

選択性緘黙児へのプレイセラピー

稲本 瑞穂 (名古屋市立守山特別支援学校)

飯塚 一裕 (愛知教育大学特別支援教育講座)

Play therapy for a child with selective mutism

Mizuho INAMOTO (Nagoya City Moriyama Special Needs Education School)

Kazuhiro IIZUKA (Department of Special Needs Education, Aichi University of Education)

要約:

愛知教育大学発達支援相談室で実施している選択性緘黙のある児童を対象としたプレイセラピーについて、約2年間の実践を検討した。対象児と一緒にかかわる中で、不安や緊張を和らげ安心して遊ぶことができるように、玩具の工夫や筆者の対象児へのかかわり方が重要であることが示唆された。本実践では、対象児の好きなアーティストを使った遊びを提案し、非言語でのコミュニケーションを用いてかかわることで、プレイセラピーという時間が安心して自己を表現する場となった。

キーワード: 選択性緘黙 プレイセラピー

1. 問題と目的

選択性緘黙症 (=場面緘黙症) とは、家庭などでは発話が可能であるにもかかわらず、学校や職場など、ある特定の場面で一貫して発話に困難を示す状態をいう。アメリカ精神医学会発行の精神疾患の診断・統計マニュアル第5版 (DSM-5) では、選択性緘黙は「他の状況で話しているにもかかわらず、話すことが期待されている特定の社会的状況 (例: 学校) において、話すことが一貫してできない」とし、不安症候群の1つに分類される。

選択性緘黙症児は、極度の不安や緊張から他者とかかわることに恐怖を感じ、「行動抑制的行動」が見られる。選択性緘黙症の当事者である入江は「話せない、(グループに) 混ぜてもらっていいのかなとつらくなる。私といってもつまらないだろうとか、迷惑かな、と考えてしまう。話せないことが申し訳なくなって余計に委縮してしまう。」と述べている(入江, 2010)。このように、他者とかかわりの中で、不安や恐怖に駆られ萎縮してしまう傾向があることで、他者との人間関係の形成が上手くいかず、孤独を感じる児童生徒が多い。角田 (2011) も、選択性緘黙児の症状について、人との交流の機会を制限し言語スキルの発達を遅らせ、他児童との交流が学校での活動参加を制限するため子どもに悪影響を及ぼすことを指摘しており、人とかかわりの制限が課題として考えられる。また、小林・下 (2022) は、「緘黙が重度になると、無表情で硬直しコミュニケーションが欠如したり、緘黙に加え体の動きが抑制される緘動が生じ食事や排泄にも支障をきたしたりする者もいる。」と述べている。ある特定の場面において、不安や緊張からの恐怖心が一層強く

なり、緘黙以外の支障が現れることもあるということから、不安や緊張を少しでも和らげる支援が課題となってくる。

選択性緘黙症児の支援として、園山 (2016) は、「家庭や学校などで子どもが直面している不安場면을改善する。そのために、不安場面を特定すること、家族や学校関係者の場面緘黙と不安についての理解を高めること、話すことに代わるコミュニケーション手段使用など、まずは子どもが安心して生活できるようにする。」と述べている。また、中沢 (1992) は、「たとえ話さなくても友達と同じようなことができているという安心感を抱き続けていけるように (それが心の成長を助けるはずである)、というような方向でやさしく日々を見守ってきた周囲の人の心配りが、後に本人が緘黙から脱するときのエネルギーに良い影響を及ぼすはず」と指摘している。つまり、支援として第一に選択性緘黙症児に安心感を与え不安や緊張を改善していくこと必要になる。そのためには、「その子が安心して過ごすことのできる居場所を作る」ことが極度の不安や緊張を和らげることになり、後の発話にもつながる。その中で、吉田・小枝 (2010) は、選択性緘黙症児の効果的なサポートとして「自己表現ができる場所が少しずつ広がっていくようにし、本人の適応力を高めていくことも重要と指摘している。また、先述の入江は、選択性緘黙症の特徴として「話すことや話せるようになることを目的とせず、好きなことややりたいことをやる。その過程や達成に意識を向けてみると、案外足枷から自由になっている自分と出会うこともある。」と述べている。選択性緘黙症の子どもへの支援においては、自分の好きな

ことを行い自己表現ができる場を作ったり、動作などの非言語的コミュニケーションを行い話さなければならぬという重圧から解放できる環境を提供することが重要であり、このような支援が不安や緊張を和らげ、「安心できる居場所」となるために必要と考えられる。

選択性緘黙症児への支援の一つにプレイセラピーがあるが、プレイセラピーを行う上では、不安や緊張を和らげ、セラピーでの時間が子どもの居場所となることが重要となる。山崎 (1995) は、プレイセラピーを行うことは、子どもが精神的な緊張や不安を少しでも和らげると同時に、自己と自己を取り巻く周囲の「ひと」や「もの」や「事象」などについて認識を高めて、心身の発達を促すことに役立つと指摘しているが、プレイセラピーの中で、遊具(もの)を使いながらセラピスト(ひと)とかかわり、安心して「遊び」を行うことが、情緒の安定や心身の発達につながると考えられる。

本論では、筆者が選択性緘黙症の女兒へ20XX年4月から約2年間プレイセラピーを実施した事例を通して、対象児の様子の変化や対象児とセラピストである筆者とのかかわりについて検討すること、さらに対象児の好きな遊びの積極的な導入がプレイセラピーに与えた影響に着目して考察することを目的とする。

2. 事例の概要

(1) 対象児

本事例の対象児は選択性緘黙症の女兒Aで、筆者担当開始時は小学5年生(通常の学級在籍)であった。研究実施期間は20XX年4月～20XX+1年12月であり、この期間に20回のプレイセラピーを実施した。

(2) 主訴

不安や緊張を和らげ、安心して楽しく遊んでほしい。

(3) 家族構成

父親、母親、姉(中学1年生)、本児(小学5年生)の4人暮らし

(4) 生育歴・相談歴等

出産時以降、特に発達の遅れなどは見られなかった。1歳半や3歳児健診では「人見知りかはげしい」以外で指摘されることはなかった。

選択性緘黙の症状は、幼稚園入園後から見られるようになった。家庭で家族とは普通に話しているが、家族以外の人と話すことができなかった。幼稚園年長の時に、医療機関で「選択性緘黙」ではないかと言われた。

小学校入学後も、友達と話すことはなかったが、小1の頃は音読ができていた。小2の秋に3日間続けて学校を休むことがあり、その後は不登校の状況が続くことが見

られるようになった。

学校へは母親と一緒に登校している。登校後は保健室にいたことが多いが、授業に出席することもできている。学校での意思表示について、肯定は頷き、嫌なことに対しては反応しない。仲の良い友達とは、対面時でも携帯でやりとりをしている。

(5) プレイセラピーの構造

大学附属の相談室で1回40分、月1回のプレイセラピーを実施した。セラピーで主に使用したプレイルーム(以下、PRと記す)は1対1で利用する広さで、セラピストである筆者が他の場所からいくつか遊具を持ってきてセラピーを実施した。

(6) プレイセラピーの方針・ねらい

家族以外の人に対する不安は高いことから、Thとの関係を形成し、プレイセラピーの場に安心感が持てるようになることが重要と考えられる。母親からは「安心して楽しく遊んでほしい」という要望があり、本児のペースや興味・関心を尊重しながらプレイセラピーを進めていくこととした。

(7) 倫理的配慮

対象児Aの保護者には研究の趣旨を説明し、事例を研究論文としてまとめることに同意を得ている。

3. 事例の経過および考察

プレイセラピー開始当初は、対象児A(以下、C1と記す)の一人遊びが多く、セラピストである筆者(以下、Thと記す)が介入できない状態であった。また、C1は何をして遊びたいのかなど、自分の意見をThに伝えられず、悩んでいることが多かった。そのため、事前にC1の母親から聞いた、C1の好きなアーティストに関連させた遊びをすることにした。すると、C1が積極的に活動に取り組む様子が見られ、その中でのThとの非言語的コミュニケーションも増えた。また、回数を重ねる中で、自分なりに表現したり、自分の意見を、携帯を通じて伝えたりすることもできるようになった。

以下では、まずプレイセラピーの実践全20回を3期に分けて、各時期における変化やC1とThのかかわりについて検討を行う。続けて、本事例においてC1の好きな遊びを導入したことの意義について考察する。

なお、各時期のセッションは以下の通りである。

第I期(＃1～3)【C1とThの関係作り】

第II期(＃4～13)【プレイセラピーの中に好きな遊びを取り入れる】

第III期(＃14～20)【好きな遊びを発展させる】

(1) 好きな遊びを通してのC1の様子および遊びの変化について

第Ⅰ期（#1～#3）【C1とThの関係作り】

第Ⅰ期は、前任者の引継ぎ資料をもとにThが用意した玩具の中から、C1が好きな玩具を選んで遊んでいた。#1と#2では、PRに入ると真っ先に積木のもとへ向かい、PRの隅で40分間遊んだ。積木は前任者とのプレイセラピーの中でもよく遊んでいた玩具であり、慣れ親しんでいたこともあって選んだのではないかと考える。プレイセラピーにおける選択性緘黙症児への初期のアプローチにはいくつか留意点があるが、その一つに「自己表出を促さない遊びの重要性」がある（丹、2019）。選択性緘黙症児は、不安と緊張によって自己表現、自己表出を抑制している状態と理解し、子どもには自由な自己表現や自己表出を促す箱庭療法や自由画などを避ける必要がある。自発的で自由な行動や発話が発生するタイミングは「遊び」の中であることが多い。そのため、セラピストは「遊び」の中の「遊具」の選択について十分に吟味することが大切となる。本事例において、C1にとって前任者との「積木」が、自己表出せずに不安や緊張の緩和につながる遊びであり、前年度から継続して取り組んでいたと考えられる。#3に関しては、#1と#2でC1が遊んでいた積木も用意した一方で、Thが『今日は絵を描いて遊ばない？』と声をかけたことで、お絵描きをすることになった。ここでは、C1が家で飼っている犬を画用紙の中心に描き、その周りにリボンやハート、星を描いたり、キラキラのシールを貼ったりした。また、第Ⅰ期のC1の様子として、Thに背を向けた状態で玩具を広げ、一人で黙々と遊んでいた。前年度からプレイセラピーは行っていたC1であるが、Thと初めて対面したこともあり、一層不安や緊張が強くなっていたことが考えられる。そのため、人とかかわらない、一人の空間を作るかのようにThへ背を向けて黙々と遊んでいたのではないだろうか。

第Ⅱ期（#4～#13）【プレイセラピーの中に好きな遊びを取り入れる】

第Ⅱ期では、事前に保護者から伺ったC1の好きなアーティストに関連させた遊びを展開した。まず#4でThがC1に『N（女性アイドルグループ）が好き？』と聞くと、C1は頷いて答えた。その後、ThがC1に『Nのメンバーの名前を紙に書いて教えてほしいな。』と伝えると、C1はメンバーカラーの色を使って一人一人の名前を教えてくれた。そのときのC1の様子は、表情としては硬く変わらないが、一度も手を止めることはなくとても

集中して取り組んでおり、夢中になっているようだった。選択性緘黙の当事者である入江は、「何より、好きなことに触れることは、楽しくてワクワクするような生きる活力をくれる。心が死んでいるときも、私を生かしてくれる。」と述べている（入江、2020）。こういった様子から、自分の好きなことを取り組めることに楽しさを感じ、夢中になっていたのではないかと考える。それ以降、プレイセラピーでは、「N」のCDジャケットの塗り絵、動画、そしてお絵描きでは必ず「N」に関することを描くようになるなど、自分の好きなアーティストを様々な形で表現するようになった。#9からは、C1とThの共同作品を作りたいと考え、「N」のメンバーのプロフィール帳作りを行うことになった。ここでは、Thが用意したメンバーの写真をC1が好きな形に切って貼ったり、名前や誕生日、特技などをペンで書いたりした。その中で、C1はメンバーカラーの色ペンやシールを使ってアレンジしたり、写真の貼る位置も画用紙全体にバランスよく貼ったりと、一つ一つの作業にこだわって取り組んでいる様子が感じられた。入江は「好きなことに没頭しているとき、私の頭の中からは普段の悩みが消えていて、きっと場面緘黙のことも忘れていた。そんな風に、苦しいことさえ忘れて集中する時間は、とても尊いのかもしれない。ただでさえ普段から疲弊し、気に病んで、悩み続けてしまうからこそ、安心できる場所でのんびりと楽しむこと、自分を癒すことが必要だ。」と述べている。また、プロフィール帳作りは、#9～#13に分けて少しずつ行ったが、Thが「プロフィール帳作りする？」と聞くとC1はすぐに頷き、どの回もC1が自ら席に座ってプロフィール帳作りをしようとしていた。この様子から、C1はプロフィール帳作りを通して、自分の好きなことに没頭することができていると同時に、「話さなければならない」という緊張や不安から解放されて自分を表現できる場として、安心して活動できている表れではないかと考える。また、表情としては硬く変わらないが、自ら進んで取り組もうという姿勢が、好きなことに取り組んでいる楽しさや喜びにつながっていたと考える。

第Ⅲ期（#14～#20）【好きな遊びを発展させる】

第Ⅲ期では、第Ⅱ期でのC1の活動に取り組む様子を踏まえ、C1の好きなアーティストに関連させた遊びを継続することにした。#14、#15では、#13でプロフィール帳作りが終わったこともあり、#16からプロフィール帳作りを発展させて、C1の好きなアーティストの写真を自由に貼ったり、色ペンやシールを使って飾り

つけしたりする内容を取り入れたカレンダー作りをすることにした。すると、C1は第Ⅱ期と同じように、写真やシールの貼り方、色ペンの使い方など一つ一つの作業にこだわりながら、一度も手を止めることはなくとも集中して取り組んでおり、夢中になっているようだった。先述の入江は「安心できる場所でのびのびと好きなことができた時間は、私にとって必要な大切な糧であった。」と述べている。「夢中になったことは私の血肉となっている。」と述べている。つまり、不安を安心できる居場所としてC1の興味や関心を引き出して楽しめる遊びを継続して展開することが大切であると考えられる。またカレンダー作りの中で、C1はプロフィール帳作りの経験を生かして、写真をあえて斜めに貼ってみたり、シールを写真の上に重ねるように貼ったりと、プロフィール帳作りのときには見られなかった工夫をするようになった。既述の入江は、「何より自身の創造性を発揮することは、緘黙で抑えられてしまう自分らしさを発揮することでもある。」と述べているが、C1の新たな考えや工夫が見られたことは、C1の好きなアーティストに関連させたプロフィール帳作りやカレンダー作りを通して、C1が自己表現を全面的に発揮している表れであると考えられる。#16以降、Thがカレンダー作りを提案するとすぐに頷いたり、また自らカレンダー作りを選んで取り組んだり、C1はカレンダー作りを意欲的に取り組んでいた。

(2) C1とThのかかわり方ややり取りの変化

第Ⅰ期(#1~#3)【C1とThの関係作り】

第Ⅰ期では、C1がThとのかかわりに慣れることを心がけてやり取りを行った。しかし、C1はThと初めて対面したこともあり、不安や緊張が一層強くあったと考えられる。そのことから、Thに背を向けて自分だけの空間を作り、前任者のときから遊んでいた積木を使って一人遊びをすることが多かったため、Thはなかなか介入できない状態であった。その中で、C1が積木でスロープを作り遊んでいたときに、『この積木で壁をつくってみようか。』と提案したり、『上手にできたね。』と褒めたりと、C1が言葉を発さなくてもコミュニケーションがとれる言葉がけを積極的に言い、C1との距離を少しずつ縮め、C1がThとのかかわりに慣れることができるようなかかわりをした。選択制緘黙症のある者のほとんどは自分の意思や情動についての表現全体が苦手であり、介入を発話のみに限定することは不適切と指摘されている(松村、1992)。このように、介入を発話のみに限定してしまうとC1が話さなければならないという不安や緊張が一層増し、安心して遊びを行うことができないため、非言語でのコミュニケー

ションを意識してかかわることで、C1の安心感に結び付けることが大切であると考えられる。また、第Ⅰ期は、C1が好きな遊びを一人で楽しむ、もしくはThが提案した遊びに対してC1が頷くことで遊びを決めていた。このときC1はThの提案した遊びに対して全て頷いて、C1が「この玩具で遊びたい。」「この遊びは嫌だ。」といったような自分の意思を伝えることはなかった。

第Ⅱ期(#4~#13)【プレイセラピーの中に好きな遊びを取り入れる】

第Ⅱ期では、第Ⅰ期と同様、遊びの中でThが質問や提案をし、C1が頷くか首を振るかで答える、非言語的コミュニケーションを通してかかわることを心がけた。また、第Ⅱ期からC1の好きなアーティストに関連させた遊びを取り入れ、その中で好きなアーティストに関する内容を会話の話題にし、C1に『Rちゃんのメンバーカラーは水色?』とメンバーについての質問をしたり、『この曲かっこいいね。』とThが感じたことを共有したりして会話を広げるようにした。すると、C1も表情としては硬くいつも通り変わらなかったが、Thとのやり取りの中で悩むことなく頷くか首を振るかで返答をし、第Ⅰ期に比べて会話が弾んでいるように感じられた。入江は「自ら話すことを考えるより、質問に答える方が自分の言いたいことが引き出される感じもある。雑談のように、自分のノリを生み出しながら話す必要もない。受け身の状態のままでもいいのだろうか、私が話してもいいのだろうかという葛藤もない。」と述べている(入江、2020)。つまり、C1は好きなアーティストについての情報や知識がある。その中で、Thが好きなアーティストに関連させた質問をしたり感じたことを共有したりと、C1の好きなアーティストを話の中心として展開することで、会話の返答として悩まずに答えられることが多かったと考えられる。そのため、どう答えるべきなのか、深く考えずに返答することができ、楽しくコミュニケーションができることにつながったのではないかと。C1がプロフィール帳作りを行っている際は、『(プロフィール項目を囲んだ形を指差して)この形かいいね。』といったようにC1の行ったことに対して認めるように心がけた。すると、C1はThの言葉がけに対して頷き、プロフィール帳作りを自分なりに工夫して表現するようになった。選択性緘黙症の改善を促進する要因として、認められることで自信が持てるような体験を重ねることが大切であると指摘されている(山中・井上、2021; 内田、2012)。金原(2011)も選択性緘黙症の対応として、得意な活動を見つけ自信をつけていくような取り組みをすることが重要と指摘しているが、ときにはC1が一生涯

命にプロフィール帳作りをしている様子をあえて見守ることもあった。このように、Th が遊びの中で積極的に認め褒める支援を行うことでC1 の自信になり、またあえてC1 の様子を静かに見守ることで遊びや Th とのかかわりに対する緊張や不安の緩和につながっていったのではないかと考える。

そして、#6 までは、遊びを決めるとき Th が用意した遊びの中から C1 が選ぶ、もしくは Th が提案した遊びを行っており、C1 はどの遊びも受け入れて遊んでいた。しかし、#7 で Th の提案した遊びに対して初めて首を振り、「自分はこの遊びをやりたくない」と Th に初めて非言語コミュニケーションを通して伝えた。#7 以降は、C1 は Th の提案に対してやりたいことは頷き、やりたくないことに対しては首を振り、非言語コミュニケーションを通して自己表現をするようになった。五位塚ら (2019) は、選択性緘黙症児の自己表現について、「能動的な取り組みに伴って、他者に対して能動的に働きかけるコミュニケーション様式が活性化されたと考えられる。また、自体感の高まりに伴って自己表現が明確になされるようになり、時にトレーナーの提案や促しを拒む自己主張も表現されるようになった。」と述べている。このことを踏まえると、C1 の好きなアーティストに関連させた遊びの中で Th が非言語コミュニケーションでの会話を積極的に行うなど、Th が能動的な活動を取り入れ、C1 とかかわる機会を多くつくったことで、徐々に C1 も自体感が高まり、他者 (Th) に自己表現をするようになったと考えられる。また、C1 が Th とのプレイセラピーを重ねる中で、能動的な取り組みを介して、緊張や不安が少しずつ軽減され、Th とのかかわりに慣れてきたことが自己表現の表出につながっているのではないかと考えられる。

第Ⅲ期 (#14～#20) 【好きな遊びを発展させる】

第Ⅲ期も、第Ⅰ期・第Ⅱ期と同様に、遊びの中で非言語コミュニケーションを通してかかわることを継続した。また、C1 が普段友達と会話するとき、携帯を通じてやり取りをしていると保護者から伺ったことから、携帯を使ったやり取りも取り入れた。第Ⅲ期では、第Ⅱ期で取り組んだ C1 が好きなアーティストのプロフィール帳作りを発展させて、C1 の好きなアーティストのカレンダー作りを中心に行うことにした。カレンダー作りを行う中で Th は『この子 (アーティスト) の名前を書いたらどうかな?』と提案したり、また『あえて写真を斜めに貼ったの? すごくいいね。』と C1 の工夫点を具体的に言葉にしなが褒めたりしてかかわることを心がけた。すると、C1 も頷いて反応する、もしくはカレンダー作りに集中して反応が

ないときもあったが、非言語的コミュニケーションを通して Th と C1 とのやり取りがプレイセラピーの回数を重ねるごとにスムーズになっていると感じた。また、C1 の好きなことを共感的に受け止めながら、一緒に遊びを楽しむことが必要と考え、C1 の好きなアーティストの動画を見るときは、Th が『この動画面白いね』『この後、どんな展開になるか気になるね』といったように、やり取りの中で C1 の気持ちに共感しながら一緒に楽しむようにした。すると、#17 #19 では C1 が自分のおすすめの動画を自ら選んだり、指差しを通して好きなアーティストを教えてくれたりした。入江は、「自分の好きなものや好きなことを道しるべにすると、何かしら共通性のある人たちと出会える。」「自分に合う人や場の雰囲気、過ごしやすい環境にも恵まれた。」と述べている。この様子から、自分の興味や関心を Th に分かってもらえたことのうれしさ、好きなことを共有できることの喜びを感じ、プレイセラピーという場が C1 にとって過ごしやすい環境になっていたのではないかと考えられる。

第Ⅲ期からは携帯でのやり取りを取り入れた。Th と初めて携帯でのやり取りをした #14 では、Th と初めての携帯でのやり取りで C1 が緊張していたこともあり、自分から発信することはなく、Th が『好きな果物は何?』『好きなスポーツは何?』などと質問をし、C1 が (いちご) (新体操) と単語で返信すること多かった。また、『Th に聞きたいことある?』と聞いたが C1 が返信をすることはなかった。しかし、携帯でのやり取りを取り入れて 2 回目となる #15 では、#14 と同様に『Th に聞きたいことある?』と聞くと、少し悩んだ後 C1 が (好きな YouTuber いる?) と携帯を通して送った。これが、携帯でのやり取りではあるが、C1 が頷くや首を振るなどの反応以外で初めて C1 が自分の意見を伝えたときであった。Th が『曲の動画をよく見るよ。』と伝え、『YouTube をよく見るの?』と聞くと C1 は頷いたため、『どんな YouTuber の動画を見るの?』と聞くと、C1 は 6 組もの YouTuber の名を送って Th に伝えた。このように、自ら今までプロフィール帳作りで取り組んできた N 以外の自分の好きなアーティストを自ら共有するようになった。また、#16 から始めたカレンダー作りでは、C1 が挙げた YouTuber の中から C1 が選び、その YouTuber のカレンダーを作るようになった。#17 ではいつも通り、次回のカレンダー作りで用いるアーティストを決めるとき、Th が『どの YouTuber で作りたい?』と選択肢を見せて聞かすが、C1 は首を傾げていた。そのため、Th が『カレンダーで作りたいアーティストいる?』と聞くと、C1 はすぐに (A) と携帯を通して送った。このように、携帯でのやり取りを行う中で、自分の意思を

言葉にして送ることも増えた。入江は、「場面緘黙でバランスの取れた「自分の出し方」ができないぶん、別の方法ではマグマのように自己表現しようとする私に感じることもある。ウェブやSNS、創作表現など、一方向性や受動性、間接性が私のコミュニケーションをスムーズにしてくれる。」と述べている。このことを踏まえると、C1にとって携帯を使ったやり取りの場が、自己表現がしやすかったということが考えられる。また、角南(2018)は「Thとの対人関係が治療進展の主軸であるため、特別な空間での自己表出が選択性緘黙症の子どもにとって大きな意味があることを示唆している。」と述べている。このことから、Thが非言語コミュニケーションを通して認める・褒める言葉がけを意識したことが、C1がThとの関係性を深めていき、自分の意思を言葉にして伝えることが増えたのではないかと考えられる。

(3) C1の好きな遊びが果たす役割

C1と計20回のプレイセラピーの中で、C1の好きなアーティストに関連させた遊びを取り入れたことが、C1の反応や取り組み方、そしてThとのコミュニケーションに大きな影響をもたらしたと考えている。プロフィール帳作りを中心とした、C1の好きな遊びを行っているとき、夢中になって一生懸命取り組んでいる様子。C1の好きなこと、知っていることを会話の話題にすることで、C1が「なんて答えようか」「相手にどう思われるか」と考えずに答えることができ、Thとの会話がスムーズにできている姿。このように、C1の好きなアーティストに関連させた遊びを取り入れたことによって、C1の様子やThとのやり取りの中で大きな変化が見られた。

選択性緘黙症の特性として、本人の意思ではなく不安や恐怖によって話したくても話せないことが挙げられる。そのため、他者とのかかわりの中で、不安や恐怖に駆られ萎縮してしまうことから、周りの人との関係を上手く持つことができず孤独に感じてしまうことが多い。その中で、選択性緘黙症を有する当事者の入江は、好きなことに取り組むことに関して「私の中の孤独が、好きなことに深い共感や救いを求めていた部分もあった。」と述べている(入江, 2020)。つまり、選択性緘黙症児にとって、好きなことに取り組む時間は、人とかかわることの不安や緊張を忘れ、孤独を感じずに安心できる時間になっていることが考えられる。

そして、プレイセラピーにおいて、C1の好きなアーティストに関連させた遊びや好きなことを話題にしたやり取りを行う中で、徐々にC1が自己表現する機会が増えた。選択性緘黙症児の自己表現に関しては、プレイセラピー

の中での継続的な媒介物の使用に意味があるとされ、「C1が守ってきた自分の世界や枠を崩すことなく、媒介物の個性として安心して自己表現できる手段」と考えられている(角南, 2018)。C1の好きなアーティストに関連させたプロフィール帳作りやカレンダー作りがC1にとっての媒介物となり、継続的な取り組みのよって自分の世界(個性)を安心して表現できる活動になり、自己表現も増えたと考えられる。また、入江は自己表現について、「自分の気持ちや感じたことを伝えるのは最もハードルが高い。自分らしさをどこか、自分について1ミリでも知られるのがこわかった。」としている。しかし、音楽を聴くことが趣味であった入江は「好きな音楽を通して文通する友達ができ、心に明かりが灯された。」と述べている。つまり、人に対する極度の緊張や不安があるため、自分の意思を伝えるなど自己表現をすることはハードルが高く難しかったが、好きなことを文通という非言語コミュニケーションを通して自己表現をし、共有することは、「心に明かりが灯される」と表現するように喜びを感じていたことが分かる。さらに、五位塚ら(2019)は、選択性緘黙症のある人への臨床動作法を実践して「プレイフル(物事に対して没頭し夢中になること)な課題設定は、能動的な課題への態度とトレーナーとの関係性の中での快の情動を体験し、他者とのコミュニケーションに対する期待や関心が高まり、能動的なコミュニケーションが活性化されたと考えられる。」と指摘している。このことから、好きなことに関連させた遊びは、選択性緘黙症児にとって好きなことに夢中になって取り組むことができるため、能動的なコミュニケーションが活性化され、自己表現を引き出すきっかけになる。また、好きなことを誰かと非言語コミュニケーションなど何らかの形で共有することが喜びにつながり、自分の気持ちを表現したいという気持ちの表れが自己表現につながっていたと考えられる。今回のプレイセラピーの中でも、携帯でのやり取りやThとの非言語コミュニケーションを中心に、C1の好きなアーティストについて話題を展開したことで、C1の自己表現が表出されるようになっていった。そのことを踏まえると、プレイセラピーなど様々な場で、好きな遊びを取り入れることは、選択性緘黙症児にとって、不安や緊張の緩和や安心できる環境、自己表現の増加などにつながり、重要な役割を果たしていると言える。

4. 総合的考察と今後の課題

筆者はプレイセラピーの中で、C1が人とかかわることの不安や緊張を和らげ、プレイセラピーという場が安心できる居場所になるよう、C1の好きな遊びを積極的に取

り入れたり、非言語コミュニケーションでのやり取りを行ったりしながらかわっていった。また、筆者はかわりの中で、特にC1の好きなことを話題にしたやり取りの展開、C1の取り組みを認め褒める支援を心がけた。すると、C1が夢中になって活動に取り組む姿が見られたり、Thとのやり取りの中で、徐々に自己表現をするようになったりと、2年間のプレイセラピーの中でC1の様子の変化を感じることができた。また、#19後の保護者面談において、「つい最近、学校で話せる友達が数人出来た。友達に聞かれたことに対して答えることができるようになってきた。」という話があった。山中・井上

(2021)は、選択性緘黙の改善を促進する要因として、「①非言語でも行える介入方法の利用」「②学校や相談所における緘黙者の不安の軽減」「③幼稚園の先生や担任の先生との連携」「④緘黙者の自信の向上」「⑤他者に緘黙症について理解してもらい、緘黙者が楽しくコミュニケーションをとる体験」「⑥家族の関わりの変容や心理士との関わり」の6つを挙げている。今回のプレイセラピーでは2年間を通して①、②、④、⑤の4つの項目が当てはまっていたことが考えられる。そのことが、プレイセラピーの場でのC1の自己表現の表出や学校生活の中での発語につながっていったのではないだろうか。

今回の考察から、選択性緘黙症のあるC1とかかわる中で、「C1の好きなことを遊びの中に取り入れたり、会話の話題にしたりすること」「非言語コミュニケーションを中心としたやり取りの中で、C1を認める声かけを意識したこと」がC1の様子の変化に大きく影響していることが考えられる。そのことを踏まえ、今後のプレイセラピーの中でも、C1の好きなことを生かした遊びや非言語コミュニケーションでのやり取りを継続し、人とかわることへの不安や緊張を和らげる支援が必要であると考える。また、安心できる居場所をC1に提供し続けることで、不安や恐怖から解放され、自己表現する機会が増えるのではないかと。

今後の課題としては、家庭以外の場で自分の気持ちや意思を話して伝えることがまだできていないという点である。#19後に行った保護者面談で「学校で話せる友達が数人でき、友達に聞かれたことに対して答えることができるようになってきたが、その友達がC1のことを誘ってくれないと、一緒にいられない。自分から行くことはできない。」という話があった。このように、発語は学校であったものの、相手(友達)から誘ってもらえないと、自分から伝えることはできない現状にある。また、C1にとって自己表現しやすかった携帯を使っただけのやり取りは学校生活では使うことができない。そのため、今後のプレイ

セラピーの中で、C1が不安や緊張を忘れて安心して活動できる居場所を心がけるとともに、刺激フェイディング法などの「発話指導」も取り入れていく必要があるだろう。そして、発話指導の場所を「PR」から「通常学級」へ段階的に移行する支援が重要になってくると考える。

また、C1はプレイセラピー実施時小学6年生であり、今後は中学校に進学することになる。中学校という場所、初めて会う人(担任や友達)とのかかわりなど新しい環境に慣れる必要がある。しかし、はじめは極度の不安や緊張に駆られ、学校に対する恐怖を感じてしまう可能性がある。そのことを踏まえると、プレイセラピーの場で学校での不安や緊張を和らげるために、C1の好きな遊びを継続して行い、安心感を与える支援も必要になるだろう。その中で、発話指導や非言語コミュニケーションでのやり取りを取り入れることで、学校と連携してC1が発話しやすい環境を設定することで、学校場面での発話を促すことにもつながるのでないかと考えられる。

謝辞

最後に、本論文執筆にあたりご快諾いただいたAさんのご家族へ感謝申し上げます。

引用文献

- ・五位塚和也・小澤希美・小田浩伸(2019)臨床動作法による場面緘黙のある女性における能動的コミュニケーションの活性化—心理リハビリテーションキャンプにおける実践過程に関する検討—。特別支援教育実践研究センター紀要, 3, 3-19.
- ・はやしみこ・金原洋治(2011)なっちゃんの声—学校で話せない子どもたちの理解のために—。学苑社。
- ・入江紗代(2020)かんもくの声。学苑社。
- ・角南なおみ(2018)教室への入室が困難な選択性緘黙児への面接過程—「持ち込んだ」同一の媒介物を継続的に使用することの意味。日本心理臨床学会, 35, 6, 584-595.
- ・小林宏明・下真鈴(2022)特別支援学校教員の場面緘黙のある児童生徒への指導支援に関する実態調査。金沢大学人間社会研究域学校教育系紀要, 14, 49-59.
- ・クリストファー・A・カーニー(2015)先生とできる場面緘黙の子どもへの支援。学苑社。
- ・松村茂治(1992)場面緘黙児の発話行動の般化を促進するための学校場面におけるフェーディング法の適用。行動療法研究, 18, 47-60.
- ・中沢たえ子(1992)子どもの心の臨床。岩崎学術出版社。
- ・園山繁樹(2021)書評論文: マギー・ジョンソン&アリ

- ソン・ウイントゲンズ著「場面緘黙リソースマニュアル
(第2版)」(2016) 紀要論文, 4, 205-213.
- ・丹明彦 (2019) プレイセラピー入門ー未来へと希望をつなぐアプローチ. 遠見書房.
 - ・角田圭子 (2011) 場面緘黙研究の概観ー近年の概念と成因論. 心理臨床学研究, 28, 811-821.
 - ・内田育子 (2012) 場面緘黙の子どもたちについて: 子どもたちの思いによりそった支援. 島根大学大学院教育学研究科「現職短期1年コース」課題研究成果論集, 3, 41-50.
 - ・山中智央・井上雅彦 (2021) 事例論文記述を用いたテキストマイニングによる場面緘黙症の改善を促進する心理社会的要因の検討. 米子医学雑誌, 72, 54-62.
 - ・山崎晃資 (1995) プレイ・セラピー. 金剛出版.
 - ・吉田たまほ・小枝達也 (2010) 場面緘黙の背景となる要因の検討. 鳥取大学地域学部紀要, 7, 1, 68-77.