

セラピーの進め方のこつ

2019.5.19 広島定例会
藤坂龍司

「セラピーがうまく行っているかどうか」チェック

- () セラピーを始めるとき、子どもが嫌がって泣いたり抵抗する。
- () セラピー中の問題行動が多い。
- () 子どもがやる気がなく、無反応が多い。
- () 途中で席を立たせると、椅子に戻すのに苦勞する。
- () 課題が思うように進まない。

1. 環境を整える

○セラピーテーブルとイスはセラピーに適しているか。

テーブルが大きすぎると、子どもに手が届かないので、逃げられやすい。高すぎると、子どもが見えにくい。小さすぎると、足がつかえて、テーブルが傾いてしまう。子どもが2～3才なら、60×45×H29 cmの折り畳み式テーブルが適している。子どもの成長につれて、少しずつ大きな机に変えよう。

イスは2～3才なら背もたれのある幼児用パイプ椅子が適している。

○セラピー用の落ち着いたスペースが確保できているか

できるだけ専用の部屋を設ける（寝室と兼ねていてもよい）。床におもちゃが散乱しているのはよくない。おもちゃや絵本は棚やボックスに整理し、必要なものだけを、大人の脇か背後に置いておくこと。

○大人のすわり方は？

子どもが勝手に離席したり、椅子からずり落ちる場合は、両足で子どもの椅子をはさむようにする。

正座していると、子どもを高い位置から見下ろすようになってよくない。離席も阻止できない。

○食後すぐは避ける

お菓子をを使うなら、食後2時間は空けた方がよい。できるだけ、子どもが元気のよい午前中にセラピーをする。

2. 子どもの姿勢を整える

○すわっているときに強化する。

子どもの着席を安定させるコツは、すわっているときに強化すること。強化子を気にして身を乗り出した時に強化子を与えると、身を乗り出す行動が増える。試行を終えて立ち上がろうと腰を浮かした時に強化子を与えると、腰を浮かせる行動が増える。その時には強化子を与えず、いったんいすに戻して、その瞬間にお菓子を与えること。

セラピー開始時や休憩からいすに戻すときも、椅子に座っただけで強化子を与えたり、机の上におもちゃを置いておいたりして、すわった瞬間に強化されるように取り計らう。

○体を押さえるのは最小限に

子どもが片足をあなたの足の外に出したら、内側に戻す。

子どもが勝手に立ち上がろうとしたら、すばやく手で太ももの付け根を押さえて、阻止する。子ども

が立とうとしなくなったら、手を緩めるか、離す。

離席したり、後ろを向いてしまうからと言って、腕や上半身を押さえる人が多いが、あまり効果的ではないし、子どもにとって不快である。押さえるのは下半身だけでよい。

○教材をさわる、教材を投げる

すぐ教材をさわってしまうからと言って、ずっと手を握っていてはいけない。上半身は自由にさせ、リラックスさせる。教材に触らせないためには、机の上に両手を置いておき、子どもが手を伸ばしてきたら、ブロックする。もしくは教材を手で押さえておき、取れないようにする。

3. 強化子

○Take reinforcers seriously (強化子のことを真剣に考える)

あなたの強化子は本当に効いているか。効いているなら、そしてセラピーの正解だけにそれが与えられるなら、セラピーに積極的になるはず。もしそうになっていないなら、よく効く別の強化子を早く探そう。

○強化子アセスメント

「強化子アセスメント」とは、何が強化子になるか、強化子同士の優劣などを確かめること。

席を立たせたときに、自由にさせて、何で遊ぶかを観察しよう。子どもが選んだものを、次の強化子に使うとよい。

○お菓子ばかりに頼らない。

お菓子ばかりに頼らずに、いろいろなおもちゃを試そう。光る系、回る系、音が鳴る系、ぐにゅぐにゅ系など。身体強化もあれこれ試してみる。身体強化には人を好きにさせる効果が期待できる。

○強化子は本当にちびちびと

強化子への飽きを遅らせることを、もっと真剣に考えよう。好きな強化子をちびちび与え、どれだけ引き延ばせるか、挑戦してみるとよい。棒付きキャンディーなら一回一なめで 50 回は使える。チョコやクッキーは少しずつかじらせる。

○ほめことばはことばだけじゃない

ほめるときは、ことばだけではなくて、仕草や表情、声の調子など、全身で表現する。ほめるときに、パッと花が咲くような表情に変わる。甘い声を出すこと。

4. セラピーの進め方

○しっかり準備する

スムーズにセラピーを進め、実を上げるためには、事前に何をどう教えるかをしっかり考え、必要な教材などを整えておくことが大切。「準備 0 分の 60 分セラピーよりも、準備 30 分の 30 分セラピーを」

できれば前日の夜に、翌日のセラピーの準備をする。新しい課題を導入するときは、数日かそれ以上かけて教材を用意する。

○「よくできた」瞬間に休憩する

およそ 5~10 分に一度の割合で休憩を取る。ただしあらかじめ時間を決めずに、よくできた、という瞬間に「立っていいよ」と休憩を許すこと、つまり休憩を、がんばったことの強化子として即時的に使うのがコツ。

課題と休憩の割合は、5 : 1 が基本 (5 分なら 1 分、10 分なら 2 分)。しかしこれも柔軟に。子ども

が課題に積極的、協力的な時は、短い時間ですぐに休憩に入り、休憩を長く取る。逆に消極的、非協力的な時には、課題を長く、休憩を短くする。それによって子どもを協力的な姿勢に誘導し、保つ。

セラピーの終了時間も同じ。子どもが積極的、協力的だった時は早く終わる。そうでないときは長引かせる。ダラダラの時に終わらず、少しでも盛り返した時に終わるように。

○好きな課題を強化子に

難しい課題の後には、得意な課題、嫌いな課題の後には好きな課題を用意する。好きな課題を難しい課題を頑張ったことのごほうびとして使う。

すわってする課題ばかり続けないように。適当に立ってする課題を混ぜるようにすると（立ってする動作模倣、「取ってくる」など）、いい気晴らしになる。

○どの課題をいつするかは大人が決める

子どもの機嫌をとって、好きな課題ばかりやってはいけない。大人が主導権を握ること。子どもの好きな課題でも、あまりに時間を取るようであれば、終了させて新しい課題に時間を割く。