

「全少」を日本一研究する指導者による提案

ZENSHOに 挑戦しよう!



第100回

養正館館長 渡辺貴斗



ウチの子、もしかして発達障害?(その16) ポイントをためる①(応用行動分析⑦)

★ポイントで好きなものを買う

養正館では、初級クラスでシール貼りをやっています。シール帳に、先生の指示に従えたときにご褒美シールを貼ります。

不思議なもので、やる気もなく歩きまわっていた子が、「先生、見て!見て!」と真っ先に頑張ってくれます。このようなご褒美のことをトークン(英語: token)といいます。代用貨幣と訳され、駐車場のコイン、商品券なども広義のトークンです。

シールで満タンになったシール帳を見て、自分はこのように頑張れたと自己肯定感が上がり、今後もっと望ましい行動をとってほしい、とプラスの効果が望めます。しかしながら、シールだけでは飽きてしまったり、高学年の子には物足りませんので、ちょっと工夫が必要です。たとえば、シール帳が満タンになったら、通貨としてお菓子や文房具が買えるようにするのです。このように、トークンで欲しいものを買えることをトークンエコノミーといいます。その先に自分の好きなものが買えるという楽しみが待っていますので、やる気が続くのです。



図1 「すたペンドリル」無料ダウンロード台紙



図2 「はって はがせる トレーニングシート (くるま2)」ダイソー製

シール台紙はネット上で無料ダウンロード可能なものがたくさんあります。

「すたペンドリル」の台紙はネットから無料でダウンロードでき、実際に道場で使わせてもらっています(図1)。ダイソーでも、73枚のごほうびシール、厚手の台紙が3枚も入って110円で購入できます(図2)。

★学習塾での取り組み

私の知り合いが経営する学習塾では、トークンを発行しています。塾から帰るときに毎回4ポイントのトークン紙幣がもらえます。4ポイントとは4円相当です。塾には月10回ほど行きますので、1ヵ月で40ポイント程度となります。それが12ヵ月でするので、1年間で480ポイント位になります。

授業中にふざけていたり、宿題をやって来なかったりした場合、0ポイントやマイナスの時もあります。このように、トークンを没収したり減点することをレスポンスコストと言います。

逆に、塾内テストで100点を取った時は、いきなり100ポイントもらえたりすることもあるそうです。結果として1年で500ポイント程度貯まること

になります。鉛筆、消しゴム、ノート、お菓子等をトークンと交換する日が3月の終業式の頃にあります。文房具等は交換ポイントが低めに、お菓子は高めに設定されています。その日は授業がなく、塾についてお買い物するだけで、子供たちはそれがとても楽しみなのだそうです。

★道場での取り組み

空手でしたら、稽古に出席したら4ポイント、上級生が下級生のクラスの手伝いに来てくれたら5ポイント、大会で優勝したら15ポイント、靴並ベカードが合格したら15ポイント、などにしても良いですね。そして、12月の稽古納めの日に、お菓子や文房具などを道場に並べて、交換会をすると楽しいかもしれません。

シールをもらうのは、その日限りですが、その後で道場貨幣であるトークンにより買い物ができるというのは、やる気の継続につながることでしょう。来月号では、実際にトークンエコノミーを取り入れている愛知県の道場を紹介する予定ですので、お楽しみに。

★内発的動機に移行する

トークンエコノミーは、いわゆる飴とムチです。飴は望ましい行動をとったら褒めがもらえ、ムチはできなかったら罰を与えるというものです。飴とムチには、思い通りに操縦しようとする第三者が存在します。この場合は大人（お母さん・空手の先生など）になります。操られている子供は、大人に褒められるため、もしくは叱られないために頑張ります。

これを外発的動機といいます。子どもは自らやりたいと行動しているのではなく、大人から操縦されることでやる気を出しています。このように、トークンエコノミーは外発的動機ですので、本当はあまり望ましい方法ではありません。

例えば道場父母会で子供達のために一生懸命働いてくれているお母さんがいたとします。道場長は申し訳ないと思い、このお母さんに時給1000円を支給することにします。すると、そのお母さんは父母会の仕事をサボるようになり、さらなる賃上げを要求してきました。内発的動機で頑張っていたのに、報酬をもらうことで外発的動機に切り替わってしまったのです。純粋に子供たちのために頑張っていたのに、お金目的に切り替わってしまったのです。

このように、トークンエコノミーは飴とムチですので、そのような危険性をはらんでいます。トークンエコノミーにより望ましい行動が習慣づいてきたら、徐々に内発的動機に切り替えていく必要があります。とはいえ、幼少の子や発達障害を持つ子供たちには大変有効な方法ですので、長期間継続さえしなければ、試してみる価値は十分にあると考えます。

PROFILE

■渡辺眞斗 TAKATO WATANABE

1968年4月20日生まれ。7歳から父である館長から空手の手ほどきを受ける。児童心理学や成功哲学を研究して子どもたちの「心をつくる」指導法に切り替え、2013年5名、2014年・2015年7名、2016年5名、2017年9名、2018年・2019年5名を全少入賞させ、一道場での全国最多入賞を連続で記録する。道場経営でも、一道場で350名を超える大躍進を続ける。

空手道場 養正館 / 静岡県沼津市本田町 11-12



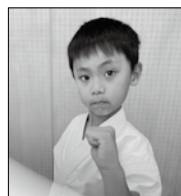
Column

全少選抜3位入賞！ 全少・全中11名出場！

令和5年2月の全少選抜で地区代表の女子団体組手チームが3位入賞。養正館から、先鋒・山本美緒、次鋒・植松明莉が出場しました。そして、全少と全中の県予選会で、11名の出場が決定しました。



全少・全中出場を決めた選手が沼津市長を表敬訪問しました。右が頼重秀一市長。左は奥村篤教育長。



小2男子形・優勝 山田龍聖



中学女子団体組手・準優勝 阿部心春
中学男子団体組手・優勝 芹澤蓮二

「前列 左から」

小3女子形・優勝 植松明莉 / 小2女子組手・優勝 山本美緒 / 小3女子組手・優勝 大木あゆな / 小4女子形・優勝 齋藤美月

「後列 左から」

小6男子組手・準優勝 後藤 優 / 小6男子形・準優勝 尾花叶真 / 中学男子形・優勝 松本颯哉 / 中学男子形・準優勝 向山遙希

※今月号131ページに「特集」があります。併せてお読み下さい。