

令和4年度 発達障害者支援者セミナー

「発達障害のある子とその家族を支援するプログラム

～ペアレント・トレーニングの地域普及をめざして～」 シリーズ 第2弾

子どもの発達を支える効果的な対応

～ペアレント・トレーニングのスキルを教育・保育現場に活かす～



国立障害者リハビリテーションセンター

石坂 務

講義 2

ペアレント・トレーニングの実際 ①

「子どもの行動を理解する」

「不適切な行動が起こる前の工夫」

本研修はペアレント・トレーニングの基本プラットフォームをベースに支援者向け資料を追加・作成しています。





「子どもの行動を理解する」

「子どもの行動を理解する」ことが大切な理由

- 行動は、それだけが突然起こるのではありません
- 必ず行動を起こす「きっかけ」があり、その「結果」があります



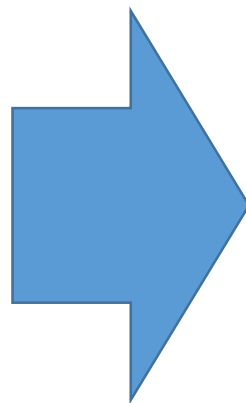
行動とは・・・

- 見たり聞いたりして教えられる、具体的な活動のこと
- 具体的に言い換えてみましょう
 - (例1) 友だちにやさしくできない
 - (例2) 我慢できない

⇒何が問題になっているかを明らかにすることが大切です

行動を具体的に

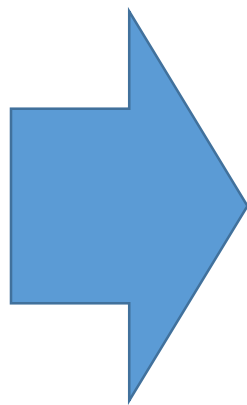
- 友だちにやさしくできない
- 我慢できない
- じっとしてられない



- ゲームに負けると友達を叩く
- 間違いを指摘されると教室を飛び出す
- 給食を食べ終わると立ち歩く

行動を具体的に

- 名前を呼ばれると挨拶ができる



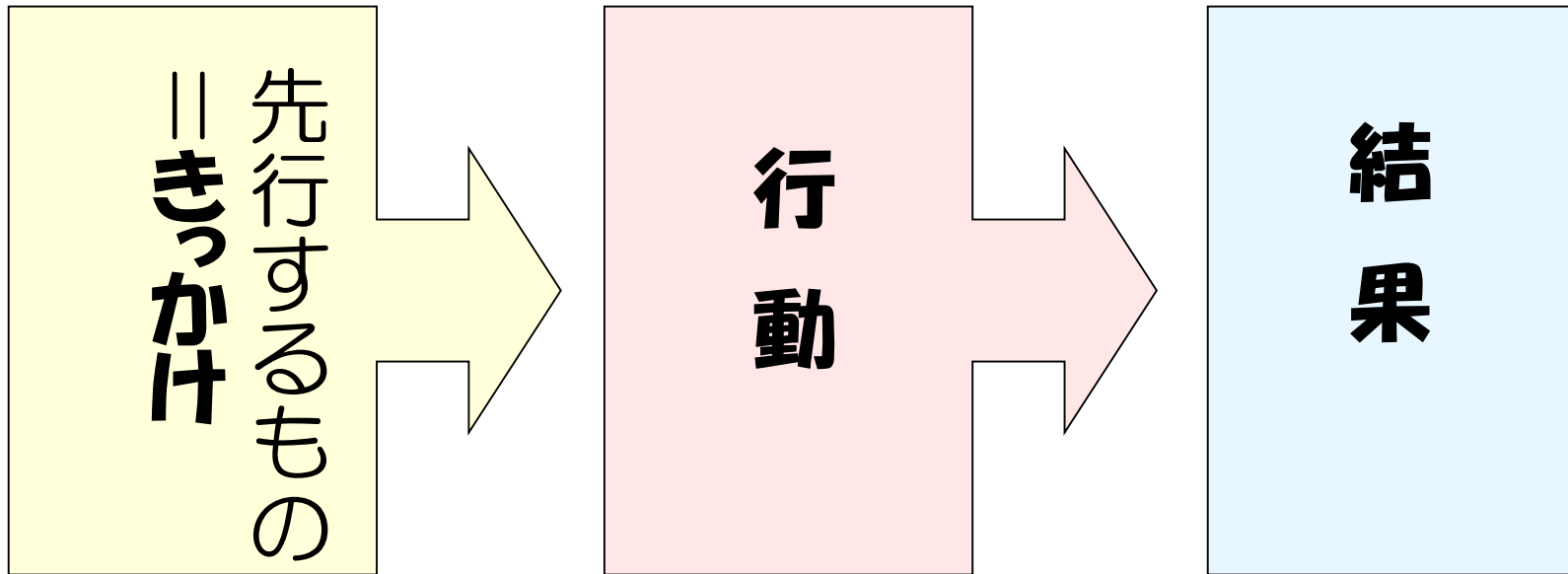
- 名前が呼ばれたら、「はい」と答えることができる
- 名前が呼ばれたら手を先生の手タッチすることができる
- 呼んだ時に先生を注目することができる

行動を理解するための「行動のしくみ」

Antecedent

Behavior

Consequence



- ポイントは「A⇒B⇒C」の3つに分けること
- 今、何がきっかけでその行動が起こっているのか、なぜその行動が続くのか、どう意味があるのかがわかりやすくなります
- 問題が起こりやすい場面を予測したり、良い行動を増やして困った行動を減らすためのヒントになります

A.きっかけ ⇒ B.行動 ⇒ C.結果

例

夏の暑い日、
体育館で出番を
待っている

⇒なかなか順番
が回ってこない

⇒子どもは退
屈！！

大きな声を
出して騒ぐ

隣の子に
ちょっかい
を出す

フロアを走
り回る！

叱られる！

大好きな先
生が相手を
してくれる

結果を変えることで
不適切な行動を減らす

A.きっかけ ⇒ **B.行動** ⇒ **C.結果**

例

よりよい支援の方法が知りたい
セミナーの情報を知る

セミナーを受ける

問題解決の具体的なヒントが得られた ↑↑

ニーズが満たされることで行動は増えていきます

【事例】

遊び時間に、教室の友だちが
大声で泣くと、友だちに向か
い、手で叩く

先生の対応は？

【事例】遊び時間に、教室の友だちが大声で泣くと、友だちに向かい、手で叩く

先生の対応は？

- 「〇〇さん」と注意する
- 叩かないように、友だちから離す
- 気持ちを落ち着かせるため、静かなところで抱っこする
- 教室から出て、落ち着かせる

困った行動は？

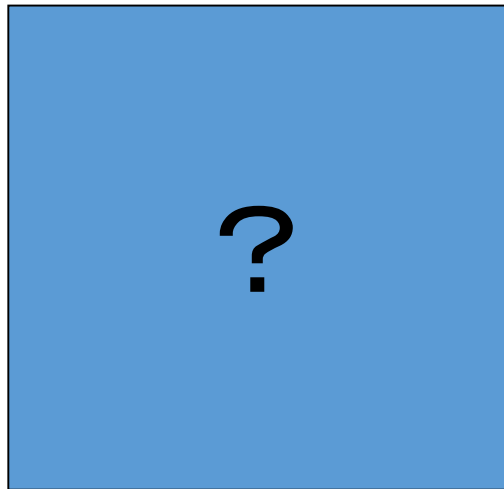
【事例】遊び時間に、教室の友だちが大声で泣くと、友だちに向かい、手で叩く

友だちを
手で叩く

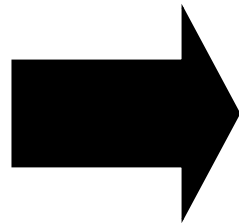
行動

事前「きっかけ」

【いつ】【どこで】【だれが】
【だれに対して】【どうすると】



「きっかけ」



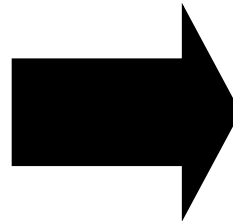
行動

5W1Hの要領です

事前「きっかけ」

【事例】遊び時間に、教室の友だちが大声で泣くと、友だちに向かい、手で叩く

いつ:遊び時間に
どこで:教室で
だれが:教室の友だちが
だれに対して:(不特定に)
どうする:泣き叫ぶ



友だちを
手で叩く

「きっかけ」

行動

結果：行動が維持される「いいこと」

【事例】遊び時間に、教室の友だちが大声で泣くと、友だちに向かい、手で叩く

先生の対応は？

- 「〇〇さん」と注意する
- 叩かないように、友だちから離す
- 気持ちを落ち着かせるため、静かなところで抱っこする
- 教室から出て、落ち着かせる

騒がしい場面から逃れられる(回避)

「行動のしくみ」(ABC分析)

「きっかけ」

行動

「結果」

遊び時間
教室で
友だちが
(不特定に)
泣き叫ぶ

友だちを
手で叩く

- 「〇〇さん」と注意する
- 叩かないように、友だちから離す
- 気持ちを落ち着かせるため、抱っこする
- 教室から出て、落ち着かせる

騒がしい場面から逃れられる(回避)

対応例1

「きっかけ」

行動

「結果」

遊び時間
教室で
友だちが
(不特定に)
泣き叫ぶ

友だちを
手で叩く

- 「〇〇さん」と注意する
- 叩かないようにしないように、友だちから離す
- 気持ちを落ち着かせるため、抱っこする
- 教室から出て、落ち着かせる

友だちの対応を
考える
遊び時間の場所を
分ける

楽しく
活動する

対応例2

「きっかけ」

行動

「結果」

遊び時間
教室で
友だちが
(不特定に)
泣き叫ぶ

友だちを
手で叩く

- 「〇〇さん」と注意する
- 叩かないようにしないように、友だちから離す
- 気持ちを落ち着かせるため、抱っこする
- 教室から出て、落ち着かせる

教室を移動する
「うるさい」と言う

静かに
活動できる

行動の4つの機能(行動のメッセージ)

- 「常態化」した行動には要因(機能)があります

また、一つだけの時もあれば、2つ以上重なっている場合もあります

注目要求: 周りの人、特定の人に見てもらえる

もの・活動の要求: 子どもにとって得なことができる、してもらえる

回避・逃避: 子どもにとって嫌なこと・ものから、逃げられる

感覚刺激: そのものの感覚を楽しむ

* **イレギュラーな行動**については、体調や睡眠、空腹、心理的不安定等の要因も考えられます。

- 行動の**前後に注目**し、機能を分析を行います

ABCに分けるコツ

- 言葉やかかわりだけではなく、まわりの状況の変化が「きっかけ」や「結果」になっている場合もあります
- きっかけや結果は、1つだけとは限りません
- 複雑すぎて気づくのが難しい場合もあります
- 子どもの目線で、何が起きているのかを考えてみましょう
- ある行動が繰り返し起きている場合は、子どもにとっては、何らかのメッセージを伝える手段となっている場合もあります
- 具体的なエピソードを書き出して、行動が起きる状況の共通点を見つけていきましょう

行動観察のポイント

- 行動が起こったときの状況
- 行動への対応の結果、どうなったか
- 問題となっている行動の持続時間、頻度、程度、それによる本人や周囲への影響の強さ

⇒ 子どもの行動を客観的に整理する練習をしていくと、かわりが適切だったかどうか、その結果や意味を振り返ることができます。子どもの行動が予測できると、対応しやすくなります

【演習】行動をABCに分け、機能を考えてみましょう

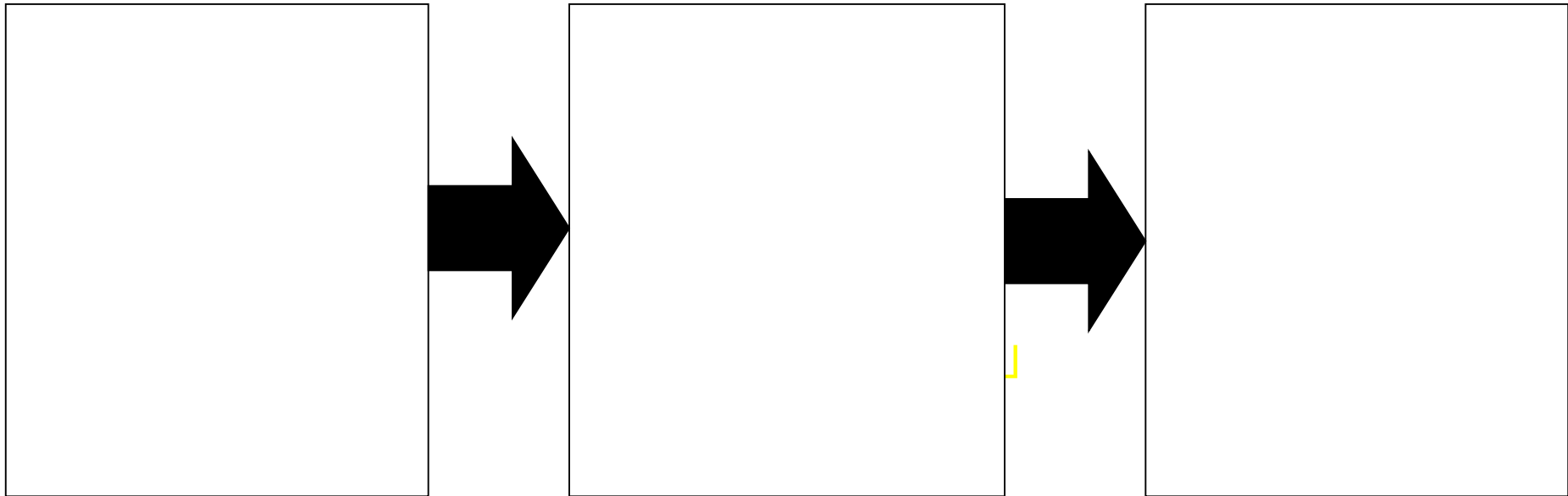


【演習】

「きっかけ」

行動

「結果」



考えられる機能

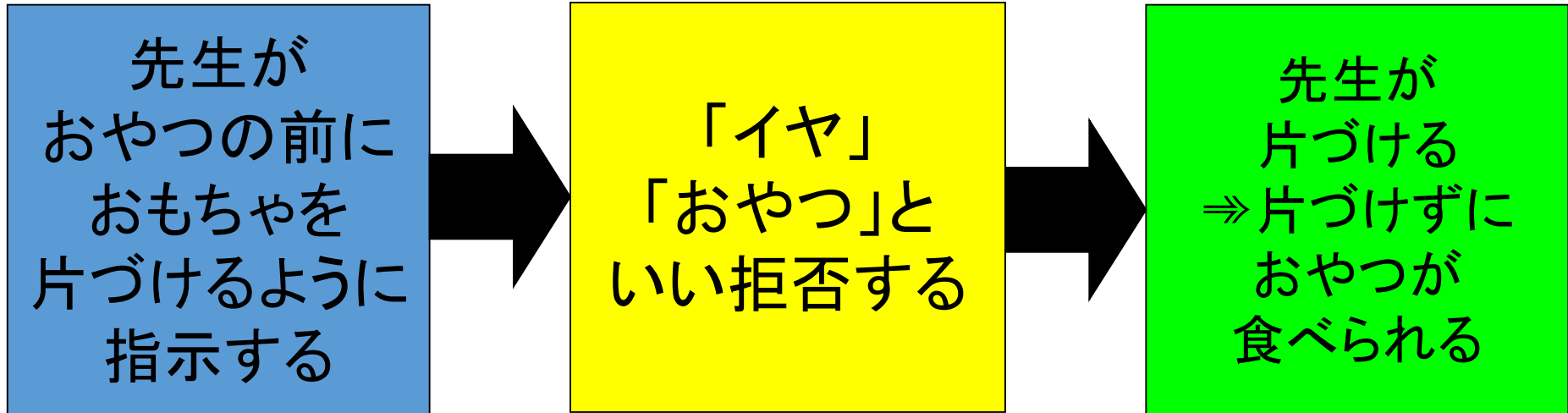
注目要求／もの・活動の要求／回避／感覚刺激

【演習】

「きっかけ」

行動

「結果」



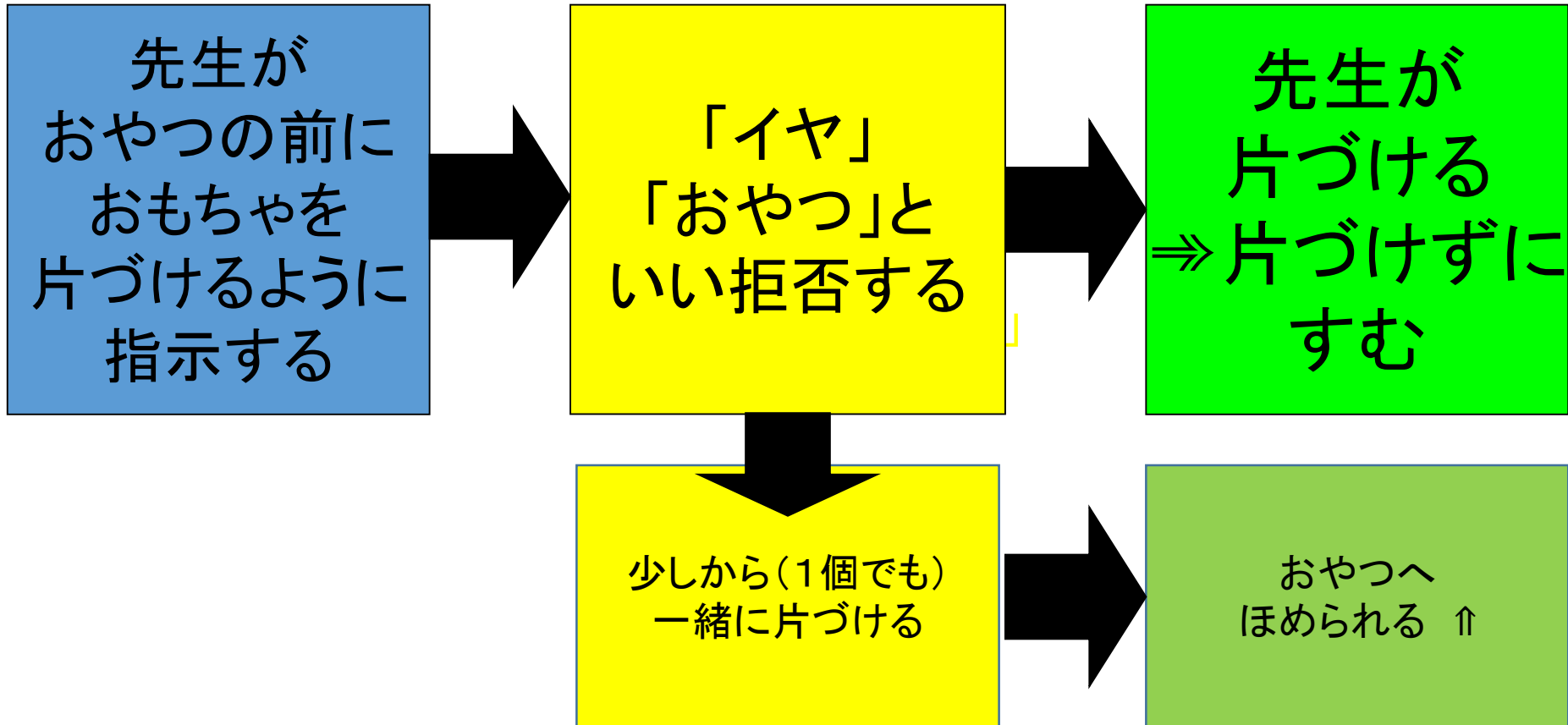
拒否することで、片づけることが回避される「回避」
おやつが食べられる「ものの要求」
が考えられます

【演習】対応例1

「きっかけ」

行動

「結果」

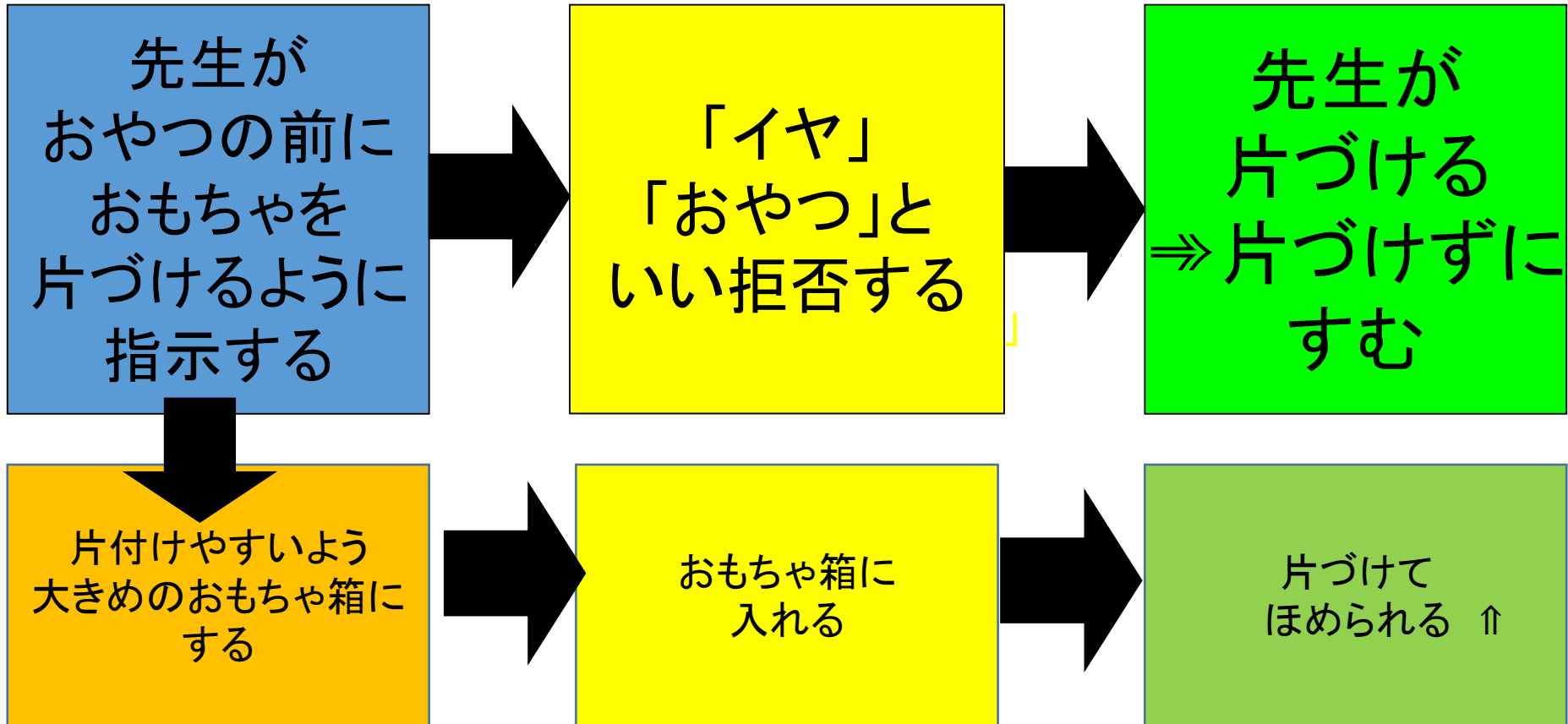


【演習】対応例2

「きっかけ」

行動

「結果」



【演習】対応例3

「きっかけ」

行動

「結果」

先生が
おやつの前に
おもちゃを
片づけるように
指示する

「イヤ」
「おやつ」と
いい拒否する

先生が
片づける
⇒ 片づけずに
すむ

おもちゃを片付けたら
食べられることを伝える。
／おやつのは
片づけたら伝える

片づける

ほめられる ↑

子どもの好ましい行動に注目する

- 叱られていても、「注目」することが子どもにとっては、『うれしい結果』になっている場合もあります（ネガティブな注目）
- 当たり前前のわずかな頑張りにも、「**良い注目**」を与える
- 「してほしくないことを、していないとき＝望ましい行動のとき」を見逃さない！

「不適切な行動」は改善できます

- 不適切な行動の多くは子ども達が環境の中で学んできたことです。なぜそのような行動をするのか耳を傾け、分析をしてみましょう
- 「子どもの障害」「親の療育」「学校の対応」など、**悪者探しをする前に**、子どもたちのために今何をすべきか考えることが大切です

行動が改善されるポイント

- 感情的に怒るだけの対応では、子どもには怒られたことだけが残ってしまい、子どもは何をすればよいのかわからない
- 問題となる行動が何か、その起こりやすい状況は何かを整理し、問題が起こりにくい環境を整えましょう
- 生活の中で、当たり前のことであっても、ほかの子どもと比較するのではなく、「その子ども」の良い行動に注目して、**ほめて伸ばすこと**を意識していきましょう
- 『ほめ上手』になるためには、少しのコツと練習が必要です
- 日々の「適切な」コミュニケーションから！

「不適切な行動が
起こる前の工夫」



「不適切な行動」とは

- 不適切な行動・困った行動
⇒ 誰が困っている行動ですか？



こんな子はいませんか？

- 聞き取りが苦手
- 日課がわからないと不安、予定の変更が苦手
- 新しい取り組みや場所が苦手
- 興味の対象が限定的
- 言葉で表現するのが苦手

事前の工夫を考える

- 困った行動に対応するためには、起こってしまった後の対応だけでなく、**事前の工夫を考える**ことが先決です

→ポイントは

*** 不安を取り除き、安心できる環境をつくる**

*** 何をしたらいいのか分かる環境をつくる**

です！

環境を整えよう

<整え上手のコツ>

1. 気になるもの・苦手なものを取り除く、見えないようにする
2. 事前に予定を視覚的に示しておく
3. 指示やルール、すべきことを視覚的に示す
4. 適切な行動をはじめやすいように手がかりを目立たせる
5. 本人の好きなものや活動を取り入れる

日常の中でも

困らずに物事を行える工夫

例えば

- 忘れ物が多い
⇒ メモを取る
- 寝坊する
⇒ 早く寝る・目覚ましをかける
- つい散財してしまう
⇒ 家計簿・おこづかい帳をつける



必要性は人によって異なるが
人によっては有効な工夫

物理的な工夫

- 視覚的な提示: 絵で示すなど、実態に応じた提示の工夫
- 感覚過敏への対応: 不快な音、臭いに反応している場合も
- 課題設定の工夫: 間違い→注意というパターンを作らない
- 課題量の工夫: あきる前に課題の変更を
- 他に集中できないほど気になるものがあったら(できれば事前に)取り除く
- 子どもの興味・関心のあるものを取り入れる

関わり方の工夫

- 予測可能な状況：次になにがあるの？を分かりやすく
- 見通しを持つための工夫：スケジュールなどの視覚的な支援
- 事前の説明・約束：「〇〇したら△△ね」の定着
- 事前に計画通りにならない可能性と、その時の対応を教える

Q:勉強が苦手な子どもの指導の工夫を教えてください

- 書字の実態(ひらがな、カタカナ、数字、漢字、アルファベット・・・)
- 文章の理解
- 集団の教示を聞き取れるか
- 聞いた言葉を書きとれるか
- 定規などの教具の使用はできるか
- 教科であれば何学年までの理解か
- ×を付けられることが苦手

⇒それぞれ指導の手だてが異なってくる
実態をとらえた上での指導・支援が大切

こんな子はいませんか？

⇒ 事前の工夫を考えてみましょう

- 聞き取りが苦手
- 日課がわからないと不安、予定の変更が苦手
- 新しい取り組みや場所が苦手
- 興味の対象が限定的
- 言葉で表現するのが苦手

こんな子はいませんか？

⇒ 事前の工夫を考えてみましょう

苦手なこと	場面	工夫
<p>聞き取りが苦手</p> <p>予定の変更が苦手</p> <p>新しい取り組みが苦手</p> <p>人の日課や電気のスイッチなどにこだわる傾向がある</p> <p>言葉で表現するのが苦手</p>		

こんな子はいませんか？

⇒ 事前の工夫を考えてみましょう(例)

苦手なこと	場面	工夫
聞き取りが苦手	授業で指示をする	黒板に書いて指示 個別に指示
予定の変更が苦手	天気が悪くプールができるかわからない	晴れ日程と雨日程の両方を提示、いつ決定するか確認する
新しい取り組みが苦手	初めてプールを行う	活動の流れを事前に提示 心配なことを確認し、対応できることを伝える。
人の日課や電気のスイッチなどにこだわる傾向がある	授業がはじまったとき	子どもの目の前を整理し、色々なものが目に入らないようにする。
言葉で表現するのが苦手	授業で指名されたとき	事前に書き取りなど取組をした後に読む形で発表する ⇒ 書いただけでもOKにする

学校現場での 支援の工夫

文部科学省「障害のある子供の教育支援の手引」
第3編より 一部赤字など改変

① 物理的な構造化

棚等の配置により、物理的に分かりやすい境界を設ける。例えば、教室内でも、着替えを行う場所、学習をする場所を分けることで、どの場所で何を行うのかを分かりやすくする。

② 時間の構造化

スケジュールを視覚的に示すことで、どのような活動が、どのような順番で続いていくのかをあらかじめ理解できるようにする。子供一人一人の理解力により、文字で示すだけでなく、写真や絵を用いたカードを活用することも考えられる。また、あらかじめ示す情報量も子供の理解力に合わせて変えていく必要がある。

③ 活動の構造化

活動の流れを分かりやすくすることで、学習に集中しやすくする。例えば、机の左側に重ねてある課題を上から一つとって取り組み、終わったら机の右側においてある箱にしまうようにする。左側に積んである課題が全て終了したら終わりということを、視覚的に理解しやすくすることで、子供が見通しをもって課題に取り組むことができる。

④ 一連の流れの構造化

手順のある事柄について、決まった手順で行えるようにする。例えば、歯磨きなら、左上、右上、左下、右下の順で磨くなどするようにする。他にも、登校後、連絡帳を教卓の連絡帳入れに入れる、給食袋を机に掛けるなども考えられる。一連の流れを同じ手順で習慣化することで、普段の生活を安定して送れるようになる。

⑤ 課題の構造化

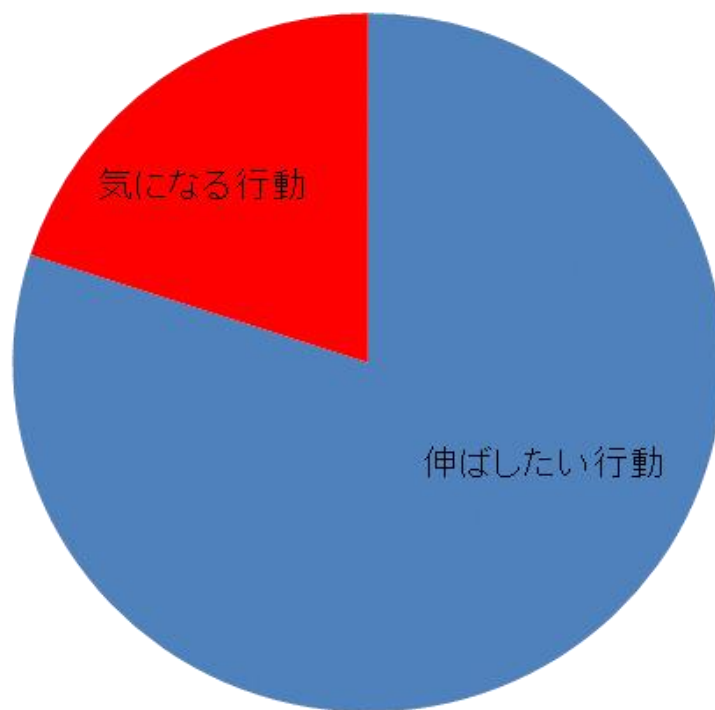
学習で取り組む一つ一つの課題について、どのような手順で、どのように行い、どうなると終わるのかを分かりやすくする。例えば、手順を順に示す写真を見ながら行うようにすることで、子供が見通しをもって課題に取り組むことができるようになる。

関係の循環を知る

適切な行動を増やすことで、不適切な行動は減っていきます

環境を整え、できたことをほめて伸ばす

できないことは少しずつ、できたこと(成長)を喜び合いましょう



減らすべき行動とは？

- その行動は本人にとって害のあるものであるか
- その行動は他人にとって害があるものか
- その行動は学習を妨げるものか
- その行動は社会へのかかわりを制限するものか

「自閉症へのABA入門」より

「不適切な行動」とは

- 不適切な行動・困った行動

⇒ 誰が困っている行動ですか？

- 困っているのは子ども

⇒ 不適切な行動の多くは環境から学ばれる

困っている状況を把握し、不適切な行動が起こりにくい環境づくり
間違え⇒注意というパターンの先回りを考える

1つずつ、望ましい行動を増やすこと

不適切な行動が適切な形で満たされる方法を教えること

参考

- 井上雅彦, ADHDと環境調整, そだちの科学6, 2006.
- 井上雅彦他, 子育てが楽しくなる5つの魔法, アスペ・エルデ, 2012.
- 三田地真実他, 子育てに活かすABAハンドブック, 日本文化科学社, 2009.
- 文部科学省, 障害のある子供の教育支援の手引, 2021.
- 日本発達障害ネットワーク 事業委員会, 障害者総合福祉推進事業, 地域の発達障がい者支援機関等で実施可能なペアレント・トレーニング実施テキストの作成, 2020.
- シーラ・リッチマン, 自閉症へのABA入門 親と教師のためのガイド, 東京書籍, 2003.