

ソーシャルスキルトレーニング

2014.3.30 広島定例会
藤坂龍司

1. SST（ソーシャルスキルトレーニング）とは

元々は精神障害者の社会技能の訓練方法として開発されたもの。日本には1980年代後半に導入され、その後、発達障害児者を始め、幅広く応用されるようになった。認知行動療法と社会学習理論に基づいている。

SSTは個人を相手に行なうこともあれば、集団を対象とする場合もある。後者を「集団SST」と呼ぶ。

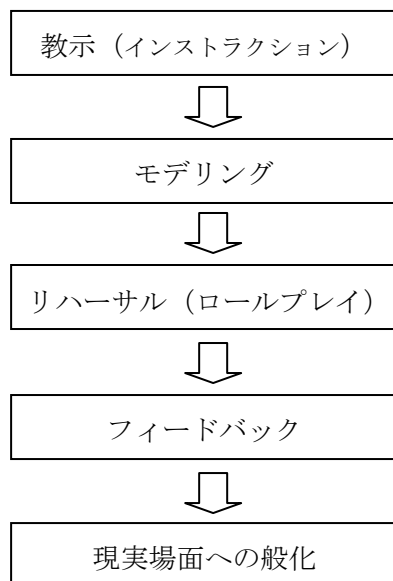
<ロールプレイ>

基本的な方法は、以下のようにロールプレイを持ちいるもの。

まず何を練習するかについて言葉で説明する（教示）。

次にスタッフが望ましい行動を実際にやって見せる（モデリング）。好ましくない行動を演じることもある。

次に参加者に実際に練習してもらおう（リハーサル）。それに対してスタッフがコメントを加え、よかった点をほめたうえで、改善点があれば指摘する（フィードバック）。その上で再度練習することもある。さらにリハーサルが上手になれば、現実場面でも試してみるよう、励まされる。



<その他の方法>

ロールプレイ以外にソーシャルスキルを教える方法としては、次のものがある。

- ・ 現実場面でのシャドー
- ・ ピアトレーニング
- ・ 人形を使ったシュミレーション
- ・ 紙芝居、絵本、ビデオ
- ・ コミック会話
- ・ ソーシャルストーリー

2. NOTIA/SST2013 の全体概要

NOTIA では大阪で関西在住のつみきの会の子どもたちを対象として、集団 SST を行なっている。対象は就学期前後の比較的高機能の子どもたちである。

今年度は幼稚園年長組と小学校 1 年生を対象として募集し、6 名の ASD 児（年長 4 人、小一 2 人、全員男子）と 1 人の健常の兄弟児（小二女子）が参加し、月に一回、第二土曜日の午前中に 2 時間実施している。

今年度の特徴は、全体として小学校生活をシュミレーションしながら、その中に「生活の時間」と称して狭義の SST（ロールプレイ）を組み込んだ入れ子構造を取っていることである。

<一日の流れと課題>

9:50 頃	登校 朝のあいさつ	スタッフに対して目を見てあいさつできるか
9:50~10:00	自由遊び	お友だちとうまく遊べるか
10:00~10:15	朝の会	教師の指示に従って適切な行動をとれるか 自分の役割をうまく果たせるか
10:15~10:20	プリント学習	プリントを後ろに回すなど。
10:20~10:35	学科学習（国語、算数等）	授業時間を適切に過ごせるか
10:35~11:00	生活（ロールプレイ）	各種ソーシャルスキルのロールプレイ
11:00~11:10	自由遊び	
11:10~11:25	体育	スポーツや遊びのルールを理解しそれに従えるか
11:25~11:35	そうじ	自分の役割を果たし、他人と協力できるか
11:35~11:45	終わりの会	行動目標の達成度チェック。メダルなどによる強化

*この時間割は典型的なもので、毎回、少しずつ変わる。

<評価の方法>

年度の初めに NOTIA で独自作成した「社会性チェックリスト」（別紙）を用いて、各子どもの行動を観察し、社会適応度を評価した。その後、半年後、一年後に再チェックを行った。

<強化の方法>

子どもたちのスキルを向上させる方法だが、ABA の基本通り、プロンプトと強化に拠っている。

ただ強化に関しては通常の家庭での個別セラピーと違ってお菓子やおもちゃは用いず、主にほめ言葉や拍手を用いている。

また毎回、5 つの行動目標を決め、それが 3 つ以上達成できたら手作りの銀メダルを、全部達成できたら金メダルをあげることにしている。さらに金メダルが 5 つ貯まったら、大きな金メダルを授与する。

出席に対しては、出席カードにハンコを押すことや、活動自体の楽しさで十分強化されているようである。

ロールプレイに関する強化は、いまのところ全員による拍手とほめことばだけである。

5つの行動目標

- ①きちんとあいさつする
- ②せんせいのいうことをきく
- ③のんびりしないではやくうごく
- ④おぎょうぎよくすわる
- ⑤おべんきょうちゅうはずかに

<プロンプトの方法>

プロンプトに関しては、昨年度までは親御さんにシャドーとしてそばについてもらい、その場でプロンプトしてもらっていたが、今年は親御さんは教室の後ろで見てもらい、シャドーは基本的につけていない。必要に応じてスタッフの一人が介入して、追加の教示や手を添えるなどのプロンプトをしている。

3. ロールプレイ

<方法>

スタッフによる課題の説明の後、スタッフが寸劇でモデルを示す。最初に悪い例を示し、子どもに「どう？」と聞く。「ダメ」と言えたら、「どうしてだめなの？」と聞いて理由を言わせる。

次にスタッフがよい例を演じてみせる。「どう?」「いい」

そのあとで子どもに1人1人、モデルに沿った演技をさせる。

それに対してスタッフがほめるだけでなく、参加者や親御さんからも拍手をもらう。

<課題>

- ① (5月) あいさつの仕方
目を見てあいさつする
- ② (6月) 列の並び方
順番抜かしはしない

③ (7月) あやまる

シナリオ1A (悪い例): 教室で走っていて、お友だちの机にちょっとぶつかるが、無視して通り過ぎる。

シナリオ1B (よい例): 教室で走っていて、お友だちの机にちょっとぶつかる。振り向いて「ごめんね」と声をかける。

シナリオ2A (悪い例): 後ろから走ってぶつかって、お友だちを倒してしまう。お友だちは泣いてしまうが、振り向いて「ごめんね」と一言言っただけで行ってしまう。

シナリオ2B (よい例): 後ろから走ってぶつかって、お友だちを倒してしまう。お友だちは泣いてしまう。「ごめんね」「大丈夫?」と、その子が泣き止むまで気遣い続ける。

④ (8月) 遊具の使い方

シナリオ1A (悪い例): ピストルが一つ、床に落ちている。AB二人の子どもが同時に取ろうとするが、Aが先に手にする。Bはあきらめられず、Aと奪い合いになる。

シナリオ1B (よい例): ピストルが一つ、床に落ちている。AB二人の子どもが同時に取ろうとするが、Aが先に手にする。Bはあきらめて指鉄砲でAと拳銃ごっこをする。

シナリオ2A (悪い例) : 空の段ボール電車をAが引っ張っている。Bが「乗せて」と言うが、Aは「嫌だ」と言って逃げる。

シナリオ2B (よい例) : 空の段ボール電車をAが引っ張っている。Bが「乗せて」と言うと、Aは「いいよ」と言って乗せてあげる。

⑤ (9月) 困った人を助ける

シナリオ1A (悪い例) : Aちゃんは鉛筆を忘れた。どうしよう。後ろのBちゃんに小さな声で、「鉛筆貸して」という。Bちゃんが「いやだ」と言って貸さない。

シナリオ1B (悪い例) : Aちゃんは鉛筆を忘れた。どうしよう。後ろのBちゃんに小さな声で「鉛筆貸して」という。Bちゃんは黙って貸してあげる。Aちゃんはしばらく使った後、前を向いたまま、黙って返す。

シナリオ1C (よい例) : Aちゃんは鉛筆を忘れた。どうしよう。後ろのBちゃんに小さな声で「鉛筆貸して」という。Bちゃんは黙って貸してあげる。Aちゃんはしばらく使った後、後ろを向いて「ありがとう」と小声で言って返す。

⑥ (10、11月) 遊びへの加わり方

シナリオ1A (悪い例) : A君とB君がサッカーの蹴り合いをしている。C君は仲間に入りたいが、言いだせずにそばでもじもじしているだけ。

シナリオ1B (よい例) : A君とB君がサッカーの蹴り合いをしている。C君は大きい声で「入れて」という。A君とB君は「いいよ」と言って入れてあげる。

シナリオ2A (悪い例) : A君とB君がサッカーをしている。C君が「入れて」という。A君とB君は「あっち行こうぜ」と言って逃げてしまう。

シナリオ2B (よい例) : A君とB君がサッカーをしている。C君が「入れて」という。A君とB君は「いいよ」と言って入れてあげる。

⑦ (12月) 大きな声で伝える

シナリオ1 : 泥棒が宝石を盗もうとしている。警察官が現れて、遠くから「やめろ!」という。大声で言わないと、泥棒はやめない。大声で言ったら、泥棒は宝石を盗むのをやめて逃げ出す。警察官が「待て!」と大声で言う。大声で言わないと、泥棒は止まらない。大声で言えたら、泥棒は止まる。次に警察官が近づいて行って、「手を上げろ」という。大声で言えたら、泥棒は手を上げる。それで警察が腕をつかんで逮捕する。みんなで拍手。

⑧ (1月) 悪口への対応

ひどいことを言われたら、どうしたらいいか、考えさせる。その後、言い返す練習をする。

シナリオ1 (言い返し方) : AがBに「ばか」という。Bは「やめて」とか「おまえがばかじゃ」などと言い返す。

シナリオ2 (けんかの後の謝り方) : AがBに「ばか」という。Bが「おまえがばかじゃ」と言い返す。「なにをー」とけんかになる。そこに先生が来て「やめなさい」と止めに入る。引き分けた後、B君に「どうしたの?」B君「Aくんが『ばか』って言ったんです。」「Aくん、そんなこと言ったの?」「はい」「だめでしょ!」「はい」「B君に何て言ったらいいの?」「ごめんなさい」「じゃあ、B君に謝りなさい」(B君に向かって)「ごめんなさい」「Bくん、どうする?」「許してあげる」「じゃあ、許してあげて」(A君に向かって)「いいよ」「じゃあ、仲直り。握手して」(2人が握手する)