

機会利用型セラピー

2013/04/21 北陸定例会
藤坂龍司

はじめに

数年前からつみきの会の内外で「機会利用」ということがよく言われるようになった。

「デスクで教えるだけが ABA ではなく、日常の機会を利用して教える方法もある」

「デスクで教えると自発しにくいから、機会利用で教えた方がよい」

「デスクで教えると日常生活に般化しないから、機会利用で教えた方がよい」

こんな風に言われているようだ。

しかしその割に、機会利用型の ABA とは何なのか、ということがはっきりとしていなかった。そのために、「日常生活の機会をとらえて教えること」全般を「機会利用」と捉えている人が多いのではないだろうか。あるいは通常のデスクセラピーに対して、遊びを通じたセラピーを「機会利用」と捉えている人も多いと思う。

日本で「機会利用型指導法」と訳されているのは、英語の **incidental teaching** (インシデンタル・ティーチング) である。インシデンタルティーチングは、単に日常生活の機会をとらえて教える方法ではない。デスクで教えたことを日常の中に般化させることでもない。

ではインシデンタルティーチングとは何だろうか。

1. インシデンタル・ティーチングとは

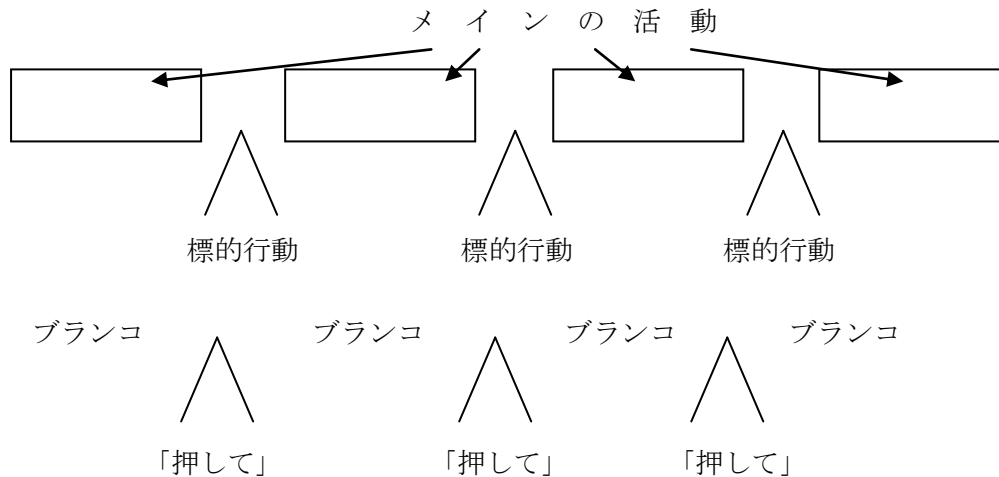
インシデンタルティーチングの「インシデンタル (incidental)」とは「付随的」ということ。インシデンタルティーチングとは、子どもの好きな活動、楽しい活動に付随して何かを教える、ということである。

例えば、子どもがブランコに乗りたいが、一人ではこげないとする。そこでお母さんが背中を押してあげる。しばらくするとブランコが止まりかける。そこでお母さんはこの機会を使って「押して」と言わせることにした。お母さんが「押して」(「押して」が言いにくければ「ポン」でもよい) と言って子どもにまねさせる。子どもが「押して」と言えたら押してあげる。

このように子どもにとって魅力的な活動を利用して、それを中断させ、こちらの教えたい課題(標的行動)をさせる。それができたら好きな活動を再開させる。

そうすれば何か特別な強化子を用意しなくても、その好きな活動自体が強化子になり、子どものモチベーションを引き出すことができる。これがインシデンタル・ティーチングである。

インシデンタルティーチングは好きな活動の合間に課題をはさみこむことで、好きな活動自体を強化子にする。
--



2. 実施方法

(1) メインの活動を選ぶ

インシデンタルティーチングでは、まず課題を教えるために利用する、子どもの好きなメインの活動を選ぶ。それは遊びでもいいし、食事やおやつでもよい。活動は子どもに選ばせてもよいし、大人がセッティングしてもよい。大事なのはそれを行うことに、子どもに高いモチベーションがある、ということである。子どもがやる気がない活動を選ぶと、強化子が効かないことになり、うまくいかない。

メインの活動の選択

子どもの好きな、モチベーションの高い活動を選ぶ。
(食事・おやつ・遊びなど)

(2) ターゲットを決める

次にそれを利用して何を教えるか、つまり標的行動を決める。

インシデンタルティーチングは要求表現(マンド)を引き出すために使われることが多い。この場合、インシデンタルティーチングはマンドトレーニングと同じことである。音声模倣が出やすい子どもの場合はことば(音声)による要求(「ちょうだい」「やって」など)を課題に選ぶし、それが難しい場合にはサインや絵カードによる要求をターゲットにする。

しかしインシデンタルティーチングで教えられることは要求表現だけではない。叙述言語(タクト)を教えることもできるし、色や数などの概念を教えることもできる。目合わせやあいさつなど、社会的な行動をターゲットにすることもできる。

ターゲット(標的行動)

要求表現(ことば、サイン、絵カード)

叙述言語

色、数などの概念

社会的な行動(目合わせ、あいさつなど)

(3) 組み込み方を考える

次にメインの活動に標的行動をどうやってはさみこむか、を考える。

<強制中断型>

一番簡単なのは、子どもがやっていることを中断して、こちらがさせたいことをさせ、反応を引き出せたら、やっていたことを再開させることである。

例えば子どもが絵本に見入っているときに、ページをめくろうとする手を押さえて、「あ」という。子どもが「あ」と言ったら、ページを押させている手を離す。こうすることで音声模倣を教えることができる。あるいは子どもがテレビを見ているときにその前に立ちはだかって「どいて」と言わせることができる。すべり台を何度も滑っている子どもに、登りのはしごの前で待っていて、じゃんけんをさせて、勝ったら登らせるようにしてもいいだろう（じゃんけんの練習をさせたいとき）。散歩しているときに時々足を止めて、「あれ何？」と聞いて、答えたら再び歩き始めてもよい（歩くのが好きな場合）。

ただし、この方法はうまくやらないと、中断させられるのがいやで、子どもが怒りだす。例えばページをめくる手を押さえるとき、途中までめくったところで押し戻すようにすると子どもの反発を買う。めくろうとして手をページにかけた瞬間にそっと大人が手を乗せるのがこつである。

<自然中断型>

もう少しまい方法としては、先ほどのブランコの例のように、もともと大人の手助けがないと継続できない活動を選ぶ、という方法がある。例えばクレヨンでお絵描きしているときに、クレヨンを大人が持っておく。そうすると新しい色がほしくなるたびに、「赤ちょうだい」「青ちょうだい」といったことばを、無理なく引き出すことができる。あるいは連結できる車両を大人が持っておき、子どもがあなたの目を見て「ちょうだい」と言えたら、一両ずつ渡してもよい。

<組み込み型>

さらに手の込んだ方法として、楽しい活動の中に、あらかじめ課題を組み込むこともできる。例えばすごろくの中に「チャレンジコーナー」を設けて、そこに来たらカードに書いてあるいろんな課題をさせるようにする。もちろん他に別の楽しいコーナーも設けておかなければいけないが、子どもがすごろく自体が好きなら、無理なく課題に取り組みせることができるだろう。

かるたなどを利用して、自然に文字を覚えて行く、というのもこの組み込み型である。

ターゲットの組み込み方

- ・ 強制中断型
- ・ 自然中断型
- ・ 活動組み込み型

(4) その他

メインの活動と教える課題、組み込み方を決めたら、後の教え方はABAの原則通りである。こちらが望む反応を子どもが自発しない場合は、プロンプトして反応を引き出す。例えば「ちょうだい」を言わせたいとき、最初はこちらが「ちょうだい」と言ってやってまねさせる。徐々に「ちょ」だけにして、さらには「ちょ」の口ばくだけにし、最後はプロンプトをなくす。

インシデンタルティーチングでは、好きな活動を再開すること自体が強化子になるので、無理にほめなくてもよい。ただしほめてもかまわない。

3. インシデンタル・ティーチングの利点と欠点

<利点>

- ・子どもが楽しんで行なっている活動自体を強化子にするので、わざわざ強化子を用意しなくても、いつでもどこでも教えられる。
- ・その活動が本人にとって非常に楽しいものであれば、強化子としても強力なので、学習効果も高いことが期待できる。
- ・セラピールーム以外の場所でも比較的自然的な形で実施できるので、習得したスキルを日常生活に般化させやすい。

<欠点>

- ・子どもにとってはあくまで楽しい活動に関心があるので、こちらが教えたい課題にはあまり注意を向けない。そのため、何か新しい課題をじっくり教えるには不向きなことが多い。
- ・あくまで楽しい活動がメインなので、こちらの教えたい課題の試行数は少なくなる。だからデスクセラピーに比べて学習効率が悪くなる恐れがある。
- ・こちらが活動を設定する場合は、上記の欠点は避けることができるが、今度は子どもが興味を持つ楽しい活動をセッティングするのが難しい。またその活動に、教えたい課題をどう組み込むのか、考えるためにはそれなりの発想力を要する。

4. インシデンタルティーチングと（広い意味での）機会利用型セラピー

ここまで見てきたように、インシデンタルティーチングと、「生活の中の機会をとらえて教える」と言う意味での機会利用型セラピーとは、重なる部分もあれば、異なる部分もある。生活の中の楽しい活動を利用すればインシデンタルティーチングだが、特に楽しくない機会を利用して、ほめたり他の強化子を使って教えれば、インシデンタルティーチングではない。

しかしそれは日常生活の中で、ほめたり他のごほうびを使ったりして教えることが意味がない、と言うことではない。むしろデスクで教えたことを般化したり、補うために、積極的に日常生活の機会をとらえていろんなことを教えて行くべきである。そのとき、楽しい機会をとらえることができればそれでよいし、特に活動自体が楽しいものでなければ、ほめたり、くすぐったりといろんな強化子を使って構わない。

こうした広い意味での機会利用型セラピーの中にインシデンタルティーチングを組み込んで使っていけばよいのではないかと、思う。

その一方で、インシデンタルティーチングはフォーマルなセラピー時間の中にも取り入れることができる。単調なディスクリートトライアルに飽きた時、楽しい活動を設定して、その中に課題を組み込んだり、セラピーの休憩時間に子どもが自発的に行なう活動を時々中断させて、教えたい課題をさせたりすればよい。

このようにインシデンタルティーチングは日常の機会をとらえたセラピーと、セラピールームでのフォーマルなセラピーの両方で使うことができる。

5. 楽しく教える工夫

インシデンタルティーチングは「楽しく教える工夫」だといってもよいだろう。セラピーを少しでも楽しくする工夫を以下にまとめてみた。

◎クイズの利用（クイズが好きな子に）

- ・絵本の読み聞かせに興味を持たせるために、少し読んでは、その内容についてクイズを出す。

◎ゲーム・遊びの利用

・色おにの要領で、「名前おに」「数おに」をする。数おにでは、例えばリンゴ1個の絵、2個の絵、3個の絵、バナナ1個の絵、2個の絵、3個の絵... というように、いくつかの物（リンゴ、バナナ、車、飛行機など）をいろんな個数（例えば1～3個）、画用紙に描く。それを部屋のあちこちにテープで張る。おにが「1こ」と言ったら、他の人たちは鬼に捕まる前に、1個しか書いていないものを見つけて、それにタッチしなければならない、

- ・SSTすごろく

すごろくの中にチャレンジコーナーを設けておき、そこに来たらカードをめくって、そのカードに書いてあるいろんな社会性の課題（例えば「相手の人の目を見ながら、『こんにちは』という」など）をさせる。

- ・カルタで文字の読みの練習。

◎勝ち負けの利用（勝ちたい子に）

・おそうじの練習（床にごみをばらまき、ほうきを渡して、おかあさんとどっちが速くたくさん集められるか、競争する）

・のりの練習（はさみで短冊を切り、それをのりにつなげて長いひもを作る。長くなったらおかあさんとその長さを競う）

◎身体を動かす課題

身体を動かすとそれだけで楽しくなる。机上の課題に飽きた子には、体を動かす課題をさせると、喜んでくれることが多い。

・位置→子ども自身に、その位置に行かせる。例えば「テーブルの上」「テーブルの下」と指示を出し、上ならテーブルの上に登らせ、下ならもぐらせる。

- ・物の名前→「取ってくる」。離れたところに物を置き、「リンゴ取ってきて」などと指示を出す。
- ・場所の名前→「玄関」などと言ってその場所に行き帰って来させる（帰って来ないかも）。
- ・動作模倣→立ってする動作模倣をする。

◎楽しい物を作る

物を作る課題で、どうせなら楽しい物を作らせる。

・はさみ、のりの練習→折り紙を短冊状に切らせ、その端をのりにつなげて輪っかを作り、輪っかをつなげて飾りを作る。

◎楽しい活動の利用

・お散歩セラピー（お外を散歩することはそれ自体楽しい物。その機会を利用して物の名前を言わせたり、共同注視を促したりする）

◎強化子を教材に

・チョコやレーズンを使って数や計算の練習（例えば5引く3で、5個のベビーチョコのうち3個を食べさせ、「あと何個？」と聞く）。

◎好きな物・趣味の利用

・車が好きでいろんな車種を知っている子なら、それを使ってカタカナの読み書きの練習をする（レクサス、フィットなど）。

・アンパンマンが好きなら、アンパンマンの人形を使って会話やソーシャルスキルの練習をする。

ただしセラピー全部を、これらの工夫で楽しくする必要はない。単調なランダムローテーションにも集中して取り組ませることがとても大切である。これらの楽しく教える工夫はあくまで補助的なものと考えてほしい。