

琉球大学学術リポジトリ

アスペルガー障害における聴覚過敏性へ重要な他者との関係性が与える影響 ～事例による行動の変容を通して～

メタデータ	言語: 出版者: 琉球大学教育学部附属発達支援教育実践センター 公開日: 2011-06-03 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 浦崎, 武, Urasaki, Takeshi メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/20.500.12000/20129

アスペルガー障害における聴覚過敏性へ 重要な他者との関係性が与える影響 ～事例による行動の変容を通して～

浦 崎 武*

Study for the Effect of The Establishing a Relationship with Especially Important Other for reduction of Auditory Overresponsivities in A Client with Asperger's Syndrome and Hyperacusis :A Case Study of changes of Target Behaviors

Takeshi URASAKI

アスペルガー障害等の自閉症スペクトラムの特性とされる感覚への過敏性の特徴が、自閉症の本質的な対人関係性に伴う社会性の支援を行うことにより、結果として軽減、あるいは悪化を抑える可能性があることが示唆された。支持的カウンセリングにより自分自身の音への過敏性について他者と語り合い、考え、支えてもらうことを通して、聴覚過敏性の特徴とその対応策を検討していく方法が重要な支援アプローチのひとつとして示唆された。聴覚過敏性の軽減に対して重要な他者との関係性が与える効果と支援方法についてより詳細に検討していく必要性が示された。

I. はじめに

思春期、青年期のアスペルガー障害者にとって自分のアイデンティティをどのように形成するかは大きな発達の課題である。自分自身の障害特性をどのように受け止めるか、そしてその障害特性とどのようにつきあっていくかは、その後の成人期を生きていくための社会への適応に大きな影響を与える。

浦崎（2009）は小学校の中学年から高学年にかけて自己意識と他者意識で苦しむ男児の事例を報告した。その事例においてフラッシュバックと自己存在への不安が顕著に見られた。情けない自分の名前をお気に入りの友だちの名前に変えようとしたり、性別を変えることを望んだり、「自分が何者か」という自己同一性が形成されていくプロセスの基盤の揺らぎについて検討した。自己同一性の成長において環境の与える影響は大きい、特に保育所、幼稚園、学校のなかでの生活では彼らが苦手とする先生や幼

児・児童・生徒等の多様な他者との関わりや集団生活が必要とされる。そこで関わりをもつ他者とのような経験を積んでいくことができるかは、アスペルガー障害のアイデンティティ形成にとっては重要な課題である。

高機能自閉症児にとって、学童期、特に中学年9歳、10歳は、「心の理論」を獲得する重要な時期となる。通常の発達であれば、その時期はギャングエイジの時期と言われ、集団による仲間意識が強まる時期とされる。高機能自閉症児は、そのような発達課題をもつ周りの子どもたちのなかで学校生活を送ることになる。その時期になると別府（2007）は、高機能自閉症児は突然、見え出した他者の心に対して「自分はどうみられているか」を強く意識し、周りの子どもたちが仲間と関わる様を見るにつけて、仲間の存在の重要性を認識していく。また、辻井（1999）は「心の理論」の獲得によって帰って心理的混乱を生むことを指摘している。

* Faculty of Education, Uni. of the Ryukyus

一方、社会性の発達に伴う他者意識や自己意識の芽生えによる混乱と同様に、アスペルガー障害を含めた自閉症スペクトラムの障害者が対処に苦しむ感覚の過敏性の問題がある。その感覚の過敏性は健常者においても不快となる刺激であり、個人の程度の差として考えることができる。とは言ってもアスペルガー障害者が有する過剰な感覚に対する過敏性を理解することは容易ではない。感覚過敏性を有する Temple G (2009) は感覚過敏性を理解するために気を付ける点として感覚の過敏度が人によって違うこと、また同じ人でも時、場合、またはその日によっても異なることを挙げている。

感覚過敏を有するアスペルガー障害者の場合、その過敏性への対応と社会性の発達の課題が複雑に絡まりあい、日常生活で生きづらさを感じていると推測される。そのようななかで自己評価を高めていくことは容易ではない。特に思春期、青年期で自己意識が高まるなか、漠然と断片的に捉えている自己イメージを、社会のなかで認められている自分のイメージと重ねあわせ、自分のものとして肯定的に受け止めていくことは大きな課題である (Williams, D, 1992 ; Gerland, G.1997 ; Willey, A, 1999)。

そこで本研究では、筆者が行った他者との関わりで苦労している聴覚過敏性のある17歳のアスペルガー障害と診断された男性への支援事例を報告する。まず、過敏性に対する理解と対処の仕方を、支持的カウンセリングを通して本人とともに検討してきたことを整理し、そして、アスペルガー障害における聴覚過敏性に対して重要な他者との関係性が与える影響について考えたい。

II. 方法

- 1) 出生から高校2年生までの本人 (以下、Aさん) の様子について母親から聞き取り検討する。「出生から保育所」、「小学校」、「中学校」、「高校」に分類し、さらに「出生から保育所」までを「出生から3歳児」、「幼稚園から保育園児」に分け、「小学校」を「小学校1年生から4年生」、「小学校5年生から6年生」に分け、「中学校」を「中学校1年生から3年生」、さらに「高校」を「高校1年生から2年生」として整理し、検討する。その際あわせて、支援の方向性についても検討する。
 - 2) 高校3年生に始めた心理カウンセリングの経過について記述し、聴覚の過敏性について検討する。
- ①Aさんとの心理面過程をICレコーダーに音声記録することにより筆者とのやりとりを記述する。

- ②記述したやりとりを月ごとに整理し、検討する。
- ③記述したやりとりを項目別に整理し、具体的なAさんの言動による表現を通して項目ごとに分析する。

- 3) 整理した出生から高校2年までの聞き取りおよび高校3年の支援における変容を通して考察する。

III. 生育歴・支援経過と小考察

1. 生育歴

1) 出生から保育所

①出生から3歳児まで

妊娠週数39週 体重2900gで出生、首の座り3カ月、1歳で歩き始める。1歳6カ月の健診 (実施は1歳10カ月) で言葉が出ず、保健師の訪問を受け、言葉の教室への参加を勧められたため1回出席した。親の言うことは理解しているが、すぐに返事をしなかったのも度度も返事を促した。言葉は2語文が2歳2月で生じる。3歳の頃は駐車場のロープ等で遊んだり、興味が片寄っていた。児童館等幼児が喜びそうな場所へ連れて行ってもあまり興味を示さなかった。母親への後追いは見られなかった。あまり人見知りはなくかわいがられた。指示は理解できるが、反応は遅かった。

②幼稚園から保育園児

幼稚園では他の子よりテンポは遅かったけれど、最後に必死についていった。遊戯はみんなの一番後ろにつかせてもらい配慮してもらった。自然なかたちで友達に近づけなかった。「入っていい」等とわざわざ声をかけたり、必要以上にくっついたり、友達との間合いを上手に取れず遊べなかった。先生から我がままな面があり、自分勝手な行動を取ることで友達とトラブルになりやすいと指摘された。先生には「(集団の場に) 行きたくない」とよく言っていた。他の子どもと一緒に遊んでいてもいつの間にか自分の興味のあるものへと移ってしまった。勝敗のあるゲームはやりたがらず負けると怒っていた。土いじりや水遊びを好んだ。独り言は気にならない程度、アニメの名探偵コナンになって空想の物語を作り、父親と一緒に就寝時のみしゃべった。扇風機、トースター、ドライヤー等の電気製品やコードでひとり遊びをしていた。

父親が帰ってきて「ただいま」と言うと「ただいま」と返す等受け答えがおうむ返しになることがあった。「〇〇君がした」を「〇〇君にした」等助詞の使い方が変わった。「僕が行く」を「僕が来る」

等と「行く」と「来る」の使い方を間違えた。

③小考察

2歳前の言葉の検診で支援の必要性を指摘されるが、その後に2語文が出ている。やや遅れているという範疇として考えられたが、言葉の生じる時期以上に「ただいま」と返すとオウム返しになったり、助詞の使用の仕方、「行く」、「来る」の使用について困難が見られた。対人関係の特徴は言葉以上に特徴が見られた。すぐに返事が見られなかったり、興味が偏っていたり、後追いや人見知りがない等気になる側面が見られた。幼稚園や保育所等集団行動の場でも、対人関係上の特徴は目立った。その頃から必死に集団について行こうとする姿が見られた。友だちと関わりたくて不自然に声をかけたりする様子や、自分勝手な行動が見られたりと行動面では、周りの子どもたちが自然にできる他者との間合いの取り方が上手くいかなかったと考えられる。

友だちと一緒に遊べないということは他者との関わりを持ち方とともに、自分の世界に入ってしまうという特徴も、その関われなさをより困難にさせている様子が見られた。一般的に「こだわり」と言われるような、いつの間にか自分の興味のなかで独り遊びになる、土いじりや水遊びなどの感覚遊びになったり、勝ち負けにこだわる等の行動が見られた。ただし、父親と寝る前に話をするなど、自分の興味のある世界について他者と共有する働きかけは強くもっている様子が見られた。そのことから幼児期のエピソードを検討することで、重要な他者との関わりが発達過程のなかで重要な鍵を握るとともに、関係性を基点とした支援が意味のある展開を作っていくように推測された。

2) 小学校

①小学校1年生から4年生

スーパー等で迷子になることはあるが、この頃は母親を探す様子が見られた。小学校2年生の頃、関わり方が変でLDかなと思ってM病院のT先生のところへ行くと「アスペでしょう」と言われた。からかわれたり、ばかにされたと感じた時、パニックになり爆発する。他人から注意を受けた時、特に口調が強い時、激しく怒ったり、言い返したりする。自分の思い通りにならないとイライラして当たる。問いかけに返事をしないので「聞いているの」とただすと「返事をするのがめんどくさいから」と言うことがあった。友達からも同様に返事をしないため何度も同じことを言われていた。過去にあった出来事を「〇〇君がいじめた」、「〇〇さんがこんなことを

した」等と昨日、今日あった出来事のように話した。いまでもよくあることであるがすぐに話題を変える。特に都合の悪い時などは顕著に見られた。電気や漫画等自分の興味のあることはよくしゃべるが人の話しはあまり聞かない。

②小考察

小学校になっても迷子になることは見られたが母親を探すという重要な他者を意識している。他者から注意されたりすると興奮したり、怒りを露わにしたりする行動が目立つようになった。「からかわれているようだ」とか、「馬鹿にされているようだ」ということが他者の口調や振る舞いから感覚的におぼろげながら分かるようになっていたように考えられた。本人なりの友だちとの関わり方として、問いかけに返事を返さないということが見られた。意識的に返事に反応していないのかどうかは判断できないが、親が「聞いているの」とただすと「返事をするのがめんどくさいから」と返すとのことであった。

その頃、過去にあった出来事を「〇〇君がいじめた」、「〇〇さんがこんなことをした」等と昨日、今日あった出来事のように話すことも見られるようになった。苦手な他者を意識することや、他者に脅かされるような出来事の想起から自分を守るかのように、より一層防御のかたちが意識化されていったようにも捉えることができた。それは気に入らない話題になると話を切り替え、興味のある話で他者と関わる等自分の安定を保ちながら他者との関係性を作り出していったように考えられた。

③小学校5年生から6年生

忘れ物が多い。連絡帳に書くことを忘れる。書いてあっても忘れてしまう。学校へ行くことを嫌がる。自分の「二重あご」等と太っている体のことを周りの子どもたちに言われることが嫌。野外学習にいつでも居場所がない。言葉はよく知っている。「〇〇が、アホ、バカと言った」ということがきっかけとなってカッとなると興奮してしまい大騒ぎになってしまう。「みんなと一緒にじゃない」と発言するようになり、自分を変えたいという気持ちが出てきた。自分のうまくいかなさを自分の環境の独自性に結び付けて、「お兄ちゃんがいたらいいな」と言う。「一人っ子は自分だけ」という考え方に囚われてしまう。家で一人の時はおとなしい子だけれど、4、5人グループでは浮いてしまう。友達と一緒に帰りたくても「ひとりで帰れ」等と言われた。興奮してパニックになる時は黒板を何回も叩いた。すると先生に顔を叩かれ、よけいに興奮した。家でも苦手な算数の

宿題に取り組ませると、間違いを母親に指摘され、さらに興奮するというサイクルでうまくいかなかった。

小学校6年で子ども会の班長ができるか心配になった。B先生のところでプレイルームで学生と関わることになった。小学校6年生では卒業式前にクリニックに10カ月ぶりに来院する。友達とのトラブルは以前よりは減っているが、B先生のところのプレイルームへ週1回行っている。「今のクラスの子は冷たい子ばかり」と言い、周りの子との関係が被害的になっている印象を医師は受ける。

④小考察

からかわれることや馬鹿にされるという行為への抵抗感から、自分自身の身体や「みんなと一緒にじゃない」等、自分自身へ意識が向かっている様子が見られた。いじめの影響が考えられ、「今のクラスの子は冷たい子ばかり」と言い、周りの子との関係を被害的に受け止める傾向が強くなったと考えられた。特に自分のうまくいかない原因を「お兄ちゃんがいたらいいな」、「一人っ子は自分だけ」という考え方に囚われてしまう。他者との関係性のもてなさを、自分なりに意味づけたり、解釈したりすることが強くなったように捉えられた。他者との関係性が上手くいかなければなるほど、被害感や自分独特の物事の意味づけが強くなっていくように考えられた。

3) 中学校

①中学校1年生から3年生

入学式、自分より年上の人やショッピングモール等の人がたくさんいるところは怖がる。休み時間に遊んだことがない。一緒に帰る人もいない。班活動は5人グループ、浮いてしまいがちであるがひとり仲の良い友達がいる。班のメンバーと協力することができない。本人は話しかけると無視されることもあると言うが、本人も人の話を馬鹿にすることがある。「学校に辞表を出していいか」と本人が言い、特別支援学校も視野に考える。友達と喧嘩になり「刺し殺してやる」と言うが、その発言を気にしてしまい「どうしよう」と悩んだ。テストでは落ち着きがなく、簡単なミスが多い。悪いことを言う人は減ったので安定しているが、女子によく注意された。三者懇談会があって班の人間関係を切々と訴えて担任の先生が困られて「自分のことは自分で解決しなさい」と言われた。勉強も覚えられないのか成績も上がらない。学校へ行きたくない。自分に友達ができないことを担任に切々と訴える。担任はお手上げで、周りの生徒へ説明ができないことを理由に教室の生

徒への障害の告知を母親に求めるが母親は抵抗する。「人との関わりが上手くできない」、「人とは違う」と言って嘆く。何かひとつできるより平均的にできるようになりたいと塾へ通う。塾では勉強をしているが家では全くできない。嫌なことはしたくないと言う。学校から両親が呼び出される。「転んだ時に笑われた」ということでトラブルになりキレてしまう。担任はとにかくキレやすくて困っている。しばらくすると「俺はすぐにきれてしまう」、「もう死にたい」と訴えてくる。駅の広場の雰囲気は好き。路面電車が好き、路面電車が廃止されることになっているが、どうすれば残せるか考えたら寝れなかった。

中学2年生では、遊びに入りたくて「俺も入れて」と言うが「あんた、いたのか」と言われて相手にされなかった。自分だけ仲間外れで友達がいない。転校することを考えている。何も知らないところへ行きたいと言う。夏休み明け、「学校へ行きたくない、あんなやつらとはいたくない」と発言、誰かとあったら嫌だと家から外へ出ない。先生が妙に優しい言い方をしてくることや挨拶をする人の行為を俺を馬鹿にしているのかと被害的に受け止めてしまう。自分の顔が気に入らなくなり、こんな顔をしているから差別されるのではと訴えるようになる。普通になりたいとしきりに言う。人間関係にエネルギーを使っている。上手く友達といくとルンルンで帰ってくる。

中学3年生になって修学旅行に行った。班の人がいい人で「お母さん、楽しかった」と言って帰ってきた。高校受験を意識している。電気が好きなので工業高校に行くことを目標にする。忘れ物をよくするのでイライラしている。忘れ物をしたくないという気持ちが強くなってきた。比較的仲の良かった友達が小学校の頃、いじめをしていたことを知って人を信用できなくなった。音への過敏性がありデパートの放送は苦手であった。電車でのアナウンスが下手だと許せなかった。将来車掌になりたいと言う。

②小考察

中学1年生では、他者への抵抗感は強くなり集団の場に対して抵抗を示すようになる。友達と喧嘩になり「刺し殺してやる」と発言しては、その発言を気にしたり、自分に友達ができないことを担任に切々と訴える。担任はお手上げのようで突き放されたり、友達と関わりたいけどうまくいかないことを繰り返していた。「人との関わりが上手くできない」、「人とは違う」と言って嘆く、「俺はすぐにきれてしまう」、

「もう死にたい」と訴える等、どうしようもない憤りが外へ向かうと「殺してやる」と叫び、内へ向かうと「死にたい」と嘆いた。中学2年生ではあからさまに仲間外れになり「学校へ行きたくない」という気持ちになる。他者の親切に対しても不信感を抱いてしまう程人間関係に神経を使っていたことが理解できる。中学3年生では数少ない仲の良い友達がいじめをしていたことを知り、他者への不信感がより一層大きくなったことから中学時代は他者との関係性を求め、他者に傷つけられる経験を重ねたと考えられた。思春期の重要な時期に他者との良い体験を得られなかったことは高校時代以降の社会性の発達にも大きな影響を与えたと考えられる。

4) 高校

①高校1年生から2年生

工業高校に入学した。クラスになじめず自分から集団のなかに入っていけなかった。今までのようからかわれるのではないかと心配になった。ちょっかいをかけてくる人がいても、その他の人達を意識するように努力した。部活の先輩は帰りにご飯に誘ったりしてくれた。クラスが嫌でも、その後に部活があるからいいと思って通った。席の前後に目障りな苦手な人がいたので先生に話したが、君だけ特別に席を変えることはできない、世の中には色々な人がいるからこれも練習だと言われた。学校では上手くいかないことが多くあった。実験、計測で注意されても失敗を繰り返した。部活でも技術が伸びなかった。毎日、注意されたこともあり「自分が情けない」と思っていた。親と話をしているうちに興奮して怒ったり、パニックになってしまった。父親は母親よりも「聞くしかしょうがない」と言う気持ちで辛抱強く話を聞いていた。怒りのスイッチが入り易い。学校へ両親が呼ばれて臨床心理士から「自殺願望がある」ということを聞く。部活がストレスになっている。1週間休むが休むと友達がいなくなると思うと心配であった。

高校2年生では部活はストレスであるが、話せる人が2人いるのでそれを頼りに通っていた。体育でルールが分からず友達から注意を受ける。それがトラウマになっている。母親が自閉症のことに触れると「僕は自閉症だったら自殺する」と言っている。よくしてくれた部活の先輩がよそよそしくなっていて居心地がよくないと言う。河合塾の美術教室へ通った。最初はとても嫌がり「親に無理矢理入れさせられた」と言った。部活を辞め、「もうこれで友達がなくなった」と嘆いた。

2学期、「クラスのみんが敵視する」と学校へ行く前から言っていた。1週間してなんとか通った。インターシップ、電気工事の仕事が「嫌だ、嫌だ」と嘆いた。クラスはなじめない。グループを作ると自分が外れてしまう。クラスにいること自体が嫌で、時々学校を休んだ。「我慢の限界」と言っている。自分より格好いい人を見ると緊張するし、ねたんでしまう。クラスの雰囲気があっていない。毎日が嫌。夜、寝る前に両親に「ちょっと、話を聞いてくれない」と言ってくる。寝る前になると沸々と嫌なことがこみ上げてくる。

補修授業がありやっと一緒に帰る人ができたが、待っていると「どうして待っているのか」と言われてしまった。どうしても親密になれず「俺はもうダメだ」と思った。近所のバイクの騒音でパニックになる。「嫌がらせに決まっている」、「文句言ってやる」、「ぶっ殺したる」等と言っている。いつも駅の近くの図書館で遅くまで時間をつぶして帰ってくる。友達ができないこと、避けられたことがとても苦しいと言っている。いつも眠たい。部活に再入部したがうまくいかない。何を言われてもマイナスになる。

②小考察

高校1年生では部活の先輩との関係がとれて、どうか部活を楽しみに通うことができたが、教室では苦手な人の存在や、特別な対応はできないという担任の方針はあったが、辛抱強く通った。しかし部活の技術は伸びず注意されることが増え、次第にストレスとなった。結局高校2年生では仲の良かった先輩もよそよそしくなり部活を辞めた。「これで友達がなくなった」という表現は彼が細かい糸で他者と繋がっていたことを示している。両親と話していてもしまいには興奮してキレてしまうが、それでも寝る前に話を聞いて欲しいとお願いしていた様子から、他者に傷つきながらも他者に聴いてもらうことで安定を図ろうしているように考えられた。そのような対人関係の外傷体験と連動するように、バイクの騒音にパニックになり「嫌がらせに決まっている」、「文句言ってやる」、「ぶっ殺したる」等の感情が生じてきているようにも思われた。

5) 生育歴の考察と支援の方向性

幼児期から言葉、対人関係、こだわり等自閉症特有の行動特徴が見られた。特に対人関係面ではその特徴が顕著に見られた。友だちと関わりたくて不自然に声をかけたりする様子や、自分勝手な行動が見られたりと行動面では、周りの子どもたちが自然にできる他者との間合いの取り方が上手くいかなかった

たとえられる。小学校になってさらに他者との関わりによるトラブルが顕著になる。からかわれることや馬鹿にされるといふ行為への抵抗感、自分自身の見ため、「みんなと一緒にじゃない」といふ考えから自分を変えたい意識が強まるとともに生じ、被害感や自分独特の物事への負の意味づけが強くなっていった。

中3の時に見られた音への感性があり、デパートの放送は苦手や電車での下手な「アナウンス等の音への感性の訴えを持ちながらも、それ以上に現実生活の対人関係を中心とする生きづらさが目立っていたと考えることができる。中学生、高校生の思春期に人間関係の形成の傷つきや挫折体験は、高校3年生においてカウンセリングを受ける上でも安定した他者との関係性の継続が求められると考えられた。

従って、音への過敏性への対応とともに、他者との関わりを求めながらも、より良い関係性が築けなかったことが示すように、他者との関係性による社会性の問題全般から生じる安定した適応の課題をどのように支えていけるかが、Aさんに対する重要な支援として考えられた。

3. 支援経過（カウンセリング）

来室の経緯は暴走族等の改造車、エレキギターの音、日常生活で音への抵抗感が強くなったこと、学校を休むことが増えたこと、「クラスの気に入らない人をひとりずつナイフで殺してやる」と高校のスクールカウンセラーに発言したことにより、Aさんが苦しい不安定な状態であったことを理由に母親と本人のカウンセリングの希望を受けた医療機関の紹介で来室することとなった。そこで相談室では生育歴について検討を踏まえ、音への感性とともに、他者との関係性のあり方も視野に入れて、Aさんの語りを受けとめ、Aさんの主体性を尊重しながら、その音への対応を重要な他者としてのカウンセラーとの関係性を基盤に、ともに考えていくことを、ここでは「支持的カウンセリング」として定義し、ある心理相談施設の相談室で1セッション50分の月2回のペースで「支持的カウンセリング」を施行することにした。特に生育歴から他者を求め、他者に傷ついてきた体験は根強く残っている。このようなことから他者との関係性を重要視する支持的カウンセリングは今まで経験することができなかった安定した信頼関係による体験を積みあげていくことを基盤として行う支援であり、有効性を期待できる支援で

あると考えられたので、その実践を筆者（以下、T h）が行った。ここではそのカウンセリングの経過を月単位で記録し報告する。また、聴覚過敏性へ重要な他者との関係性が与える影響を「音への反応」、「対人関係の変化」、「カウンセリングによる変容」、「対応策の変遷」、「自己理解の変容」の項目に分けて表1に示す。

1) 高校3年生（以下、X年）7月

①7月セッション1

無表情でたんと話す。興味のある物を作ることが好き。大半は家で過ごしている。

あんまり、調子はよくない。音楽を聴く時も初めて聴く曲が聞けない。昔は全然気にならなかった。音楽が聴きたいけども、聞けない、その気持ちは分かりますか。〈今まで聴けていたのに聴けない〉、はい。〈1曲とか、2曲ではなくて、多くの曲がそうですね〉、そうですね。〈聴ける曲はありますか〉、安心して聴ける曲は前から聴いている曲、知っている曲とか、こんなくだらないことでいちいちこだわることはよくないことだと思う。そういうことはなくしたいと思って、音楽以外にもスーパーに入るのがちょっと嫌。あと、バスに乗る時も、運転手さんを選んで乗る。特にマイクの使い方だ声が大きく聞こえる人は嫌。気になる時に何で気になるのか。難しいことを考えるから余計に嫌に思う。要するに人に言わないと治まらないということがある。どうすればいいですか。〈人に言わないことで苦しくなるようであれば言うことですね、ただ人を選ぶ必要があるかも知れませんね〉、気になることを言うので悪循環が発生するのではないですか。〈人に言わないことで、気にならなくなる人もいる。だけでも人に言うことによってすっきりする場合もある〉、その場はすっきりするけど。〈言わない時でもすっきりすることはありますか〉、毎日、辛いですね。〈誰でも、気になることはある、誰でもの範疇なのか、他の人よりも気になるのか〉普通の範疇を超えていますね。そのことを気にすること自体が間違いだと思います。〈自分が間違っている。自分を責めることもありますか〉、そうですね。〈自己評価が下がりますか〉、あんまりないですね。〈自分にとって良い面はどうですか〉、そんな褒められるということはないし、褒められることはしない。〈注意されることが多いのですか〉、はい。物を買う時も「迷うのは止めなさい」とか。治せると思うのですよ。人間の脳は治るものだと思うのですよ。そのような

ことばかり考えると「死にたい」と思う。〈治らないと思うことはないのですか〉、治らないとは思えない。

新しい音楽でも聴いて、それがたいしたことはないと思えば良い。嫌なことを何回も何回も聴いて頭を慣らすということ。〈嫌な曲と考えればいいですか。嫌な音と考えればいいですか〉、嫌な音の方ですね。雑音ですね。テレビがついているだけでも嫌なのです。テレビが見られなくなった。自己肯定感が薄いので褒められることがひとつ、ふたつあると思うけど。でも照れくさくて言えない。ダメな人間で安心している。そういうふうを決めつけている。

自動車学校へ行ったり、ギターが苦手ならギターをやった慣れることであったり、そういうことをしない。そんな人生はつまらないと思いませんか〈つまらないとは〉、〈チャレンジができないということですか。考えはあるのですか〉、〈思いきれない、怖いのですか〉そう、怖いのですね。

以前、修学旅行で沖縄に行ってきましたね。そこはいいところですね。友達がいなかった、不安がありましたね。思い切って行ってみるとそうでもなかった。根がまじめなのでさぼったらいかんと思って、まじめな人は好かれますから。最近、まじめなことは大事だと思った。適度にまじめなものごとを考えることが大事と思う。

魚を釣ることは好きですね。〈どのような魚を釣るのかな。あゆとか〉難しいですね。ここでプライドを捨てないといけないね。初心者に戻る。「分からないので教えてください」と言わなければいけません。周りから「こんなことも分からないのかよ」と言われても嫌な気持ちにならない。変なプライドがある。〈趣味は〉、読書かな。他のことは中途半端だからサーフィンとかというボケツを掘りますね。全然分からないと言いますね。〈謙虚ですね〉（と褒めると）、謙虚な気持ちは大事ですね。〈音に関しては、エレキギターとかに慣れるということも良い考えだと思いますね。軽音楽部に行ってみることも良いと思うのですが、でも行動する勇気が要りますね〉、「興味があるので来ました」とかと言ってみようかなと思います。〈それでいいと思います〉友達を見つけることも大事ですかね。他のことで気を紛らわせることも大事ですかね。それができないことが辛いですね。〈ひとつの方法として、友人を見つけるのも良いのでは〉、〈部活のことに入るか入らないか迷っているのですよね、入る気は

ありますよね〉そうですね。〈何部に入りますか。テニスは最近、行ってないですよ〉、そうですね。〈ちょっと仲の良い子ができた？〉・・・ひとりでは苦しいということがありましたよね。二人でいると（音が）気にならなくなると言っていましたね。〉、そうですね。嫌な音って大抵の人は嫌ですよ。〈そうですね〉、そうですね。

②7月セッション②

裏の家の人が嫌でイライラする、イライラするようになったのは去年の暮ぐらいから気になりだした。ちょっと嫌な思いをしている。バックミュージックのことが気になって、自分の深層心理のなかで、それを排除しようとしている。脳科学の力で克服したいと思っている。好きな音なんだけと気になってしまうという嫌な思いになる。いちいち気にしていると音楽を聴いているのも苦痛だし、最近では外へ出ていくのも嫌ですし、前よりちょっとしたことで気になって、毎日ストレスで生きづらい思いをしている。

部活に入って友達ができました。まったくしゃべらない人がいる。辞めてまた部活に戻ったら、しゃべらなくなった。みんなに話をする「あなたのことを嫌っている訳ではない」と同じことを返されるのですよ。〈そうだと思うよ〉そうですね。

やっぱり静かなところに住みたいですね。防音とかシャッターついてあったりとか。〈趣味を見つけるといいですね〉、〈耳栓とか使ったらいいですかね〉、そうですね。買ってきましようかね。〈耳のつめ具合を調整して、ちょっと多少ボリュームを調整して、生活上支障がない程度で・・・〉。耳栓を昔つかったことはあるので。もう一度使ってみます。ありがとうございます。

2) X年8月

音楽を聞くのが辛くなった。もとに戻って欲しい。すごくそれが辛いことである。店に行っても、外に出るとうるさいということがある。それがひどくなって、外に出たくないということになった。もう、昔には戻れないのかと思って、今はそれが辛いですね。やっぱりなぜ、それが気になるのか分からないのですよ。人の声でも嫌だと反応してしまう。バイクの音とか、たとえ音が出てなくても嫌になったりする。スーパーとかのアナウンスとか突然鳴るではないですか。突然鳴ったりするのが嫌で、今辛いことは音楽なんです。聞きたいけれど、聞けないのですよ。音楽を聞いている人を見ると羨ましいと思う。本当に死のうかと、死んでやろうかと思ったこ

ともある。早く、これを解決したい。ここへ話に来て、解決を先生がおっしゃられないので。

裏の家の人がうるさくて、「死ね」と言ってやったのですよ。家にいても辛いし、うるさいし、どこへ行っても心が休まる場所がないのですよ。なぜ、こんなことになったのか。つい最近になって色々なことがうるさくなって、娯楽施設に近づいただけでじんましんでそうだし、ゲームセンターやカラオケにも行ってない。どうすればいいですか。毎日、毎日、このままは辛いだろうし、死ねばいいだろうと。何とかありませんかね。先生に答えを振っているけど・・・。例えばどういうことを言えばいいですか。＜カラオケのことを聞かせて下さい＞昔はギターを聞くことは平気だったけど、最近、あるきっかけで、ギターの音が気になるなと思って聞いたら、本当にうるさく聞こえるようになって、それからギターの音が気になる嫌な音になった。うるさいと思って聞いているともっと嫌になる。うるさいと思わないようにしても、うるさくて、うるさいと思いつつ聞くのが嫌になった。いとこの叔母さんが「聞きたくなかったら聞かなければいい」と言った。そういうのは、俺は違うと返した。自分は元に戻りたい。

3) X年9月

先生からのアドバイスを聞いてみたいのですが、最近、音楽とかでもエレキギターの音がちょっと気になる。調子こいた車の音が非常に気になる。人の笑い声が気になりますね。前は全然、気にならなかったのに最近、気になりだした。どうしたらこれ、治るのですかね。調子こいた音でないですかくちょうこいた音？>イライラするじゃないですか。＜後＞改造した車の音とかですね。暴走族のような、そういうのが嫌ですね。本当にストレスで、そいつのことを殺してやると思っています。家にいることも辛いし、どうすればいいのか。＜耳栓は＞耳栓すると良いのですが、耳がしんどくなるのが辛いのと、休みの日にそんなことをしないとイケないのが辛いです。＜常にするのはなくて、どうしても苦しい時に使うと良いのでは＞そうですね。効果はありますが、一番いいのは気にならない方がいいのですよね。本当に音楽を聞いていても気分が悪くなったりするので、「調子こいているのは死ねばいいとか」と思ってしまう。治る方法を聞きたいのですよね。小さいことがドンドン気になって、他の仕事も辛い辛いと言っていても手に付かないし、どこか行くと辛い、辛いと思ってしまうのですよね。何かいい方法はありますか。先生の意見を聞きたくて、

全然意見を聞いたことがないので、意見を色々聞いてみたい、自分だけ話していてもダメなので、先生からの意見を聞きたい。＜もう少し情報が欲しいですね＞、たとえば、＜音には色々あると思いますが、気にならない音、苦にならない音とか＞ピアノの音、エアコンの音、電車の音、普通の車の音、バスの音、オルゴールの音とかレストランのなかのざわざわとかですかね。雨の音も大丈夫です。＜ピアノの音は平気＞、そう＜昔、習っていた？＞、そうではないですけど＜ピアノで激しい音とか、どう？＞、ピアノですと、そこまで嫌ではないですね。＜エアコンの不快感は？＞全然（大丈夫）ですね。エアコンは役にたつので気になりません。音がしていると涼しいと思います。音によって好きな音と嫌いな音があります。電車の音を聞きたいためにホームに行ったり、電車を見たりとか好きですね。

カラオケでは自分が歌うとなると気にならないのですよ。うるさいと音を絞ったりするので。だから、全然、気にならないですね。集会はマイクを使うけれどマイクを準備する仕事をするようになると気にならない。＜いいことに気がついたね＞、ギターの音も自分が演奏すると気にならなくなると思います。うるさい車でも自分が乗ったら気にならないと思います。叔母さんの車もマニュアル車ですごい音が出るのですが、叔母さんの車なので気にならないし、バスもいつも乗せてもらっているのでバスの音は気にならない。私は自分勝手なのです。これからどうしていきましょう。＜いい気付き、いい確認ですね＞、＜状況が深刻だから一緒に考えていこうと思っている。いいアイデアが出てくるといい＞

人が掃除機をかけていると、ぼくがやろうかと…＜変わってやるといいですよ、感謝してもらえないし＞、＜法則1ができたね＞、苦手な声も、仲良くなると大丈夫なのだよね。＜すごいね、なじむということだね＞、友達だと腹が立つことはない。他のお客さんがいるので、静かにしようね。＜そこで実行していこう＞、＜できることはやっていこう＞、他のことをしている時は音が気になる。＜苦手な音は、自分から音を出す側になるとか＞どんどんアドバイスして下さい。＜情報を出して確認していこう＞そうですね。自分が情報不足でした。＜一緒に考えていきましょう。考えていくと発見があるでしょ＞

4) X年10月

進学しても楽しくないと思うと何もしたくない。仕事にしても学校でもそのようなことを怖がって

たら何もできない。自分が何をやっても楽しくない。友だちにゲームを借りてやっていただけゲームをやらなれないといけないと思うと楽しくない。できないとみんなに迷惑をかけてしまうと思う。自分でも趣味をもたないといけないと思っている。僕は趣味がないのですよね。ちょっとしたことをうるさいとか、むかつくと思ってしまう。抽象的でみんなに分かりにくい。電車でアナウンスがちょっとうるさいと思うと気になって、嫌だと思うとなんかがっかりする。電車だとしばらく乗っていかないといけないと思うと、この人と降りる駅まで一緒だと思つて嫌になる。この辺がもやっとなる。心のあたりが……。暴走族が目の前を通った後のような嫌な気持ち（のよう）になる。自分で基準をつけてしまう。これはいいとか悪いとか。たとえばバスとかでここに（胸を示して）服につけているマイクとか、わざわざこういう風（マイクを口に近付けて）にしてマイクを使うこととか、服に付けているのに口に近付ける。手を使ったら意味ないじゃないですか。安全に運転するために服に留めているのに。声がやかましくなるじゃないですか。椅子とかでも、が一と音を立てて引く人とかレストランなどで、人を不愉快にさせることを平気でやっていることにムカつくのですよ。飲食店とかでもいらっしゃいませと声をかけられるのは嬉しいのですが、時々、すごく声がやかましい大きな声の人いるじゃないですか、もっとやさしく言ってもらった方が気分がいいなと思う。若い子の声は好きではない、そんなこと言うと自分もしゃべるなと言うことになる。声がとおる人の声は嫌で、若い人でもハスキーな声の人がいるし……。（私は）勝手に決めつけて、いちいちこだわるのでつらいのです。男も女も、たぶん歳も関係ない。声がうるさい人が嫌なのです。テレビの後ろの方から聞こえてくる笑い声、おもしろくないところでもわーっとか、たまに1人だけ飛び抜けてわあっと笑っている、たまに男の人がわあっと笑うのが嫌、どうもいらつくのですよ。今はおかしくないで同じような笑い声は出せないですけど。（Thが、大きな声で笑って見せると）、そう、そう（その笑いと言う）。こっちは面白くないのに。でも、自分の叔父さん、結構な歳なのだけど、透る声で大きいのですが、自分の叔父さんだといいいのですよ。この人はそういう人だからと思う。〈どうしてかな〉、自分の味方だと思つてからですかね。自分に良くしてくれる人と思うと、全然気にならないのですよ。大丈夫なのですよ。

運動会とか、自分は放送部で放送席にいたので、けっこう、競技によっては放送する人は興奮するのでやかましい声でしゃべるのですが、全然気にならないのです。〈どうしてですか〉、だって一緒に仕事している仲間だから全然気にならない。スポーツ番組とかでもアナウンサーのしゃべる声が嫌なのです。スポーツ番組でも、結構やかましいですよ。サッカーでも「（ゴールに）はいったー」とか、こっちは感動してないのに。聞いているとムカムカしてくるのですよ。

こういうことがあると日常生活に支障が出るのですよ。そういう障害がなくなればまずひとつ解決することがあると思うのですよ。向かいの（家の）エンジンを吹かす音とか、どうもそういう音を出している人がムカつく、そいつがムカつくとそいつの家までムカついてくる。そういうことがあるので生活していてイライラすることばかりなのですよ。

どうやっていけばいいのか、どうやってこのようなことを解決すればいいのか。一日中耳栓（以前、耳栓はThがアドバイスしたこと）は人の目が気になるし、やっぱり耳が痛くなるじゃないですか。地下鉄の改札でカードを入れると駅員の声がどこからか、「ありがとうございました」と聞こえてきて、どこから声が出ているかと思ったら、離れたところからマイクで堂々と座って言っていて、その偉そうな態度が、どうもムカつく。特に自分が分かり切ったこと（注意）をアナウンスで繰り返し言うのはムカつく。座るときは奥に詰めろ、老人には席を譲れ、そのようなことをいちいち言うなど、特に疲れている時はあーっと思う。外国の人はうるさいと言いますよ。電車が来るので後ろに下がれとか、言われなくてもやれよと思うし、アナウンスの人もムカついて言っているのでもうるさいのですよ。

（Thが話を聞いた後、ひとつずつ話をまとめる）〈楽しくないのはつらいね〉、それは苦行ですよ。〈楽しいことは〉、ないですよ。嫌なことを思っている時は楽しいことを考えたくないのですよ。（思い出したかのように急に）河合塾とかでも、基本的には美術する人は非常識なのです。河合塾行くのが嫌なのです。大きな理由はしゃべる相手がないので。自分にしゃべることがない、趣味がなくて無知だから。

〈時間が来てしまいましたね〉、どうすればいいでしょうか。〈嫌なことを思っていない時には、楽しいことを考えることができる、楽しいこと、夢中になることがあるといいのですが〉、それはそうです

ね。他にどうにかすることはありますか、楽しいことを無理に見つけるということはどうですか（自ら提案）。＜気分を変えるとかですね＞。テレビを見ること（と自ら提案）。外出先のこと、裏の家がうるさいこととかどうすればいいの。＜ひとつひとつ考えていきましょう＞

表1 音への反応と特徴的行動の変容

	音への反応	対人関係の変化	カウンセリングによる変容 (音の理解、受け止め方等)	対応策の変遷	自己理解の変容
7月①	<ul style="list-style-type: none"> ・始めて聴く曲が聴けない（昔は全然気にならなかったのに） ・今まで聴いていた曲さえも聴けない（安心して聴ける曲は前から聴いている曲、知っている曲） ・スーパーに入ることがちょっと嫌 ・バスの運転手でマイクを口に近づけて大きな声を出されることが嫌 ・テレビが見られない 	<ul style="list-style-type: none"> ・人に言わないとなんか治まらない ・まじめな人は好かれますから ・謙虚な気持ちは大事ですね ・友達を見つけることも大事ですね 	<ul style="list-style-type: none"> ・聴きたいのに聴けない（その気持ちわかりますか） ・こんなくだらないことでいちいちこだわることは良くない ・普通の範疇を超えている、気にすること自体間違いではない ・（感覚過敏）治せると思うのですよ ・自動車学校へ行ったり、ギターをやって慣れたり、そういうことをしない人生はつまらない ・嫌な音は大抵の人が嫌ですね 	<ul style="list-style-type: none"> ・新しい曲を聴いても大したことではないと思えばいい ・嫌な曲を何回も聴いて慣らせば良い ・エレキギターに慣れるために軽音学部に行ってみることを勧める（Th） ・他のことで気を紛らわせることも大事ですかね ・二人でいると気にならなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> ・褒められることはない ・自己肯定感が薄い ・だめな人間で安定している。 ・根がまじめなので ・プライドを捨てないといけな、変なプライドがある
7月②	<ul style="list-style-type: none"> ・バックミュージックのことが気になる 	<ul style="list-style-type: none"> ・裏の家の人が嫌いでイライラする ・部活に入って友達ができた ・まったくしゃべらない人がいる 	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなに話すとお前さんのことを嫌っている訳ではないと言われる 	<ul style="list-style-type: none"> ・脳科学の力でどうにかしたい ・防音やシャッターのある静かなところで住みたい ・＜耳栓とかを使ったらどうですか＞と勧めると使ってみると応える 	
8月	<ul style="list-style-type: none"> ・音楽を聴くことが辛くなった（外に出られなくなった） 	<ul style="list-style-type: none"> ・音楽を聞いている人を見ると羨ましく思う 	<ul style="list-style-type: none"> ・もう、昔に戻れないということが辛い 		

	<ul style="list-style-type: none"> ・人の声でも嫌だと反応してしまう ・バイクが音がなくても嫌になる ・アナウンスが突然なることが嫌 		<ul style="list-style-type: none"> ・うるさいと思って聞いているともっと嫌になる ・なぜ気になるか分からない ・「死んでやろう」と思った 	<ul style="list-style-type: none"> ・「うるさいと思ったら聞かなければいい」と叔母さんに言われたが、それは違う、俺は元に戻りたい 	
9月	<ul style="list-style-type: none"> ・調子こいた車の音が気になる(イライラする) ・<苦にならない音は> ピアノ、エアコン、電車、普通の車、バス、オルゴール、レストランのざわざわ ・放送委員をしている時の音は気にならない 	<ul style="list-style-type: none"> ・人の笑い声が気になる ・(調子こいた音を出す人)殺したくなる、死ねばいい ・叔母さんの車はすごい音が出るのですが、叔母さんの車なので気にならない ・苦手な声も仲良くなるといいのだよね ・友達だと腹が立つことはない 	<ul style="list-style-type: none"> ・前は全然、気にならなかったけど気になりだした ・どこへ行っても辛い、辛いと思ってしまう ・音によって好きな音と嫌いな音がある ・エアコンは役に立つので気にならない、音がしていると涼しい ・電車の音を聞くためにホームに行ったり、電車を見たりすることが好き ・バスはいつも乗せてもらっているので気にならない ・自分が歌うと気にならない ・自分がうるさい音を絞ったりする等の仕事するのは気にならない、ギター之音も自分が演奏すると気にならなくなると思う、うるさい車でも自分が乗ったら気にならないと思う 	<ul style="list-style-type: none"> ・(耳栓をすることに対して)耳がしんどくなる、休みの日にそんなことをするのが辛い ・<常に耳栓をするのではなく、苦しい時に使用するの>効果はありますが、一番いいのは気にならないこと ・<(掃除機をかけている人がいれば、変わってあげるとどう> ・<苦手な声も仲良くなるとなじむかも> ・<苦手な音は自分から出すようにする>いいのでは> 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分勝手なのです
10月	<ul style="list-style-type: none"> ・電車のアナウンスが気になる ・バスの運転手が服につけているマイクを手で口にわざわざ近づけて出した時のやかましい声 ・レストランとかで椅子を引いた時に出る音 ・飲食店の「いらっしゃいませ」という大きい声 	<ul style="list-style-type: none"> ・友達とゲームを借りてやっていただけ、ゲームをやらないといけないうるさそうと楽しくない 	<ul style="list-style-type: none"> ・電車のアナウンスがちょっとうるさいと思うと気になって、嫌だと思いがっかりする ・ゲームができないとみんなに迷惑をかけてしまうと思う ・自分でも趣味をもたないといけないうるさ ・自分が何をやっても楽しくない 		<ul style="list-style-type: none"> ・僕は趣味がない ・(ちょっとしたことをうるさい、むかつくと思ってしまう)

<p>な声</p> <ul style="list-style-type: none"> ・若い人の声、透る声、うるさい声 ・テレビの後ろの笑い声（おもしろくないところでわーっと笑う、たまに1人だけ飛び抜けてわあっと笑う） ・スポーツ番組でアナウンサーがしゃべる声がやかましいので嫌い、こっちは感動してないので ・車のエンジンを吹かす音 ・地下鉄の改札でカードを入れると「ありがとうございました」と聞こえてきた駅員の声（離れたところからマイクで座って言っていた） ・自分の分かり切ったアナウンス（注意）を何度もマイクで繰り返されることが苦手 	<ul style="list-style-type: none"> ・叔父は透る声で大きいのですが、自分の叔父はいいのです、この人はこういう人だからと思う ・放送部と一緒に仕事をしている仲間だと気にならない。 ・エンジンを吹かす人がムカつく ・駅で離れたところからお礼を言うのは、偉そうな態度に見える（そのような偉そうな態度の人が嫌） ・（急に思いましたかのように）基本的に美術をする人は非常識と発言 ・塾にしゃべる相手がない 	<ul style="list-style-type: none"> ・人を不愉快にさせるのが嫌 ・あまり面白くないのにいらつく ・＜叔父だとどうしていいのかわからない＞自分の味方だからでしょうか、自分に良くしてくれる人と思うと全然気にならない ・運動会とかでも放送部で放送席にいると近くで興奮してやかましい声でしゃべっていても全然気にならない ・座る時は奥に詰めろ、老人には席を譲れ、電車が来るので後ろに下がれ、言われなくてもやれよ、アナウンスの人もムカついて言っているのうるさい ・＜楽しくないのは辛いね＞それは苦行ですよ ・＜楽しいことは＞ない、嫌なことを思っている時は楽しいことを考えたくない ・塾へ行くのは嫌 	<ul style="list-style-type: none"> ・どうやって気になることを解決すればいいのか ・一日中、耳栓をするのは人の目が気になるし、耳が痛くなる ・＜嫌なことを思っていない時には楽しいことを考えることができる、夢中になれることがあるといいのですが＞ ・「他にどうにかすることはありますか」とアドバイスを求める ・しばらくして自ら楽しいことを見つけるのはどうですかと提案（テレビを見ること等） 	<p>抽象的でみんなに分かりにくい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・勝手に決めつけていちいちこだわるので辛い ・自分にしゃべることがない、趣味がなく、無知だから
--	--	---	--	--

4. カウンセリングの考察

表1に整理した項目に基づいて考察する。

1) 音への反応

バスの運転手の例が示すように今まで気になってきた音は基本的に今でも苦手である。それに加えて今まで聞いていた、あるいは聞いてきた曲さえも聴けなくなることへの苦しさが表現されている。突然なるアナンスへの抵抗は大きく、日常的なテレビの音や人の声でも過剰に反応するようになる。

「調子こいた車の音」等のように音だけではなく、その音を発生する人へも感情的な抵抗を示している。特に苦手な音の傾向として、必要性を感じない音、理由づけの困難な音を嫌がる。「バスの運転手が服につけているマイクを手で口にわざわざ近づけて出した時のやかましい声」、飲食店の「いらっしゃいませ」という大きな声、地下鉄の改札でカードを入れると駅員が「ありがとうございました」と聞こえてきた声（離れたところからマイクで座って言っていた）、自分の分かり切ったアナウンス（注意）を何度もマイクで繰り返されること等、自ら納得のいかない行為に基づく音へ強い抵抗を見せる。

表1から考えられることは音を苦手とする根拠が自分なりの意味づけによるものであることが多い。特に好きな音と苦にならない音の根拠が分かりにくいと考えられる。「ピアノ、エアコン、電車、普通の車、バス、オルゴール、レストランのざわざわ」等、日常的に本人が利用している物や基本的に興味のある対象から出る音に関しては抵抗がないようである。電車等は興味の対象であるのでその音は苦にならない。一方、「若い人の声、透る声」は苦手というがその根拠は本人自身の感じ取り方の影響が大きいように考えられる。音を苦手としているが、放送委員をしている時の音は気にならないという。

以上のことより本人の音への抵抗感は、純粋な音声を受け取る感覚的な要素だけではなく、その受け取る音に対する構え、あるいは音への受け止めや意味づけが、音への抵抗感に大きな影響を与えているように考えられた。

2) 対人関係の変化

「人に言わないとなんか治まらない」というように、音への抵抗感を他者との関わりを通して軽減していくことを意識している発言が見られた。他者への意識の強さと音への抵抗が連動するように苦しんでいる様子が見られた。他者との関係の作れなさは幼児期から苦しんできたことであり、関係性の形成

も容易なことではないが、一方、重要な存在との関係のなかでは、音への抵抗感が背景に沈んでいることが、「叔母さんの車はすごい音が出るのですが、叔母さんの車なので気にならない」、「叔父は透る声で大きいのですが、自分の叔父はいいのです、この人はこういう人だからと思う」、「放送部で一緒に仕事をしている仲間だと気にならない」から推測できる。

音の受け止め方は対人関係のあり方と絡み合い大きな影響を与えていることが苦手な音を発する他者の評価に顕著に表れている。そのことは「エンジンを吹かす人がムカつく」、「調子こいた音を出す人を殺したくなる」と人へと怒りの矛先が向けられている発言から裏付けられる。他者への意識は敏感であり偉そうな態度の人を極度に嫌がり、「基本的に美術をする人は非常識」と決めつけたりするが、10月の面接では苦手な音も「友達だと腹が立つことはない」、「苦手な声も仲良くなるといいのだよ」と他者との関係性が音への抵抗と関連していることを本人自身も気づいているようであった。

「まじめな人は好かれますから」、「謙虚な気持ちは大事ですね」、「友達を見つけることも大事ですね」、友達に付き合っ嫌でもゲームで遊んだり前向きな発言や他者との関わり方の努力が見られたかと思うと「塾にしゃべる相手がいない」と嘆いたり、「音楽を聞いている人を見ると羨ましく思う」と羨望のまなざしで他者を捉えたり、本人と他者との関係性は不安的な状態が見られた。

3) 対応策の変遷、自己理解の変容

7月の1回目の面接では、聴きたいのに聴けない気持ち、くだらないことにこだわっていると分かりながらもどうにもできない自分を嘆いている。そのように気にする自分を受け入れることができないことや、「褒められることはない」と発言するなど自己肯定感の低さが見られた。「気にしなければいい」、「気を紛らわせればいい」、「音に慣れればいい」等と音に対して向き合い方を変えることで対処しようと考えていたと思われる。7月の2回目の面接では「脳科学の力でどうにかしたい」と科学的に対処を考えたり、「防音やシャッターのあるところで住みたい」等と環境の変化を考えたり、「治せると思うのですよ」と希望を持ちながらあの手この手と対応策を考えている姿が見られた。「嫌な音は大抵な人が嫌ですね」と自分と多くの人には違いがないことを確認する等、障害を受け止めることへの抵抗が見られた。しかし一方で7月の1回目の面接で語ったように「だめな人間で安定している」、「プライドを

捨てないといけない、変なプライドがある」等と自分自身を捉えていた。「みんなに話すとおあなたのことをみんな嫌っている分けではない」と周囲の人に言われる程、被害的な側面が見られた。

気にしないように意識を変えたり、慣れたり、紛らわせたり等音へと正面から向き合ったり、脳科学に期待したり、音を遮断することを考えたり、耳栓をしたり思考錯誤を繰り返すなか、8月には耳栓をしたりすることへの抵抗感が生まれ、休みの日にそんなことをするのが辛い等と応える。9月になると話を続けることでカラオケでは「自分が歌うと気にならない」、集会では「マイクを準備するようになると気にならない」等と気づきが生まれる。苦手な音は自分から出すようにすると音が気にならない、つまり音を自分でコントロールすることで気にならなくなるという考えが生まれる。「ギターの音も自分が演奏すると気にならなくなると思う」、「うるさい車でも自分が乗ったら気にならないと思う」等対応策に期待をかける。10月では「僕は趣味がない」、「ちょっとしたことをうるさいと思ってしまう」、「むかつくと思ってしまう」、「かってに決めつけていちいちこだわるので辛い」、「自分にしゃべることがない、趣味がなく、無知だから」等と自分自身についても語るが増えた。自己肯定感の低さについて語ることは度々あるが、特定の信頼できる他者との関係性を音の受け入れやすさと関連させて語る等、その語りは対人社会のなかでの自分と向き合っている姿として考えることもでき、自ずと他者や自己への理解を深めていくプロセスとしても捉えられた。

4) カウンセリングによる変容

開始した間もない7月には昔は気にならなかった曲が気になるようになり聞けなくなった。こだわることは良くないことであることは分かっているけど、こだわってしまう。「普通の範疇を超えていますね」、「気にすること自体が間違いだ」等と自己を否定的に捉えている。褒められることはなく、注意されることが多い、「死にたい」と思うと言いながらも、どうかしたいという思いから、「何度も聴いてい慣れる」、「ギターが苦手ならギターをやって慣れる」等と自分なりの解決策を口にするが、怖いという。沖縄への修学旅行に行き、思い切って行って良かったと成功体験を語ることで話が少し前向きになった。7月の2回目の面接の終了の時間ではイライラを吐き出したことが大きかったのか、少し冷静になり「耳栓を使ってみたら」等の筆者の問いかけに耳を傾けた。

8月には周囲の人も対応に困り「うるさい」と思ったら聴かなければいい等と返すが本人は、俺は元に戻りたい、聴かない努力よりも聴けるようになりたいと言う。Aさんが誰もが自然に音を聞くように、自分も自然に気になる音を聞けるようになることを求めた。9月には筆者が提案する一般的で対処的なアドバイス、例えば7月に提案した耳栓を使用することは受け入れてもらうことはできなかった。「何も教えてくれない」、「アドバイスをしてくれない」と筆者にいら立ちを向け、無力感を味わった。しかしその時から9月、10月では音をコントロールすることや音を出す人との関係性が音への抵抗感に結びついていることに気づき、主体的に対応策を考え、筆者に確認することも見られるようになった。筆者との安定した関係性によるカウンセリングでは、本人が音に対する自分の気持ちを丁寧に語り、そして自分を取り巻く他者との関わりを重ねながら考えることができた。Aさんも筆者も無力感を抱えながらもAさん独自の音への向き合い方あるいは付き合い方を考える機会となったと捉えることができ、Aさんとのカウンセリングの成果を確認することができた。

IV 総合考察

Temple.G (2009) は感覚過敏性を理解するために気を付ける点として感覚の過敏度が人によって違うこと、また同じ人でも時、場合、またはその日によっても異なることを挙げた。Aさんの生育歴からも考えられるように、音の過敏性への対応と同様に本人の社会性の課題は相互に絡まりあっているように考えられた。Aさんとのカウンセリングを通して、独立して感覚過敏性のみに対応することだけではなく、重要な他者との関係性と重ねて音への対応策を考えることの有効性が示唆された。

カウンセリングの経過や表1からも理解できるように音によって他者の評価が左右された。苦手な音を発信する他者とは関係性においても悪くなったり、重要な他者が発信する音は、たとえそれが苦手な音であったとしてもその抵抗が弱いことが分かった。そのことは音の受け止め方の対応策として、音を発信する他者との関係性を良くすることでその人が発信する音への抵抗感を和らげることが可能であると考えられる。

本事例研究により他者との関係性の形成による支援は、自閉症特有の1次障害としての音への聴覚過

敏性が2次的な自尊心の低下や自己同一性の獲得の問題へと拡大していくことを防ぐ方法として、また1次的過敏性への向き合い方においても、耳栓や護られた環境の確保等の物理的な音の遮断による対応のみならず、「叔父は透る声で大きいのですが、自分の味方であり、自分に良くしてくれる人と思うと全然気にならない」、「叔母さんの車はすごい音が出るのですが、叔母さんの車なので気にならない」とのAさんの発言が示すように、重要な他者との関係性のあり方を視野にいたした音の受け止め方による対応策の重要性が示唆された。

また、音に対して積極的に向き合い音源をコントロールすることも、その対応策として考えられた。カウンセリング場面では「ギター之音も自分が演奏すると気にならなくなると思う」、「うるさい車でも自分が乗ったら気にならないと思う」等、自分で考えた対応を提案し音の受け止め方の理解を確認することで、自分自身の感覚過敏による苦手な音と付き合いしていく姿勢を保つことができた。それが上手くいくとは限らないが、自ら主体的積極的に音に向き合うことができたと言える。その姿勢を築き、維持していくためにも支持的カウンセリング等の重要な他者との関係性による支援が必要であることが筆者とのカウンセリングによる支援経過から示された。

滝川(2010)は感覚を通して世界を捉えることを「認知」、意味や約束を通して世界を捉えることを「認識」と呼び、「認知」と「認識」の違いを区別した上で、アスペルガー障害は「認識」に遅れはないことを述べた。その定義に沿って考えると自閉症スペクトラムの聴覚過敏性は「感覚的な刺激としての音」として「認知」することの過敏性に障害の特徴を有すると考えることができる。他者との関係性に影響を受ける音、たとえば「叔父は透る(苦手な)声で大きいのですが、自分の味方であり、自分に良くしてくれる人と思うと全然気にならない」という時の叔父の声(音)は「自分の味方が発した音」として「意味づけられ、受け入れられる音」であり「認識」のレベルの音である。つまり「認識」のレベルの音の受け止めは、たとえそれが苦手な音であっても「他者との関係性によって受け入れられる音」として変化するものであると考えることができる。Aさんが示したように、1次的な「認知」レベルの音への抵抗が、2次的な影響として「認識」レベルの音への抵抗へと悪化してしまわないようにする支援が必要である。

従って、アスペルガー障害等の自閉症スペクトラ

ムの特徴とされる感覚への過敏性の特徴は、自閉症障害の本質的な対人関係性に伴う社会性の支援を行うことにより、結果として軽減、あるいは悪化を抑える可能性があることが示唆されるとともに、自己肯定感を支え、安定した自己形成へとより良い発達への影響を与える可能性をも考えられた。また、今回の事例を通して、Temple.G(2009)が述べているように個々において感覚の過敏性が異なるのであれば、その対応の方法も多様であることが考えられるとともに、カウンセリングにより自分自身の音の過敏性について他者と語りあい考え、支えてもらうことを通して、その反応の特徴とその対応策とともに検討していくことも重要な支援アプローチのひとつとして示唆された。

以上のことにより今後、聴覚過敏性への対応が物理的な音の遮断という「認知」レベルの対処のみならず、他者との関係性の形成、特に重要な他者との関係性が与える影響、またその支援方法についてより詳細に検討していくことの必要性が示された。

引用文献

- 別府哲 (2007) 自閉症における他者理解の機能
連関と形成プロセスの特異性 障害者問題研究,
34 (4), 259-266
- Gunilla Gerland (1997) A REAL PERSON.
London: Souvenir Press. ニキ・リンコ訳(2000):
ずっと「普通」になりたかった. 花風社.
- Liane Holliday Willey (1999) Pretending to
Be Normal Living with Asperger's Syndrome.
UK:Jessica Kingsley Publishers Ltd. ニキ・
リンコ訳 (2002): アスペルアスペルガー的人生.
東京書籍
- 杉山登志郎・辻井正次編著 (1999) 高機能広汎性
発達障害 アスペルガー症候群と高機能自閉症
ブレイン出版
- 滝川一廣 (2010) 発達障害における感覚・知覚世
界 飢餓陣営, 35 122-152
- Temple Grandin (2009) The Why I See It—
A Personal Look at Autism & Asperger's
自閉症感覚—かくれた能力を引き出す方法
- 浦崎武 (2009) アスペルガー症候群の子どもの学
童期におけるフラッシュバックと自己存在に関
する不安—発達にともなう行動の変容と関係性
に焦点を当てた支援のあり方—琉球大学教育学
部発達支援教育実践センター紀要第1号.
- Williams, D (1992) Nobody Nowhere. New
York: Avon books, 高野万里子訳 (1993): 自
閉症だったわたしへ. 新潮社.