

ロサンジェルス の A B A

2014/3/16 大阪定例会
藤坂龍司

はじめにー今回のロサンジェルス訪問ー

2013年10月8日～18日。NOTIAのセラピスト2名とともに、ロスのABAエージェンシーの一つ、ABAベアーズのセラピーを見学。



1. カリフォルニアのABA事情

カリフォルニア州は全米で最も豊かで先進的な州の一つ。州都ロサンジェルスにはロバース博士が長年研究を続けたUCLAもあり、早くからABAが盛ん。ロサンジェルスだけでABAエージェンシー（ABAセラピーを提供する営利・非営利法人）が100社以上あると言われている。

カリフォルニア州には、ABA早期訪問療育が全額公費で受けられる制度がある。ただし近年は州の財政が厳しく、公費援助がどんどん削られている。

従来は、3才までは州の福祉局（リージョナルセンター）が、3才以降は学区がABAセラピーを全額公費負担していた。

しかし2年前に新しい州法ができて、ABA訪問療育が医療保険の対象となった。これは州の財政が厳しいため、州がABA療育の負担を医療保険会社に押し付けたものと言われている。

これによって、保護者が民間の医療保険会社と契約している場合に限り、州法によって、ABA訪問療育の費用が医療保険の対象となる。何割か自己負担があるが、自己負担分は今のところ州が肩代わりしているため、依然として親はセラピー代を負担する必要がない。

これと並行して、時間数もどんどん減らされている。有意の改善のエビデンスが出ているのは最低週20時間、ベストアウトカムは週30～40時間の早期集中介入だが、近年ではリージョナルセンターや学区が、週8～10時間のリコメンデーションを出すエージェンシーとしか契約しないことが多いという。

2. ABAベアーズのセラピー

ABAベアーズはロサンゼルス郊外に本拠を置く中規模のABAエージェンシー。ロサンゼルスとその近郊の3つのエリアに事業を展開し、セラピストの総数は36人。代表者のボブ・チェンさんは中国系アメリカ人で、UCLAでロバース博士の指導を受けた。日本人セラピストの上原潤子さんが彼の下でSVをしている。



ABAベアーズのセラピストたち（後ろ中央がボブさん、前列右が上原さん）

（1）セラピー体制

ベアーズのセラピーはロバース博士のセラピーをベースに、ボブさんの考え方に従って改良を加えている。「ロバース改良型」と言っていいたいだろう。

大多数のエージェンシーが現実に妥協して(?)週8~10時間のセラピーを提供しているのに対して、ベアーズはいまもできるだけ週30~40時間にこだわろうとしている。

典型的なケースでは、1回3時間半のセッションを午前と午後2回、これを月~土まで行なっている。週あたり40時間前後になる。しかし家庭の希望やファンディング（資金援助）の関係で午前中のみ、という家庭もあった。

1軒あたり2~5人のセラピストが派遣されている。そのうち一人がリードセラピスト。その上にスーパーバイザー（SV）がいる。プログラムはスーパーバイザーが決める。

<チームミーティング>

週に1度、その家庭担当のSVとセラピスト全員が家庭に集まって1時間のチームミーティングを行う。ここで子どもの様子、問題行動への対処、課題の教え方などに関して連絡を取り、統一を図る。ミーティングはリードセラピストが仕切る。SVは同席するが、口は出さない。その代りミーティングの前にリードセラピストと打ち合わせをしておく。

親もミーティングに同席することになっているが、実際には同席しなかったり、途中で席をはずすこともあった。親はセラピーに参加していないので、どうしても熱が入らない様子だった。

<セラピーと休憩の時間配分>

一回3時間半、というかなり長く感じるが、その代りベアーズではセラピー中の休憩時間がかなり長い。一つの課題が28秒、そのあと4分休憩、ということもある。休憩時間にセラピストは記録用紙に記録をつけ、次の課題の準備をする。だから子どももセラピストも、それほど疲れないようだ。

あるお子さんの課題と休憩の配分をしてみると、

課題	0:48
休憩	2:55
課題	0:40
休憩	9:21
課題	0:27
休憩	6:00
課題	1:20
休憩	2:00

という具合だった。もっともこれはコンプライアンスが確保されているときで、指示に従わない場合は課題の時間が長くなる。また課題によっては時間が長くかかる。特にスポーツには毎回20分以上の時間をかけていた。

(2) コンプライアンスの取り方

ベアーズのセラピーで一番印象的だったのは、子どもたちのコンプライアンスが徹底していたこと。ベアーズのセラピーは基本的に「おいで (Come here)」で始まり、「遊んでいいよ (Go play)」で終わるが、どの子どもも、休憩中一人で遊んでいるときでも「おいで (Come here)」とセラピストに言われたら必ず遊びをやめてセラピストの元に来る姿が印象的だった。

どうやってコンプライアンスを確保しているのか。簡単に言うと一度で指示に従うまでは何度でも練習する、ということと、多少の罰の使用である。

「おいで」はプログラムの中にも取り入れられている。子どもをいすに座らせ、少し離れたところにもう一つ、いすを向かい合わせておく。そのそばにセラピストが立っている。セラピストが「おいで」と言ったら、席を立ててセラピストのそばのいすに座る。これを何度か繰り返す。

基礎訓練ができれば(?)、休憩で遊んでいるときに「おいで」という。来なかったら「NO」と言って遊びをやめさせて、もう一度「おいで」。プロンプトして来させる。来たら数試行音声指示を出して解放。また「おいで」と呼ぶ。これを一発で来るまで繰り返す。

その他、「おいで」で来ない罰として、遊んでいたおもちゃを20~30分取り上げる、ということもするそうだ。

呼びかけにも必ず答えさせる。例えば子どもが遊んでいるときに、セラピストが時々「何してるの?」と声をかける。子どもが答えないと、「んんー」と言ってもう一度。それでも答えなかったら、遊んでいるおもちゃを取り上げてもう一度。子どもが答えたら、遊びを再開させる。

<Choice after compliance>

その他、コンプライアンスに関して、ボブさんはセラピストに対して、「子どもがきちんと反応していたら、いくらでも好きにさせるけれど、きちんと答えなかったら、もとの厳しい統制に戻しなさい」と事あるごとに指導していた。

例えば子どもがいろんな部屋に入って、セラピストの「どこにいるの?」という質問に「ママの部屋」

などと答える課題のとき、子どもがママの部屋のソファで遊んでしまい、質問に応えなかった。そのときボブさんの指示で、子どもを床の中央に座らせ、改めて質問に答えさせていた。

「For me, choice after compliance.」(私にとって、まずコンプライアンス、その後で自由だ)というボブさんの言葉が印象的だった。この方針も、コンプライアンスの確立に貢献しているだろう。

(3) 罰の使用

コンプライアンスについてもそうだが、問題行動の抑制のためにも、かなり罰を使っているのが、ベアーズのもう一つの特徴である。

罰と言っても大声で叱ったり、体罰を加えたりはしない。罰として、いろんな適切な行動を練習させる「エクササイズ」をよく使っていた。他にはレスポンスコスト(好きなものを取り上げる)やタイムアウトも使っていた。

<エクササイズ>

例えば5才の男の子が、休憩中に奇声をあげる行動を減らすために、奇声をあげるたびに呼びよせて、セラピストの前に立たせ、1から10まで大声で言わせていた。声が小さくなると「大きく!」、変な声で言うと「きれいに!」とその都度指示を出し、何度も言い直させていたのが印象的だった。数えてみたら、この子に対して3時間半で16回、この数唱をさせていた。

<レスポンスコスト>

別の5才の子は、弟をよくたたいたり蹴ったりしたので、最初はセラピールームの壁に「休憩」という紙を貼って、45分、弟に乱暴せずに過ごせば10分、自由な時間を与える、しかし45分以内に弟に乱暴すれば、「休憩」の紙をはがして、休憩を与えない、という罰を与えたそう。しかし途中でセラピストのことが好きになって、自由な時間を得る、ということがほうびとして効き目がなくなってきたため、たたくとクッキーをあげない、という方法に切り替えたそう。

私が見た時には、弟を蹴った罰として、本人が食べるはずのチョコを半分、弟にあげていた。

(4) 強化の仕方

もう一つ、ベアーズのセラピーの特徴は強化の仕方にある。つみきの会やNOTIAと違って、ベアーズのセラピストは試行のたびにおもちゃを与えたり、お菓子を与えたりはしていなかった。

ベアーズのセラピーは、「おいで (come here)」で始まり、数試行して「いいよ (Go play)」で終わる。一回の試行の数は比較的短く、だいたい2~8試行、という感じである。その間、一回ごとの試行では軽くほめるくらいで、おもちゃやお菓子は与えない。最後にこちょこちょなどの身体接触とほめ言葉で強化し、「いいよ」で解放する。そうすると子どもはまたおもちゃやパズルで遊び出す。これが強化になっている。

例えば「おいで」で呼びよせて、社会的応答の課題をする。「お名前は?」「何才?」「お父さんの名前は?」「お母さんの名前は?」「住所は?」全部答えられたら、「Awesome」あるいは「Good job」などと言ってほめながら、こちょこちょなどの身体強化をし、「いいよ」で解放。子どもはまた遊び始める。こういうパターンが多かった。

ほめ言葉はそんなに派手ではない。身体強化もするが、休憩の役割が大きいように思えた。ちゃんと応えれば、課題も早く終わって好きなものでたくさん遊べる。ちゃんと応えなければ課題が長引く。これが徹底しているので、子どももいちいちおもちゃやお菓子を与えなくても、課題に前向きに答えるのだと思う。

<目合わせ>

ベアーズの子どもたちのもう一つの特徴は目合わせがいいことだ。セラピストの質問に答えるとき、どの子も必ずセラピストの目を見る。

ベアーズは目合わせのために「強化子サンプリング」というプログラムを重視している。

これは子どもをいすに座らせ、セラピストがぎゅーっと腕を握ったり、こちょこちょしたり、いすを後ろに倒したりして、おもちゃを使わずに強化する。これを毎回、セラピー時間のどこかで2分間行う。

最初は身体強化するだけだが、反応がよくなってきたら目合わせと組み合わせる。いすに座らせ、しばらく身体強化して、それを中断する。セラピストは子どもから少し（50cm～1m）距離を置き、子どもが自分からセラピストの目を見てくるのを待つ。目が合ったら、また身体強化をする。これを繰り返す。

最初はセラピストは子どもの正面に中腰になっているが、目合わせがよくなってきたら、セラピストが毎回、いろんな角度に移動する。最終的にはセラピストが立って、横だけでなく縦の角度もつける。真後ろに回ることも行なう。

この課題の目的は複数あり、一つは目合わせを強化すること。もう一つはセラピストの身体強化の技量をあげることだそう。

ボブさんはこの身体強化の際、「Deep pressure」といって軽くこちょこちょするより思いっきり力を入れて、強い圧を加えた方が子どもが喜ぶのだ、と強調していた。

この強化子サンプリングのほか、目合わせのためにやっていることがもう一つある。

それはことばで答える課題のうち、習得済みのものに関しては目合わせも求める、ということ。例えば「お名前は？」と聞いた時、それがもうできる課題であれば、名前を言うだけでは正解にしない。もう一度質問し、目をちらっと見て答えたら、はじめて強化をする。「こっち見て」とは言わず、あくまで自発を待つそう。未習得の課題や動作で答える受容課題では目合わせは求めない。

目合わせは一瞬でよく、答えている間、ずっと目合わせを要求するわけではない。それはかえって不自然になるとのこと。

上原さんによれば、強化子サンプリングと、ことばで答える課題における目合わせの要求の二つで、子どもの目合わせはかなりよくなるそう。

<プログラムの内容>

ある5才の男の子のプログラムは次の通り。

質問

ボール遊び（サッカー、野球、バスケなど）

色塗り

おいで

会話

お絵描き

動作の叙述（何してる？）

欲求不満耐性

機能的指示（日常生活に役立つ指示）

外遊び

ゲーム
ふり遊び
人称代名詞
パズル
要求表現
強化子サンプリング
身辺自立
おもちゃ遊び

<スポーツの教え方>

具体的な課題の教え方で一番印象に残ったのは、「ボール遊び」つまり球技の教え方。ベアーズでは野球、サッカー、バスケットボールなどのスポーツを教えることにはかなり力を入れていた。

ボブさんによれば、ベアーズではことばよりも先にスポーツを教える。「ことばが遅れていたり、行動が多少奇妙でも、スポーツができると分かれば、まわりの子は受け入れてくれるから」だそうだ。

スポーツの教え方だが、小さいうちから正しいフォームを教えることに、ベアーズはこだわっている。例えばサッカーはいきなりボールを蹴らせるのではなく、まずボールの上に足を乗せてボールを止めるところから教える。

次にインサイドキックを教える。右足が効き足の場合、左足をボールの左において、右足の内側でボールを蹴る。これを2才の男の子に身体プロンプトで教えていた。

ボブさんによれば、「正しいフォームを身に着ければ自然に上手になる。上手ならまわりの子どもも認めて仲間に入れてくれる。」「健常の子どもは小学校に入ると自然に上達し、障害を持っていることの差が開いて行く。だから幼稚園では一緒に遊べても、小学校になると遊んでもらえなくなる。しかし正しいフォームを身に着けていれば、小学校に入ってもまわりの進歩について行ける。だからいまのうちに正しいフォームを教えるのだ」という。