

はじめのいっぽ 2021

講座Ⅲ「卒業生に学ぶ 吃音」

吉本 遵二さん

歴史ある会の初めてのオンライン開催という、記念すべき会に呼んでいただき、ありがとうございます。今回は吃音の当事者として、教職員の皆様に、少しお話をさせていただきます。

僕は今現在、言語聴覚士という、脳梗塞や加齢、その他の病気で喋ったり、食べたりすることに困難を抱える方と一緒に、リハビリをする職業についています。今、働いて6年目になります。皆さんと同じように、構音障害や吃音があるお子さん（僕の場合は幼児ですが）と、一緒に練習することもあります。皆さんと同じように悩んだり、時にはこちらが勉強させていただく場面もありながら、毎日頑張っています。まだまだ未熟だなと思うこともありつつ、頑張っています。

今回は大人の吃音者として、自分の経験や今考えていることをお話して、皆さんがそれぞれ何かを感じたり、何かを考えるきっかけになってくれれば嬉しいと思っています。皆さんからの質問に直接お答えできないのが残念ですが、どこかでお会いできた際には、ぜひ話しかけてください。

僕には、小さい頃から吃音がありました。母が言うには、2～3才のころから言葉を繰り返し始めたようです。それからずっと波はあったんですが、吃音が直ったという時期はないです。自分の中で一番最初にどもった記憶というのは、年中のときの学芸会で、どもったときに先生の方を見たら、むっとした顔をされたことを今でも覚えています。セリフを練習した覚えもあるので、その頃から言葉が詰まる認識があったんだと思います。

小学校のときは、ことばの教室には通っていませんでした。その時は存在も知りませんでした。行っていればもっと早く、吃音のことを真剣に考えていたかもしれないです。当時は、大人になれば治ると思っていた。

学生時代は、もちろん発表とか音読はすごく嫌いでした。「嫌だな」「終わった」の繰り返しでした。僕は大人になってから「カミングアウト」という言葉を知ったんですけど、小学校のころから「なんでそういうふうになるの？」には「こうなっちゃうんだ」と答えていたし、こっちが嫌な気持ちになるくらい笑う友達には、2人のときに「あれ、やめてくれると嬉しい」と言ったりしていました。2人の時にいうと、結構、逆に「ごめん」と言われたり、受け止めてくれることが多かった印象があります。やっぱり、みんなの前で注意されると、結構言われた方もプライドが傷付いたりするし、誰かに注意してもらおうというより、自分から協力を仰ぐことが多かったような気がします。

中学生くらいからは、もうやる前から「時間かかるよ」とか「俺がしゃべると、もう多分、みんなどうしたらいいかわからないみたいな顔になると思うけど。もう本当、そのままどうしたらいいかわからない顔を、そのまましていいよ。ちょっとこっちも、どうしてこうなっちゃうのか分からないから」とか、自分から笑いながら言ったりしていました。でもまあ、そんな面白おかしく言っておいて、いざ発表となると緊張しまくっていたんですけど。

結構仲の良い友人にからかわれることはありましたけど、テレビでも、苦手なことを笑ったりとかはあるじゃないですか。僕にとってはあんな感じで、すごくしんどいということはなかったです。僕の場合、吃音について触れない方が不自然な場面ももちろんあったので、僕も友人の苦手と一緒に笑ったこともあるし、お互い様だとは思っていました。でもまあ、もちろんそれは友人内での信頼関係があったので、お互い良いところもいっぱい知っていて、一緒にいて楽しいから一緒にいる…まあ、本当の友達ならからかわれても嫌な気持ちはなかったです。なので僕は、吃音が原因で友人とのフラットな関係が崩れたというのは、あまり感じたことはないです。

僕としては、就職活動の時が一番困りました。吃音を直さなきゃ前に進めないなと思って、初めて言語聴覚士の先生とリハビリを行いました。その中で、言友会という大人の吃音者が集まる会とかにも行

って、自分以外の吃音者に会ったりもしました。リハビリとか言友会での出会いを通して、言語聴覚士になりたいと思って、専門学校に入学をしました。

専門学校のときもリハビリは続いていて、そこで認知行動療法と出会って、少し吃音に対する考え方が変わりました。「正しい」「正しくない」じゃなくて、どう考えていた方が自分にとって楽なんだろう、ということを考えるようになりました。例えば、発表の目的は別にスラスラしゃべることじゃなくて、自分がどういうことを考えていて、その成果を誰かに伝えるためのものだし、それが誰かのためになったら良い評価が来るとか。電話は取りたくないけど、吃音でも積極的に電話を取っていたら、それはそれで好感度が高いんじゃないかなとか。社会人として評価されるべきことを、ただ自分が吃音でどもって嫌な気持ちになるといっただけでやらなかったら、それはもったいないな、自分が損するなと思うようになりました。

こういうことにもっと早く気づいて、大学時代の就職活動に望めばよかったなど、後悔はしていますが。実際に、認知行動療法を踏まえて行動していたら、「大人になったら純粋に、どもること怒る人ってあんまり会わないな」「もし吃音のことで小言を言われても、そんなことでいちいちイライラしていたら、むしろ自分が生きにくくない?」「そんなことでイライラしていて、本当に周りの人を大事にできているのかな」と思うようになりました。そして、小言を言うような人からの評価が、自分の中で価値が低いものになっていくと、そんな小言は気にならなくなりました。もちろん自分のミスとか、その他の能力の無さに落ち込むことはありますが、今はそんなような感じで働いています。

だから、僕の吃音は直っていませんし、どもってもいますが、今、そのせいで制限のある生活をしているということはありません。もし、自分の将来に不安を感じている子供がいれば、そういう大人もいるということを知って欲しいなとは思っています。でも、多分子供たちは、今現在のことで悩んでいる方が多いのかなと思います。

僕自身は、子供たちには、成長に必要な経験を「積むべき時」に積んで欲しいと思っていて、友人関係、先輩との上下関係、みんなで何かをやったときの達成感、グループでの自分の役割の見つけ方、人を楽しませる方法、時には経験したくない挫折、もちろん勉強も、それが吃音が原因で経験できないというのはすごくもったいないのかなと思っています。だから、それを経験できるように工夫して、環境を整えたり、一緒に話す練習をしたりして、「やってもいいな」って思わせる、僕も含め皆さんの役割というのはすごく価値があって、意味のある仕事だなと僕は思っています。

どうしてもその子にとってハードルが高く、参加できないものがあれば、その子の心理的な状況とかも鑑みて、違った方法、違った場面で必要な経験を積んでもらうことも、時には考えなければならぬかもしれません。でもその中で、子供たちが「やってもいいな」から「こうすれば嫌じゃないな」と思って、自分の過ごしやすい環境を作れる力とか、見つける力っていうのが最終的に育って、その子の長所や良いところが出せる人生になればいいんじゃないかなと僕は考えています。

最後、説法みたいになってしまって少し恥ずかしいのですが、僕もまた明日から、言語聴覚士という職業に戻るので、皆さんと一緒に今後も頑張れば嬉しいと思っています。

最後まで聞いてくださり、ありがとうございました。