



スクールサポーター
(臨床心理士・公認心理師)
小林 真理

「うーらーぼ」
「うーらーぼ」のコミュニケーション

「コミュニケーション
あるある②」

今月も先月に引き続き、カ
ウンセリングをしている中で、
「前にも同じような話を聞いた
な」「似たエピソード、他
にもあったな」と私自身が感
じる、発達障がいと言われる
方たちの「コミュニケーション
あるある」を記していこう
と思います。

「あいまい」苦手

私たちは日常生活の中で
「てきとつに」「そのへん」
「あっち」(軽井沢の言葉だと
「なから」など、量や程度や
場所を表す際に、あいまいな
言葉を使うことがあります。
「てきとつな(てきとつでいいよ)」「
なからのところぞ」「のよう
に、行動の終わりを意味する
使い方や、「あっちに置いて
おいて」「そのへんにあるは
ず」など場所を示す使い方
もします。

例えば、誰かに何かを取っ

てほしいときに「それ取って」
と言うことを例に挙げます。
机がきれいに片付けられてい
て一冊の本がのっているだけ
ならば、「それ」が何を指し
ているのかは明確で、言った
側も言われた側もスムーズに
「それ(この例えだと本)」を
やりとりすることができま
す。一方で、逆に机の上にくっ
かの物がのっついて「それ」
が何を指しているのかわか
らない場合には、「それ取っ
て」と言われても、言われた
側は何を指しているのかわか
らず「どれのこと？」と困っ
てしまいます。わからなかつ
た時に「どれ?」「それ、じゃ
わかんないよ」と聞くことが
できれば、言った側も状況を
みて具体的に言い直すことが
でき、お互いに「それ」をや
りとりすることができるよう
になります。

こういったことは、私たち
が生活を送るうえではよくあ
る話です。これらのあいまい
な言葉を具体的に表そうとす
ると、思考をいったん立ち止
まらせ、何を示すのか、どう
してほしいのか、どこのこと
なのか、など具体的な内容を
頭の中でイメージして整理し
て伝えるプロセスが必要にな
ります。

私たちは普段からそのよう

なことはしていませんが、コ
ミュニケーションにおいて言
葉の意味をくむことが苦手な
発達障がいの方と接する際
には、このプロセスがとても大
切になってきます。なぜなら
ば、これらのあいまいな言葉
は、私たちが想像する以上に
彼ら彼女たちにとっては手ご
わい言葉で、どうしていいか
わからなくなってしまうたり、
間違えたらどうしよう、失敗
したらどうしようといった不
安がきかたえられる言葉だか
らです。不安になった結果、
フリーズしてしまったり、頭
が真っ白になってしまったり
焦って違うことをしてしまう
こともあります。そして、相
手から「どうしたの?」と思
慮がられたり、時には「ちゃ
んとやって!」と注意される
ことにもつながってしまいま
す(こども「ちゃん」とい
うあいまいな言葉が登場し
てしまうのですが…)。

私たちがあいまいな言葉を
とらえ違えることはありません
が、それを失敗体験とはとら
えません。でも、こういった
ことが積み重なりやすい方た
ちにとっては、あいまいな言
葉は「またか」「今度は何?」
と、構えてしまうような言葉
なのです。

では、どうやって具体的に

伝えていけばいいのでしょうか。
「お鍋に水を汲む」とい
うシチュエーションで例えて
みます。お鍋の大きさや何を
するのかによって、当然なが
ら水の量は変わってきます。
そんな時に「そのへんのお鍋
にできとつに水汲んで沸かし
ておいて」と言われても、ど
の鍋にどのくらいの水を
汲んでいいのかわかりませ
ん。お願いする側は、何をす
るのかわかっているのですから、
「一番小さいお鍋に、半分く
らいの水を汲んで沸かし
ておいて」のように具体的に
伝えれば、言われた側も何を
すればいいのかわかります。
こう記していくと、いかに
あいまいな言葉が便利かわか
ります。いつもいつも具体的
な表し方を考える必要はあり
ませんが、具体的に表すこと
が必要な時があることを知り、
たまに練習してみるのもいい
かもしれませんね。

過去の「うーらーぼ」は、
町ホームページから
ご覧になれます。



軽井沢の植物と
方言 77

実からは特有な臭いが…
オトコエシ



町内にも自生し、北海道、本
州、四国、九州の山野の明るい
林等に見られる多年草です。7
月下旬から9月中旬頃、白色の
花をつけます。

実からは腐った豆醬のよう
な臭いがすることから、中国
では「敗醬」の名前があります。
方言と由来

①シロオミナエシ
オミナエシに似て花が白いこ
とに由来します。

【参考文献】佐藤邦雄(1978)
信州佐久の植物方言

【問い合わせ】

植物園 ☎48-3337