

いいセラピーをするためにーディスクリート・トライアル編ー

2014.5.25 名古屋定例会

藤坂龍司

はじめに～ディスクリート・トライアルとは

試行（トライアル）

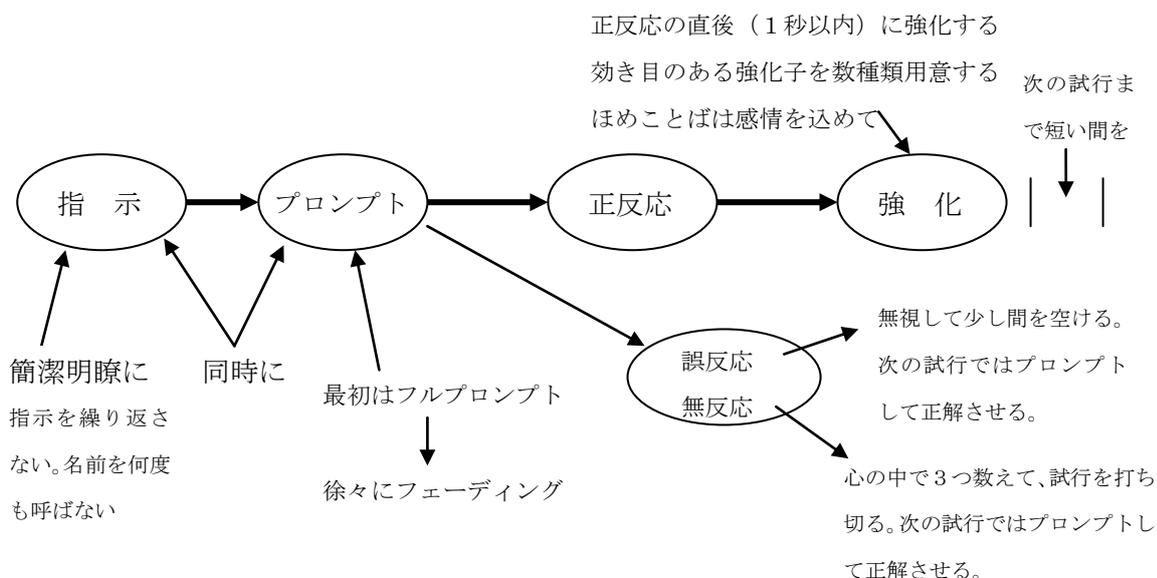
典型的には、指示→プロンプト→子どもの反応→強化、からなるABA療育の最小単位。

ディスクリート・トライアル（不連続試行）

試行と試行との間に短いはっきりした合間をあけること。

DTT（ディスクリートトライアル・トレーニング、不連続試行法）

ロバース博士らが開発した、不連続試行を中心とする、ABAの教え方の流儀のようなもの。大人主導で、子どものコンプライアンスを重視する特徴がある。



1. 全体的注意

○ターゲット（標的行動）を一つに絞る。

一度に複数のことを教えようとしたりしない。

何を教えたいか、どの行動を増やしたいか、を頭の中で明確にし、その行動が現れた時だけに強化を集中させる。

例えば正解したときにお菓子を与えるのなら、正解した途端に無条件で与えるべきであって、「ついでに『ちょうだい』と言わせよう」などと思っはいけない。強化が拡散すると、肝心の行動がなかなか増えない。

○余計なことに反応しない。

子どもが泣いたり、ぐずったり、ほしい強化子を指さしたり、関係ないことを話しかけてきたりして

も無視すること。こちらが引き出したい行動だけに注目し、それが現れた時だけ反応してあげる。

セラピーは常に強化と消去の同時進行である。こちらの引き出したい行動はどんどん強化する一方で、困った行動（泣く、強化子を要求するなど）は無視して消去する。そうすれば急速にセラピー中の問題行動が減り、望ましい行動が増えて行く。

○態勢を固める（環境を整える）

部屋から逃げられないように、出口を背にすわる。後ろに逃げるようなら壁を背にすわらせる。いすを両足で挟む。教材をいじったり投げたりされないよう、両手をテーブルの上においていつでも止められるように。

○「これから始めます」と言わない。

セラピーの始めと終わりにあいさつ儀式をする親御さんが多いが、これは感心しない。

デスクセラピーは日常に般化しにくいのが欠点と言われる。デスクで学んだことを日常に般化させるためには、環境の違いをできるだけ少なくすることが大切。そのためにはセラピーの開始もなるべくさりげないものにする。逆に日常生活でもいつでもセラピーモードに移行できるようにしておく。

2. 指示の出し方

○クリアな声で指示を出す。

何もない空にいきなり稲妻がきらめくように。いわゆる「セラピーボイス」で。のちには自然ないい方にも慣れさせていく。

○余計なことは言わない。必要なことだけを言う。

指示の前に、「じゃあ」とか「はい」をつけて「じゃああたま」とか「はいりんご」などと言わない。「あたま」なら「あたま」だけ。リンゴにさわらせたいなら「りんご」とだけ言う。ただし指示の前に「いくよ」とか注意引きの声掛けをして、一呼吸おいて指示を出すのはかまわない。

○指示を繰り返さない。

一つの指示は最大二回まで。一回言って5秒待ち、反応がなかったら、次は子どものそばに行ってもう一度指示を出しながら、プロンプトして実行させる。あるいは遊んでいるものを取り上げるなどして、指示実行を確実にする。日常でも、同じことを何度も言わない。同じことは最大二回まで。

○一定のリズムで指示を出す。こっちを向くまで待たない。

一定のリズムで指示を出すと、目はよそを向いていても、注意はそのタイミングで戻ってくるもの。多少よそを向いていても、視線の端で捉えて正解すればよい。その都度強化していれば、徐々にこっちを向く時間が増えていく。

○前の試行の強化から、次の試行の指示まで、1，2秒の間を空ける。

例えば強化子のおもちゃを取り上げながら指示を出してはいけない。そうするとまだ子どもはそのおもちゃに気を取られていて、次の指示に集中できない。強化子がなくなって、次の指示を待つ「無」の時間が必要。

2. プロンプト

○二回連続して失敗させない。

子どもを二回続けて失敗させないこと。一度失敗させたら、次はプロンプトして成功させるのが原則。成功させなければ強化できない。そして強化しなければ子どもは学ばない。

○プロンプトは指示と同時か直後に。

子どもが誤反応してから修正させたのでは遅い。子どもの頭の中で、指示と誤反応が結びついたままだから。指示と同時か直後にプロンプトすることで、指示と正しい反応を子どもの頭の中で結びつけてしまう必要がある。

○最初はフルプロンプト。

中途半端なプロンプトをして失敗させるくらいなら、最初は十分すぎるくらいの援助をして、確実に正解から入るようにすること。

○徐々にフェーディング。

一度プロンプトしたら、次はもうプロンプトせずに試す人がいるが、これはダメ。プロンプトが「1か0か」になってはいけない。難しい課題ほど、段階的にゆっくり減らして行くこと。フルプロンプトで3回くらい正解させてから、70%のプロンプトへ。数回正解してから50%へ、という感じ。

フェーディングの途中でできなくなったら、少し前の段階に戻って正解させてから、再びもっと小刻みにフェーディングしていく。

○プロンプト過剰に気をつける。

手を強く握らない。必要最小限の力だけ使う。子どもの手にそっと手を添える程度。

例えば字を書かせる時に、最初から最後まで手をしっかり握っている親御さんがいるが、それだと子どもは不愉快だし、プロンプトに身を任せてしまって、自立しにくい。

試しに子どもに字を書かせてみて、うまく書けないところだけ、そっと手を添えるようにして、かけるところは自分でさせるようにする。そうすればプロンプトも早くフェードアウトできる。

○声掛けよりも無言の身体プロンプトを。

音声によるプロンプトはフェーディングしにくく、いつまでもそれに依存してしまう。例えば「トイレは？」というとトイレに行けるが、自分では行こうとしない子が多い。そこで「トイレは？」という代わりに、黙ってトイレを指さし、背中を押してみる。それでトイレに行けたら強化する。

3. 強化

○子どもをよく観察する。

子どもが何で遊んでいるか、どんなおもちゃに興味があるか、をよく観察する。その時に遊んでいるやり方をよく見て、それを強化子にすればよい。お菓子だけに頼らないこと。

○強化はすばやく。

すばやくほめる。子どもの正反応から瞬時に。物の強化子を与える場合は、なるべくほめ言葉が終わ

らないうちに与える。

○ほめるときのこつ

ほめるときにパッと顔を輝かせる。顔もちよつと動かすとよい。

ほめ言葉には気持ちをこめる。「じょうず」だけでなく、「うーん、上手」「ああ、すごいね」など、間投詞を有効に使うこと。

ほめながら、ほっぺをちょんちょんとつつくなど、軽い心地よい身体接触を加えると、より効果的。

○強化子は飽き切る前に交換。

○子どもが強化子を嫌がったり、他の強化子を指示しても、すぐには強化子を交換しない。最低一回、次の指示に正反応してから、欲しがっていた強化子を出す。

○なるべく飽きが来るのを遅らせるため、強化子は少しずつ、ケチケチ使う。

○10 試行ランダムの場合は、最初は強火、次は弱火、後半中火、最後はまた強火で。

○難しい弁別課題をクリアさせるためには、途中で強化をはさまずに、数試行、連続して出しても反応できるようにしておいた方がよい。そのためには強化子を徐々に間引いて行くこと。

○強化子にタブーを設けない。使えるものは何でも使う。

○強化子が何か分からないときは、子どもを自由にさせる。子どもが好んでしていること、子どもが自分から取り上げたおもちゃ、が強化子になる。

○トークンのバックアップ強化子は近小>遠大。

○強化子を間引くときは、規則的より不規則に間引いた方がよい。