

## 【基礎編】第12回 集団療育へのABA理論の応用②:SST

◆ 研修資料(受講者配布用) ◆

### 1. はじめに:ソーシャルスキルとは何か? なぜ教える必要があるのか?

「ソーシャルスキル」とは、私たちが社会(集団)の中で、他者と円滑で良好な関係を築きながら、自分らしく生きていくために必要な、具体的で学習可能な行動(スキル)の総称です。

(例:挨拶、会話、順番待ち、協力、感情コントロール、問題解決など)

定型発達の子どもたちの多くは、これらのスキルを日常生活の中で自然に、無意識的に学習していきます。しかし、発達に特性のある子どもたちにとって、ソーシャルスキルは「暗黙のルール」の塊であり、自然に身につけることが非常に困難な場合があります。

彼らにとって、ソーシャルスキルは、国語や算数と同じように、一つひとつ分解し、具体的に、そして繰り返し練習する必要がある「教科」なのです。そのための効果的な教育手法が、ABAの原理に基づいたSST(ソーシャルスキルトレーニング)です。

### 2. SSTの基本構造:成功体験をデザインする「型」

SSTは、単なる「お話し合い」ではありません。スキルを具体的行動として習得させるための、科学的に検証された一連の手続き(型)に沿って進められます。

ステップ	名称	何をするか?(目的)
① 教示	ルールの説明	・今日練習するスキルは何か、どんな時に役立つかを、分かりやすく具体的に説明する。「なぜなら~だから」と、スキルを学ぶメリットも伝える。
② モデリング	見本を見せる	・支援者が、そのスキルを実際に使っている場面を、劇のように演じて見せる(良い例)。・時には、わざと失敗例(悪い例)を見せて、違いを分かりやすくすることもある。
③ リハーサル(ロールプレイ)	やってみる(練習)	・子どもたちが、支援者や友達を相手に、モデルで見たスキルを実際に練習する。・SSTの心臓部。「わかる」を「できる」に変えるためのス

		・テップ。
④ フィードバック	振り返る	・リハーサルでの良かった点を、具体的に、ポジティブに伝える(強化)。・「もっとこうすると良くなるよ」という改善点を、一つだけ簡潔に伝える。
⑤ 般化	実生活に繋げる	・練習したスキルを、SSTの時間以外(自由遊び、家庭、園など)でも使ってみよう、と促す。・「宿題」として、実生活で試す目標を設定することもある。

### 3. ABAの原理をSSTに活かす

SSTの各ステップは、私たちがこれまで学んできたABAの原理で動いています。

- **課題分析(Task Analysis)**
  - 複雑なソーシャルスキルを、教えやすい小さな行動の連鎖(ステップ)に分解すること。
  - (例)スキル:「遊びに入れてもらう」
    1. まず、少し離れたところから、友達が何をして遊んでいるかを見る。
    2. そっと友達の近くに行く。
    3. 遊びの切れ目や、楽しそうなタイミングを待つ。
    4. 「〇〇くん、いれて」と声をかける。
- **プロンプトとフェイディング**
  - リハーサルの際、子どもがうまくできない時には、支援者がセリフを小声で教えたり(言語プロンプト)、身振りで示したり(ジェスチャー・プロンプト)して、成功体験を導きます。そして、練習を重ねるごとに、その手助けを減らしていきます(フェイディング)。
- **強化(Reinforcement)**
  - フィードバックのステップで、「〇〇くんの『いれて』の声、とても優しくて良かったよ！」のように、具体的に褒めること(社会的強化)が、最も重要な強化子です。
  - 第13回で学んだグループ強化(お星さまポスターなど)を使い、リハーサルを頑張った子をチーム全体で称えることも非常に有効です。

### 4. 効果的なSSTを運営するための実践ポイント

- 目標スキルは一つに絞る:一回のSSTで教えるスキルは、欲張らずに一つだけにします。「聞くスキル」なら「聞く」だけを徹底的に練習します。
- 子どもが楽しめる工夫を:SSTは「お勉強」ではありません。子どもたちの好きなキャラクターを登場させたり、ゲーム形式を取り入れたりして、「楽しい活動」にすることが成功の鍵です。

- ポジティブな雰囲気作り:SSTは、失敗を恐れずに安心して挑戦できる「練習の場」です。支援者は、どんな小さな成功も見逃さず、たくさん褒め、ポジティブな雰囲気を作り出す演出家になりましょう。
  - 般化への働きかけを忘れない:SSTの部屋の中でだけできても意味がありません。「今日のスキル、自由遊びの時に先生と一緒に使ってみようか！」など、実生活で使うための橋渡しを意識的に行いましょう。
-

## ◆ 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14回を始めます。前回は、集団療育の『器』となるプログラム立案の方法を学びました。今日は、その器に『魂』を入れる、具体的な中身の話です。特に、子どもたちが社会で生きていく上で不可欠な『ソーシャルスキル』を、どのように集団の中で教えていくのか。そのための強力な手法、SSTについて学びます。」

---

(スライド2: ソーシャルスキルとは?) 15分

「皆さんには、『ソーシャルスキル』と聞くと、何を思い浮かべますか?...挨拶、敬語、色々ありますね。これらは全て正解です。ソーシャルスキルとは、暗黙知を含んだ、人間関係を円滑にするための、ありとあらゆる技術です。」

「私たち定型発達者は、まるで空気を吸うように、周りの人の様子を見て、失敗して、これらのスキルを学んでいきます。しかし、発達に特性のある子にとって、相手の表情や場の空気を読むことは、非常に難しい課題です。だから、『見て学びなさい』は通用しません。彼らには、まるでサッカーのパスの練習のように、一つひとつのスキルを分解し、繰り返し練習する『トレーニング』が必要なのです。それが、SSTです。」

---

(スライド3:SSTの基本構造) 30分

「SSTは、ただ集まって話し合う活動ではありません。スキルを確実に習得させるための、このスライドにあるような、洗練された『型(レシピ)』があります。(各ステップを順に説明する)」

「①教示で、今日のゴールを明確にし、②モデリングで、ゴールまでの道のりを見せてあげて、③リハーサルで、実際にその道を歩く練習をし、④フィードバックで、『ちゃんと歩けてるよ!』と励まし、⑤般化で、『さあ、この道を使ってどこへでも行っておいで!』と送り出す。この一連の流れが、子どもの『わかる』を『使える』に変えていくのです。」

「特に重要なのが、③のリハーサル、つまりロールプレイングです。水泳を学ぶのに、教科書を読むだけでは泳げるようにならないのと同じで、ソーシャルスキルも、実際にやってみなければ絶対に身につきません。SSTは、安全なプールで泳ぎを練習するような場なのです。」

---

(スライド4:ABAの原理をSSTに活かす) 15分

「そして、このSSTのレシピの随所に、私たちがこれまで学んできたABAの原理が活かされています。」

「(スライドの課題分析の例を指しながら)

『遊びに入れてもらう』という、大人から見れば簡単な行動も、子どもにとっては、これだけのステップに分解できる複雑なスキルです。SSTでは、このステップを一つひとつ、スマールステップで教えていきます。これが『課題分析』です。

リハーサルでうまく言えない子に、そっとセリフを教えてあげるのは『プロンプト』。うまく言えた時に『今の言い方、最高だったよ!』と褒めるのは『強化』。SSTは、まさにABAの実践応用編なのです。」

---

(スライド5: グループワーク) 40分

「では、皆さんにSSTのミニ脚本家になってもらいます!」

「(ワーク)テーマスキル:『負けた時に、気持ちを切り替える』

小学生グループのSSTで、カードゲームで負けた時にかんしゃくを起こしてしまう子がいる、という設定です。このスキルを教えるためのSSTを計画します。

①教示:このスキルがなぜ大切か、子どもたちにどう説明しますか？

②モデリング:支援者同士で、どんな『良い例』と『悪い例』の劇を見せますか？

③リハーサル:子どもに、どんな場面設定で練習してもらいますか？

④フィードバック:うまくできた子に、どんな言葉で褒めてあげますか？

この4点を、グループで具体的に話し合い、寸劇形式で発表できるように準備してください。(20分程度)」

「(各グループの発表と、それに対するフィードバック)...どのグループも素晴らしい脚本でした！特に、悪い例のモデリングは、子どもたちも『あるある！』と盛り上がる、重要なパートですね。そして、フィードバックで『悔しかったのに、ぐっと我慢できたね！』と、行動だけでなく、その裏にある感情のコントロールを褒めてあげていた点が非常に良かったです。」

---

(スライド6:まとめ) 10分

「本日は、SSTの理論と実践について学びました。キーポイントを振り返ります。

- ソーシャルスキルは、分解して教える必要がある『教科』である。
- SSTは、『教示→モデリング→リハーサル→フィードバック→般化』という科学的な型に沿って進める。
- SSTの成功の鍵は、ABAの原理を活かした、安全でポジティブな練習環境を作ることにある。

SSTは、子どもたちが社会という大海原を航海していくための、『地図の読み方』や『天候の見方』を教える、非常に価値のある支援です。」

「次回は、集団療育を行う上での『環境設定』について、さらに深掘りしていきます。SSTのような活動を、より効果的に行うための物理的な空間作りや、視覚的な支援について学びましょう。

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。」