

プレイデイトとサークルタイム

2019.3.24 福岡定例会

自閉症児が健常児の集団に適応することを支援する方法として、大きく次の三つがあります。

①スクールシャドー

大人が園・学校に付き添って、ABAに基づいて支援する。

②プレイデイト (ピアトレーニング)

健常のお友だち (ピア) と1対1で遊ぶ練習。大人が援助者として付く。

③サークルタイム (モック・スクール)

家庭で幼稚園や学校の集団活動を再現して、子どもに練習させる。

このうち②と③を紹介します。

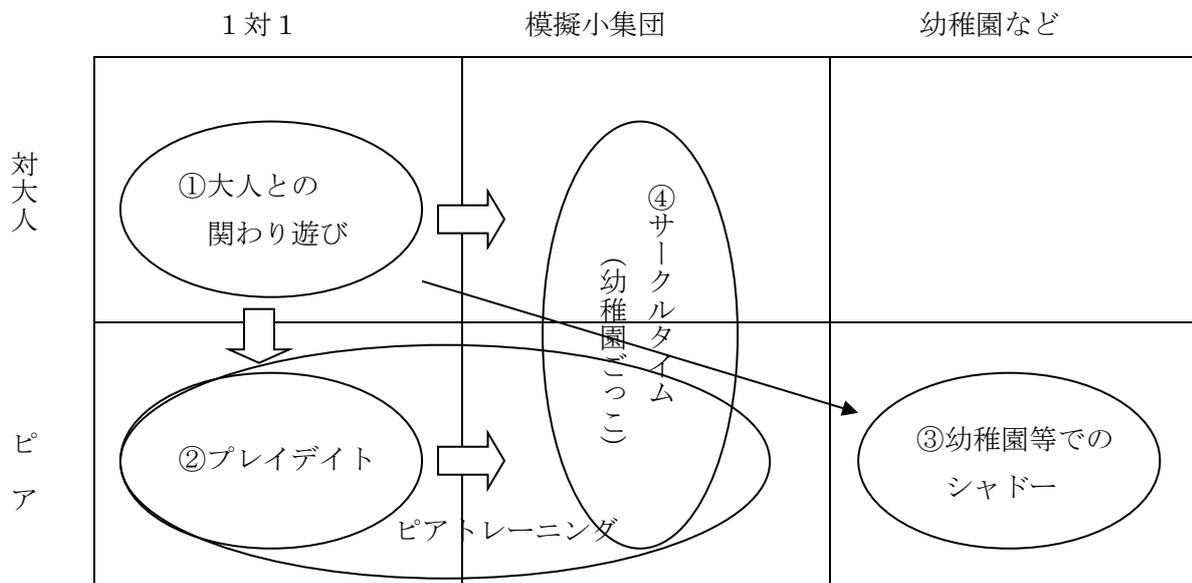
<ピアトレ、プレイデイト、サークルタイムの関係>

同年代の子ども、特に健常の子どものことを「ピア」と言います。ピアと行う社会性のトレーニングが「ピアトレーニング」です。ピアトレーニングのうち、主に1対1で、遊びを中心に行うものを「プレイデイト」と言います。

一方、「サークルタイム」とは、本来、北米のプレスクール (日本の幼稚園年少年中にあたる) で行われている、先生を中心に生徒が輪になって行う活動のことですが、ここでは幼稚園の活動を想定して、家庭で行う模擬練習のことを指しています。「モックスクール (学校ごっこ)」、あるいは「モックプレスクール (幼稚園ごっこ)」とも言います。

サークルタイムはピアトレの一環として行うこともできますが、サークルタイムの生徒役は子ども (ピア) でなくても、大人でも演じることができます。

ですからピアトレーニング、プレイデイト、サークルタイムの関係は下の図のようになります。



社会性を養うには、まず大人との関わり遊びや言葉のやり取りから始めます。

次に健常のピアを家に招待して、プレイデイトを行ないます。それと並行して、幼稚園などの健常児の集団に、シャドー付きで入れます。やや遅れて、家庭でも幼稚園の活動を再現した、サークルタイムを実施します。

(1) ピアトレーニングとは

同年代の健常児との1対1ないし1対多の、主に遊びを通じた関わりを、大人が設定し支援すること。ロバース以後の早期集中介入の研究では、シャドーと並んでこのピアトレーニング（ピアプレイともいう）を重視しているものが多い。ピアトレーニングのうち、特に1対1の形態を「プレイデイト」と言う。

<海外の研究>

Sallows & Graupner (2005)は、ロバースの追試研究の一つ（ウィスコンシン幼児自閉症プロジェクト）で、2～3才半の自閉症児23人（IQ \geq 35）に週30時間強のABA（プリスクールへのシャドーも含む）を4年間続けた結果、11人（48%）が知的に正常域に達し、かつ小学校普通学級に付き添いなして適応できた、という優れた成果を出しているが、シャドーと並んでピアトレを大変重視している。

それによると子どもの課題が中級に入って、プリスクールに入れるころになると、親が同年代の健常児を家に招いて、セラピストの仲立ちで1回1～2時間遊ばせた。関わり遊びはまず大人と遊んでできるようになったことを、兄弟がいる場合は次に兄弟と遊ばせ、次いで兄弟以外の健常のピアとの遊びに般化させた。ピアは親がプリスクールの先生や近所の家庭に頼んで確保した。

論文によると、4年間のセラピーを終えたのち、小学校の先生によって、社会性が正常範囲にあると評価された子どもは、全員4才半までに少なくとも2人の健常のピア（兄弟でも親戚でもない）と週6時間以上（平均週8時間）のプレイデイトを6か月以上行った子どもたちだった。2人というのは2人同時に、ではなく、1人のピアと一定期間、プレイデイトを行なった後、また別のピアを招いて、その子と一定期間、プレイデイトを行なった、ということ。ただし課題が上級に入り、小学校入学が近づくと、健常のピアを数人同時に招いて、「学校ごっこ」（モック・スクール）を行なった。

<サローズ・グローブナーの時間配分>

Staffing	Years of treatment								
	.5	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	4.5
N	11	11	10	8	7	7	7	6	6
1:1	33 (15-40)	29 (16-35)	24 (10-31)	22 (15-31)	20 (10-27)	18 (5-28)	15 (0-25)	12 (4-25)	10 (0-15)
School	5 (0-12)	6 (0-12)	8 (0-25)	8 (0-16)	12 (8-20)	13 (8-25)	18 (8-30)	28 (15-35)	33 (25-35)
School shadow	1 (0-5)	1 (0-5)	4 (0-15)	5 (0-15)	8 (3-15)	11 (6-18)	7 (0-18)	5 (0-12)	5 (2-15)
Peer shadow	0 (0)	3 (0-5)	3 (0-5)	6 (2-9)	5 (0-9)	4 (0-8)	4 (2-8)	3 (0-6)	2 (0-4)
Total	34 (25-40)	33 (26-40)	31 (20-37)	33 (20-39)	33 (25-37)	33 (20-40)	26 (7-40)	21 (6-31)	17 (12-29)

Cohen, et al.(2006)も、ロバースの追試研究の一つ（Central Valley Autism Project）だが、やはりピアトレを、家庭での個別セラピー、プリスクールでのシャドーと並んで、自閉症治療の重要な柱としている。この研究では1才半から3才半の自閉症児（IQ \geq 35）21人に週35-40時間のABAセラピーを3年以上継続した結果、21人中6人が知的に正常域に入り、小学校普通クラスにエイドなしで入学している。

この研究でも、子どもをプリスクールに入れるのとほぼ同時期に、家庭でピアトレを開始した。ピアトレを始める前提条件は、①質問に答えられる、②相手の出した話題に適切に反応できる、③簡単な関わり遊びができる、④代わりばんこができる、というものだった。

この条件を満たすと、健常のピアとの遊びを週3~5回、1回15~60分から始めた。遊びにはセラピストが付き添い、家庭セラピーで習得済みのスキル（会話、おもちゃを使ったふり遊び、代わりばんこのゲームなど）をお友だちとの関わりに応用させた。プロンプトは子どもの耳元でささやいたり、間接的な質問をしたり、無言で指さすなどの目立たないものを用いた。

子どもが1年半~2年の間に3人以上のピアを経験し、彼らに対して自分から適切に関わりを持てるようになったら、ピアの数を増やして、集団遊びの場面をセッティングした。

（2）ピアトレ（プレイデート）の実施方法

ピアトレ（プレイデート）は、同年代の健常児を1人、多くの場合自宅に招いて、あなたの子どもの一対一の関わりの機会を設けます。幼稚園などの集団だと、健常の子ども同士が遊んでしまうので、遅れのある子どもがそこに入っていくのはなかなか難しいのに対して、プレイデートでは、ピアもあなたの子どものしか遊ぶ相手がいないので、関わりを促しやすい、という利点があります。

<ピアの確保>

問題はどのようにしてピアを確保するか、です。兄弟がいる場合、最初は兄弟でもいいのですが、兄弟（特に年長）だとどうしても合わせてくれるので、本当の意味の練習には不足です。同年代のいとこがいる場合はもっといいですが、海外の研究は親戚以外のピアを確保することを求めています。

わが家でも、娘が幼稚園に入るころから、プレイデートのためのピアを探しましたが、なかなか適当な子が見つかりませんでした。代わりに近くの高校にお願いして、ボランティア部の女子学生二人に、週2回、夕方、自宅に来てもらって、ピアの代わりをしてもらいました。とてもありがたかったです。ただうちの娘は関わり遊びが苦手だったので、ピアプレイというより、私たちがやっていたセラピーの般化（親以外の指示に答えたり、学生の動作を模倣する）のようなものになりました。

幼稚園年長になってようやく、幼稚園の同級生の一人がお母さん同伴で家に来てくれることになったのですが、その子（女の子）は三人姉妹の真ん中で、その三人が一緒に来ることが先方の条件だったのですから、ピアプレイというより、学校ごっこ（サークルタイム課題）のようなものになりました。

このようにピアに家に来てもらうことは、難しいですが、不可能ではありません。近所の知り合い、公園や幼稚園で知り合ったママ友などに相談してみましょう。

ピアはあなたの子どもの同性がいいと思います。年齢は同い年か前後1才違いくらいがいいでしょう。それ以外に特に条件はありません。頼むときは、子どもに直接話をつけるのではなく、親御さんの承諾をしっかりと取りましょう。ピアプレイの日取りや時間、どちらが送り迎えをするのかも、事前にしっかりと約束しておきましょう。

<実施方法>

最初は 15～30 分くらいの短い時間から始めましょう。することは主に関わり遊びです。あなたの子どもが、大人とだったらすでにある程度遊べる遊びを、ピアとするように促します。例えば黒ひげ危機一髪だと、親御さんとするときはルールを守って代わりばんこにできる、とすれば、それをピアプレイの時に遊ぶよう促しましょう。

遊びの種類としては次のものが考えられます。

- ①乗り物遊び、おままごとなど、想像を伴うおもちゃ遊び
- ②お絵描き、粘土、ブロックなど、何かを作り上げる遊び
- ③お店屋さんごっこ、お家ごっこなどの、各自が役を取るごっこ遊び
- ④黒ひげ危機一髪、ジェンガなどの代わりばんこに遊べる遊具やボードゲーム
- ⑤鬼ごっこ、かくれんぼなど、身体を動かすルール遊び

これらの中から、あなたの子どもが遊べるもの、ピアも興味を持てるものを選びます。最初のうちは何で遊ぶか、あなたが決めた方がいいと思います。また最初のうちは、できれば短い時間にして、遊びの種類も 1～2 種類にし、徐々に時間を伸ばして、遊びの種類を増やしていくとよいでしょう。

<関わりを促す>

①と②は、それぞれがてんでばらばらに遊んでいるだけになってしまわないように気をつけましょう。例えば乗り物遊びだったら、ピアの車の後を自分の車で追うように子どもを促したり、スロープの上からピアと同時に車を落として、どちらの車がより遠くまで行くかを競わせたりしましょう。

お絵描きだったら、わざとクレヨンを一箱だけにして貸し借りを必要としたり、紙を一枚にして、同じテーマで描くなど、何らかの関わりが持てるようにアレンジするとよいでしょう。

③④⑤では、子どもが自分の役割、順番、ルールを守るように促します。二人だけで遊ぶのが難しいそうだったら、最初のうちあなたも一緒に入って遊ぶといいでしょう。ただし二人で遊べるようになったら、あなたは徐々にフェードアウトしていきます。

<会話の促し>

遊びながら、ピアと会話をする機会もあると思います。ピアが話しかけてきたら、適切な返答をするように必要最小限のプロンプトをします。肩をちょっと小突くだけでいい場合もあれば、応えのセリフを耳元でささやいてあげる必要がある場合もあるでしょう。

例えば粘土遊びの時に、ピアが「ぼく、ぞうさん作ろ」と言ったら、子どもに「ぼくは〇〇作ろ」と言わせたり、ピアが「ほらみて、ぞうさん」と言ったら、子どもに何らかの反応をさせます。無言で見てもほほ笑むだけでもいいし、「すごっ」とか「でかつ」とか感想を言わせてもいいでしょう。これらの会話スキルについては、この本では中級 S 4 から上級にかけて教えるので、それまではとりあえずあなたが子どもの耳元で、言うべきセリフをささやいてあげるとよいでしょう。

<ピアを強化する>

ピアプレイを長く続けようと思ったら、ピアを強化することも忘れてはいけません。子どもにとって役に立つ課題だけでなく、ピアにとっても楽しい遊びを選びましょう。同じ遊びでも、ピアがそれを楽しめるように工夫しましょう。例えば順番にロープを飛ばして、あなたの子どもの時は低くして、ピアの時は高くします。子どもはある程度チャレンジングな方がうれしいものなのです。

ピアプレイの終わりをおやつタイムにするのもいいと思います。わが家では、ピアプレイの終わりにはいつも大皿いっぱいのお菓子を出して、10 分以上をおやつタイムに費やしました。

2. サークルタイム（モック・スクール）

（1）設定

サークルタイムを行なうには、先生役と、生徒役が子ども本人のほかにも最低1名、できれば数人が必要です。生徒役はできれば同年代のピアがいいのですが、兄弟でもいいし、パパやおじいちゃんなどの大人の家族でもかまいません。

子どもが生徒役になる場合は、そのほかにもあなたの子どもを援助するシャドー役の大人が必要です。大人が生徒役をする場合は、その一人がシャドーを兼ねて、子どもの隣に座ります。

場所は家庭のセラピールームかリビングで十分です。そんなに広い部屋は要りません。先生を中心に3、4人が輪になって座ることができればいいのです。

頻度はあなたの子どもがどの程度この課題を必要としているかによっても違いますし、必要な人数が集まれる頻度にもよるでしょう。わが家は幼稚園年少から小学校入学までの3年間、週1～2回のペースで実施していました。1回の時間は30分～1時間程度が適当でしょう。

（2）課題目標

これもあなたのお子さんが集団活動で何が足りないか、によって違いますが、概ね、次のことを目標にします。

- ①先生の指示をよく聞き、それに従う。
- ②全体に向けての指示にも反応する。
- ③自分に向けた指示（呼名など）を聞き分ける。
- ④ほかの人の動きに合わせられる。
- ⑤じっとすべき時、じっとしてられる。
- ⑥自分の番を認識できる。
- ⑦順番や列を守れる。
- ⑧周りから情報を得る。
- ⑨集団活動のルールに従える。

（3）主な課題内容

だいたい幼稚園の朝の会と米国のサークルタイムをミックスしたような活動を主にして、それに体を動かす内容や（時間があれば）制作活動などを加味したものにしてはどうか、と思います。ここでは一般的なものを挙げますが、皆さんのお子さんが幼稚園、保育園にすでに通っておられるなら、そこでの朝の会やその他お集まりの活動をモデルにされるといいと思います。

<シャドーの役割>

シャドー役の大人は、子どもが動くべき時に小声で指示したり、無言で促したりします。あるいはそろそろ順番が来そうなときに、子どもの注意を先生に向けます。子どもが適切に反応したら、小声でほめるなどして強化します。

ちゃんと座っているべき時に、それを指示したり、時折声をかけて強化するのもシャドーの役目です。また姿勢が崩れたり、立ち上がりそうになるときに素早く制止するのも、シャドーの役目です。

強化子は必要なら、最初のうちお菓子などの強化子を使っても構いません。しかし徐々にほめ言葉と、身体接触（なでるなど）、時折の休憩くらいにしていきましょう。

①あいさつ

あいさつの前に全員が着席して、先生の方を注目します。幼稚園の先生は注目を取るためによく手遊び歌から入ったりしますので、それをまねしてもいいでしょう。そうでなかったら、先生役が「はい、始めますよ。みんな元気ですか？」などと声をかけます。シャドー役はこの時、子どもに声をかけて手はおひざさせ、先生の方に注目させます。できたら小声でほめます。

「では始めます。立ってください」の号令で、全員が立ちます。シャドー役がプロンプトして立たせます。「おはようございます」（午後なら、「こんにちは」。あるいは「よろしくお願ひします」）でみんながおじぎします。「すわってください」ですわります。

②点呼

次は先生がひとりずつ名前を呼んで返事させます。手を挙げるだけでもいいし、先生がタンバリンを持っていて、それを叩きに来させてもいいと思います。

「じゃあ、お名前を呼びます。呼ばれた人は元気よく、「はい」って手を挙げてね。」「おばあちゃん」「はい！」「お兄ちゃん」「はい」「〇〇くん」（子ども本人）、「はい」「△△くん」（お兄ちゃんのお友だち）「はい」

シャドーは、子どもがほかの人によく注意を払っているように促し、できれば自分の番の時に自発的に返事をさせるようにします。まだ無理なら、無言で背中をさわるなどしてプロンプトして下さい。

③「スリーヒントクイズ」

ここからの活動はオプションなので、毎回、いろんな活動を入れ替えたり、ローテーションするとよいと思います。

例えばスリーヒントクイズをします。これは先生が隠して持っているものについて、一つずつヒントを出していき、わかった人は手を挙げて、当てられたら答える、というものです。一番目のヒントは漠然としていて、それだけでは答えが一つに絞れないようなものにしておきます。2番目、3番目と、徐々に答えが一つに絞られてきます。例えば、

「丸いものです」「はい、はい、はい」「はい、おばあちゃん」「ボール？」「ちがいます。第二ヒント、甘いものです」「はい」「はい、お兄ちゃん」「りんご？」「ちがいます。第三ヒント、口の中でなめます。」「はい」「はい、〇〇くん」「あめ」「正解！」

引用文献

Cohen, H., Amerine-Dickens, & Smith, T., (2006), Early intensive behavioral treatment : replication of the UCLA model in a community setting, *Developmental and Behavioral Pediatrics*, 27,2, S145-155.

Sallows, G., & Graupner, T., (2005), Intensive behavioral treatment for children with autism : four-year outcome and predictors, *American Journal on Mental Retardation*, 110,6,417-438.