

# ABA（応用行動分析）基本

R7.1.16  
AELL



右のQRコードから  
左のページの表示を  
お願いします。



合同会社サンクスシェア  
相談支援専門員 田中 さとる



# 「行動」を意識する





どのようなことを  
思い浮かべますか？

解釈ですか？

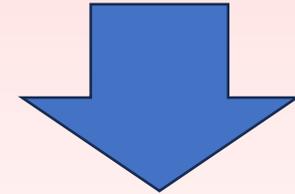
事実ですか？

具体的な行動ですか？

- ① 田中は 自己肯定感が低い
- ② 高倉は よく忘れ物をする
- ③ 高橋は 友だちを叩いた
- ④ 種崎は 掃除をさぼる
- ⑤ 船津は だらしない
- ⑥ 樫本は パニックを起こす
- ⑦ 小川は 不登校である
- ⑧ 倉光は 落ち着きがない

具体的な行動ですか？

主観的な表現ですか？



具体的な行動

- 1 観察可能である
- 2 再現可能である

# A B Aの基礎



## レスポナント行動

- ・ 無条件反応を誘発する無条件刺激によって誘発される生得的反応行動
- ・ 条件反応を誘発する条件刺激によって誘発する習得的反応行動(パブ07)

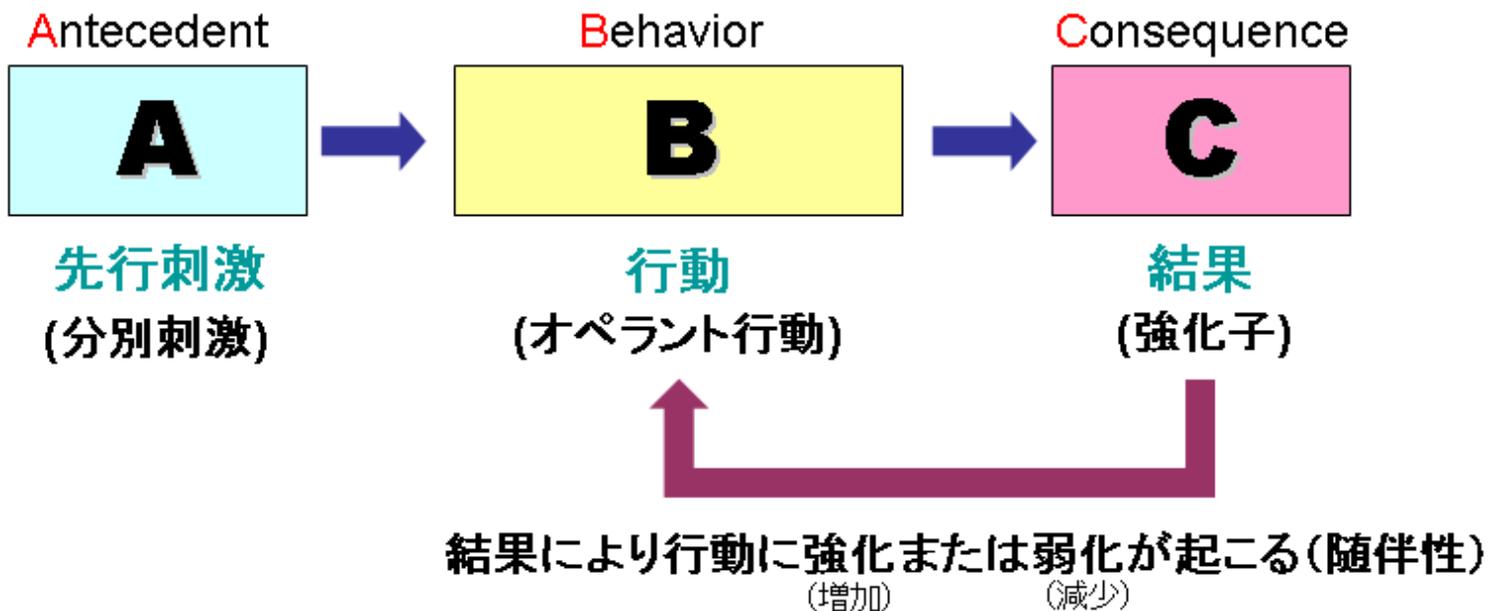
## オペラント行動

- ・ 行動の直後に、好子（嫌子）を、行動に依存して提示することで、その行動の将来の正規頻度が、増加（減少）する反応行動

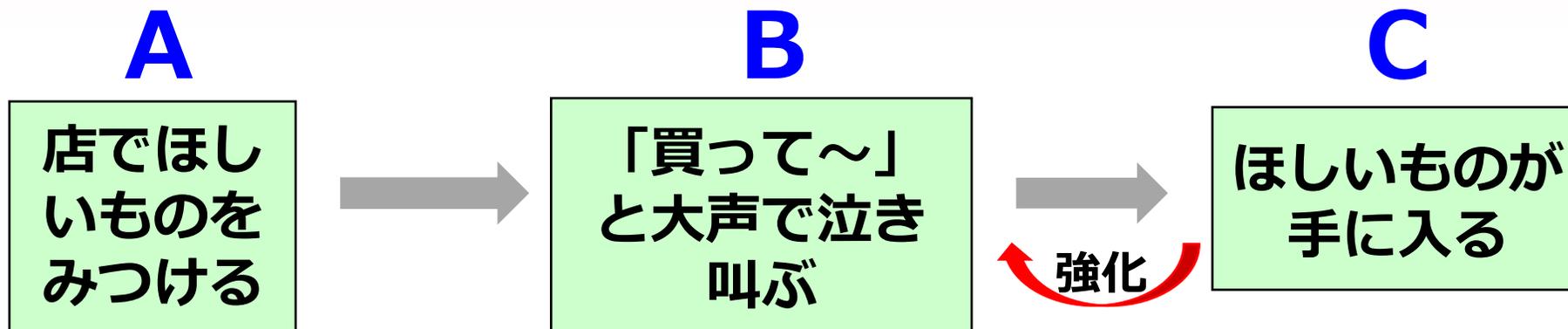
**「おーい お茶！」**（ローコスト追究の原則）

# ABAの基礎

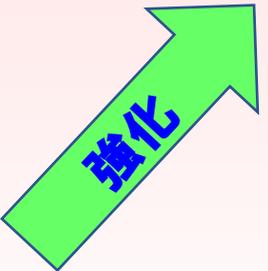
## 三項随伴性(ABC分析)



- ・ 消去
- ・ 罰
- ・ 強化
- ・ フェイディング



# ABAの基礎

	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。

# ABAの基礎

## 【嫌子出現の阻止による強化】

行動の直後に

嫌子の出現が阻止されると

その行動は将来起こりやすくなる

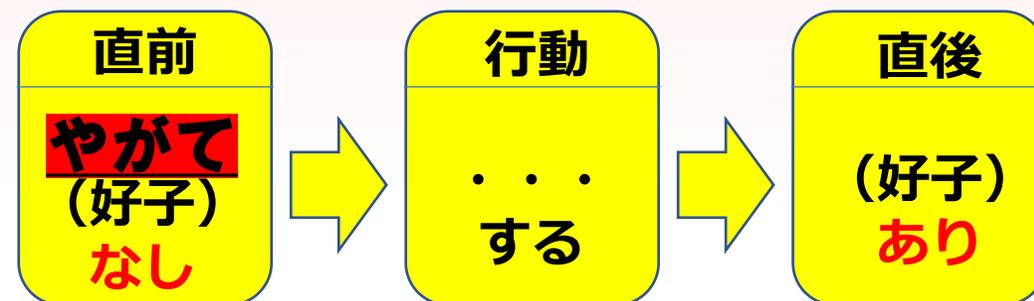


## 【好子消失の阻止による強化】

行動の直後に

好子の消失が阻止されると

その行動は将来起こりやすくなる



## 【好子の種類】

- I 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
- II 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
- III 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
- IV 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 (低→高)

**好子の量は少ない方がよい（飽和・遮断）**

## 望ましい行動を身に付ける5段階戦略

- ① 不適切行動を『**軽減**』する・なくす 「**分化強化**」 「**消去**」
  - ・ 不適切な行動の頻度を下げる（＝強化しない）
- ② 望ましい行動を新たに『**獲得**』させる 「**シェイピング**」 「**SST**」
  - ・ これまで持っていなかった行動を出現させ強化する
- ③ 獲得した行動を『**維持**』させる 「**強化スケジュール**」
  - ・ 一度獲得した行動が弱化・消去されないよう維持する
- ④ 獲得した行動を『**般化**』させる 「**習慣化**」
  - ・ 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
- ⑤ 獲得した行動の『**自立**』度を高める 「**フェイディング**」
  - ・ 他者の依存ではなく自分の力で行動する部分を増やす

# ① 不適切行動を減らす



# ① 不適切行動を減らす 「分化強化」 「消去」

## 【問題行動を減少させる方法】

### レベルⅠ 分化強化手続き

- ・ 低頻度分化強化
- ・ 他行動分化強化
- ・ 対立行動分化強化
- ・ 代替行動分化強化

### レベルⅡ 消去手続き

### レベルⅢ 刺激の撤去

### レベルⅣ 嫌悪刺激の呈示

【分化強化とは・・・】

望ましい行動を強化し、  
同時に不適切行動の強化を  
差し控える方法

# ① 不適切行動を減らす 「分化強化」 「消去」

## 【問題行動を減少させる方法】

### レベルⅠ 分化強化手続き

- ・ 低頻度分化強化
- ・ 他行動分化強化
- ・ 対立行動分化強化
- ・ 代替行動分化強化

- ・ 低頻度分化強化：できるところまでハードルを下げて強化
- ・ 他行動分化強化：問題行動がなかった場合に強化
- ・ 対立行動分化強化：同時に実行できない代わりにの行動を強化
- ・ 代替行動分化強化：問題行動に置き換える代わりにの行動を強化

# ① 不適切行動を減らす 「分化強化」 「消去」

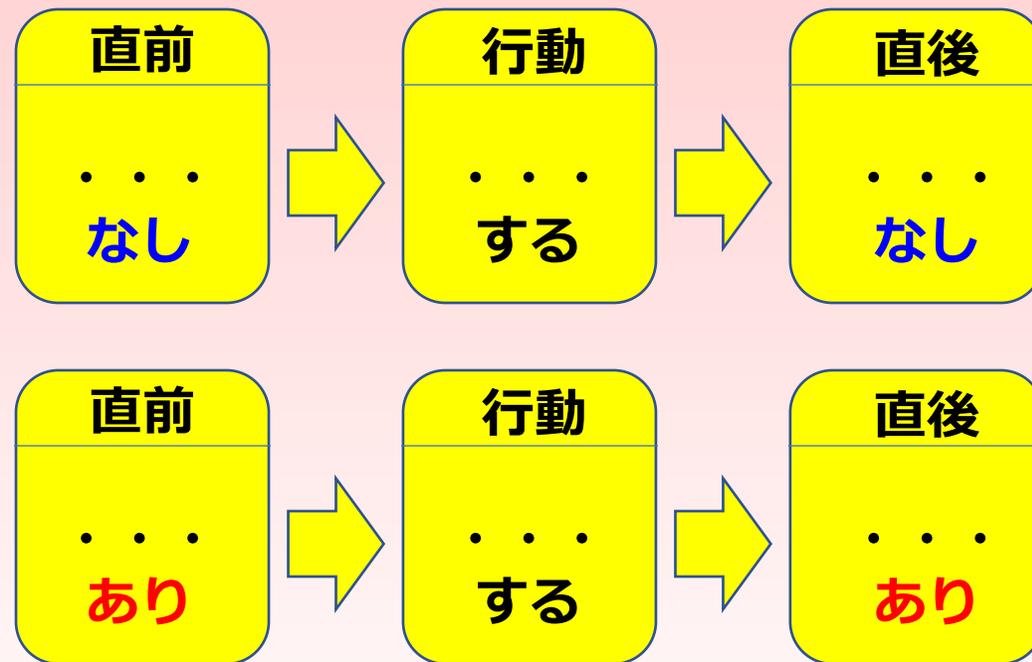
## 【問題行動を減少させる方法】

レベルⅡ 消去手続き

## 【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

## 【消去場面】



※ 「計画的無視」  
強化も弱化もしない  
= なにもしない

# ① 不適切行動を減らす 「分化強化」 「消去」

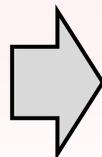
## 【問題行動を減少させる方法】

レベルⅡ 消去手続き

## 【消去の留意点】

「消去バースト」

消去手続きを開始した直後は、一時的に問題行動の頻度や強度が爆発的に増える



エクスポージャー療法  
の原理によると

- ・ 不安は一時的に上昇するものの時間とともに減っていく
- ・ 何度も練習していくうちに不安の大きさは全体的に小さくなる

# ① 不適切行動を減らす 「分化強化」 「消去」

## 【問題行動を減少させる方法】

### レベルⅢ 刺激の除去

レスポンスコスト：強化子を取り去ること

タイムアウト：強化される機会を一定期間与えなくすること

- ・ 非隔離タイムアウト
- ・ 排除タイムアウト
- ・ 隔離タイムアウト

# ① 不適切行動を減らす 「分化強化」 「消去」

## 【問題行動を減少させる方法】

### レベルⅣ 嫌悪刺激の呈示

無条件性嫌悪刺激：肉体的な苦痛や不安感を与えるもの

条件性嫌悪刺激：経験を通して嫌悪感を与えるようになったもの

※ 他の方法がうまくいかないときの最後の手段  
直接「虐待」につながりかねない

## 望ましい行動を身に付ける5段階戦略

- ① 不適切行動を『軽減』する・なくす 「分化強化」 「消去」
  - ・ 不適切な行動の頻度を下げる（＝強化しない）
- ② 望ましい行動を新たに『獲得』させる 「シェイピング」 「SST」
  - ・ これまで持っていなかった行動を出現させ強化する
- ③ 獲得した行動を『維持』させる 「強化スケジュール」
  - ・ 一度獲得した行動が弱化・消去されないよう維持する
- ④ 獲得した行動を『般化』させる 「習慣化」
  - ・ 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
- ⑤ 獲得した行動の『自立』度を高める 「フェイディング」
  - ・ 他者の依存ではなく自分の力で行動する部分を増やす

## ② 新たに行動を獲得する



## ② 行動の獲得 「シェイピング」・「SST」

### 【シェイピング】

目標となる行動をスモールステップに分けて、簡単なものから教育・学習していく方法

目標行動に**より似ている行動**だけを次々と分化強化していく手続き



### 【連続強化スケジュール】

行動するたびに強化する手続き

### 【目標行動】

レパートリーでない行動の1つで目標行動と関係の深い次元上で**似ている行動**

### 【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**

## ② 行動の獲得 「シェイピング」・「SST」

### 【目標となる行動の細分化】

細分化の例：部屋から出る



- 1.立つ
- 2.歩く
- 3.ドアに近づく
- 4.ドアに触る
- 5.ドアノブに触る
- 6.ドアノブを回す
- 7.ドアを押す
- 8.開いたドアを押さえて固定する
- 9.右足をドアの外に出す
- 10.両足を外に出して部屋から出る
- 11.ドアから手を離す

## ② 行動の獲得 「シェイピング」・「SST」

### トレーニングの流れ

教示

やり方を教える

モデリング

や実際にやって手本を見せる

リハーサル

ロールプレイやゲームなどで実践的に練習する

フィードバック

できていること・できていないことを評価する

般化

日常生活の中で取り組む

## 望ましい行動を身に付ける5段階戦略

- ① 不適切行動を『軽減』する・なくす 「分化強化」 「消去」
  - ・ 不適切な行動の頻度を下げる（＝強化しない）
- ② 望ましい行動を新たに『獲得』させる 「シェイピング」 「SST」
  - ・ これまで持っていなかった行動を出現させ強化する
- ③ 獲得した行動を『維持』させる 「強化スケジュール」
  - ・ 一度獲得した行動が弱化・消去されないよう維持する
- ④ 獲得した行動を『般化』させる 「習慣化」
  - ・ 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
- ⑤ 獲得した行動の『自立』度を高める 「フェイディング」
  - ・ 他者の依存ではなく自分の力で行動する部分を増やす

### ③ 行動を維持する



### ③ 行動の維持 「強化スケジュール」

#### 【連続強化スケジュール】

行動するたびに  
好子が出現したり  
嫌子が消失すること

#### 【部分強化スケジュール】

何回かに1回だけ  
行動に随伴して  
好子が出現したり  
嫌子が消失すること

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

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

## 望ましい行動を身に付ける5段階戦略

- ① 不適切行動を『軽減』する・なくす 「分化強化」「消去」
  - ・ 不適切な行動の頻度を下げる（＝強化しない）
- ② 望ましい行動を新たに『獲得』させる 「シェイピング」「SST」
  - ・ これまで持っていなかった行動を出現させ強化する
- ③ 獲得した行動を『維持』させる 「強化スケジュール」
  - ・ 一度獲得した行動が弱化・消去されないよう維持する
- ④ 獲得した行動を『般化』させる 「習慣化」
  - ・ 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
- ⑤ 獲得した行動の『自立』度を高める 「フェイディング」
  - ・ 他者の依存ではなく自分の力で行動する部分を増やす

## ④ 行動を般化する



### 習慣とは

十分に学習した行動や自動化された行動系列のうち、比較的特定の状況で生じ、時間がたつことで運動性の反射となり、動機付けや認知の影響を受けなくなり、意識的な意図をほとんど、あるいはまったく伴わずに実行されるもの。

### 習慣化の特徴

- ・ その行動をするのが当たり前を感じる。  
その行動をしない方が気持ち悪いと、違和感を覚えることもある。
- ・ 意志の力が不必要。無意識のうちに行っていることもある。
- ・ がんばらずにずっと継続できる。  
むしろやめようと思っても、やめられない。

## ④ 行動の汎化（般化）

## 「習慣化」

1. 続けること自体を目標にする（最重要）
2. 具体的かつ客観的な目標にする
3. 今すぐにはじめる
4. 極限までハードルを下げて簡単な目標にする
5. イレギュラーに対応するルールを作る
6. やるタイミングを具体的に決める
7. 別の習慣にくっつける
8. 毎日やる
9. 個人目標を持って楽しむ
10. 周囲に宣言する

## ④ 行動の汎化（般化）

## 「習慣化」

11. だれかと一緒にやる
12. 習慣化できたら目標を再設定する
13. 自分につらい思いをさせない
14. 失敗するのが難しいほど小さく始める
15. 意志の力ではなく脳内物質の力を使う
16. 貼り出しでワーキングメモリをサポートする
17. 数字を記録する
18. 快感を見つけ大げさに感じる
19. 他人の力を借りる



## 望ましい行動を身に付ける5段階戦略

- ① 不適切行動を『軽減』する・なくす 「分化強化」「消去」
  - ・ 不適切な行動の頻度を下げる（＝強化しない）
- ② 望ましい行動を新たに『獲得』させる 「シェイピング」「SST」
  - ・ これまで持っていなかった行動を出現させ強化する
- ③ 獲得した行動を『維持』させる 「強化スケジュール」
  - ・ 一度獲得した行動が弱化・消去されないよう維持する
- ④ 獲得した行動を『般化』させる 「習慣化」
  - ・ 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
- ⑤ 獲得した行動の『自立』度を高める 「フェイディング」
  - ・ 他者の依存ではなく自分の力で行動する部分を増やす

## ④ 行動を自立化する



## ⑤ 行動の自立 「フェイディング」

### 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？」



・「約束を思い出してごらん」



・（声かけせずに待つ）

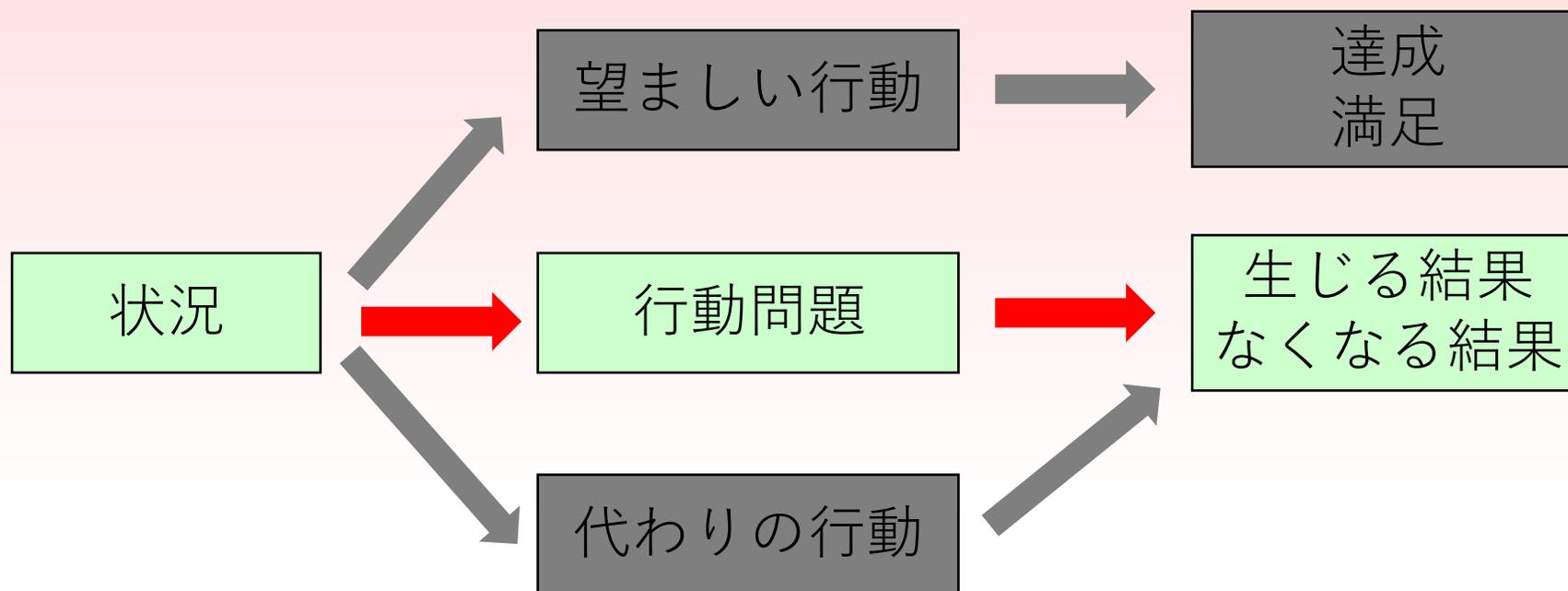
## 望ましい行動を身に付ける5段階戦略

- ① 不適切行動を『**軽減**』する・なくす 「**分化強化**」 「**消去**」
  - ・ 不適切な行動の頻度を下げる（＝強化しない）
- ② 望ましい行動を新たに『**獲得**』させる 「**シェイピング**」 「**SST**」
  - ・ これまで持っていなかった行動を出現させ強化する
- ③ 獲得した行動を『**維持**』させる 「**強化スケジュール**」
  - ・ 一度獲得した行動が弱化・消去されないよう維持する
- ④ 獲得した行動を『**般化**』させる 「**習慣化**」
  - ・ 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
- ⑤ 獲得した行動の『**自立**』度を高める 「**フェイディング**」
  - ・ 他者の依存ではなく自分の力で行動する部分を増やす

# 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

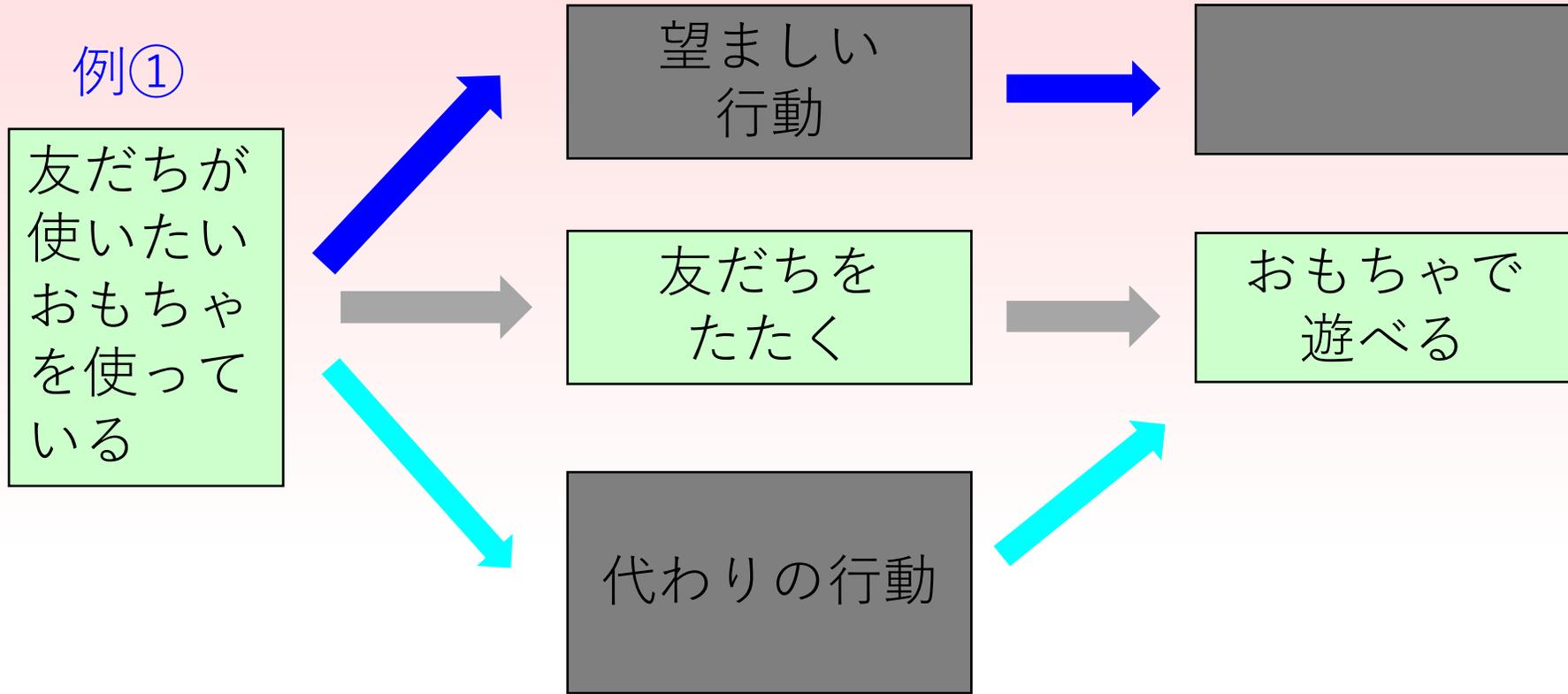
【子どもの力を高める支援を検討する】



# 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】

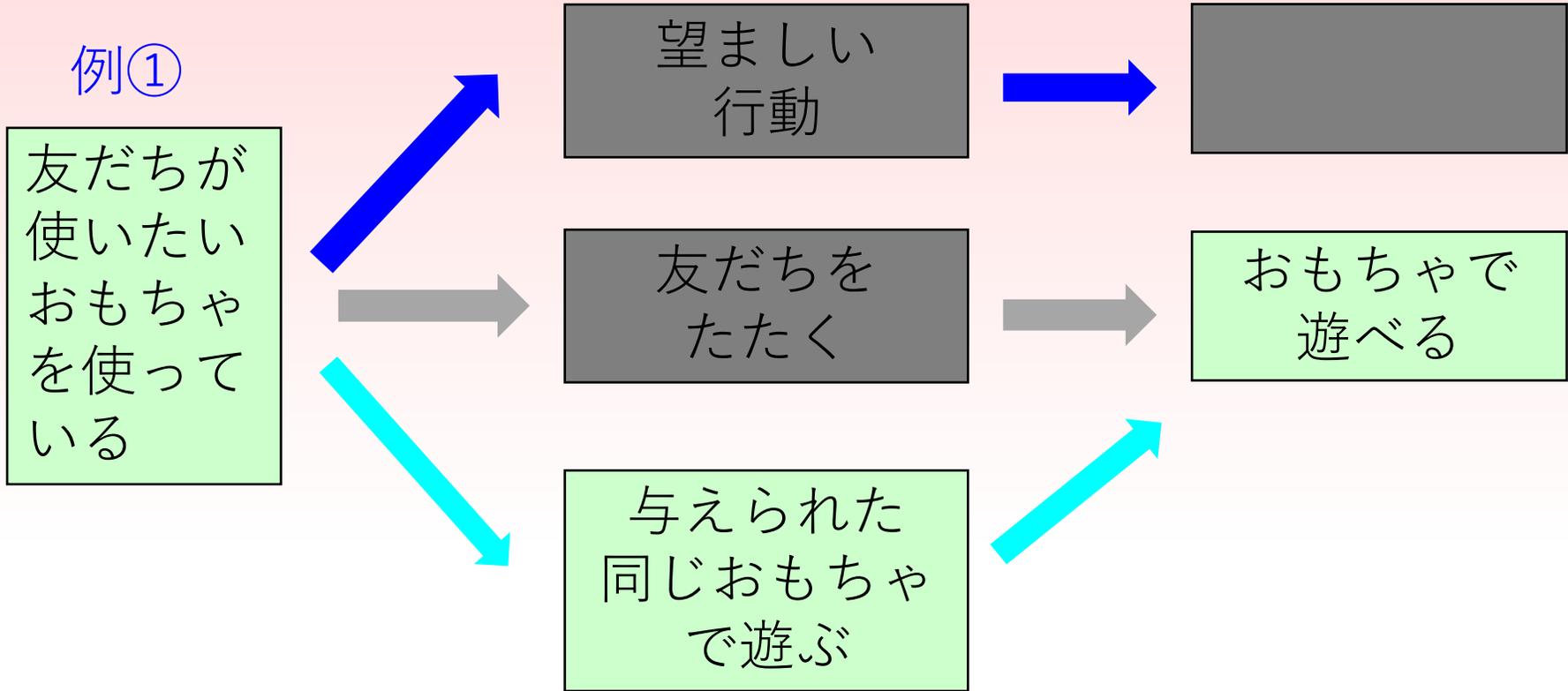


※ 学ぶ力を身に付けるスモールステップを踏んで！  
子ども観察力 & 支援力養成ガイド

# 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】

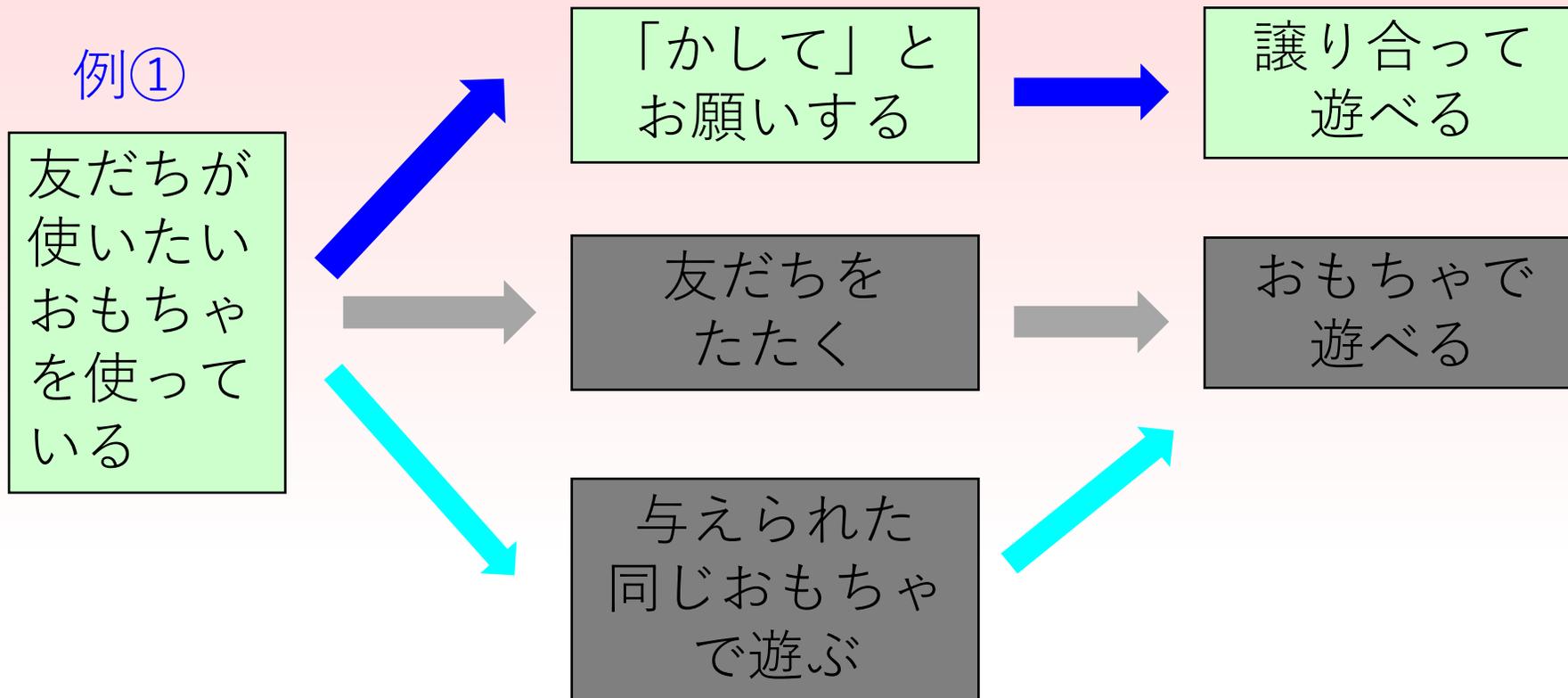


※ 学ぶ力を身に付けるスモールステップを踏んで！  
子ども観察力 & 支援力養成ガイド

# 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