタッタ」、ありがとうを「アアヤダア」、御馳走様を「ゴッパ」、お休みを「チャーミー」などその子独特です。筆者はこれを“その子語”（優太君なら“優太語”）と称しています。

大切な点は、言葉の遅れた子は日本語学習の苦手な子だ、と考える所にあります。日本語が苦手だから“その子語”をしゃべっているのです。宇宙語をしゃべる子は日本語と“その子語”のバイリンガルなのです。ですから、親も日本語と“その子語”のバイリンガルになることが大切です。親に速やかにバイリンガルになってもらう方法として筆者は“その子語辞書”を作ることを勧めています。親はその子の発音のままに聞き取った語音を五十音順にノートに書き、それに対応する日本語つまり意味を書き加えます。こうすると訳のわからない宇宙語に聞こえていた“その子語”を一生懸命聞き取ろうとする事に成るので、親の“その子語”理解が進みます。

子どもが話し掛けて来たら、親はまずは“その子語”をそのままに復唱します、つまりオウム返しします。そうすると子どもには“分かってもらえた感”が芽生えて、親の次の言葉に対してダンボの耳になります。そこで親は正しい日本語に直して言います、つまり代弁して言うのです。こうすると、子どもはしゃべりにくい日本語をしゃべる意欲が高じて日本語をしゃべりたくなります。こうして“その子語”が日本語に直って行くことになります。

子どもの言い分が分からないとおっしゃる他人がいるなら、親は積極的に通訳します。また、幼稚園の先生には“その子語辞書”を預けて、その辞書を見て子どもの宇宙語の理

解促進を図るように頼みます。“その子語”を理解する人が増えれば、その子のコミュニケーションは質量ともに豊かになり、“その子語”の理解が少ない時の分かりにくい行動は減ることになります。

“その子語”で分かり合い、“その子語”を増やすことが日本語の学習を促すことになります。英会話の優れた外国人講師は初心者には始めは日本人に分かり易い発音、いわばブローケンイングリッシュで話し掛け、受講者の発音が上手になるに従いよりネイティブに話しているはずで

5. 二語文を促すには

健康な子は2歳頃になると単語が二つ繋がるようになります。二語文発語の必要条件は四つぐらいの生活習慣手順を自発的に行えるようになることです。例えば、ままごと遊びで、材料を切って、それを鍋に入れてレンジに乗せてかき回したりして、次いで皿に盛って、一緒に遊んでいる人に勧める、などの順序手順が連続的に出来ている子どもは二語文を発しています。

何やらブツブツ言いながらままごとしている子どもは二語文の練習をしているはずなのです。ですから、家庭での生活習慣、食事やトイレや就眠時の手順を一定にして、繰り返し練習することが二語文発話を促す事になります。

6. 助詞を促す方法

二語文の次の発達段階は助詞を発するようになる事です。

大人も話し言葉の際は助詞を省いてしゃべってる事はしょっちゅうあります。文章を書いたら助詞を省く事は有りません。ですから、助詞がまだ出ていない子の親は、書き言葉で、文章調で助詞をはっきりさせて話し掛けることが大切です。例えば、「ママパパ一緒」ではなく『ママとパパも一緒』、「上行くよ」ではなく『上に行くよ』、「ママ食べる」ではなく『ママは食べる』などです。

言葉の発達は他人がしゃべる言葉を聞いて真似して学び取る事に原動力が有る訳ですから、手本の中に学び取って欲しい手本を入れておかなければなりません。ですから、助詞の出ていない子には助詞をはっきり入れた書き言葉で話し掛ける事が、学びを促進する事に成るのです。

助詞を発するようになった子どもは主語述語目的語など文法構造が分かるように成り、その子の言葉は“伝える道具”に加えて“考える道具”という機能を持つことになり、論理思考が発達して理屈を言うようになります。

7. 叙述

「(日本語を)大分しゃべるようになったが会話に成らない」と心配する親御さんに筆者は叙述の大切さとその練習方法を説明しています。思い通りに叙述出来ないと会話に発展しないからです。

自分が今見ている事、今感じている事を言語化してしゃべる事、つまり今を語る事を叙述と言います。「上手く言えないけど・・・」と言い淀む場合は、思い通りに叙述出来てい

ない事を意味します。思い通りに叙述する事は普通の人には難しい物で、上手に叙述出来ている人は評論家や放送解説者など文章力や話術に長けている人ぐらいなものです。幼児が思い通り叙述する事は極めてむずかしい物なのです。

幼児に叙述を促す方法の第一は、親子が同じ状景を見ている時に親が叙述して聴かせる事です。例えば、子どもを助手席のチャイルドシートに乗せて親が運転している時、親が「信号赤です、止まれ、ブレーキ踏みます、はい、止まりました。信号青です、進め、アクセル踏んで発進、動きます」等々今を語れば、子どもも同じ進行方向を見ている確率は高いわけですから、子どもにとって今見ている状景を語る手本を示された事になり、学習は進む事になります。親がこうした叙述を繰り返せば、子どもは「ママ、信号赤、止まれ！」と言ったりするようになります。

子どもが黙っていたとしたら、親が子の動作を叙述すると子どもも釣られて叙述するようになります。例えば、積木を重ねて遊んでいるとしたら「上に乗ったね、赤い積木だね、五つも積んだね」とか言い、倒れちゃったら「ガシャーン」とか叙述して言うことです。これが学び易い手本に成る事に成ります。

8. 二択三択の語り掛け

会話に成らない、と訴える親御さんに子どもへの語り掛け方を具体的に尋ねると、5W1H (what, why, when, who, how) が多い事が分かります。5W1H で問い掛けられると、自分で答えの言葉を探さなければならないので、詰まる場合が大人でもあるものです。幼児は自分で言葉を探すのが大人よりずっと困難です。

そこで、筆者は、二択三択で語り掛けるように、と提案しています。出来ればその内の一つにやっていた可能性の高い事を入れて置く事をお勧めしています。例えば、子どもが水遊びを好んでいるなら「今日は公園で何したの？」ではなく、「今日は公園ですべり台したの？水遊び？ボール投げ？」などと問い掛けると、「そうだよ、水で遊んだ。水がね、～ちゃんの顔に掛かってエーンって泣いてた」など遊びの情景をリアルに思い出して語り易くなります。あるいは、逆に好きな動物をわざと外して「今日は動物園行って来たんだね、象さんいた？ペンギン？」と問い掛けます。そうすると「違うよ、ライオンだよ、ガオーって言った」など自分が好きな動物を見て来たままに思い出して描写することがし易くなります。子どもが思い出した事を題材にして話せば、それこそお話に花が咲きます。

9. “お話し聞くタイム”

叙述は今を語るのですが、会話では過去を語る事が増えます。過去を語るには記憶力が必要に成ります。表現力と記憶力の向上を目指して“お話し聞くタイム”を勧めています。

定期的に時間を決めて対談番組風ごっこ遊びを設定します。子どもには「これから～ちゃんの“お話し聞くタイム”を10分間始めます」などアナウンスして今日の出来事を語ってもらうように導きます。前述の通り二択三択で語り掛けるようにする事は言うまでもありません。子どもの思い出話を誘い、親は子どもの話に感嘆し大いに共感します。

正確に思い出す事を要求しない事が大切です。何故なら、この時期の子どもの記憶は曖昧なものですから、昨日の事を今日の事のように話すことはいくらでもあります。思い出話に花を咲かせる事が目的で記憶力テストではありませんので、若干の記憶違いはとやかく言わない方がお話は進み、思い出話に花が咲くように成る筈です。

また、定期的に実行する所にも意味があります。朝幼稚園に送り出す時「今日の夜は“お話し聞くタイム”だから、たくさんお話し聞かせてね」と子どもに囁けば、子どもは夜に成ったらお母さんに聞かせて喜ばせようとして、体験した事を一生懸命記憶しようとする意欲が高じます。

子どもが言い淀んだ時は、どんどんヒントを出して、子どもが思い出し易くすることも大切です。記憶力テストではありませんので。

10. 凶星を言う

叙述と“お話し聞くタイム”の際に子どもが言い淀んだ場合は、ずばり“凶星を言う”をした方がお話が上手になります。何故かと言うと、言葉を発するという事は、頭の中で言葉を探して自分の思いにピッタリする言葉を選んで言う事です。幼児が記憶している言葉の数は大人に比べれば非常に少ない訳ですから、思い通りに言えない場合は当然多くなります。上手く言えないで癩癩を起こす子もいます。そういう時に大人が子どもの思いを代弁して言って上げれば、つまり凶星を言って上げれば、子どもは助かったとう気持ちに成り、直ぐそれを真似て言い、自分でちゃんと云っちゃえた気持ちが高じ、自信が付く事になります。ある意味ではカンニングに相当しますが、ここでの議論は子どもにお話しし易くなってもらう事が目的であって、テストではありませんのでカンニングさせても良い事に成るのです。大切な事は、“出来ちゃった”を仕組んで達成感を持たせ、自信が付くように導き、“次のやる気”を育てる事だからです。

11. 言葉遊び

尻取り、なぞなぞ、かるた、トランプなどの言葉遊び数字遊びは、言語表現力と知恵を伸ばします。こうした言葉遊び数字遊びを促す時も、大切な事はヒントをどんどん出す事です。

尻取りなら、「か、か、黒くてカアと鳴く鳥」など見え見えのヒントをどんどん出して、“言えちゃった”を沢山作る事です。達成感はその“やる気”の芽生えだからです。

12. 見え見えの嘘

幼児は記憶力と論理思考が未熟なため、見え見えの嘘を言う発達段階が必ずあります。子どもの見え見えの嘘を頭ごなしに否定して怒るのは良くありません。子どもを萎縮させたり、却って頑なにになってしまう事があるからです。子どもの言い分を良く聞いた上で、噛んで含めるように教え諭す事が大切です。

13. おちよくり言葉、ブラックユーモア、反対言葉

「直ぐ『嫌』と言うようになって困ります」と訴える親御さんも沢山おられます。「嫌」は自己主張ですが、わざと「嫌」を言う発達段階は必ずあります。直ぐ嫌を言うは反対言

葉遊びに相当します。

「嫌ならやらなくて良いよ」と親が言うと直ぐ「やる」と言う子が居ます。こういう場合は“嫌＝ノー”ではなく、親をおちよくるためにわざと「嫌」と言っていることとなります。言葉でちょっかいを出している訳ですから、親もおちよくり返すのが良いのです。「嫌じゃありません」など言葉尻で反応していると、“クレヨンしんちゃんのみさえお母さん”になってしまいます。漫才に例えれば、子どもは突っ込んで来てる事になるので親は呆けたり、おちよくり返したりする方が良いのです。こうすることで冗談やユーモアが分かる子に成長します。“ああ言えば上祐”というかつての流行語の意味は、子どもの場合は言葉遊びをして知恵を伸ばしていると思うべきでしょう。“ずる賢いのも智恵の内”です。

わざと叱られる事をする、わざと悪い事をする、という発達段階も必ずあります。これは露悪家行為で、悪ぶってる事に相当します。悪さ行動の方が親の目を引き易い事を学んだ結果です。これ見よがし行動はブラックユーモアです。毒舌で売れる万才はよくありますが、これはネガティブな方が人の注意を引き易い事を逆手に取った人気取りの仕方です。子どもの場合はブラックユーモアを普通のユーモアつまりホワイトユーモアに育てる事が必要です。子どもがわざと悪い事をしたら、親が「そんなことしたら、お母さん泣いちゃう」とか言って泣き真似すると、途端に良い子に変貌する子は結構居るものです。

14. 何？ “質問魔”

「これ何？」「何で？」を繰り返して言う発達段階も子どもには必ずあります。「正解を答えてもまた『何？』って言って堂々巡りしてしつこいんです」と訴える母親もいます。

子どもが期待する答えを親が出さないと何回も聞き返してくる場合があります。例えば、子どもが積木を指さして「何？」と言い、母が『積木』と言ってもまた「何？」を繰り返す場合、母が積木の色に注目して『青』と言うと子どもは納得することがあるからです。

“質問魔”になったら親は答えを色々に変えて付き合い切る事が大切です。

第5章

“字義通り”による困った行動とその対応

1. 字義通り

自閉症についての最初の論文で Kanner²⁾ は、ドナルドの父親がイエスとノーを教えようとして「肩車して欲しいならイエス、して欲しくないならノーと言いなさい」とドナルドに言ったところ、イエスと答えて肩車をしてもらったドナルドは、それ以降長期間に渡って「イエス」という言葉は“肩車して欲しい”という意味で使うことに成ってしまった、と記しています。Kannerはこのエピソードを「一つの語の意味は明らかに動かし難く固執され、その言葉を最初に獲得した内容以外に援用することは出来ていない」と評し、これを“字義通り”と称しました。ドナルドにとって「イエス」という言葉の意味は“肯定”ではなく“肩車”になってしまい、この独特の意味付けが長く続いてしまったという事です。この字義通りは自閉症の子の特徴である強い同一性保持要求の結果であります。同一

性保持要求が強いため一度こう思ったらなかなか変えられないという訳です。字義通りは“その子語”（第4章）とすることができます。

1) 「あかする」 = 『ウンチ出た』

3歳自閉症V君はある日「あかする」と言いました。母は当初理解不能で困惑しましたが、大便の臭いがすることで気づきました。おむつを換える時いつも赤いマットの上に寝せてしているので、V君は『ウンチ出た』と教えている、と。

2) 「ありがとう」 = 『パンツ洗ってください』

9歳自閉症W君は排泄の粗相をしてパンツを汚した時にパンツを脱いで「ありがとうございます」と言います。W君の場合は、汚れたパンツを洗ってくれて『ありがとう』という意味内容が転じて『洗って下さい』というお願いを意味するのです。

3) 「ピーポー」 = 『いや』

3歳精神遅滞X君は嫌な時に「ピーポー」と言って抵抗します。新生児期以降腎不全のためにしばしば救急車で緊急入院を繰り返していたX君に対して、母親は叱る時に「ピーポー一呼ぶよ」と言っていたため、X君にとって「ピーポー」というオノマトペ（第4章参照）の意味『いや』になってしまった、という訳です。

4) 「ひよこさん」 = 『あっち行って』

4歳自閉症Aaちゃんが言う「ひよこさん」の意味は『あっち行って』です。幼稚園に付き添って行っていた母親が弟のおむつを換える時に「あっちでおむつを換えて来る」とAaちゃんにアナウンスして年少組のひよこ組の部屋に行っていたからです。

5) 自閉症8歳E君の母の困惑

かぜで掛った医者に向かって「コックさん」と言ってしまったBe君に母は「今度行ったら、すみません、と謝りなさい」と諭しました。Be君は言い付けを守って謝りましたが、「この間、コックさんと言って、すみません」と言いました。母はそこでもう一度赤面する事になってしまいました。子どもは謝罪の意味を正しく伝えたのですが、母にとっては恥の上塗りになってしまったので困ったという訳です。自閉症のお子さんにはこういう律義さがあるのです。

2. 字義通りによる困った行動の対応としての異音同義語

1) 「おしまい」→怒る、「終わり」→怒らない

5歳自閉症Ci君は、お片づけの際に母が「おしまい」と声掛けすると怒って片づけなかったけど、通園センターの先生が「終わり、お片づけ」と声掛けしたらスムーズにおもちゃを片づけちゃったとの事。

Ci君は以前に終りの心構えが出来ていない内に無理矢理おもちゃを片づけられてしまった経験があり、「おしまい」と言われるとそれを思い出して怒っっちゃたけど、「終わり」の言葉では怒り情動が生じなかったため、と考えられました。

「終わり」という言葉を使うことによって聞き分け良い行動を作れた、異音同義語の使用によって問題行動を予防できたという訳です。

2) 「でもね」→「だけどね」

3歳の特異性広汎性発達障害のDk君は、母が「でもね、～」と言うと言うことを聞かませんが、「だけどね、～」と言うと言うことを聞きます。

3) 換気扇→扇風機

5歳自閉症のEMちゃんは、換気扇を怖がるようになり換気扇が付いているトイレは嫌がって入りません。母親が「扇風機だよ」と言うようにしたところ、怖がらずにトイレを使えるようになりました。

4) 「もしもし」→聴診器

7歳精神遅滞GN君は予防接種の時「もしもし嫌だ」と言いながら胸を隠して聴診を拒否して逃げます。筆者が『もしもししないよ、聴診器するよ』と言いながら近寄ると嫌がることなく聴診に応じました。

5) 言いつけ守って上手く行かない

保育園で給食をもらう時に横入りしてしまったため先生に「後ろに並んで」と言われた4歳精神遅滞のHoちゃんは、自分の後に並んだ子の後に行くことを繰り返したため、なかなか給食をもらえませんでした。その後も「後ろに並んで」と言われる度に同様の並び方をしていました。先生の指示を律儀に守っていました。担任の先生には「～ちゃんの後ろに並んで」と言ってもらうように頼むようにと母に指導したところ、先生は実行してくれましたので堂々巡りは無くなりました。

3. 同音異義語

言葉の意味内容を変えることで上手く行く場合もあります。

1) 一等賞=ちゃんと洗う

4歳自閉症のIo君はお風呂でも「一等賞」と言って直ぐ出てしまいます。母が『ちゃんと洗えたら一等賞です。早いのが一等賞ではありません』とアナウンスしたら、洗い終わるまで風呂場に居られるようになりました。

2) 一等賞=ゴールイン

5歳のJD君は駆けっこで一等賞をもらいたくてしょうがないのですが、足が遅いので遅れを取り、途中で止めてしまいます。母が「ゴールまで走る人が一等賞」と言い聞かせたところ、完走しました。

3) ちんちん→電車

5歳精神遅滞Ka君は、おちんちんに興味を持って何かにつけて「ちんちん」と言うようになり他児が真似して合唱になってしまうので困る、と通園センター職員から相談されました。

そこでは時間排尿の時にみんなで電車ごっこしながらトイレに行進して行くという事が分かりましたので、その際は「ちんちん電車ごっこだよ」と声掛けするように指導しました。やがてKa君も含めてみんなが言う「ちんちん」の意味は“おちんちん”ではなく“電車”を意味するようになり、誰も困らなくなりました。

4. ここ、そこ、あそこ

自閉症児は「ここ、そこ、あそこ」の指示代名詞の理解が困難です。これは位置関係の相対性の認知機能に不得手さがあるからです。

11歳自閉症 LH 君は、母親が「そこにあるでしょう、～取って」と頼むと『そこって、どこ?』と言いながら見つけられなくて怒り出してしまいます。そこで母親に「ティシューの箱の傍の～取って」など場所を具体的に明示して言うように指導したところ、LH 君はスムーズに物を取ってくれるようになりました。

引用文献

2) Kanner L: Autistic disturbance of affective contact. Nervous Child 2: 217-250, 1943.

第6章

“外在化”療法

1. 外在化療法～心的外在化と他者視点の応用～

子どもの発達の一つの到達点は大人に成ることです。大人に成る、とはソクラテスの言う“汝自身を知れ”つまり“自分見つけ”“分を知る”なのですが、そこに到達するには思春期の“自分探し”を通過する必要があります。自分を探して見つけるには自分を外側から見て考える事が必要になります。これを他者視点と言います。

他者視点という“心の使い方”は健康発達においては思春期のずっと手前の5歳に可能になります。望まれる大人の人生は自分の周りを見て、つまり空気を読んで自分を操作し、他の人達と和気あいあい顔の立て合いっこをしながら暮らすことです。子どもが我が儘に映ることがあるのは“押して駄目なら引いてみな”という人生の波乗り術を充分に会得していないため、一方的に我を張るからです。相手に対してどう振る舞えば、つまりどう自己操作すれば、相手との友好的関係を保ったまま自己実現できるのかを理解して自分も他人も好ましい行動を取るためには他者視点という心理の獲得が必須です。

他者視点の発達には、他者は自分と違う気持ちや考えを持つことがあることは分りますが他者の立場で考えるのは難しい段階、次いで、他者の視点に立って考えることができ他者が自分をどう理解しているかは分りますが、相手も他者視点に分っていることは分らない段階、そして、自分も他人も他者視点を理解していることが分る段階という順に進みます。

他者視点を獲得して自分を操作する事がまだ難しい子は、困った行動を取ることが多くなりますので、他者視点の発達が大切となるのです。

1) 心的外在化

“お母さんといっしょ”というテレビ番組のかつてのキャラクター、じゃじゃまる、ピッコロ、ぼろりは「右足さんよろしくね。左足さんがんばろうね。ピクニックピクニック歩け歩け」と歌い、この歌に合わせてスタジオに集まった2歳児は行進していました。

これは自分の身体の一部を叱咤激励している事を意味し、自分が自分に言い聞かせている事つまり自己説得に相当するので、この歌は 2 歳児に対して 3 歳児の知恵が付くように教育している事に成るのです。

健康発達の 3 歳児は例えば、お友達をキックしてしまった子に大人が「キックはしない約束だったよね」と注意すると『この足が言うことを聞かないの』とか、あるいは昼食の時にみんなが着席しないうちに食べ始めてしまった子に注意すると『お腹が早く食べたいって言ったんだもん』とか、自分は悪くなくて自分の身体の一部が悪いというふうに言い訳します。こういう言い訳は大人にすればざる賢い子に映りますが、発達心理学的には他者視点の発達が完成する前の段階にあることが理解されるため、好ましい事となります。

このように自分の身体の一部を外側から見る事を“心的外在化”と言います。

2) 外在化療法

a) お腹に引き出し

特定不能の広汎性発達障害 9 歳 Mi 君は発音が不明瞭のためよく「バブちゃん」とからかわれるとのこと。母が心配すると Mi 君は「僕のお腹の中にはタンズがあって、悔しかった事を引き出しにしまうから大丈夫」と健気に答えたとのことでした。Mi 君のこの発言は心的外在化ですので、Mi 君の自閉症性は軽くなっている証しなのですが、母は「引き出し一杯になったらどうするの？」と水を差すような形で言ってしまったとのことでした。そこで、母には「引き出し、もっと一杯作ろうね」と言って肯定的に励ますべきであった、と筆者は言い添えました。

b) お風呂でおこりんぼ虫を汗と一緒に洗い流そう

注意欠如多動障害と反抗挑戦性障害が併存している 7 歳 Ni 君の母が「お風呂に長く入って、おこりんぼ虫と嘔吐き虫を汗と一緒に出してしまおう」と言ったら、Ni 君はいつもより長く湯船に浸かっていた。風呂から上がって母が「身体の中の悪いものを全部出して、また可愛い子に戻ったんだね」と言ったら、その後 1 週間は見違えるように聞き分けが良くなったとのことでした。これは母親が心的外在化を応用した心理療法をしたこととなります。このような心理療法を“外在化療法”と言います。

c) 頭の中に優しい子と悪い子がいる

落ち着きの無く母には聞き分け無く映る 3 歳 8 ヶ月女児 Oo ちゃんは「頭の中に優しい子と悪い子が居て、部屋が二つ有って左側に優しい子が居て、右側に悪い子が居て、悪い子の時は優しい子が小さくなってる。今は優しい子が大きくなって部屋の中に入り切れなくなって、扉が閉まらなくなってる。ママ、見て、ほら、扉閉まらなくなってる」と言うようになったので、好ましくない事をした時に母が『優しい子、どこ行っちゃったの?』と言うと、「居るもん」と言って母の言い付けを守れるようになり、『優しい子を大きくするのに、～しようね』母が言い聞かせたら、普段嫌がってしなかった事をスムーズにしたとの事でした。これも母親による外在化療法です。

d) 自分激励

精神遅滞を伴う自閉症 4 歳 10 ヶ月の Pa 君は幼稚園でキーンなると、園庭の山を走って一周して自分を落ち着かせて戻って来る事がよくありました。しかし、先生に声掛けられていた励ましの言葉を自ら「大丈夫、Pa 君、大丈夫」と呟けるようになってからは園庭に走りに行く事はしなくなりました。これは自分で自分を言語的に励ます事が可能になったため、走ると言う自己鎮静行動をしないで済むようになったことを意味します。我慢が出来るようになるのは自己説得が可能に成るからなのです。

自分を言語的に激励できるようになると、乱暴行為が消失する子がしばしば認められます。気に入らない事が有ると傍に居る人に八つ当たりして叩いたりつねったりしていた子が、「やなの」とか「ほんとにもおっ」とか言葉で憂さを晴らせるようになると、他人に手が出なくなることはよくあります。

第 7 章

“好い事作り心理療法” 三種

1. “オッケーの声掛け”

「褒めるところが無いんです」とまで言って嘆く親御さんには“オッケーの声掛け”を提案しています。子どもがいつも出来ている事を当たり前のようにしたとして、日本人の子育て文化意識では褒めることはありません。しかし、そういう場合に「オッケー、それで好いんだよ、またやろうね」と声掛けすると、子どもはいつも駄目ってばかり言うお母さんが好いて言ってくれたと思い、親は褒めたつもりが無くても子どもには“褒められた感”が増える事に成ります。オッケーの声掛けを増やすと「ダメ」という否定語を減らさなくても、親は褒め上手に成れることになります。

2. “カウントダウン”

子どもがやりたがっていることを条件付きで許した方が返って癇癢の予防に成ることはしばしば経験されます。切り替えの難しい自閉症の子の場合は特にそうです。

例えば、自閉症の子が椅子を回し始めた時、大人が駄目を言っても直ぐには聞き入れません。まずは子どもの希望を尊重し、「5 回やろうね」とか声掛けして大人が数を数え、数え終わったら「できた、成功、5 回もやれて満足満足」などと達成感を醸し出す事を繰り返すと、「だめ」を先に言うより却って早く椅子回しを止める確率が高くなります。これは自閉症の子の特徴である同一性保持要求の強さを言わば逆手にとって、椅子回しは 5 回と決めたから 5 回で止めてしまうと言う事を意味します。つまり、マイブームを 5 回に設定できたという事に成ります。

3. “二つ先のアナウンス”

動きの多い子は「駄目」と行動を制止される経験が多くなるので、ますます自己主張が強くなり、大人には、聞き分けない、と映ってしまいます。この悪循環を断ち切るためには子どもに行動予定を逐次伝えておくことが有効となります。四つ五つの予定をまとめて告げると、落ち着きの無い子は一つ目二つ目は忘れてしまって四つ目五つ目の行動を始め

るので、大人からすれば、衝動的、と映ることになります。ですから、二つだけ先の行動予定を逐次に子どもに伝えることをいつもして置くと、子どもは大人のアナウンスを聞き入れる機会が多くなり、大人にとって聞き分け良いと映る場面が多くなるのです。

第8章

チックの心理療法

瞬き、首を傾げる、「クッ」とか声が出る、など瞬間的動作を繰り返す場合をチックと言います。

チックは癖で、癖は安心行動です。誰でも癖をすると心が落ち着くものだからです。有名なプロ野球選手は大抵癖を持っています。イチローは打席に入って構えるまでいつも同じ一連の動作をします。いつもの事をして心を落ち着かせ、投手が投げるボールに集中します。ヒットを量産するための“おまじない”なのです。

テニス選手の多くはボールを何回か弾ませてからサーブします。ある心理学者が実験をしました。3回弾ませるのを癖としている選手に2回でサーブする、3回で、4回で、というふうに3種類の弾ませ方を random にしてからサーブしてもらったところ、一番多くサーブが入ったのは3回の時でした。5回が癖の人は5回の時が一番良くサーブが入りました。癖が安心行動である事が証明されました。

安心行動はストレス解消行動であり、プレッシャーを撥ね退けようとする行動です。ですから、チックは心理学的には良い事、好ましい行動と言う事に成ります。チックはせち辛い現代社会を生き抜くための大切な行動なのです。

しかし、問題は世間の目です。見栄えが悪いと思っている人が世間には沢山いるので、親御さんとしては子どもにはチックを止めてもらいたくなるのです。石原東京都知事はいつも堂々と瞬きチックをしています。これは誰も「知事、見栄えが悪いので止めて下さい」と苦言を呈してないからでしょう。安心行動を人前でやってはいけないと言われたら誰でも辛くなります。チックする人ならストレスが溜まり、またチックをして安心に成りたくなるという悪循環に陥ってしまいます。

大人は、例えば、課長に怒られたら口では「すみません」と謝りますが、頭の中では『課長のおたんこなす』とか言って憂さを晴らします。密かに憂さを晴らししている事になります。カラオケでストレス解消するタイプの方はストレスを溜め込んで、カラオケボックスに行って部屋のドアを閉めてから思う存分歌ってストレスを解消します。ストレスをその場ではなく、ストレス発散行動をしても良い場所で発散する事は、時と場所を選んで適切な行動をするという好ましい知恵の発揮です。自己コントロールの知恵でもあります。

ストレス解消行動は誰にでも認められるはず。見栄えが悪いなら密かにすれば良いわけです。チックもそうすれば良いのです。チックをするお子さんには、例えば、トイレの中とか一人で居る時に思いっきりチックするように導くことが、親御さんにもできるチックの心理療法と言う事になるのです。

チックをする子どもはストレスをストレスとして感じ易い心が繊細な良い子です。良すぎて困っているわけですから、鈍感に成れ、と言うふうに繊細さを無くすことではなく、良さを良さとして大切にしながら、上手なストレス解消行動を編み出せるように育む事が大切です。

第9章

乱暴行為への対応

筆者のクリニックには、おもちゃを取られると力尽くで取り返す、怒ると傍の人を叩く、思い通りにならないと母を蹴る、嫌な事があると妹をつねる、通りすがりにお友達に手が出る足が出る、小さい子を見つけると行って叩く、じゃれ合っている内に乱暴になる、決まりを守らない子を叩く、喧嘩の仲裁に入った筈が叩いてしまう、テンション上がって叩く、戦いごっこが本気モードに成ってしまう、恥ずかしがってかえって叩いたりする、態とする、などなど乱暴で困ると訴えて見える新規ケースは毎月5~8人もいます。

1. 攻撃行動

1) 三つの社会的行動

人間は社会的動物と言われますが、社会的行動には三つの種類が有ります。第一は向社会的行動で、これは他の人と仲良く和気あいあいとお互いの顔を立て合う行動で、好ましい行動です。もう一つは非社会的行動で、ひきこもりの方や不登校のお子さんがこれに相当します。三つ目は反社会的行動で、罪を犯したり、相手を攻撃し傷つける行動です。

乱暴行為を向社会的行動に置き換えられるようにしようとするのが“好い事作り心理療法”の真髄です。

2) 攻撃行動とは

大人を対象とした社会心理学では攻撃行動には二種類あるとされています。怒り情動に基づく反応的攻撃、つまりムカついたりキレたりした結果の“熱い”暴力、そして金品とか名誉を得るための道具的攻撃、つまり狡賢い“冷めた”謀略です。

3) 攻撃意図の有無

子どもでは相手をやっつけてやろうとか騙してやろうとかという攻撃意図が無い場合があります。悪気のない乱暴、興奮してテンションが上がってしまったための行動、手加減が出来ない行動、憂さ晴らしや八つ当たりが力余ってという場合、地団太踏んで悔しがっている行動が過剰になってしまう場合、恥ずかしがったり拗ねたりいじけたり気持ちが乱暴という形になってしまう場合、大人の注意を引き付けるためにわざとする行為、つまり“これ見よがし行動”が乱暴に成る、など様々です。

大人が最も気を付けなければならない点は、子どもが攻撃意図を持っていないのに攻撃意図がある、と誤解しないようにする事です。攻撃意図が無いにも拘らず怒られたり「だめ！」と頭ごなしに言われたら、怒り情動が高ぶり、前述の反応的攻撃行動に移ってしまう子もいます。そういう場合は“火に油を注ぐ”“ことに成って一層こじれて厄介なことに

なってしまいます。だから、攻撃意図の有無をしっかり観察する事が大切です。

4) ストレス解消行動としての乱暴

思い通りに成らない時や嫌な事がある時に乱暴になる子の乱暴行動は、思い通りに成らないというストレス、嫌な事というストレス、やりたくないのにやらねばならないというプレッシャーに対するストレスないしはプレッシャーの解消行動です。私の強い子、オレ流意識の強い子の場合は当然ながら反発が強くなりますので、地団太踏んで悔しがる行動も派手に成ります。大人は思い通りに成らない時「まっ、良いかっ」「次があるさ」という気持ちを持つ事が出来ますが、子どもの場合は妥協の気持ちを作る事が上手ではありませんので、行動化してストレス解消を図ります。ストレス解消行動をしている時、そのストレス解消行動を「止めなさい」と言われたら、誰だっかっていきり立つでしょう。

2. 乱暴行為への対応

1) 優しく叩こう

乱暴する子に「止めて」と声掛けしてもなお続ける子には“やっても無害”を誘導する事が効果的です。

例えば、叩いて来る子に母親が「優しくね、撫で撫でてね」と望ましい行動を言語的に誘導する声掛けをしながら実際に児を撫でます。そうすると叩く行為が撫でる行為に変化する子がいます。撫で撫で行為がストレス解消行動になってしまえば無害です。

2) 凶星を言う

「優しくね」の声掛けの前に“凶星を言う”ともっと効果的です。例えば、「叩きたいんだ。思い通り行かなくて怒ってるんだ。テンション上がってるね。撫で撫でしたらすっきりするよ」などとその子の気持ちを言い当てた上で好ましい行動に導くように言うと、乱暴行為が微笑ましい行動に変わる事が多々あります。大事な事は上手に煽てて乗せる事です。“豚も煽てりゃ木に登る”を図ります。

3) 憂さ晴らし

憂さ晴らしとしての乱暴行為は他人には無害な行動に変えれば好いのです。ムカついて荒れてる子に対して、例えば「そんなの関係無いっ！」と言いながら床を蹴っ飛ばすお笑いタレント小島よしおのギャグを真似するように煽てて、冗談に紛らわす、あるいはおどけ動作に変えるように仕向けるのが一番です。

4) 行動から言葉へ

4歳のQaちゃんは朝起きて雨が降っていると不機嫌に成り、お母さんを蹴っ飛ばすとの事でした。お話をよく聞くと、雨が降ると園庭で外遊びが出来ないためお母さんを蹴って憂さを晴らしている事が分かりました。そこで母親には雨が降ったら「今日は雨で困ったね、外遊びできなくてがっかりだね、悔しいね」と声掛けするように指導したところ、Qaちゃんはどこで学んで来たのか何と『お天気のマ鹿野郎』と言葉で憂さを晴らすようになりお母さんを蹴らなくなりました。母親は「乱暴は無くなったけど、女の子なのに言葉がひどくて」と嘆きましたので、小声でする憂さ晴らしの方法をお教えしました(次項)。

5) 小声でね

大人は言葉で憂さを晴らす時は頭の中で呟く事もあります。内言語を使えば他人には聞こえません。他人に聞こえなければ良いわけですから、子どもが汚い言葉を発しようとした時、大人が子どもより先に小声で子どもが言おうとしている汚い言葉を代弁して小声でつぶやいてしまいます。そうすると、子どもはついつい大人の真似をして小声で汚い言葉を言っちゃうようになる事がしばしばあります。汚い言葉は他人に聞こえないくらいの囁きなら害は有りません。“やってる積りで無害”を作れば良い訳です。タイミング良く凶星を言って乗せてしまうと上手く行きます。

6) ロパク

汚い言葉を小声で言って憂さを晴らせるようになった子に対して、大人がロパクを実演すると、それも真似してしまって内言語を育てる事ができる事があります。

7) いーけないんだ、いけないんだ、先生に言ってやろっ！

決まりを守らない子を叩いてしまう子がいますが、そういう子の心情にはセーラームーンの「月に代わって、お仕置きよ！」意識が醸し出されていますので、叩いちゃ駄目よ！という頭ごなしの制止はしないで、自分が裁判官に成って鉄槌を下すのではなく検事に成って訴追するという形に誘導するのが好いのです。具体的には“いーけないんだ、いけないんだ、先生に言ってやろっ！”を教えて、先生に申告して先生に叱ってもらう事が好い事である事を教えます。先生に申告できたら褒めて上げる事は言うまでもありません。

8) 投げても安全な物を渡す

癩癩を起こして物を投げて危険な場合があります。そういう場合に「だめ！」を言うと却って酷くなる事があります。これは頭ごなしに駄目出しするため逆ギレしてしまうからです。物を投げようとしたら、投げて人に当たっても安全な物、例えば、スポンジのボールなどを渡して、それを投げさせて憂さを晴らさせた方が早く乱暴が無くなります。この時「ボール投げたらすっきりするよ、スカッとしたね」と声掛けして、“憂さを晴らせた意識”を作ることも大切です。

9) カウントダウン

乱暴行為を直ぐ止めない場合は、例えば「5回やったら、すっきりするから」とか言ってカウントダウンすると5回もやらないで、止められる子がいます。

10) 悪気の無い乱暴

a) 超ハニカミタイプ

恥ずかしさが高じてどうして良いか分からなくなって叩いてしまう子もいます。この場合は「恥ずかしい恥ずかしい、困った困った」など凶星を言う事によって照れくさそうな行動に変わる子もいます。超ハニカミの子は引っ込み思案が激しいので、対人的情緒的共感が少ないと誤解されて自閉症と診断されている事もあるので、慣れた時の状況での社会性をしっかり把握しなければいけません。

b) 上がり症

初めての事で緊張が亢進してオロオロピリピリ状態になってしまい、“窮鼠猫を噛む”状態になって行動が激しくなる子もいます。こういう場合はいわゆる“上がり症”ですから、親は予行演習、予習、事前学習、前倒し、ウォーミング・アップ、言わば慣らし運転を図って、初めての体験でない心理、つまり“あっ、これやった事が有る”感を作る事が乱暴の予防になります。

入学式ごっこをして事前練習をして置いたら、初めての入学式を上手くこなせた子もいました。慣れるのに時間が掛かるタイプの子、新しい事態に敏感な子も自閉症と言われてしまう場合がありますので、慣れれば大丈夫かどうかきちんと調べる事が大切です。

c) 超甘えん坊

母にべったりタイプの子の中には四六時中母にへばり付いていないと安心が担保された気にならない子もいます。母親にすれぼうんざり感が高じて「もうっ、好い加減にしてよっ！」と思わざるを得ないほどの場合もあります。こういう子を無理矢理母から引き離そうとすると、しがみ付こうとするあまり却って実力を行使してしまい、乱暴に映ってしまう子もいます。こういう子には安心感を作って上げる事が先です。「沢山お母さんに抱っこされて良かったね、安心だね、満足だね」などと声掛けし、短時間でも言わばげっぷが出るほどたっぷりお母さんにへばり付けたと思えるように煽て、場合によってはカウントダウンする事が大切です。“たっぷり抱っこしてもらえた”感を醸成するのが先です。“たっぷり抱っこしてもらえた”感を充分感じた子どもは「もういいよ」と思い、お母さんを解放する事が出来るようになります。満足感達成感という“好い事”を先行させる事が“好い事作り心理療法”の真髄です。

14) 負けず嫌い

a) 闘争心

攻撃行動は否定されるべきですが、闘争心まで否定はできません。闘争心はスポーツやゲームの世界に封じ込めるのが好いのです。決められたルールの中で戦う気持ちを育む事は大切です。

b) 負けると乱暴になる子にはスコアボード

勝ちに拘って負けると逆ギレして物を投げたりして乱暴になってしまう子もいます。こういう場合はスコアボードを作って勝ち負けを記入し、負けても次が有るさ、を教えます。

例えば、7回戦を設定して4勝3敗でも勝ち、を教えます。こうすると、やる度に勝つ事、全勝、勝率10割に拘っていた子が、7戦4勝つまり勝率5割7分でも勝ちが有る事を理解し、一喜一憂から“明日があるさ”に変化し、勝負事を楽しむ余裕が出て来ます。こうなれば勝ちへの拘りが薄まった事になり、乱暴も治まります。

c) 我慢とは

癩癩起こした子や乱暴な子に我慢しなさいと多くの大人は言います。我慢とは何でしょうか。我慢とは自己説得です。人間誰でもやりたい事をやりたいと思っています。大人はやりたい事をすべて出来ない事が分かっていますので、我慢つまり自己説得ができます。

警察官が万引きしてしまう場合は頭の中の善玉が悪玉に負けてしまったからです。捕まったら「魔が差した」と言い訳しますが、心理学的には善玉が悪玉を説得することに失敗した結果という事に成ります。自己説得を育てるには前述の他者視点の育ちが大切です。

d) ごっこだよ！手加減だよ！

戦いごっこが本気モードに成ってしまう場合はごっこモードに戻せば良いわけですから、駄目出しではなく、「テンション上がってるよ、ごっこだよ、蹴ったふり、叩いたふりだよ、優しくね、手加減だよ」と大人が声掛けして、ごっこの世界に戻れるようにします。

15) 気紛れ、ふざけ

a) 変わり身の早い子

我が強い子の中には気紛れも併せ持っている子がいます。強く自己主張して実力を行使した途端コロッと主張や態度を変え、殴ったのは自分じゃないといった態度を取って、とぼけたように或いは人を小馬鹿にしたように振る舞う子もいます。京都五条大橋の上でヒラリヒラリと弁慶を翻弄した牛若丸の様な子です。こういう子に対しても“凶星を言う”は有効です。その子の気持ちや態度が変わる度に凶星を言うと、児は、自分は他人には～と思われているんだ、と我と我が身に気付くように成ります。“凶星を言う”は自己の対象化を促しますので、善玉による悪玉の説得が上手に成り、段々穏やかな子に変わって来ます。

b) わざとする

4～5歳児は大人をおちよくる行為からかう行為として派手な行動、乱暴行為をする事があります。母親はわざとすると訴える事がありますが、この場合は母親は一面で子どもの意図が分かっている事を示唆しています。からかい行為が良くないと思ってあんまり叱ってしまうと子は意固地に成り、母親はキリキリ舞いさせられて“クレヨンしんちゃんのみさえお母さん”になってしまう事があります。おちよくり行動に対して大人がボケることも意義が有ります。“クレヨンしんちゃんのお父さん”はいつもボケてますので、キリキリ舞いはしません。

第10章

“凶星を言う”の三つの意義

困った子どもの行動を好ましく解決するためには何よりも“凶星を言う”が重要です。

その理由の第一は、凶星を言われた子は“分かってもらえてる感”“受容されてる感”が高じて、もっと分かってもらえたくなり、分かり合い意欲つまりコミュニケーション意欲が醸成され、大人の次の言葉に対して“ダンボの耳”になり、耳で聞いた言葉が心、つまり大脳の前頭葉に達し易くなります。そうすると、大人からの指示や注意を聞き入れる機会が多くなりますので、問題行動は途中で無くなる事が多くなり、子どもは聞き訳の良い“良い子”になったと映ります。

第二は、言葉の遅れがあるため言いたい事を上手く言えない子が凶星を言われると、言

いたい事の手本つまり真似し易い手本を示された形に成るので、容易に言葉を発する事が出来るように成り、その結果言葉が伸びる事に成ります。人間は誰でも言葉を発する前に必ず先ず前頭葉の脳細胞が活動して言葉に成る前の思いを作ります。この非言語的思いを表象と言いますが、この表象を前頭葉側面の脳細胞が働いて言語化して言葉を発します。これを表象の言語化と言いますが、子どもは脳が未熟なため表象の言語化のスピードは大人に比べて遅く、そのため言葉を発するのがスムーズではありません。言葉の遅れが有る子は尚更です。言わば脳内でもたもたしていることとなりますので、そういう時にズバリ凶星を言われると、真似し易い手本が呈示された事に成るので、スムーズにしゃべってしまえる、という訳です。

第三は、凶星を言われた子は自分が他人からはその様に見える事に気付かされ、自分を外側から見る事が促され、つまり我と我が身に気付き、他者視点（他人の立場で物事を考える事、いわゆる国民目線に立つという事）が育ちます。そうすると自分を外側から見る対自的自分と心の底から欲求を満たそうとする即自的自分の二つの自分に気づく事に成り、自分の心の中に善玉悪玉を作ることが出来て、善玉が悪玉を説得するという形で自己説得つまり我慢が成り立つようになります。

このようにして“凶星を言う”には、コミュニケーション意欲と他人の意見を取り入れる能力の向上、言葉の発達促進、自己の対象化と我慢という自己コントロール能力の発達促進など、子どもの発達にとって中核的に重要な発達を促す効果がある事になります。

大人は凶星を言っているつもりでも外れる事があります。そういう場合、子どもは「ママ、違う」とか言って却って怒ってしまう場合もありますが、そういう場合は大人は素直に謝って、めげずに“試される大地”になって当てずっぽうでも良いから凶星を言い続ける試みが大切です。3回中1回でも当たれば的中率は3割を越えますので、子どもは“分かってもらえた”感が高じて天にも上るくらいに嬉しくなるはずです。プロ野球で打率が3割越えたら名選手です。的中率3割以上の親は“名親”、表彰状ものと言えましょう。

親御さんに“凶星を言う”を説明すると、“それを言っちゃあ、お終いよ”と直感し、そんなこと言ったら教えちゃう事になるからカンニングさせるようなもので、自分で考えない事になるので駄目だ、と反論して来る人もいます。でも、“凶星を言う”は子どもにとっては学び易い手本を示された事になるので、子どもにとっては良い事である事を丁寧に説明すると、分かって頂ける親御さんは沢山います。

子どもが自分で考える事はもちろん大切です。自分で考えて解決策を見つけ出せる子は沢山いるのですが、親子双方が困って言わば出口が見つからない状態になって居るからこそ、専門医としての筆者の所を受診して来る訳ですから、受診前とは視点を変えた治療効果のある関わり方、即ち“好い事作り心理療法”を親御さんにお教えする事が精神小児科医の真髄となるのです。

第11章

“良い子の〇〇どこ行ったあ？”

健常発達の4～5歳児の自己説得の知恵を育てる一つの方法を以下に述べます。

褒める時には「良い子の〇〇に成ったね」、例えば洋介なら「良い子の洋介に成ったね」と褒めます。「良い子だね」ではなく「〇〇に成ったね」の「に」が大事です。

叱らなければならない時は（叱らないで子育ては出来ませんので、叱るな、とは言いません）「良い子の〇〇どこ行ったあ？」「良い子の〇〇おいでえ」「良い子の〇〇に成って欲しいなあ」と言ってから叱ります。

「悪い子に成ったね」は言わない方が良いです。何故なら「悪い子に成った」と言われて喜ぶ子はいません。悪い子と言われたら逆ギレする子も結構います。逆ギレさせたらもっと厄介になります。

「良い子の〇〇どこ行ったあ？」に対して、言葉の無い子では向こうを指差す場合があります。これは、良い子はここにいない、と言い訳している事になりましょう。言葉のゆっくりな子では「いない」と言って開き直す子もいます。

この褒め方を言い続けると、子どもは「良い子になる」と言ってから褒められる行為をするようになります。自分が良い子をやっていない事に気付いて、言わば“良い子ぶる”行動を取れるようになるという訳です。自分の行動が他人からどう見られているのかが理解できるようになるのです。他者視点の発達です。

「良い子」の自分と「良い子でない」自分に気付く事によって、頭の中に善玉悪玉を想定出来て、自分で自分に言い聞かすという自己説得が可能になるという訳です。

参考文献

- 1) 石川 丹：新生児期脳傷害発生直後からの介入－障害予防を目指した発達心理学的母親教育－. 北海道児童青年精神保健学会会誌 12:5-11,1998.
- 2) 石川 丹：重症心身障害児の象徴行動. 特殊教育研究 40:83-8,2002.
- 3) 石川 丹：3歳児神話を巡る発達臨床 - 乳児院入所あるいは乳児期大脳半球一側損傷の長期予後 -. ベビーサイエンス 3:14-21,2003.
- 4) 石川 丹：育てにくいと写る子どもの実像と対応～子どもは天からの授かりもの、実子も里子も～. 臨床小児医学 53 : 43-8、2005.
- 5) 石川 丹：遊びは言葉を育てる. 小児科臨床 60:2153-2159, 2007.
- 6) 石川 丹：攻撃行動の心理発達. 小児科臨床 61:52-58, 2008.
- 7) 石川 丹：反抗期の心理発達. 小児科臨床 61:866-872, 2008.
- 8) 石川 丹：模倣の心理発達. 小児科臨床 61:1071-1077, 2008.
- 9) 石川 丹：概念の心理発達. 小児科臨床 61:1197-1203, 2008.
- 10) 石川 丹：音韻の心理発達. 小児科臨床 61:2063-2069, 2008.
- 11) 石川 丹：逆向きバイバイの発達研究. 小児科臨床 63:308-310, 2010.

- 1 2) 石川 丹：癩癩、衝動、攻撃、同一性保持など問題行動に対する精神療法—好い事作り療法. 日本小児科学会誌 114:439-446, 2010.