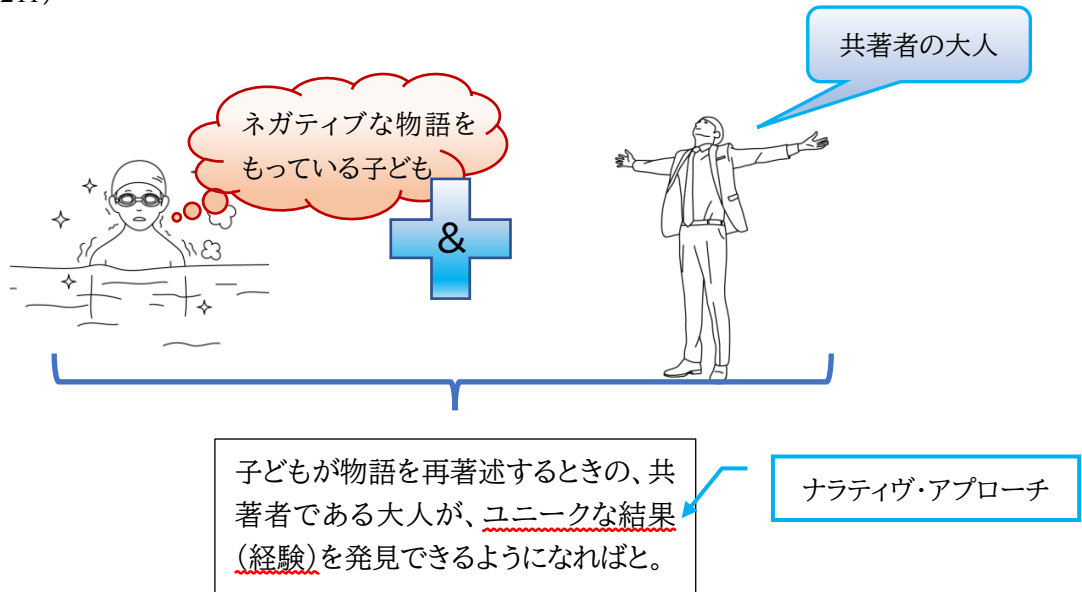
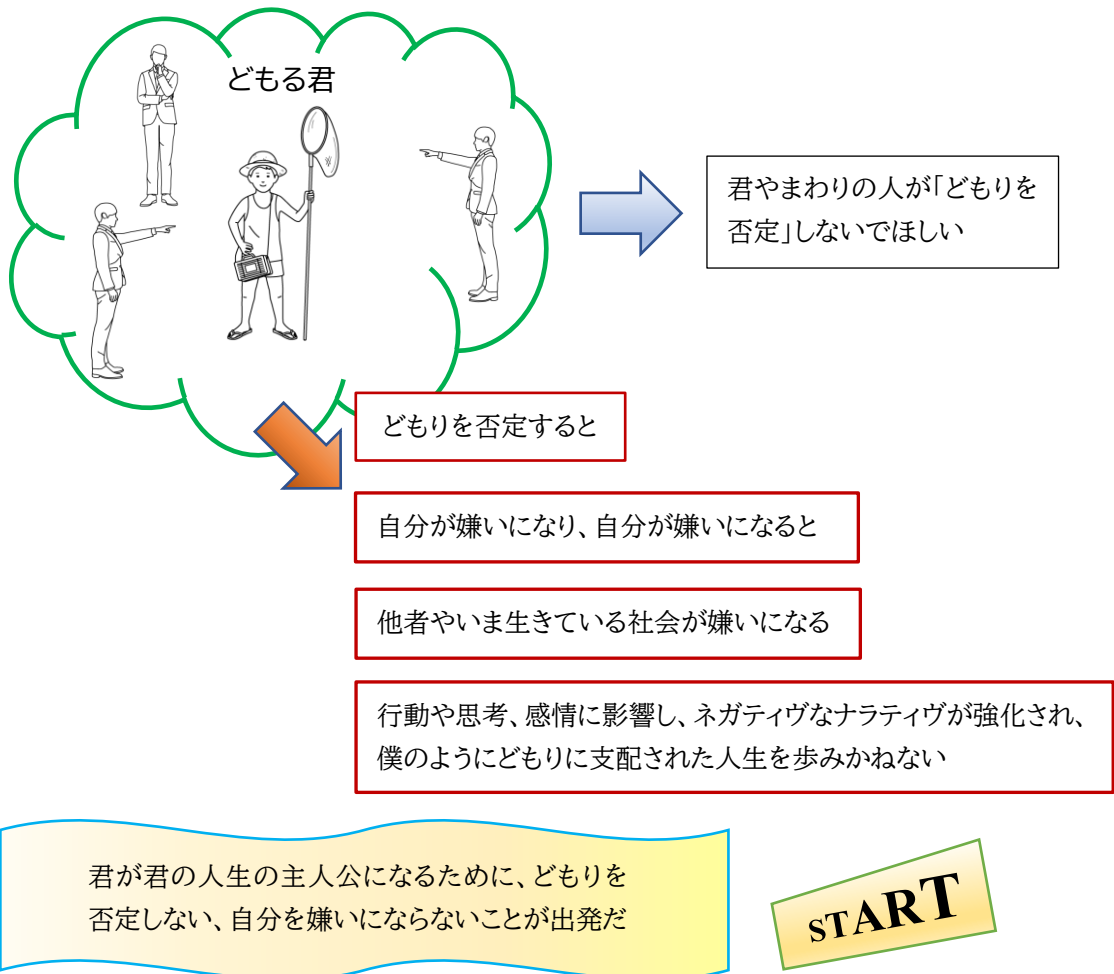


『どもる子どもとの対話 ～ナラティブ・アプローチがひきだす物語る力～』 5章図解

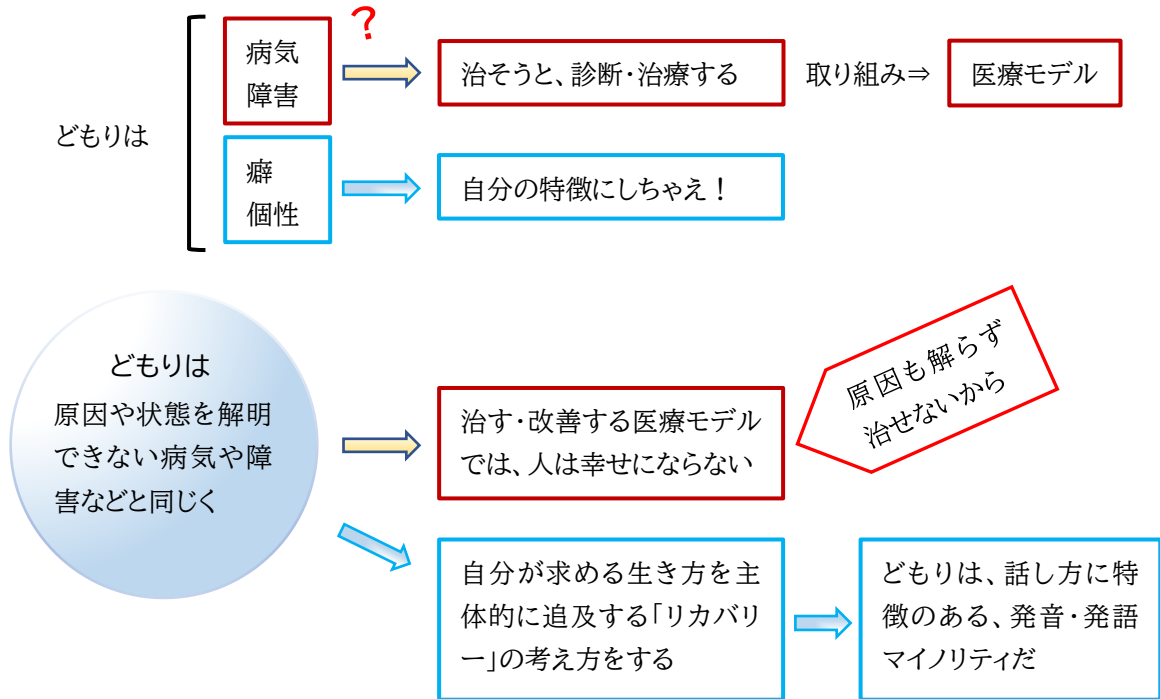
5章 どもる君へ
№1 見出し(P211)



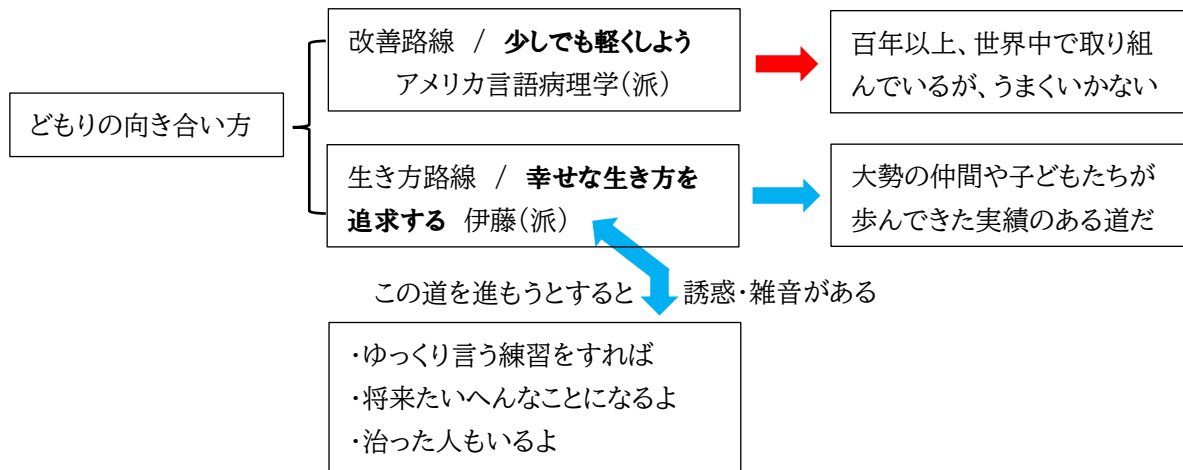
№2 僕が本当に言いたいことは……(P212)



№3 どもりは病気でも障害でもない(P212)

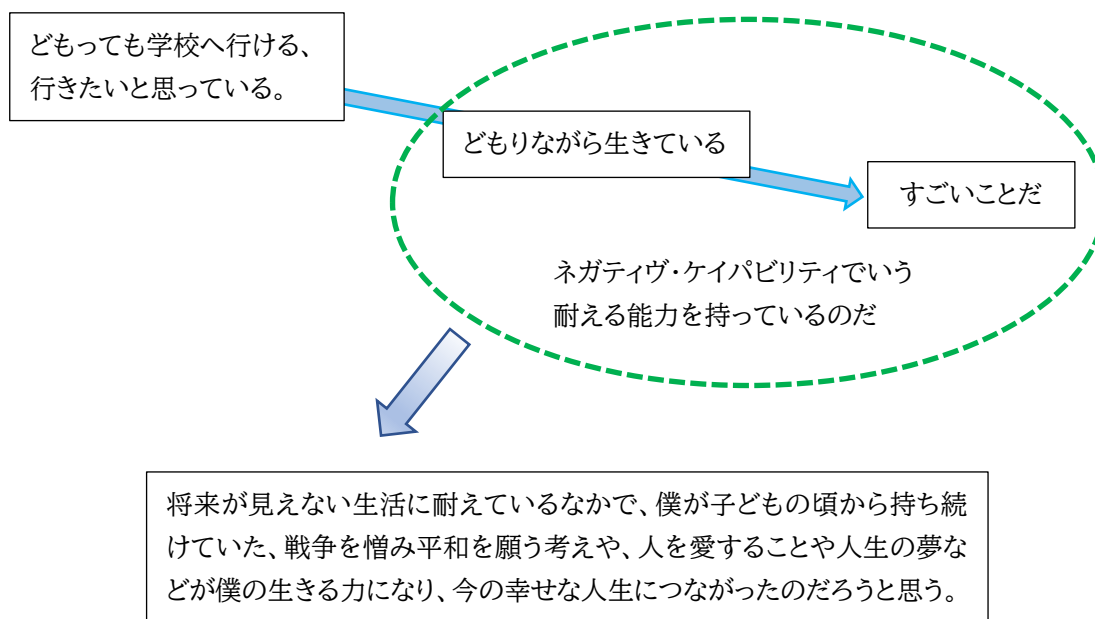


№4 君は自分の人生を自分で選択する力がある(P213)

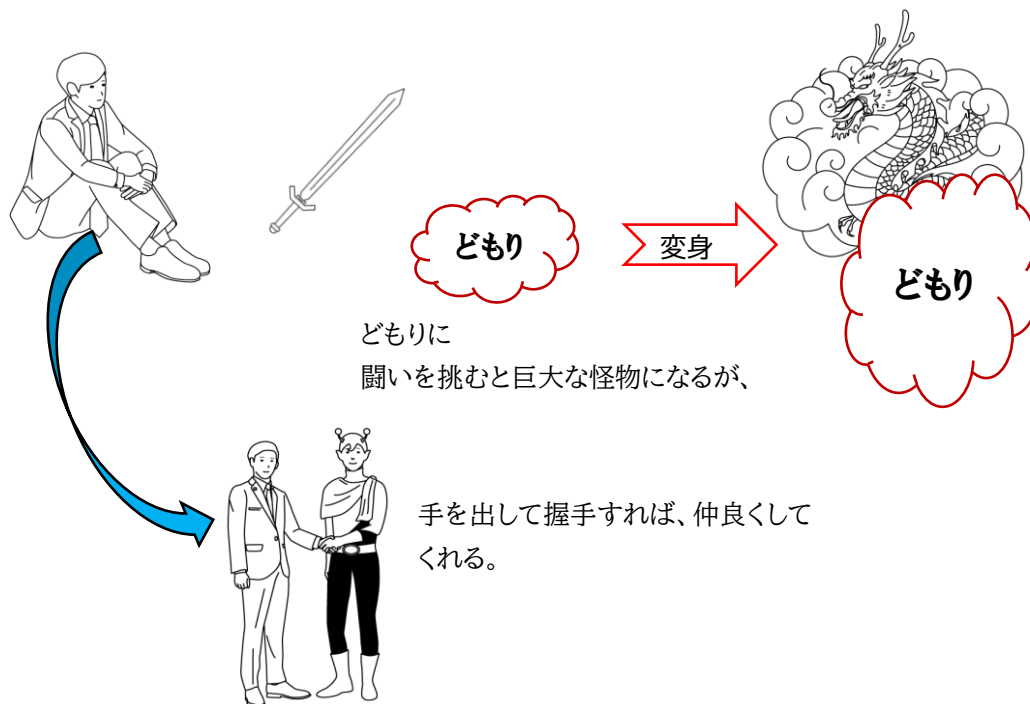


どの路線が君の役に立つか、よく考えて選択すればいい。
 一歩踏み出すのは勇気がいることだけれど、迷ったら立ち止まっても、引き返しても、道を変えてもいい。君が僕の推薦する道と違う道を歩み始めたとしても、こっちの道もあることは頭に入れておいてほしい。

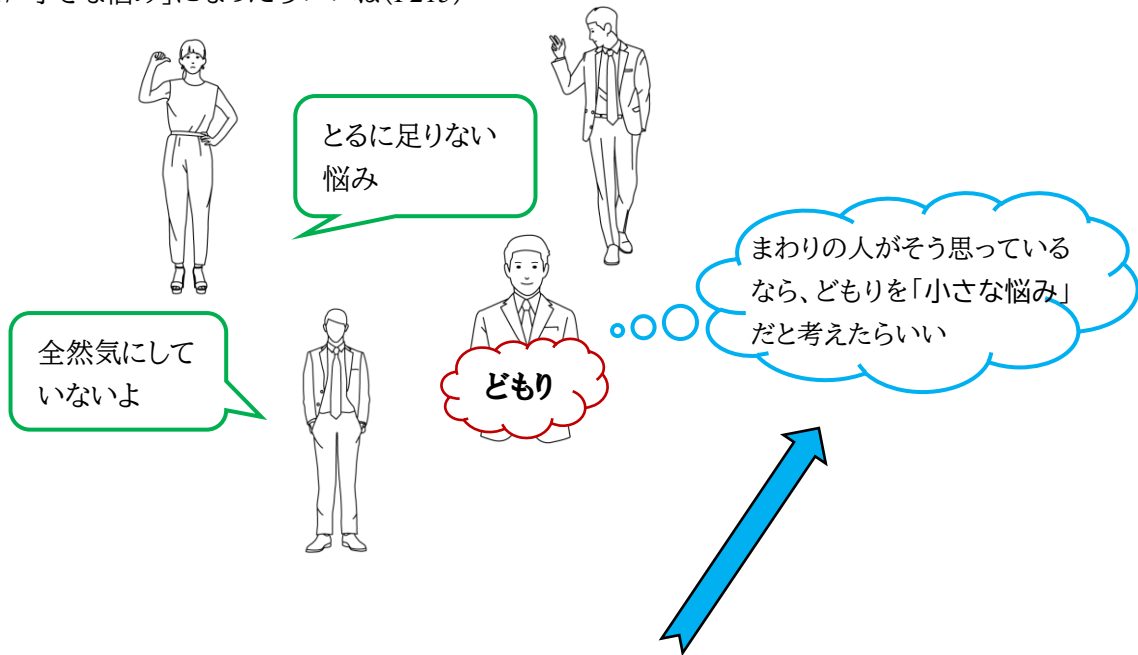
№5 君には耐える力がある(P213)



№6 どもりと仲良くなろう(P214)



№7「小さな悩み」になったらいいね(P215)

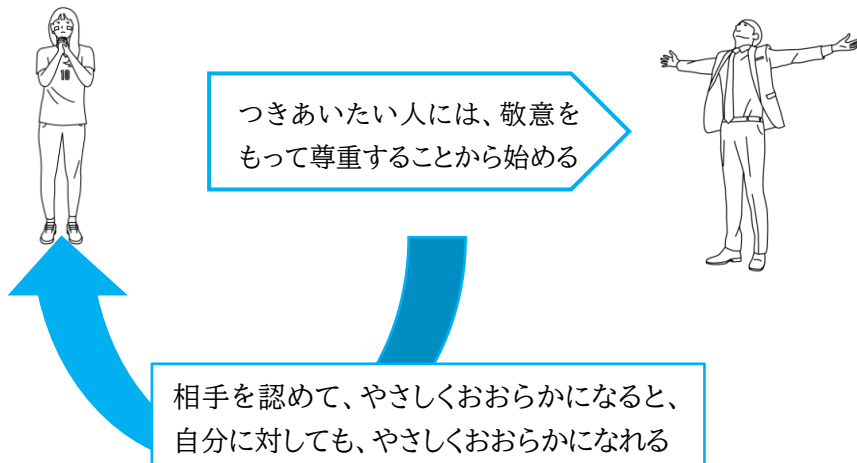


悩んでいる時は深刻でも、どもりについて勉強し、ちゃんと向き合えば、どもりを小さな悩みと考えることができ、生涯の親友になるとも思う

№8 相手に敬意をもち、尊重しよう(P216)

どもりは聞き手の反応に大きく左右される。人間関係が
いい相手とはあまりどもらないし、どもっても悩まない。

どもるわたし



№9 安全基地をもとう(P217)

フィンランドの作家トーベ・ヤンソンは、第二次世界大戦ですべてのものを失った人たちが、今後どうしたら幸せに生きていけるかを考えて、空間、時間、仲間の三つの「間」を大切なメッセージとして伝えた。



空間

人は安全基地がないと、健康に生きていけない。
安心して弱音を出せる安全基地があれば、傷ついてもまた元気になれる。安全基地には、
家族・セルフヘルプグループ・ことばの教室・言語指導室・所属するクラブがなればいいね。

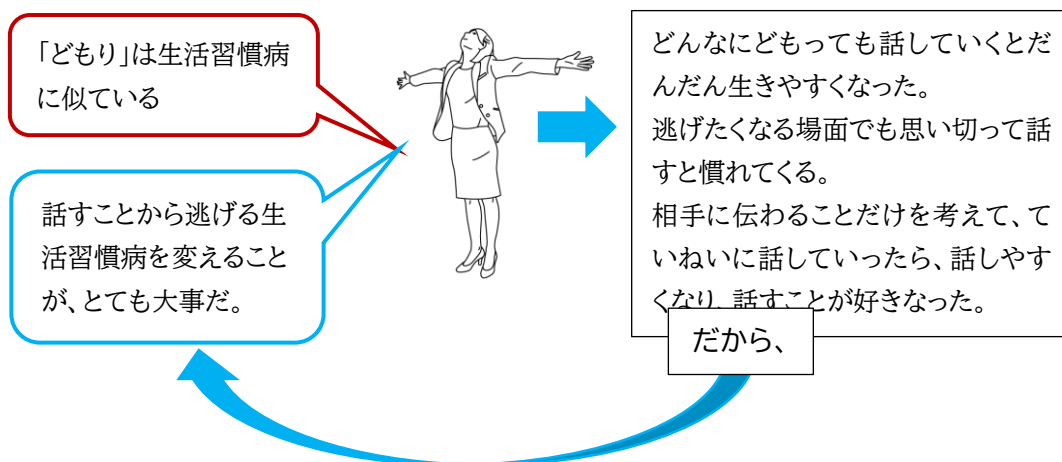
時間

今という時間は二度と来ない。
今何をしたいのか、
今何をしなければいけないのか、
その時期に特徴のある時期を大切に生きよう。

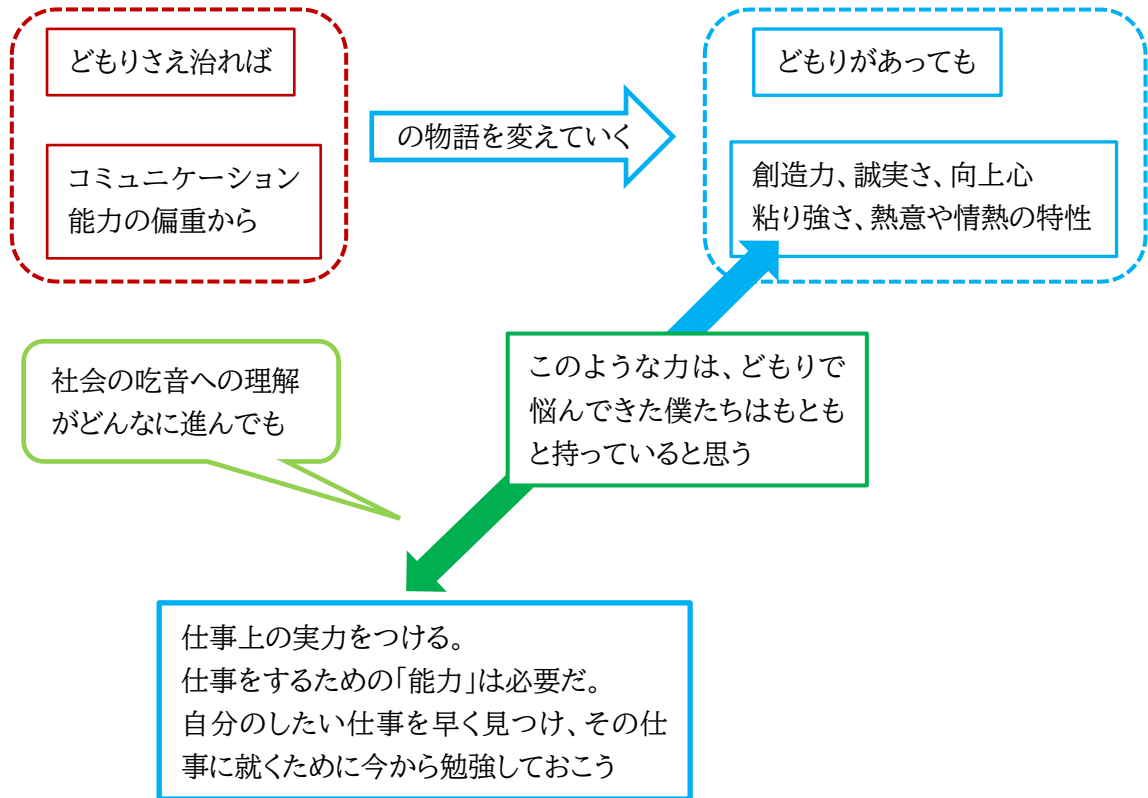
仲間

仲間を大切にし、仲間の役に立てていると感じたとき、自分が好きになった。君も人の役に立つことを何か探してやってみよう。仲間がいると、困難なことがあっても乗り切れる。

№10 生活習慣は変えられる(P218)



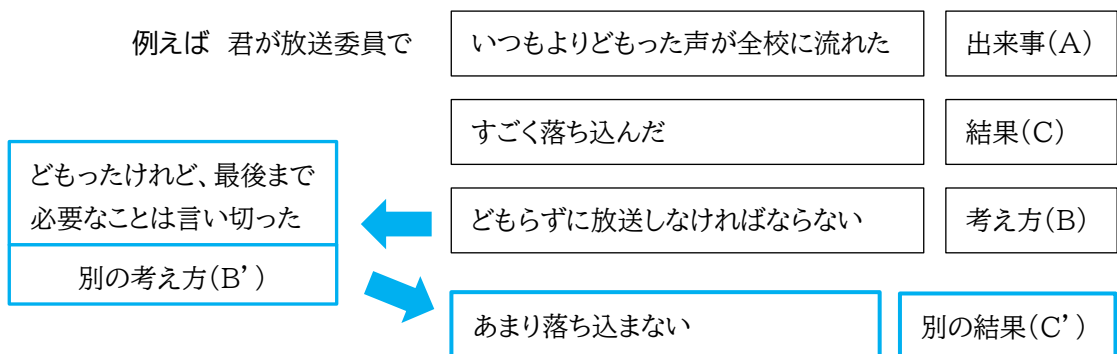
№11 実力をつけよう(P218)



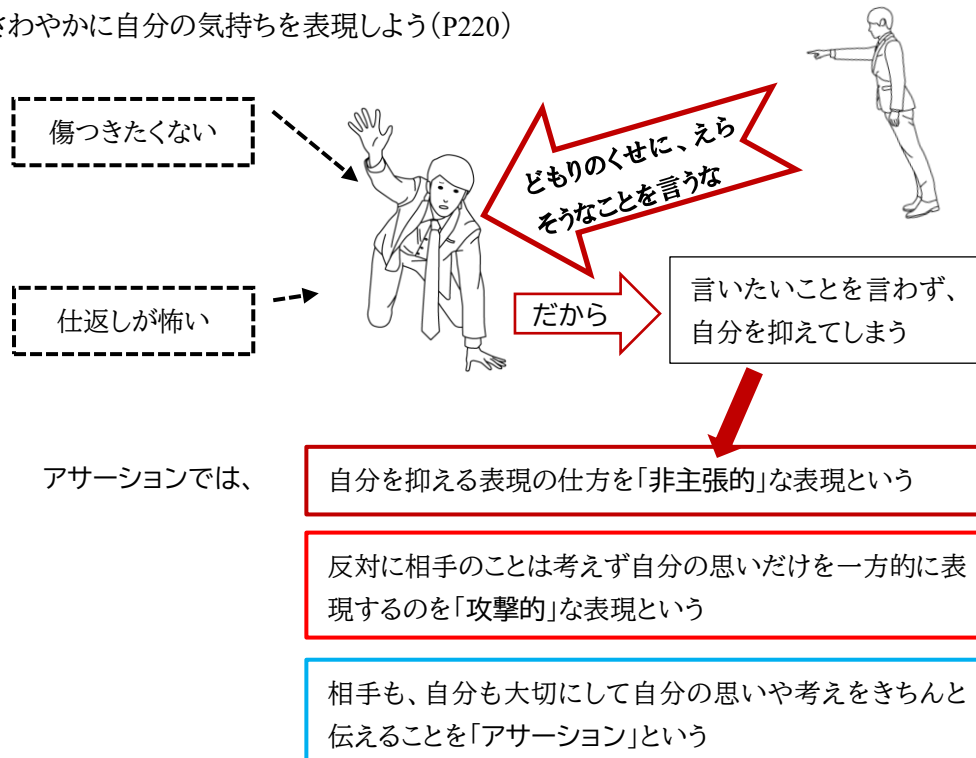
№12 考える力をつけよう(P219)



考える練習をするのに、
論理療法の ABC 理論が役に立つ

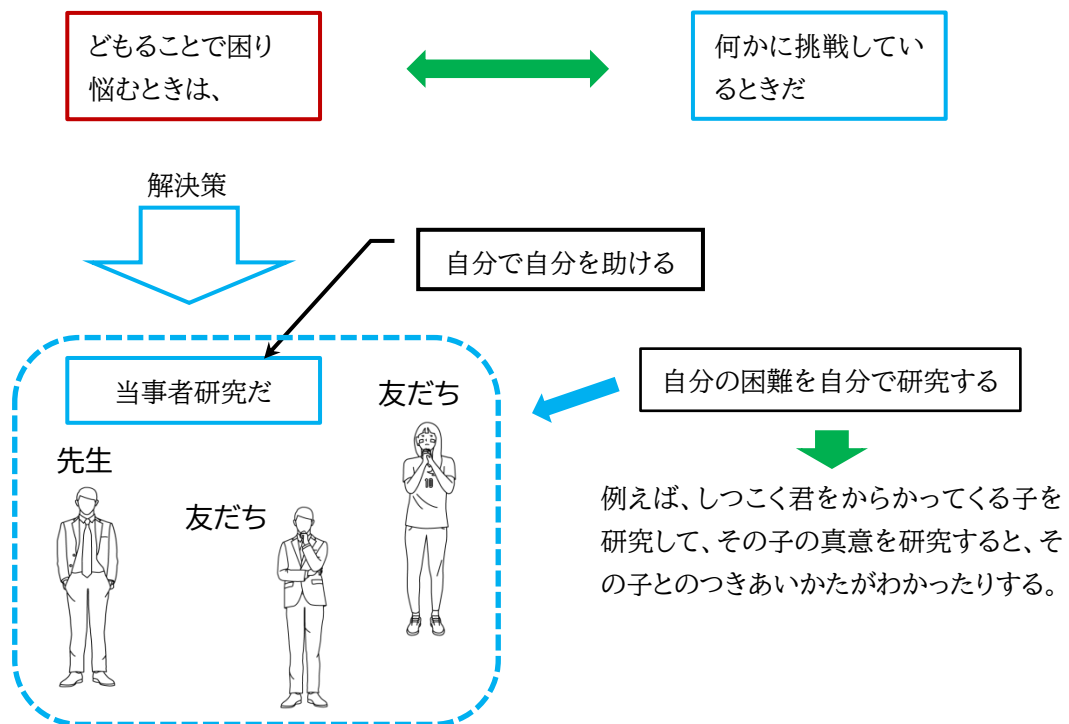


№13 さわやかに自分の気持ちを表現しよう(P220)

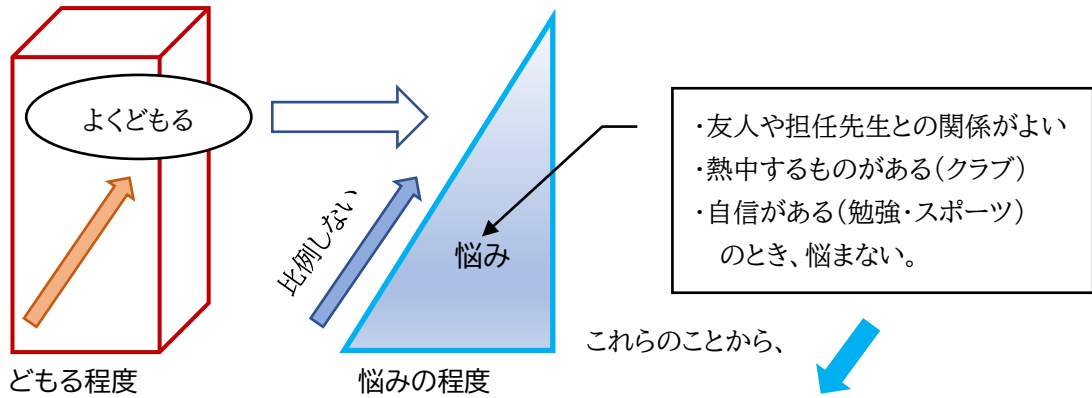


アサーションは、これから大人になって
社会人として生活するとき、必要になる

№14 自分で自分の苦勞を研究しよう(P221)



№15 楽しく、幸せに生きることをまず考えよう(P222)



充実して幸せに生き、人間関係がよければ、どもりがあまり問題にならない。

最近注目されている「ポジティブ心理学」は、ポジティブ感情をもつ経験を増やし、没頭できるものを持ち、まわりとの人間関係を大切に、将来どう生きるかの展望をもつことが大事だと言っている。

№16 君の強みは何か、それを知って生活に使おう(P222)



君は

苦しいのに生き延びてきた



強み(ポジティブな特性)があった

その強みとは、

孤独の力

ひとりで好きなこと、夢中になれることがあったから。
 孤独に耐える力。
 一人で判断し行動する力がついた。
 自分が信じた道は、一人でも歩いていける。

物語能力

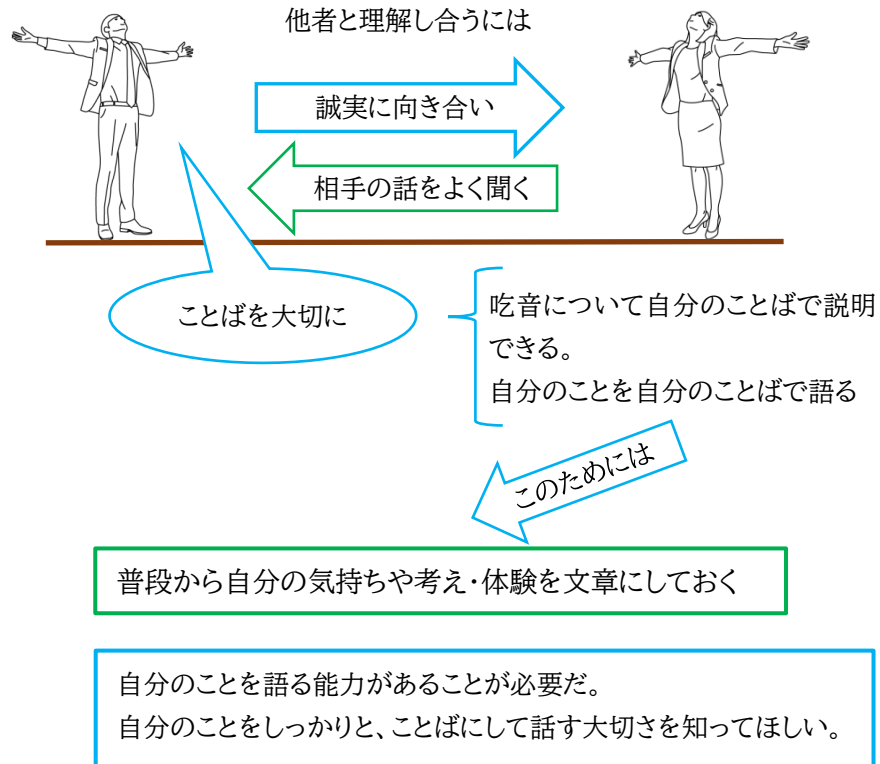
本や映画、他者の物語に耳を傾け、共感する物語能力があった。
 (どもりを) 治すことにあきらめがついたのは、問題や悩みがあっても人は生きていけることを知っていたからだ。
 物語能力が、「どもるだめな人間」の物語を「どもっても大丈夫」の物語に書き換えさせたのだ。

表現力

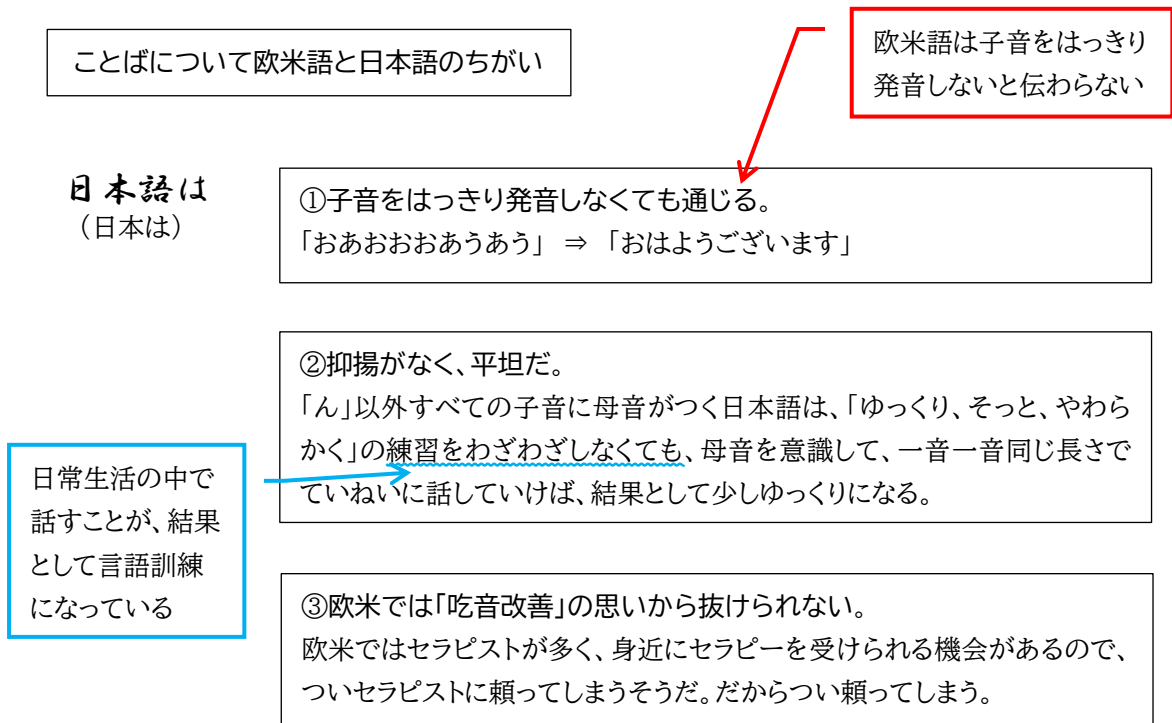
どもることの悲しみ、悔しさや将来の不安、誰にも話せない思いを書いて、自分と対話する力と文章で表現する力が育った。
 自分の気持ちをみつめ、それをことばにしていくことは、将来大きくなってからも必要だ。

自分の強みはなかなか自分では気づけない。
 周りの先生や、先輩、仲間に教えてもらえたらいいね。

№17 哲学的対話が君を変える (P224)



№18 自分なりのゆっくりさを身につけよう (P225)



民間吃音矯正所で
「ゆっくり言う」ことを
教えられた。

僕は



でも、できなかった

大学の教員になって、
講義や講演で学生に話
すとき、いつものように
やく話しては伝わら
ないことを知った。
相手が聞き取りやすく話
すことを心がけた。



ちょうどいい自分の
ゆっくりさが身についた

竹内敏晴さんから教えてもらった
「母音の息の流れを大切に、子音と母音を同時に、一音
一音同じ長さで話す」日本語の発音・発声の基本だった。

相手と対話し、大切なことが相手に伝わるように話すには、ゆっくりと話す必要がある。「ゆっくり話す」ことは、大人としての教養だと考えたほうがいい。どもる人は、ゆっくり目に話す権利があり、また義務があると思うんだ。

相手の立場に立てば、ゆっくり話すことはできる。どもらないで話すことはできなくても、ていねいに話すことはできる。そして、どもるときはゆっくりどもればいいんだ。

ことばに悩んできた僕たちだからこそ、ことばを大切にしたい。僕は、詩吟で声が大きくなり、謡曲で母音をしっかり出すことや呼吸法を学び、落語や講談で話すリズムをつくり、演劇で表現力がついた。君も好きな詩や絵本を声に出して読むなど、生活のなかで声を出すことを楽しんでほしい。



どもりは手強い相手だ。真剣にどもりについて勉強して、どもりと闘うのではなく仲良くしてほしい。するとどもりは、君のよりよく生きるテーマになり、生涯の友だちになる。誰もが幸せに生きたいと思っている。仲良くすれば、どもりは君の幸せの邪魔はしない。君がどもりながら、幸せな人生を送ることを、心から願っている。