

キャンパスレポーター 研究室訪問

第5回

障がい児教育

教育福祉科学部 田中新正教授

レポーターをつとめる、大分舞鶴高校2年の中園ちひろ、藤田昶守です。教育福祉科学部2年の橋内愛、甲斐彩香です。

今回は、私たち4名が、教育福祉科学部の田中新正先生の研究室を訪問して、先生の学問についてインタビューします。

橋内：まず先生の研究について教えてください。



田中教授：私は、教育福祉科学部の教員で、学校教育課程の特別支援教育という、将来、障がいのある子ども達の学校の先生になる学生の指導をしています。

舞鶴高校にもスクールカウンセラーがいると思いますが、大学院では、将来スクールカウンセラーなどになる臨床心理コースの指導です。専門は障がいのある子ども達の心理の指導と臨床心理という両方です。

橋本さんと甲斐さんの二人は、今までどんな講義を受けてきましたか？

橋内：私は、栄養とか食物関係の授業です。今は住居です。

甲斐：私も同じですけど、社会福祉の勉強もやっています。

田中教授：障がい児は、高校を卒業したら、福祉と関係が深くなります。

卒業後、福祉施設に入る子ども達があります。障がいのある子ども達は、住居のバリアフリーという問題もあるし、カロリーの高いスナック菓子とかが好きなので、肥満になりやすい。それで、子ども達の食事指導ということが、大学生のお二人の専門と関係してきます。

教育福祉科学部

発達科学教育

田中新正 教授



プロフィール

1979年 九州大学教育学修士

主な研究は「ダウン症候群の指導法」、「催眠療法」、「臨床動作法」である。

心理臨床の研究からダウン症などの障がい児教育の実践者として活躍中。

2010年に大分県教育功労賞を受賞。

催眠療法って何？

中園：先生は催眠療法の専門家だと聞きました。催眠療法というのは誰でもできるものなんですか。



田中教授：私は、日本催眠医学心理学会という専門学会の常任理事をやっています。倫理的な問題があるので、学会の資格認定委員会の試験を受けて認定催眠士という資格を取った人だけが、催眠療法を用いることができます。

誘導すること自体は、本を読めば誰でも出来てしまう。でも正しく、その人にとって役立つような催眠療法というのは誰でも出来るわけではありません。

藤田：催眠療法にはどのような効果があるか、教えてください。



田中教授：催眠の歴史は古く、英語では hypnosis (ヒ

プノシス) というのですが、ヒプノという眠りの神の名前に由来しています。エジプト時代の壁画にも催眠術を描いた絵があります。そのころから催眠という現象が知られていて、今と違って麻酔注射などがないので、出産のときに痛くないように催眠が使われていました。その後、心理療法として、ヒステリーなどの心の病の人を治療するために使われるようになりました。メスメルという人が、人間には磁気が流れていて、それが乱れたときに病気になると考えました。そして催眠に誘導することで磁気の流れを良くして、病気を治すというような形で催眠術が使われました。

フランスの政府がそのような磁気があるかどうかを調べたところ、無いということが証明されました。しかし、そのとき、磁気は存在しないが、暗示とリラククス、それに人を信頼するという3つの要素が関連して病気が良くなったのではないかと考えられました。

現在は麻酔技術がよくなったので、あまり使われなくなりましたが、以前は歯科領域で、抜歯など歯の治療をするときに麻酔を打たずに催眠が用いられていました。麻酔を使うと、歯を抜いた後、しばらく物を食べられない。でも催眠で抜歯した場合は、すぐ食べられるし、それに出血が少なくて済みます。

橋内・甲斐：麻酔よりですか。

田中教授：催眠のほうが出血が少ないということで、今も催眠を用いる歯科医がいます。現在も無痛分娩を始め、癌の疼痛などいろいろな痛みに対して催眠が使われています。

藤田：もし、途中で催眠が切れたらどうなるんですか。

田中教授：もちろんそういうこともゼロとはいえません。世の中の3分の1の人は、催眠に深くまで入る、

3分の1は中くらい、3分の1は入りにくいと言われて
います。手術できるほど全員が深く入れるかとい
うと、そうは言えませんが、入れる人は催眠状態を深く
していけば、覚めることはありません。

それに、麻酔を使えないような病気の人や、末期
癌で麻酔が効かなくなった人達に対して催眠を用い
ることで、痛みが和らぐという使い方が最近増えてき
ています。

中園：催眠というのは、誰でも簡単にかかるものなん
ですか。かかりにくいとか、かかりやすいとか

田中教授：どういう性格の人がかかりやすいかという
研究もあります。イメージーションや想像力の豊かな
人ほど、かかりやすいという報告もあります。

催眠誘導には言葉を使うので、言葉を理解できな
い人は、入れない。それで小さい幼稚園の子だとかは、
難しいですね。知的な障がいのため言葉の理解が困難
な人も、難しい。

性格もあるけれど、年齢だと中学から高校生くら
いが、一番催眠に入りやすいですね。催眠というのは、
目が覚めているんだけど、自分の世界に入ること。
皆さんは、ママゴト遊びやったことあるかな。

中園：小さいころは、あります。

田中教授：どんな？

中園：お母さんになったり、妹になったり。

田中教授：でしょう。その場に実際は居ない人に「何々
ちゃん、ご飯よ」「ハイ」ってやってるじゃないで
すか。そのときは、何をやってるか分かっているけど、
自分の世界に入ってますね。実際に相手が居るように。

催眠というのは、そんな状態。自分のイメージの世
界に入って、そんな時は、周りが何を話しても聞こえ
ないでしょう。人が言うこと全然気にならないですよ
ね。自分の世界に入ってしまうでしょ。

催眠というのは、テレビでやっているように、眠っ
ている状態や、何でも他人の言いなりになるんじゃな
くて、自分が思ったような世界に入れることです。そ
のような人は、すぐ催眠に入れる。

理系的な考えの人は、そんなはずは無いとか理性的
に考えるため、空想の世界に入れないので、催眠に
入りにくい。

藤田：催眠で集中力を高めたり出来たらいいなと思
います。

催眠体験しましょう

田中教授：遊びに集中、没頭してください。催眠とい
うのは、集中力が無いとだめ。分散してはだめ。一つ
のことに集中できると、催眠に入りやすい。暗示に対
して集中すると催眠に入ることができ、また催眠状態
になると集中力が高まります。

試しにちょっとやってみましょう。両手をこういう
風に組んで。手の中には何も無いけれど、空気の入
った風船があるとイメージしてみましようか。



これから3つ数えると、手の中の風船の空気が抜けて、手がだんだんと中のほうに吸い寄せられていく感じ、スーッと。空気が抜けていくと手がだんだん近づいていきます。はい、もう後3つ数えると、空気が全部抜けて手がくっついてしまう。はい、空気が全部抜けて風船が小っちゃくなっていきますね。



では今度は反対に、数を数えると風船に空気入って、だんだんと大きくなってきます。すると手が押されて開いていきます。ひとつ、空気がスーッと入ってくると、どんどん大きくなる。手がズーッと押される感じがでてきて、手が外に押されていく。スーッと開いていきます。風船がどんどん大きくなって、もっともっと大きくなっていくと、早く離れていきます。はい3つ。ズーッともっともっと大きくなっていきます。どうでしたか。

学生全員：(笑い声)

なんでー。何か、変じゃない。何も考えてない。



田中教授：気持ちよくいったじゃない。

学生全員：何か手が勝手に動いた。

田中教授：でしょう。だから催眠とはこういうふうに独りでに行くんです。誰かが動かしたわけではないですよ。自分が動かしただけ。それをマリックなんかは、パワーを送ってやってみたいに見せているが、実際は暗示を使っているんですね。

あなた達は、自分で動かしたに違いないわけですよ。でも自分が動かしたという感覚が無い。注意がそこについてないで、「この先生変なこと言うな」とか、「そんな馬鹿なこと無いな」とか思ってしまうと駄目なわけ。

「あー動いている」ということだけに注意が集中していると今のように暗示にかかる。これを繰り返していくと、催眠状態になる。

難しいことじゃない。今は、この場のように静かなところだけど、周りにたくさん人が居てワーッと話していても、周りの雑音がスーと消えるんです。

こういうことを練習していくと、例えばテストを受けるときに、集中することが難しい人でもスーッと集中できるようになる。また勉強するとき、周りがざわわわしていても集中することができるようになる。自己催眠を身につければ、すぐく集中力が高まると思います。

催眠療法であがり症を治す！

中園：私は、あがり症で、学校とかで人の前に立って話をするときとか、テストの前とかにすごく緊張してしまうんですけど、そういうのも治せますか。



田中教授：僕がこの道を選んだのは、小学校5年生くらいからすごい「あがり症」だったから。僕達の小学校の国語の時間には、いかにうまく読むかというのがありました。間違えたり引っ掛けたりしたらそこでおしまい、どれくらい長く読めるかという授業があった。

家では間違えなく読める。でも授業で読む順番になり立ったら、本が真っ白になり、まったく読めずに終わりになる。そういうあがり症がすごくあって、6年生になってそのことが気になって、お医者さんのところへ、その当時は内科へ、親に内緒で行きました。そしたら「気の持ちようだ」と言われたけど、なんとか治したいと思って、その頃は医学部にいき医者になることを目指しました。

高校2年生、あなた達と同じ頃にね、古本屋さんに行くと、『催眠術入門』という古本を見つけて、その中に「あがり症、赤面恐怖症は催眠で治る」と書いてありました。これだなと思って、その本の著者に「大学で勉強したいのでどういう大学がよいか」という手紙を出しました。その後、心理学が関係していると知

り、心理学の学べる大学に入りました。

しかし学部で4年だけでは足りなかったため、大学院へ行って催眠を中心とする研究と、心理療法を学んできました。それで、大勢の人の前で話すことはできるまでにはなりました。催眠が効いたのかは判らないけど、まったくあがらないというわけではありません。催眠状態で、大勢の人が居ることをイメージして練習をすると、ほかのカウンセリングよりは良くなります。

現在も、あがり症のために、実力が発揮できないスポーツ選手に対しては、催眠の効果があります。

藤田：先ほどマリックの話が出たんですけど、先生は、テレビでやっているマリックのマジックをみて、これは暗示だとかはわかりますか。

田中教授：もちろん。言葉の使い方だとかね。暗示を使っているなとか。

中園：催眠に特徴的な、言葉や言い回し方はありますか。



田中教授：注意を如何にそこに向けさせるか。そして「これからこうなりますよ。こうなるでしょう。こうなっていますよ」という言い回し方はあります。

「勉強しなさい」と言うのもいいんですが、ちょっ

と反対のことを言う。「しなくてもいいよ」とか言うのも暗示の一つですね。「しなくていいよ」と言うと、最初は疑う。でも本当はしたいのに「しなくていいよ」と言うと、やりたくなるじゃない。

暗示というのはそういうところがあって、誘導するときもその人が今どういう状態にあるかを、すごく大事にします。その人が本当にやる気が起こるような言葉かけをする。

天使の心を持つダウン症の子ども

藤田：ダウン症の男の子を知っているのですが、発達過程でこれが出来なかったりとか、逆に何かが出来るとか、そのような違いがありますか。

田中教授：いくつぐらい？

藤田：小学校2年生です。

田中教授：その子によって違いますが、ダウン症の子たちは、21番目の染色体が3本あることで、知的な障がいを受けやすい。心臓などの内臓疾患も多くみられます。

それと鼻が低くて顔の凹凸も少なく、西洋の人たちから見ると、モンゴルの人たちと似ているので、蒙古症とかモンゴリズムとか言われていました。

しかしそれは差別的なので、ダウン症を初めて報告したダウンという人の名前を取って、現在はダウン症と呼ばれています。昔は二十歳ぐらいが寿命だといわれていましたが、心臓の手術も1歳で出来るようになったり、抗生物質がよくなってきたことで、今は50代でも元気な人がいます。

僕が大分大学へ来て29年目なので、その当時の0歳の子供さんが30歳くらい、10歳の人は今は40歳になっていますが、元気でいます。

ダウン症の子ども達に染色体による知的障がいであるということが判ってから、何も教育されない時代がありました。ところがダウン症でも早期に教育をすると、発達が違うということがわかってきました。それで、30年位前から早期教育、0歳児からの教育が行われるようになってきました。

障がいのない乳児は、3ヶ月くらいで首がすわるけれど、ダウン症児は平均6ヶ月くらい。歩いたり話をするのも、ダウン症児は2歳から3歳で、障がいのない子ども達の倍くらい時間がかかります。

ところが早くから教育をすると、それが少し早くなる。早くなるだけではなく、立った姿勢だとか、さまざまな発達がのびてきます。

毎週金曜日に大学で0歳のダウン症の赤ちゃんから成人になった人まで、指導をやっています。日本でも、今では大学まで行っているダウン症の人がいる。だから、ダウン症だから知的障がいとはいえません。

ダウン症児は、とてもかわいいし愛嬌があつて人づきあいもいいんですね。それに、とっても優しい子が多いんです。

特に赤ちゃんなんかにはとっても優しく、抱っこしてあやすのが得意なんです。それで天使の心を持つと言われるんですね。



藤田：ダウン症の子は何か得意なことはあるんですか。

田中教授：ダウン症の多くは音楽が好きで、マイクを持ったら離さない子がいますね。音楽が好きというので福岡や大分でも和太鼓を演奏したりダンスを踊ったりするダウン症のグループもあります。

もう一つは、スポーツ選手で体が柔らかくて開脚したときにベターとなるじゃない。でもダウン症の人は、股関節の関係もあるけれど、開脚はスポーツ選手よりも上手です。

医学的には、ダウン症は筋肉が弱いから体が柔らかいと言われていています。それは、僕の研究から行くと間違い。決して柔らかいわけじゃない、股関節のところだけちょっと弱い。

ダウン症の一般的な姿勢の特徴は、猫背になりアゴが出ているので、発声が上手くいかなくて、少し聞き取りにくい。だけど、そういう子ども達に、正しい姿勢の仕方を教えると、声が聞き取りやすく変わっていきます。

それと姿勢が悪くなるため、下あごが出てくるので、噛み合わせが悪くなり、上手く物を噛めない。飲み込みも下手。

今は若者が柔らかいものしか食べないので、歯の形や歯並びの矯正をやっていますね。ダウン症も多くは硬い物が苦手です。甘いものとかカロリーの高いものが好きな子が多く、肥満が問題です。

肥満になると運動不足になり、いっそう悪循環になってくる。そういう子ども達に、どういう風に食事指導をするかというのが重要な問題になっています。

そういう意味では、あなた達が、食べ物の影響と嗜好の問題で、ダウン症について調べると、障がいのない人たちについても有効な食事指導あり方に役立つと思います。

もう一つダウン症児は、ちょっと腰が引けているんですね。それで階段を昇るのは良いんですけど、降りるときに上手く降りられなくて、片足ずつしか降り

られない。それは腰が入らないからです。そういう子ども達に、腰をうまく使えるように指導すると交互に降りられるようになる。

ところが僕ももうそうだけれど、年寄りになると階段を交互に下りられなくなるよね。背中が丸い姿勢になってくると、足全体に体重を掛けられないので、片足ずつしか降りられなくなってくる。そういう高齢者も、姿勢が良くなり腰を使えるようになってくると交互に降りられるようになるし、転ばなくなる。

ダウン症の指導の方法というのは、ダウン症だけではなくて、高齢者だとか、私がやっている脳性まひという体の不自由な子どもたちにも応用できます。すると転ばないで歩けるようになります。障がいのある子ども達の研究は障がいのない人たちにも役立つんですね。

バリアフリーとかユニバーサルデザインといわれているように、障がいのことを研究するというのは、決して障がいのある人達だけのためではなくて、障がいのない人たちのためにもなります。障がいを勉強することは、自分達のことを知ることになります。



キャンパスレポーターの感想

藤田：今日は催眠療法とダウン症のことを聞きました。今、自分が高校生で、どうしても勉強に集中できないことに悩んでいたのですが、催眠療法にはすごく興味をも

ちました。またダウン症について、いろんなことが聞けてすごい勉強になりました。今日はありがとうございました。

中園：私は「あがり症」で失敗することもあるので、今日習った催眠療法でイメージトレーニングをして、直していけたら良いなと思いました。私もダウン症の子を知っていますが、今日お話を聞いてその子が身近に感じられたので、これからもいろいろ学んでいきたいと思いました。今日はありがとうございました。

甲斐：私もダウン症の子を知っていますけど、ダウン症について詳しいことが理解できてよかったと思います。障がいのある人を救うためには、バリアフリーとかだけでなく栄養面とか幅広い分野の知識が必要なんだということがわかりました。今日はありがとうございました。

橋内：今日の話は、自分の専門ではないので心配していましたが、ダウン症とか、催眠療法とかすごく興味が持てました。私の身近にはダウン症の子はいないですけど、これから会うこともあると思うので、もっと知りたいなと思いました。今日はありがとうございました。

田中教授：特に大学生の二人は、これから専門の勉強をしていきますが、専門を深く突き詰めていくとね、そこから広いことに一般化されます。だから広く浅く学ぶだけじゃなくて、一つのことを極めると、反対に一般化に応用できる面白みが解るようになります。将来大学に入って勉強する高校生は、3年生、4年生の専門になったら、一つのことを極めるのもすごく役立つはずです。障がいや催眠のことじゃなくても、興味あることをやっていけば、大学生活また卒業したとき

にきっと有効になると思うので、そういう勉強もしてってください。こちらこそ今日はどうもありがとうございました。

全員：ありがとうございました。

