

# 相談支援つうしん

<第70号>2021年3月22日  
県立湘南養護学校 支援連携部  
相談支援係 ～教師編～

## ✚ ～不適切な行動を減らすために～

不適切な行動を見たときに、私たちはそれを「やめなさい。」「なんでそんなことするの!？」といった言葉で注意して減らそう・なくそうと試みます。しかし、特別支援学校などで子どもたちと接する際には、より具体的な行動の内容を示します。

応用行動分析では、不適切な行動を減らすときには4つの段階に基づいて取り組むよう指針が示されています。今回は最初に取り組む分化強化について取り上げます。これは、不適切な行動とは機能的に同じ行動を強化することで不適切な行動を減らす方法です。不適切な行動に対して“ダメ”と禁止をする代わりに、“こうするといいいよ”という行動を右図のように教えていきます。

分化強化には以下の4つの種類があります。公式のように下の表を覚えておくとうりなので、参考にしていただければと思います。

レベル1	分化強化手続き	①代替行動分化強化 ②対立行動分化強化 ③他行動分化強化 ④低頻度行動分化強化
レベル2	消去（強化しない）手続き	
レベル3	求めている刺激を撤去	
レベル4	嫌悪刺激が行動に随伴する	



### ①代替行動分化強化

減らしたい不適切な行動を支障の少ない行動に置き換えていく方法です。例えば、学習中に気分が高揚すると机を叩いてしまう子がいたときに、机の代わりに叩いてよいものを用意します。実際、小学部の朝の会を参観していたところ、ある児童の机に20×10 cmくらいのクッションや手で握れるサイズの感覚刺激グッズが置いてあり、児童はそれを叩くことで音が出ない工夫がしてありました。

### ②対立行動分化強化

これは代替行動分化強化とほとんど同じで、違いは同時にできない行動を取り上げ強化します。机を叩くこととクッションを叩くことは同時にできますが、立つことと座ることは同時にできない対立する行動です。例えば、手持無沙汰になるとすぐに離席してしまうことに対して、着席している状態を強化するために大好きな塗り絵を与えるなどがあります。代替行動/対立行動の分化強化は厳密には分けられないこともありますが、状況に即してアイデアを考えてみてください。

### ③他行動分化強化

これは不適切な行動がある特定の期間見られなかったときに好子が与えられる方法です。例えば、「授業中1度もおしゃべりをしなかったら、明日は昼休みを2倍にします。」などです。実際、この目標は高すぎるので、「授業中10分間おしゃべりをしなかったらシールを1枚あげます。5枚たまったら昼休み

は2倍になります。」といった内容にします。

この方法は、不適切な行動を徐々に減らしていくことが現実的であるときに用いられます。子どもの認知レベルに応じて、期間（時間）を短くしたり好子をすぐに提示したりするなどの工夫が必要です。

#### ④低頻度行動分化強化

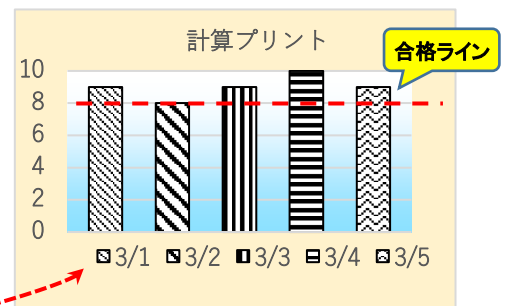
頻繁に起こっていた不適切な行動の生起率を許容できるレベルまで減少させるために用いられる方法です。例えば、授業と関係のない発言は1回の授業につき5回まではOKというルールを設定し、その目標が達成されたら好子を提示します。この手立ても不適切な行動を徐々に許容できる範囲まで減らしていく方法ですが、他害など1回でも許容ができない行動を減らすときに用いることはできません。

徐々に許容範囲を  
少なくしていきます。

#### ～間違いを許せるようになるための練習～

他校からの相談で、勉強で間違えることに強い抵抗を示し、登校を渋るようになってしまった生徒がいました。そこで、間違えることを許容する力をつける練習をすることになりました（※事例は内容を改変しています）。

目標は、まずは計算問題で間違えても落ち込まない（落ち込む行動を減らす）ことに決め、2問間違えても合格として表彰することにしました。使用する課題は、本人が確実にできる2桁×1桁のひっ算と、最後に間違いやすい2桁同士の掛け算を入れたプリントにしました。そして、10点満点中2問は間違えても合格に変わりがいいことを伝えるようにしました。そして、達成していることが分かりやすいように、グラフ化して合格ラインを見せるようにしました。実際に取り組んでみると、最初はいつも通り間違えることに抵抗や不安を示しましたが、信頼できる保護者と担任の励ましがあつたことで、徐々に受け入れられるようになっていきました。



#### ✦ 苦手なことや不安なことに取り組むときには、安心感と信頼関係が重要

この取り組みを通して1つ重要なことが分かりました。それは、信頼関係に基づいて子どもが安心してこそ、不安に耐えて（免疫力を高めて）課題に取り組んでいけるということです。

私たちの生活を振り返ってみても、病院での精密検査や初めての役所での手続きなど、不安を伴うときには信頼できる人がそばにいると安心するものです。そう考えると、子どもが苦手なことでも取り組めるよう促すのが上手な先生は、普段から子どもと対話を通して関係づくりをされていることに思い至ります。“備えあれば憂いなし”ではありませんが、子どもとの信頼関係や安心感は、子どもがいざというときにも主体的に取り組む意欲につながります。改めて、どんなエビデンスのある指導方法であれ、功を奏するためには、その土台となる関係づくりが前提であることを深く考えさせられました。

今年度1年間も、たくさんのプロフェッショナルな指導実践やアイデアに感動することがあり、また、子どもたちの成長を感じることもできました。この場を借りてお礼を申し上げたいと思います。ありがとうございました！

<参考文献>

P. A. アルバート / A. C. トルートマン 2004 はじめての応用行動分析 第2版 二弊社

