研究支援部だより

住之江支援学校 教員向け
令和5年11月9日（木）
Vol.7

今月のテーマは**ABA（応用行動分析学）**です！

夏季休業中に地域支援の一環として地域の小学校に研修に行きました。「子ども理解」「ABA について」「愛着障害について」の3本立てで行いました。その時にお話しした内容の一部を紹介します♪

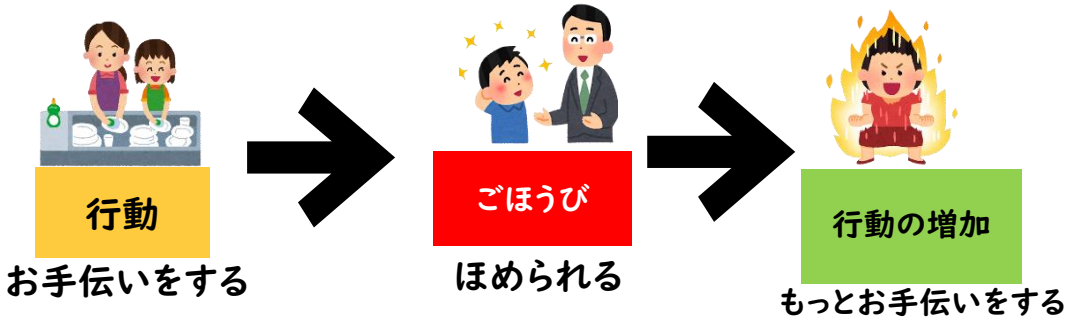
ABA とは？

応用行動分析学（Applied Behavior Analysis）、行動療法とも言う。
科学的に確かめられた人間の行動の基本原理を、社会のさまざまな課題のために応用するもの。望ましい行動に対して、強化子によって伸ばすことを基本とする。
自閉症をはじめとする発達障がい、知的障がいをもつ子どもたちや成人の療育法、支援法として世界中に広く普及している。自閉スペクトラム症（ASD）への早期療育法として高い改善効果があることが古くから確かめられている。

ABA の基本原理

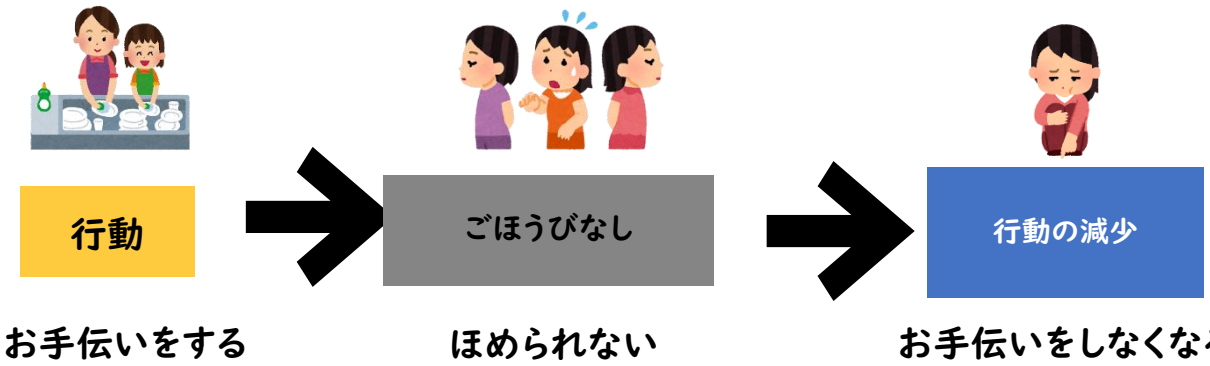
強化

ある行動の直後に、その人にとってごほうびとなるような刺激があると以後、その行動は増加する。これを「強化」といい、ほうびとなる刺激のことを「強化子」または「好子」という。子どもが良いことをした時に取り入れるといい。



消去

ある行動の直後に、その人にとってごほうびとなるような刺激がないと以後、その行動は減少する。これを「消去」という。子どもが望ましくない行動（行動問題）を行った時に取り入れるといい。



ABA における行動問題とは？

望ましくない行動のことを行動問題と言います。消去しておきたい行動問題の具体例は…

癇癪、パニック、いたずら、危険行為（高いところに登るなど）、自傷、自己刺激（性器いじりなど）です。

行動問題も「行動」である以上、理由があります。その「理由」を分析して対処していくのが ABA です。
何によって「強化」され、その行動が増えているのかは「行動の直後」に注目することで分かります。
例えば…

直前

お菓子を
買ってもらえない

→

行動問題

癇癪

→

直後

お菓子を
買ってもらえる

この場合、「癇癪」を起こしたからお菓子を手に入れることができました。子どもたちは「癇癪を起したら自分の思い通りになる」という誤学習してしまうわけです。
この場合は、癇癪を起した時はお菓子を買わず、子どもが落ち着いてから代替行動（癇癪を起す以外の適切な気持ちの伝え方）を教えます。代替行動として考えられるのは、言葉で伝える、カードを渡して伝える、ジェスチャーを使って伝える、などです。

ABC 分析

このように子どもの行動問題を分析することを A（Antecedent）行動の前の出来事、状態　B（Behavior）行動　C（Consequence）行動の後の出来事、状態　頭文字をとって ABC 分析と言います。

行動問題の4大強化子

行動問題の理由となっている強化子の代表例4つを取り上げたいと思います。学校で見られる光景もあるかもしれません。

要求の実現

直前

お菓子を
買ってもらえない

→

行動問題

癇癪

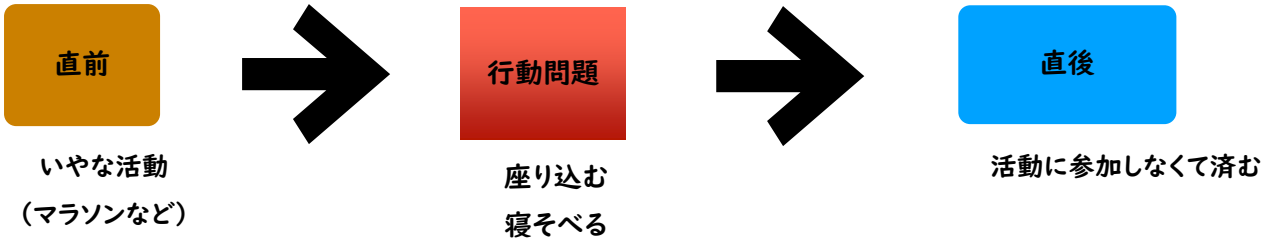
→

直後

お菓子を
買ってもらえる

「癇癪を起したこと」で「お菓子を買ってもらう」という要求が通ったので、「要求の実現」。強化子は「お菓子を買ってもらった」こと。この場合はお菓子を買わず、上記に述べたような、癇癪を起して気持ちを伝える以外の代替行動を教える。

回避

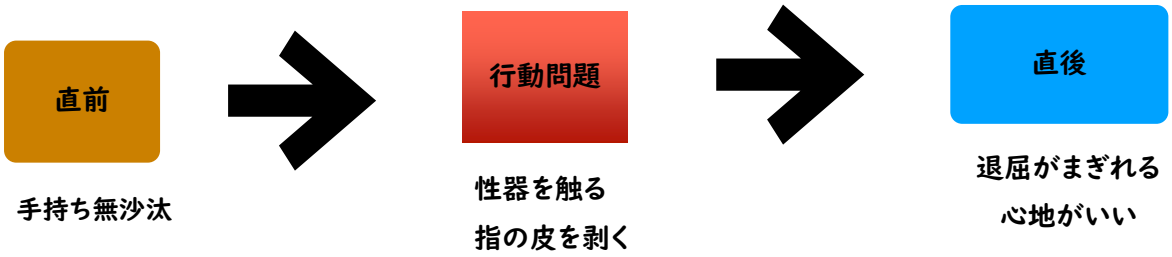


「座り込む」「寝そべる」ことでいやな活動に参加しなくて済んだ。回避したいという要望が通ったので「回避」という。強化子は「参加しなくて済んだ」こと。この場合、なぜ子どもが回避したいと考えたのか分析し、活動の内容を見直すことが大切。活動内容を本人に合ったものに調整し、少しでも成功できる活動や支援を講じることが大切。子どもに「いやな活動だった」という思い出を残さないようにする。

注目

「高い所に登る」ことや「物を投げる」などの危険行為をしたことで教師や他の友だちに注目されたり「あかんで」「やめなさい」と声をかけられたりした。強化子は人から反応されること。実践するのは難しいかもしれないが、声をかけず顔も見ず、高い所から降ろしたり、物を取り上げたり、拾わせる。場所を変えて簡単な用事を頼み、できたらたくさん褒める。また、危険行為をしていない日常において、話す時間をとったり、遊んだりして子どもの注目欲求を満たすと問題行動が減る。

感覚刺激



授業内容が本人にとって理解できず退屈な時に、性器や手などを触り、自己刺激を入れることで退屈がまぎれる。この場合はつなぎの服を着せて性器を触りにくくしたり、指の皮を剥く代わりになるグッズを用意したりすることで消去できる。授業中であれば、学習活動や内容を本人ができることに調整したり、手伝いを頼んだり、その子が手持ち無沙汰にならないような活動を取り入れたりするといい。

良い行動はどうやって教えたらいい？

適切な行動の教え方

教えたいことをいきなり教えるのではなく、スモールステップで教える。（みなさん取り入れていらっしゃると思います）

チェイニング 朝の用意や着替えなど身辺自立に関するスキルは細かいステップに分けて１つずつ繋げていく。最後のステップから教える。

プロンプト 新しい行動を教えるとき、最初は後ろから手を添えたり、言葉で気づきを促したりするなど援助の種類、大小様々を用いて援助する。これをプロンプトという。最初は大きな援助からプロンプトをして教えて、どんどん減らしていく。

大切なのは「強化」と「代替行動の形成」です。その子どもにとっての「強化子」や実態に合った「代替行動」はなにか考えましょう。

強化子になりえるもの 先生方の笑顔、褒め言葉、自由に過ごせる活動、好きな活動、絵本、おもちゃ、タブレット端末、お菓子、ジュース、シール、花丸、トークン（いくつか貯めるとご褒美がもらえる）

代替行動になりえるもの 言葉、絵カード、文字カード、筆談、ジェスチャーで自分の気持ちや欲求を伝えること。「休憩します」「助けてください」「いやです」と言葉、絵カード、文字カード、筆談、ジェスチャーを用いて伝えること。ポップチューブ、スクイーズボール、着圧ベスト、プロタックボールクッションなど自分で感覚をいれることができるグッズを使うこと。

最後に

長くなりましたが、ABA の考え方の基本をまとめてみました。
参考にしたのは、NPO 法人 つみきの会の公開セミナーの資料とピラミッド教育コンサルタントオブジャパン株式会社の「問題行動に対処するためのガイド」です。

このほかにも ABA の考え方についての文献や研修など多数あります。ご興味のある方は調べてみてください。
この考え方が絶対に正しいというわけではありませんが、子どもたちの支援の方法の一つとして思い浮かべていただけると幸いです。

また、研修支援部の予算で購入している本の中にも ABA についての記述があるものがあります。
「3ステップで行動問題を解決するハンドブック」（大久保賢一 著）「行動障害支援に役立つアイディア集 65例のp16、p66」（志賀利一 監修、林大輔 著）（ご自分で研修を受けたり、本を購入したりしなくても本校にあるので気軽に調べることができます）