

書 評

『発達障害の子どもたちから教わった 35 のチェンジスキル』 (阿部利彦著 合同出版)

三 森 睦 子

筆者は、2004年NHKハート・フォーラム／第3回全国LD親の会公開シンポジウム当日、初めて阿部利彦氏に出会った。ちなみに、2004年は星槎大学開学の年であり、2003年に文部科学省中央教育審議会から「今後の特別支援教育の在り方について」が公表されるなど、特別支援教育が大きく動き出した時期でもある。

このフォーラムでも、上野一彦氏（東京学芸大学教授、日本LD学会会長）、柘植雅義氏（文部科学省特別支援教育課）、山岡修氏（全国LD親の会会長）（三氏とも肩書は当時）の講演があり、特別支援教育の在り方や今後の方向性などが提言された。阿部氏はこのシンポジウムに登壇し、所沢市教育委員会の健やか輝き支援室支援委員の活動実践事例として「子どもの問題点を指摘して直そうとするのではなく、いいところを見つけて応援する『いいところ応援計画』」や「トラブルのある子どもに原因を求めるのではなく、取り巻く人間関係を柔らかに温かいものにしようとする環境調整」「専門家を交えた学校・家庭・地域の連携」などを提言した。これらは、阿部氏の支援に対する考え方の根幹をなすものであり、本書にも受け継がれている。

1. 子どもたちを「師」とするということ

阿部氏は「現場の人」である。教育現場において、子どもたちがチャレンジする生の声を聴き行動を見てきた。そこから多くの気づきや学びを得て、広く書籍や講演・セミナーで伝え続けてきた「特別支援教育界の伝道師」と言えるかもしれない。

阿部氏の現場スタートは東京都障害者職業センターで、梅永雄二氏（現在、早稲田大学教育・総合科学学術院教授）を上司とする生活支援パートナー（現在の「ジョブコーチ」）であった。次に区教育研究所教育相談員、所沢市教育委員会支援委員などを経て、星槎大学臨床発達支援センター、日本授業UD学会など、30年余年間多くの発達障害児・者や家族・教員に対し、相談支援やカウンセリング・学校コンサルテーションなどの活動をしている。健やか輝き支援室の支援委員（当時）としては、「学校からの電話1本で1時間以内に現場に駆けつける!」、「相談室で来談者をじっと待つ『待ちのカウンセリング』から自分が校舎内を巡回して子どもたちに話しかける『流しのカウンセリング』（阿部氏お得意の造語）へ」と、現場でさまざまな支援ニーズを持つ子どもたちを行動観察し教室の隅っこや廊下で対話しながら、困っ

ていることや気持ちを聴いていった。子どもたちに教えてやるのではなく、子どもたちを師として大人の在り方を問い直していった。

2. ふわっとおだやか「阿部ワールド」

阿部氏の書籍は、いずれもユニークで惹き付けるタイトルやフレーズ、構造化された見やすい書面デザイン、平易な文体で書かれたわかりやすい内容である。また、具体事例も豊富なので、いろんな子どもや教室・家庭の様子を脳裏に思い浮かべながら読むことができ、保護者から教員・専門家まで幅広いファンの読者層がある。読むと我が身を振り返ってドキッ、グサツとなるが、なぜか痛みを感じない。親も先生も、誰も「責められていない」「ねぎらわれている」のだ。

多くの書籍が出版されているが、本書の巻末資料を参考にして阿部氏の著書を対象ごとに分類してみると以下のとおりである。

- (1) 発達障害の基本的な知識を知り、対応やサポート法を学びたい入門者向け
- (2) 発達障害の子どもの良さに気づいて伸ばす育て方を知りたい保護者向け
- (3) 発達障害の児童生徒へのかかわり方を学びたい教員・支援者向け
- (4) ユニバーサルデザイン（以下 UD）の視点をもって授業づくり・学級づくり・学校づくりしたい教員・管理職向け

分類できるとはいえ、誰がどれを読んでも、学ぶことができ参考になる。そして、どの本にも阿部氏が伝えたい「4つのポリシー」と多くのスキルが詰め込まれているので、多角的多重的に学ぶことができる。

3. 4つのポリシー

- ① 「いいところを応援する」…学校訪問に行くと、問題点を指摘して注意したり叱責したりして直そうとする指導場面に出会うことが多い。発達に課題がある場合は特に自信をなくしやすい。そうではなく、いいところを見つけ「プラスのフィードバック」をしていくことにより、自分のいいところを自己理解し、さらに伸ばし自信につなげていくことができる。
- ② 「リフレーミングで見方を変える」…リフレーミングとは、いつもと違う枠組みでものごとをとらえなおすこと。子どもを変えるのではなく、関わる人が先入観をなくして見方を変えていくことで、「心のストライクゾーン」が広がり、その子の良さが見えてくる。
- ③ 「さりげないナチュラルサポート」…一人ひとりへのスペシャルなサポートであっても、さりげなく、ささやかで、しみこむように！ クラス内で目立たない浮かない心づかいが大事である。
- ④ 「人的環境のユニバーサルデザイン」…教育の UD には、ほかに授業の UD、教室環境

のUDがあり、いずれもバランスよく環境調整することが重要である。中でも、いじめや誤解を受けやすい発達障害のある子にとって、クラスで多様性を尊重し、支え合い助け合える人的環境のUDは非常に重要である。級友だけでなく、教員も保護者も、人的環境である。

これらが本書の「大人が変われば、子どもも変わる」につながっていく。

4. 「35のチェンジスキル」とは

誰しも生活において以下のような「悪循環」が起きるときがあるだろう。



こういう循環にはまったとき、認知行動療法・マインドフルネス・リフレーミングなどの言葉を知らなくても、何かに触発されて悪循環が逆回転し好循環に変換できることがあるかもしれない。それが「チェンジスキル」である。

本書で扱っている「35のチェンジスキル」とは、「ほめる」「しかる」「伝える」「励ます」スキルと「スキルを支えるスピリッツ」の5項目×7スキルで35のスキルになっている。これらの35のチェンジスキルは、阿部ワールドの芯にある凝縮されたエッセンスである。

チェンジ前は「しつだけ、指導だ」と信じて言ったり、「習慣や口ぐせ」でわかっただけでもついやってしまったりしがちであるが、チェンジ後は、いいところをいっぱい見つけて伝えようと思うのだ。チクチク痛む心の傷が癒えるように、しぼんだ夢が膨らむように、温かく元気の出る言葉をかけようと思うのだ。このように、初心者にもベテランにもそれぞれの心に響く内容なのである。

最後の章で、阿部氏は保護者に向けて「子どももがんばってきたけどあなたもがんばってきましたね」とその労をいたわっている。保護者だって「甘えてもいい」「助けを求めている」と、一人で抱え込まないで人を頼る『援助スキル』の大切さを述べている。それは教員も同様である。一人抱え込んでいる教員の何と多いことか！ また、親が子どもにとって「人生を楽しむ大人のお手本」となることを勧めている。大人がつらい姿を見せていると、大人になるのが楽しみ……とはなりにくい。

これこそが、生きていく上での人的環境の最たるものであろう。

本書の中には、悪循環を好循環に変換するチェンジスキルと優しいまなざしがあふれている。幼い子どもの保護者だけでなく、ちょっと疲れた大人もぜひ手にしてほしい。