

## 訓練に必要な指導方法

日本ライトハウス職業生活訓練センター  
芝 田 裕 一

### はじめに

リハビリテーションの各訓練における指導は、おおむね学習心理学の考え方をそっている。しかし、学習理論は基礎的な、かつ概略的な考え方を示しているもので、それがそのまま実際の指導に即、活用できるとは限らない。また、必ずしも当てはまるものばかりとは言えない。実際の指導はもっとミクロ的、各論的な要素を多く含んでいる。ここでは、そのリハビリテーション訓練の実際の指導に際して、あらゆる角度から考えられる指導方法、その指導のテクニックとも言うべきものを分化し、それぞれを相対させて述べてみたい。

ただし、実際の訓練では、これらの一つだけに頼って指導がすすめられるのではなく、その場に応じてその複数が使い分けられているのが現実であろう。

指導方法の説明にはいる前に、指導方法の概略、及び指導に際しての総論的・一般的な重要事項について簡単に確認しておこう。

#### 1) 指導内容(技術)

遂行の容易なものから困難へ、また、単純なものから複雑なものへとすすめていく。

#### 2) 環境(訓練場面)

簡素な環境から繁雑な環境へとすすめていく。また、歩行訓練等では、それに付加して音量の少ない場面、つまり静かな環境から音量の多い、騒々しい環境へとすすめていく。

#### 3) 訓練のすすめ方

基礎的なものから応用的なものへとすすめていく。また、教授したものについてはその後、復習するというように、教授→復習→教授→復習とすすめていく。たとえば、ファム(ファミリアリゼーション)の場合は、ファム→見極め→ファム→見極めとすすめていく。

#### 4) その他の学習理論の応用

動機づけ、強化子、強化のスケジュール、レミニセンス、シェイピング、プロンプトとフェイディング、1回の学習量の考慮、分散学習、その他、記憶に関する理論の応用、などの理論が関係し、応用できる。

#### 5) 不安・恐怖

歩行、調理等の訓練にはケースの不安・恐怖についての心理を把握しておく。

#### 6) ラポート(ラポール)

ケースと綿密なラポートをとっておく。

#### 7) その他

ケースに適した指導法を常に考慮しておく。

以上である。以下、具体的に各指導方法について述べていく。

### 1. 学習的・習慣的指導法

学習的指導法というのは従来から実施されている一般的な指導法である。それに対して、ここで述べる習慣的指導法とは学習力の低いケースに対して適応できる指導方法である。この指導法、特に学習的指導法は後述する各指導法を理解する上での基礎となるものであるため、少し詳しく述べておきたい。

これらの指導法について述べる前に指導における理論的解説と理論的思考についてふれておく。

指導には、「何故、そうなるのか?」、とか「どうして、こうしないといけないのか?」というような定義や理由についての理論的解説が必ず付随している。また、「こうなるには、どうすればよいか?」、「何故、まちがえたのか?」、「まちがいを訂正するには、どうすればよいか?」というような理論的思考をケースにさせるという方法もよくとられる。そして、指導者は、これらが有効な指導手段の一つであると考えている。

確かにそれは誤りではないが、より能力の低いケースにとってこのような理論的解説の実施や理論的思考をさせることは、あまり意味がなく、また、学習効果のあらわれにくい場合が多い。

### 1) 学習的指導法

まず、上記の理論的解説と理論的思考を伴なう従来の指導法である学習的指導法についてみてみよう。

#### (1) 学習的指導法の一般的な指導過程

この学習的指導法の過程は次のような段階をふんでいる。

まず、訓練に先立ち、その学習内容（訓練内容）についての理論的解説がなされる。つまり、「このようにするのはこういう理由からである」あるいは、「何故、このようにすれば能率的なのか」、「こういう理由からこのようにしてはいけない」等である。

そして、行動的説明（初期説明）がなされる。つまり、「どのようにするのか」である。

その後、その学習内容について、「ではやってみよう。」ということで基礎的試行がケースに要求される。

その試行中に、必要に応じて補足説明がなされ、やはりここでもそれについての理論的解説がなされる。

何度か試行が続けられ、最終的に応用的試行（見極め）が要求される。

そして、指導が完了し、評価が行なわれる。

#### (2) つまずきの指導過程

つまずいた場合、つまり、まちがいや迷いが生じた場合は次のような指導過程になる。

まず、つまずきがおきる。

そうすると、つまずきそのものの理論的解説がなされる。たとえば、「このようにまちがえた」、「ここでまちがえた」等である。あるいはまた、つまずきについての理論的思考の要求がなされる。つまり、「どのようにまちがえたのか」、「何故、まちがえたのか」などについてケースに考えさせ、解答が要求される。

次に、同様に、Recover（つまずきからの回復）についての理論的解説がなされる。たとえば、「このようになおせばよい」、「ここでなおせばよい」等である。あるいはまた、Recoverについての理論的思考の要求がケースにな

される。そして、必要に応じて Recoverについての行動的説明がなされる。つまり、「このようになおしなさい」である。初期はこの種の説明が多い。

そして、Recoverの試行が要求される。この試行は必要回数が続けられるが、ここで、また、必要に応じて補足説明がなされる。

指導が完了し、評価が行なわれる。

ここでは、指導内容にもよるが、数回の指導でつまずきを自力で解決できるようにし、また、できるのが一般的である。

### (3) まとめ

この学習的指導法は、ケースの抽象的理解が指導のベースになっている。だから、学習的指導法によって理解でき、学習できるケースには既に、各訓練に必要な各種の基礎知識（概念形成等）、基礎能力が獲得されていなければならない。つまり、概念的思考が可能なのである。そういう意味からこれは、抽象的理解・概念的思考がベースの指導法であるということができる。

## 2) 習慣的指導法

これは、前述の学習的指導法に比して、基本的には理論的解説や理論的思考が前面には出ない方法である。つまり、行動的説明中心の、より能力の低いケースにとって有効な方法である。

### (1) 習慣的指導法の一般的な指導過程

習慣的指導法の過程は次のような段階になっている。

まず、訓練に先立つ、「何故、このようにしなければならないか」といった理論的解説はなされない。いきなり行動的説明がなされる。つまり、「このようにしなさい」等である。

そこで、試行が要求される。しかし、この試行はその学習内容が獲得されるまで、繰返し行なわれる。その試行の中で必要に応じて行動的説明の補足がなされる。

こうして、その学習内容が獲得されると指導が完了し、評価がなされる。

非常に単純であるが、このように、「何故、そうなるのか」、「どうしてこのようにしてはいけないのか」等の学習的指導法で行なわれる理論的解説はなく、「このようにしなさい」といった行動的説明（解説というレベルではない）

が中心となっている。そして、学習的指導にみられた「見極め」的な確認はあまり実施されない。常に、指導が完了するまで試行が続行される。

### (2) つまずきの指導過程

つまずいた場合の習慣的指導過程を以下に示す。

つまずきがおきる。

そうすると、口頭、及び遂行を伴った解決法の行動的説明（場合によっては口頭だけによる行動的説明）がなされる。たとえば、「そちらへ行くとまちがいだから、こちらへ行きなさい」、「そうしないで、このようにしなさい」等である。

学習的指導でみられた理論的思考の要求はされない。そして、自力での解決（Recover）も求められない。まちがった箇所で、ただ「左へ行くのはまちがっている、右へ行きなさい」と解決法、正解が示されるだけである。

そして、つまずきがなくなるまでこの方法を何度も繰返すのである。

### (3) まとめ

この習慣的指導法は、具体的理解しかできない者が対象である。例えば、程度の差はある、訓練に必要な基礎知識（概念）、基礎能力に欠陥のあるケースでも、指導内容、環境、進度に問題はあるが、ある程度学習可能な方法である。そういう意味からこれは、具体的理解、前概念的思考がベースの指導法であるということができる。

## 2. 教授型・非教授型指導法

これは、指導全般に関する指導法である。

### 1) 教授型指導法（指導者主導型）

いわゆる、教える指導で、指導者が「ここはこのようにする」、「このようにしてはいけない」などと手とり足とり指導していくものである。換言すれば、指導者主導型の指導法であると言えよう。この指導法は一般的であり、「指導」というものはこうあるべきであると考えられている。

### 2) 非教授型指導法（対象者主導型）

それに対して、これはいわゆる、教えない指導で、どのように行ったらいい

のかをケースに考えさせ、答えを導かせることによって理解させる指導法である。換言すれば、対象者主導型の指導法であると言えよう。この方法ではケースが理解するのに一定の時間が必要であるが、洞察学習的ため、一旦、理解するとその内容は強く印象づけられ、忘却されにくく、理解は深められる。

これは、場合によれば指導者に忍耐が要求される時があり、この指導法で指導することに拒否的な指導者もいるが、どちらかといえば、この指導法の方がケースに能力を獲得させやすい。特に、教育の分野ではこの非教授型指導法は有効であろう。「仮説実験授業」と呼ばれているものはこの種の指導法である。また、スポーツ・運動の分野でも比較的この方法を中心におすすめられていることが多いものである。

### 3. 指示型・非指示型指導法

2.の教授型・非教授型指導法と関連するものである。元来、社会適応訓練の内容は個人によって、その実施方法が異なるものが多い。コミュニケーション訓練には、あまりみられないかもしれないが、歩行訓練、日常生活動作訓練では、そのケースの過去経験によって、やり方、考え方方が相違する場面がみられる。そういう時、指導者はその安全性、能率性、見ための自然さなどからそのケースのやり方、考え方を生かすのか、変更させるのかを決定している。

これは、そういうことに関する指導法である。

#### 1) 指示型指導法

例えば、歩行訓練では、歩き方（ルート、白杖による伝い歩きの方法と場所等）、使用するランドマーク、援助を依頼する場所等を、また、日常生活動作訓練では、掃除の仕方、洗濯物の干し方、手による確認の仕方等をケースの考えはさておき、最初から逐一ケースに指示していく方法である。

#### 2) 非指示型指導法

これは、上記の例などを最初はケースの自由にさせ、安全性、能率性、見ための自然さなどの見地から必要な部分に指導を加えていく指導法である。

しかし、現実にはケースの能力、環境、指導内容等に応じて指示型指導法、非指示型指導法をミックスした形で指導し、どちらに比重をおくかを考えてい

くことが大事である。

#### 4. 指導項目主導型・環境主導型指導法

これは、主に、訓練カリキュラム、訓練のすすめ方に関する指導法である。

##### 1) 指導項目主導型指導法（直列型カリキュラム）

この指導法での訓練カリキュラムは、あらかじめ指導項目がその訓練の順に並べられており、ケースのニードや環境の状態に関係なく、その準備された指導項目の順に指導していく方法である。だから、いわばどのようなケースに対しても同様の訓練カリキュラムを適用すればよいため、どちらかと言えば、指導者にとっては指導しやすい方法といえるであろう。

##### 2) 環境主導型指導法（並列型カリキュラム）

それに反して、環境主導型指導法での訓練カリキュラムでは、概略的な指導順序はさだめられているが、詳細な指導項目は並列的になっている。そして、指導していく中でその指導項目に関することが出てきた時点、あるいは、その指導項目が必要になった時点でそれについて指導がなされる方法である。

だから、この指導法では、指導者にあらゆる環境に即応した指導項目が前もって把握されていることが条件になるため、一定以上の高い指導能力が要求される。また、ケースからすれば、この指導法によって指導された方が理解は容易であろう。ただ、この指導法で指導した場合、その訓練環境では登場しなかった指導項目は指導されないことになってしまうため、欠落部分がないよう指導者は注意しておかなければならぬ。

#### 5. 意図的・非意図的指導法

これは、主に、つまずきの指導等に関する指導法である。つまずき、いわゆるまちがいの指導は、そのつまずきの防止とつまずきからの回復に大別できる。医学でいう、予防と治療である。このつまずきは、それをうまく利用して指導することにより、指導の能率があがるものであり、また、今後、つまずきをなくすためにも初期の段階で確実に指導しておかなければならぬ。

### 1) 意図的指導法

意図的指導法というのは、つまずきがおきそうな場面で、指導者がケースを意図的につまずかせ、今後、このようなつまずきをおこさないよう、またつまずいた場合の対処の方法を指導するものである。

### 2) 非意図的指導法

それに反して、非意図的指導法では、つまずきに関しては特にふれず、その課題を遂行させ、そのなかでケースが実際につまずいた場合、その時点で指導するという方法である。だから、この方法では指導者は、つまずきに関する事例、内容、種類等を把握しておかなければならず、経験豊かな指導力が求められるであろう。但し、そのケースがたまたまつまずかなかっただけなのか、実力的につまずかなかっただけなのかを判断し、もし、前者であれば、意図的指導法により、そのつまずきについて経験させ、指導しておかなければならないであろう。

## 6. 言語指示優先型・行動指示優先型指導法

リハビリテーションの各技術は、言語と行動の両面から指導されるのが常だが、この指導を、言語を優先させて指導するのか、行動を優先させて指導するのかに分けて考察したのがこの指導法の分類である。

### 1) 言語指示優先型指導法

この指導法では、まず、その技術の遂行方法について、言語的に説明・指示をしてから、実際の行動に移させる。また、最初に技術についての目的、それにに関する事項等を説明し、ケースに理解させてから実際に行動させる方法である。

### 2) 行動指示優先型指導法

行動指示優先型指導法では、最初にはあまり詳細に言語的指示はせず、とりあえず、行動させてから、適宜、必要事項を説明・指示していくものである。また、実際に行動させてから、その技術の使用目的、それに関する事項等を後から説明する方法である。

言語指示優先型指導法が、まず、頭で理解してから行動をおこすのに対して、行動指示優先型指導法では、その技術をとりあえず、行動に移させるため、ま

ず、いわゆる「身体で覚える」的な学習ができる。ケースによれば後者の方が比較的、理解しやすく、学習しやすいかもしれない。

## 1. 直接的・間接的指導法

本指導法は、その指導内容を直接指導するのか、あるいは、間接的に指導して、その内容を結果的に学習させようとするのかに関するものである。これは、動機づけ、各技術の指導や運動感覚・スポーツの指導等に利用できる指導法である。

### 1) 直接的指導法(北風的)

例えば、動機づけであれば、「がんばれ」などとすることによって直接的にその意欲を高めようとするものである。また、技術関係の指導であれば、その行動の方法を、例えば、「手をもっと上へあげなさい」、「右へ寄せなさい」等、その内容を明確に指示し、直接、指導するものである。

だから、この指導法は、イソップの「北風と太陽」の北風的指導と言えるであろう。

### 2) 間接的指導法(太陽的)

間接的指導法であれば、動機、意欲をさまたげている要因を取り除くことによって結果的に動機づけをするのである。例えば、何か悩みがあってそれが意欲をさまたげているのであれば、カウンセリング等によってその悩みを解消させてから訓練に入るのである。

また、行動面においては、その喚起したい行動にはあまりふれず、他の行動を修正させることによって、結果的に最初の行動が獲得できるように指示・指導するものである。例えば、スポーツのランニングの際、足の回転にはふれず、手を大きく振らせることによって、結果的にタイムを短縮させるというような指導をいうのである。

だから、この指導法は、イソップの「北風と太陽」の太陽的指導と言えるであろう。

## 8. 順向的・逆向的指導法

学習理論でいうシェイピング等に関する指導法である。特に、幼児の指導、しつけ等に活用できる指導法といえる。

### 1) 順向的指導法

これは、一つの行動をその最初の動きから少しづつ積み上げて、最終的にその目的の行動を学習させ、完成させていく方法である。一般的に実施されているシェイピングの技法である。

### 2) 逆向的指導法

それに対して、逆向的指導法では、一つの完成した行動のうち最終的な動きから逆に少しづつ学習させていき、最終的にその行動を完成し、学習させる方法である。換言すると、最初は、完成したある行動のうち、大部分を指導者が補助し、最後に残った部分をケースにやらせる。そして、その補助の量を減じて（本人にやらせる部分を増加させて）いくことによって最終的に一つの行動を学習させる指導法である。

例えば、幼児にズボンをはかせる場合では、

- 1) 最初は指導者がズボンをはかせ、最後のファスナーをあげさせることだけをケースにやらせる。
- 2) 次は、ズボンをはかせ、スナップをかけることと、ファスナーをあげることをケースにやらせる。
- 3) 足をズボンに入れることは指導者がするが、あとはケースにやらせる。というように、本人のする量を増加させていくのである。

どちらかといえば、歩行訓練は先の順向的指導法が多く利用され、逆向的指導法では指導しにくい場合が多いが、日常生活動作訓練では、内容によってはこの逆向的指導法でも指導可能であろう。

### 3) 非順序的指導法

この場合は、前述の2つに比して、順序性は無視し、その行動の中でケース自身でできる部分からやらせ、徐々に本人のできる部分を増やして、最終的にすべてを完成させる方法である。行動療法的な見地からすればあまり考えられない方法であろうが、リハビリテーションの指導では有効であろう。

### 9. 系統的脱感作型指導法

これは、行動療法の分野での不安・恐怖等に利用されている方法である。8.逆向的・順向的指導法とやや関連している。

行動療法でいう系統的脱感作療法とは、患者が筋弛緩の状態にあるとき、恐怖や不安を喚起する場面や刺激をイメージに浮かび出させたり、また、恐怖や不安を喚起する現実の場面に直接、晒して恐怖や不安を除去する手続きである。訓練として重要な考え方としては、恐怖や不安となる対象への距離を徐々に近づけたり、最初はその対象をイメージさせたり、その対象の絵や写真を見させることから入り、その後、現実の対象を体験させるというように、徐々にその恐怖や不安を体験させて、その対象に対する恐怖や不安を除去している点である。

訓練でもケースが恐怖や不安を訴える場面でこの考え方をとりいれ、指導していくことができるであろう。

### おわりに

ここで述べた多くの指導法以外にも、細分化すればもっと多くの指導方法が考えられる。大事なことは指導者が単一の指導法のみを常に使用するのではなく、そのケース、ケースに応じたバラエティーに富んだ指導法を用いることである。つまり、フレキシブルに指導の方法をかえていくわけである。

ここで述べた、各指導方法もそのどちらかにかたよって指導するのではなく、そのすべてを適宜、使用することにより能率的な指導を考えておかなければならない。また、一人のケースに対しても、いつも同様の方法だけに固執するのではなく、その訓練場面、訓練内容の難易性、ケースの心理状態等を考慮に入れて、その場に応じた指導法を採用することも重要であるのは言うまでもないことである。