

バッタの話

Marsha Dunn Klein OTR/L MED, FAOTA

マーシャ・ダン・クライン（作業療法士）

私はある体験によって、食べ物に対して不安を感じる子供達が、食べたことのない物に挑戦する時の気持ちを理解することができました。その話をしたいと思います。

私の息子たちが10歳と13歳の時、家族でメキシコのオアハカ州へ行って、1ヶ月スペイン語イマージョン教育を受けました。現地の家族と暮らし、一緒に食事をとりました。一ヶ月間、只々美味しいものばかりご馳走してもらった上、最後の日に、ホストの奥さんがメルカード（市場）へ行って、「いいもの」を買ってきてくれました。「なんですか」と、たどたどしいスペイン語で聞くと、彼女は、「チャプリナスよ」と答えました。その意味が分からなかった為、スペイン語の辞書で調べました。そして分かったのが、チャプリナスとは、バッタだということ。そう、バッタです。

せっかく用意してくれた「いいもの」を、礼儀正しく、有難くいただきたい気持ちはやまやまでした。でも、よりによって、バッタ！??息子たちが、「母さんが先に食べて」と言わんばかりに私を見ていたので、とりあえず拝見することにしました。まず分かったのが、死んでいたということ。世界の一部では、生きた虫を食べる民族もいると読んだことがあったので、まずは安心しました。次に気付いたのが、紛れもなくニンニクの匂いがしたということ。ニンニクは好きです。それにしても、大きなボウルいっぱい盛られていたのは、バッタのありとあらゆる部分、頭の部分、体の部分、脚の部分、触覚の部分・・・とにかく、全ての部分！私は本気で不安になり始めました。「どうやって食べ

るの？」とホストの奥さんに聞くと、彼女はワカモレをトルティーヤの上に盛り、その上にチャプリナスを一掴み（そう、全ての部分を一掴み！）乗せ、トルティーヤを半分に折り、その珍味を食べました！すると、皆の視線が私に向けられました。私がバッタを食べる番です。

まずは、トルティーヤを手に取り（トルティーヤは好きです）、ワカモレを山盛り乗せました。次に勇気を振り絞って、ほんの小さな部分を指先でつまんで、山盛りのワカモレの上に乗せて、半分に折って、食べました。口の中でほんのわずかにカリッとしましたが、指先の間でも「カリッ」感があったので、それは予想していました。皆クスクス笑っていましたが、私は吐いたりして恥をかかなかったことを自慢に思いました。しかし、ここで挑戦は終わりではありませんでした。これは白人一家の為のおやつではなく、昼食だったのです！四つ目を食べた頃には、まだワカモレはたくさん盛っていたものの、バッタも一塊りくらい食べられるようになっていました。山盛りのワカモレに紛れて、味は別段不味くも美味しくもありませんでしたが、真ん中あたりが特にカリカリしていました。皆でたくさん笑い、たくさん写真を撮りながらこの貴重な体験を終えました。

後になって、食べ物に対して不安を感じる子供の身になって、食べ物に対して不安を感じる相手を助ける時にすべきことを、私は自然にしたのだなということに気付きました。初めに、食べたことのない食べ物を見て、それについて聞きました。匂いを嗅いで、好きな匂い（ニンニク）とつなげました。他の人

が食べるのを見ました。食べる準備をする際、指先で触りました。自分のペースで、初めは山盛りのワカモレとトルティーヤで、不安にさせる味と歯触りを隠しました。不安にさせる食べ物の量を徐々に、自分のペースで、増やして行って、自分で食べました。他人がスプーンにバッタを盛って私に食べさせようとしたものなら、私は間違いなく吐いて、とても嫌な経験をしたでしょう。

自分のペースで挑戦できたからこそ、ポジティブな経験として終えたのです（バッタは、きっと好物にはならないでしょうけれど！）。

子供が食べたことのない食べ物に対して感じる不安を、私たちは尊重すべきです。食べたことのない食べ物について、前もって、私たちが食べるのを見せて、全感覚を通して、

必ず子供達のペースで、情報を取得させるべきです。食べ物に対して不安を感じる子供達の親には、食べたことのない食べ物全てをバッタだと考えさせれば、新しい食べ物を試させるのもそう難しくはないでしょう！食べ物に対して不安を感じる子供にとっては食べ物全てがバッタだ、と考えるべきです。

この本では終始、このバッタの話を参考に、食べ物に対して不安を感じる子供達をサポートする療法を提供します。

マーシャ・ダン・クライン



© Get Permission 2019