

2020年11月28日（土） 11:00-12:30  
『オンラインで学ぶ！  
令和2年度江戸川区発達相談・支援センター  
公開シンポジウム講演会』

# 「できる」を伸ばす！子育てに生かす 行動分析学

山本淳一（慶應義塾大学）

公認心理師・臨床心理士・臨床発達心理士

# 保護者の皆さんの悩み

<問題行動に目が行き、よい行動を見つけることができない。>

- ほめようと心がけているが、いつ・何を・どのようにほめればいいのか分からない。
- 子どもの出来ていない部分をつい指摘してしまう。

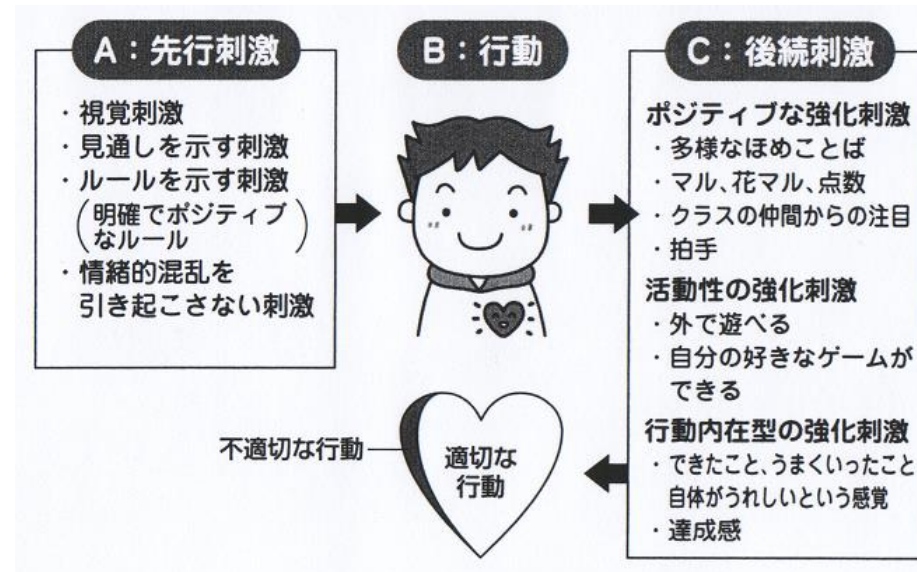
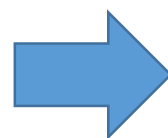
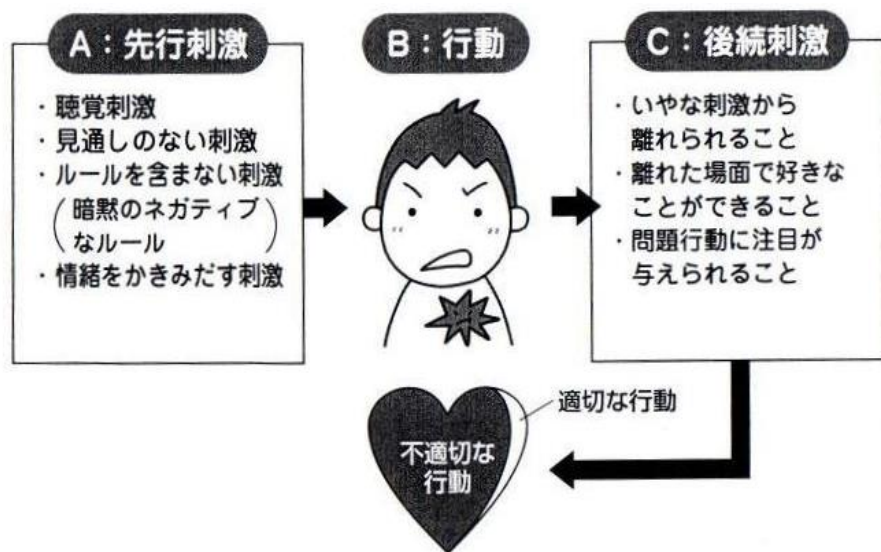
<よい行動をどう増やしていけばよいか分からない。>

- 学習や活動の際に、どう大人がサポートしたらいいか悩んでいる。
- 宿題や課題が終わらないので、最終的に大人が手伝うことが多い。

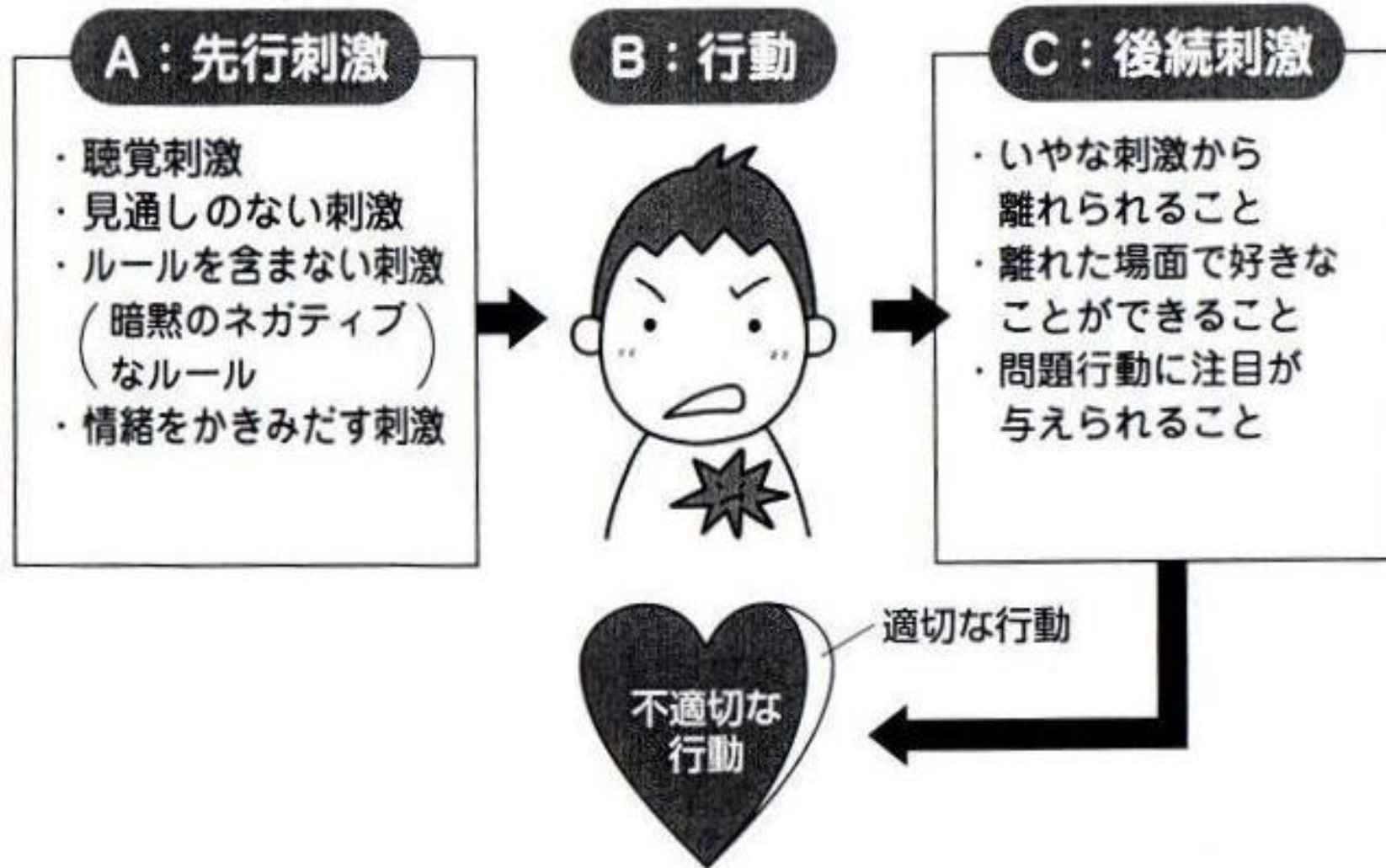
# 保護者の皆さんの悩み

<問題行動への対応方法がわからない。>

- 子どもの行動問題に対して、どう対応していいか分からない。
- 子どもの苦手なこと・イライラがなぜ起こるのか分からない。



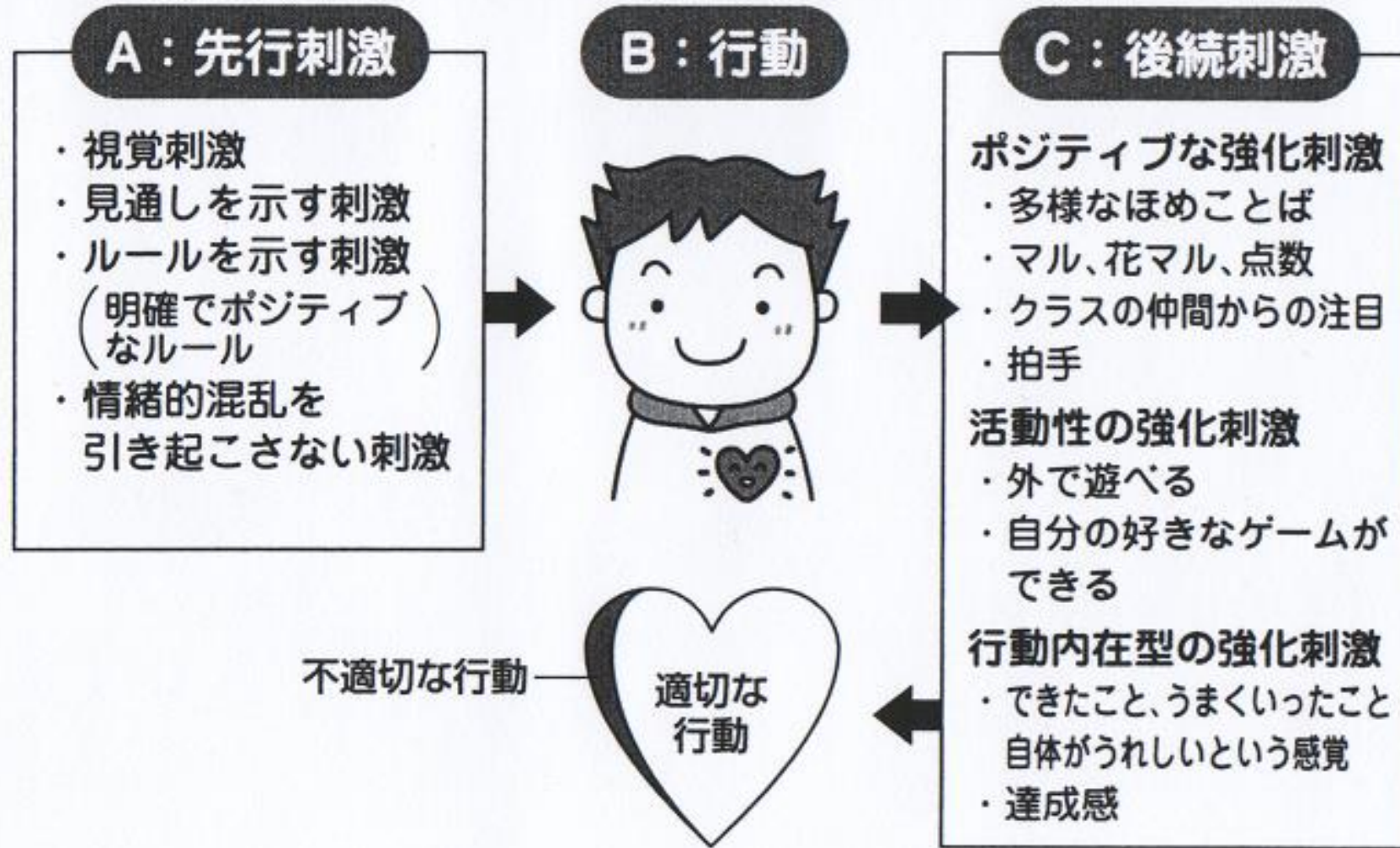
山本淳一・池田聡子(2007)できる！をのぼす行動と学習の  
支援. 日本標準



問題行動を生み出す先行刺激と後続刺激

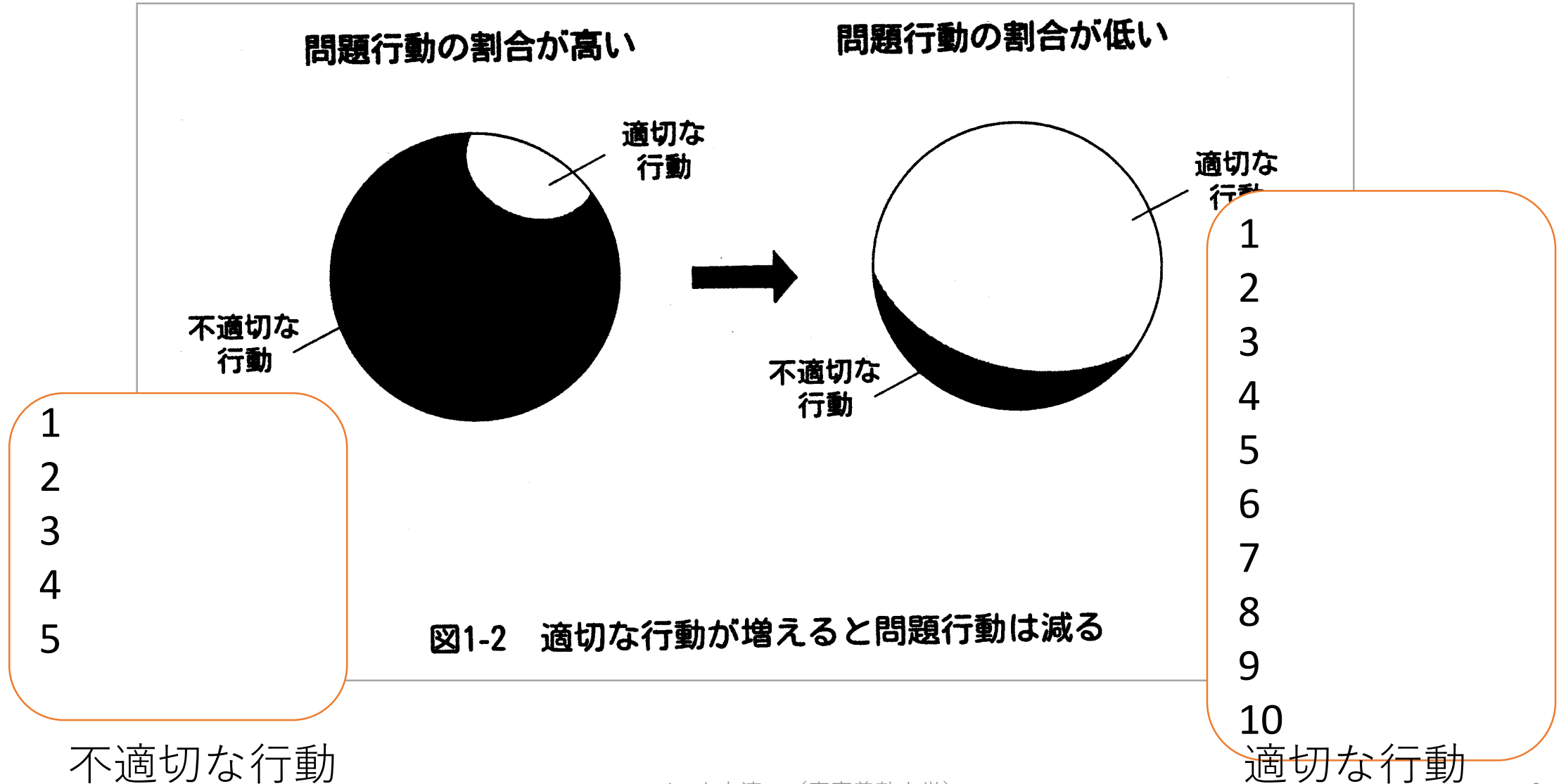


山本淳一・池田聡子(2007)できる！をのぼす  
行動と学習の支援. 日本標準



適切な行動を生み出す先行刺激と後続刺激

# ストレングス・モデル：適切な行動を増やすと、不適切な行動が減る。



# 応用行動分析による問題行動への支援方法

<問題：指示に従う・ルールに従うことができない。>

- 計画通りに物事を完成させない。
- 「やめなさい」といってもゲームや動画の視聴をなかなかやめない。
- ゲームや動画の視聴に関して、家庭で決めたルールを守らない。
- 指示をしても、やめてほしい行動を繰り返す。
- 大人が「〇〇やって」と指示をすると「やだ」「やらない」と拒否する。

<解決：従うことができる指示・ルールに従ってもらい、指示・ルールに従う行動を、ほめて、認めて増やす。>

# 応用行動分析による問題行動への支援方法

<問題：嫌なことがあると、興奮する。>

- 自分の思い通りにならないときに手が出る（叩く・物を投げるなど）。
- 嫌なことがあると抑えられないくらいに強く興奮する。
- 暴言を吐く。

<解決：興奮が収まった時に対応する。興奮しないで落ち着いて活動している時に、ほめる、認める。>



# 応用行動分析による問題行動への支援方法

< 感覚の問題が強すぎる。 : 過敏・鈍感・こだわり・不安・ >

- 音・触覚・光などへの過敏反応を示す。
- 感覚遊びにふける。
- 強いこだわりを示す。
- いつもと違うこと・違った方法であると混乱する。
- 強い対人緊張や対人不安を示す。

< 解決 : 不快な刺激に徐々に慣れてもらう。不快な刺激を受けつつも、うまくいった経験を繰り返す。 >

# 応用行動分析による問題行動への支援方法

<社会スキルズがない。>

- 大人とは関わることができるが、友だちとは関わらない。
- 集団と同じ行動をとらない。

<解決：集団とつかず離れずにいる、流れに乗る、先生・子ども・子どもの関係を進める。>

# 保護者との協働問題解決

## 保護者からの聞き取り

- (1) 問題行動を書いて（お話し）ください。
- (2) 問題行動が起こる状況を書いて（お話し）ください。
- (3) 本人のできるのところ、伸びてきたところを書いて（お話し）ください。

## 問題解決のためのポイント

- ① やってはいけないことはやらない。
- ② 最小限やるべきことを行う。
- ③ やるべきことを工夫する。

下記のWEBに、本日の研修会の内容がまとめてあります。

- 1) <http://www.aba-econsultation.jp> にアクセスします。
- 2) ログインの、ユーザー名、パスワードは記入する必要はありません。
- 3) 「いくつかのコースはゲストアクセスできます」下の、「ゲストとしてログインする」ボタンをクリックしてください。
- 4) 動画視聴画面にページが移ります。
- 5) 「<<必ずお読みください>>」部分に書かれている説明に従って操作してください。

# 問題解決

山本淳一・武藤崇・鎌倉やよい（編著）（2015）  
「ケースで学ぶ応用行動分析による問題解決」金剛出版

- 子育て支援、ペアレントトレーニング、保育実践、保育巡回相談、ソーシャルスキル訓練、
- 不登校、教室の構造化、ポジティブ行動支援、スクールワイド支援、校内支援体制、非行
- 精神障害、社会不安障害、うつ病、  
過敏性腸症候群、
- 2型糖尿病、慢性腎不全患者、  
慢性疾患患者
- リハビリテーション（PT、ST、OT）
- 高齢者支援、引きこもり、介護職員研修



# 発達支援・教育支援

- ・山本淳一（監修）松崎敦子（著）（2020）「0-5歳児 発達が気になる子のコミュニケーション力育て」学研
- ・山本淳一・池田聡子（2007）「できる！をのぼす行動と学習の支援」日本標準
- ・山本淳一・池田聡子（2005）「応用行動分析で特別支援教育がかわる」図書文化社
- ・吉野智富美（著）山本淳一（監修）（2012）「ABAスクールシャドー入門：特別に支援が必要な子どもたちを園や学校でサポートする親・セラピストそして先生のために」学苑社



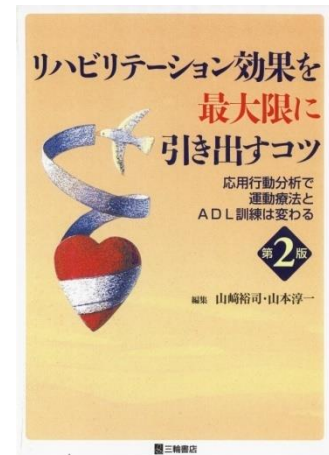


# リハビリテーション (理学療法、作業療法、言語聴覚療法)

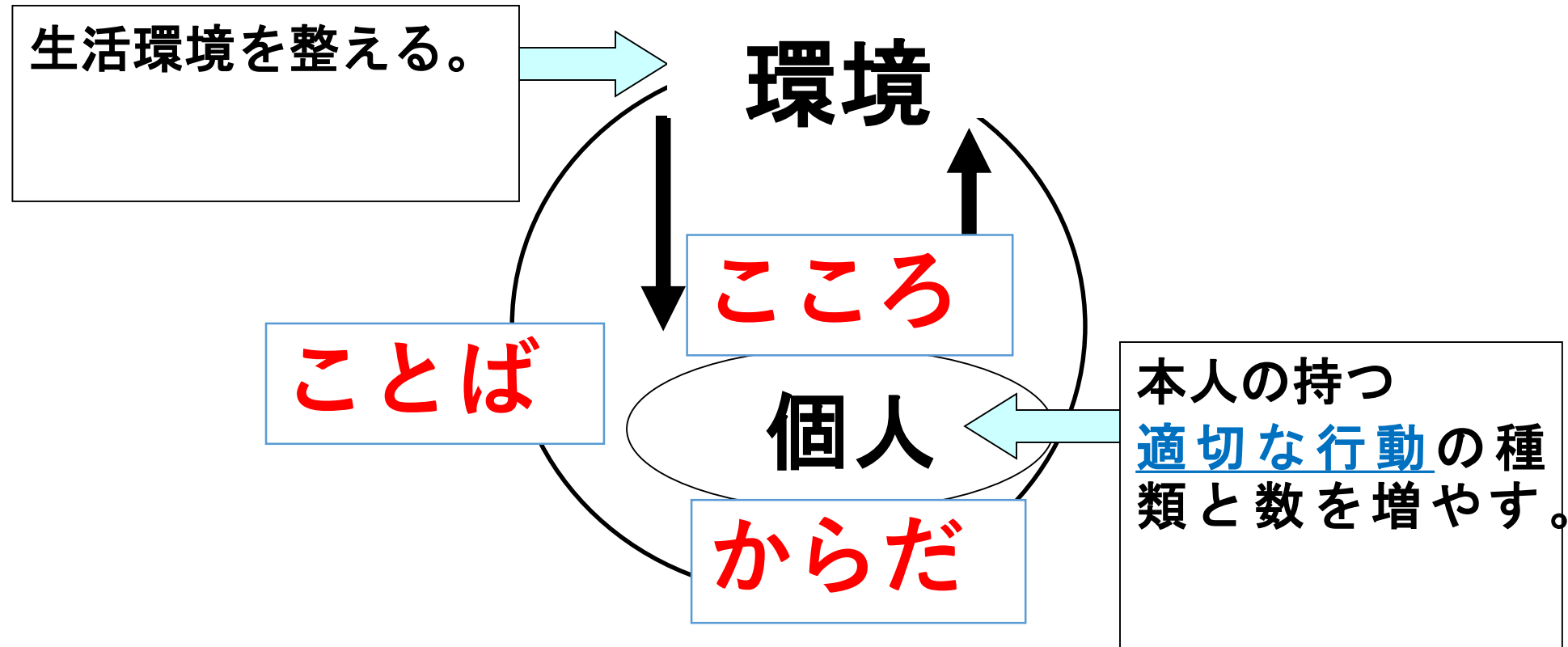
- 山崎裕司・山本淳一(編) (2012) 「リハビリテーション効果を最大限に引き出すコツ：応用行動分析で運動療法とADL訓練は変わる」三輪書房
- 山本淳一 (2014) 「リハビリテーション『意欲』を高める応用行動分析：理学療法での活用」理学療法学, 41, 492-498.

- 行動リハビリテーション研究会

<http://koudo-reha.kenkyuukai.jp/event/>

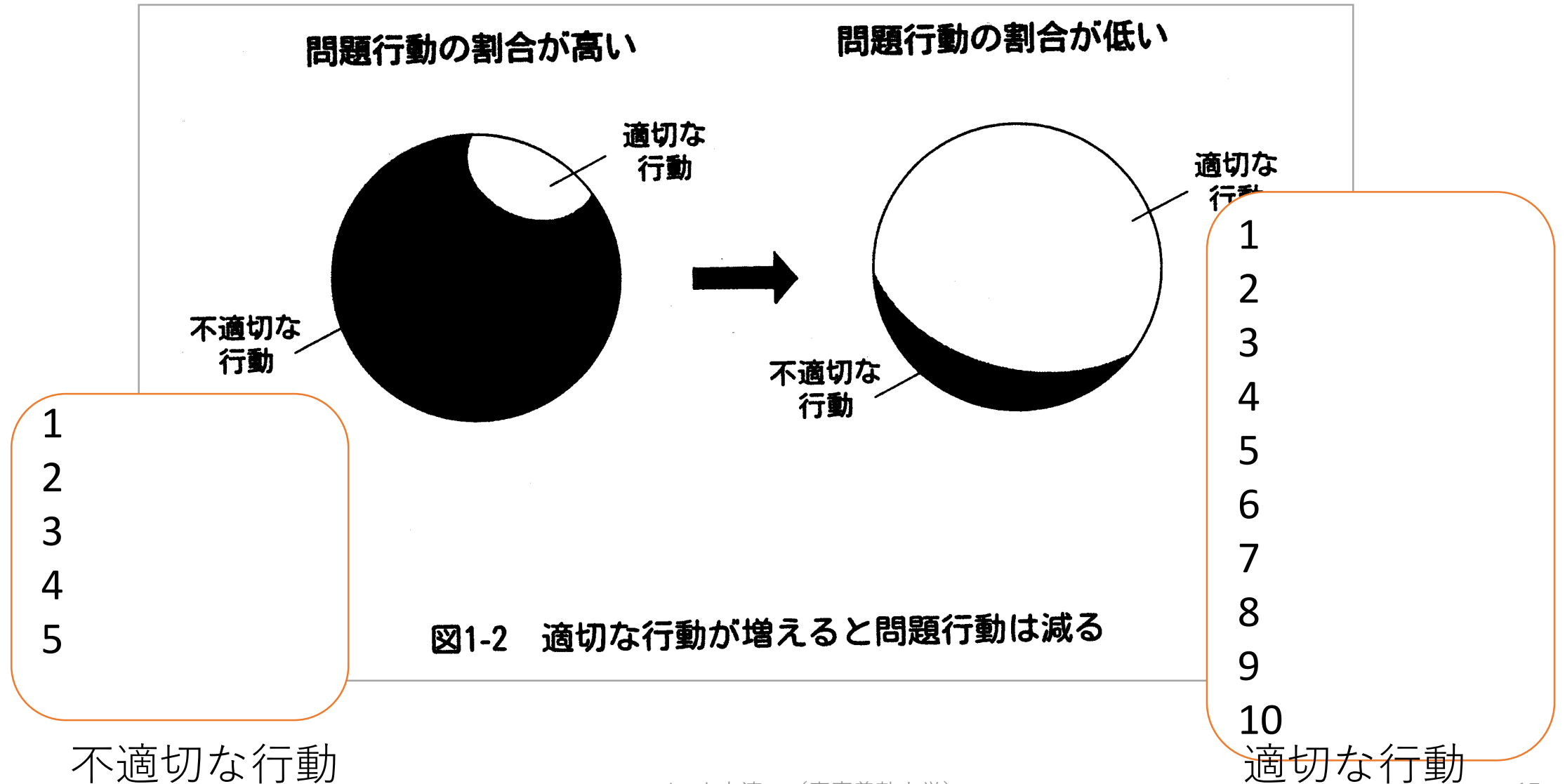


# 環境と個人の相互作用（＝行動）モデル



「適切な行動」は、文脈によって決まる

# ストレングス・モデル：適切な行動を増やすと、不適切な行動が減る。



# 事例検討 (仮想事例)



子どもは悪くない!  
先生は悪くない!  
保護者は悪くない!

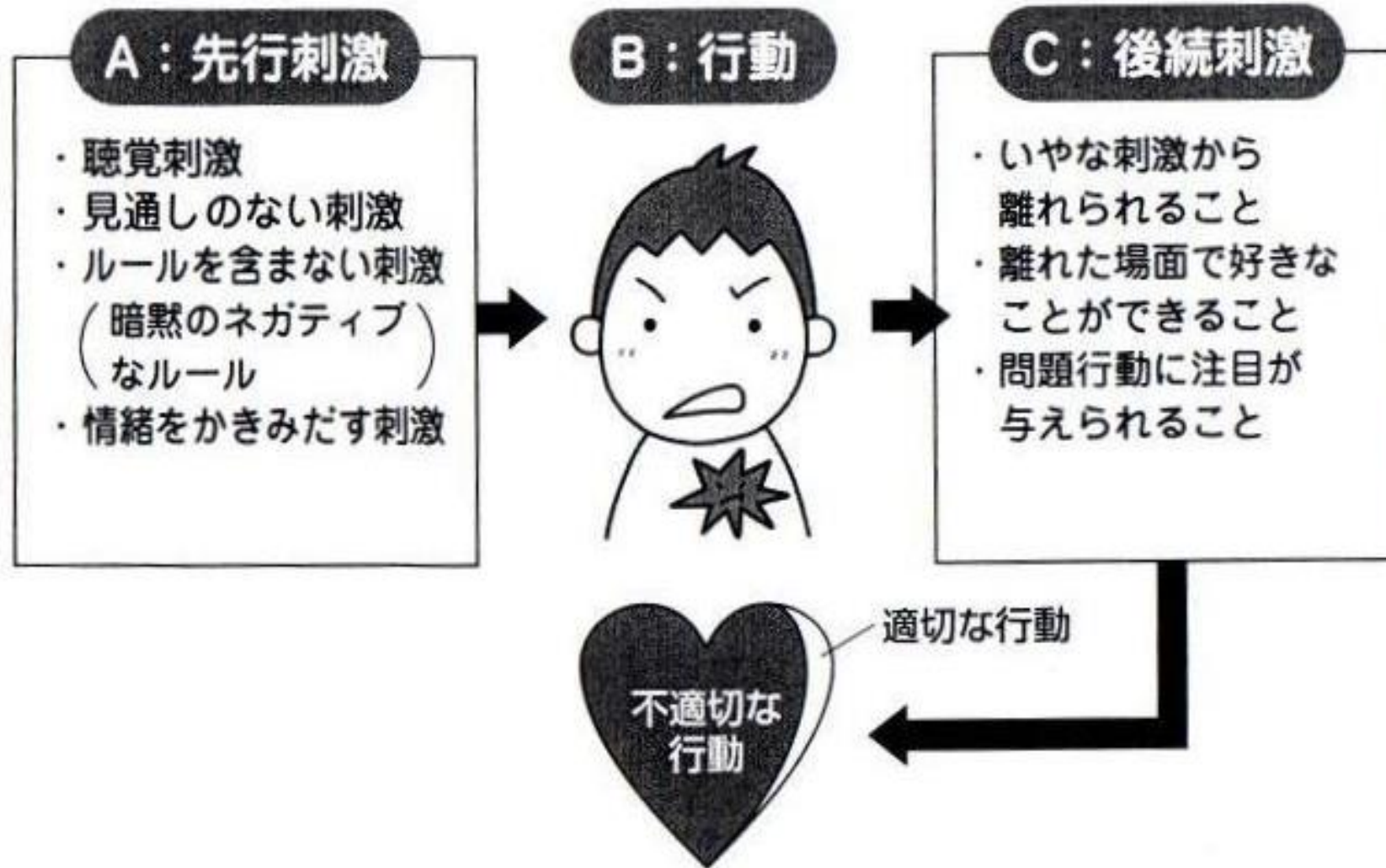
自分を責めない!  
他人を責めない!

## ABCの悪循環 を解決する

山本淳一・池田聡子(2007)  
「できる!をのぼす学習と  
行動の支援」日本標準



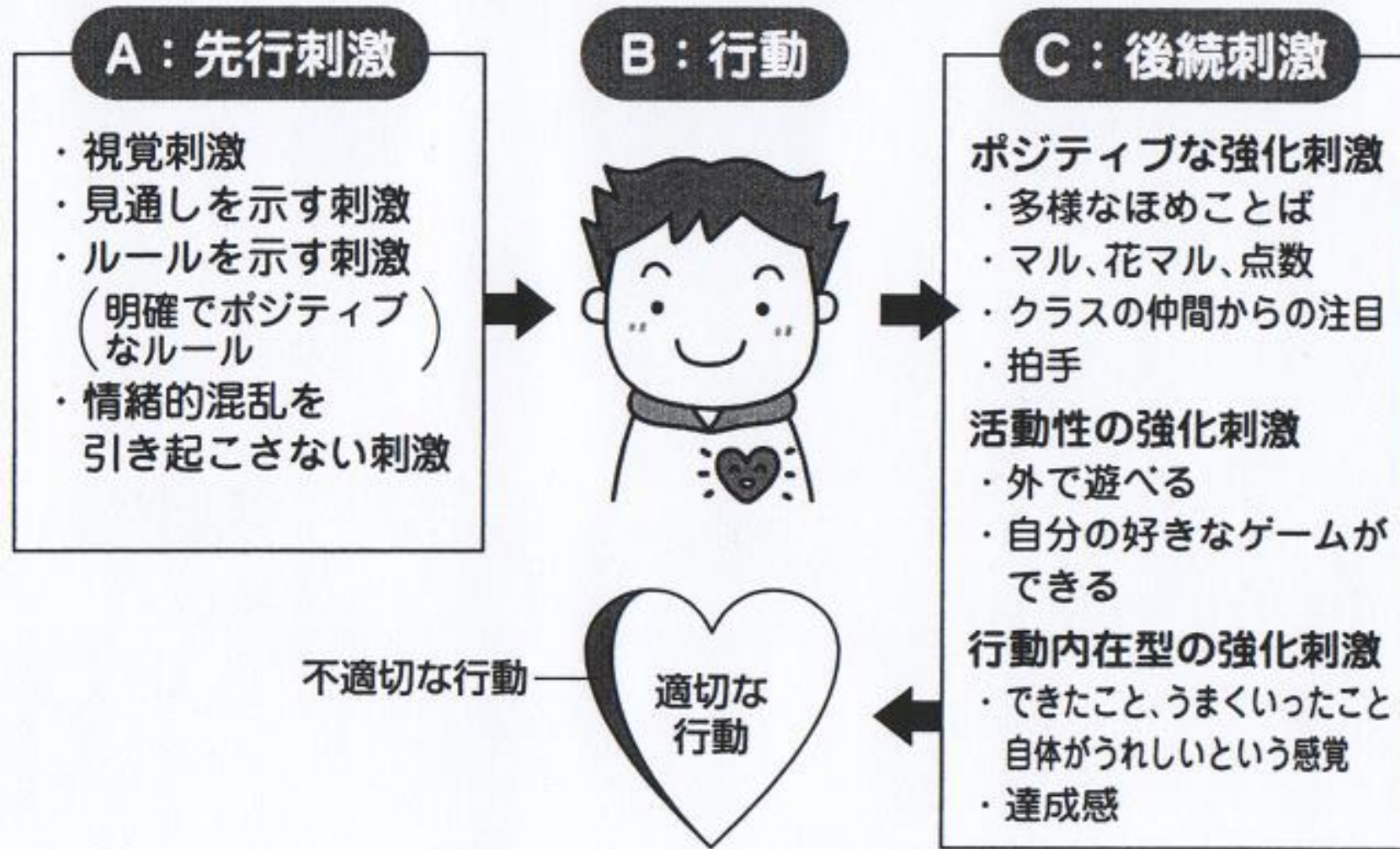
山本淳一・池田聡子(2007)できる！をのぼす行動と学習の  
支援. 日本標準



問題行動を生み出す先行刺激と後続刺激



山本淳一・池田聡子(2007)できる！をのぼす  
行動と学習の支援. 日本標準



適切な行動を生み出す先行刺激と後続刺激



● 図1-11 ポジティブ・ルール(促進のルール)



子どもは悪くない！  
先生は悪くない！  
保護者は悪くない！

自分を責めない！  
他人を責めない！

## ABCの悪循環を解決する

山本・池田(2007)

copyright 山本淳一 (慶應義塾大学)

● 図 1-13 適切な行動を増やす後続刺激の与えかた



山本・池田(2007)

日常生活で適切な行動に強化刺激が得られる環境を整備する。

● 図 2-5 不登校や登校しぶりにつながることもある



山本淳一・池田聡子(2007)  
「できる！をのばす学習と  
行動の支援」日本標準

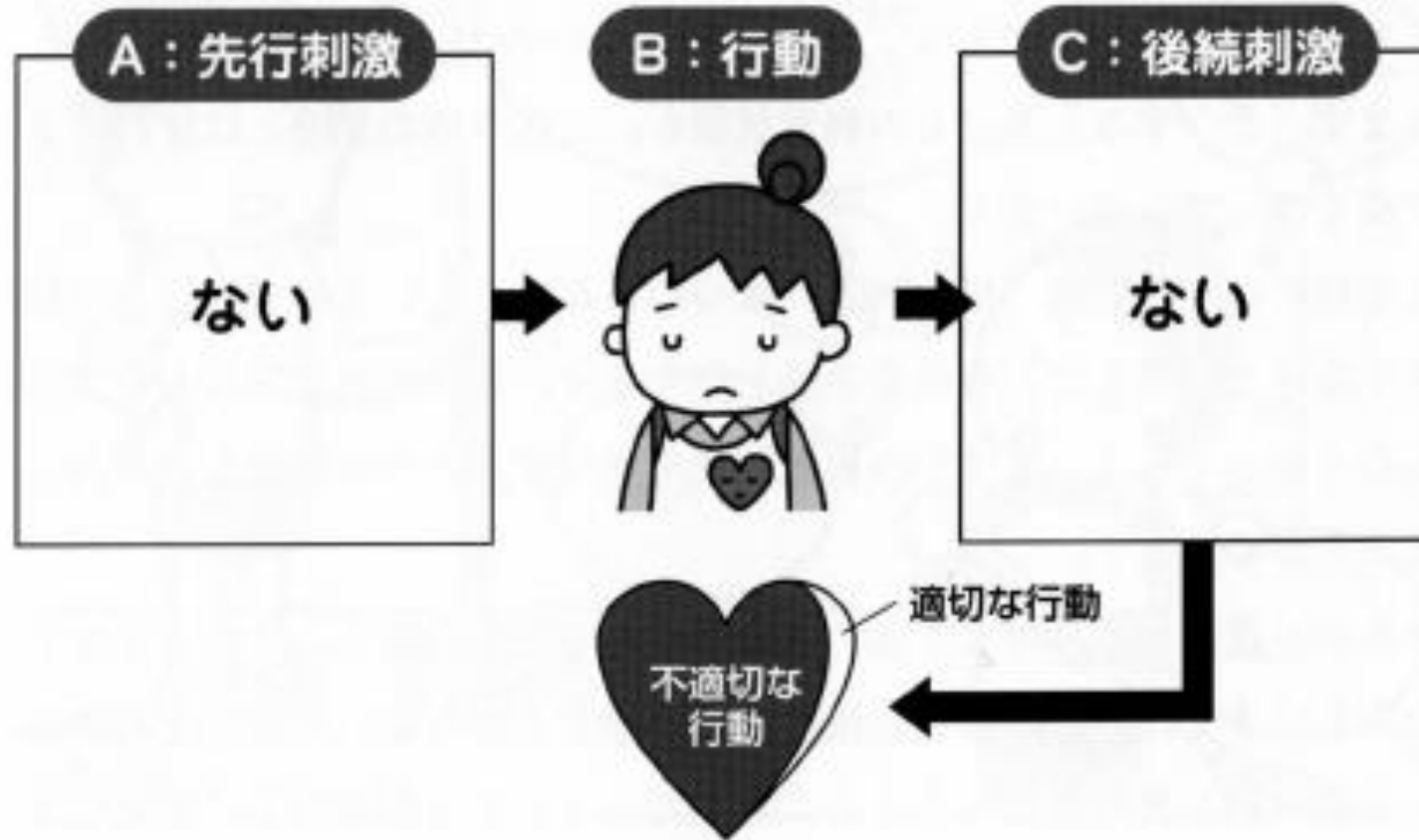
子どもは悪くない！  
先生は悪くない！  
保護者は悪くない！

自分を責めない！  
他人を責めない！

# ABCの悪循環 を解決する

山本淳一・池田聡子(2007)できる！をのぼす  
行動と学習の支援. 日本標準

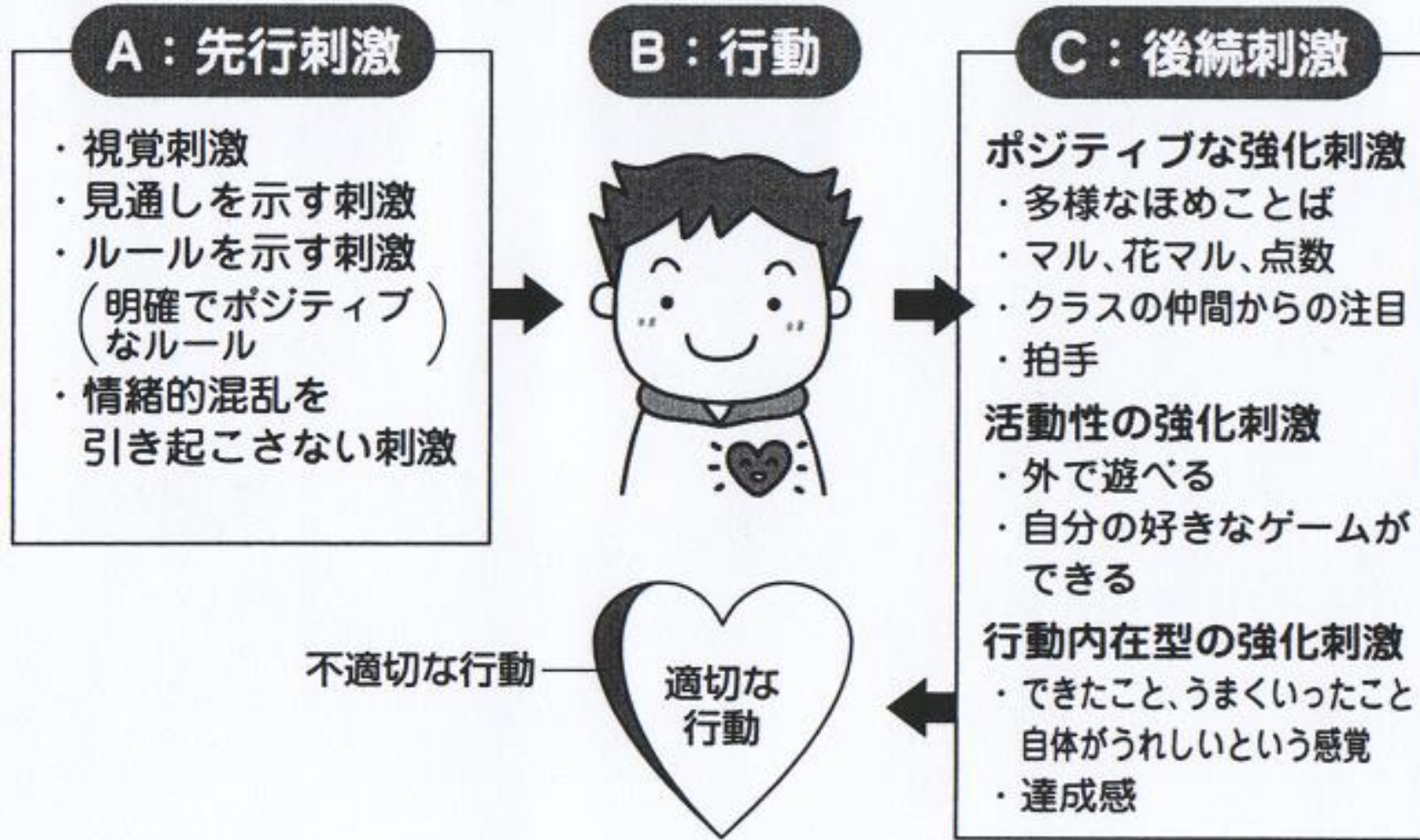
● 図 1-7 無気力を生み出す先行刺激と後続刺激



無気力を生み出す先行刺激と後続刺激

copyright 山本淳一 (慶應義塾大学)

山本淳一・池田聡子(2007)できる！をのぼす  
行動と学習の支援. 日本標準



適切な行動を生み出す先行刺激と後続刺激

copyright 山本淳一 (慶應義塾大学)





子どもは悪くない!  
先生は悪くない!  
保護者は悪くない!

自分を責めない!  
他人を責めない!

## ABCの悪循環 を解決する

山本・池田(2007)





山本・池田(2007)

日常生活で適切な行動に強化刺激が得られる環境を整備する。

# 問題行動解決

- どのような問題行動ですか？

回数や強さを調べ、すぐに対応するか時間をかけながらゆっくり支援するか決める。

- 問題行動が起こる状況はどのようなものですか？

問題行動が起こる場面（時間、場所、人、状況）を見つけ、そこに対応と支援を集中する。

- この1週間で行った本人のよい行動は、どのようなものですか？

よい行動を見つけ、よい行動を増やすと、結果的に問題行動が減る。

# 応用行動分析のツボ： A B Cを行なう生活習慣

A：見通しを持たせる「声かけ」と「見える化」。

B：「よい行動」をつくる、さがす、おきかえる。

C：人はほめられる・認められるとうれしい、大人もほめられると  
うれしい、子どももほめられる・認められるとうれしい。

(社会的強化)

人は達成するとやる気が出る、大人も達成するとやる気が出る、  
子どもも達成するとやる気が出る。

(自動強化)

# 限局性学習症

(DSM-5 ; American Psychiatric Association,2013)

● 図2-3 先生のことばや指示が入らない



山本・池田(2007)

# 学習支援

1. 読む： 単文字、単語、文章を読む。  
流暢に読む。黙読する。
2. 読んで理解する： 語彙を拡大する。  
質問に的確に答える。  
内容を要約する。
3. 聴く： 相手の話し言葉に注意を集中する。  
短い音声指示に従って行動する。  
長い音声指示に従って行動する。
4. 聴いて理解する： 長い話を理解する。

# 学習支援

5. 書く： 視写を行う。聴写を行う。  
流暢に書く。  
ワープロで打つ。
6. 書いて表現する： 本の内容をまとめて書く。  
日記を書く。手紙を書く。  
電子メールでやり取りする。
7. 話す： 大人と会話する。  
同年代の子どもと会話する。
8. 話して対人関係を楽しむ、調整する：  
大人と会話して、楽しむ。  
同年代の子どもと会話して、楽しむ。



# ポジティブな予防支援： 限局性学習症

うちの子は……

- (1) 強い感覚(視覚・聴覚)を中心に、複数の感覚に働きかけると、理解できる。
- (2) できるところからスタートし、達成感を体験させながら、ステップ・バイ・ステップで学習を積み重ねると、学習が進む。
- (3) 読む：ICレコーダで録音し、聞かせると理解が進む。
- (4) 書く：ワープロで文章を作成する練習を繰り返し、日記やメールを書くことを学ぶと、表現ができる。

うちの子は、強い感覚（ストレングス）を中心に、複数の感覚に働きかけると、学習が進む。

● 図3-7 「読んで理解する」ために全体学習を活用する



山本・池田(2007)

うちの子は、できるところからスタートし、達成感を体験させながら、ステップ・バイ・ステップで進むと、学習が積み上がる。

● 図1-4 自己学習・宿題におけるABC



山本・池田(2007)

# 自閉スペクトラム症

(DSM-5 ; American Psychiatric Association,2013)

● 図2-7 1日のスケジュールや活動場所などが急に変わったり  
苦手なことが続いたりするとパニックになる



山本・池田(2007)

# コミュニケーション（理解と表現）支援

1. 相手の言っていることを、視覚的枠組みを使って理解する：  
相手の感情を理解する。  
相手の話しの全体の意味を理解する。
2. 自分の言いたいことを、適切な言語で表現する：  
状況に応じた会話をする。  
双方向的な会話を継続する。
3. 興味や関心を生かす：  
適切な状況の中で、興味や関心のあることを相手に伝える。
4. あいまいな（確率的な、変化する）ルールに対応する：

# コミュニケーション（理解と表現）支援

## 状況の理解とコミュニケーションの学習方法

1. 絵、マンガ、対人関係図：
2. 映像：ビデオスキット  
（スマイルNHK）
3. 現実類似場面：社会スキル訓練（SST）
4. 現実場面：家庭、学級、日常場面での  
コミュニケーション学習促進



# ポジティブな予防支援： 自閉スペクトラム症

うちの子は . . . .

- (1) 視覚的枠組みを使えば相手の言っていることを理解できる。
- (2) 繰り返し、よい経験をさせると、自分の言いたいことを、よいことばで表現するようになる。
- (3) ひとりで達成感が持てる機会を与えれば、興味や関心を生かすことができる。
- (4) 場面を決めれば、あいまいな（確率的な、変化する）ルールに対応できる。

● 図3-10 事前にルールを伝える（予防的な対応）



うちの子は、事前にルールを伝えてから活動させると、かんしゃくを起こさない。

（予防的な対応）

山本・池田（2007）

● 図3-12 対人関係を整理して示す（早期の対応）



うちの子は、対人関係を視覚的に（関連図、論理図、文、絵、写真）整理して示すと、落ち着いて行動できる。

（早期の対応）

山本・池田（2007）

# 注意欠如・多動症

(DSM-5 ; American Psychiatric Association, 2013)

● 図2-1 話を聞けない、着席してられない



山本・池田(2007)

# セルフ・マネジメント支援

1. 得意な課題を見いだし、繰り返し遂行させる。
2. ひとりで行動を持続する時間を少しずつ伸ばす。
3. 視覚刺激を手がかりに行動を順序だてて行い、達成できた経験を繰り返す。
4. やるべきこと、やったことをメモする行動を促進する。
5. 社会的ルールや指示のもとで行動し、できたことに対して、視覚的で持続的な賞賛のしるしを与える。（トークン強化）

# ポジティブな予防的対応： 注意欠如・多動症

うちの子は・・・

- (1) 得意な課題を見つけ、繰り返し遂行する経験をさせると集中する。
- (2) ひとりで行動を続けられる場所と時間を確保すれば、少しずつ集中する時間を伸ばすことができる。
- (3) 見通しを持たせる視覚刺激を手がかりに順序だてて行動し、達成できた経験を繰り返すことで、学習が進む。
- (4) 「がんばりノート」によって、行動が落ち着く。



● 図3-4 注意と活動の時間を少しずつ長くしていく



うちの子は、集中する時間と自由に過ごす時間のメリハリをつけることで、活動に集中する時間を少しずつ長くしていくことができる。

山本・池田(2007)

● 図3-2 クラスのなかで役割を与える



うちの子は、集団の中で活動の役割を与えると人と交流する力をいかにさせる。

山本・池田(2007)

# まとめ：発達・教育支援と問題解決 (6つの原則)

# 1. 今日からできる子どもへの関わり方 (日常生活の基本)

- ・ 楽しく過ごせる時間と場所を確保する。
- ・ 課題は、子どもが間違ってから（失敗してから）対応するのではなく、間違わないように（失敗しないように）対応する。
- ・ 不安、緊張、興奮、イライラしている時の指示は火に油をそそぐこととなる。
- ・ 大人がこだわると、子どもはもっとこだわるようになる。

## 2. 今日からできる子どもへの関わり方 (できる！を伸ばす「先行刺激A」)

- ・ 行動の「はじめ」と「終わり」をはっきりさせる。
- ・ 自己決定のための選択肢を与える。
- ・ 視覚刺激を活用する。
- ・ 子どもに十分な見通しを与える。
- ・ 本人にも参加してもらってルールを決める。

### 3. 今日からできる子どもへの関わり方 (できる！を伸ばす「行動B」)

- ・できる行動からはじめて徐々に苦手な行動を習得させる。
- ・できる行動を、ひとつずつ、ステップ・バイ・ステップで増やす。
- ・楽しいかかわり経験の中で学習を進める。
- ・達成感を味わいながら学習を進める。

## 4. 今日からできる子どもへの関わり方 (できる！を伸ばす「(後続)強化刺激C」)

- ・何よりも、いろいろな形で「ほめる」ことが最も大切である。
- ・幼児期、学齢期では、たっぷり、いいことばで「ほめる」。
- ・学齢期、思春期では、「認めることばをかける」。
- ・先行刺激はできるだけ少なく、後続刺激はできるだけたっぷり、メリハリをつけてかかわる。



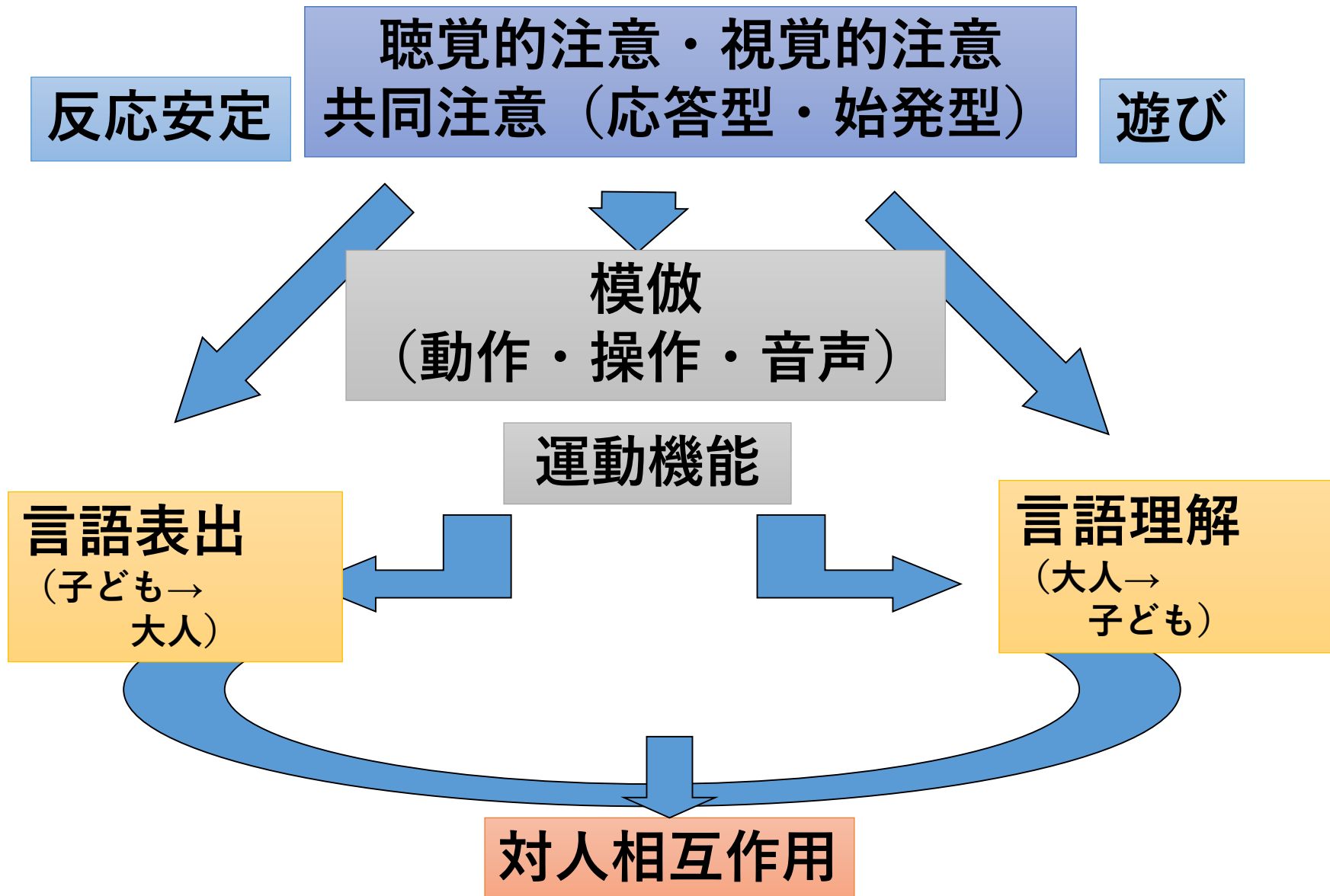
## 5. 今日からできる子どもへの関わり方 (適切なよい行動を増やすことを徹底する)

- ・問題となる行動を減らそうとするのではなく、適切なよい行動を増やす。
- ・問題となる行動を減らす必要がある場合でも、必ず適切なよい行動を引き出し、ほめてから完了にする。
- ・「行動Aをやってはいけない」と指示せざるを得ないときでも、「行動Bをやったらいいよ」という指示を出し、必ず適切な行動を引き出してから完了する。

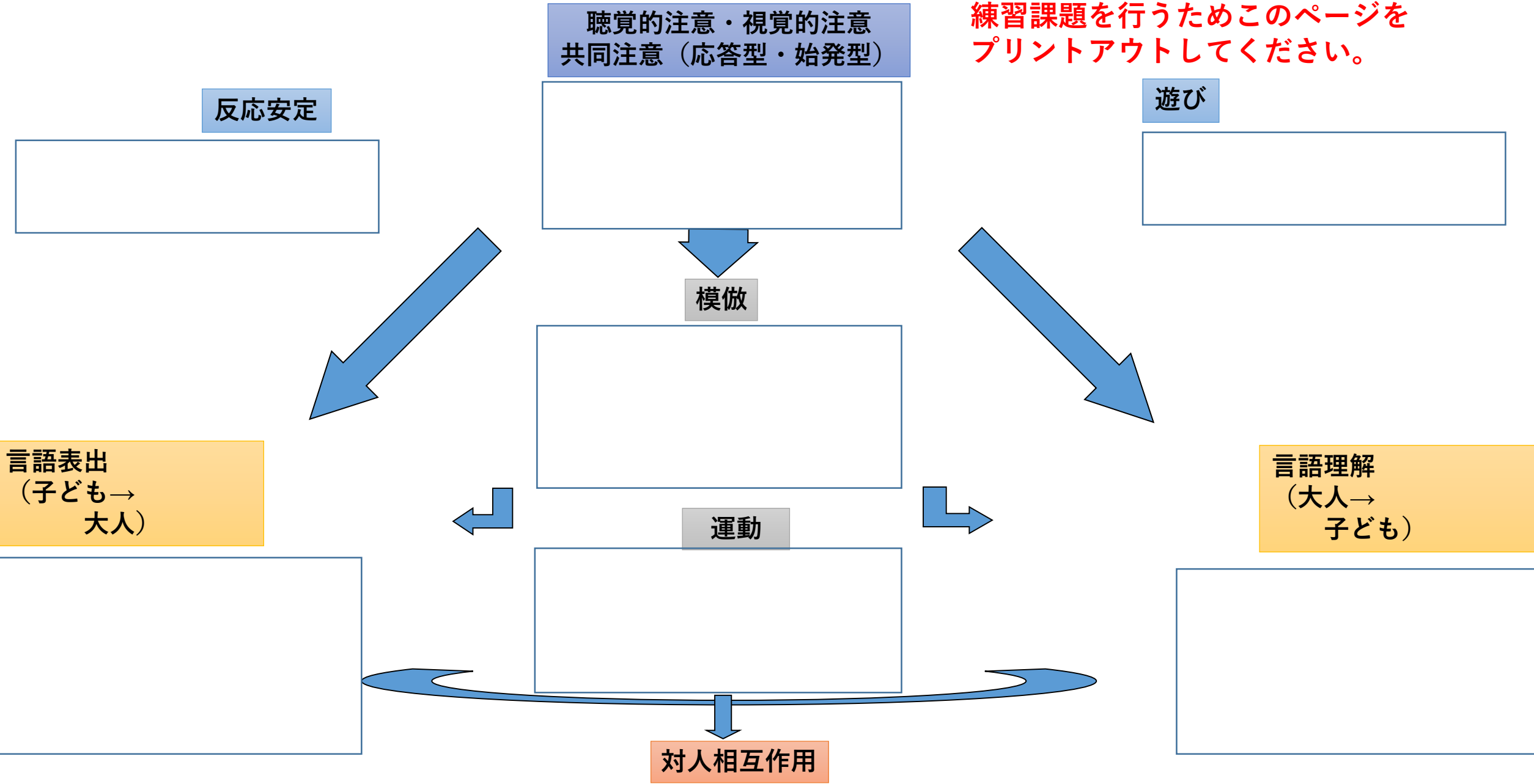
## 6. 今日からできる子どもへの関わり方 (適切なよい行動を増やすことを徹底する)

- ・問題行動が起きている場合には、距離を置いて、親、支援者の行動が、子どもにどのような影響を与えるかいろいろな対応を試みる。その結果を、具体的に「メモ書き」しておく。うまくいった対応を繰り返す。
- ・問題行動が起きている時間、場所、落ち着くまでの時間、など「メモ書き」しておく。専門家に相談する時にそれをもとに解決策を探す。

# 発達支援カリキュラム



練習課題を行うためこのページを  
プリントアウトしてください。



聴覚的注意・視覚的注意  
共同注意（応答型・始発型）



山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研

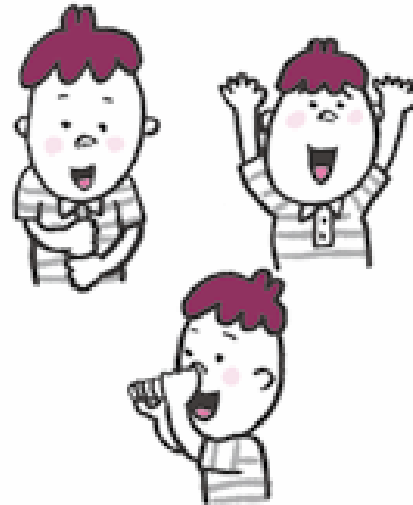
模倣

運動



言語理解  
(大人→  
子ども)

言語表出  
(子ども→  
大人)



山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研



模倣

運動



言語理解  
(大人→  
子ども)

言語表出  
(子ども→  
大人)



山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
(2020) 0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研

## 対人相互作用



山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研

# 発達支援技法

# 1. 環境を整える。

- 分かりやすい環境を作る。
  - こどもにとって分かりやすい環境とは、「いつも同じである」ということです。物の置き場や生活の流れを一定にするだけで、こどもは自分から準備をしたり、行動の切り替えをするようになります。
- 気が散らない環境を作る。
  - こどもがひとつのことに集中しない時には、周りの物を片づけてみてください。また、次のおもちゃで遊ぶ前に「今まで遊んでいたものを片づける」というルールを徹底してみてください。

山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研

## 2. こどもが好きな物を活用する

- 好きなおもちゃ・本などを最大限に活用する。
  - これで遊べば「コミュニケーションが伸びる」というおもちゃや本はありません。大切なのは、その関わり方です。こどもが喜んで遊んだり、集中しているものから少しずつ興味の幅を広げていきます。
- 身体遊びも活用する。
  - おもちゃ遊びに興味がないこどももいます。そういう場合には身体を使った遊びをしてコミュニケーションをとりましょう。また、お手伝いをお願いするなど、日常生活そのものを遊びにってしまうのも良い方法です。

山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研

### 3. 注意を引いてから関わる。

- こどもの視野に入って話す。
  - こどもの正面から話しかけます。「ことばでの指示が通じない」と思った時には、「注意が向いてないのでは？」と疑って、まずは、大人の顔、視線、ことばに注意をむけるように促してください。
- アイコンタクトが苦手なこどもの場合
  - おもちゃ、本、お菓子など、こどもの好きな物を大人の目の近くで見せながら話しかけると、大人を見たり、大人の話聞く練習になります。

山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研

## 4. ジェスチャーをまじえて話しかける。

- 大げさなジェスチャーで話しかける。
  - 表情だけでなく、ジェスチャーも大げさにして、抑揚をつけてリズムカルに話します。
- 簡単なことばで、ゆっくり、はっきり、繰り返し話しかける。
  - 「○○ちゃんのおてて」「ワンワンいたね。ワンワン」など、簡単なことばで、ゆっくり、はっきり、繰り返し話しかけます。

山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研

## 5. こどもに見通しを与える。

- いつまでするかを伝える。
  - 「あと3回やったら、ご本、見ようね」など、前もって予定を伝えます。一度言って伝わらない場合には、「あと3回」「あと2回」「あと1回」など、指を使ってカウントダウンする方法もあります。その過程でこどもなりに心の準備をしていきます。
- 次になにをするのかを伝える。
  - 「ごちそうさましたら、ハミガキしようね」「手を洗ってから、おやつ食べようね」など、おおまかな予定を伝えます。ことばでなくても写真を見せたり、絵カードで伝えることもできます。

山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研



## 6. 教えることは一度にひとつにする。

- 一度に教えることをひとつにして、完全にできてから次に進む。

あれもこれも一緒に教えようとする、こどもは混乱してしまいます。目標はひとつに絞りましょう。

- やってほしくないことを伝える時も一度にひとつにする。

椅子に座って、前を向いて、もじもじしないで、先生の話聞いて・・・など、日常生活や集団場面でこどもに指示したいことはたくさんあるかもしれませんが、まずは椅子に座れば十分です。ひとつひとつできることを、確実に積み上げることが大切です。

山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研

## 7. さりげなくヒントを出す。

- 小さいヒントを出して、行動をスムーズに進める。
  - 例えば、「ありがとう」と言わせたい場面で、「ありが・・・」と途中まで言ってことばを促します。こどもが気づかない程度の強さで、さりげなくヒントを出すのがポイントです。
- 確実に成功体験を味わってもらうためにヒントを出す。
  - 弱いヒントを出しても、こどもが何もしなかったら、少し強めのヒントを出して確実に行動を終了させます。こどもが安心して行動する手助けをします。

山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研

## 8. こどもの自発的な行動を待つ。

- 新しいスキルを学ぶチャンスをつくる。
  - こどもは「自分自身で何かをする」たびに、新しいスキルを学んでいきます。こどもがチャレンジしている様子をしっかり見守りましょう。そしてできた時にはたっぷりほめることを忘れないでください。
- 大人が先回りして援助しすぎない。
  - こどもが何をしたいかを分かっても、あえて少し（5秒程度）待ってみましょう。大人が先回りしすぎてしまうと、こどもは自分で行動する必要がなくなります。

山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研

## 9. いろいろなかたちでほめる。

- いろいろなかたちでほめる、認める。
  - ほめると、こどもは喜びます。よい行動をしたら、こどもが喜ぶように、いろいろなかたちでほめましょう。
- こどもと同じことをする。
  - こどもに正しい遊び方や言い方をまねさせるのではなく、こどもがしていることをそのまま、まねすることも、ほめることと同じ働きをします。こどもの行動をしっかりと観察し、同じ行動をしてみましょう。

山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研

# 10. 徹底的にほめる。

- 適切な行動をしたらすぐに、はっきりとほめる。
- ことばを話したときだけでなく、大人を見たり、笑顔で抱きついたり、手を伸ばしたり、少しでもコミュニケーションを取ってきたら、大げさにほめます。日常の小さい行動でもよいので、まずは大人がほめる機会を探します。
- 行動を適切な行動の文脈に置き、ほめて終了にする。
- こどもが離席をしたら、離席の文脈を変え、「走りたかったんだね」と言いながら一緒に走る。

山本淳一（監修）松崎敦子（著）  
（2020）0-5歳児 発達が気になる子の  
コミュニケーション力育て. 学研