

# 吃音のある人の 理解と対応

幼児から成人まで

金沢大学 人間社会研究域 学校教育系  
石川言友会  
小林宏明

## 吃音とは

- どんな状態？
- どの位いるの？
- どうしてなるの？

## 今日のお話

- 吃音とは
- 吃音のある人の困難
- 吃音の困難の軽減・緩和
- 吃音に悩まれている方へのメッセージ

## どんな状態？



どの位いるの？



幼児



小学生



成人

発吃

(どもりはじめる)

約5%

約1%

どうしてなるの？

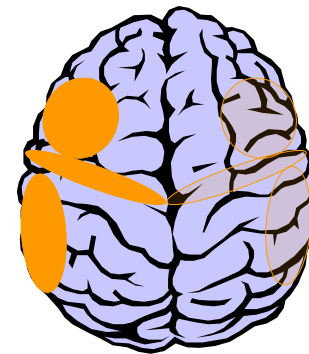


吃音の原因

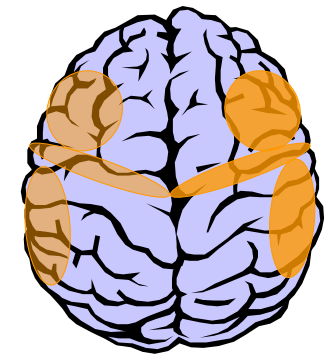
よく分かっていない

大脳の右半球の過剰な活性化

言語活動をしている時に脳が活動している部位



吃音がない人



吃音がある人

# 吃音のある人の困難

- 何で困る？
- どうして困る？（困難が生じる要因を考える）

## 何で困る？



学生

教科書の音読

発表

プレゼン

かけ算九九

英語のオーラル

健康調べ

卒業式

日直当番

委員会

卒論発表会



社会人

朝礼

面接試験

電話

飲み会

セールストーク

配置転換

プレゼン



家庭・友達

大勢での  
おしゃべり

合コン

雑談

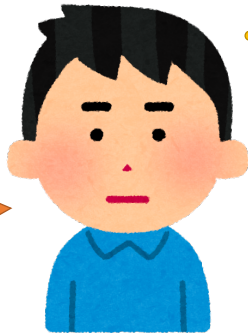
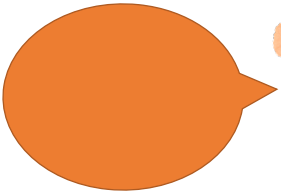
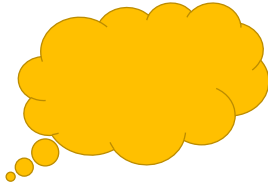
かけ声

町内会

冠婚葬祭

注文

# どうして困る？ (困難が生じる要因を考える)



とまどい  
(どのように関われば  
いい?)

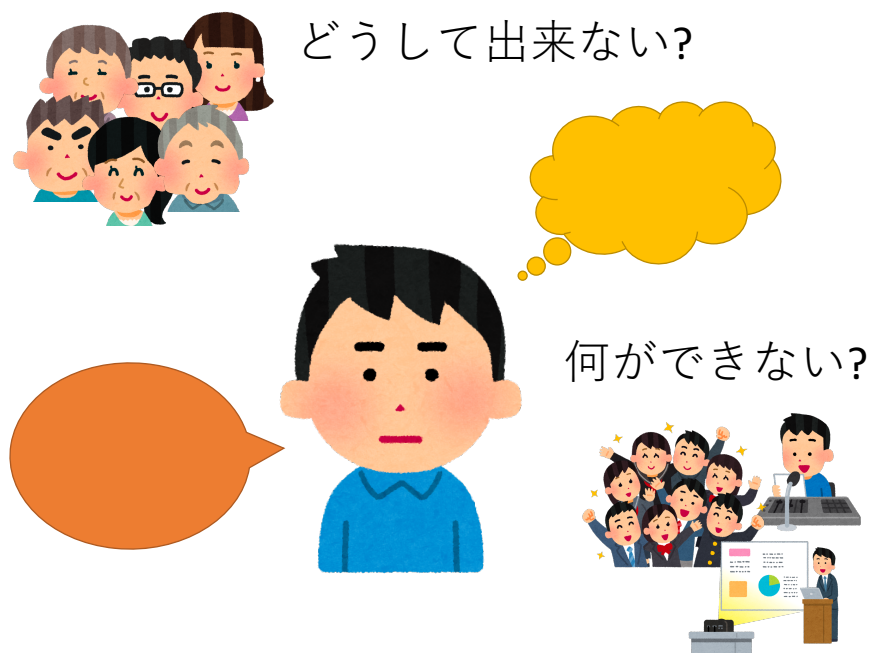
スティグマ  
(「いけていない」  
イメージ)

誤解  
(あわててる、緊張  
している、頑張れば  
できる)

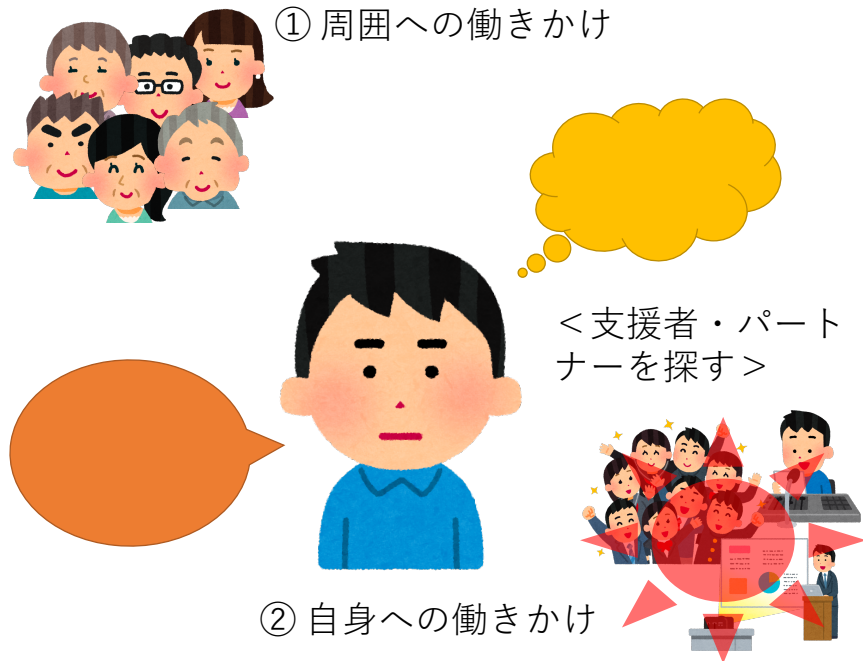
## 吃音の困難の軽減・緩和

- 困難が生じる要因を分析する
- 対応を考える
  - 周囲への働きかけ
  - 自身への働きかけ
- 支援者・パートナーを探す

吃音が生じる要因を分析する

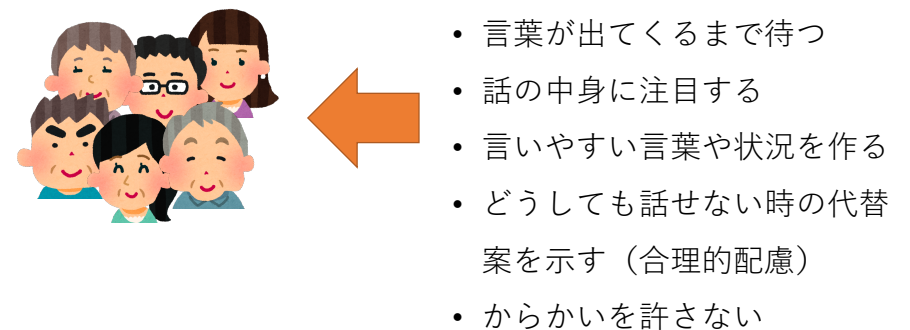
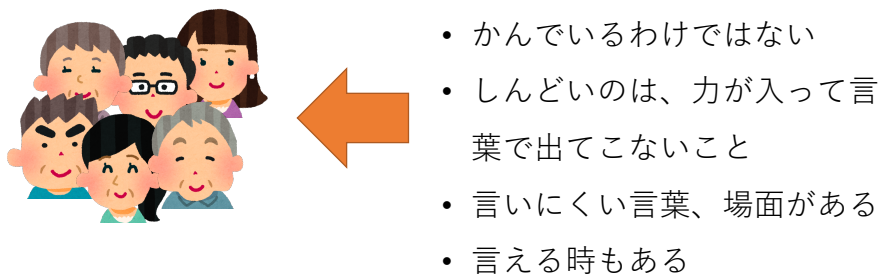


対応を考える



## 周囲への働きかけ

- 吃音の啓発
- 配慮・支援の要望（要求、要請）





## 自身への働きかけ

- 吃音の学習
- 発話面への対応
- 心理面への対応
- 実生活での困難への対応
- 精神衛生（メンタルヘルス）への対応

## 吃音への対処法

# 様々な方法が提案



## 流暢性形成法 (Fluency Shaping)

- 「どもることなく、流暢に話すこと」を目指す
- 全ての発話を「ゆっくり、楽に、そっと」話す
- 自身の吃音への直面 (-)
- 困難への対処 (間接的)

## 吃音緩和法 (Stuttering Modification)

- 「流暢にどもること」を目指す
- 吃音が出そうなところを、「楽で、軽い」話し方で話す
- 自身の吃音への直面 (+)
- 困難への対処 (直接的)

川合 (2010)、坂田 (2012)、山崎 (2013)

## 認知行動療法

- 吃音の二次的行動や恐怖感や否定的な感情の軽減、認知のゆがみの修整を目指す (川合, 2010, 2013)

メンタルヘルス  
社交不安障害への対処

## ヴァーチャルリアリティー

Utility of virtual reality environments to examine physiological reactivity and subjective distress in adults who stutter  
Shelley B. Brundage, James M. Brinton, Adrienne B. Hancock  
Journal of Fluency disorders, 50,85-95, 2016

## 支援者・パートナーを探す

- 周囲の人 (家族、友人、同僚など)
- 相談窓口 (障がい学生支援室、メンタルヘルス担当者など)
- 専門機関 (ことばの教室、病院など)

## 吃音に悩まれている方 へのメッセージ

吃音の知識や対処法を学ぶことで、吃音の困難に立ち向かう知恵や道しるべが得られます。

吃音は、毎日の生活で、話したり、人と関わったりする中で、段々と軽くなっていきます。無理のない範囲で少しずつこれらの経験を重ねましょう。

吃音は、悪いこと、いけないこと、ダメなことではありません。

吃音の困難や苦しさを、一人で抱え込まず、オープンに話せる人を見つけましょう。気持ちが楽になり、吃音のことを前向きに考えられやすくなります。

吃音の不安を持ちながら、毎日生活するのはとても大変なことです。そのような大変な状況の中、日々の活動に取り組んでいる自分を認め、褒めてあげましょう。

吃音は、あなたの特徴のごく一部にすぎません。吃音以外の面（特に得意なこと、良いところ）を見つけ、伸ばすことも、とても大切です。



ご清聴、ありがとうございました

ご質問・ご意見は  
[kobah@kitsuon-portal.jp](mailto:kobah@kitsuon-portal.jp) まで

さらに詳しい情報は  
<http://www.kitsuon-portal.jp/>

吃音ポータルサイト|