

## 【基礎編】第6回 問題行動への対応：介入の基礎

### ◆ 研修資料(受講者配布用) ◆

#### 1. はじめに：行動を変えるための「地図」

前回の研修で、私たちは「行動探偵」として、問題行動の裏にあるメッセージ(機能)を解読する方法を学びました。機能の仮説が立てられた今、私たちはようやくスタートラインに立ったこととなります。

今回の研修では、その仮説という「地図」を元に、どのようにして問題行動を減らし、代わりに望ましい行動を増やしていくか、その具体的な介入(支援)の基本戦略を学びます。

ABAの介入は、単に行動を「消す」ことを目指しません。子どもがより良い方法で自分の要求を伝え、社会に適応していけるスキルを教えること、つまり「行動のレパートリーを豊かにする」ことを目的とします。

#### 2. 介入のゴールデンルール：「代替行動」を教える

問題行動への対応で、最も重要な原則がこれです。

問題行動をただ「ダメ!」と禁止するだけでは、根本的な解決にはならない。

その行動が果たしていたのと同じ機能(目的)を持つ、より適切で望ましい行動(代替行動)を教え、それを育てる必要がある。

- 代替行動(だいたいこうどう)とは? :問題行動の代わりに、同じ目的を達成できる、社会的に受け入れられやすい行動のこと。
- なぜ必要? :子どもは、その目的を達成する他の方法を知らないからこそ、問題行動という手段に頼っています。その手段をただ奪うだけでは、子どもは欲求不満になり、さらに強い問題行動に出るかもしれません。新しい「便利な道具(代替行動)」を渡してあげることで、子どもは古い道具(問題行動)を手放すことができるのです。

#### 【機能別：代替行動の例】

機能(目的)	問題行動	→	代替行動(教えるスキル)
要求	他の子のおもちゃを奪う	→	「かして」と声に出して言う／貸してのカードを渡す
注目	奇声を発する	→	「せんせい、みて」と肩をトントンと叩く
逃避	課題を破る	→	「きゅうけい」のカードを提示する／「おわ

			りにしたい」と伝える
感覚	自分の手を噛む	→	代わりにハンドスピナーなどの感覚おもちゃを使う

### 3. ポジティブな行動変容:「分化強化」という強力なツール

代替行動を教え、育てるための具体的な手続きが「分化強化(ぶんかきょうか)」です。これは、「望ましい行動だけを選んで(分化して)強化する」という手続きの総称です。いくつかの種類がありますが、今回は特に重要な3つを学びます。

#### ① DRA (Differential Reinforcement of Alternative Behavior): 代替行動分化強化

- 仕組み: 問題行動の代わりとなる、より適切な代替行動を強化する。同時に、問題行動は強化しない(無視する/注目しない)。
- これが基本形であり、最も重要です。
- 【具体例】
  - 機能が「注目」のケース: 支援者が他の子と話している時に、奇声を発する子がいる。
  - 支援:
    - (代替行動) 子どもが「せんせい」と静かに呼んだり、肩を叩いたりした時 → すかさず「どうしたの?」と笑顔で最大限の注目を与える(DRA)。
    - (問題行動) 奇声を発した時 → 表情を変えず、視線も向けず、注目を与えない(徹底的に無視する)。
  - 結果: 子どもは「静かに呼んだ方が、先生は確実にかまってくれる」と学習し、奇声が減っていく。

#### ② DRI (Differential Reinforcement of Incompatible Behavior): 拮抗行動分化強化

- 仕組み: 問題行動とは物理的に両立不可能な行動(拮NBC)を強化する。
- 【具体例】
  - 問題行動: 授業中に、自分の手を叩く行動がやめられない。
  - 支援:
    - (拮抗行動) 両手を使って粘土遊びやビーズ通しなどの課題に取り組んでいる時 → 積極的に褒め、強化する(DRI)。(両手で作業をしていれば、手を叩くことは物理的に不可能)
    - (問題行動) 手を叩いている時は、強化しない。
  - 結果: 手を使った建設的な活動の時間が増え、結果的に手を叩く時間が減っていく。

#### ③ DRO (Differential Reinforcement of Other Behavior): 他行動分化強化

- 仕組み: 問題行動が起きなかった、определенный「時間」に対して強化する。
- 【具体例】
  - 問題行動: 平均して5分に1回程度、席を離れてしまう子がいる。

- 支援：
  - （時間設定）まず、目標時間を少し短めの「3分」に設定する。
  - （強化）タイマーをセットし、3分間、席を離れる行動が起きなければ、タイマーが鳴った時点で「3分間座れたね！すごい！」と褒め、シールを1枚あげる（DRO）。
  - もし途中で席を離れたら、タイマーはリセットし、強化はしない。
  - 成功が続けば、徐々に時間を延ばしていく（3分→4分→5分...）。
- 結果：座っていること自体が強化されるため、離席が減っていく。

#### 4. 問題行動のエンジンを止める：「消去」と「消去バースト」

- 消去（しょうきょ）とは？
    - これまで問題行動を維持していた強化子（注目、要求の実現、逃避の成功など）を、徹底して与えないようにする手続きです。
    - DRAとセットで使われ、「代替行動は強化するが、問題行動は強化しない（消去する）」というのが基本戦略になります。
  - 知っておくべき副作用：消去バースト（Extinction Burst）
    - 消去バーストとは？：消去手続きを始めた直後に、今までもらえていた強化子がもらえなくなるため、子どもが「あれ？おかしいな？」と感じ、一時的に、より激しく、より頻繁に問題行動を行う現象のこと。
      - （例）今まで奇声を出せば注目してくれたのに、急に無視されるようになった → もっと大きな声で、もっと長く叫んでみよう！
    - 支援者の心構え：これは、支援が効き始めている証拠であり、行動変容のプロセスで必ず起こる正常な反応です。ここで支援者が根負けして注目を与えてしまうと、「前よりもうんと激しくやれば、言うことを聞くんだな」という最悪の学習をさせてしまいます。
    - 一番つらい時期ですが、チーム全員で「今が踏ん張りどころだ」と共有し、一貫した対応をやり抜く覚悟が不可欠です。
-

## ◆ 講師用原稿 ◆

(スライド1:タイトル)

「皆さん、こんにちは。研修第6回を始めます。前回、皆さんは行動探偵として、問題行動の『なぜ?』、つまり機能の仮説を立てる方法を学びました。今日はいよいよ、その捜査結果をもとに犯行(問題行動)を防ぎ、より良い行動へと導くための具体的な介入方法を学びます。探偵から、行動の『教育者』へとステップアップする回です。」

---

(スライド2:介入のゴールデンルール) 15分

「問題行動への対応を考える時、絶対に忘れてはならないゴールデンルールがあります。それが、『代替行動を教える』ということです。

(スライドの例を指しながら)おもちゃを奪ってしまう子に、ただ『ダメ!』と言うだけでは、その子が『おもちゃで遊びたい』という気持ちをどう表現すればいいのか、分かりません。私たちは、その気持ちを表現するための新しい言葉やスキル、『かしてって言おうね』という新しい道具をプレゼントし、その道具の使い方を丁寧に教えてあげる必要があります。

問題行動を禁止する前に、まず『代わりにどうすれば良かったか』を教える。この順番を、絶対に間違えないでください。」

---

(スライド3:分化強化とは?) 30分

「その代替行動を教え、育てるための最も強力なツールが『分化強化』です。難しく聞こえますが、要は『えこひいき』です。たくさんの行動の中から、望ましい行動だけをえこひいきして褒める(強化する)。その結果、子どもは『この行動をすれば、良いことがあるんだな』と学習していくわけです。」

(スライド4:DRA)

「その中でも、最も基本で最も重要なのが、このDRAです。(スライドの例を説明しながら)奇声には注目せず、静かに呼んだ時にだけ注目する。このコントラストが強ければ強いほど、子どもの学習は早まります。

ここで重要なのは、代替行動は、問題行動よりも『簡単で』『確実に』『すぐに』強化される必要があるということです。奇声を張り上げるよりも、肩をトントンする方が簡単で、しかも確実に先生が振り向いてくれる。この状況を作れば、子どもは自然と楽な代替行動を選ぶようになります。」

(スライド5:DRIとDRO)

「DRIは、DRAの応用編です。手を叩く代わりに、粘土遊びを褒める。物理的に両立しない行動を強化するので、効果が分かりやすいのが特徴です。

DROは、少し毛色が違います。これは『行動が起きなかった時間』を褒める、というアプローチです。離席が多い子に『座っていられて偉いね』と伝えることで、『座っていること』自体の価値を高めていくわけです。これは、特定の代替行動を教えるに比べ、漠然とした行動(そわそわするなど)にも使いやすいのが利点です。」

---

(スライド6:消去と消去バースト) 30分

「分化強化を成功させるためには、光と影の『影』の部分も理解しておく必要があります。それが『消去』です。代替行動を強化する一方で、問題行動を強化していたエンジンを止める作業です。」

(スライドの消去バーストを強調しながら)そして、皆さんに今日、絶対に覚えて帰ってほしいのが、この『消去バースト』という現象です。

例えるなら、いつもお金を入れていた自動販売機が、急にお金を入れてもジュースを出してくれなくなった状況です。皆さんはどうしますか？...そうですね、まず『あれ？』と思って、ボタンを連打したり、返却レバーをガチャガチャしたり、ちょっと機械を揺すってみたりしますよね（笑）。これが消去バーストです。」

「子どもも全く同じです。今までこの方法で手に入っていたものが手に入らなくなると、一時的に行動はエスカレートします。でも、これは支援が効いている証拠なんです。ここで私たちが『うるさいから』と折れてしまったら、子どもは『ボタンを連打すればジュースが出るんだ！』と学習してしまいます。この嵐のような時期を乗り越えられるかどうかは、支援者チーム全員が、この現象を理論として理解し、『今が正念場だね』と励まし合いながら、一貫した対応を取れるかにかかっています。」

---

（スライド7: グループワーク）20分

「では、皆さんに介入計画を立ててもらいます！」

「（ワーク）課題の時間、Aくんは難しい問題が出ると、机の上の筆箱を床に落とします。すると支援者が駆け寄り、『どうしたの？一緒にやろうか』と手伝ってくれるため、いつもそれで課題を乗り切っています。」

- ①この行動の機能は何でしょうか？
- ②この子に教えるべき代替行動は何でしょうか？
- ③DRAを使って、具体的な支援計画を立ててみてください。

グループで話し合ってみましょう。（10分程度）」

「（発表後）...素晴らしい計画ですね！

- ①機能は『逃避』。②代替行動は『わかりません』や『手伝ってください』と口頭やカードで伝えること。
- ③支援計画は、『Aくんが口頭やカードで助けを求められたら（代替行動）、すかさず「教えてくれてありがとう！一緒にやろう！」と褒めて手伝う（DRA）。筆箱を落とした時は（問題行動）、すぐに拾わず、注目もせず、少し待ってから冷静に対応する（消去）』。完璧なプランです！」

---

（スライド8: まとめ）10分

「本日は、機能的アセスメントに基づいた介入の基本戦略を学びました。

ゴールデnrルールは『代替行動を教える』こと。そのための強力なツールが『分化強化』であること。そして、その過程で起こる『消去バースト』という嵐を乗り越える覚悟が必要であること。この3点を、ぜひ覚えておいてください。」

「問題行動への対応は、私たちの専門性が最も問われる場面です。しかし、今日学んだ科学的な視点を持てば、私たちは感情的に叱るのではなく、冷静に、そして効果的に子どもをより良い方向へと導くことができます。」

「次回は、個別支援計画の立て方と、記録の重要性について学びます。今日考えたような介入プランを、どのように正式な計画に落とし込み、チームで共有していくかを学びましょう。

何か質問はありますか？（質疑応答）

...それでは、本日の研修はこれで終了です。お疲れ様でした。」