

# 「わかる」から「できる」シリーズ 第1回/6回

## 5つのサイクルで行動問題を防ぐ



障がい児成長支援協会 R5.5.26

右のQRコードから  
左のページの表示を  
お願いします。



サンクスシェア  
代表社員 田中 聡



**Point① 行動問題が起きる理由の理解**

行動の機能 氷山モデル 行動の原理 要因の分析・記録

**Point② 行動問題が起きた際の対処**

行動問題への対応サイクル 環境の調整（防ぐ①）

**Point③ 行動問題を防ぐ方策（防ぐ②ー1 ②ー2）**

バイパスモデル 望ましい行動5つのサイクル戦略

# Point①

## 行動問題が起きる理由の理解



**起きる行動には原理原則があります！**

# 行動問題の4つの機能

機能	生じる結果	なくなる結果
注目	注目が少ない状況 →行動→周囲の注目	いやな注目 →行動→消去
活動 や物	物や活動が入手できない状況 →行動→入手できる。	いやな物や活動 →行動→消去
感覚 刺激	することがない状況 →行動→感覚刺激	いやな感覚刺激 →行動→消去
逃避	いやなことが目の前にある状況 →行動→やらずにすむ	

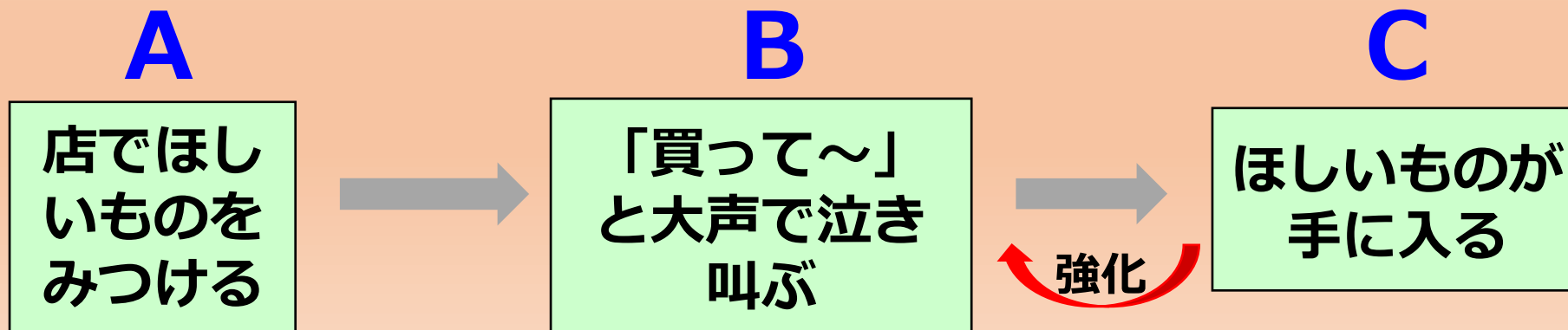
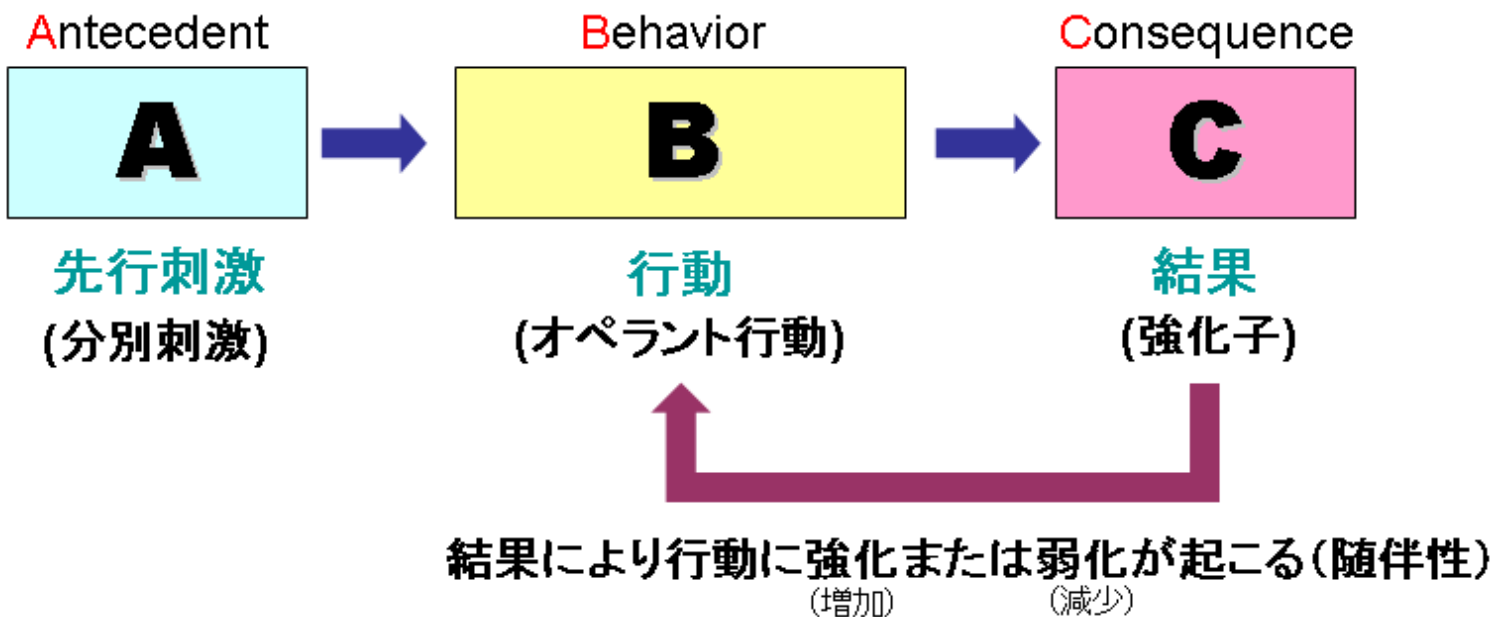
◆ 要求・要望・目的がある ⇒ 行動（含不適切） OK！

◆ 無意識レベル ⇒ 行動 対応困難！



# 行動問題がおきるからくり

## 三項随伴性 (ABC分析)

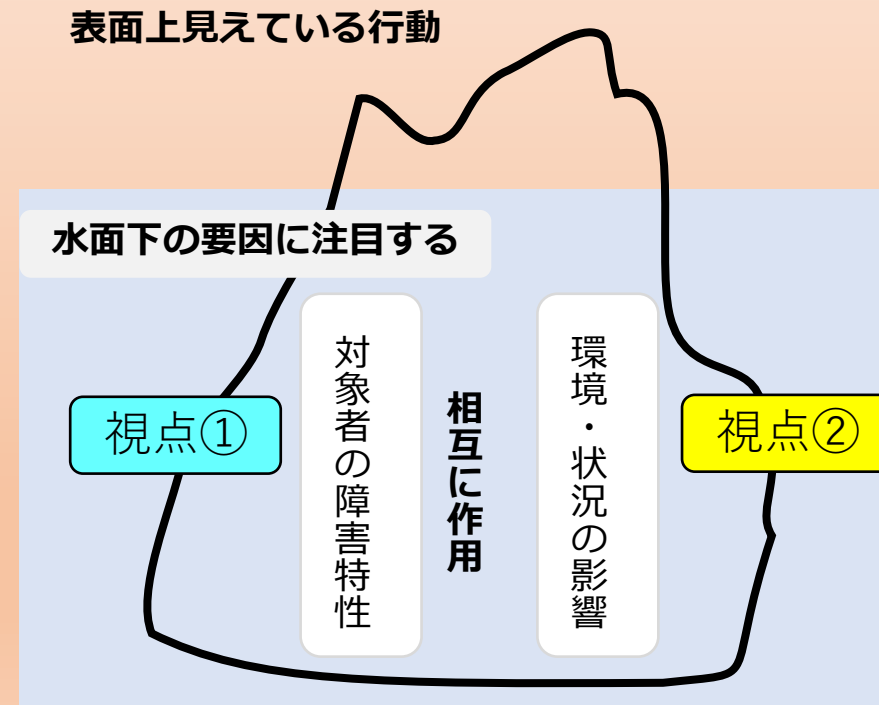


# 行動問題を理解する2つの視点

## 背景の障害特性を推測する | 冰山モデル

行動の背景にある障害特性（生物学的・心理的）を推測し、リストアップする。その際、行動の生起要因のきっかけとなっている環境（本人に影響を及ぼす物、事、人）要因にも留意する。

冰山モデルとは、障害がある人の課題となっている行動を氷山の一角として捉え、氷山の一角に注目するのではなく、その水面下の要因に着目して支援の方法を考える。



## 【障がい特性】

### 【障害種別】

- ・ 身体障害（視覚障がい）
- ・ 身体障害（肢体不自由）
- ・ 身体障害（聴覚障がい）
- ・ 知的障害
- ・ 発達障害  
自閉症スペクトラム（アスペルガー障害など）  
注意欠如・多動性障害 学習障害など
- ・ 精神障害
- ・ 難病（脊髄小脳変性症） など

【成育歴】

【病歴】

【学力】

【検査結果】

【家庭環境】

【興味関心】

【得意不得意】

【エピソード】

## 冰山モデルを用いた 支援の考え方 (自閉症の子どもの例)

- おやつの時間になると、走って部屋の隅にかくれる  
(直前の活動までは全く問題なく参加できる)
- 声かけするが、かたくなに動こうとせず激しく抵抗する  
(他害のリスク有り)

### 水面下の要因に注目する

#### 障害特性：

- ・ 先の見通しをもちにくい
- ・ 苦手な人意識が強い
- ・ 強いこだわりがある

#### 環境要因：

- ・ 今日は何のおやつか知らされていない
- ・ 手洗い場に人が並んでいる
- ・ 食べる部屋がころころ変わっている

#### 【その他】

- ・ おやつの内容
- ・ 容器
- ・ 食べる場所
- ・ 手洗い場
- ・ おやつ後の活動
- ・ 体調
- ・ 空腹度 など



# 「わかる」から「できる」へ Point①

## 行動問題が起きる理由の理解

- どの行動が問題なのか、「問題の行動」を特定できる
- 行動問題が起きた理由として、行動の機能が推測できる
- 行動問題が起きた理由として、障がい特性が説明できる
- 行動問題が起きた理由として、環境要因の説明ができる

## Point②

# 行動問題が起きた際の対処



**人に頼る選択肢を選ばないようにします！**

# 行動問題に対処するサイクル

## ① 起きてしまった行動問題をできる限り早く収める

- ・ 原因や要因の削除
- ・ クールダウンスペースの確保

## ② 落ち着いたらトラブル処理をする

- ・ 謝罪や仲直り、問題である理由の説明など
- ・ 今後の約束を決めさせる（決める）

【理由・要因が  
明白な場合】



## ③ 約束に沿った対応をする

- ・ 決めた約束を決してスルーしない（すべてのスタッフ）

---

## ① 起きた問題行動を分析する

- ・ 【状況】 【きっかけ】 【生まれた結果】 を洗い出す

## ② 行動問題がおこらない環境設定をする

- ・ 事前の約束を徹底する

【理由・要因が  
不明確な場合】

# ① 起きてしまった行動問題をできる限り早く収める (理由・要因が明白)

- ア 安全の確保
  - ・ 本人や周囲の子どもがけがなどしないよう安全を確保する (自傷の軽減 他児の移動など)
- イ 刺激の除去
  - ・ いやになっている刺激を取り去る (視覚 聴覚 触覚 におい など)
- ウ 刺激の制御
  - ・ 現状以上の刺激を与えない (クールダウンスペース クールダウン部屋)
- エ 受け入れ
  - ・ まずは気持ちのすべてを受け止める
- オ 切り替え
  - ・ 本人が興味ある話題や物を使って気持ちを切り替える
- カ 見守る
  - ・ 症状が治まるまで安全を確保して待つ

## ② 落ち着いたらトラブル処理をする

(理由・要因が明白)

- ア 聞き取り
  - ・ 状況や原因等について話を聴く
  
- イ 不適切行動の確認
  - ・ なにがよくなかったのか？を共通確認する
  - ・ なぜよくなかったのか？を説明、説得する
  
- ウ 対処方法の確認
  - ・ どうすればよかったのか？を共通確認する
  
- エ 行動の修正
  - ・ 正しい行動のやり直し（練習を含む）
  - ・ 謝罪や仲直り等の介入
  
- オ 今後の方針確認
  - ・ 今後のふるまい方の約束をする
  - ・ 今後の目標、取り組む内容や方法を確認する

### ③ 約束に沿った対応をする

(理由・要因が明白)

#### 才 今後の方針確認

- ・ 今後のふるまい方の約束をする
- ・ 今後の目標、取り組む内容や方法を確認する

- ・ 目標や取り組みの内容と方法を「ルール化」する。

Point ① ルール化は、可能な限り『子ども自らが決める方向で』

Point ② 決して『押し付けにならないように』

Point ③ 取り組みの評価は、随時、定期的に！

Point ④ 取り組みの成果には、必ず評価（＝賞賛・報酬）を！

# 「わかる」から「できる」へ Point②

## 行動問題が起きた際の対処 (理由・要因が明確)

- 行動問題の原因となる刺激を除去できる
- 起きた際、決して現状以上に事態を悪化させない
- 起きた際、できる限り短い時間で事態を沈静化できる
- 子どもと、今後のためにの約束・ルールを決めることができる

# ① 起きた行動問題の分析

(理由・要因が不明)

## 記録様式の例

### 【記録を録る】

さとる さんの行動記録

- 他の利用者につかみかかる・・・●
- 危険を感じた・未然に防いだ・・・○
- その他の攻撃等・・・×

活動	10/13 (月)	10/14 (火)	10/15 (水)	10/16 (木)
来所・準備	●	○	×	
宿題の時間				
休憩の時間	● ● ×		○○	
集団の活動		××		
昼食・昼休み	○		● ○	● ○
散歩				
自立課題		●		
帰り	○ ×			● ○



# ① 起きた行動問題の分析

(理由・要因が不明)

## ■チェックする行動・・・『他の利用者につかみかかる』

- ・ 起きた時刻：
- ・ 落ち着くまでにかかった時間：
- ・ 前兆（低い唸り声、体を前後に揺する等）：

日	曜日	9	10	11	12	13	14	15	16
1	月	9:40			12:10				
2	火						14:30		
3	水		10:30				14:40		

# ① 起きた行動問題の分析

(理由・要因が不明)

## 【記録を録る】

\_\_月\_\_日の\_\_さとる\_\_さんの行動記録

起きた場面・状況	起きた行動	行動の後に起きたこと
<ul style="list-style-type: none"><li>9:50頃、活動に向かう途中</li><li>〇〇さんが大声を出しながら部屋内を行ったり来たりしていた</li><li>気にするさとるさんにA職員が制止して別の部屋に促した</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>〇〇さんを気にして近づこうとした</li><li>職員に制止されると興奮が高まり壁を蹴った</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>A職員の誘導で別の部屋に移動し、作業に取り組むことができた</li><li>作業をしているうちに興奮は治まった</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>13:00過ぎ、散歩前のトイレ</li><li>入れ違いに〇〇さんがトイレから出てきた</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>突然、〇〇さんに頭突きをした</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>B職員が制止</li><li>静養室に誘導され、落ち着くまで一人で過ごした(約30分)</li></ul>

### ※関連しそうなその他の情報

- ・前日の夜は寝付きが悪く、睡眠時間が4時間程度。
- ・最近、睡眠が乱れているとの母からの情報あり。

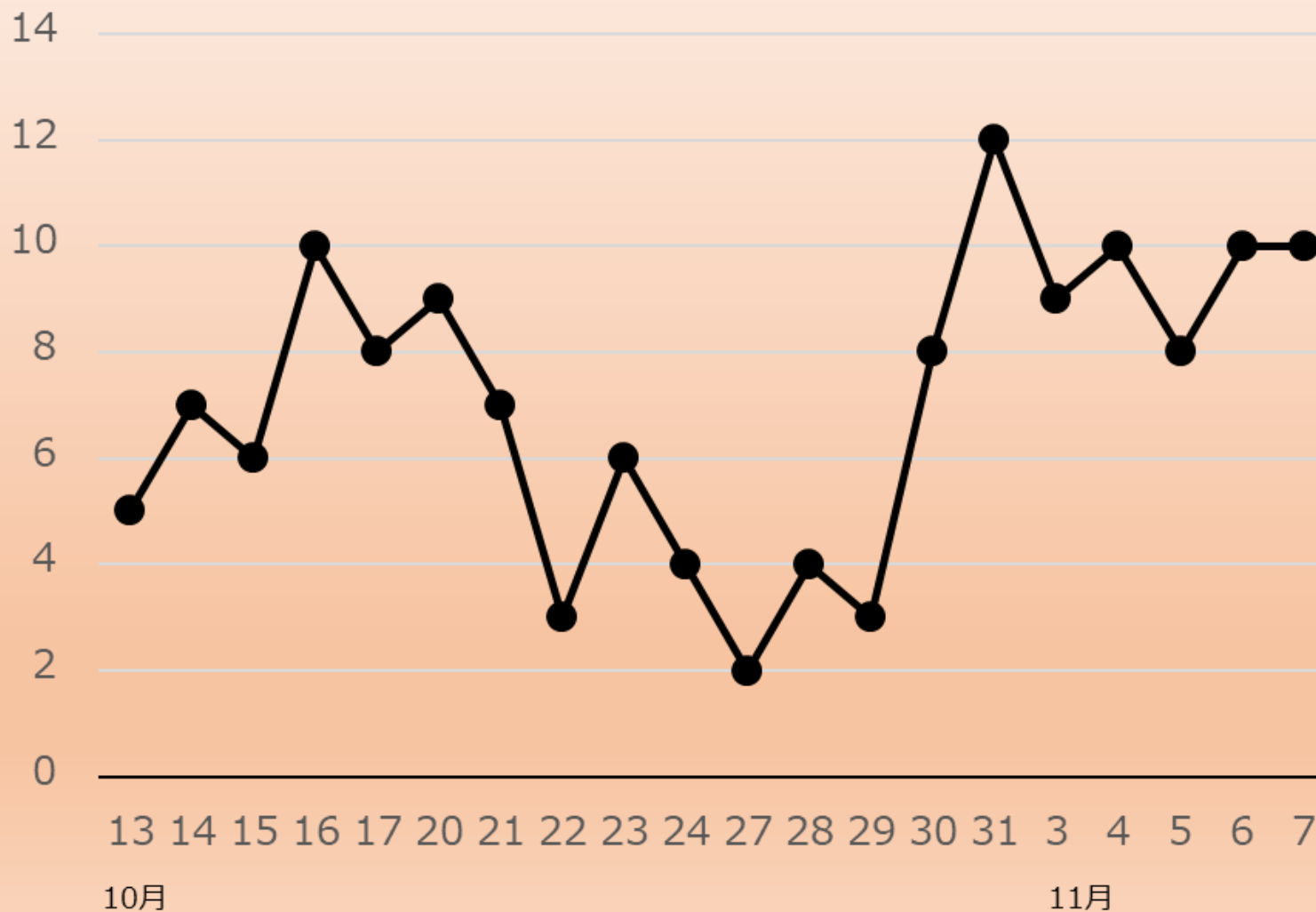
## 【変化を把握するための記録】

1. 問題となっている行動に着目する  
例) 頻度、強度、持続時間
2. 記録する時間帯や場面等を決める  
例) 1日を通して、時間の区切りごとに、場面ごとに
3. 継続できるように工夫する  
例) 既にあるものを活用する、置く場所、期限を設ける

## 【期間を決めて変化をまとめる】

- ひとめでわかるように整理する  
例) 折れ線グラフ、一覧表

## ■他の利用者をつかみかかった回数



## ① 起きた行動問題の分析

## ② 原因を考える

(理由・要因が不明)

### 【関連しそうな情報を集める】

#### ■障害特性やスキルをもう一度調べる

例) 苦手なこと、得意なこと、できること、できないこと

#### ■生活全体の状況を確認する

例) 家庭・家庭の状況、生活のパターン

#### ■生理・医学的な情報を収集する

例) 睡眠、病気、服薬、周期的な変化

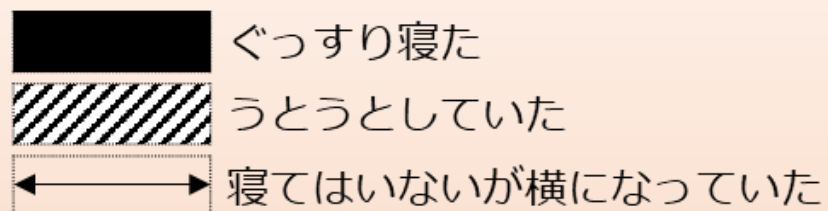
### 【できているとき・できていないときの環境を詳しく見る】

#### ■問題が生じた前後の状況を整理する

例) 機能的アセスメント (機能分析、ABC分析)

# ① 起きた行動問題の分析

(理由・要因が不明)



日	曜日	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20	22	24	
1	土	ぐっすり寝た							←→					ぐっすり寝た
2	日	ぐっすり寝た					ぐっすり寝た		うとうとしていた	←→				
3	月	ぐっすり寝た				うとうとしていた	←→ 通所					ぐっすり寝た		
4	火	ぐっすり寝た					←→ 通所					ぐっすり寝た		
5	水	ぐっすり寝た					←→ 通所					ぐっすり寝た		
6	木	ぐっすり寝た			うとうとしていた	ぐっすり寝た	←→ 通所			うとうとしていた	←→	うとうとしていた		
7	金													
8	土													

# Web記録の入力フォーム例

(理由・要因が不明)

行動問題記録フォーム(例)

スマートフォン・もしくはオンライン/パソコンでの問題行動記録フォーム例です。  
いつでも、だれでも、どこでも記録できることに、行動問題の即時対応に活用ができると考えます。

1 記入者

田中  
 松本  
 高倉  
 高橋

2 対象児

船津  
 湊  
 北古賀  
 橋原

3 日時

日付  
年/月/日 □

4 場所・場面

迎え時  
 車内  
 到着時  
 活動1の時  
 活動2の時

## 行動問題記録フォーム

- 1 記入者
- 2 対象児
- 3 日時
- 4 場所・場面
- 5 内容
- 6 詳細記述
- 7 具体的対応・改善策

# 「わかる」から「できる」へ Point②

## 行動問題が起きた際の対処 (理由・要因が不明)

- 行動問題状況の記録を継続できる
- 行動問題の原因について仮説を立てることができる



# Point③

## 行動問題を防ぐ方策（防ぐ① 防ぐ②）



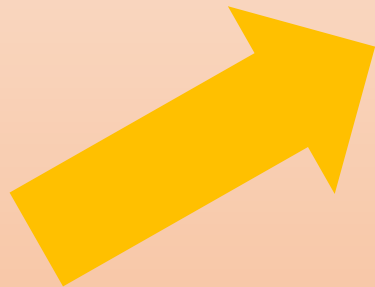
防ぐにはベースの力を身につけること

# 望ましい行動を身に付けさせる

## ステップ ①

- ① 行動問題の発生を回避する支援力

状況と時期の適切な見立て



## ステップ ②

- ② 望ましい行動を身に付けさせる

# 望ましい行動を身に付けさせる

A (状況)

店でほしいものをみつける

B (行動)

「買って～」と  
大声で泣き叫ぶ

C (結果)

ほしいものが  
手に入る

【3つのポイント】

レベルⅠ

『A』の状況をつくらない

レベルⅡ

『C』の結果を与えない

レベルⅢ

『B』の行動を変える

① 代わりの行動をつくる

② 望ましい行動をつくる

防ぐ  
①

防ぐ  
②

# 行動問題を防ぐ①



直接的に行動問題を起こらなくする

## ② 行動問題が起こらない環境設定をする

## 宿題時の飛び出し！

- ① 順調に宿題（ローマ字の読み書き）を開始
- ② 「教えて～！」 Aスタッフが対応
  - ・ローマ字表を持ってくる
  - ・ホワイトボードを持ってくる
  - ・他の児童から呼ばれて、本人から離れる
- ③ 宿題を紙吹雪状にびりびりと破る
- ④ Aスタッフ、Bスタッフが制止する ➡ 施設を飛び出し！

【行動問題を起こした本人の思い・考え】

「（まわりが）うるさい」

「ローマ字が苦手、わからん！」

「写す作業もわからん！ 疲れる・・・」

「サクサク教えてほしい。ペースが合わん！」

「（先に友だちが終わったのを見て）あせった！」

「（Aスタッフが離れて）いつ帰ってくるかわからん！」

## ② 行動問題が起こらない環境設定をする（防ぐ①）

「もの」 ・・・ものを使って環境そのものをコントロールする

例：壁向きに配置した机で学習する

「ひと」 ・・・いわゆる誰が対応するか 人による対応の仕方

例：重要なルールをインプットしてほしい時、管理者に話をしてもらう

「こと①」 ・・・活動内容やイベントのコントロール

例：「今日のおやつコーナー」などスケジュールボードの提示をする

「こと②」 ・・・空間・場所のコントロール

例：学習やおやつの時間に座る席を指定する

「こと③」 ・・・時間帯や時間の長さ、順序などのコントロール

例：本人合わせた、時間入りのスケジュール表を準備する

見える

見えない

## ② 行動問題が起こらない環境設定をする

## 宿題時の飛び出し！

	もの	ひと	こと
本人	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 落ち着いて学習できる環境として仕切りがある机を準備</li><li>・ 小文字が載っているローマ字表を準備</li><li>・ 模写サポート道具の準備（ホワイトボード、模写台など）</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 本人及びその場から離れる際の本人への声かけの工夫</li><li>・ 本人を待たせる際の明確な指示の工夫（時間指定など）</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ できる範囲で「自立的」な行動を促す基本的姿勢をスタッフ間で共通確認する。</li></ul>
まわり	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 3人に1人以上のスタッフ配置</li><li>・ 児童を迎える事前準備の徹底</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 宿題が早く終わった子への適切な声かけの工夫</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 事業所へ到着後の動線誘導の再確認</li><li>・ 送迎車内での事前声かけの工夫</li><li>・ 当日の支援に関わるミーティングの充実</li></ul>



# 「わかる」から「できる」へ Point③

## 行動問題を防ぐ①

- 推測した要因について「もの」「こと」「ひと」の視点から「対策表」を作成することができる

# 行動問題を防ぐ②ー1

## 代わりに行動をつくる

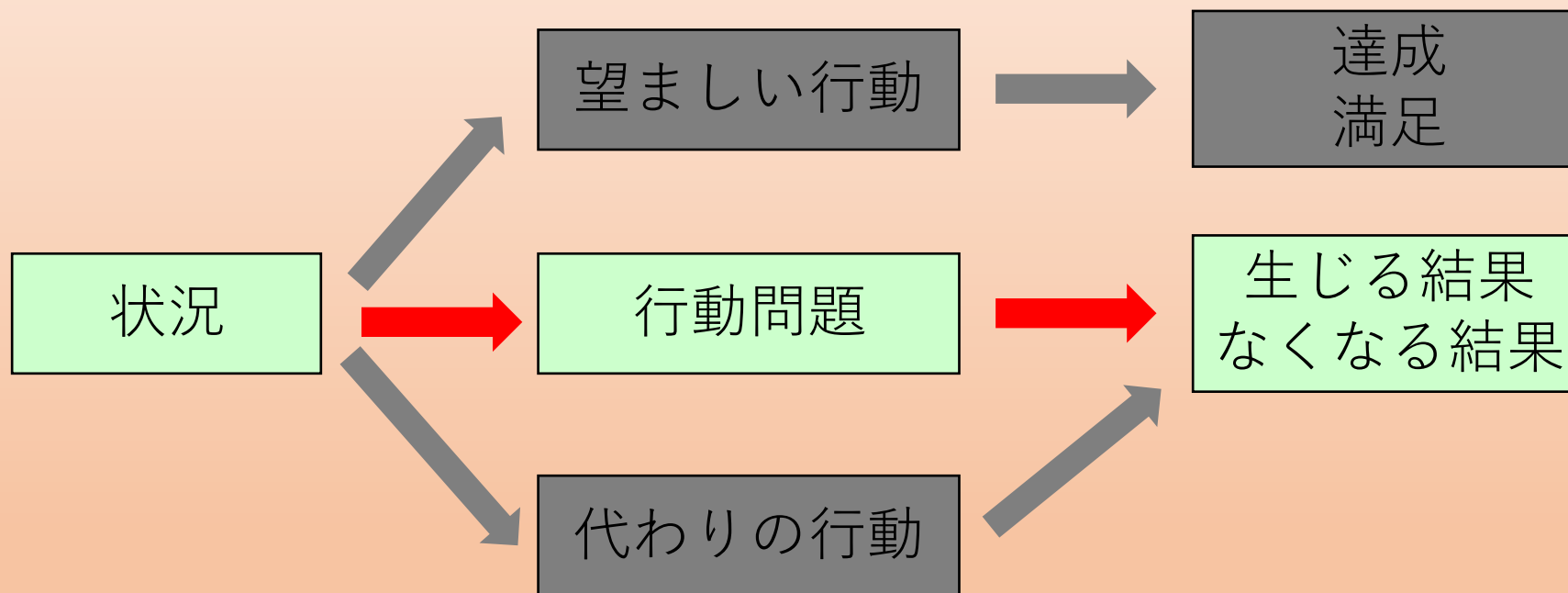


行動問題を起こさなくても済む別の行動を身につける

# 望ましい行動を身に付けさせる (ABA : バイパスモデル)

行動問題を自分でコントロールする力を育てる

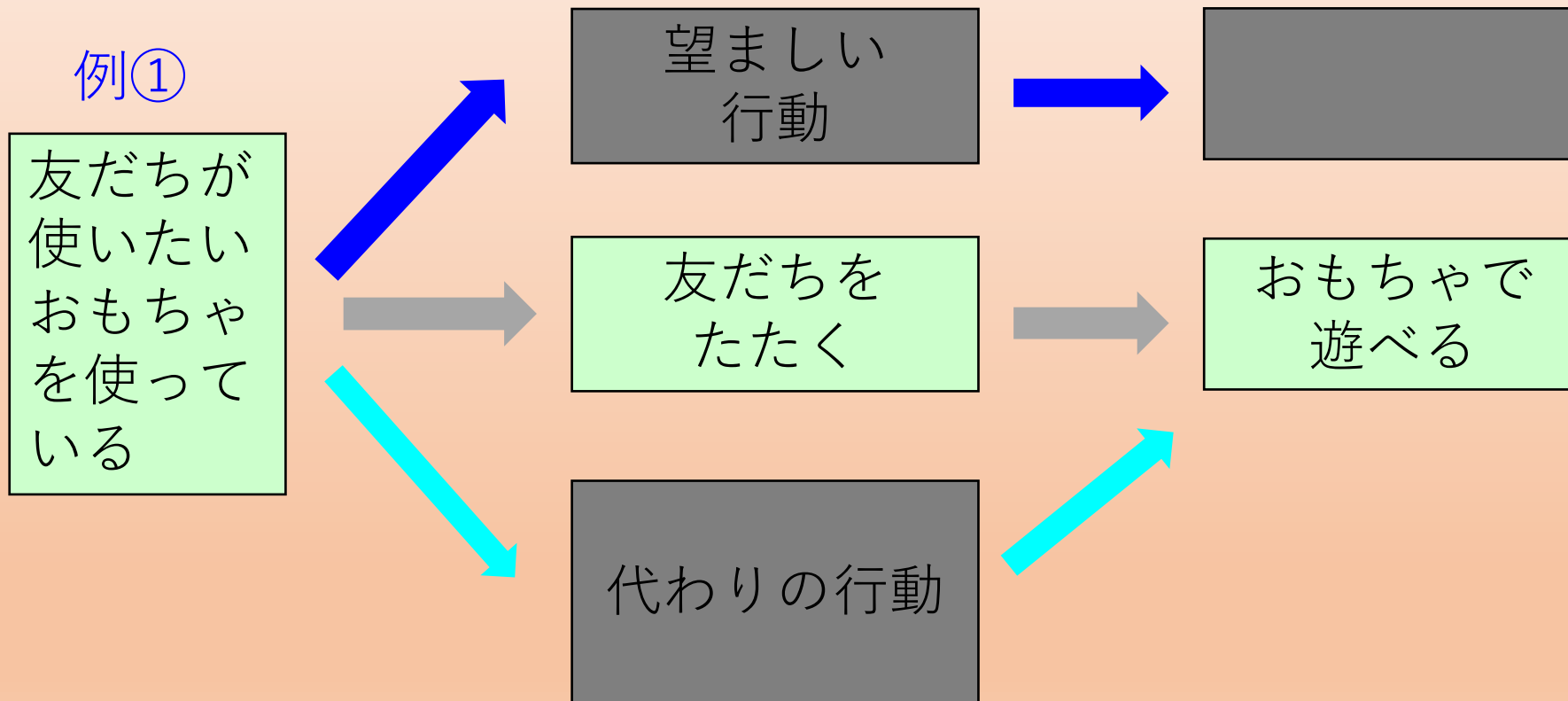
【子どもの力を高める支援を検討する】



# 望ましい行動を身に付けさせる (ABA : バイパスモデル)

行動問題を自分でコントロールする力を育てる

【子どもの力を高める支援を検討する】



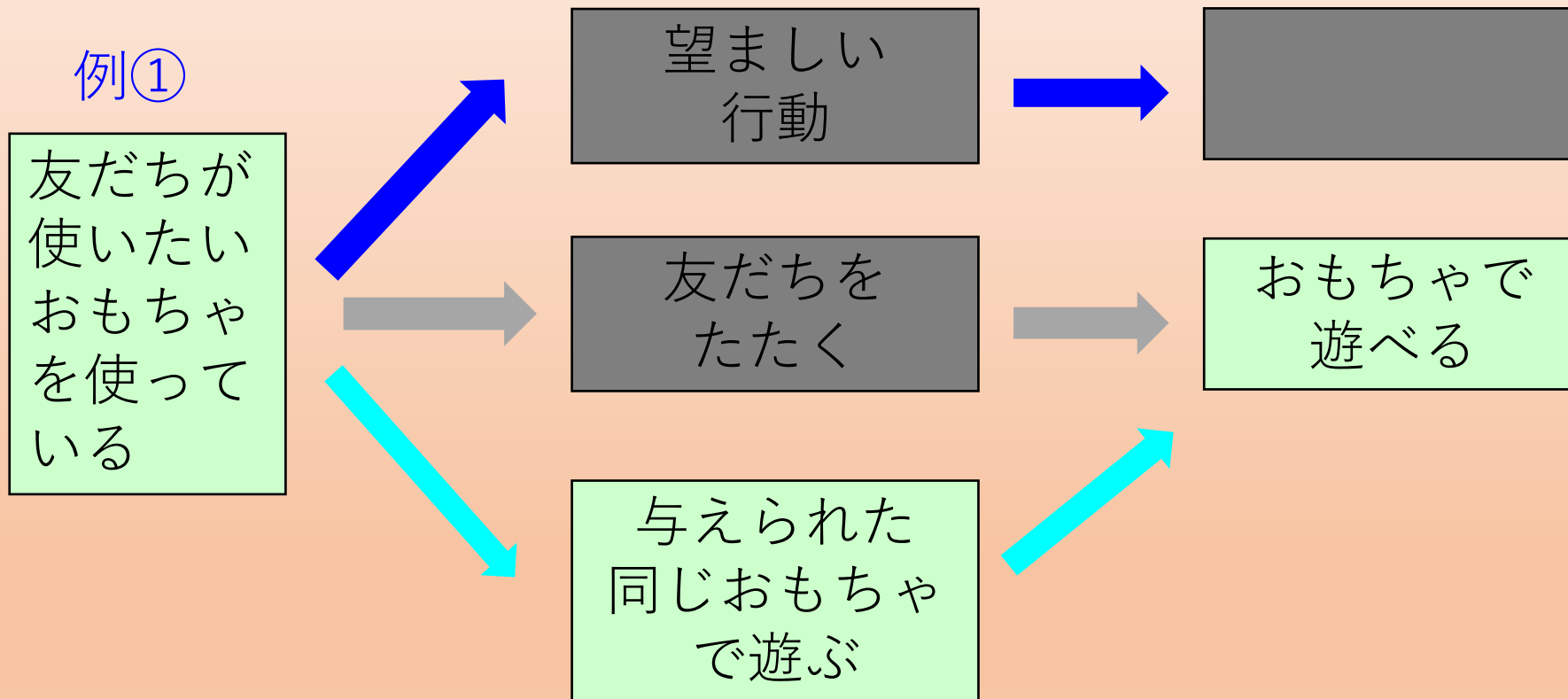
※ 学ぶ力を身に付けるスモールステップを踏んで！

子ども観察力&支援力養成ガイド

# 望ましい行動を身に付けさせる (ABA : バイパスモデル)

行動問題を自分でコントロールする力を育てる

【子どもの力を高める支援を検討する】



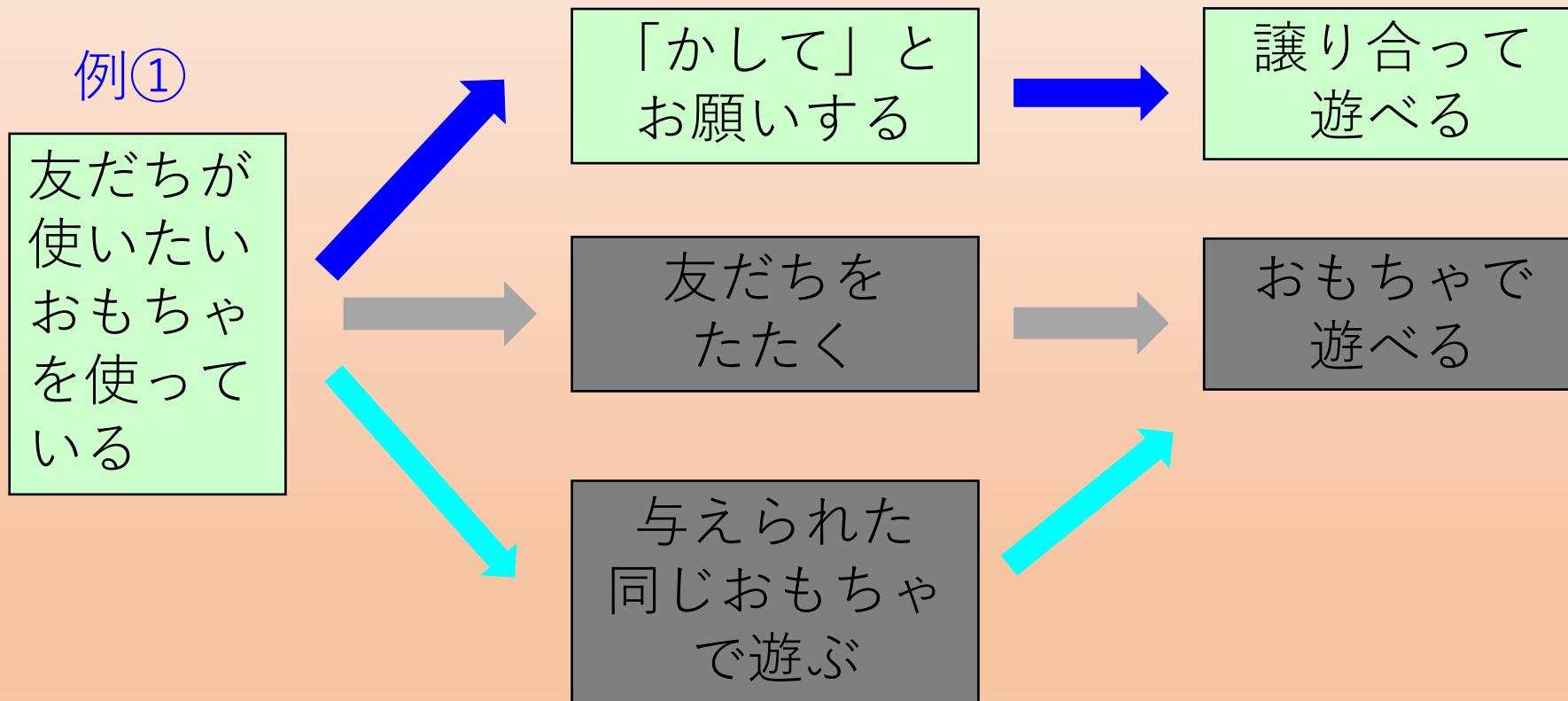
※ 学ぶ力を身に付けるスモールステップを踏んで！

子ども観察力&支援力養成ガイド

# 望ましい行動を身に付けさせる (ABA : バイパスモデル)

行動問題を自分でコントロールする力を育てる

【子どもの力を高める支援を検討する】



※ 学ぶ力を身に付けるスモールステップを踏んで！

子ども観察力&支援力養成ガイド

# 望ましい行動を身に付けさせる (ABA : バイパスモデル)

## 【演習】

望ましい行動 (目標の姿)



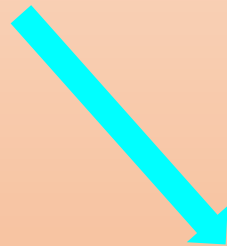
現状

- 人の取る
- 人をたたく
- 食べ物を投げる

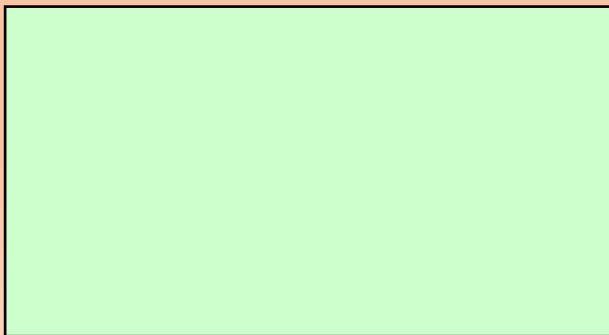


- 食べたいものを食べる
- 嫌いなものを食べなくて済む

【昼食時間】  
友だちとみんな  
なで一緒に長  
テーブルに並  
んで食べる



バイパス行動



満たされる結果  
は同じ

# 「わかる」から「できる」へ Point③

## 行動問題を防ぐ方策（防ぐ②）

- 誤学習している行動について、「代わりの行動」を立案することができる
- 誤学習している行動について、「望ましい行動」を立案することができる



# 行動問題を防ぐ②ー2

## 防ぐための5つのサイクル



行動問題を起こさなくても済む基礎力を身につける

# 望ましい行動を身に付ける5サイクル戦略

## サイクル① 不適切行動を減らす・なくす

- ・ 不適切な行動の頻度を下げる（＝強化しない）

## サイクル② 望ましい行動を新たに獲得させる

- ・ これまで持っていなかった行動を出現させ強化する

## サイクル③ 獲得した行動を維持させる

- ・ 一度獲得した行動が弱化・消去されないよう維持する


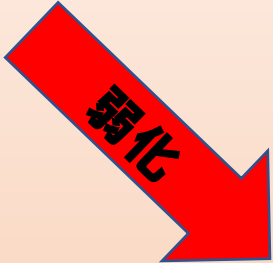
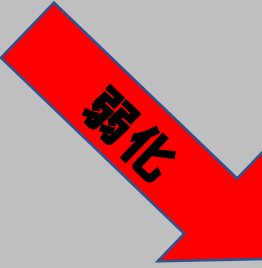

## サイクル④ 獲得した行動を般化させる

- ・ ある限定場面だけで行動が起きるのではなく、他の別の場面でも行動が起きるようにする

## サイクル⑤ 獲得した行動の自立度を高める

- ・ 他者の依存ではなく自分の力で行動する部分を増やす

# 人が行動を身につける原理

	出現	消失
好子		
嫌子		

## 【好子】

行動の直後に**出現**すると、その行動の将来の生起頻度を上げる、  
**刺激、出来事、条件**

## 【嫌子】

行動の直後に**消失**すると、その行動の将来の生起頻度を上げる、  
**刺激、出来事、条件**

## 【強化（好子出現）】

行動の直後（**60秒ルール**）に、好子が出現したり、好子が増加する、という経験をすると、その行動は将来起こりやすくなる。

# 人が行動を身につける原理

## 【好子の種類】

- 生得性好子（無条件）・・・生命維持に関する基本的欲求を充足  
食べ物、飲み物、におい、味、睡眠、性的刺激 等
- 習得性好子（条件性）・・・ごほうびであることを後の学習で身に付けた  
タブレットでゲーム、お出かけ、買物、言語的賞賛 等
- ★ 般性好子・・・この強化子が別の強化子を得るために使用される  
お金、ごほうびシール等
- ★ 社会的好子・・・人とのかわりが強化子として機能した場合

プリマック  
の原理

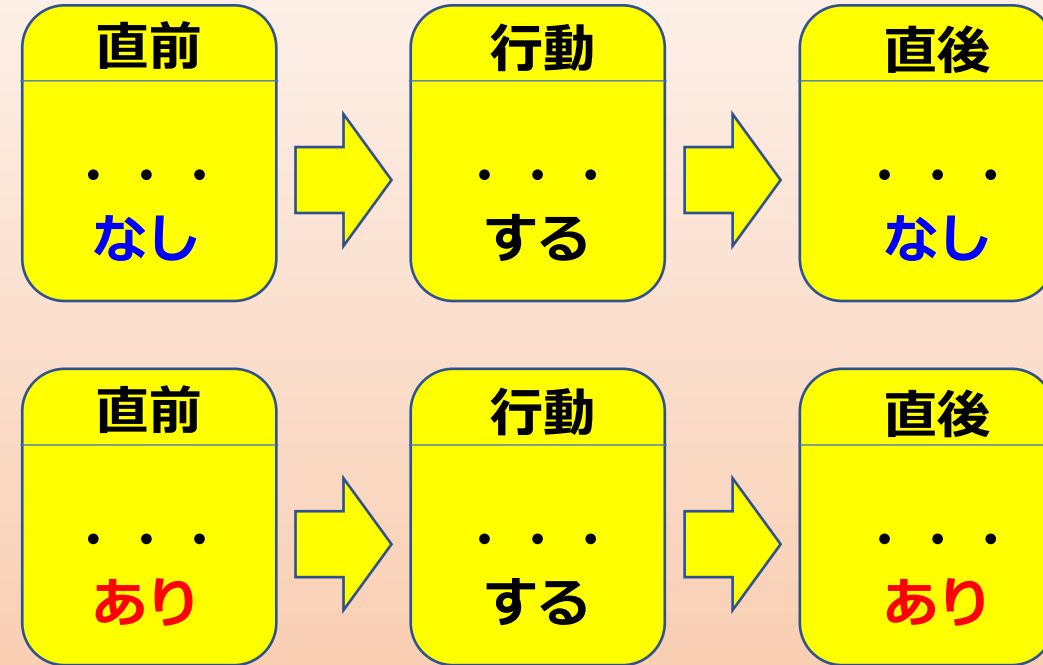
好子の量は少ない方がよい（飽和・遮断）

# サイクル① 減らす・なくす

## 【消去される場面】

### 【消去】

これまで**強化されていた行動**に対して強化の随伴性を中止すると強化の随伴性を導入する以前の状態までその行動は減少する



### 【バースト】

消去手続きを開始した直後  
**一時的に**  
行動の頻度や強度が**爆発的に増える**こと

### 【復帰】

これまで弱化されていた行動に対して**弱化の随伴性を中止すると**弱化の随伴性を導入する以前の状態まで**行動は増加する**

★ **エクスポージャー療法**

## サイクル② 新たな行動の獲得

### 【シェイピング】

目標行動に**より似ている行動**だけを次々とスモールステップで身につけていく手続き

好子の特定

好子固定  
シェイ  
ピング

好子変動  
シェイ  
ピング

### 【出発点行動】

レパートリーの1つで目標行動と関係の深い次元上で**似ている行動**

### 【目標行動】

まだ身につけていない行動の1つで身につけさせたい**行動**

## サイクル③ 行動の維持・持続

### 【連続強化の方法】

行動するたびに  
好子を与え、行動を強めていく

#### 定比率

決められた回数の行動をした直後に好子が出現する

#### 変比率

何回か行動すると（回数是一定ではない）好子が出現する

### 【部分強化の方法】

何回かに1回だけなどで  
行動に随伴して  
好子を与え、行動を強めていく

#### 定時隔

前回の好子の出現から一定時間経過後の最初の行動の直後に好子が出現する

#### 変時隔

前回の好子の出現からある時間（時間は一定ではない）経過後の最初の行動の直後に好子が出現する

## サイクル④ 行動の般化・定着

### 【分化強化】

ある特定の強めたい行動のみを強化し

それ以外の行動には特に反応せず、**消去**すること

ある教授の  
板書行動の実験

何に注目して  
どの行動を  
強化するか を  
明確に決めること



## サイクル⑤ 行動の自立

### プロンプトフェイディングの例

身体プロンプトを使用して行動を教える

モデリングを使用して行動を教える

声掛けを使用して行動を教える

プロンプトなしで行動ができる

手助けレベルを減らす

### ことばかけのフェイディング

・「部屋に入ったらくつをくつばこに入れるよ」



・「部屋に入ったら最初にすることはなにかな？」



・「約束を思い出してごらん」



・（声かけせずに待つ）

# 「わかる」から「できる」へ Point③

## 行動問題を防ぐ方策（防ぐ②）

- 日常の支援の中で、望ましい行動を身につける実践を同時進行することができる
- 望ましい行動を身につけるための長期サイクルを、職員が一丸となって実行できる（これがまさに個別支援計画）

# 本人と関係性をつくる



**具体的なノウハウよりこちらが大切**

## 望ましい行動を身に付けさせる

ひとりの「ひと」として『いとおしむ』

信頼関係づくり

わたしたち支援者の『しごと』 = ほめどころを「みつける」こと  
「とりだす」こと