

セラピーをうまく進めるために

2021.2.21 東京定例会
藤坂龍司

セラピーがうまく行っていない原因

<その1>物理的な詰めが甘い。

①椅子に座らせても、いつでも立てる状態。子どもはすきを見て、ずっと椅子から逃げ出してしまう。それを戻そうとすると、ぐずり、泣き、かんしゃくが始まる。

↓

椅子に座らせたら、椅子ごと両足で挟む。子どもが立とうとしたら、すばやく腰を押さえて椅子に戻す。戻ったら手を離す、の繰り返し。

②椅子から立ちはしないが、横にずり落ちたり、前にずり落ちたりする。

↓

子どもの体が右に傾いたら、左の腰を押さえる。左に傾いたら右。

前にずり落ちてきそうになったら、テーブルの下から膝小僧を押さえる。早めに腰を持って、深く座り直させる。

とにかく「両足を大人の足の内側において、イスに深く腰かける」という姿勢を常にキープする。そこから外れそうになったら、ただちに手を出して、元に戻させ、いい状態の時は手を離して自由に快適にさせる。悪い状態の時は、決して解放せず、いい状態の時に、ほめて立たせてあげる。

③教材で遊んでしまう。教材を投げる。

↓

隙ができるのは、①指示を出す前、と②正解して強化子を与えるまでの間。この間に隙を作らない。

テーブルの上に両手を軽く置き、子どもが教材に手を出そうとしたら、そのたびに両手でブロックする。

子どもが正解したら（例えばマッチングで同じものを重ねたら）、その教材を左手で押さえながら、ほめて、強化子を右手で与える。

<その2>余計な声かけが多い・余計なことに反応する

セラピーがうまく行っていないケースは、親が余計な声かけをしていることが多い。

①子どものぐずりに反応する。

子どもがぐずるたびに、「あー」とか「はいはい」など、なだめるような声を出していると、ぐずりや泣きを強化してしまう。

↓

こどものぐずりや泣きに声をかけない。子どもが静かにしているときや、課題に正解したときだけ声をかける。

②「ごめんね」「〇してくれる?」「したくない?」「いやなの?」と下手に出る言い方をする。子どもはそれで、自分が主導権を握れると考えてしまう。



失敗しても謝らない。ご機嫌を伺うような言い方はしない。やさしく、しかしきっぱりとした口調で指示を出す。

③同じ指示を何度も繰り返す。子どもはすぐに反応しなくてもいいと思ってしまう。



同じ指示は二回まで。遅くとも二回目にはプロンプトして正解させること。

指示に反応しない⇒強化なし、指示に反応する⇒強化あり、のコントラストをはっきりさせる。そのためには、指示に反応しないとき、すぐ同じ指示を繰り返すのではなく、強化しない時間を数秒間設ける。その後でもう一度指示を出し、今度はプロンプトして正解させ、強化する。

④強化子の指定に応える。

子どもが次の強化子を指さして、指定するとそれに応えてしまう。子どもが強化子を突き返すと、別の強化子を出す。子どもは自分が強化子を選べると思ってしまう、気に入らない強化子だと、セラピーを拒否するようになる。



強化子の指定は無視する。強化子を突き返されたら、その試行は強化子なしにする。子どもがその強化子を1、2度受け入れてから、欲しがっていた強化子にさりげなく変える。

<その3>子どもに譲歩する。

強化子を取り上げようとして、子どもが抵抗すると、手を離してしまう。子どもをいすに座らせようとして、子どもが抵抗すると、手を離してしまう。子どもは抵抗すれば意志が通ると学習してしまい、ますます抵抗するようになる。



子どもが抵抗してもひるまない。強化子を取り上げようとしたのなら、手を緩めず、ゆっくりと、しかし断固として取り上げる。泣いても無視する。子どもを椅子に座らせようとして抵抗されても、手は離さない。腰に手を当てて、何とかしてすわらせ、強化して立たせる。これを繰り返す。どうしても座れなかったら、床に後ろがかえですわらせて、おわんにつみきを入れさせて、解放する。

<その4>強化子のレパトリーが少ない

①おもちゃ類は取り上げようすると、子どもが怒るので使えない。お菓子ばかり使ってしまう。お菓子を飽きたら、セラピーにならない。



おもちゃを取り上げることに慣れさせる。最初は1試行ですぐ返す。怒っても無視する。すると徐々に取り上げられることに慣れてくる。そうしたら少しずつ試行数を伸ばす。

②おもちゃは喜ぶが、すぐに飽きてしまう。



おもちゃは1回10秒。少しずつ与えることで、飽きを防ぐ。暇を見つけては新しいおもちゃを購入し、試してみる。セラピー用のおもちゃはいつもは遊ばせない。思わぬものが強化子になるので、いろいろ与えてみる。何が強化子かわからなかったら、子どもを自由にさせて、何で遊ぶか観察する。遊ぶものを強化子にする。

③立たせると戻ってこないなので、ついつい長く座らせてしまう。



立たせることを恐れない。その代わり、立った時にまわりにあるものより、机にあるものの方が魅力的であるようにする。そのために、部屋はできるだけ片付けておき、遊べるものを減らしておく。魅力のある物は、あなたのそばに置いておく。席に戻ってきたときにそれを与える。そうすれば、席に戻ることをそれほど嫌がらないはず。

<その5>準備が悪い。

子どもを椅子に座らせてから、教材を準備する。子どもはいったん椅子に座るが、なかなかセラピーが始まらないので、飽きて立ってしまう。いざ戻そうとすると、なかなか席に戻らない。



教材と強化子の準備ができてから、いすにすわらせる。できれば、教える手順も頭の中でシミュレーションしておく。いざすわらせたら、てきぱき課題をして、子どもが成功したところで早めに立たせる。それからまた作戦を練り、教材を準備し、手順を頭に入れてから、子どもを呼ぶ。

いろんなことに追われて、セラピーの課題を考えたり、教材を準備する時間がない。いつも準備なしでセラピーするので、毎回同じセラピーになってしまう。体も疲れているので、ついイライラして、子どもにあたってしまう。



課題を考える時間がないなら、セラピー時間になったらセラピールームに子どもともって、子どもを遊ばせ、その間に身体を安めながら、何をしようか考えるとよい。準備なしで60分セラピーするより、30分準備して、30分セラピーする。30分しかないなら、15分準備して、15分セラピーする。その方がかえって効率的。

<その6>子どもがすぐ気が逸れる。

3、4試行すると、もう注意散漫になり、できるはずの課題でも間違ってしまうので、なかなか課題が先に進まない。



簡単な課題（音声指示など）を2試行ほどやらせて、勢いをつけてから、肝心の課題の指示を出す。正解したら気持ちを込めて短くほめ、子どもの気分を高める。比較的短い間隔で、クリアな声で指示を出し、子どもの正解を引き出す。そのたびに言葉と表情で大げさにほめ、さらに気分を高め

る。途中で注意散漫になって間違えたら、こっちに気持ちに戻ってくるまで待つて、また指示を出す。こうして、5～10 試行、ランダムローテーションについてこれるだけの集中力、持続力を養う。

<その5>課題がなかなかクリアできない。

いろいろな原因が考えられる。

- ・課題がその子にとって難しすぎる。→もう少し簡単な課題に変える。
- ・集中力が足りない。→ 難易度を下げ、少し頑張れば正解できる課題で、集中していれば成功する、という体験を積みませ、それを強化する。