

## ABA セラピーの進め方

2020.4.25 オンライン定例会

藤坂龍司

### 1. 基本的な心得

#### <セラピー時間>

1回 45分～1時間を1日 2～3回が標準的

(双方のコンディションがよければ、もっとやってもよい)

子どもの元気な時間に。お菓子を扱うなら、食事の直後は避ける。

#### <休憩の取り方>

5～10分に1度は席を立たせて小休憩させるように心がける。初めの頃はもっと短くてもよい(私が見学した米国のエージェンシーはいずれも3～10試行ごとに立たせていた。その代わり全体の時間数は多い)。

子どもが立たないからと言って30分でも座らせておくと、後半疲れてしまって、席に戻るのが嫌になり、セラピーが嫌いになりかねない。元気なうちに立たせて、自由時間以上に魅力的な強化子をセラピーで与えることで、デスクとセラピーに好印象を持たせること。

ただし子どもがぐずっているとき、反抗的な時はすわっている時間を長くし、協力的積極的な時に早く立たせることでそれに報いること。

#### <すわらせ方>

呼んだら自分から席に座るのが理想だが、そうではない場合、1回呼んで5秒待ち、5秒以内に反応しない場合は、そばに行って、もう一度「すわって」と声をかけ、遊びは中断させて、身体プロンプトで確実に席に座らせ、直ちに強化する。

最初はすわったら強化して解放、を繰り返すとよい。そのうち、すわって1試行で解放、すわって2試行で解放、と徐々にすわらせる時間を長くする。

#### <基本姿勢>

子どもをいすに座らせ、大人はテーブルをはさんで向かい合って座る。テーブルが不要な時はテーブルを取り払って、直接向かい合う。課題によっては90度、あるいは子どものすぐ横に座ることもある。

#### <大人のすわり方>

足を伸ばして、子どものいすをはさむようにしてすわる。あるいは足を伸ばして、いすの内側から足を引っかけるようにする(イスごと逃げられないようにするため)。逃げない子はそうしなくてもよいが、その場合でも正座ではなく、あぐらをかいて、姿勢を低くすること。

## 2. 強化の仕方

### <強化子の与え方>

子どもが成功したら、その都度、すばやく、心を込めてほめるよう心がける。

それに加えて、毎回あるいは時々、おもちゃやお菓子などの有形強化子、あるいは身体強化を与える。

有形強化子が遅れすぎないように。強化は「1秒以内」。ほめ言葉が終わらないうちに与えるよう心がける。

おもちゃは5秒くらい遊ばせたら取上げる。最初は怒るかもしれないが、かまわず取上げ、次に正解したらすぐに返してあげる。それによって取り上げられることに早めに慣れさせること。

### <強化子の切り替え>

強化子があまり効かないとき、飽きてきたときは、早めに別の強化子に切り替える。「ぐずったら替える」ではなく、ぐずる前に替える。「ぐずったら替える」では、ぐずる行動を強化することになる。

### <強化子の要求には応じない>

子どもの側から、強化子を指さしたりして、指定してくることがあるが、応じない方がよい。応じていると、子どもはますます要求を釣り上げてくる。指さしても無視して、こちらが与えるつもりだった強化子を与える。それを拒否したら、その試行では強化子を与えない。そのうちあきらめたところに、指示に正解したごほうびとして、欲しがっていた強化子を与えるとよい。

### <強化子を選ばせる>

どの強化子を欲しがっているかを確認するために、こちら側が選んだタイミングで、強化子を2～3種類見せて、その中から選ばせるのはかまわないし、むしろいいことだろう。子どもが選んだら、しばらくその強化子でセラピーをする。

また小休憩中にどんなおもちゃで遊ぶかを観察し、その時選んだおもちゃを強化子にしてもよい。

### <自分が何を強化しているかを意識する>

「強化はその瞬間の行動を強化する」。子どもがいやがって立とうとしたときに、それをなだめるためにお菓子を与えたりすると、立とうとする行動を強化したことになる。立とうとしたらすわらせ、せめてすわってから強化子を与えること。同じ理由で、ぐずったり泣いたりしたときに強化子を与えるのは避ける。ぐずった時に慰めるように声をかけるのもNG。セラピストが話すのは、指示の言葉とほめことばだけでいい。

### <強化子は少しずつ>

どんな強化子でもたくさん与えれば飽きて、効き目が落ちてくる。これを「飽和化」という。セラピーは飽和化との戦いである。いかに飽和化を遅らせるか。そのためには①少しずつ与える、②間引く、③複数の強化子を使いまわす、ことが大切。

お菓子は小さくする。かっぱえびせんなら1本を4分割する。アポロは1個を10回に分けてかじらせる。おもちゃは一回に5秒だけ遊ばせる。

### <強化子を間引く>

ほめるのは毎回ほめるが、お菓子やおもちゃや休憩は、数回に一回でよい。調子のよいときや復習課題では、間引く間隔を大きくし、調子の悪いときや新しい課題の時は、間隔を短くする。

同じ課題でも、10 試行ランダムするときは、最初の 2、3 回は毎回強化し、途中、強化子を間引き、最後の 1、2 回は毎回強化に戻す、という風に、緩急をつける。あるいは、最後はとっておきの強化子（「抑えの切り札」）で締める。

### 3. 新しい課題に取り組むとき

新しい弁別課題（動作模倣、音声指示、物の名前付け、音声模倣、色、大小、位置など）に取り組むとき、何も成果が出ないまま、数週間、時には数か月が過ぎることもある。どうやって壁を突破したらいいのか。

#### ①ひとつ前に戻る

そんな時はまず、一つ前の課題に戻ってみる。例えば色ができない場合、物の受容的命名に戻る。

戻ってみると、受容的命名すら、不注意で正解できないことがある。それでは色ができるわけがない。その場合は、もう一度受容的命名をやり直し、「指示の言葉に注意して、積極的に正解をタッチする」いい状態を取り戻すことが先決。

#### ②教材を工夫する

なるべくいい教材を。適当なのがないからと言って、大きさがさして違わないつみきでやっても、いつまで経っても大小はわからない。大小なら、他は同じで、大きさだけがはっきり違う 2 つのものを用意する。色なら、シンプルな原色の色カードがよい。

物の名前付けを教えるなら、名前カードではなく、3D（立体）の物で教え始める。しかもはっきり違うもの。馬と牛から始めないように。

#### ③中間ステップを用意する

物の名前から色の理解には大きな飛躍がある。その間を中間ステップで埋めてやらなければならない。

例えば

- ・色マッチングからやってみる。
- ・物の名前カードの中に色カードを混ぜ、印象付けから始める（ぞうさん、ひこうき、赤）。
- ・色カードに絵を描く（赤ならリンゴの絵、みどりなら葉っぱ、黄色ならバナナ）。そして「赤りんご」「黄色バナナ」から始める。途中から裏返して、色だけの面を見せる。指示の言葉も「赤りんご」から徐々に「赤りん・」「赤り・・」「赤」にしていく。

・絵を描かずに、「りんごの赤」「バナナの黄色」というだけでわかる子もいる。

#### ④短い間隔で試行を反復する

例えば大小の区別を教えるとき、「大きい」で大きいものを選ばせて、お菓子を 10 秒くらい食べさせてから「小さい」と言っても、もう前に何を言われたか、忘れている。だから前の指示と違うことにすら気が付かない。そこで、強化子を与えないか、与えても短いほめ言葉だけにして、「大きい」と「小さい」を速いテンポで 5、6 試行、ランダムに続ける。それから強化して、また 5、6 試行。間違えたらしばらくそれについてフルプロンプトからプロンプトフェーディングして、プロンプトなしで正解できたら、ランダム集中試行に復帰。これを繰り返す。子どもが指示の違いに気づくのは一瞬。その一瞬をいかに作り出すかが大切。

#### ⑤対比の中で教える

例えば物の名前を教えるとき、「バナナ」「バナナ」「バナナ」「バナナ」と同じ試行を何度繰り返しても、あまり学習効果はない。早めに二つの物の名前をまぜて、違いに気づかせる必要がある。つまり予備試行は短めにして、早めにランダムローテーションに入ること。

AとBのランダムローテーションでは、 $A \rightarrow A \rightarrow A$ で強化をはさむより、 $A \rightarrow A \rightarrow A \rightarrow B$ でもう一つの物にスイッチしたときに強化する。「指示が変わったら、反応を変える」ことができるようになるのが、習得への第一歩だから。

#### ⑥いろいろ試してみる

課題をクリアする方法は一つではない。一つの方法でやってみてダメでも、あきらめてはいけない。わが子にはどんな方法が合うのか、試行錯誤してみる。思わぬところから、活路が開けることもある。

ただしどうしてもだめな課題、というものもある。そんな時は一時撤退して、しばらくその課題を寝かせておく勇気も大切。数か月寝かせておいて、久しぶりにもう一度やってみると、あっさりクリアできることも多い。