

「自傷」の意味と回復の手立てを探る

— タオルを手に巻いて安心感を得る —

The meaning of “self injury” and its prevention

— Acquisition of a sense of security by wrapping hands with a towel —

小 竹 利 夫*

Toshio Kotake

Abstract:

This article examined the meaning of “self injury” and its prevention through a relationship with a child with a disability who violently hit his own head. It was found that the act of hitting his head can be considered as a way to calm emotions as well as a way to express feelings. Effective methods of prevention were to hold his hands or wrap his hands with a towel to provide a sense of safety, and to accept the reasons for hitting himself and his emotions.

キーワード：

自傷、調整、安心感、コトバ、受け止める

1. はじめに

障害がある子ども達と係わる中で、自分で自分の体を傷付ける「自傷」をする何人かの子どもと出会った。自分の顔や頭をこぶして激しく叩き、中にはあざができたり、失明したりしたケースもあった。

「自傷」は障害がある人に限らず、障害がない人にも広く見られる。例えば、自分で自分の手首を切るリストカットという行為がある。松本俊彦（2015）は、「10代の若者のおよそ1割は少なくとも1回は切った経験がある」と報告している。また、「他者にアピールするためのリストカットもあるが、本来リストカットは激しい怒りや不安感等の不快感情をやわらげるための孤独な対処策である」と、生き延びるための行為であると主張している。「自傷」は人間以外の動物にも見られる。竹田津実（2005）は、自分の尻尾や足を激

しく噛み続けた結果、尻尾と後ろ足を失ったキタキツネを報告している。

障害がある子の「自傷」に対する手立てとしては、その行為を問題行動または挑戦的行動（シガフーズ、J. 他、2004）とみなして、「自傷」を引き起こす環境要因を操作してその行動の変容・消去を目指すアプローチがある。一方で、津守真（1980）が「行動は、子どもが心に感じている世界の表現である」と述べているように、「自傷」行為の奥にも子どもの苦しい気持ちが隠されているはずである。また、梅津八三（1976）が述べているように全ての行動は生命活動の拡大方向の調整だという前提に立つなら、自分の体を傷付ける行為にも何らかの意味があるはずである。本稿は、自分の頭を激しく叩く行為が見られた障害がある子どもの気持ちに寄り添うことを通して、「自傷」の意味と回復の手立てを

*佐野短期大学 総合キャリア教育学科 Sano College Associate Professor

探った実践研究である。

II. 優輝君と頭叩き

優輝君（現在15歳）は5歳の時から約10年間、民間の母子通所支援施設（以下K施設）に通ってきている。普段は特別支援学校に通っているのに、放課後や週末を利用して通い続けている。そこで、筆者は月1から2回のペースで約1時間、個別で係わりを持っていく。K施設では、「子ども達が自分で考え納得して行動する経験をここでたくさん積み、それが他の場所にも広がって生きる助けになる」ことを願っている。

優輝君は両足に内反足の障害があり、矯正するための靴を履いている。また、脳性まひがあり、右側の手足に不自由が見られる。その他に、てんかんと重度の知的障害がある。言葉は話さず、人の手を引いたり、物を差し出したりして気持ちを伝える。例えば、K施設でトランポリンを揺すって欲しい時は、人の手をつかんでトランポリンの方に引く。また、ペットボトルのキャップを開けて欲しい時は、ペットボトルを差し出す。

優輝君は、機嫌が悪い時に、こぶしで自分の頭を叩くことがある。お母さんの話では、小学校（特別支援学校小学部）に入学して間もなく、虫歯がひどくて自分の顎を叩いたのが最初である。痛い所を叩いて元々の痛みを和らげる行為は、障害があるなしに関係なく広く見られる（藤井重信、1996）。その後優輝君は頭を叩くようになったが、当時はたまに軽く叩く程度であった。頭を叩く行為が目立ってきたのは小学部4年生の頃で、身体が大きくなった今では叩く力はかなり強く、「ゴンゴン」といった音が聞こえてくる程である。

III. 頭を叩く理由とその意味

頭を叩く理由としては、てんかんに伴う頭痛・暑さ・体調不良・空腹といった生理的な理由の他に、やりたい事がやれない・やり

たくない事をやらされるといった理由等が考えられた。優輝君が頭を叩く理由が分かれば、可能な範囲でその原因を取り除いてあげれば良いのだが、理由を確定するのが難しい場合が多かった。

中学生になり、学校でも家でも頭を叩く強さが増し、叩いた跡がかさぶたになることもあった。頭叩きが激しい時は、学校の先生とも相談して少しでも衝撃を和らげるためにヘッドギアを被るようになった。

家では、自分の好きなように一人で寝ころんで過ごしたり、家の中を動き回ったりしている時は、頭を叩くことは少ないそうである。一方、お母さんが忙しくて構ってあげられない時や親の都合で外出した時などにゴンゴン叩くことがあったそうである。

2016年の6月頃から、頭を激しく叩くことが多くなった。家では特に朝シャワーを浴びせるためにシャツを脱がせる時に、「イヤダ!」と訴えるかのように激しく連打するそうである。お母さんは、優輝君が頭を叩くと、「〇〇が嫌だったのかな?」「〇〇したかったのかな?」等といつも理由を考えるようにしている。苛立ちの原因等が分かれば取り除いてあげられるのだが、理由が分からないことが多いそうである。

K施設では優輝君の気持ちに寄り添うように個別で関わっているのに頭を叩くことは少なかったのだが、それでも思春期に入ってから、険しい顔つきでやってきて激しく頭を叩くことがあった。

エピソード① (2014年9月)

ある日、K施設にやってきた優輝君（当時13歳）は、顔は笑っているのだが頭をゴンゴン叩いた。お母さんは「今朝早く起こしたから眠いのかな?」と言った。取り敢えず気を紛らわそうと、優輝君が好きな音が鳴るおもちゃをいくつか並べて遊びに誘った。優輝君はすぐにタンバリンや太鼓に手を出して

叩き始めた。すると間もなく、優輝君は突然しゃがんで、きばるような動きが見られた。便意を催したのかと思ひ慌ててトイレに連れて行くと、便器に座ってすぐに排便があった。

トイレから戻った優輝君はすっかりしたのか、以後ずっと笑顔で機嫌良く過ごし、頭を叩くことも全く見られなくなった。玉入れや棒差し等の課題に集中して取り組んだり、おもちゃを選んで遊んだり、よく学びよく遊んだ。帰る時間になり、「おしまいにして帰るよ」と声を掛けると、切り替えが苦手な優輝君は二度ほど頭を叩いたが、それでも笑顔で玄関に向かった。

この日、優輝君が頭を叩いたのは、便意に伴って生じた生理的な不快感を頭を叩くことで必死に凌ごうとしていたのではないかと考えられた。

エピソード② (2015年1月)

ある日、少し風邪気味で学校を休んでいた優輝君(13歳)は、普段はあまり叩かない家でも自分の頭を叩いたそうである。お母さんはその原因が分からないまま、その日はK施設に来る日だったので、優輝君を連れてやってきた。優輝君は、表情はさほど陰しくはなかったのだが、時折頭を強く叩くことがあった。いつもの課題や遊びはいずれも長続きせず、すぐに席を立てて屋内をふらふら歩き回った。その時、優輝君が部屋のガラス戸の鍵に手をやる動きにお母さんが気付いて、「外に行きたいのかな？」と声を掛けた。優輝君は散歩が好きだが、その日は強い北風が吹き寒かったので、散歩には行っていなかった。試しにジャンパーを着せて散歩に誘ってみた。K施設で優輝君と散歩するのは初めてだった。幸い、車の通らない道が近くにあり、優輝君は風に向かってふらふら歩き出した。散歩中は終始笑顔で、頭を叩くことも全く見られなかった。

どうやら、一日家にいて退屈した優輝君は

外に出たくて頭をゴンゴン叩いていたようである。分かってしまえば「なんだ、そんなことか」と思うようなことだが、発語がなく身振りも乏しい優輝君の場合、そんなことすらなかなか伝わらない。それは、本人にとってとても辛いことであろう。

この日優輝君は、思い通りにならない苛立ちを頭を叩くことで和らげようとしていたのではないかと推測される。一方で、周囲に対して気持ちをアピールしていたとも考えられる。

IV. 頭叩きを克服する手だて

1. 手を添える (2016年7月)

優輝君は、2016年4月に肢体不自由児の特別支援学校の高等部に進学した。それまで通っていた知的障害児の特別支援学校に比べて静かで、時間割も緩やかで、優輝君は比較的落ち着いて過ごしているそうである。しかし、この学校でも頭を叩くことはあり、どうにも収まらない時にはお母さんが迎えに行くこともあるそうである。頭叩きが激しい時、優輝君の手を軽く握ったり手を添えたりすると、叩くことを止めるそうである。また、お母さんが側に寄り添っていた方が、叩かずにいられるそうである。

この日、放課後K施設にやって来た優輝君はヘッドギアを被っていた。ヘッドギアを付けて来る時は調子を崩している時である。お母さんの話では、梅雨に入ってからあまり動かなくなり、頭叩きが強まったそうである。その日も学校で頭叩きが見られ、一旦収まったものの、帰りの車の中で再び叩き出したそうである。手を軽く添えてあげれば、その手を振り払ってまでは叩かないので、お母さんは左手を優輝君の両手に添えて、右手でハンドルを握って運転して来たそうである。K施設でお母さんに代わって筆者が手を軽く添えても、叩かずにいられた。

頭を激しく叩かざるを得ない辛い状況の中

で人の手が優輝君の自傷を防ぐ効果があるということは、大きな救いであろう。

2. タオルを巻く (2016年7月)

この日、優輝君は入室して椅子に座ったものの、顔は険しく、お母さんが添えている手を離すと、すかさず左手で頭を叩いた。前回来所した時は、音に反応してスノーマン人形がダンスしながら歌う玩具を気に入り、終始にこやかに過ごした。そこで、その人形を動かしてみたが、険しい顔つきは変わらず、目もうつろであった(図1参照)。何度か動かしてみせた後、筆者が優輝君の利き手の左手にタオルを結んで、「スノーマンのマフラーと一緒にだね」と声を掛けてみた。すると、お母さんが手を離しても、優輝君は左手のタオルを見て、一瞬持ち上げかけた左手をゆっくり膝に降ろし、叩くことを思いとどまった。さらに、表情も緩んできて、ダンスするスノー

マン人形を見て、笑顔も見せ始めた(図2参照)。お母さんが右手に添えていた手を離すと、その右手で頭を叩く代わりにスノーマン人形に触れたりした(図3参照)。その後はすっかり落ち着きを取り戻し、調子が良い時の優輝君に戻った。

お母さんの話では、この日以来調子が良くても悪くてもタオルは重宝していて、自分からタオルを求めてきて左手に巻いているそうである(図4参照)。タオルを巻いていると安心するのか、家でも学校でも頭を叩くことは減ったそうである。タオルならどれでもよく、タオルが見当たらないと靴下やシュシュなど布地の物を代用することもあったそうである。

3. 気持ちを受け止める (2016年8月)

タオルを巻くようになってから穏やかに過ごすことが多かったが、嫌な事を強いら



図1 表情が険しく、母親が両手を添える



図2 利き手の左手に筆者がタオルを結ぶ



図3 表情が緩み、右手で人形に触れる



図4 自分で左手にタオルを巻き、機嫌良く過ごす

れた時や要求が満たされなかった時などに、頭を叩くことが時々あった。2016年8月にK施設に来た時は終始機嫌が良く過ごし、頭を叩くことは一度もなかった。ゆったりと椅子に腰掛け、音が鳴るおもちゃを選んで遊んだり、こちらが提示する課題に応じたり、合間に飲み物や食べ物に手を伸ばしたり、自らの意思でよく遊び、よく学んだ。いつもの時間をかなり超過した頃、突如椅子から立ち上がってフラフラと玄関に向かった。満足して帰る気になったようである。左手にK施設のおもちゃを持っていたので、お母さんが「置いていこうか?」と言って受け取ろうとしたら、この日初めて頭を2発叩いて拒否した。まさに「イヤダ!」と言っているようであった。そのおもちゃを貸し出してあげると、それ以上叩くことはなかった。

ある時、お母さんは「優輝は話したい事がいっぱいあるんだね」と言いった。優輝君は頭を叩いて「ソウジャナイ!」「コウダヨ!」と訴えているのであろう。周囲はその訴えに耳を傾けるとともに、優輝君が頭を叩く前に気持ちを受け止める対応が求められる。そこで、優輝君の目線や表情や動きを丁寧に見ていくようにした結果、優輝君の気持ちに気付くことが増えていった。更に、K施設では優輝君が気持ちを表現するツールとして、お菓子の袋・ペットボトル・玩具などをマジック

テープで板に貼り付け、図5のようなコミュニケーション・ボード^{注1)}を部屋に常備した。時々優輝君がお菓子や玩具に手を出すことが見られ、すかさず取って手渡すようにしている。

V. その後の経過(2016年9月～2017年2月)

お母さんの話では、タオルを巻いていると安心するのか、苦手だった学校行事にも笑顔で参加できるようになり、学校の先生が驚いたそうである。その後、ハンドタオルに変えても平気で過ごし、時にはタオルがなくても穏やかに過ごせるようになったそうである。思い通りにならない時などにたまに叩くことがあっても、以前のように叩き続けることはなくなったそうである。

K施設でも、持参したタオルを上手に左手に巻いて終始機嫌良く過ごすようになった。苦手だった行動の切り替えも平気になり、時間が来たので「おわり」を伝えと、自ら立ち上がって玄関に向かい、頭を叩くことはなくなった。

また、優輝君自身が周囲の言葉や状況を理解して動くことが増えてきた。家族の会話を傍で聞いていて自分から車に乗り込むことがあったそうである。お母さんは「優輝は何でも分かっているようだ」と感心しました。

更に、周囲も優輝君の気持ちをまず考えて、嫌がることはこれまでも増して慎重に誘うようになった。例えば、家ではシャワーが嫌で必ず頭を叩いていたのが、時間を掛けて誘ったり、他所で冷たいシャワーを喜んで浴びていることにヒントを得てシャワーの温度を下げてみたりすることで、抵抗がなくなったそうである。

VI. 考察

これまでの係わりから、優輝君が頭を叩く行為の意味として以下の二つが考えられた。

一つ目の意味(以下①)として、体調不良



図5 優輝君が好きな物をマジックテープでボードに貼り付けてある

からくる痛みや不快感、思い通りにならない苛立ちや不安など動揺した気持ちを、優輝君は叩くことで必死に鎮めようとしているのではないかと考えられた。人は気持ちが乱れた時や不安に陥った時、細やかな調整ができなくなり、怒鳴ったり、暴れたりして気持ちを落ち着かせることがある。叩く行為も、そのような粗大な調整の一つだと考えられた。二つ目の意味として（以下②）、発語がなく、身振りも乏しい優輝君にとって、叩く行為は気持ちの表現であり、叩くことで気持ちを周囲に訴えているのではないかと考えられた。お母さんが言われるように、優輝君には話したい事がいっぱいあるのであろう。

①に対する手立てとして、まず誰かが優輝君に寄り添って安心感を与えることが考えられた。家では、お母さんが優輝君の傍に付き、手に触れたり、手を握ったりすることで、叩くことを防いだ。以前K施設で出会ったYちゃん（9歳）も、自分で自分を激しく叩くことがあった。激しい自傷の真ただ中で、Aちゃんは自分で叩いて傷ついた顔や頭にお母さんの手を取って当て、叩くことを防ぐことがあった（小竹利夫、2016a）。大好きなお母さんの存在や温もりが優輝君やAちゃんに安心感をもたらしたのだと考えられる。気持ちが大きく乱れて、一人で気持ちを立て直すのが難しい時、傍に付いて辛い気持ちに寄り添ってくれる人がいることが、苦境を乗り越える支えになるのであろう。

しかし、ずっと優輝君の傍に誰かが付いて手を添え続けることは難しいので、代わりにタオルを優輝君の手に結んでみた。すると、その日以降、優輝君は自ら手にタオルを巻くようになった。手にタオルがあると安心するのか、結果的に叩くことが少なくなった。お母さんの話では、優輝君は顔が陰しく不安定な時ほどタオルを手放さないそうである。優輝君にとってお母さんが安心できる存在であるように、タオルもお守りのような役割を

果たしているのであろう。このように、自分で手にタオルを巻いて気持ちを安定させることで、優輝君は穏やかな自己調整が可能になった。

これに似た現象として、発達心理学の領域でウィニコットが「移行対象」と呼んだ現象が知られている（井原成男、2009）。即ち、子どもにとってお母さんは安心感をもたらしてくれる存在であるが、毛布やぬいぐるみがお母さんの代替物となることで、子どもはお母さんと離れても気持ちを安定させることができるようになる。スヌーピーが登場する漫画「ピーナッツ」に出てくるライナスという少年がいつも毛布を持ち歩いていることから、「ライナスの毛布」（図6参照）とか「安心毛布」とか呼ばれることもある。前記したAちゃんも、その後腕や頭にタオルを巻いたり、リストバンドやヘアバンドをしたりすると落ち着いていられるようになった。



図6 ライナスの毛布 注2)

また、手にタオルを巻くことは、安心感をもたらすとともに、叩く行為を抑制する副次的な効果もあるものと考えられる。即ち、素手とは異なり、手にタオルを巻いた方が叩こうとする衝動を抑える効果があるのではないか。以前K施設で出会ったM君（12歳）も自分で自分を激しく叩くことがあった。最初は服の裾に手を絡めて、その後はお母さんが用意した紐に手を絡めて叩くことを防ごうとするようになった（小竹利夫、1996）。優輝君もM君も、叩かざるをえない自分とそれ

を防ごうとする自分との葛藤の中で、叩くことを抑える方法を自分で見つけ出したのだと考えられる。

②に対する手立てとして、優輝君の訴えに丁寧な耳を傾けることが考えられた。即ち、叩く行為を「自傷」と否定的に見るのではなく、優輝君の「コトバ」として肯定的に受け取り、その「コトバ」の意味や叩く行動の奥にある気持ちを考え、受け止めるようにした。また、優輝君が叩く前に、周囲が優輝君の目線や表情や動きから、更にコミュニケーション・ボードを使って丁寧に気持ちを受け取るようにした。その結果、周囲が優輝君の気持ちに気付くことが増えていった。

このようにして、生きるために「自傷」を必要としていた優輝君が、周囲から安心感を受け取ったり、周囲に気持ちを受け止めてもらったりすることで、「自傷」をしなくても穏やかに生活できるようになってきた。時に訴えるように叩くことはあっても、一時の激しかった「自傷」はすっかり影を潜めた。

以上、優輝君との係わりの経過から考えられる、叩く行為の意味と回復の手立てについて図示すると、図7のようになる。

「自傷」は、時には苦しみや不安を和らげるための行為であり、時には他者への訴えであると考えられる。「自傷」をする子どもは、安心感を受け取ることで、また自分の気持ちを周囲に受け止めてもらうことで、必死に「自傷」を乗り越えようとしている。言い換

えるなら、私達が安心感を与え、また子どもの訴えを受け止めることが、「自傷」を軽減することに繋がるのであろう。中野尚彦(2006)が述べているように、人は他者に何かを求めて「自傷」を起こすことがある一方で、他者に付くことで「自傷」から抜けることができる。従って、「自傷」行為を責めるのではなく、それを力づくで抑えるのでもなく、「自傷」をする人に寄り添い、気持ちを丁寧に受け止め続けることが求められるのであろう^{注3)}。

注1) コミュニケーション・ボードは、「子どもたちとの係わり合いを振り返って－松田直先生との対話－」(2013)に紹介されているコミュニケーション・ブックを参考にした。

注2) 本稿中のイラストについては、「ピーナッツ」のライセンスエージェントを行っている(株)ソニー・クリエイティブプロダクツを通して使用許可を得ている。

注3) 本稿では自分で自分を傷付ける行為として「自傷」を取り上げたが、乱暴な言動が他者に向けられる場合もある。これらの乱暴な言動の奥にも、苛立ちや不安や寂しさといった気持ちが隠されている。周囲がそのことに気付き、気持ちを受け止めることで、これらの乱暴な言動は減少して

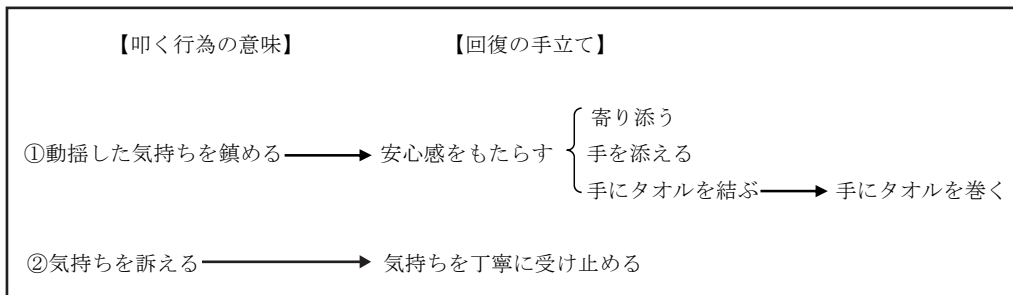


図7 頭を叩く行為の意味と回復の手立て

いく。拙著「実習エピソードでつづる子どもや障害がある人の心の世界」(2016 b)では、そのようなエピソードを多数収録してある。

また、原稿の確認や写真の提供等の御協力を頂きました。優輝君は、「自傷」からの回復のヒントを身をもって教えてくれました。ここに感謝致します。

引用文献

- 1) 松本俊彦 (2015)『自分を傷つけずには
いられない』講談社.
- 2) 竹田津実 (2005)「動物と人とのコミュニケーション」日本重症心身障害学会誌第
30 巻第 1 号.
- 3) シガフーズ, J. 他 (2004)『挑戦的行動
と発達障害』(園山繁樹監訳) コレール社.
- 4) 津守真 (1980)『保育者の体験と思索』
大日本図書.
- 5) 梅津八三 (1976)「心理学的行動図」重
複障害教育研究所紀要, 第 1 巻第 1 号.
- 6) 藤井重信 (1996)「痛いところをたたく
ー行動調整としての痛みー」障害児教育学
研究, 第 3 巻第 1 号.
- 7) 小竹利夫 (2016a)『子ども達の思いを探
して』佐野短期大学. 研究成果の刊行支援
を受けて刊行.
- 8) 井原成男 (2009)『ウィニコットと移行
対象の発達心理学』福村出版.
- 9) 中野尚彦 (2006)『障害児心理学ものが
たり 小さな秩序系の記録 I』明石書店.
- 10) 小竹利夫 (1996)「『自傷』を抑える」障
害児教育学研究, 第 3 巻第 2 号 モノグラ
フ 1.
- 11) 松田先生と対話集を作る会 (2013)『子
どもたちとの係わり合いを振り返ってー松
田直先生との対話ー』
- 12) 小竹利夫 (2016 b)『実習エピソードで
つづる 子どもや障害がある人の心の世界』川島書店.

謝辞

本稿を作成するにあたって、保護者から原稿や写真の掲載に関して承諾を頂きました。

Using ESL and Phonics methods with Pure Alexia

シェリー・プロティー※

Shelley Protte

Abstract:

デンマーク出身の26歳の男性であるクラウスは、デンマーク語と英語の両方を話すことができるが、出生に際して純粋失読症を患っており、彼自身の名前も含めて、10語以下しか読むことができない。われわれは、第二言語としての英語教授法と、詳細かつ専門的なフォニックス（Phonics）を利用し、クラウスのような極端な純粋失読者にとって「音声を通じて読むこと（reading via sound）」が可能かどうかを考察した。6か月の訓練の後、クラウスの単語認識能力には、限定的ではあるものの明らかな進歩が見られた。

キーワード：

pure alexia, ESL method, phonics, reading via sound, remote lesson

I. Body

Data collection methods used were primarily Skype Screenshare, Webcam, Discord (Sound) and Microsoft Word. The game Minecraft was used for tests. One in-person lesson was done in California.

Klaus, a 26 (now 27) year old man living in Denmark (born and raised), was diagnosed at age 18 with Pure Alexia, having been misdiagnosed with extreme dyslexia from age 7. Pure Alexia is almost always an acquired disorder and often acquired much later in life. People who gain Pure Alexia are often over 20 years old (1), and is primarily caused by brain trauma or stroke. This is also true with Klaus, but the age of which he acquired it is a rather interesting note — at negative 5 minutes of age approximately. Klaus

reported that at birth, his oxygen supply was cut off via umbilical cord strangulation, which caused partial brain death before resuscitation. A scan was done at birth which confirmed brain damage.

Klaus showed almost no symptoms of any brain damage except for rare crying, until age ~6 at the beginnings of reading in Elementary school which led to his diagnosis of Dyslexia. He was put into a Denmark disabled school to help support his needs. He was exposed from age 7 to 18 with reading, all of which failed. After age 18, he returned to a doctor who properly diagnosed him with Pure Alexia. In Denmark, English education was part of the curriculum and his natural upbringing, so he is fluent in English as well but only “learned” reading in Danish. He was never taught in a phonetic way as Danish does not have

*佐野短期大学 総合キャリア教育学科 Sano College Senior Lecturer