

吃音を生きるⅡ

どもる人たちのサバイバル



NPO法人 大阪スタタリングプロジェクト

吃音を生きるⅡ

どもる人たちのサバイバル



NPO法人 大阪スタタリングプロジェクト

吃音を生きる Ⅱ

どもる人たちのサバイバル

はじめに

大阪スタタリングプロジェクト会長

東野 晃之

「吃音治療の特効薬がない現状にあつて、私たちの大阪吃音教室は、吃音を治すことよりも、吃音と上手につき合うことを目指します」。金曜日の夜に開催する年間四十回のスケジュールが載る「大阪吃音教室へのお誘い」は、そのような書き出しで講座内容の三つの柱を紹介する。吃音の原因、これまでの吃音治療の効果と限界など、吃音そのものについて学ぶ（吃音に関する基礎講座）、吃音そのものは完全に治らなくとも、人と楽しくコミュニケーションをするために、話す、読む、聞く、書くなど総合的な（コミュニケーション能力を高める講座）、自分や他者への気づきを高め、人間関係を考えるため交流分析や論理療法、アサーティブ・トレーニングなどを応用する（自分を知り、よりよい人間関係をつくるための講座）である。吃音の悩みや対処法のわかち合いが深まり、どもる自分や吃音と向き合えるのは、これらの学びがベースにあるからだと二七年間の経験で確信している。

『吃音を生きる〜どもる人々の体験集〜』発刊から八年ぶりに、『吃音を生きるⅡ』を刊行することになった。先の体験集と同じように自己洞察が深く、真摯に吃音を見つめる内容が多いのは、大阪吃音教室での学びが基本にあるからだろう。この体験集では、「どもる人たちのサバイバル」をテーマとした。

吃音は人に理解されにくいものだ。周囲の人に理解してもらえればそれにこしたことはないが、たとえ理解されなくても、私たちはどもる人として生きていかなければならない。吃音と上手につき合うとは、社会で少数派のどもる人が、吃音を持ちながらどうサバイバルしていくか、ということに行き着くのである。

大阪吃音教室で話し合い、感じたことや吃音川柳、短歌、さらに吃音ショートコースでの講演の記録などが紹介される。このどもる人の体験集を読むと、悩みを克服した人の物語では決してなく、ときに揺らぎ、迷い、戸惑い、試行錯誤しながら歩んでいるありのままの自分が語られる。ひとつのエピソードにしぼった文章からは、吃音の苦悩だけでなく、吃音を持ちながらも自分らしく生きたいという心の叫びが聞こえてくるようである。どもることは、悪いことでも、劣ったものでもなく、むしろどもることで出会い、思考した経験からは、豊かな心の世界が広がっているように感じられる。

吃音やどもる人を理解してもらおう近道は、この体験集を読んでもらうことだろう。ことばが引っかけたて出来ないことが、吃音の問題の本質ではないこと。吃音の状態は、どもる人によって差があり、苦手なことばや場面も異なること。吃音をどう受けとめ、捉えるかで、悩みに大きな個人差があることなどが理解されると思う。さらに吃音否定から吃音肯定への歩みをはじめると、感情、思考、行動の面で吃音にあまり影響されない、上手につき合うサバイバル術を身につけられることが読みとれるだろう。

吃音の体験や吃音について考えたことながらなどを文章に書くことを長年続け、「書くこと」は、大阪吃音教室の文化だといってもいい。たくさんの方が綴った文章は、私たちの財産である。それらを編集したこの体験集が、吃音に悩む人や吃音に関わる人に少しでも役立つことを願っている。

もくじ

はじめに	東野 晃之	
吃音を公表する			
隠すということ	東野 晃之	2
「はい、.....はい誓います」	上殿香緒里	5
職場でのサバイバル			
笑いから学んだ言葉	川東 直	14
電話が得意になるまで	西田 逸夫	19
どもつてもいいよ	長谷川佳代	24
あるがままに	南 泰成	28
どもりやどもこ			
どもりは審査委員長	赤坂多恵子	36
会いたかった	香川 孝行	39
どものり遺伝子	丹 佳子	44
吃音から学んだ人生			
劣等感	堤野 瑛一	50
世界は、変わる	藤岡 千恵	56
変わらないものを大切にしながら	鈴木 永弘	60
吃音受容と他力の信について	村田 朝雅	66
わるくない	嶺本 憲吾	72
昼飯の問題	掛田 力哉	76
吃音親子旅			
よみきかせ	川崎 益彦	84
母のウソ	松本 進	88
She has a voice!	坂本 英樹	92
どもる私と、三人の子ども達	山賀 千春	95
吃音人生のサバイバル			
特別寄稿 どもり礼讃〔講演〕	村田喜代子	100
吃音に振り回されない生き方	デイヴィッド・ミッチェル	108
おわりに	伊藤 伸二	118

吃音を公表する

誰にも知られたくない。隠し続けてきた、私の吃音。

みんな知っているのに、他人に話すことが出来なかった。自分自身でさえ、向き合うことが出来なかった、私の吃音。

他人に話したからといって、わかってもらえるとは思っていない。でも、公表することは吃音と向き合うことかもしれない。もう、そろそろあなたと向き合いたいと思う。

美容院 カットが言えずジェスチャーで

橋本 貴子

シンクロも どもる苦労も 水面下

赤坂多恵子

吃音は のどにつまった ラムネ玉

西田 逸夫

告白を 愛と吃音 てんびんに

東野 晃之

夢の中 どもって目が覚め またどもる

堤野 瑛一

吃音は スローライフの 標準語

進士 和恵

隠すより どもった方が よくもてる

川崎 益彦

嘘言えぬ ころろ乱れて どもる者

伊藤 伸二

職場でのサバイバル

どもるぼくたちには、仕事をするうえで多くの困難が待ち構えている。電話・朝礼・上司への報告・あいさつ・そして雑談まで。日々、職場の中で様々な工夫をしてきた。それらをぼくたちは「吃音サバイバル」と名付けよう。名前があるというだけで、これからも次々と押し寄せてくるであろう、様々な悩みや困難に立ち向かい、乗り越えることができるだろう。



どもりコラム

と考えると、当事者は生きにくい。ことばの言い換えを「ごまかし」ではなく、私たちは、「サバイバル」だと言う。

近視の人に、メガネがあるように、ことばの言い換えや、言えないことばの前に、言いやすいことばをつけるのは、どもる人が編み出したサバイバル術だ。吃音は治らないとあきらめ、吃音を肯定的にとらえている人ほど、このサバイバル術を肯定し、積極的に使う。治らないと認めて、実際の仕事や生活面で声が出ないとき、最終的にはどもる覚悟はしているから、目の前の人に向き合い、ことばを伝えるために、様々な術を使うことができる。

どんなにどもっても言い切れることは、それはそれで素晴らしいが、言い換えでも、どんな手をつかっても、相手に働きかけることもまた大事なのだ。

高校生が接客のアルバイトで、「ありがとうございます」が言えずに悩んでいる。誰も、一音一音ちゃんと『ありがとうございます』と言っているかどうか、気にしていない。「・りがとうございます」でも、「・・がとうございます」でも通じると知ると、アルバイトができる。「はい、亀戸支店です」が言えずに悩んでいた銀行員が、「か」の子音を飛ばして母音で「アメイド」でも、「メイド」でも相手は「亀戸支店」と聞き取るとアドバイスして、楽になった。ちょっとしたサバイバル術が、人を生きやすくすることがある。どもる私たちは、もっと気楽に生きていい。サバイバル術を話し合うことは楽しい。

どもりふしめい

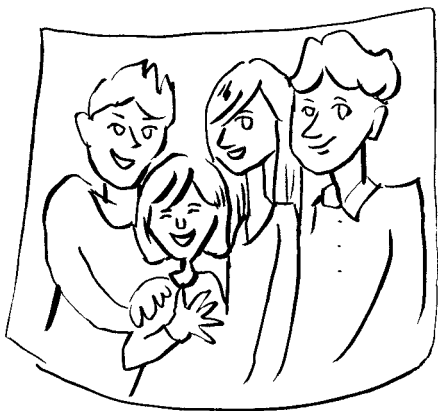
いつも私の隣りには「どもり」がいた。ときには「どもり」を隣りから追い払おうとした。また、仕方なくあきらめることもあった。そんなことを繰り返しながら、長い時間を過ごした。

「どもり」は隣りにいたのか、私自身なのか。あるときから「どもり」を受け入れようと思った。でも、それにも違和感を持った。

私は、わたしを受け入れよう。どもりとともに。

教えることができるし、どもりだからこそ深められる人生もあると言ってあげられるだろう。我が子……その前にパートナーを探さねば。これは努力だけではどうにもならないかもしれないが、今は前向きに、婚活、婚活！ まあ、見つかっても見つからなくても、私の人生をちゃんと生きようという覚悟はできている。

(ことば文学賞最優秀賞・2011年度)



今まで、わたしたちは吃音から大きな影響を受けてきた。辛かった苦しかった日々、悔しかったこと、涙したあの日。

でも、そんな過去があったからこそ、今の人生。吃音からもらったとさえ思える、今の暮らし。

振り返り、思い出してみる。そしてわたしたちの吃音人生を綴ってみたい。今を生きるために。

吃音から学んだ人生

言い換えは 言葉の芸術 瞬間芸

徳田 和史

辛い過去 それより今を知って欲しい

溜 彩美

ありがとう 言ってみたいな 心から

奥野 祐司

たたたたた どもるすがたにてらいなし

村田 朝雅

どもる人 実は結構よくしゃべる

井上 詠治

どもってよし どもらなくてもよし あるがまま

新見 征一

美容院 髪形聞かれ「任せます」

佐藤 礼子

私どもる 妹どもらず でも双子

上殿香緒里

吃音川柳(二)

吃音親子旅

どもりと日々格闘している、子ども
もの思い。どもる我が子を見守る、
親の思い。

それぞれの思いが、時にふれあい
時に反目する。そこには様々なドラ
マが生まれ、旅をするように日常が
流れていく。それらは終わりが
ないように見えながらも、かならずいつ
か旅は終わりを迎える。

不惑でも どもりの森で 迷いおり

丹 佳子

口パクパク おまえは金魚か からかわれ

南 泰成

幼児期の思い出 発吃初キッス

藤岡 千恵

あなたには 今伝えたい どもっても

石井由美子

言葉出ず 言い替え言い替え伝わらず

奥田 紗穂

本読みで どもった文字を 塗りつぶし

嶺本 憲吾

随伴で ぶつけた手より 痛む胸

鈴木 永弘

なあともり 俺たち敵か戦友か

松本 進

吃音川柳(三)

吃音人生のサバイバル

吃音人生はどうしてこんなに苦勞が尽きないのだろう。

人が生きるとは、不思議なこと。人が生きるのは、わからないことばかり。でも、わからないという事実を認めてみよう。他人の思いや声に耳を傾けてみよう。

わたしの内なる世界を飛び出して、外の世界へ出ていこう。

わたしにとって、この世界が孤独で苦悩に満ち、交わることができなくても、わたしはこの不思議な世界で生きていく。

おわりに

日本吃音臨床研究会会長

伊藤 伸二

一九〇三年、東京芸術大学の前身、東京音楽学校・校長の伊沢修二が始めた楽石社が、大がかりな吃音治療所としては、世界最古のものだろう。その方法を真似た治療所が大都市を中心に広がり、多くの人々が集まったが、吃音が治ることはなかった。一九六五年になって、ようやく、治らない現実に向き合った私たちは、その治療法を役に立たない陳腐なものとして強く批判し始めた。しかし、一九三〇年からアメリカのアイオワ大学で始まった言語病理学の吃音研究、臨床の治療の歴史をみると、陳腐だとも言い切れなくなった。長年の激しい論争を経て提案された、世界最新の治療法、バリー・ギターの統合的アプローチも、世界トップクラスのアルバーター大学・吃音治療研究所（アイスター）の治療法も、伊沢修二の「ゆっくり、そっと、やわらかく」の言語訓練とまったく同じだったからだ。伊沢修二が、世界に先駆けて、今でも使われている訓練法を始めたことに、敬意を表すべきなのかもしれない。

現代の科学、医療は、吃音の原因は解明できなかったが、どもる当事者は、吃音に悩み始める原因や、そこから解放されていくプロセスを物語で明らかにした。どもる人が悩むようになる原因は、吃音を否定することにあつたのだ。悩みからの解放は、吃音否定から、吃音肯定へとナラティヴを変えることに

よつてもたらされることも明らかにした。エビデンス（科学的・統計的根拠）ベースではなく、ナラティヴ（物語・語り）ベースによつて明らかにされてきたのである。

初めて大阪吃音教室に参加した人々の多くは、「治したい」と願つて参加する。しかし、大阪吃音教室では「吃音は治らない、治せない」ものとして、自分がこれまで吃音とどう向き合ってきたかを語り合い、吃音について学び合うことを基本にしている。当初、吃音にまつわる、ネガティヴな物語を語つていた人々も、先輩たちの「ナラティヴ・アプローチ」的な質問によつて、自分の吃音体験をふりかえり、少しずつ、これまでとは違う、代わりのオルタナティヴ・ストーリーを発見し、大阪吃音教室への参加を繰り返す中で、吃音肯定の物語を定着させていく。

大阪吃音教室は、自分の吃音の体験を語り、他者の物語を聞くだけでなく、体験を文章として表現することを、大切な文化として育ててきた。それが「ことば文学賞」の取り組みだ。文学賞に応募することで、文章を書く習慣がつき、文学賞の応募を重ねることで書き続け、書く力が育ってきた。吃音を語る力、体験を書く力は、「吃音とともに豊かに生きる」力へと結びついていった。

大阪吃音教室は、「吃音を治す、改善する」の立場を批判する。私たちは、治そうとすることで、自己を否定し、自分の人生を危うくしてきたからだ。「どもる人は、吃音と共に生きていけるように、本来基本設定されている」と吃音をとらえ、「治せない、治らない」吃音と、どうサバイバルして生き抜くかを考えている。今回の体験集は、たくさんの物語の中から、吃音を生きる中で得てきたもの、「どもる人たちのサバイバル」として、どのように工夫して生きてきたかの体験を選んだ。「吃音が治らないと楽しい人生は送れない」とする吃音観に対して、断固として異議を唱えるものになっている。