

試論

お心主義辞典 Ver. 1. 1

～行動全てが発信である～

目次

I. 【新しい常識その1】すべての行動が何かを伝えようとする発信である。

1. <身体症状>

1-1. 発熱・風邪

- ①微熱が続く
- ②突然高熱が出る
- ③ほとんど病気をしなかった人がたびたび風邪をひくようになる
- ④寝込んだ後なかなか完治しないで床上げができない
- ⑤不定愁訴・パジャマをなかなか着替えられない

1-2. 発汗

- ①頭部、背中を中心としたじっとりとした発汗
- ②特に額、背中を中心に流れるような汗を突然かく
- ③全身に流れるような汗をかく

1-3. 排泄／排尿

- ①夜尿
- ②排尿失敗
- ③排尿回数の少なさ
- ④頻尿

1-4. 排泄／排便

- ①排便失敗・弄便
- ②下痢
- ③便秘

1-5. しゃっくり、咳、咳払い

1-6. 嘔吐

1-7. 湿疹、皮膚の荒れ、目の充血、ヘルペス、吹き出物、円形脱毛

1-8. 急に足腰に力が入らない、急にびっこをひく

1-9. 生理、生理痛

1-10. てんかん発作

2. <行動／動作／姿勢>

2-1. 落ち着かない、座ってられない、屋外へ出て行く、いわゆる多動

2-2. ロッキング

2-3. 過食、食に走る、食欲亢進

2-4. 飲み込めない、口の中に溜める、ポロポロこぼす

2-5. 誤嚥

2-6. 湯船のお湯を飲む、多飲水

2-7. 自傷

2-8. 反復的な会話

2-9. ドライブに行きたい

2-10. 紙を噛む、布を噛む

2-11. 指を口に入れる

2-12. 唇を腕などで拭く

2-13. 唇をなめる

2-14. 唾を吐く

- 2-15. 歯軋り
- 2-16. 服を脱ぐ、裸になる
- 2-17. 不眠、断眠
- 2-18. 自分の布団で寝ない
- 2-19. ニつ折りで寝る
- 2-20. シャワーを浴びる／水洗便所の水を流す／水道の水を出す／水を撒く
- 2-21. つかみかかる／なかなか離してくれない
- 2-22. 服を重ね着する
- 2-23. パンツをはかない、肌着を着ない
- 2-24. 爪を噛む、爪を短く切る、爪をちぎる
- 2-25. 玄関、出入口付近にいる
- 2-26. コードを引っ張る、抜く、接続する、接着剤、紐を持つ
- 2-27. 仰向けで下肢を上げ下げする（いわゆる腹筋運動）
- 2-28. 鏡の映る自分の姿（顔、表情）を見る
- 2-29. 猫背、いかり肩、足の指の反り返し
- 2-30. 音楽を聞く

3. <嗜好／興味>

- 3-1. 2の法則
- 3-2. いっぱいの法則
- 3-3. 辛いものが好き（柿の種、明太子等）
- 3-4. 甘いものが好き（ヨーグルト、アイス、プリン、パフェ等）
- 3-5. しつこい食事、あっさりとした食事
- 3-6. ふるさとの味、おふくろの味
- 3-7. 人形を反復的に買う、持ち歩く（動物のぬいぐるみ）
- 3-8. 車のおもちゃを反復的に買う
- 3-9. 腕時計を反復的に買う、たくさん付ける
- 3-10. 好きな歌
- 3-11. お手伝いをする
- 3-12. 坊主頭、自分の髪の毛を切る
- 3-13. ペットボトルのジュースを飲む
- 3-14. 栄養ドリンクないしは栄養ドリンク系のジュースを飲む、カロリーメイトを食べる

II. 【新しい常識その2】とっておきの支援

- 4-1. 養命酒
- 4-2. マイナスイオン毛布
- 4-3. にんにく卵、ミリオンパワー
- 4-4. アルカリイオン水

III. 【新しい常識その3】コミュニケーションの特性

【コミュニケーション快感錯誤原則その1】

【コミュニケーション快感錯誤原則その2】

- 5-1. 本当の要求が、かなえられやすい要求にすり替わる
- 5-2. わがままと思える要求が、良い子がするような要求にすり替わる

5-3. イメージの連鎖としての伝達

5-4. 「YES」ほど危ない返答は無いーエコラリアの意味ー

5-5. 自分の殻を自分で壊すのは難しい

I. 【新しい常識その1】すべての行動が何かを伝えようとする発信である。

1. <身体症状>

1-1. 発熱・風邪

①微熱が続く

他に症状がなく7度2、3分の熱がある場合には、自律神経失調状態を考えてみるのがよい。主に「さびしい」「つらい」などの想いが発熱というような方法をとられて発信されていることが多い。

心の中の不安や心配が発熱や発汗等の自律神経症状に出やすいのは、知的障害や自閉症の方々の障害が脳の大脳皮質に止まらず脳全体や身体を含む広範囲に及んでいることや想いが言語化できないが故のストレスの高さを想像させる。

「さびしい」「つらい」などの原因がわかっている場合には、そのターゲットに沿って係わりの方法を考えていくことができる。

ただし、多くの場合たとえ微熱であっても発熱には、身体の倦怠感、重苦しさ、食欲不振、意欲減退が伴っていると考えられるので、病人としての対応(依存的な状況を意識的に仕組む)を同時に手当てすることが重要となる。好きなものを食べる、静養する、食事を居室まで運ぶなどの支援がこれに当たる。もちろん、ゆったりとした身体接触を持つ、共感を持って本人の心情を言語化するといった抱っこ法的な対応は欠かせない。

②突然高熱が出る

他に症状がなく、38度～40度の発熱が突然ある場合には、それは怒りの発信として捉えることができる。とくに重篤な知的障害に運動障害を併せ持ちコミュニケーション方法に多くの制限がある場合にはこの傾向が強い。他に伝える方法がないからこそ選ばれるのがこの突然の発熱という手段なのである。顔が赤くなる、動きが激しくなる、というような行動を伴うこともある。

その原因は、「約束が守られていない」「自分の一番大切なことがまるでわかっていない」というような人間同士の付き合いにおける重大な失点であることが多い。このように障害が特に重い方々の発信は、その発信を単なる症状だけに終わらせることなく、見えぬ原因にまでたどり着くことで人間関係における本来のものを教えてくれることが多い。

誠実に謝罪する、約束を果たすなどで怒りの原因が解決すれば、1～2時間のうちにまた平熱に戻るのが特徴であり、またその怒りが高熱の原因だったという何よりの証拠でもある。

③ほとんど病気をしなかった人がたびたび風邪をひくようになる

心が緩んだときに風邪をひくことがあるのはよくあることであるのだが、このことを重い知的障害や自閉症の方に当てはめれば、ずっと緊張していてウィルスまでを寄せつけなかった身体が心の弛緩とともに身体が緩み、風邪をひくことができるようになったと考えることができる。

「風邪をひく」という行動は、疲れた体や心を休ませるための身体反応であるのだが、それは自分の疲れを認めることであるし、今までの過剰な頑張り捨てて、病気という依存状態(甘えん坊状態)に陥ることを受け止め始めている姿でもあるのである。

それは、ウィルスを代表とする外界を受け入れ始めているとも考えられ、支援の途上でこのようなことが起こり始めれば、その支援のベクトルの方向は間違っていないという指標である。

④寝込んだ後なかなか完治しないで床上げができない

病気になる、すると支援の密度が高くなり、病気で苦しいとはいいながら思わぬ甘えん坊

状態の快感を味わう事態となる。一週間も寝込んでしまうと、その味が忘れられなくなる場合がある。

人間には、頑張りたい気持ちと甘えたい、怠けたい気持ちの両方がある。病気のおそらく後者が優勢だろう。支援者側も当初はその点に重心を置きながら〈癒し〉というスタンスで支援に当たるべきだろう。しかしその支援はどこかで〈励まし〉に転化していかなくてはならない。

床上げができずにぐずぐず、もやもやしている状態はこの〈励まし〉への転化がスムーズに運ばなかった場合であると考えられる。〈よしよし〉から〈頑張ろう、大丈夫だよ〉への移行である。その方がまだまだ甘えたい気持ちでいるのを知りながら、でも頑張ろうと励まし、頑張ることがきつとできるであろうことを信頼することが次のスタンスである。

この二つのスタンスをじょうずに行ったり来たりできることが、〈癒し〉が甘えや放任にならず、〈励まし〉が指導や訓練にならない大切な点であると考えられる。

⑤不定愁訴・パジャマをなかなか着替えられない

具体的な発熱などの症状がないのに、頭が痛い、お腹が痛い、下痢をしたなどの訴えがあるとき、またパジャマがなかなか着替えられないなどのときは、それは「病気になりたい」という訴えであり、依存的な気持ちが心に充満しているときである。原因を探しながらも訴える症状に沿った医療的な対応が重要である。治療というのは、直接的な原因がわからない場合でも、治療者と被治療者との関係を深めていくのには、貴重な場面設定である。

1-2. 発汗

①頭部、背中を中心としたじっとりとした発汗

基本的には自律神経失調症状で、比較的慢性的なストレスと対応していると考えられる。施設に入所することが不本意だった、支えてくれる人が誰もいない、自分の気持ちが全く通じないなど、もともと内向的なタイプの方がこのような不安を抱き、しかも言語化、行動化ができないときに、この控えめな発汗というような伝達方法が選択される。長年に渡るコミュニケーションに対する支援、母子関係変容に対する支援により、徐々に改善する。

②特に額、背中を中心に流れるような汗を突然かく

急に生じた心配、不安などが原因で生じる。「冷や汗」と表現しても良いような発汗である。本当に流れるような汗をかくときがある。しかし原因を探求し、解決が図られることでピタッと止まってしまうので、解決の手順や結果が分かりやすい伝達手段である。

母親以外の人を好きになってしまったとき、担任以外の職員を好きになってしまったとき、担任のことを独り占めにしたいほど大好きになってしまったときなど、当然本人には認めてもらえないだろうと思えるような気持ちを持ってしまったときの動揺がこのような冷や汗で表現されたりする。

また今まで頼んだことがないような帰省の要求、買い物、外出の要求などをしたときにも生じる。「わがままを言い過ぎた」それによって「嫌われてしまうのではないか」という不安が発汗に通じている。

いずれにしても、本人にしてみれば「とても認めてくれないだろう」というような希望や要求が心の中に生じたときに生じる発汗であるので、その希望や要求を認め、受容し、人間として当然の権利であることを伝えることで解決に至ることが多い。

③全身に流れるような汗をかく

目前に起こることへの緊張や恐怖が表現されている。未知のものへの不安の場合もあるが、わかっているにしてもいやだというような場合の恐怖もある。

イヤだと言っても認めてもらえず「無理やりやらされるのではないか」という恐怖感が根底にある場合が多い。この心理状態は、訓練や指導に長きに渡って直面せざるを得なかった施設入所している知的障害者ばかりでなく、たとえ在宅であっても「イヤだ」をまともに取り合ってくれなかった「経験を積みばできるようになる」「なにごととも練習だ」的な対応を甘んじて受けなければならなかった知的障害者の方でも陥りやすい心境である。

日常的な場面で「無理に」という対応を避け、本人の主体性を大切にする係わりを長年に渡って続けることで回復に至る道筋を見つけることができる。

その後、新奇なもの、困難なものに挑戦してみようという意欲が育ってくるので、それまでは「無理強い」は禁物であり、長期に渡る良質な支援もたった一回の「無理強い」がそれまでの努力を無に帰させることがあるので、慎重な対応が必要である。職員集団、家族を含め期待しつつ、しかし無理強いはせず、見守り続けることが肝要となる。

1-3. 排泄／排尿

①夜尿

機能的に問題がなければ、母子分離不安を疑えばよい。常態的に夜尿のある場合には、長期に渡る人間関係の調整が必要だが、単発な夜尿あるいは一定期間だけの夜尿の場合には、原因の究明とその対応で改善が見られる。

母親との分離がその不安の源泉であるので、帰省日が確定しているか、帰省期間は十分か、満足した帰省が実施されているかなどのチェックがまず必要である。

また、特に夜尿の問題がなかった人に夜尿が始まった場合には、安定していたかのように見えた母子関係、その対象関係が不安定になっているサインであるので、情報収集、特に家庭環境、そのライフステージの移り変わりについては、詳細を極めたい。

兄弟姉妹の結婚、甥、姪の誕生などで簡単に分離不安に陥る場合が多いので注意が必要である。また、甥にはお年玉があったのに本人はないとか、姪と一緒に外出や買い物に行ったのに、本人とはそういうことがないといったときにも、分離不安は高まることを知っていたい。

また老人介護により母親の手が取られてしまうといったときにも、分離不安は高まる。夜尿があるからといって、深夜に起こして排泄を促すことは、逆効果である。夜尿シートなどを活用して、濡らしてもいい状態を準備し、あるいはオムツをして安心できるような状態を作って、安眠することが先決である。もちろん失敗については、揶揄や叱責をせず「寂しいとオシッコ出ちゃうね」などと内面の言語化を図りながら、淡々と支援しなければならない。

②排尿失敗

いくら障害が重くても学童期以上になれば、オシッコは便所でするものだというくらいはわかっているに違いない。その状態で排尿の失敗が続く場合は、何かのサインであると考えるのが順当である。

一番単純な事例は、無理な定時排泄支援に対する反発である。排泄は、排尿であっても、排便であっても、出たいときが出たいときであって、他人の要求に沿って排泄が行われるのは、その人間関係に愛されている、愛しているという信頼関係が存在するときのみである。ただのマニュアルに沿った排泄支援では、反発を生むだけである。逆に妙にみんながそんなマニュアル的な定時排泄支援に従順な場合は、まだエンパワメントが進んでいない状態、諦めの中で暮らしている状態だと言える。

「今は行きたくない」と言える環境設定とそう表現されたときにそれを受け止めていける支援体制が準備されなくてはならない。

次に考えられることは、情緒表現、伝達としての排尿失敗である。それはさびしさオシッコ、こんちくしょうオシッコと呼んでも良いようなタイプのもので、個人、集団全体、職員

の支援など全てを含めて行動観察を綿密に行うことで、因果関係のヒントを得られる場合が多い。エンパワメントが始まった初期の状態に見られることが多い。内面を言語化し、支援者側が誠実に要求していることを実現しようとしていくことで、確実に失敗は減少し、他の伝達手段を用いることができるようになるものである。

ばかやろうオシッコと表現できるような怒りの伝達手段として用いられる場合には、対応は急がなくてはならない。伝えようとしていることは、「約束が守られていない」「嘘つき」「自分だけ無視されている」というような切なくて辛い内容であることが多いので、本人の心情をおもんばかれば当然対応は急となる。他の情緒状態との区別は表情や行動を観察することで可能になる。不眠や多動、強迫行動などを伴うことも多い。

③排尿回数の少なさ

排尿回数は一日平均五回程度が標準だろうか。一日に一回だけ、しかも夜間オムツの中だけにというような事例に当たることがある。また午前中に一回、午後一回の計二回なんていう方もいる。日帰り旅行などの外出時には一回も排尿がないというような人もいる。

僕らはそれを〈がまん系〉などと言っている。排泄は、しつけの厳しさと大いに関係があるのだが、激しすぎるしつけを受けた場合には、自分の気持ちを押し殺して我慢するようになり、それは排泄物でいえば、溜め込むようになるということと同義である。

コミュニケーション支援を図りながら、身体を緩めることができるようになる、他人に身体を委ねることができるようになる、いずれも動作法的な概念だが、それができるようになる頃には、一回の排泄が二回、三回へと変化していく。

④頻尿

いわゆるオシッコが近くなるという状態だが、慢性的な場合と単発的、一定期間だけに見られるというタイプの違いがある。

いずれもこれから起こる状況に対する不安や自信のなさを背景として考えればよい。

見通しの難しさが広範囲、長期的なものであれば、頻尿は慢性的、長期的であろうし、見通しの立ち難さのターゲットが、はっきりしたものであれば、単発的、一定期間だけということになる。

見通しを持った暮らしを提供するには、何を置いても TEACCH プログラム的なアプローチ、アイデアが功を奏する。スケジュールボード的なものをターゲットに沿って丁寧に準備し続けることで、外界への信頼と他者への信頼を獲得していくことができる。一日の日課から始まって、いつ出かけるのか、誰が出勤するのか…、解らないものはたくさんあるのである。

また「イヤだ」が上手に発信できないための頻尿、退屈しすぎた暮らしの中で「遊び」的な要素を持った頻尿もあるが、いずれにしても暮らしの組み立てが本人の主体性に沿っているものでないという内容の発信として捉えればいずれも同じ構造を持っていると考えることができる。

1-4. 排泄／排便

①排便失敗・弄便

排尿の失敗に比べると、排便の失敗の方がやや心理状態としては原因が根深いという意味において重篤である。伝えることへの自信、エネルギーが乏しいと考えることができる。

精神分析では、排便を与えられている愛情に対するお返しのパレートのプレゼントであると考えられるのだが、この排便を失敗する、さらにそれを弄ぶという行為には、想いが伝わらないという因子のほかに、お心全体を覆っている鬱気分みたいなものを想定することができる。

排尿の失敗の方が、本人の生活は外界との接点を強く持っていると考えても良いのではないか。

排尿と同じように、怒り、寂しさ、辛さの表現として、こんちきしょうウンコ、さびしさウンコなどを想定できるが、根本的な心の有様としては、「自分はやっぱりだめなんだ」「絶対誰も自分のことをわかってくれない」というようなあきらめ気分支配されていて、自己完結的な要素が強い。

感受性が強く、相手の気持ちを取り込むことを繰り返し繰り返し続けてきたことでの結果でもある。

心のケアは、よりきめ細かに、原初的な係わりから慎重に積み上げを図らなくてはならない。一緒にそばにいる、安心して手を握り続けることができる、柔らかい身体接触を通じた遊びなどから、対人的な安心や肯定的な実存感を共有したい。

直接的な支援方法は、いつも同じ。内面の、特に否定的な感情の言語化と共感、それを受けていくような環境設定、寛容な対応である。

②下痢

多くは、恐れ、しかも叱責の恐怖に対する反応である。外界からの直接的な叱責と自分が自分を罰する自罰的な叱責の構造もこれに含まれる。

不安は漠然とした対象に対してであるのに比べて、恐怖は明確な対象に対して抱いている感情であるので、ターゲットを把握することで、支援の方向は明確になる。

頭ごなしの叱責後に生じる下痢もあれば、怒られるかもしれない、きっと怒られるだろうという将来に対する予測から生じる下痢もある。

いずれにしても、頭ごなしに叱られるという状況は、誰にとっても好ましい状況ではないし、その原因が自分の力ではとても避けられないような事態から発しているとすれば、なおさら理不尽な状況である。

お腹がすいてどうしようもないので、他のメンバーさんの食事に手を出したら叱られた、悶々として眠れないのに寝ると叱られた、他に伝える手段がないのでガラスを割ったら叱られた etc. 理不尽な状況での叱責が生じやすいのは、コミュニケーション障害がある重い知的障害の方々にとっては、ある意味では避けることができない道なのだが、頭ごなしの叱責を完全に排除する、行動の背後にある本当の気持ちをいつでも考えることにより、このような叱責の恐怖のための生じる下痢は避けることができる。

1 回生じたエピソードは、トラウマのように本人の中にイメージとして残り、次に同じような事態が生じる可能性があるときに、下痢が繰返されることがある。

また、自分があるべき姿とはかけ離れた要求を持ってしまったときに、そんな自分を罰するという心理機制が働いて生じた下痢は、例えば職員に対する不信や苦情など、本来ならば入所施設においてはタブーであると考えられるような想いに源を発しているときがある。基本的には人間は何を思っても自由なわけで(例えば“人を実際に殺さなければ”“人を殺したいほど憎んでも”かまわない)、職員に対する不満などはあって当然で、その不満を汲み取り、対等な人間関係の中で、謝罪やお礼を繰り返しながら、何でも伝えられるような関係構築が重要となる。

③便秘

下痢が、自分の想いが、叱責されることで形にならず、流れ出るという心理状況の反映だとすれば、便秘は自分の想いが上手に表現できず、溜め込まれている心理状態の反映である。その想いが実現されそうもないことも不安を生じさせ、なおさら便秘状態が強化される。

下痢の方が、外向的な性格を反映した行動化の方向であるとすれば、便秘は、内向的な性格を反映した非行動化の結果である。

同じようなニーズを抱えたにしろ、その方の性格傾向により発信の状況は異なるのである。

願いがかなった途端に大量の排便がある、帰省したら直ちに便所に駆け込み排便があるな

どはこの我慢の構造を端的に示すものである。

1-5. しゃっくり、咳、咳払い

いずれも、その場で言いたかったことが言えなかったことで、心にそのことがつかえるように存在していて、それを吐き出そう、言い出そうとする葛藤状況を示す行動である。

止めようと思っても止まらないところは、チックの症状と似ている。

しゃっくり、咳、咳払いの順に無意識での心理機制が強くなっている。

本当はAというものが買いたかったのにBを買ってきてしまった、本当はCはしなくなかったのにCをやってしまったというようなストレスが〈しゃっくり〉として表現される。それはさらに「Bでいいの？」と問われて「YES」の返事をしてしまった場合、本当はCを本当はイヤなのに笑顔でやってしまったような場合に顕著である。背景には過剰適応の心理機制があるのである。

「本当は〇〇が買いたかったんだよね」「本当は〇〇したかったんだよね」という押し殺した本当の気持ちを言語化できることによって、ピタリと止まることが多い。また「今度は〇〇を買おうね」「今度は絶対〇〇をやらないようにしようね」という保障も安心の手助けをする。

1-6. 嘔吐

母親や担任など対象関係にあるものに対する〈好きになりたい〉〈好きだ〉という想いと〈嫌われるかもしれない〉〈嫌われている〉というアンビバレンツ（両価的）な葛藤状況が嘔吐として表現される。基本的には、母子関係の不安定さが基盤なので、その調整なしには大きな変容は望めない。

幼少期から本人の意図とは裏腹に、叱られることを繰り返したり、無視をされたり、厭味や皮肉が多い付き合いを重ねると、その意味するところ（比喩、暗喩）が理解できない知的障害者の方々は、愛されていることに自信が持てない状態に陥りやすい。

支援者や養育者が、真っ直ぐな愛情伝達が苦手だったり、照れくさいような場合にも知的障害者に対しては、努力して素直にポジティブな表現を用いることが重要な理由がここにある。

また、このアンビバレンツ（両価的）な葛藤を抱えている場合には、支援者や療育者の意向を、自分が嫌われないために（嫌われてしまうのではないかという不安のために）、先に取り入れ、本当はイヤなのに、笑顔でその意向に沿うことが多いので、要注意である。

支援の方向は、本当にイヤなことを「イヤだ」と言える勇気を育むことである。

1-7. 湿疹、皮膚の荒れ、目の充血、ヘルペス、吹き出物、円形脱毛

いずれも短期的なものであれば、何らかの不安、心配の発信である。もともとアトピー体質などのアレルギー体質であったり、逆さ睫毛があったりというような負因がある場合に、ストレスがその弱い部分を介して表出されていると考えることができる。ストレスによって免疫力が弱まることでの症状発現である。

心配の要因がわかり、有効な手立てが確実に実行されれば、瞬く間に症状は治まる。

心配ごとのレベルは、その方のエンパワメントの進み具合によって、個々別々である。帰省の日程が決まっていないというような初期の段階のものから、帰省の形が決まっていない、外出の形が決まっていない、あるいは自分の伝えた希望通りに帰省ができるかどうか心配など多岐に渡っているので、支援者は想像力（創造力）をたくましくして、原因を突き止めることが責務となる。

1-8. 急に足腰に力が入らない、急にびっこをひく

ヒステリー反動的な身体反応である。「腰に力が入らない」「自分の足では歩けない」とその行動を現象学的に捉えれば、依存心が増したときの反応に違いないのだが、なぜこのような行動が、本人にとって選ばれているのかはわからない点が多い。特に心配や不安や葛藤状況に支援のターゲットが当たらなくても、原因を突き止めるために、整形外科、神経内科、精神科等受診しているうちに突然回復したり、病人として丁寧な係わりをしているうちに回復することが多い。

基本的には、「最近どうも大切にされていないんじゃないか」というような実存的な不安があるので、現在まで積み上げてきた支援内容の中で、怠っている点がないかどうかの点検や職員集団や家庭状況が変化していく中で、本人の存在感を危うく、あるいは希薄せしめているようなことがないかのチェックがまず第一に必要である。

さらに、これは当然だが、症状に対する治療は、特に当初は訴えを、医師の診断が異常なしであるからという理由で、無視することがないように本格的であったほうが良い。そのことが癒しに通ずる道筋である。ある時点から励ましに転じるわけだが、それは慌てることなく、逆に遅すぎると思えるくらいの方が好機であることが多い。

1-9. 生理、生理痛

情緒的にゆったりできない緊張状態にある母子関係、父子関係などがある場合、面会や帰省が近づくと必ず生理があつたり、また帰省すると必ず生理があつたりと、心的な状態と密接な関係があると推測されるようなエピソードは多い。

面会、帰省前の生理については、何か頼みたいのに頼めない緊張関係が想像できるので、保護者に代わって本人の本当の気持ちを聞きだせるような支援が必要である。本人のニーズが解った時には、支援者として保護者との間に立ち、ニーズの実現のために本人の気持ちを通訳、代弁しながら架け橋とならなくてはならない。また TEACCH プログラム的な視覚的な情報提供手段を駆使して、ニーズの実現まで安心して待つことができるような、環境作りをしなければならない。

帰省中の生理については、たび重なれば、偶然の範囲を越えているので、「病人になってよしよされたい」気持ちの表現だと考えればよい。家庭でゴロゴロしているのを受け止めることが大切である。

エンパワメントの進行に合わせて、今まで感じさせなかった生理痛が発現する場合がある。「痛い」ということを上手に自分自身が感じたり伝達できないがために、「イライラする」「大声が出る」「場面転換が困難になる」等の不穏な行動が生じることで、周りの人間はその不調を知ることになるのだが、「甘えることができるようになる」と言う気持ちの変化がこうした行動に繋がっていることを理解して、適正な鎮痛剤の使用をしながら、病人としての支援が必要である。生理前、生理中等その方によって痛みやイライラの状態は全く異なることを知っていたい。

1-10. てんかん発作

器質的な障害であると捉えられていることが多いてんかん発作であるが、その発現に至るまで機序は、おそらくその90%程度は心的な状態をフォローすることで確認することができる。残りの10%程度が、生理前、発熱、前線の通過などによる天候の急変によって引き起こされる純粋な器質的なものであろう。

てんかん発作は、伝わらない、伝えられない等のストレスの総体として出現しているのだろうが、支援者はそのストレスの総体を解きほぐし、明確なニーズとして紡ぎださなければならない。それはてんかん発作という伝達手段、内容を日本語に通訳する作業である。

したがって、一日に何回もあるような発作を、あるいは一ヶ月間に何回もあるような発作を、コミュニケーションの深まりによって減らすことが可能である。基本的にはてんかん自

体は器質的な疾病であるので、発作の出現を全く抑えることは困難なのだが。

このコミュニケーションの深まりは「幸福のかたちの実現」と同義だが、それは多くはまず母親との対象関係の再構築から出発する。それはさらに父親との関係調整、関係修正に向かい、それとともにささやかな希望や期待が表出されるようになり、それが実現された頃よりてんかん発作が少なくなることが知られている。

いずれにしても、それは主体的な暮らしをどれだけ保障するかが支援の基本であることに違いはない。

怒り発作、寂しさ発作、心配発作、文句発作、不安発作、排泄と同様、発作によって伝えようとする内容は様々である。

2. <行動／動作／姿勢>

2-1. 落ち着かない、座ってられない、屋外へ出て行く、いわゆる多動

もちろん様々な原因があると思われるのだが、多くは「居ても立ってもいられない状態」と理解することが解決への道となる。

常態的な多動でさえも、器質的な原因究明や訓練的な対応にばかりに目を奪われることなく、本人の気持ちの「伝わり度」を精緻に検討することで、「居ても立ってもいられない状態」を生み出す心理的な要因が見つかるはずである。

「居ても立ってもいられない状態」とは心配で心配でたまらない状態である。

漠然とした一番大きな不安は、母親に自分は愛されているかどうかという不安である。頭ごなしに叱られることが多い生活、間雲に制止されたり、罰せられたりすることが多い暮らしの中では、母親や職員の愛情は確かめようがないから、ますます落ち着かない心の状態になるだろう。

落ち着いて座っていることができる方が、突然のように屋外へ出て行ったり、移動が激しいというような行動を示すときには、特定の心配の種を見出し、一緒になって解決することで、再び穏やかさを取り戻すことができる。

2-2. ロッキング

視覚障害の方のロッキングはよく知られているところであり、自己刺激運動などと理解されていることが多いのだろうと思う。確かに視覚的な刺激がないことは、脳に飛び込んでくる情報が格段と少なくなり、それが退屈状態を生じさせ、自ら運動を起こすことで、その退屈状態を回避しようとしていると理解することは、全部が間違いだとは思わない。

しかしながら、視覚障害の方全員にロッキングがあり、一日多くの時間ロッキングをしているというのなら、その理解の方法だけで対応すればいいのだろうが、ことはそう簡単であるわけではない。

このような運動は、自らが模倣してみることが、その方の気持ちを重ね合わせるための一番の方法となる。ロッキングを開始すると、目をつぶっていればなおさら、目を開けていても外界の刺激から自らを閉じることができることが実感できる。つまりお心的には一人ぼっち状況を作り出すための行動であると考えることができる。

誰の助けも要らないというようなツッパリ精神状況、どうせ私は一人ぼっちさというようないじけ精神状況、誰も私を助けてくれないというようなさびしさ精神状況、想像される一人ぼっち状況はさまざまであるが、外界を拒否しようとしている、外界を信頼していないということ点では同じである。

他者に依存することができるようになるというような全人格的なアプローチがあって、徐々に改善していくのがこのロッキングである。

2-3. 過食、食に走る、食欲亢進

食と愛情との関係については、いまさら指摘するまでもないだろう。愛されたいという欲求と食べたいという欲求は同義である。ただ、いくら食べてもそれは食べ物であって愛情ではないので、決して満足のいく状態にはならないのである。

「あげればあげるだけ食べちゃうんですよ」「何本でも缶コーヒー飲んじゃうんですよ」「本当に食べることは一人前以上で」というような表現の裏側には「重度の知的障害の方々は、全くセルフコントロールする能力を持ち合わせていないし、教育の可能性がない」といった蔑みが必ず隠れていて、食べざるを得ない本人のお心の状態には注意が向いていない。

どんなに知的障害が重い方であっても、適切に構造化された環境で食事が提供され、お心にバランスが取れていれば、目の前に大好物が残っていようと、満腹になれば食は止まるものである。

隣の人の食事に手が出たり、残飯に手が出たり、何度も食堂への出入りを繰り返したりというようなことがあれば、「伝わらない想い」を想定し、対応した方が良い。その多くは「(いけないことだと) わかっちゃいるけど止められない」行動であり、頭ごなしに注意されたり、叱責されたり、罰を与えられることは、さらに自己イメージを傷つけることになり、食べたい欲求を強化するだけである。愛情飢餓—食欲亢進—叱責—愛情飢餓という悪循環である。

また恒常的な食欲求には虐待などによる重篤な心的な外傷を想定することができる。

対応の方法では、一方で食欲を満足させながら、一方で愛情欲求を満たす必要がある。施設のような集団生活では、通常の食事時間、食事場所で特別な配慮をすることが困難である場合が多いので、TEACCH プログラム的な構造化の手法を用いて、可能な限り、オプションのおやつ、カップラーメン、お惣菜等を提供することで、食べたい思いを満足させることが重要である。ある意味では、そうすることは特別扱いでもあるので、食欲の満足と同時に、愛情欲求も満たしていると考えることができる。

提供するオプションについては、慎重な吟味が重要である。同じ一品を提供するにしろ、その効果を高めるためには、その人の心の隙間を埋めるための食べ物はいったいなんであるのかを研究しなくてはならない。お腹がいっぱいになるのなら、何でもいいというわけではないのである。

2-4. 飲み込めない、口の中に溜める、ポロポロこぼす

本来、嚥下機能に問題のない方が、妙に飲み込むのを苦労していたり、ポロポロ食べこぼしがあったり、口の中に溜めていて、なかなか飲み込まなかったりというようなことがおこる場合がある。

食事は外的な環境の代表と考えれば、その飲み込むのに困難な姿は、今置かれているこの環境に納得がいけない、この状況をうまく飲み込めないと理解することができる。

それはまた、相談なしに環境が激変したとき、相談なしにことが進んでしまっているときの消極的な怒りの表現である。

さらにエンパワメントが進めば、怒りはもっと異なった直接的な表現として表出されるようになるのだが、この段階においては、せいぜい「なんか納得いかないなあ」「イヤなんだよなあ」程度のあきらめをともなった反発に留まっている。

支援者は、積極的に怒りの感情を本人に代って言語化し、支援内容に至らぬ点があるなら、それを改善ながら、他者（職員や保護者）と異なる意見や考えを持ってもいいこと、気に入らなければ怒っていいことを伝えていかななくてはならない。

2-5. 誤嚥

通常の食事では、誤嚥をおこさない人が、きざみ食であっても突然頻回に誤嚥をおこすときがある。そんな方は、好きなものを食べているとき、つまみ食いをするときなどでは、かなり大きな食材であっても全く詰まるということがないことが多いから、やはり心理的な要

因が絡んでいるのだろう。

現象的には、うまく飲み込めない、詰まってしまうということであるので、何か言いたいことがあるのだが、それがうまく伝わらないという理解が良い。

言っても実現しそうな要求、希望、期待が横たわっている場合が多い。

2-6. 湯船のお湯を飲む、多飲水

考えられないほどの量をカブガブ飲んでしまうことが多いのではないだろうか。自閉症の範疇の方に多いということが言われるが、決してそうではない。どんなタイプの障害の方にも生じる行動である。

湯船については、対症療法的には、入浴の直前に水分（特に好きなもの）を十分とること、入浴直後にも十分水分を補給することによって、湯船のお湯を飲む量、飲む回数とも減じさせることができる。

多飲水についても、一方では飲むことができることを保障しながら、なぜ飲むのか、いつ飲むのかを観察ながら、何を伝えたいのかを研究しなければならない。おそらく何かいやだなと思ったすぐ直後に飲みに走っている可能性がある。

食事に比べて、手に入りやすい手段であるので、そんな行動が固定されやすいのだろう。

心理構造的には、食に関する強迫性と同様に、愛情飢餓を想定すればよい。「のどが渇く」という状態と理解すれば、「愛に渇いている」と同義だろう。したがって、対症療法はあくまでも対症療法であって、根本解決にはならない。

帰省、面会が軌道に乗る（構造化された、主体的な希望が盛り込まれた等）ことで、変容を見せることがある。

いずれにしても、コミュニケーション全体の問題であるので、短期的、急速な変容は困難であることを銘記したい。

2-7. 自傷

人間には、ストレス（伝わらない想い）を処理する際に二つのタイプがある。それは外向きにエネルギーを発散させるものと内向きに引きこもるタイプである。器物破損や他害はその攻撃性が外へ向いた行動であり、不眠や自傷は内向きの攻撃性である。表面的には、外向きの場合には「あいつが悪い」とそのストレスの原因が自分の外にあるという処理の仕方（外罰的）であり、内向きの場合には「自分が悪い」とする処理の仕方（内罰的）である。

自傷とは、明らかに自分を傷つける方法であるので、悪い自分を自分で罰しているという心理的なメカニズムを想定することで、理解や支援の方法を組み立てることができる。（攻撃性が自分へ向かう最終局面は自殺である。）

手のひら、手首、手指などを噛む、頭を壁などにぶつける、身体部分をつねる、引っ掻くなどのわかりやすい自傷から、抜毛、かさぶたを取る、カテーテルを抜く、鼻をこする、鼻血を出すなどまでを自傷に含めることができる。

自傷行動は、基本的には止める。それは「あなたが悪いわけではないこと」を伝えるためである。止めながら、原因と思われることについての体験過程の組み立て直しを行うのである。ネガティブな受け止めをニュートラルもしくはポジティブな受け止めに変えていくことで、その場の自傷行動は、抑止することができる。

常態的な自傷については、根本的なアプローチが必要となる。この世のできごとは、全て「あいつだけが悪い」のではないし、「自分だけが悪い」のではないので、その中庸に体験過程の基準を移動できることが、自傷解決の道となる。

また、自傷の部位によって、その秘めた攻撃性のターゲットを推測することができる。頭であれば、髪の毛を伸ばしたいであったり、親指への自傷、人差し指への自傷であれば、それぞれ父親、母親への攻撃性が潜んでいると考える。

2-8. 反復的な会話

繰り返される質問（泊まり誰？、今日晴れ？等）は、本当に聞きたいこと、頼みたいことが伝えられないがための結果である。何回聞いても、それは本当に聞きたいことではないので、反復されるのである。本当に聞きたいことであるのなら、一回ないし、数回答えればそれで会話は収束するはずである。

もちろんその背景には、彼らの発語能力の貧弱さや短期記憶の脆弱さがあるにしろ、ただ関係を持ちたい、注意をひきたいのだという理解の方法では、彼らの本当の願いには手が届かない。

同じ質問であっても、聞きたい、伝えたい内容はその都度状況によって異なることを支援者は知るべきである。

対応は、最初は困難を極める。何を本当に伝えたいのかが全く想像もできないからである。質問の前後の状況、その方の希望、期待、嗜好などを知ること、最初は当てずっぽうであった受け答えが、確実性を増し、ピタリと当たれば反復的な会話が収束するという経験が積み重なることで、第三者にとってはちんぷんかんぷんな会話が、二者関係のなかでは十分機能するようになるのである。

発語能力が二～三語文域の場合、支援者はしゃべれるからということで、その発語の持つ意味に囚われ、必要以上に言葉を信用しすぎることが生じる。それは当事者にとっては不幸なことである。知的障害者の語彙の広がりや乏しい二～三語文域の発語では、伝達できる内容はほんのわずかであり、思考内容の広がりや比べてあまりにも稚拙な道具でしかないからである。

また、しゃべることができるからといって、本当の気持ちを伝えていると断定するのも間違いである。特に反復的な会話の場合には、「伝えにくい何かがある」「いえば自分に不利なことがおこる」「頼んでも聞き入れてくれそうにもない」「自分の弱みを見せることである」などの気持ちが潜んでいることが多い。

反復的な会話は、関係を悪くする。皆しつこいのは嫌いだからである。しかし、それは本人も支援者も望んでいないことであるのだから、早く反復的な会話を知的障害や正確のせいにするのを止めて、新しい関係構築の方法を模索しなければならない。

2-9. ドライブに行きたい

皆さん、ドライブは大好きなことと思う。なぜ好きか？それにはいろいろの説明が可能だろう。

例えば、入所施設の場合、帰省や面会は主に自家用車を活用して行われているから、ドライブそのものが、保護者や帰省や面会とイメージ上でくっついてしまっていて、ドライブが好きになるという説明。

例えば、自動車は閉鎖空間で、安定した支援者との関係を保障しているから、また閉鎖空間そのものは究極的には子宮的な空間であるから、安定をもたらしやすいという説明。

また、知的障害が重くなればなるほど、自らの身体は移動しにくいものになるが、自動車は、自らが動かなくても、周りの景色は早いスピードで動くので、それがたまたま心地よいのだという説明。

いずれの説明もおそらく間違っていないのだろう。

しかしながら、毎日、何回となく、行っても行ってもドライブに行きたいというように衝動が強い場合の行動理解の方法は、帰省面会イメージ説が支援の方法を生み出すために有効だろう。

実際の対応としては、限りない回数ドライブや果てしもなく長時間のドライブは、施設においては特に不可能であるので、TEACCH 的な構造化が有効である。いつ行けるのか、ど

こに行けるのか、どのくらい行けるのかなどを本人のニーズと折り合いのつく範囲で決定し保障することで当面の混乱は防ぐことができる。

一方でこうした構造化の対応を取りながら、一方ではコミュニケーション全体の問題に迫ればよいのである。

ドライブの要求があった時、短時間、短距離のドライブ（ちょこっとドライブを略してチョコドラと呼んでいる）であっても、本人の満足がいくのならば、行くの行かないの議論をしているよりは、行ってしまった方が結論は早い。そういった時の要求は、ドライブそのものよりは、もっと仲良くしたいというような別な欲求が、ドライブ要求というような形で表現されているから、他に仲良しということ伝える手段がないのなら、要求を受け入れることが次の関係を構築していく上でのステップになるからである。

2-10. 紙を噛む、布を噛む

幼児期に見られる指しゃぶりと同様な理解でよい。柔らかいものを噛みたいほど、依存傾向が強く、寂しい気持ちは深刻であると想像することができる。

布よりも紙、紙でもトイレットペーパーとなるとかなり募る思いは切迫している。

行動そのものは、かなり切迫している気持ちの表現であるので、止めたり、叱責するのは、そのような気持ちを持っていること事態をネガティブに感じさせてしまうことになるので避けなければならない。

まずは対症療法的に、噛んでも良いものを身近に用意することを始めて、どんなときに噛む量が増えるのか、どんなときに少ないのかを観察しながら、そのときの気持ちの言語化を図ることが重要である。

多くは、家庭、面会、帰省などに関連していることが多いので、寂しさを埋め合わせる電話連絡、構造化された面会、帰省を準備することが、まず第一の手立てになるだろう。

また、知的障害者は母親などから直接的なポジティブな情緒表現（好き、かっこいい、大切など）で評価を受けることが少なく、そのことが心理的な依存対象分離を困難にしている場合があるので、極力、意識的に、ポジティブなメッセージを伝えてもらうことが重要となるだろう。

2-11. 指を口に入れる

唇に手を当てる程度のものから、一本の指を吸う、指を何本も口の中に入れるといった程度のもので状態像は多様である。しかしながら入所施設の場合は、状態像にかかわらず、その原因の多くは帰省、面会の不満足に起因していることが多い。

赤ちゃんの指しゃぶりと同様に、母親や家庭に対する寂しさがつのれば、手が口へ行く回数が増えたり、通常入れるだけだった指を噛んだりというようなことが起こる。

約束された帰省や面会が遠のいたり、約束された保護者からの電話が遠のいたりすることでも激しくなる。

帰省や面会は家庭ごとで事情が異なり、均一な実施や当事者の100パーセントの望みをかなえるような形は、不可能であるのだが、当事者にとって理不尽な理由（仕事が忙しい、車の免許がない、兄弟の用事がある等々）で帰省や面会が制限されているようでは、この行動の変容は望めない。

本人の希望のかたちを見極めながら、多様な可能性、アイデア、方法を探ることにより、帰省や面会の回数、期間、質の改善を進めたいものである。

十分な帰省や面会があるのにこの行動が顕著な場合には、生育暦を洗い出しながら対象分離に係わるエピソードを整理し研究を深めなければならない。

2-12. 唇を腕などで拭く

唇が腫れ上がるほどにまで拭くような場面も見受けられるのだが、多くは癖のように時折腕が唇にいく程度のものでないだろうか。

いずれにしても、これは頑張りのしるしである。汗を拭うようにして、唇を拭っていると考えればよい。「負けるもんか」の気持ちの現れである。

「一人で頑張ろうと思っているんだね」などと内面の気持ちを言語化しながら、頑張っている具体的な状況を確認し、そんなに頑張らなくてもいい方法を探すことが重要である。通常この行動が現れるときには「頑張りたい」と言っていることは少なく、「頑張っているのだが、何とかしてくれ」という気持ちの現れであることが多いからである。

2-13. 唇をなめる

特に上唇の上方まで舐め、赤く腫れ上がったることが多い。冬場などにこの行動が現れると、寒さや乾燥が手伝って痛々しいまでになるときがある。

理解の方法は基本的には2-12と同様である。理解の方法、支援の方法が正しければ、ぴたりと止まるものである。

例えば「予定されていた帰省が一週間伸びた。頑張って寂しさを我慢しようと3日間が過ぎた。でももう限界だ、母親へ電話をしたい。」>そんなような気持ちのときに唇なめは始まるのである。「いいんだよ、無理しなくても、寂しいんだったら電話しようよ」>そんな甘えの気持ちで十分伝わり、母親に励まされ、職員に励まされれば唇なめは止まるのである。

2-14. 唾を吐く

映画やテレビドラマで行われるような唾吐きと全く同じ心理である。「こんちくしょう！」という気持ち以外の何ものでもないのである。

時間や場所を限らず空中に吐き出される場合や標的が特定されている場合などで理解の方法は異なるが、特定されていない場合は漠然とした慢性的不安全感（うるさい、あっちへ行ってろ、イライラするなあetc.）が背景にあると考えることができるし、特定されている場合には、その方への羨望や拒否感etc.があると考えることができる。後方で留意しなくてはならないことは、特定されている方が直接的な攻撃対象のように見えていて、実は母親や父親の代替として利用されている場合が多いことである。例えば口うるさい母親に対して不満や憤りを感じている場合に、同じような雰囲気や関係をとる利用者や職員に唾が飛ぶ場合である。

また、体罰などが家庭で行われている場合には、家庭での対象に向けられない怒りが施設や他の場面での唾吐きに繋がっている場合があるので、その問題を解決しない限り行動変容はありえない。

前者の場合にはトータルなこころのケアの立場（ネガティブセルフイメージからポジティブセルフイメージへの転換）が優先されるし、後者ではまず家庭環境調整の立場が優先される。

2-15. 歯軋り

歯軋りはいずれにしても「がまん」の印である。睡眠中に持続的に繰り返されるもの、覚醒中に持続的に繰り返されるもの、話題やできごとの反応として表現されるもの等様々な形がある。

いずれもベースには「これ以上の要求をしたらお母さんや支援者に必要以上の負担や迷惑をかけてしまう」という気持ちが横たわっている。

「今度お母さんに買い物と一緒にいこうと頼んでみよう」というような話かけの答えとして「ぎーぎーぎー」と歯軋りが帰る場合がある。そんなときはその歯軋りは「行きたいけど、迷惑かな？」というような心の表現だと感じるとして良い。この我慢はあまのじゃく的な我慢

である。本当は行きたいけど行かないというアンビバレンツな態度である。したがって支援は行きたいという気持ちに添う方向で提供した方が良い結果が得られることが多い。

また伝わりやすい生活が保証されるようになることで夜中の歯軋りが消えてしまうことがあることから、「どうせ私は一人ぼっちさ」というようなコミュニケーション不全の状態が歯軋りと関連しているとも考えられる。これもあまのじゃく的な我慢である。なぜなら一人ぼっちでいいとは誰も心から思っている人はいないからである。

2-16. 服を脱ぐ、裸になる

服を脱ぐことで、裸になることで伝えようとする内容は個人より千差万別であるが、その人にとっては伝達の最終の手段であることが多い。また裸で居続けることは、日本人の文化の最低基準のルールから逸脱するわけで、それだけ伝えようとする想いが強いと考えることができる。がしかし、その伝えようとする内容は、本人にとってはとてもかかないそうもないと思っっている内容であることが多く、実現したい—でも絶対実現しそうもないという葛藤が裸になるというような、プライドを捨てた自暴自棄な行動に結びついているのだろう。

〈暑いから脱ぐ〉—〈体温が高い〉というような生理学的なアプローチが並行的に必要な場合があるが、体温の調節がうまくいかないという事態は心気症的な原因のよるときも多いので、結果として心のケアが長い目では重要になる。

単発的な服脱ぎであるなら、服を脱ぐきっかけを十分に観察することで、本人のニーズを把握することができる。ドライブに行きたいなどという直接的な要求からちゃんと説明してよというようなコミュニケーションの要求まで幅広いニーズがあるので想像力をたくましくする必要がある。

長時間、長期間に渡る場合には、基本的な家庭環境、保護者とのコミュニケーションの質を検討し変容させることが必要となる。いずれにしてもコミュニケーション不全が服脱ぎに繋がっているという視点で支援を組み立てなくてはならない。

2-17. 不眠、断眠

〈夜眠ることができない〉のには、嬉しくてという場合と心配で心配でという二通りがあることは、知的障害がある人もない人も同じなのだが、施設での不眠は圧倒的に後者だろう。

前者の場合には、興奮が過度にならぬように配慮しながら嬉しい気持ちを受け止め起きていて貰うだけでいい。

後者の場合には、不眠に関する多くの常識をまず疑うことから支援が始まる。

重度の知的障害者をケアしている多くの人々が「昼間寝かすと夜寝ない」などというが、自分たちの実践からすれば、「昼間うまく暮らしを送れた人は、夜はぐっすり眠れる」が真実のように思う。いくら昼間寝ていても、豊かな充実した昼間であれば、十分夜も眠ることができるのである。したがって、昼間寝ていて夜起きているとすれば、その方は夜起きていることをするために、昼間睡眠を十分補っていたと考えるべきだろう。これもそんな計画的なことを重度の知的障害のある方ができないだろうと考える向きもあるようだが、その程度のことはいとも簡単なことである。大好きな職員が夜勤であるときに、寝溜めをしてその職員を迎えるなんてことはよくある風景である。また昼間のがさついた集団内では自分らしさを発揮できない内向的なタイプの方が、寝静まった夜を楽しみにしている姿もよく確認できる姿である。

人間は失敗によって成長すると同じような視点で、人間は心配する、考え続ける、不安を抱えることで成長するとすれば、不安や心配で夜眠れなくなることは、重要な成長のチャンスだといえる。悩むことが成長の糧なのである。

したがって安易に不眠＝眠剤では、本人の眠らない権利を侵していることになるのである。

心配で心配で寝られない場合には共感的なお付き合いがまず必要になる。心配のもとは何

なのか？具体的な要求はあるのか？解決の手立てであるのか？励ましの言葉が適切なのか？癒しの方向が有効なのか？眠らないことが決していけないことや迷惑ではないことを伝えながら精一杯職員と利用者が共に悩むことが次への重要なステップとなる。ここでは眠剤の選択は第二義的である。そんなおつきあいの中で本人の望む幸福の形が具体性を持って浮かび上がってくるのである。

2-18. 自分の布団で寝ない

いつも自分の布団で寝ていた人が、他のメンバーの布団にくるまったり、フロアでそのまま寝てしまったりというようなことがおこるときがある。実はそのような場合にも実は細かな観察と心理に対する推察が必要となるのである。

決められた場所で寝ないというのは、本人の反抗心の表現である。たとえばフロアのこたつで寝てしまうというような場合、なにか思い通りにいけない本人の気持ちを推察することができる。布団で寝ることを促すことよりは、そのうまくいっていない様を解決することに重点を置かなくてはならない。帰省面会の日が決まっていないというような単純な要求である場合もあるし、家族関係の調整を期待するような複雑な要求であることもある。

また、他の利用者の布団にもぐりこむというような場合には、もぐりこんだ先の利用者がいったいどのような特性を持っているかがその理由を解く鍵となることが多い。帰省の少ない方が帰省の多い方の布団にもぐりこんでいるなら、自分ももっと帰省したいなあと思っているとか、母親と別れた後に母親とよく顔が似ている方の布団にもぐりこんでいるとか、その行動にはなにか本人の気持ちが表れているはずなのである。

2-19. 二つ折りで寝る

動作法においては、心の緊張は体の緊張であるのだが、この仰向けに寝ることができない様はこのことを良く表している現象である。極端な場合には仰向けに寝ても、頭が宙に浮いていて、床面に付いていないというようなこともある。全て緊張感の表れである。自分の思いが通じていない、誰も相談にのってくれない、自分は一人ぼっちだ、というような心性が表現されていると考えればよい。

様々なアプローチの中で、仰向けに寝るようになった、頭がしっかり床面に付くようになったというような変化が起こったならば、主体的に生きる、コミュニケーションが充実しているというような支援の方向が誤っていないことを教えている。

2-20. シャワーを浴びる／水洗便所の水を流す／水道の水を出す／水を撒く

「水に流す」という言葉ある。やってしまった失敗をないことにするというような意だが、水に関係するこのような行為は、すべてこの「水に流す」という心性に通じるところで行動が発動されていると考えることができる。

他害をした後に、その御本人が、水に走る。職員の叱責の後に水に走る。いったん決めた外出のかたちの後水に走る。いずれも「しまった」と感じる心を消そう、水に流そうという行動である。

いずれも自己像にまつわるネガティブな感情を消し去ろうとする心の動きなのだが、それぞれの場合で、心の仕組みは若干異なる。他害の場合には自分の至らなさに、叱責は職員に感じる怒りに、外出のかたちの場合には、わがまを言いたい自分の気持ちに作動している。

どのような場合にも、原因は直前にある場合が多いので、それらの気持ちを言語化しながら、そのようなネガティブな気持ちを感じても良いことなどを伝える。必要なら本人のニーズに沿った次の支援を組み立てていくことになる。

2-21. つかみかかる／なかなか離してくれない

職員やメンバーさん方の襟口などをつかんだり、手を引っ張ったり、そのやり方は強引で、離して欲しいと伝えても、なかなか離してくれないというような状態が生じるときがある。

基本的には、分離不安が生じていて、それを埋め合わそうとして、何か物でも、人でも自分のそばに置こうとするために生じる行動である。

分離不安は、基本的には対母親で生じているものだが、それは職員に対しても（特に担任に対して）生じるし、もっと全体的な見捨てられ不安（みんなは自分のことを変だとは思っていないか、みんなは自分のことを嫌いになのではないか、ここには自分の居場所がない等）によっても生じる。

したがって、原因は母親に自分の願いが通じない、担任が辞めてしまうかもしれない、他のメンバーにやっていることを自分にはしてもらえない等々様々である。

それぞれ具体的な対応（帰省中に母親手作りのカレーが食べたいことが通じた、辞めないことが写真付の担任表の掲示をすることで納得できた、食事支援のときに時々口まで食事を運んでもらうことができた等）により沈静化するのだが、ベースに分離不安がある以上、その具体的な対応は対症療法に過ぎない。分離不安そのものについては、長期に渡る根本的、総合的支援が必要である。

2-22. 服を重ね着する

服を重ね着するのは防衛的反応である。なにに対する防衛といえ、それは内的な気持ち表現されるのを蓋をするという意味で、防衛的である。内的な気持ちとは、ネガティブなものに限らず、ポジティブなものまでとかなり範囲は広いと考えられる。

母親や担任など対象関係にあるものに対する攻撃性（なぜ自分のことをわかってくれないんだ、なぜじぶんを支配しようとするんだ等）、わがままと思えるような欲求（服が欲しい、おもちゃが欲しい等）、家に帰りたいたいというような依存性などがその内的な気持ちである。

その気持ちが、表現されそうになると、あるいは意識化されそうになると、それを防ぐために服を重ね着するのだと考えることができる。時によっては2枚3枚というレベルではなく10枚というような数になることさえある。

対応は、その内的な気持ちの言語化、意識化にあるのだが、本人には隠そう、抑えようとする気持ちが強いのであるから、ことを急ぐことは決して好結果を生まない。それを表現することでの、例えば保護者の受容意識などをしっかり把握しながら、両者が並び立つような支援が必要とされる。

本人の今まで発揮されてこなかった主体性を少しずつはぐくむ過程であるので、服を重ね着しているという本人の発信を大切にしなければならないのである。

2-23. パンツをはかない、肌着を着ない

当施設には、長くパンツをはかない、肌着を着ないという方が、コミュニケーションの変化とともに、知らないうちにパンツをはいている、肌着を着ているというケースが二例ある。

ともに、はかない、着ない期間には、感覚障害の立場に立った仮説（肌触り、締め付け具合等）や好み（色、形等）などを主にして支援を図ったのだが、大きな変容がなかった。

ところが、この二例とも、イヤの気持ちが上手に伝わり始めた頃から、パンツをはき始めているのである。

なぜ人は、人の指示を聞こうとするのかというときに、自分のお願いを聞いてくれるから、人のお願いを聞くようになるのだというものがあるが、このパンツ、肌着の場合もそれを想定してもいいような気がする。

パンツも肌着も、多くは当然身につけるものとして存在している。暗黙の従順のプレッシャーである。それを身につけようとしなないということは、それはある意味では大きな社会的反抗である。自分のお願いを聞いてくれない社会、イヤをわかってくれない社会、それに

対する大いなる反抗がパンツ、肌着を身につけないことにつながっているのではないのか。
自然にパンツをはくようになった二人を見ていてそう思うのである。

2-24. 爪を噛む、爪を短く切る、爪をちぎる

爪は、明らかにその人の攻撃性の発露である。爪は他人を引っ掻くために使われる。動物（虎やライオン）としての爪の使用を考えたときにも、同様なことが言えるだろう。

その爪を、噛んで無くしてしまう、強迫的に短く切りたがる（血が出るほど切りたがる人もいた）、爪を引きちぎってしまうという行動は、自分は攻撃性など持っていませんよ、文句なんてありませんよと自分にも、回りにも伝えようとしている姿である。

養育者や支援者に直接攻撃性を向けることは、知的障害の皆さんにとってはタブーに近いことである。コンチクショーやバカヤロウは普段大きなお世話を養育者や支援者にかけている障害者にとって隠しておかなければならない心象なのである。

爪を噛む人を見たら、何か言いにくい文句があるのだなと理解すればいいのである。例えば下の子が生まれたときの第一子が爪を噛み始めたとしよう。寂しがり屋が爪を噛むんだというのだろうが、それ以上に、何で自分が大切にされないんだという怒りが、まず心に生じ、兄、姉としてその怒りを許容できない自分がいて（お兄ちゃんなのにそんなことを感じちゃいけない）、その怒りを隠そうとして、爪を噛むのである。

怒りや文句が上手に処理され、回りに理解され、表現できるようになると爪は自然に伸び放題になってしまう。そのときになって、この人は、自分の攻撃性を上手に処理できるようになったんだなあと理解すればいいのである。

人間には必ず攻撃性がある。もちろん知的障害者だって、文句や怒りがある。それは隠す必要がないもので、かといって上手に処理されなければ、パニックや強迫行動に繋がるわけで、怒りは鬱積するのである。

2-25. 玄関、出入口付近にいる

どこ施設にもドアボーイ、ドアレディと言われるような方がいらっしやるのではないのか。一日中ドアの近くにいるという方である。

彼らの頭の中は、おそらく「おかあちゃん」「おとうちゃん」で一杯である。いつ帰ることができるのか、いつ会うことができるのか、もう少し理解を深めるなら、「お母さんは自分のことを好きか、嫌いか」そんなことばかりが、頭の中をグルグルと巡っているのである。

決してお客さんが好きなのではない。

2-26. コードを引っ張る、抜く、接続する、接着剤、紐を持つ

コンセント、ビデオやテレビの接続コード、引っ張ったかと思うと挿してみたり。反復的になることが多いのかもしれない。

実は、この行動は、対象関係が切れそうな不安のときに生じることが多い。分離不安である。もちろん現実的に面会や帰省が遠のくという場合にも顕著な反応であるが、それよりも「怒られるかもしれない」「認めてくれないかもしれない」というような心象の反映としても生じやすい行動である。

高価なものを購入してきた、保護者の反対しそうなものを購入してきた、保護者の意思に沿わないような結論を出してしまったというような場合である。

母親との意見の調整、本人の気持ちに寄り添った解決方法、本人の味方になるような職員への支援等によって行動は止まる。

面会がドタキャンになる。途端にプラモデルを作りたくなる（接着剤）という方がいる。

2-27. 仰向けで下肢を上げ下げする（いわゆる腹筋運動）

自分の能力を超えて、力一杯、精一杯物事に取り組んでいる姿勢である。それは情緒的には、寂しさをこらえて頑張っている姿と解釈すればいいだろう。

帰省の約束がなかなかかなえられないとき、約束された帰省がキャンセルされ、遠のいてしまったとき、他の保護者の出入りが頻繁にあるのに、自分の保護者がなかなか来ないときなど、このような姿がよく見られる。

自分を鍛えようとしてやっているというよりも、もう我慢の限界がやってきていて、その爆発を抑えるためにやっていると思われることもある。

その頑張っている気持ちに共感しながら、体を緩めていくような支援が提供できるようなら（動作法的、抱っこ法的）、一人ぼっちで頑張っているというような孤立感から救い出すことができる。

2-28. 鏡の映る自分の姿（顔、表情）を見る

ニコニコして、覗き込んでいる姿は少ないのではないか。このような時はおそらく表情は曇り、不穏な雰囲気をかもし出しているのかもしれない。

それは、鏡の向こうに自分の否定的な自己像を見ている証拠であろう。自分は悪い子、言うことをきけない子、これから不穏状態になり行動障害をおこしそうな子、どのようにして付き合っていたらいいかわからない不安な子…、いずれにしてもそのようなネガティブなセルフイメージに引き摺られた結果が、鏡に向かう行動に繋がっているのだろう。

支援は、不安を呼び起こしている状況の排除にあるのだが、これがなかなか難しい。どちらかといえば、不穏状況に陥りそうな前駆症状としてこれを捉え、肯定的な評価ができそうな場面への転換、楽しい気分が味わえそうなあそびへの転換、具体的な活動の指示などが対症的には有効である。

叱られる、怒られるという関係の中で、この症状は憎悪していると考えられるので、特に母子関係、父子関係を中心にして、叱られない生活、怒られない生活が準備できるように環境整備を図らなくてはならない。

2-29. 猫背、いかり肩、足の指の反り返し

ともに、動作法的な表現を使えば慢性緊張の姿である。猫背は卑屈な気持ちの姿勢としての現れ、いかり肩は孤立した頑張りの現れ、足の指の緊張は、伝わらぬ父や母への想いといったところか。

支援が進む中で、確実に猫背は矯正され、あれほど下から見上げるような目つきだったのにというような方の視線がまっすぐになって行くのである。身長が伸びたのではないかと錯覚するような姿勢の改善が認められる例もある。

また、姿勢に関して言うならば、気持ちが挫けてくれば、体が傾いてしまう方、なかなか肩を緩めることができないで、頭部を浮かしたまま寝ている方というように、体と心の関係は多種多様である。

その姿勢にターゲットを宛てて、改善を図ろうとする努力よりも総合的なアプローチが有効なのは申すまでもないことである。

2-30. 音楽を聞く

ひたすらに音楽を聞きたい場合、それは一つには外界遮断の方法である。浮かんでくる雑念を、葛藤から逃れるためであり、あるいは押し寄せる外界の刺激（聴覚的情報、視覚的情報）を遮断するためである。多くは大きな音で聴くことになる。

一方、心的な葛藤の除去、緩和、直面、自己治癒等をするための一方法でもある。母親が恋しい人が、母の良く聞いていた音楽を聴き続ける、小さいころの楽しい思い出が懐かしい人が、童謡ばかりを聞き続ける、アニメの主題歌ばかりを聞き続ける、というような場合が

それに当たるだろう。

いずれもコミュニケーションが進めば、強迫的な要求はなくなり、聴かなくなったり、ラジオの会話を楽しむようになったりする。

3. <嗜好／興味>

3-1. 2の法則

一般に買い物に行ったときなどに、同じものを2つ買わなくては気持ちが治まらないような欲求の背後にある心理的な構造を「2の法則」と呼ぶ。

同じハンカチを2枚買うというようなことから始まって、同じビデオテープを2本ダビングしたい、ジュースを2本買いたい、コップを2つ持ちたい、同じおもちゃを2台欲しい等がこの範疇に入る行動である。

背景には母と子という二者関係に関する不全感、欠如感を仮定することができる。2枚のハンカチは自分と母のもの、2本のジュースは自分と母のもの、持ち歩く2つのコップは母と自分のものといったイメージである。2つあって安心なのである。2つ並んで安定するのである。

したがって、このような欲求がある方々との買い物では決して2つ買うことを「なぜ同じものを2つもかわなくてはならないのか」という視点で止めてはならない。その方にとって同じものを2つ買うことこそが大切なのであるから。「2つあると安心するんだよね」と購入を積極的に認めていくことが重要になる。急には改善されない2者関係の充足感を身近なものを使って安息させようとする自己治癒的な行動を、安易なしつけという名の下に、取り上げてはならないのである。

3-2. いっぱいの法則

コップやひきだし、コンテナや本箱、とにかくなにかの容器や収納場所を隙間がある状態が許せなくて、いっぱいになりたい気持ちをいっぱい法則と言う。

コーヒーやお茶を必ずコップの縁まで並々と注がないと落ち着かない人、CDや本で必ず本箱を隙間なくいっぱいにしておかないと落ち着かない人、もう十分の余裕の予備があるのにひきだしいっぱいになフキンやトイレットペーパーがないと落ち着かない人などがこれに当たる。

背景には、愛情の不全感を想定することができる。その方の心に愛情の隙間があるのである。その隙間のために、いっぱいではない状態が過度な不均衡感が心に引き起こされ、いっぱいになりたい衝動を高めるのである。

対応は、いっぱいにするためのお手伝いをするだけで十分である。本人はそのいっぱいの状態を見て、安堵し、癒されるのであるから、止める理由は何もないのである。

3-3. 辛いものが好き（柿の種、明太子等）

もちろんそれが好きという単純な視点（器質的、遺伝的）で、これを理解することは可能である。しかしここで説明しようとしているのは、嗜好が移り変わっていくプロセスのまず始めのスタートが“辛いものが好き”だとすると、その姿の意味するものである。

次の“甘いものが好き”が依存系だとすれば、この“辛いものが好き”はツッパリ系だといえることができる。それは生きる上で、ストレスが高く、甘えることが下手で、それ故にさまざまなコミュニケーションの行き違いが多く生じているような場合に、そんな方の多くが“辛いものが好き”なのである。また、困ったときには、それを上手に表現できて、また泣き言や愚痴が上手に表現できるような場合に、そんな方の多くが“甘いものが好き”なのである。経験的には、辛いものが好きという時代があって、コミュニケーションの進展にともなって甘いものが好きになるというプロセスを通る。

柿の種ばかりを食べていた人が、チョコパイを食べるようになる、スナックばかり食べていた方がまんじゅうを食べるようになるというような具合である。

3-4. 甘いものが好き（ヨーグルト、アイス、プリン、パフェ等）

依存系という意味においては“甘い”という意味以外にも、ヨーグルト、アイスに代表されるような“おっぱい系”（原料が牛乳）、プリンのような“やわらか系”などとミックスして考えていくことができる。

またこれにも卒業がある。一晩で7本もの飲むヨーグルトを飲んでいたら、全く飲まなくなったり（3年の月日を要したが…）プリンばかりおやつで食べていた人が、スナック類が食べなくなったりとかという具合である。

もちろん食べ続ければ飽きるというような話のレベルではなく、確かな支援の裏づけが必要なのは言うまでもない。

3-5. しつこい食事、あっさりとした食事

カツ丼だ、カレーライスだ、焼き肉だと外出の際に選択した方が、コミュニケーションが深まるにつれて、その選択が刺身だ、蕎麦だとかに移行していく場合がある。

これは、おそらく栄養学の分野でも語られていることなのだと思うのだが、ストレスが高い場合の食事が肉、油もの系、ストレスが低い人の食事が魚、さっぱり系ということなのだと思う。自分の考えていること、感じていることが、他者の伝わりわかってもらえる、これがなければ、それは最高のストレスだし、伝わる生活であれば、ストレスの低い生活ということになるのだろう。

外食の選択を写真カードで実施していくような場合、背景に自由な雰囲気があれば、このような変化が手に取るようにわかるというわけである。

3-6. ふるさとの味、おふくろの味

例えば、塩尻といえば「ぶどう」、長野といえば「りんご」、これはふるさとの味である。また、ある方にとっての「漬け物」、またある方にとっての「いなり寿司」、またある方にとっての「手作りうどん」、これらはおふくろの味である。

これが支援上でとても役立つことがあるのである。帰省できない寂しさを、面会のない寂しさを、自宅で暮らせない寂しさを、これらの食物が埋め合わせることができるのである。

面会がかなわないとき、漬け物を送ってもらう、帰省のできない面会日には、いなり寿司をお土産として持参してもらう、ぶどうを冷凍して、季節はずれであっても食べることができるようにする、りんごが手に入らない季節であればりんごジュースである。

このようにして挫けそうな気持ち、爆発してしまいそうな気持ちを下支えすることができる。

なぜそんなことが起こるのか、それはこれらの食事が移行対象として機能しているからだろう。同じ食べるなら移行対象としてのメニューを食した方が、通常の何倍も心癒されるに違いない。また、これは、究極の個別支援である。ふるさと味やおふくろの味が、万人共通であるはずはないので、その方にとっていったい何が、ふるさとの味であるのか、いったい何がおふくろの味であるのかを個別的に探る必要があるからである。今まで発見したおふくろの味はまだある。「おかあさん手作りのチャーハン」同じく「おかあさん手作りのサンドイッチ」、なぜか「マクドナルドのハンバーガー」なんていう方もいるが、それはマクドナルドのかもしれないアットホームな雰囲気にそのイメージの出発点があるように思える。

3-7. 人形を反復的に買う、持ち歩く（動物のぬいぐるみ）

移行対象としての人形である。もちろん母親の代替物ということになる。で、それだけか

という人形や動物のぬいぐるみは、他の用いられ方をすることも多い。それは定型発達の子どもの様子とさほど変わらない。重い知的障害がある方々であっても、その心象風景は変わらないという証拠がここにもある。

姪御さんが生まれるまでの数ヶ月間、購入した人形をシャツの、ちょうど腹部の辺りに入れ、まるで妊婦のお腹を表現するような形で過ごした方もいれば、他のメンバーに髪の毛を引っ張られたあとに、動物のぬいぐるみの顔を何回も殴りつけている方がいたり、その使い方は千差万別である。

重要なのは、このようなものが暮らしの中に存在するという点で、重い知的障害がある方々であっても、それらを活用して自らの心象風景を表現することができ、それができると鬱積しがちなネガティブな情緒がカタルシスされているという事実である。

また、それらを単に持ち歩くことで、母親といっしょにいるということを感じられるという、本来の移行対象としての役割を果たしているものには人形以外のものが多数あることを付け加えておく必要があるだろう。

ここに移行対象物の可能性を示唆しておこう。

持ち歩くブロック、ポケットの中のブロック、常に音楽を聞いているそのラジカセ、大好きな猫のデザインのTシャツ、父や母に買ってもらったシャツやズボン、買い溜めるハンカチやエプロン、必ず持ち帰る帰省のお菓子、くるくる回す紐、もちろん好きな人の写真、ヨン様のビデオテープ、コップ、桃缶…。その方にとってなにかのきっかけで、母親（父親）と結びついたものは、移行対象になりえるのである。

3-8. 車のおもちゃを反復的に買う

車のおもちゃを反復的に購入したい衝動、例えばキャリアカーを毎月一台、3年も購入し続けること、トラックだのブルトラーザーだの乗用車だの、やはり何年も買い続けること、これは明らかに帰省と結びついた心の動きである。またそれは父親との関係改善の要求と結びついている。エプロンやハンカチが母親との結びつきが大きいのも同じように、なぜか車は父親イメージを背負われていることが多い。帰省や面会が父親による車の運転で成立していることが、大きな要因だと思うが、無意識的な男性象徴としての車のイメージも明らかに機能しているのだろう。

この衝動にもやがては卒業がやってくる。父親の前では言語を発することができなかった方が、二言三言喋ることができるようになったときから、あるいは全く頑張りを認めてくれなかった父親が初めて誉めてくれたときから、という具合にである。ともにこれらには5年の月日が必要だったのだが…。

「行動全てが発信である」、無駄遣いと思われていた車の購入でさえも、彼らの心の叫びなのである。

3-9. 腕時計を反復的に買う、たくさん付ける

これは、頑張りの印である。その頑張りの量、その頑張る辛さの量は、数を多くつけるという方向もあるが、そのバンドを強く締めるといような方向の表現方法もある。

腕時計は、大人の象徴であることから、「良い子になる→お兄さんになる→いうことを聞く良い子である→そうなるために頑張らなくてはいけない」といようなイメージの連鎖なのだと思う。

頑張りの内容は様々である。しかし、内容的には、その頑張りが実りがあるとか報われるとかいうポジティブなものではないのだろう。帰省を我慢したり、支配的、指示的な係わりに対する不満を表出するのを我慢したり、言うなれば不健康な我慢や頑張りである。

さて、人間というものは頑張る部分だけで生きているかということ、それは全くそうではないと言い切れるだろう。頑張るとき、頑張る関係、頑張る場所があり、一方で気を抜ける（さ

ぼれる／頑張らない) 場所、時、関係があるのだろう。その両方があって一人の人間だし、その両方を認めて付き合うことが、良好な成熟した人間関係だろう。

支援はこうなる。「そんなに頑張らなくてもいいんだよ、できないあなた、さぼりたいと思っているあなた、それが在っていいんだよ。職員はそんなあなたが好きなんだ」と。

3-10. 好きな歌

「この方は歌が好きなんですよ。」では実は個別支援にならない。好きな歌が特定でき、好きなフレーズ、歌詞が特定できて初めてこころ寄り添う支援が可能になる。

それは、その歌、そのフレーズ、その歌詞にその方が自分の心情を重ね合わせているからである。

例えば宇宙戦艦ヤマト、さらば地球よ～で始まるこの歌詞、ヤマト一隻で戦いに旅立つ哀愁が漂う。これが好きな方は、元強度行動障害者、しかも入所は3才の時ときたら、入所施設というところで、戦い続けてきた心情が推測できるというものだ。

また、およげタイヤキくん、毎日毎日ぼくは鉄板の～で始まるこの歌、虐待家庭で育ったある方が大好きな歌である。脅え、苦しみ続ける毎日の姿が想像できないか。

まず第一に、こうした歌を毎日何回でも聞くことができる環境設定が大切である。自分では歌うことができない彼らが繰り返し聞くことが自己治癒、癒しの効果を持っていると考えられるからである。

3-11. お手伝いをする

一見すればすばらしいように見えるこの行動も、その動因にしっかりと目を向けなければ、支援の方向を間違えることとなる。

つまり、良い子の評価を得ようとするためにけなげに、時には反復強迫的になってしまうお手伝いと自ら進んで感謝の気持ちで、人助けをしようとしているお手伝いの違いである。

入所施設でいえば、「良い子にしていなければ迎えに来ないよ」という言葉が、両者の方々の心の中にしっかりと刻み込まれているが故に、またたとえ入所施設ではないにしても「良い子にしていなくてお母さんに嫌われるよ」というような見捨てられ不安が強いが故に、この良い子の評価を得ようとするためにという動因は圧倒的な力を持ちえるのである。

たとえば、食堂で何回も制止しているのに、全員へのお茶配りを止められないとき、例えば夜中に起きて掃き掃除を始めてしまうその時、それはもうお手伝いというレベルを完全に逸脱している。

そのような行動に決して肯定的な評価を与えてはならない。本人は苦しんでいるのだから。

原因が明らかなきには、直接的に言語化することが有効な支援になるだろう。「そんなに良い子じゃなかったって、家には帰ることができるよ。だってじぶんの家じゃないか」あるいは「お母さんの言うことが間違っていることもあるんだよ、君の考えの方が正しいと思うよ」というように。

3-12. 坊主頭、自分の髪の毛を切る

「悪いことをした人が罰として髪を切られ、坊主頭になる」そんなイメージなんだろうか？ どうも坊主頭というのは<良い子><我慢する子>とイメージを背負っているようだ。そのイメージからの派生だろうか、髪の毛を切るというのも自分を罰するというような意味合いを持つようである。自分の髪の毛を切るのであれば、それは自分を罰する姿であるし、他の人の髪の毛を切るようであれば、お前は悪いやつだ、罰してやるというような意味か、自分の否定的な面の投影か、そのいずれかだろう。

坊主頭から、なかなか脱することができない(髪の毛をなかなか伸ばそうとしない)なんていうのは、悪い子にならないための努力なのだろう。

いずれも自己像が否定的な様相を離れ、肯定的な様相を示すようになる頃に合わせて、長く伸ばそうとする意志も芽生えるようである。

3-13. ペットボトルのジュースを飲む

例えば、ペットボトルにお茶などを入れて、持ち歩き、何回も飲んでいいる、そんな風景は、まさに哺乳瓶を飲んでいいる姿である。中身がカルピスなどであれば、さらにその状況は哺乳瓶に近い。

したがって、それは甘えたい、寂しいという気持ちの表れであると考えてよい。自動販売機で、いつも缶ジュースを飲んでいいた人が、面会のドタキャンなどのストレスが掛ったとたん、ペットボトルのジュースを購入するということのようなことが起きる。

行動としては、十分自己治癒として働くので、積極的にやっていた方がいい。甘えの指標として、観察材料の有効な一つである。

3-14. 栄養ドリンクないしは栄養ドリンク系のジュースを飲む、カロリーメイトを食べる

栄養ドリンクといえは、通常は体力消耗を補うものとして飲用するのだが、彼らにとってのそれは、一風変わっている。それは「心にエネルギー」という飲用の仕方である。リポビタミンD、デタビタC、などがその対象となる。同様にカロリーメイトも体力の消耗ではなくて、心の消耗を対象にして、食することが多い。

飛んだり、跳ねたり、体力が有り余っているような行動障害の方が、反復的に要求することが多いので、「そんなもの必要ないのに…」と言われがちだが、そのような方々は基本的に愛情希求状態であるのであるから、飲用するのが当たり前な姿なのである。

コミュニケーションが深くなれば、自然に卒業していくことが多い。多くは、紅茶家伝などの甘いものへ移行していくようである。

II. 【新しい常識その2】 とっておきの支援

4-1. 養命酒

暑がりの寒がり、のぼせやすく冷めやすい。そんな方にはもってこいだ。体温調節も苦手、些細な心理的なストレスで、体温が上下する。気温の上下が体温の上下に連動してしまう。暑い季節（7月、8月）は比較的平穩に過ごす、気温が下がりはじめれば不穩時が多くなる。そんな方に効果がある。問題は味が独特であるのと、アルコールが含まれているので、対象者がこの味を好んでくれるかである。

4-2. マイナスイオン毛布

かなり高価な毛布である。上下セットで10万円ほどである。上下肢に運動障害がある方は、大概その部分が冷えて、したがって血行が悪い状態にある。また、そんな方には必ずてんかん発作がついて回っている。そんな方にはもってこいである。

使用し始めた次の日から、例えば下肢はポカポカの状態にある。長期間の使用で、確かにてんかん発作の減少がある。

4-3. にんにく卵、ミリオンパワー

にんにくを基調にしたサプリメントである。下痢が多い、アトピー症状がある、アレルギーの傾向があるなんていう方に効果がある。胃腸、特に腸の機能改善に役立っているように思える。アトピーもその原因が消化機能にあるという説も在るくらいで、下痢の改善に伴ってアトピー体質（乾燥肌等）の改善が認められる。

4-4. アルカリイオン水

この飲用は、頑固な便秘対策としてもってこいである。一日1.5ℓ程度の飲用が必要なので、それに対して抵抗感がない方が対象となる。排尿も促進されるので、膀胱や腎臓に機能低下がある場合にも有効である。飲用後直ちに便秘が改善したというような例がある。

また、数年の長期飲用により機能の改善があるようで、長期飲用後飲用を中止しても、そのまま排便が順調に推移しているという例がある。

Ⅲ. 【新しい常識その3】コミュニケーションの特性

いくつかのコミュニケーションの具体的な行動特徴を説明していく前に、その背景としてコミュニケーションというものが成立しないことよりは成立することの方が基本的に快であるが故に、陥りやすい錯誤について述べておきたい。

【コミュニケーション快感錯誤原則その1】

人間関係には、3つのかたちがある。それは①Positive、②Negativeそして③Neutralである。①褒められる、②叱られる、③無視されるといってもいいだろう。もちろん①褒められる関係が一番好ましい関係に違いない。しかしながら、知的障害児者、自閉症児者には、その関係を成立させるための高いハードルが待ち構えている。褒められるためには、彼らはどのくらいの努力をしなければならないのだろうか。もともとパフォーマンスには劣る彼らである。それが障害の核心でもある。いくら努力をしても、認められない、やり直しをさせられる、期待した評価を得ることができないというのが彼らの生きてきた道筋ではないのか。

そのときに彼らを選ぶ道が②叱られる関係である。なぜなら人間は無視されることが一番辛いからである。どんな関係であっても関係が取れていることが最も重要であり、孤立することが一番恐いからである。

また、叱られるための行動は、努力が少なく済むこともこの道を選ぶことになる理由のひとつである。叩く、つねる、飛び出す。押す等、褒められるための努力に比べてどんなにか楽な行動であることが想像できるだろう。

100点満点のテストで、前回のテストで80点取った方が、今回90点取ったとしよう、10点のアップである。また、前回のテストで10点の方が20点を取ったとしよう、同じように10点のアップである。さて、他者からの評価はどのように与えられるだろうか。おそらく90点は褒められるが、20点は褒められまい。そのような状態におかれているのが知的障害者の立場であろう。ひよっとしたら努力の量は20点の者の方が多いのかもしれない。前回の倍もの点数を獲得しているのだから。

だとすれば、やはりコミュニケーションは、少ない努力で大きな効果なのだ。だから叱られる道を選ぶのである。

では、この関係が快感であるのかといえ、決してそうではないところにコミュニケーションの落とし穴があるのである。コミュニケーションが成立するところはうれしい、しかし誰だって叱られることは悲しいことである。それがニヤッと笑って叱られるような行動をするというような両価的な行動に繋がっていくのである。消去法的に選択されたコミュニケーションであって、決して快適な状態に無いのである。

【コミュニケーション快感錯誤原則その2】

コミュニケーションは伝わったという結果を一番欲しがらるものである。何よりも伝わらなかった、わかってもらえなかったという結果が、恐いのである。

重い障害がある方々にとって、発語はコミュニケーション手段としては持ち得ない。つまり発信の抽象性が高くなればなるほど、その微妙さは伝えることができない。まして、受信者に発信の抽象性を受け止める準備性が無ければ、その相互理解の可能性は皆無に近い。

そこでコミュニケーションは、簡単明瞭な方向へ流れる。

例えば、重度の知的障害者がゴミで一杯のゴミ袋を職員に差し出したとしよう。どんなにコミュニケーションのアンテナの低い職員であっても、ゴミを出して欲しいのだな？くらいは思いつくだろう。そして職員はゴミを出しに行く。positive に始まったコミュニケーションのスタートが positive に終了していくもっとも快感の伴うコミュニケーション関係である。

ところが、ゴミ一杯のゴミ袋を差し出す行為が、他の抽象性の高い意図を持っていたとしよう。職員はどうていそんな意図には気付きようもない。その時に、コミュニケーションは強迫的にゴミを出すことを要求するという形をとり、本来伝えようとした他の意図が伝わらなかったにもかかわらず、ゴミを出してくれたという帰結をもってして、収束するのである。

これも傍目から見れば、コミュニケーションが成立しているように見えるだろう。しかし、これが大きな錯誤である。職員には成立したかのように見えるコミュニケーションだが、発信者にとっては不全感だけが残っているのである。発信者にとってはどんなことでもいいから、伝わって終わるということが、この時点では一義的な要求になってしまっていて、内容を伝達することなくコミュニケーションが終わっているからである。

これは、例えば、本来スタート時は課題解決方法だった手を洗うという行動が、目的行動になり、強迫化されていく過程と構造が似ている。

5-1. 本当の要求が、かなえられやすい要求にすり替わる

例えば、「紙下さい」を反復的に使用しているケースで考えてみよう。このケースの場合、紙を手に入れた本人は、その紙に字とも絵とも区別がつかないものを書きなぐって結局破いて捨ててしまう。傍目には何のために紙を手に入れたのかわからないような状態である。そして、再び「紙下さい」である。当然の帰結として紙は一日に20枚などとルールが定められて、「紙を得る」ことが本当のニーズだとして理解されて行ってしまうのだが…。

このケース、実は「ジュースが飲みたい」の時も、「電車に乗りたい」の時も、「新しい服が買いたい」の時も、その本当の気持ちとは裏腹に最後に表現される言葉が「紙下さい」になってしまうのである。

では何故そうなるのか。それはこう考えればよい。入所施設というところの中で「紙下さい」と「ジュース飲みたい」と比べてみて、どちらがより実現可能な要求かという視点である。実現の確率はどちらが高いだろう。これは入所施設ばかりではない、在宅の場合でも同じだろう。

当然その確率は「紙下さい」の方が高い。人間はかなえられない要求よりもかなえられる要求を伝達するものである。かなえられそうもない要求を伝達して、予想した通りに断られ、傷つくことよりも、本来の要求ではないけれど、かなえられそうな要求を伝達して、要求が成就することを選択するからである。

しかし、この方法は、幸福の希求という点からすると、本当の気持ちを伝えないが故に犠牲が多すぎる。したがって「紙下さい」の要求は反復され、終わることがない。止める方法はただ一つ、ジュースの欲しい時にはジュースが欲しいと、ちゃんと伝えられるようになることである。

5-2. わがままと思える要求が、良い子がするような要求にすり替わる

例えば、「食器を他のメンバーさんの分まで片づけたい」という要求について考えてみよう。このような場合、当然職員は、ニコニコしてそれを受け入れるだろう。職員にとっては、とても助かる行動であるし、本人にとっても、「良い子」がする行動としての定番である「お手伝い行動」であるから、褒められることが圧倒的に多いことで、瞬間風速的にはかなり心地よい行動になっているはずである。多くの人は、この行動の裏にある本当の気持ちを見抜け

ないということになる。

このような「お手伝い行動」が、次のような心理的な構造の上に成り立っているのだとしたら、このお手伝いは、悲しい「お手伝い」ということになる。

それは、まず「お家に帰りたい、帰省の日を家庭に確認してほしい、寂しい」という気持ちが起こり、次に「良い子はお家に帰ることができるが、悪い子は、わがままな子は、お家に帰れない」と気持ちが生じ、だから、「良い子でいなくてはいけない」、故に良い子であることを証明をするために、「お手伝いをしなくては」と感じ、「お手伝いをしたい」という要求になる、という構造である。

人は誰でも、「わがまま」な人間であると評価されるよりも、「素直な良い子」「従順な良い子」になりたいものである。ここで例に挙げたような「お家に帰りたい」要求が、わがままな要求であるとは決して思わないが、彼らにとっては、それが真実であるし、「お家に帰りたい」という要求を、「寂しいと人に甘えたい」という気持ちであると考え直したら、それが「わがまま」ととらえても決して不思議ではない心理構造が、一般的であることは、想像できるだろう。

このような時に、「お手伝い」を受け入れることは、彼らの本当の気持ちから遠ざかることになる。「そんなに良い子になろうとしなくてもいいんだよ、寂しい時には、寂しいと言っていいんだよ」それが最良の支援となるし、具体的には帰省日程を決める、家庭に電話する、などが支援となる。

5-3. イメージの連鎖としての伝達

連合弛緩という言葉がある。統合失調症の妄想を説明するのに用いられる概念であるが、リンゴの「赤」とロシアの「赤」と「危険信号」の赤とが、お互いに脳機能的に統合のバランスを欠いていれば(連合弛緩)、「赤い」リンゴを見ただけで、「ロシアが攻めてくる、危ないぞ」という話になるという妄想めいた話に説明がつくのである。

自閉症には、感情表出の困難性という障害特性があることは、良く知られている事実であるが、その脳機能のハンディキャップとこの連合弛緩という概念を併せて考えると、次のような会話を読み解くことができる。

	発 言	本 当 の 気 持 ち
1	「〇〇さんを瓶で殴ったよ」	「今、昔殴ったときと同じようなイライラしている気持ちがする。」
2	「センター前ヒットです」	「真正面からつきあってほしい」
3	「トンネル ある？」	「二人の間には、まだ深いコミュニケーションの暗闇がある」
4	「お母ちゃんのエプロン」	「お母さん、いつも頑張っているね」
5	「お風呂の準備する～」	「私は良い子ですよ」
6	「園長が俺のラジカセを盗んだ」	「お父さんが、ラジカセを持って行ってしまった。」
7	「唐揚げ」(大好物)	「その通りです」(YES)

多くは、感情とその感情が過去に生じた場面との連合が、新しい状況で同じ感情が生じたときに、感情が表出されることなく、状況の説明が行われるという点に、共通な心理的な構

造を仮定できる。感情が表出されず、場面想起が生じてしまうのは、上記の「感情表出の困難性」を基礎に、「本音(多くはネガティブな感情)を言ったら嫌われる、見捨てられる」という経験が、その感情の表出に抑制をかけていると仮定することができる。

字句通りの理解では、彼らとのコミュニケーションは難しい。成育歴、対象関係等を背景にして、その字句から思い起こすことができる事柄、状況、関係性をイメージでつなげながら、やり取りをする必要がある。

表の中のNO.7の事例でいえば、職員の「今度のお家に帰ったら、お母さんに温泉に連れて行ってもらおうね」に「からあげ」と答えるメンバーさんの反応に「そうだね、楽しみにしようね」と答え返すコミュニケーション方法である。

5-4. 「YES」ほど危ない返答は無いーエコラリアの意味ー

「感情表出の困難性」「聴覚的情報処理より視覚的情報処理の優位性」「継時的情報処理の困難性」が同居した時の言語的な反応がどうなるのかを想像して欲しい。

まず、「相手の言っていることが良く分からない」「聞き取ることにより労力を注げば(コンピューター的にいえば、ワーキングメモリーを使用すれば)、理解が進まない。理解しようとするれば、聞き取りがスムーズ進まない、そのような状況がまず生じるのは理解ができるだろう。そしてそれに対して「YES」か「NO」かを問われたときに、特に否定的な感情を生起させる「NO」の回答は「感情表出の困難性」によって、抑制される。そのような状況で答える必要に迫られたとき、判断とは関係なしに「YES」が導き出されるのは不思議ではないだろう。

エコラリアも同様な構造を適用すれば、「理解」というプロセスを通ることなしに、ただ「返答」のための「返答」でするために「返答」された結果が、エコラリアであることが理解されるだろう。

したがって、「はい」という返答ほど、判断や感情とは程遠いところでの返事であることが分かる。「はい」と答えられたら、常に「いいえ」かもしれないと思いながら、その後の行動を見守る必要がある。不穏な行動が続けば、先ほどの「はい」は不本意な答えであることが確認できる。

5-5. 自分の殻を自分で壊すのは難しい

「同一性保持」、良く言われる自閉症の大きな障害特性のうちの一つである。自分を守るために使用していた適応方法が、今度は自分の首を絞めるというようなことが生じる。

自閉症者は、見通しが持ちにくい生活を、規則性を安定の基礎として、すがりついているのだが、当初は適応手段の有効な方法になっているのに間違いのないのだが、例えば、「大変疲れているのに、完成するまでジグソーパズルをやめることができなくて、パニックになる」とか、「コカコーラ以外のものを飲みたいと思っているのに、またコカコーラを買ってしまい、パニックになる」というようなことが生じる。

この殻は、自分一人では、壊すことができないことが常である。心情を理解しながら、体を止めてもらったり、構造化を丁寧にすることで、乗り越えることができる。