

【基礎編】第13回 集団療育へのABA理論の応用③:環境設定

◆ 研修資料(受講者配布用) ◆

1. はじめに:環境は「物言わぬ支援者」である

私たちはこれまで、集団療育のプログラム立案やSSTといった、子どもたちへの直接的な働きかけ(支援者の言動)を中心に学んできました。しかし、子どもたちの行動に影響を与えるのは、支援者の言葉や行動だけではなく、環境そのものによっても影響を受けます。

部屋のレイアウト、掲示物、音、光といった「環境」そのものが、子どもたちの行動を誘発したり、抑制したりする強力な力を持っています。つまり、環境は「物言わぬ、しかし常に働きかけ続ける支援者」なのです。

ABAのABC分析で言えば、環境設定は最も重要な「A(先行事象)」のコントロールです。問題行動が起きてから対応する(リアクティブな支援)のではなく、そもそも問題行動が起きにくい、そして望ましい行動が自然と引き出される環境を意図的にデザインすること(プロアクティブな支援)。これが、環境設定の目的であり、プロの支援者の腕の見せ所です。

2. 物理的な環境設定:行動をデザインする空間づくり

- ① ゾーニング(Zoning):空間に意味を持たせる
 - 部屋の空間を、活動の目的に応じて明確に区切ること。これにより、子どもたちは「この場所では、何をすべきか」を直感的に理解しやすくなります。
 - 【具体例】
 - 活動エリア:机を配置し、課題やSSTに集中する場所。
 - 運動エリア:マットやトランポリンを置き、体を動かしてよい場所。
 - クールダウンエリア:部屋の隅に TENT やクッションを置き、一人で落ち着きたい時に行く場所。
 - 食事・おやつエリア:食事に関すること以外は行わない、と明確に区別する場所。
- ② 座席の配置:人間関係と集中力をコントロールする
 - 座席の配置は、子どもの集中力や子ども同士の相互作用に決定的な影響を与えます。毎回、活動のねらいに合わせて戦略的に配置を考えます。
 - 【ポイント】
 - 個別の課題:集中できるよう、壁に向かって座ったり、パーティションで区切ったりする。
 - SSTや協同作業:お互いの顔が見えるように、コの字型やグループ席にする。
 - 支援の配慮:
 - 手厚い支援が必要な子の隣には、必ず支援者が座る。
 - 視覚的な情報に弱い子は、ホワイトボードやモニターが最も見やすい中央に座る。
 - 特定の子とトラブルになりやすい場合は、物理的に距離を離して座る。
- ③ 刺激のコントロール:注意の逸脱を防ぐ
 - 子どもの注意は、時に非常に脆いものです。集中すべき時に、不要な刺激が目や耳に入らないように配慮します。
 - 【具体例】

- 課題に取り組む机の上には、その課題に必要な物以外は何も置かない。
- 窓の外の人通りなどが気になる子の席は、窓から離すか、カーテンを閉める。
- 使わないおもちゃは、蓋つきの箱やカーテン付きの棚にしまい、視界に入らないようにする。

3. 視覚的な支援: 見てわかる「安心」と「ルール」

多くの発達特性のある子どもにとって、耳から入る言葉の情報は、流れて消えてしまい、記憶に残りにくいものです。視覚情報は、その場に残り続け、子どもが自分のペースで確認できるため、非常に有効な支援となります。

- ① スケジュールと手順書
 - 目的: 活動の見通しを伝え、不安を軽減する。次に何をすべきかを自分で確認する力を育てる。
 - 種類:
 - 一日のスケジュール: その日の大きな流れ(朝の会→公園→おやつ等)を写真や絵で示す。終わったものには「おわり」のカードを貼るなど、進捗が分かるようにする。
 - 活動の手順書: 一つの活動(例: 手洗い、工作)のステップを、写真やイラストで細かく分解して示す。
 - ポイント: 子ども一人ひとりの認知レベルに合わせて、写真、イラスト、文字などを使い分ける。
- ② ルールの掲示
 - 目的: 集団生活での約束事を、いつでも確認できるようにする。支援者が口頭で注意する回数を減らし、子どもの自己管理を促す。
 - ポイント:
 - ルールは具体的で、肯定的な表現(～しよう)で示す。(例: 「走らない」ではなく、「歩こう」)
 - イラストや写真と共に掲示する。
 - 子どもたちの目線の高さに貼る。

4. 感覚的な環境設定: 心地よい学びの場を作る

子どもたちの感覚(視覚、聴覚、触覚など)の過敏さや鈍感さに配慮することも、安心できる環境作りの上で欠かせません。

- 聴覚過敏への配慮: 突発的な大きな音(イスを引く音、ドアの開閉音など)は、子どもに強い苦痛を与えることがあります。
 - 対策: イスの脚にテニスボールをつける、ドアにクッション材を貼る、イヤーマフを本人が選択して使えるように用意しておく。
- 視覚過敏への配慮: 蛍光灯のちらつきや、壁一面のカラフルな掲示物が、刺激過多になることがあります。
 - 対策: 照明を間接照明にする、掲示物は必要最低限にする、情報コーナーを一つにまとめる。
- 感覚欲求への配慮(感覚鈍麻や自己刺激): 体を揺らす、手をいじるといった行動は、それ自体が本人にとって覚醒を調整し、集中するために必要な場合があります。

- 対策:問題行動として消去するのではなく、社会的に許容されやすい代替行動に置き換える。
 - 例:バランスボールやバランスディスクに座ることを許可する、手持ちサイズの感覚おもちゃ(スクイーズなど)を課題の合間に使うことを認める。
-

◆ 講師用原稿 ◆

(スライド1:タイトル)

「皆さん、こんにちは。研修第13回を始めます。今回はSSTについて学び、子どもたちに直接スキルを教える方法を実践しました。しかし、どんなに素晴らしい教え方をしても、周りが騒がしかったり、次に何が起こるか分からず子どもが不安だったりしたら、その効果は半減してしまいます。

今日は、支援の効果を最大限に引き出すための土台作り、『環境設定』について深掘りします。環境は、私たちの支援の意図を子どもたちに伝え続ける、もう一人の『支援者』です。」

(スライド2:物理的な環境設定) 30分

「まずは、机の配置や空間の使い方といった、物理的な環境設定です。これは、ただ機能的なだけでなく、子どもの行動そのものをデザインする力を持っています。」

「(ゾーニングの図や写真を見せながら)

このように、空間を『遊ぶ場所』『集中する場所』『休む場所』と意味付けしてあげるだけで、子どもは場面の切り替えがしやすくなります。『ここでは、これをしてもいいんだ』という暗黙のルールを、空間が教えてくれるわけです。」

「座席配置は、特に集団療育の成否を分ける重要な要素です。(具体的な配置図をいくつか示しながら)例えば、このコの字型の配置。全員の顔が見えるのでSSTには向いていますが、隣の子が気になって集中できない子もいるかもしれません。その場合は、AちゃんとBちゃんの間には、あえて支援者が入る、といった一手間が、その日の活動の質を大きく左右します。皆さんの配置決めには、全て専門家としての『意図』が込められていなければなりません。」

(スライド3:視覚的な支援) 30分

「次に、視覚的な支援です。これは、発達支援の現場における『共通言語』と言ってもいいほど、基本的に重要な支援です。」

「(実際のスケジュールカードや手順書を見せながら)

私たちが、初めて乗る電車の路線図を確認するように、子どもたちも、このスケジュールカードで一日の見通しを確認します。見通しが立つということは、『安心』に直結します。不安が減れば、子どもは目の前の活動にエネルギーを注ぐことができます。」

「ルールの掲示も同様です。『走らない!』と10回注意されるよりも、ニコニコマークのついた『歩こう』のイラストが貼ってある方が、子どもはポジティブな気持ちでルールを意識できます。視覚支援は、私たちの『口頭での注意』を減らし、子どもとの良好な関係を保つためにも役立つのです。」

(スライド4:感覚的な環境設定) 20分

「最後は、目に見えにくいけれど非常に重要な、感覚的な環境設定です。私たちが何気なく過ごしているこの部屋も、ある子にとっては、蛍光灯が眩しすぎたり、換気扇の音がうるさすぎたりする、非常にストレスフルな空間かもしれません。」

「(イヤーマフやバランスディスクなどの実物を見せながら)

イヤーマフは、音を『遮断』するためだけのものではありません。子どもが『自分で不快な刺激をコントロールできた』という自己効力感を育むための道具でもあります。

バランスディスクに座ることを許可するのは、ただの甘やかしではありません。その子にとって集中するために必要な『揺れ』という感覚刺激を、より社会的に適切な形で提供する、専門的な判断(代

替行動の提供)なのです。私たちは、その子の感覚の世界を想像し、その子にとっての『快適』をデザインする視点を持つ必要があります。」

(スライド5:グループワーク) 25分

「では、皆さんに環境デザイナーになってもらいます。」

「(ワーク)活動内容:『ハサミと糊を使った工作活動』

この活動を、5人の子どもがいる集団で行います。その中には、以下のような特性を持つ子が含まれているとします。

- Aくん:注意が散りやすく、周りのお友達の様子が気になってしまう。
 - Bさん:聴覚過敏があり、大きな物音に驚いてしまう。
 - Cちゃん:順番を待つのが苦手で、他の子の道具を欲しがることもある。
- この活動を成功させるために、どのような『環境設定(物理的・視覚的・感覚的)』が可能か、具体的なアイデアをグループでできるだけ多く出し合ってください。(15分程度)」

「(発表後)...素晴らしいアイデアが満載ですね!『Aくんの席は壁側にする』『Bさんのために、作業開始前に「今からハサミの音が出るよ」と予告する』『Cちゃんのために、使う道具の順番を絵カードで示す』など、すべてに明確な意図がある、プロの環境設定です。」

(スライド6:まとめ) 10分

「本日は、集団療育を支える土台としての環境設定について学びました。キーポイントを振り返ります。

- 環境は、子どもに行動を促す『物言わぬ支援者』である。
- 物理的・視覚的・感覚的という多角的な視点から、意図的に環境をデザインする。
- 良い環境設定は、問題行動を未然に防ぎ、支援の効果を最大化するプロアクティブな支援である。

皆さんの仕事は、子どもと直接関わる時間だけではありません。子どもが来る前の準備、部屋の掃除やレイアウト変更、教材の整理整頓、そのすべてが、専門性に基づいた重要な支援の一部なのです。」

「次回は、支援の輪を事業所の外へ広げる、『保護者支援と連携』について学びます。

何か質問はありますか?(質疑応答)

...それでは、本日の研修はこれで終了です。お疲れ様でした。」