

# 出会いはタカラモノ

## 子どもから教えられたことばかり

### 第4回 受け止められた経験が自分を支える力に



佐藤比呂二

さとう ひろじ／東京都生まれ。特別支援学校教員。編著書に『ホントのねがいをつかむ—自閉症児を育む実践』（全障研出版部）など。

#### 折り合いをつけるための間を用意する

転校してきたばかりのソウちゃん（知的障害、自閉症、中3）は、少しの思いちがいでもパニックになり、教員のメガネを壊し、服を破くことが続きました。転入当初、スクールバスの下校便に同乗した私は大失敗をしてみました。

ポツポツと降り出した雨に気づいたソウちゃんが、私の手のひらに「かさ」と指で書きました。私はうっかり「きつとママが傘を持ってきてくれるよ」と言っていました。しかし、実際には持っていないかったです。バス停に着くなりソウちゃんはパニックになり、友だちの傘を真つ二つに折ると、バスの運転手さんのメガネや無線機まで壊そうと暴れてしまいました。いや、私が暴れさせてしまったのです。

私の迂闊な言葉がけで「ママは傘を持ってくる」と思い込ませてしまったために起きたパニックです。不確かなことは

「わからない」と伝えるか、気持ちを受け止めて「持ってきてくれるといいね」等と応じるべきでした。

まずは気持ちをありのまま受け止めることを大事にしつつ、「折り合いをつけるための間」をつくることも心がけました。

給食のとき、ソウちゃんは毎日おかわりを要求します。おかわりできないとパニックになり、私のエプロンを破き、箸を折り、スプーンをいとも簡単に曲げてしまいます（超能力もないのに）。そこで私は「おかわりは2回」と約束しました。量は加減しつつ、必ず2回は保障したのです。なぜ2回か。そこに「間」を生み出すためです。

1回目のとき「おかわりできてよかったね。あと1回でお願いします」と声をかけます。

すると、ソウちゃんはおかわりを食べながら、（次でおわり）と自分に言い聞かせ、折り合いをつけるための間が生ま

れると考えたのです。この「おかわり2回作戦」でパニックはみるみる減りました。しかし、このままだと「おかわり2回」がこだわりになりかねません。いつでもどこでもご飯を3杯食べるようになってしまいます。そこで次に折り合いをつけるためのやりとりをするようにしました。

おかわりの要求には「おかわりしたいよね」と心から受け止めます。でも、受け入れるとは区別します。食缶が空のときは「残念だけどなくなっちゃった」と中を見せ、残っているも「これは先生が5人の子どもを養うために持って帰るから」等と「おかわりができない」ことを納得できるように理由を伝えます。否定的な言葉で終わるとパニックになりがちなので、最後は「家でお母さんの美味しいご飯食べてね」と肯定的な言い回しで締めくくります。

こうしたやりとりで、ソウちゃんはパニックにならず、おかわりもその時々で相談して決めることができるようになりました。

#### 1000回でも1回目のつもりで

ソウちゃんは登校してすぐ自分のお腹をポンポンと叩き（お腹すいた）とアピールします。私は「お腹すいたね〜。国語と数学と音楽をやったら給食だよ」と気持ちを受け止める肯定的な言い回しで答えます。仮に「お昼までまだ3時間あるよ」とか「朝からなに言ってるの」などと答えれば自分の気持ち否定されたと感じパニックになってしまいます。5分か10分かするとまたお腹ポンポン。「お腹すいたね〜。〇

〇をやったら給食だよ」。昼までにこのやりとりを何十回と繰り返します。同じことをそんなに何度も聞かれたらつい「さっき言ったでしょ」「何度言ったらわかるの」と言いたくなるかもしれないですね。でも、私は何度でも繰り返しました。なぜなら、繰り返すことでソウちゃんは3時間でもちゃんと待つことができ、お昼には「よく待てたね。えらいねえ」と褒めてあげられるのですから。

ある自閉症当事者の方が「僕は同じことを何度も繰り返していました。でも、毎日が初めてのような気持ちで言う」と話していました。もちろん、自閉症の方すべてがこう感じているとは限りません。しかし、私たちも毎回初めてのような気持ちで受け止めてあげるのも一つの手ではないでしょうか。

「1000回目でも1回目のつもりで」。

私の場合は単に繰り返すだけでなく、少しでも楽しいやりとりになるようにリズムミカルに、コミカルに応えました。すると、サインを受け止めてもらうことでその場をやりすごすといった感じから、次第に楽しそうな表情へと変わっていききました。サインを出せば必ず期待通り、ときに期待を上回る反応が返ってくるのが、うれしくて仕方ないといった様子です。もはやお腹がすいた云々よりも、楽しいコミュニケーションへとその質が変わっていききました。

受け身ではなく、自分から仕掛けられるのがいいでしょう。こうしたやりとりが増えていくことは、緊張感の強い学校生活で気持ちを和らげ、切り替えるための支えにもなっていたようです。