

ホームセラピーの進め方

2008/05/11 東京定例会

藤坂龍司

Q. 何を用意したらいいの？

・セラピールーム

できるだけセラピー専用の部屋を用意する。寝室と兼用でも可。

人の出入りのない、落ち着ける部屋がよい。

・卓上テーブルと椅子

真四角のこたつテーブルは、子どもとの距離が遠すぎるのでよくない。長四角で、テーブル越しに子どもに手が届く小さな卓上テーブルがベスト。

・教材グッズ

動物ミニチュア、果物・やさいミニチュア、乗り物ミニチュアなどが教材として重宝する。おもちゃ屋や百元グッズ店、インターネットなどで。

・強化子グッズ

お菓子は小さくちぎってタッパーの中に入れておく。オモチャは飽きやすいが、お菓子だけに頼らないで済むよう、いろんなオモチャをどんどん補充すること。週末は強化子探しに！

・テキスト

もちろん「つみきBOOK」！

・記録ノート

大学ノートかファイルノート1冊でOK。その日の課題と子どもの反応を、無理のない程度に記録。

ここぞと言うときには、一試行ごとの記録も取る

+ プロンプトなし正反応

+ pプロンプトつき正反応

- 誤反応・無反応

Q. セラピストは？

・まだ数が少ないが、ある程度の経験とスキルを積んだセラピストもいないことはない。ただしセラピストの腕はピンからキリまでいろいろ。高額のところもあるので、慎重に。

・オーティズム・パートナーシップ (AP)

・なかよしキッズステーション (NKS)

・パシフィック・ラーニング・センター (PCS)

・KDDS (慶応大学の学生たちの組織)

・KSPコンサルタンツ

・スプラウツ

・ひまわりの会

・素人の学生さんでも、飲み込みがよく熱心な人はいる。大学に問い合わせるなどして募集する。

・セラピストがいなくても、セラピーできないわけではない。「セラピーは誰にも頼らず、自分でする

もの」と覚悟を決めること

- ・コンサルタントを頼んで、月1回程度来てもらう、という方法もある。つみきの会お助け隊など。

Q. どれくらいの時間、やればいいのか？

- ・最低、1日1~2時間はすること。できれば毎日3時間以上。週20時間以上がお勧め。これを2年間は続けよう。後半は健常児の集団にシャドー付きで入れる。その時間も計算に入れる。
- ・できるだけ午前中の時間（兄弟が園や学校に行っている時間）をホームセラピーのために確保する。通園施設や保育園に通っていると、夕方のせわしない時間しか確保できず、挫折することが多い。思い切って半年か一年、お休みまたは退園して、家庭療育に専念することをお勧めする。
- ・下に就園前の小さな子がいる場合は、託児所、保育所に入れるか、実家に預かってもらう。
- ・ABAセラピーは楽にできると思わないこと。2~3年間、死にものぐるいで取り組むこと。これまでの生活が一変して、すべてがABA療育中心に動くようになるほどでないと、いい効果は望めない。

Q. セラピーの時間配分は？

- ・1回45分~1時間のセッションを家庭の事情に応じて1日1~4回程度行なう。
- ・1回のセッションは、一つのプログラムを5~10分やっては1~2分の休憩を挟んで、次のプログラム、という感じで、1セッションに5~6個のプログラムをこなす。
- ・1つのプログラムの途中でも、10~15試行に1回は席を立たせて、15~30秒程度の短い休憩を取ること。
- ・椅子に座らせての課題ばかり続けるのではなく、席を立って動作模倣したり、おもちゃで遊んだり、追いかけてこするなどの身体を動かす課題を取り入れること。