

吃音の体験談から与えられる癒しと希望

Kenneth O. St. Louis, PhD

West Virginia大学 名誉教授
Morgantown, West Virginia, 米国

於 大阪人間科学大学
広島大学
川崎医療福祉大学

2023年10月・11月

開示

- ▶ 妻と私は Populore Publishing Companyの共同経営者
 - ▶ 2021年に3冊の本を執筆し出版した
 - ▶ *Living With Stuttering: Stories, Basics, Resources, and Hope, 2nd ed.*
 - ▶ *In the Company of Friends: Group Support for People Who Stutter*
 - ▶ *One Little Snake River Odyssey*
 - ▶ 私は、www.amazon.com で販売された書籍と、www.teacherspayteachers.com で販売された臨床教材の一部から印税を受け取っている
- ▶ 私は常に「person-first」に基づいた言語を使うわけではない
 - ▶ 私は、「吃音のある人(People who stutter)」と呼ばれるより、「吃音者(stutterer)」と呼ばれる方を好む

私たちが対象とするのは . . .

- ストーリーの価値
 - ストーリーが明らかにすること
 - どのように癒すのか
- 簡単な一般人の態度のつながり
- 話を語り、保存すること
- 吃音のストーリーの分析
- 個別の吃音セラピーにおけるストーリー
- サポートグループやグループセラピーにおけるストーリー

That's a lot!



以下の内容は対象外

- ▶ 言語と読み書きの向上を目的としたストーリーや語り
- ▶ 吃音クライアントへの徹底的なカウンセリング
 - ▶ Anthony DiLollo (2021) or DiLollo, Neimeyer, & Manning (2002) を参照のこと

人生の意味をどこに求めるのか？

- ▶ 「人生に『なぜ？』という視点を持っていれば、どんなことにも我慢できる」
Friedrich Nietzsche
- ▶ 自分の外側に人生の意味を見出すことは、まず不可能である
- ▶ 私たちの人生における本当の意味の多くは、私たちのストーリーから生まれる



ストーリーを聞いたり話したりすることはなぜ重要？

「私たちはストーリーに入れ込み、他者によりストーリーに入り込まれ、ストーリーを通して人生を
生きている」 Michael White



ストーリーにはパワーがある！



「ヒストリー」は私たち全員のもの!

- ▶ あなたのストーリーは、誰のストーリーにも劣らず重要です
- ▶ 誰の吃音ストーリーも例外ではありません



地理的分断により失われるストーリー

➡ 残すか失うのか？



核となるエピソード

人生の転機となるような、
真の変化をもたらすような、
あるいは特に重要な出来事

- ➡ 卒業，誕生日
- ➡ 結婚
- ➡ 新しい都市／地域への大移動



何が間違っているのだろうか？

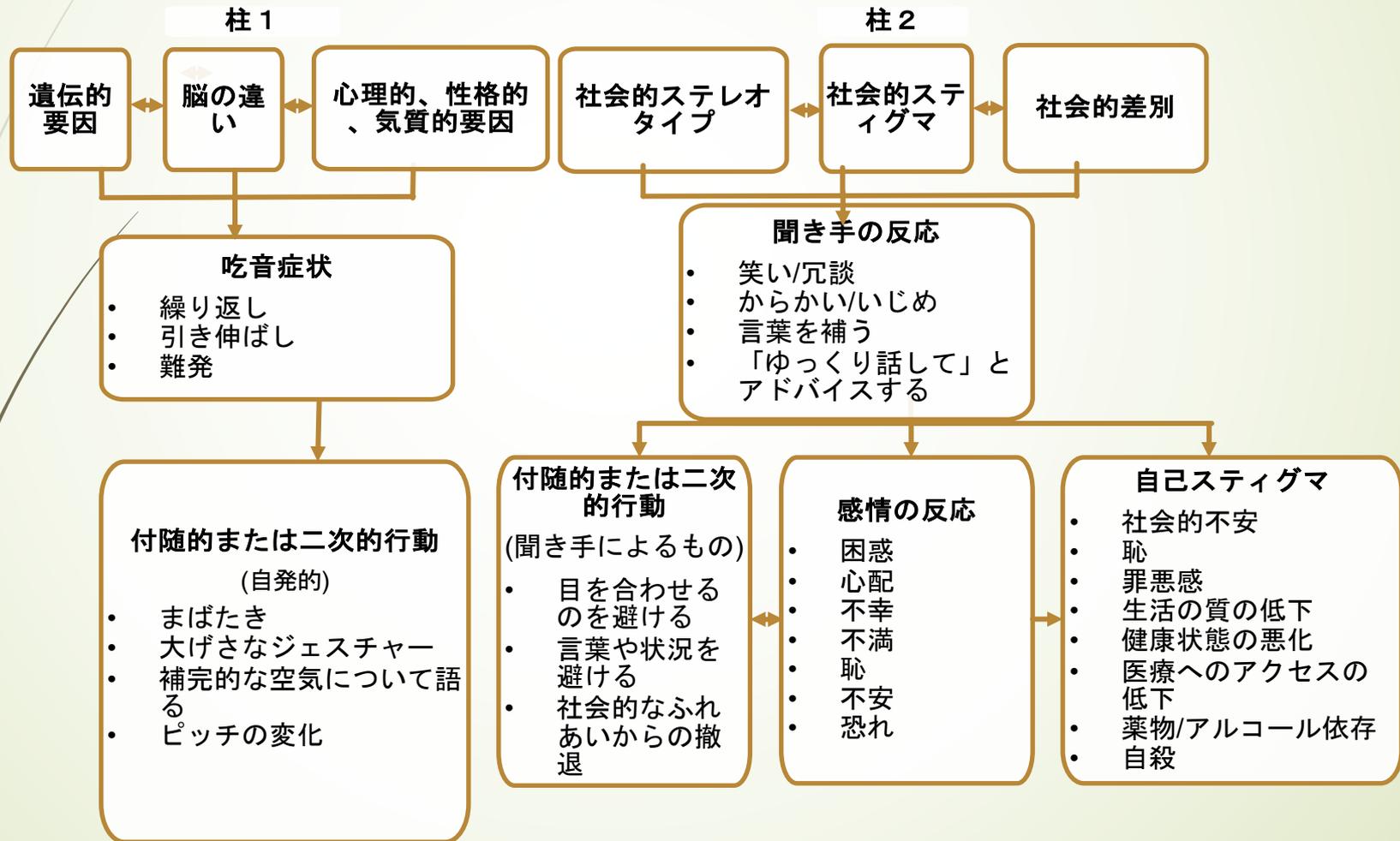
- ➡ …それぞれの人のストーリーが正当化されてしま
う…誰かの道理にかなった声が封じられるとき、
それは現実を見極めるためのリソースのみが使わ
れ疑問が投げかけられることによって生じる。自
信喪失の立場に追いやられた人々は皆、自分自身
のストーリーから放り出され、自分自身の声を奪
われているのだ。 Alan Parry & Robert Doan
- ➡ 私たちは、人々が問題を抱えているという考え方
から、問題が人々を抱えているという考え方に変
わった。 Michael White & David Epston

吃音の問題に関する二つの柱による概念化



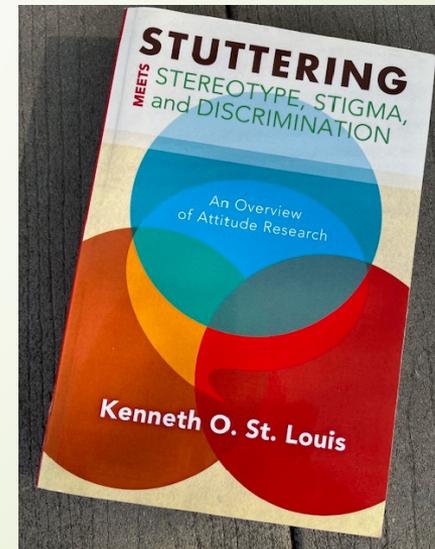
詳細

ストーリーは吃音の問題のどの部分にも関連するが、特に柱2
集中して関連する



大衆の態度とのつながり

- ➡ 吃音に関する信念や反応はどこから来るのか？
 - ➡ 「...アイデンティティは、自分の歴史や文化だけでなく、他の人々との関係の中で共同創造される。従って、他者からある形に見られることは、自分自身をある形として見ることに、同じように寄与することがある。私たちは、他人が掲げてくれる鏡を見ることで、自分自身を見るようになる。このように、人のアイデンティティは社会的に構築されたものであると言われる」
(Sween, 1999)
 - ➡ 地域社会（公共）の態度（自分が属する主要な文化）
 - ➡ 個人の態度に関する環境（家族，友達，学校，仕事，その他）



大衆の態度に関する考察

- 吃音者に対する無知または無神経な発言を考える
 - 「ゆっくり話して！」
 - 「緊張しないで！」など
- 吃音への態度に関する環境について考える
 - 年をとるにつれて変化・拡大する
- 吃音者の態度環境からのサポートを考える

**Refer to the public attitude
handout for more information**

ストーリーを語る：誰かが演者か？

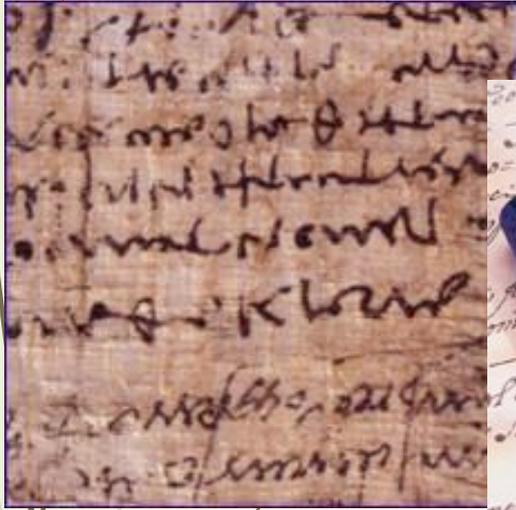
- ▶ あなた！
- ▶ あなたのクライアント
- ▶ 大衆
- ▶ 伝承的な歴史家
- ▶ 個人を研究する歴史家
- ▶ ストーリーテラー
- ▶ フォークロア研究者
- ▶ カウンセラー
- ▶ 日本で考えられるその他・・・

ストーリーがどのように語られるか

- ➡ 口頭での選択肢
 - ➡ 家族や友達に対してのストーリー
 - ➡ 両親
 - ➡ パートナー
 - ➡ 兄弟
 - ➡ 子ども
 - ➡ セルフヘルプグループ
 - ➡ スピーチとして

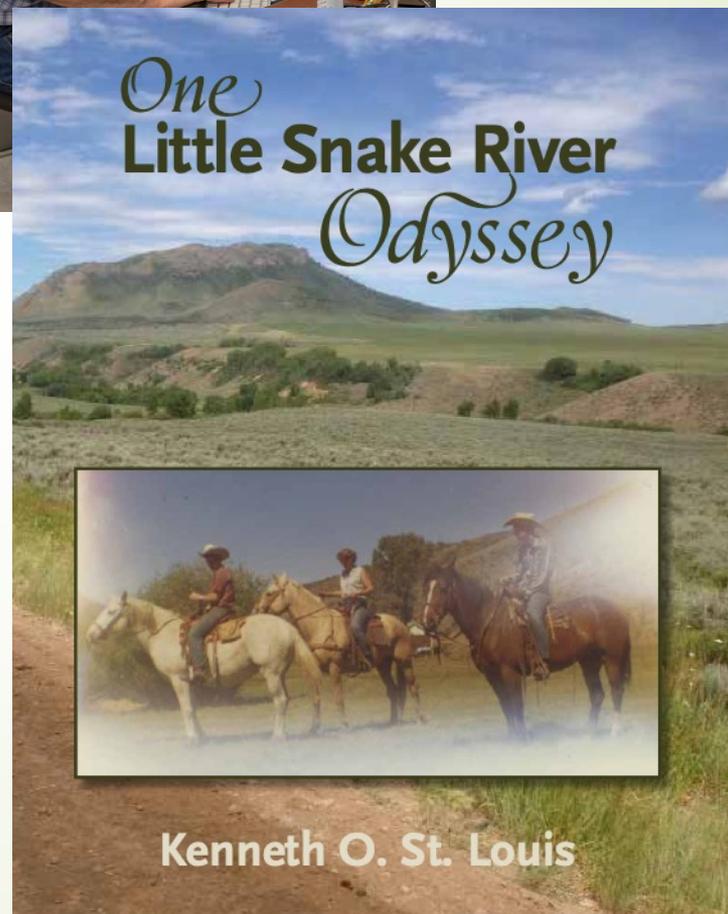
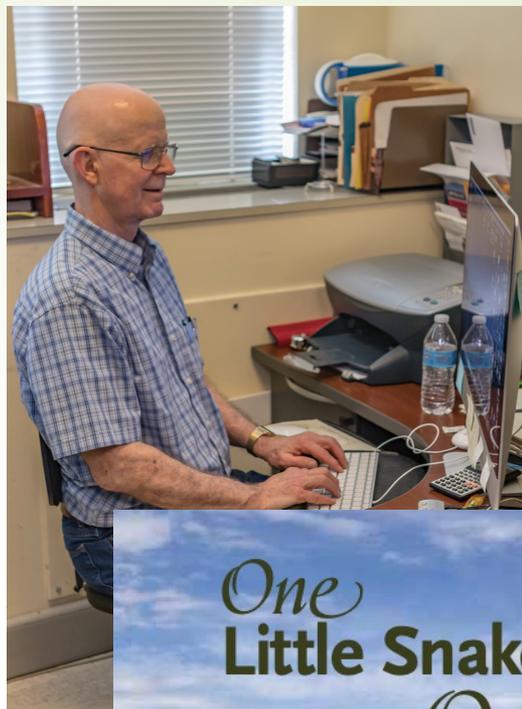


前より簡単になった！



書くことの選択肢

- 日記 とジャーナル
- 自分史の短い例
 - 例えば・・・
 - 典型的な学生生活について
 - 運転の練習について
 - 家族での夕食について
- より詳細な人生の回想録
- 自伝



クライアントのストーリーを録音する

- 良いレコーディングを行う
 - 静かな環境
 - 忠実度へのこだわり
 - バックアップレコーダー、バッテリー、定期的な品質チェックなど
- 効果的なインタビューのスキル
 - 注意深く聞く
 - Open-ended questions（自由形式の質問）& プロンプト
 - 感受性のある、思いやりのある態度で
 - 情緒的反応を期待し受け入れること



ストーリーを保存することの価値とは？

- 物語を語る人にとっての価値
- 社会にとっての価値
- 吃音について話すことに飽きることはありません。吃音は私の人生で最も親密な経験であり、吃音コミュニティで知り合い、愛するようになったほとんどすべての人の人生においてもそうでした。そして私が最も愛していることは何だろうか？もちろん、私たちの話をする事です。

John Ahlback



20歳のストーリー・プロジェクト

- ➡ クラスでの宿題
 - ➡ 吃音者または吃音児の親を探す
 - ➡ 「あなたの吃音の話聞かせてください！」と指示したあと、録音する
 - ➡ 非構造的なインタビュー
 - ➡ 15～30分の口述記録
- ➡ 学生にとって魅力的で価値のあるもの
 - ➡ 「吃音」という障害に人間の顔を一致させる
 - ➡ 実際に吃音のある人と接することができる



371名の吃音者のインタビューから

■ 属性

- 性別：女性が28%；男性が72%
- 平均年齢 = 33.6 歳(9 - 96 歳)
- さまざまな教育レベル
- 69%が吃音がみられない～軽度

■ インタビューの4つの分析方法

- インタビューの内容(first 100)
- インタビューの統語分析 (first 100)
- インタビューの主要なテーマ(>200)
- インタビューの「楽観性」と「悲観性」(選択する)

内容の分析

- 各発言を615の内容カテゴリーとサブカテゴリーにコード化
 - 例：カテゴリー：私が吃るとき…
 - サブカテゴリー：
 - 赤面する
 - 泣く
 - 引きこもる
 - 言い訳をする
 - 悲鳴をあげる
 - 冗談を言う
 - その他
- 最初の100人の成人の166,000語を分析

統語的(単語) 分析

- ▶ コンピュータープログラムLinguistic Inquiry and Word Count (LIWC) (Pennebaker & Francis, 1999)で分析(Pennebaker & Francis, 1999)
 - ▶ スペリング・チェックに似たプログラム
 - ▶ 2290の単語 (例: 「happy」) または語幹 (例: 「teas*」 [tease、tease、teasingなど]) をカウント/分類。
 - ▶ カテゴリー&サブカテゴリー別に分析
 - ▶ インタビューとエモーショナル・ライティング、コントロール・ライティング、書籍の全単語、精神科医のインタビューとの比較

主要なテーマの分析

- ▶ 各インタビュー全体から最も重要なテーマを5つまで選択
- ▶ 例 「父と母の死が吃音につながった
- ▶ 483のテーマを分類・要約

楽観／悲観分析

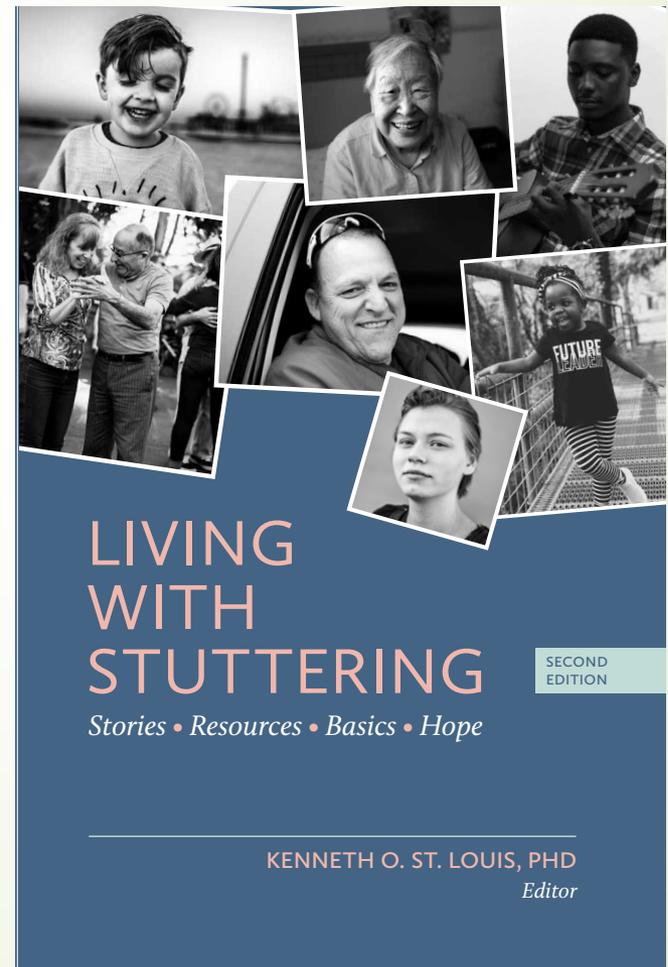
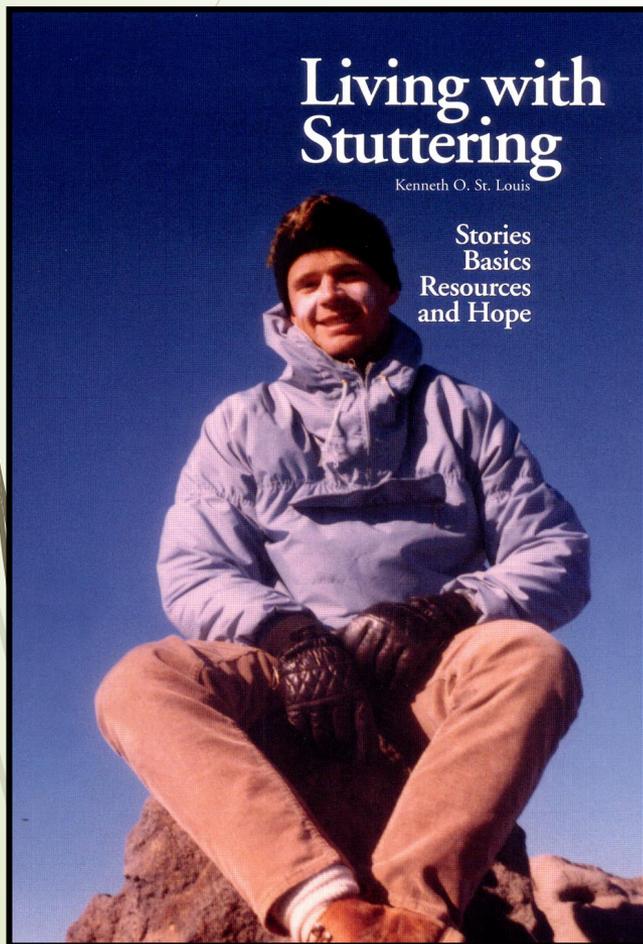
- ▶ インタビュー全文を読み、1～10のルーブリック（尺度）で評価すると...。
 - ▶ 「全体的に高揚した態度」
 - ▶ 「ネガティブな瞬間を共有した」
 - ▶ 「多くの情報を共有している」
- ▶ 吃音のある成人および吃音のある人の両親のインタビューから、それぞれ...
 - ▶ 吃音に対する「肯定的または楽観的」な見通し
 - ▶ 吃音に対する「否定的または悲観的」な見通し
- ▶ 「楽観的」な個人と「悲観的」な個人をルーブリックとLIWC分析で比較した

インタビュー：全体的な結果

- 内容、テーマ、楽観的／悲観的分析の大部分は、教科書の情報と一致している
 - 例：多くの人がからかわれたり、嘲笑されたりした
 - 例：差別された人は少ない
- 吃音は人によって様々である
 - 例：コミュニケーションのプレッシャーが吃音を軽減する吃音者もいる
 - 吃音はしばしば人生の選択に影響する
- ほとんどの吃音者は原因がわからず、多くは自分で説明を考え出す。
- 多くの吃音者は典型的なテクニック（例：流暢性形成法）を用いたセラピーを受けている。
- 多くの吃音者が独自のテクニックを開発（例：ユーモアを使う、小石を口に入れて話す、スピーチをする）
- すべての吃音者が吃音を否定的にとらえているわけではない（いくつかの先行研究が示唆しているように）。
- インタビューの語彙分析は、深く感情的な経験について書くことに最も似ている
- 楽観的なインタビューと悲観的なインタビューの間にある大きな違い

吃音と共に生きる：ストーリー、基本的事項、リソース、そして希望（ホープ）

- ▶ 内容分析、テーマ分析、語彙分析では、ストーリーの豊かさの多くが失われる
 - ▶ ストーリー全体を本に含めることの動機づけ



Potential uses & value

- ▶ 吃音のある大人、または吃音のある子どもを持つ親のために
 - ▶ ストーリーを読むことで、自分は一人ではないことを知ることができます
 - ▶ リソースは以下の情報を提供します
 - ▶ どこで、どのように、支援を受けられるか
 - ▶ 権利と責任
 - ▶ 吃音の影響を把握する
 - ▶ 自分のストーリーを語る
 - ▶ *Inventory of Life Perspectives-Stuttering (ILP-S)*
- ▶ 一般市民、言語病理学の大学教員、学生向け
 - ▶ 章：“吃音の101：基本的事項”
 - ▶ クラスでのインタビュー課題に関する付録
 - ▶ 学生への話の価値についての証言
- ▶ 臨床家向け
 - ▶ 診断的活動
 - ▶ 特定のクライアントのための厳選されたストーリー
 - ▶ クライアントのための参考資料
 - ▶ 評価するためのリソース



個別のセラピーにおけるストーリー

- ▶ アセスメント：ケースヒストリー
 - ▶ あなたの吃音の話をお聞かせください」または「あなたの吃音の話を書いてください」と簡単に尋ねる
 - ▶ 主要なテーマを同定する
 - ▶ 「根幹となる語り」と「枝葉」の語りを探す (See DiLollo)



個別のセラピーにおけるストーリー

➡ 個別のセラピー

➡ 同定する活動

- ➡ 他の人の吃音体験談を読むか、ビデオを再生する
- ➡ クライアントと一緒に、核となるエピソードを探す

➡ 脱感作の活動

- ➡ 自分のストーリーを話したり書いたりすることは、しばしば不安や恐怖を軽減する
- ➡ 自分の体験談の一部をグループに話すことは、非常に脱感作的であり、個人に力を与える
- ➡ これがクライアントにとって難しすぎる場合は、ストーリーに関連したカウンセリングを検討する(DiLollo)

➡ 安定化あるいは維持のための活動

- ➡ 大切な人に自分のストーリーを話す／思い出させることを勧める

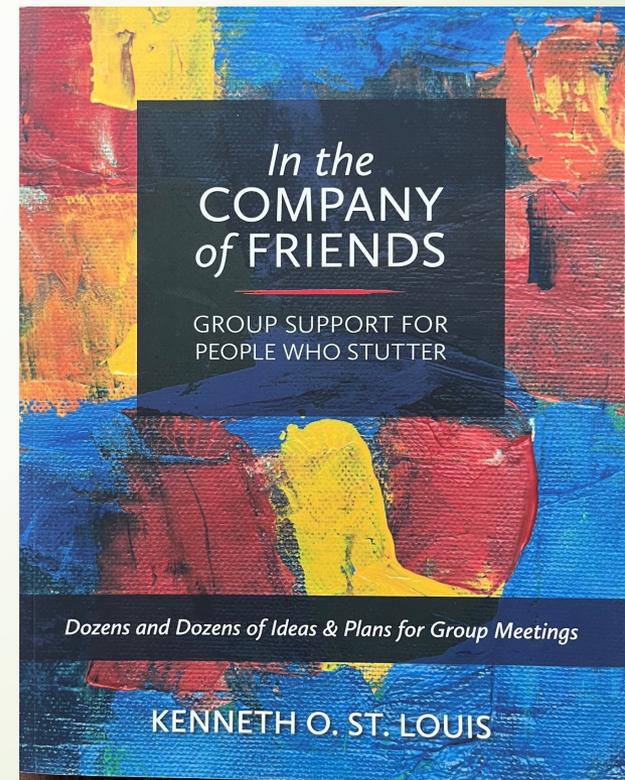
グループで話をすることの利点

- グループセラピー& サポートグループ
- 吃音者にとっての癒しと希望
 - 恐れと遠慮を減らす
 - 自尊心と自信を高める
 - 吃音の多様性に対する展望と洞察を得る



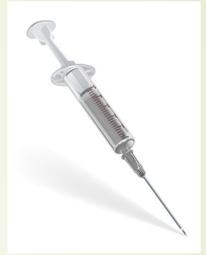
グループセラピーにおけるストーリー/サポート・グループ

- ▶ 『In the Company of Friends』に書かれた一つのモデル： 吃音者のためのグループ支援
- ▶ 指針 各セッション
 - ▶ テーマと持ち帰りレッスンがある
 - ▶ 楽しむこと！
 - ▶ 個人的な体験を含む
 - ▶ 新しい参加者を受け入れる
- ▶ セッションの構成要素
 - ▶ 個人の目標
 - ▶ アイスブレイク
 - ▶ 体験的活動
 - ▶ プロセス/ディスカッション
 - ▶ 持ち帰りレッスン



レッスンのサンプル:自動的な否定的思考を同定する

- ➡ **アイスブレイク:アイスブレイク あなたはインフルエンザかcovid19の予防接種を受けようとしています。あなたはどうか反応しますか？**
- ➡ **活動**
 - ➡ **各自が最も不安を感じる状況を選ぶ**
 - ➡ **職場での面接**
 - ➡ **大勢の前でスピーチをする**
 - ➡ **恋愛相手の家族に初めて会う**
 - ➡ **目撃した事故について法廷で証言する**
 - ➡ **道に迷っている見知らぬ人に複雑な道案内をする**



レッスンのサンプル

- ➡ 自分の状況と、なぜそれが不安なのかをグループに話す
- ➡ 次に、一人ずつの不安な状況について、全員がその人の状況についてコメントする
 - ➡ 起こりうる最悪の結果は？
 - ➡ 例えば、「心臓発作を起こして救急車で運ばれる」 など
 - ➡ 考えられる最良の結果は？
 - ➡ ありえない結果が奨励される。例えば、「あなたはその場で仕事をオファーされ、組織全体を管理するよう昇進する」
 - ➡ 最も可能性の高い結果は何か？

レッスンのサンプル

➡ Processing

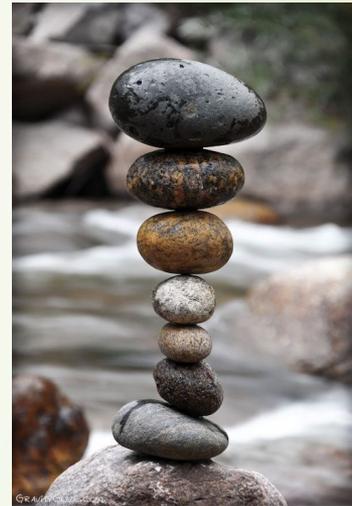
- ➡ なぜ私たちは自動的に神経質になったり、恐れを抱いたりするのだろうか？
- ➡ これらの思考はどこから来るのか？
- ➡ どうすれば自動神経思考をコントロールできるのか？

➡ 持ち帰りレッスン

- ➡ 評価によると、多くの否定的な考えや恐れは正確ではない
- ➡ 思考や態度のとらえ方を評価することで、「スクリプト」（自分自身で語ること）を変えることができる
- ➡ 自己評価は重要だが、必ずしも解決策ではない
- ➡ 人に罪悪感を感じさせないようにすることが重要

お別れの言葉

- ▶ Tristine Ranier (1997): *Your life as Story* (ストーリーとしての人生)
 - ▶ あなたの物語には小説のように、始まり、中間、そして終わりがあります
 - ▶ 始まり：あなたが誰であるか、あなたを形成した価値観、そしてあなたが何を望んでいるかを描写する。
 - ▶ 中間：あなたが望むものを求める過程で遭遇した敵について描写する。
 - ▶ 終わり：人生の重要なターニングポイントの後、何を学んだかを描写する。
- ▶ ローリング・ストーンズの歌詞に要約されている。
 - ▶ 「欲しいものがいつも手に入るとは限らない。でも、ある時、試してみれば、必要なものが手に入るかもしれない」



質問 & コメント



➡ Email: ken.stlouis@mail.wvu.edu