江戸川区発達相談・支援センター主催

「発達の気になる子と家族の勉強会」

我が子への関わり、みんなで学ぼう

はじめに・・・注意事項

安全にウェビナーを実施するために・・・

- 質問は、Ｑ＆Ａを使ってください
- 個人情報は打ち込まないようにしてください
- 質問は講演中でも構いません。思いついたらどんどん打ち込んでください！

安全に、楽しい講座に出来るよう、ご協力をお願い致します（＾＾）

全3回のテーマ

第1回
「発達」が心配な時に（未就学）
「学校生活」が心配な時に（学齢期）

第2回
うちの子どんな子？
特徴を整理し関わり方に生かそう

第3回
わが子の困ったに対応！
行動を3つの箱でとらえよう

始動

困りごとを分析！3つの箱ワーク

心理学に学ぶ！よりよい相互関係のコツ

本講座の流れ

（１）講座の目的を説明
（２）ミニアイスブレイク
（３）「3つの箱」に慣れよう
（４）困った行動のとらえ方
（５）事例を分析してみよう
（６）質疑応答

江戸川区発達相談･支援センター

- 平井駅から徒歩8分
- 区立小松川幼稚園の跡地に２０２０年４月開設

ライフステージに応じた
切れ目のない
相談・支援を
行います

一人で悩まずに・・・まずはお電話ください☎

18歳未満の方の発達に関するご相談

まずはお電話ください
「発達相談室ないろ」

☎ 03-5875-5101
月～金　9:00～17:00
（祝休日・年末年始を除く）

18歳以上の方の発達に関するご相談

まずはお電話ください
「発達障害相談センター」

☎ 03-5875-5401
月～金　9:00～17:00
（祝休日・年末年始を除く）

江戸川区発達相談・支援センターでは、
専門の相談員が丁寧にお話を伺います

Jens Martensson

本講座の流れ

（１） 講座の目的を説明
（２） ミニアイスブレイク
（３）「3つの箱」に慣れよう
（４） 困った行動のとらえ方
（５） 事例を分析してみよう
（６） 質疑応答

本講座の流れ

（１） 講座の目的を説明
（２） ミニアイスブレイク
（３） 「3つの箱」に慣れよう
（４） 困った行動のとらえ方
（５） 事例を分析してみよう
（６） 質疑応答

まずはじめに・・・・・　３つの箱に慣れよう

こころ
はみえる？

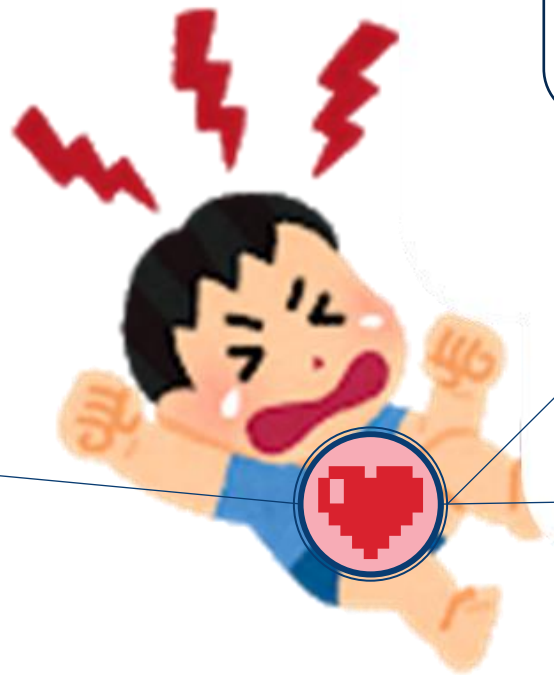
この子の「こころ」は見えますか

準備完了?
3分
考えてみましょう
ファンキー チューン

こころは見えないもの-ブラックボックス説

こじん攻撃のワナ

「愛情」だのみ



ストレスがたまっているのかな

さびしいんじゃないかしら

反抗期じゃないかしら

こころを「みえる化」する方法　「3つの箱」を使いましょう

ママかまってよ！

こころを「みえる化」する方法 「3つの箱」を使いましょう

ガチャガチャやりたい！

こころを「みえる化」する方法 「3つの箱」を使いましょう

むずかしいから教えて！

こころを「３つの箱」でかんがえる

こうどう主義のススメ

ママにかまってよ！

行動のきっかけ　　行動　　行動後のできごと

増加

「こころ」は
行動の前後に
やどる

こころのみえる化ワーク

こころのみえる化ワーク

おちゃをくれ

友達が目の前でお茶を飲んでいる

え、わたしものどかわいたー

お茶をもらって、飲むことができた

こころのみえる化ワーク

こころのみえる化ワーク

せんぷうきをつけてくれ

・夏のあつい部屋
・扇風機が目の前にある

はー、なんか暑くない？

・扇風機をつけてくれた
・涼しい風が出てきた

こころのみえる化ワーク

こころのみえる化ワーク

風をよわくしてくれ

・扇風機の寒い風

ちょっと強いかも

・扇風機の風を弱めてくれた

こころは「行動とその前後」にやどる

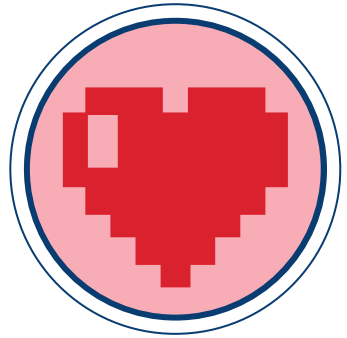
「応用行動分析学（ABA）」という心理学が成果をあげています

３つの箱で
「こころ」をみえる化

おすすめ書籍

Jens Martensson

行きづまらないために・・・



たいせつなのは

「こころ」

をいろんな角度からみること

Jens Martensson

本講座の流れ

（１） 講座の目的を説明
（２）ミニアイスブレイク
（３）「3つの箱」に慣れよう
（４）困った行動のとらえ方
（５）事例を分析してみよう
（６）質疑応答

はじめに

「困った行動」とは？

◆特定の「行動」が問題行動というわけではない。

◆いつ、誰にとって、なぜ、「困った」行動なのか？

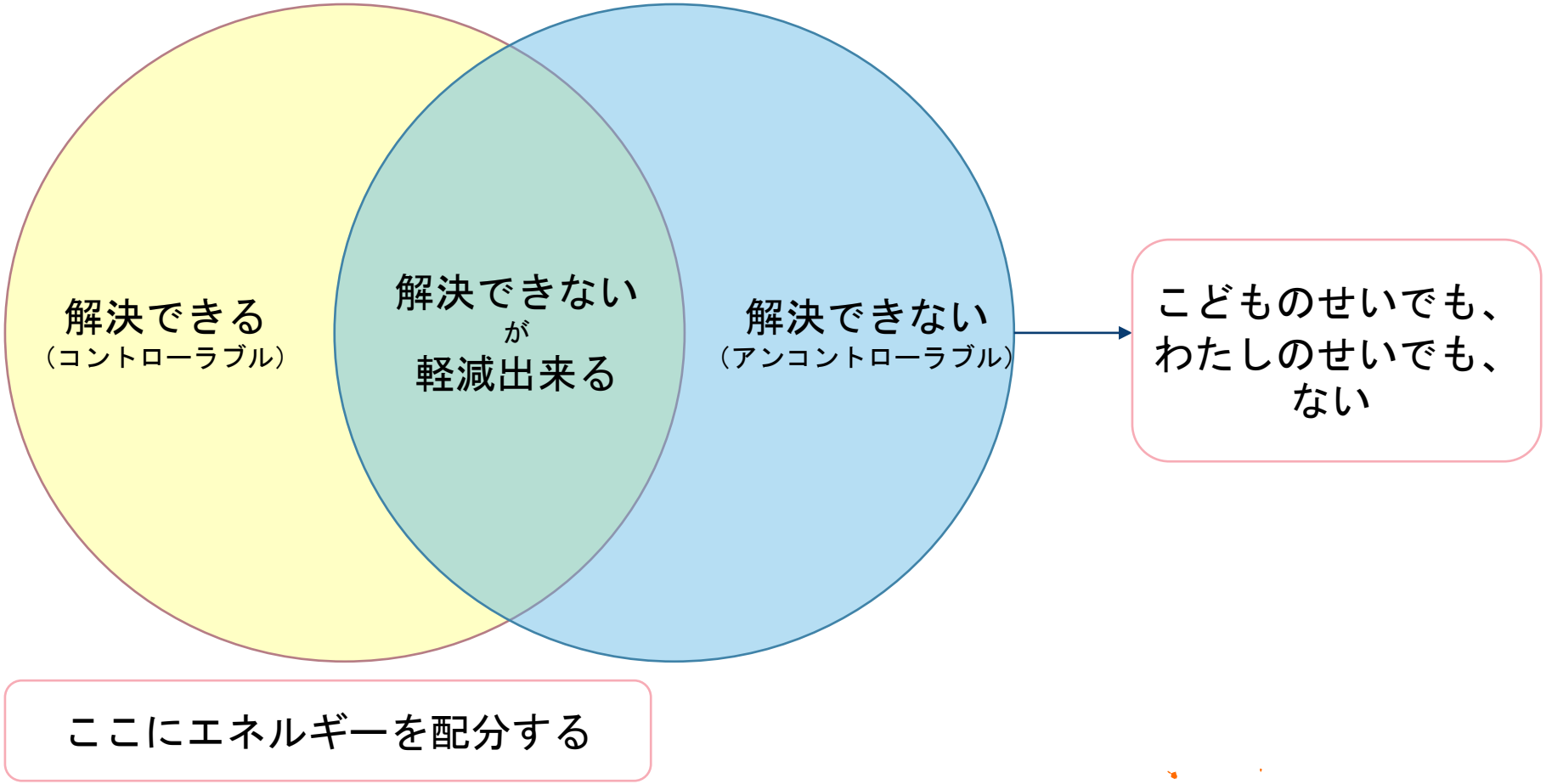
◆なぜ、対処が必要なのか？

「困った行動」の分析・対処の前提

◆困った行動を「やめさせる」よりも、替わりとなる適切な行動を増やすことに注目する。

◆原則として、それが起きないようにすることが大切。

前提　困りごとには解決できるものと付き合っていくものがある



たとえば・・・「不注意」傾向の強いお子さんの「忘れ物」問題

不注意症状とは

- 細部に注意を払わない，または学業課題やその他の活動を行う際にケアレスミスをする
- 学校での課題または遊びの最中に注意を維持することが困難である
- 直接話しかけられても聴いていないように見える
- 指示に従わず，課題を最後までやり遂げない
- 課題や活動を順序立てることが困難である
- 持続的な精神的努力の維持を要する課題に取り組むことを避ける，嫌う，または嫌々行う
- しばしば学校の課題または活動に**必要な物を失くす**
- 容易に注意をそらされる
- **日常生活でもの忘れが多い**　など・・・

特性と関連する
行動特徴の１つ

たとえば・・・「不注意」傾向の強いお子さんの「忘れ物」問題

- できる時もあるので、「なまけている」と言われがち・・・
- 努力しているのにできない、ところに特性や苦手さがあると考える
- 忘れ物を100%しないこと（解決できない）
- 持ち帰るものを減らすなど、忘れ物のきっかけになる機会を減らす配慮を先生に相談（解決できる）
- チェックリストや家庭でのフォローで忘れ物をしなかった割合を増やしていく（解決はできないが軽減できる）

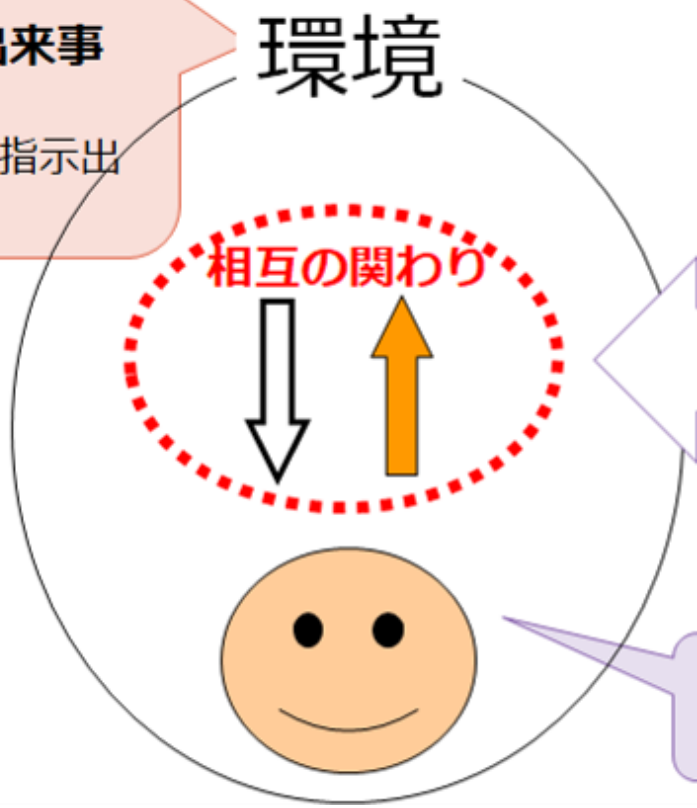
  例　毎日だったのが週に3日になった変化を褒める

愛知県医療療育総合センター中央病院 吉川徹先生

解決できる問題を整理し、支援する－応用行動分析に基づく支援

●行動の法則性を明らかにする基礎学問「行動分析学」から派生した心理学
●行動の原因を「個人の心の中」でなく、「個人と環境の関わり」に求める。

環境とは：
子どもの肌の外の出来事全て
部屋の状態・声かけ・指示出し・教材…



ABAに基づいた支援

相互の関わりにアプローチする
①環境からの関わりを変化
②子どもの環境への関わり

子どもの様々な行動
（環境への関わり）

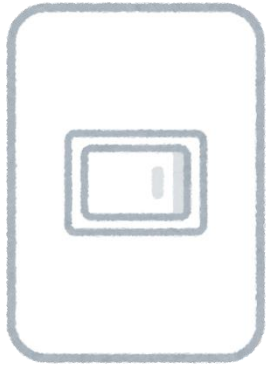
3つのステップで解決を目指す

Step 1
行動の機能
を分析する

Step 2
プロアクティブ
に対応

Step 3
新しい行動を教える
チャンスに！

例題



　6歳の息子は、ボタンを押すのが大好きで、家でも暇な時に部屋の電気のスイッチを点けたり消したりして遊んでいます。「やめなさい」と止めに行くと、その時は止めますが、すぐにまたやりたくなるようです。

　外出の時も、インターホンを見つけると一目散に駆け出し、知らない家のインターホンを押してしまうので本当に困っています。叱ると『ごめんなさい』と言うのですが、何度も繰り返してしまいます。

Step 1
行動の機能を分析

- 子どもの行動について「行動の前の状況→困った行動→もたらされた結果」の3つの枠組みで記述し、分析する

  ＝機能分析、ABC分析

- 正確な分析をするには、実際には1～2週間程度、特定の行動について記録をつける必要。

Antecedent	→	Behavior	→	Consequence
行動の手がかりやきっかけ		子どもの困った行動		行動の後の対応や結果

ストラテジーシート

記入日：　　／　　／　　氏名：

機能分析

②
A:　行動の前の状況・きっかけ

①
B:　子どもの困った行動

③
C:　行動の後の状況・結果

□回避　□注目　□要求
□感覚

置き換え

対処・適切な行動への置き換え

⑤
事前の工夫

⑥
子どもの適切な行動

④
大人のどんな対応が、
子どもの行動を維持していた？

どんな対応をするべきだった？

適切な行動は、全力でほめる！！

Jens Martensson

ストラテジーシート

記入日：　／　／　　氏名：

機能分析

②
A:　行動の前の状況・きっかけ

①
B:　子どもの困った行動

Step 1

③
C:　行動の後の状況・結果

□回避　□注目　□要求
□感覚

置き換え

対処・適切な行動への置き換え

⑤
事前の工夫

⑥
子どもの適切な行動

④
大人のどんな対応が、
子どもの行動を維持していた？

どんな対応をするべきだった？

適切な行動は、全力でほめる！！

Jens Martensson

子どもの困った「行動」を記述

- 「困った行動」を具体的に。
  - ✓ 子どもの行動は、「～しない」と記述しない。「～する」、または「～しないで～する」と記述する。
  - ✓ 抽象的でなく、何をしているかを具体的に記述する。
    （例：×「パニックになる」、〇「床に寝そべって奇声をあげる」）
- 「行動の前の状況・きっかけ」を具体的に記入
- 「行動の後の状況・結果」を具体的に記入

ストラテジーシート

記入日：　　／　　／　　氏名：

機能分析

②

A:　行動の前の状況・きっかけ

・暇な時
・散歩の時
・スイッチを見ると

①

B:　子どもの困った行動

・部屋の電気のスイッチを点けたり消したりする
・インターホンを押す

③

C:　行動の後の状況・結果

・スイッチの「カチッ」
・電気やインターホンが反応
・「やめなさい」と止められる
・叱られる

□回避　□注目　□要求
□感覚

置き換え

対処・適切な行動への置き換え

⑤

事前の工夫

⑥

子どもの適切な行動

④

大人のどんな対応が、
子どもの行動を維持していた？

どんな対応をするべきだった？

適切な行動は、全力でほめる！！

Jens Martensson

4つの機能とその対処

困った行動の機能を分析し、
起きてしまった時は機能ごとに対処します

※場面によって優先順位は違うので、とらわれすぎない

機能	働き	意味	対処
回避	嫌な状況や活動をしなくて良い、避けることができる	「やりたくない」 「わからない」 「おしまいにしよう」	手助けをして活動を遂行
注目	周囲の人の注目や関わりを得ることができる	「見て！」 「こっち来て！」 「構って！」	過度に構わない、淡々と対処
要求	欲しい物や状況が得られる、子供にとって望ましいことが起きる	「ちょうだい！」 「～して！」	物や活動を与えない
感覚	感覚や刺激そのものが心地よい	刺激そのものが気持ちいい、楽しい	させない 他の活動に誘う

Jens Martensson

ストラテジーシート

記入日：　　／　　／　　氏名：

機能分析

②

A:　行動の前の状況・きっかけ

・暇な時
・散歩の時
・スイッチを見ると

①

B:　子どもの困った行動

・部屋の電気のスイッチを点けたり消したりする
・インターホンを押す

③

C:　行動の後の状況・結果

・スイッチの「カチッ」
・電気やインターホンが反応
・「やめなさい」と止められる
・叱られる

□回避　□注目　□要求　□感覚

置き換え

対処・適切な行動への置き換え

⑤

事前の工夫

⑥

子どもの適切な行動

④

大人のどんな対応が、
子どもの行動を維持していた？

・注意したり叱ったりしていた
・繰り返しさせてしまっていた

どんな対応をするべきだった？

・押してしまったら、過度にかかわらない
・次にやる前に気をそらす、止める

適切な行動は、全力でほめる！！

Jens Martensson

Step 2！重要！
プロアクティブな対応
（困った行動が起きにくい事前の工夫）

Reactiveな対応は効果が出にくい
（受身的、場当たり的）

Proactiveな対応で「未然に防ぐ」
（自発的、将来に備える）

Jens Martensson

ストラテジーシート

記入日：　　／　　／　　氏名：

機能分析

②
A:　行動の前の状況・きっかけ

①
B:　子どもの困った行動

③
C:　行動の後の状況・結果

□回避　□注目　□要求
□感覚

置き換え

対処・適切な行動への置き換え

⑤
事前の工夫

Step 2

⑥
子どもの適切な行動

④
大人のどんな対応が、
子どもの行動を維持していた？

どんな対応をするべきだった？

適切な行動は、全力でほめる！！

Jens Martensson

Proactiveの工夫を考えましょう！

事前の工夫のポイント

①困った行動が起きにくい

②適切な行動が起きやすい

より具体的に、できるだけ沢山考えることが重要です

Jens Martensson

Proactiveな対応のためのヒント

- 物理的環境の整備
- モチベーションの見直し
- 課題や要求水準の見直し
- 教材や働きかけの工夫

ストラテジーシート

記入日：　　／　　／　　氏名：

機能分析

②

A:　行動の前の状況・きっかけ

・暇な時
・お散歩の時
・スイッチを見ると

①

B:　子どもの困った行動

・部屋の電気のスイッチを点けたり消したりする
・インターホンを押す

③

C:　行動の後の状況・結果

・スイッチの「カチッ」
・電気やインターホンが反応
・「やめなさい」と止められる
・叱られる

□回避　□注目　□要求　□感覚

置き換え

対処・適切な行動への置き換え

⑤

事前の工夫

・スイッチカバーを付ける
・押していいスイッチと時間を決める
・暇なときは事前に遊びに誘う
・散歩コースを変える
・危ない家の前を通る時は、お菓子など別のものに注意を向ける
・自転車に乗って通る

⑥

子どもの適切な行動

④

大人のどんな対応が、
子どもの行動を維持していた？

・注意したり叱ったりしていた
・繰り返しさせてしまっていた

どんな対応をするべきだった？

・押してしまったら、過度に構わない
・やる前に気をそらす、止める

適切な行動は、全力でほめる！！

Jens Martensson

Step 3
新しい行動を教える
チャンスに！

適切な行動を教えることで・・・・

- 子どもが“叱られない”だけでなく、ほめられたり、みとめられるチャンスが増える。
- 発達の可能性が広がる
- より社会的な活動のレパートリーが増える

Jens Martensson

ストラテジーシート

記入日：　　／　　／　　氏名：

機能分析

②
A:　行動の前の状況・きっかけ

①
B:　子どもの困った行動

③
C:　行動の後の状況・結果

□回避　□注目　□要求
□感覚

置き換え

対処・適切な行動への置き換え

⑤
事前の工夫

⑥
子どもの適切な行動

Step 3

④
大人のどんな対応が、
子どもの行動を維持していた？

どんな対応をするべきだった？

適切な行動は、全力でほめる！！

Jens Martensson

置き換わる適切な行動を決めるポイント！

- 「困った行動」と両立しない行動

  例：課題中、つめを噛んでしまう→噛む用のおもちゃを噛む
  言葉や歌による自己刺激→簡単な掛け声でやりとりする

- 「困った行動」に置き換わる行動

  例：難しい課題の時に泣き叫んでしまう→「手伝って」と言う
  休み時間に、好きなお友達を叩いてしまう→「あそぼう」と言う

- 子どもが簡単にできる行動で、場面に沿う行動

  例：電車の中で暇な時騒いでしまう→イヤフォンで好きな音楽を聴く
  絵本読みの時間に走り回る→椅子に座り好きなパズルをして待つ

ストラテジーシート

記入日：　／　／　　氏名：

機能分析

②

A:　行動の前の状況・きっかけ

・暇な時
・お散歩の時
・スイッチを見ると

①

B:　子どもの困った行動

・部屋の電気のスイッチを点けたり消したりする
・インターホンを押す

③

C:　行動の後の状況・結果

・スイッチの「カチッ」
・電気やインターホンが反応
・「やめなさい」と止められる
・叱られる

□回避　□注目　□要求　□感覚

置き換え

対処・適切な行動への置き換え

⑤

事前の工夫

・スイッチにカバーを付ける
・押して良いスイッチの玩具を用意
・ピアノやPCなどを教えてみる
・散歩コースを変える
・危ない家の前を通る時は、お菓子やスマホなど別のものに注意を向ける
・バギーに乗って通る

⑥

子どもの適切な行動

・スイッチ以外の物で遊ぶ（パズル、絵本、ビデオ、電車、ミニカー、ピアノ、自分用のPCなど）
・お菓子やスマホを見て過ごす
・別のもので気がそれた状態で家の前を通り過ぎる

④

大人のどんな対応が、
子どもの行動を維持していた？

・注意したり叱ったりしていた
・繰り返しさせてしまっていた

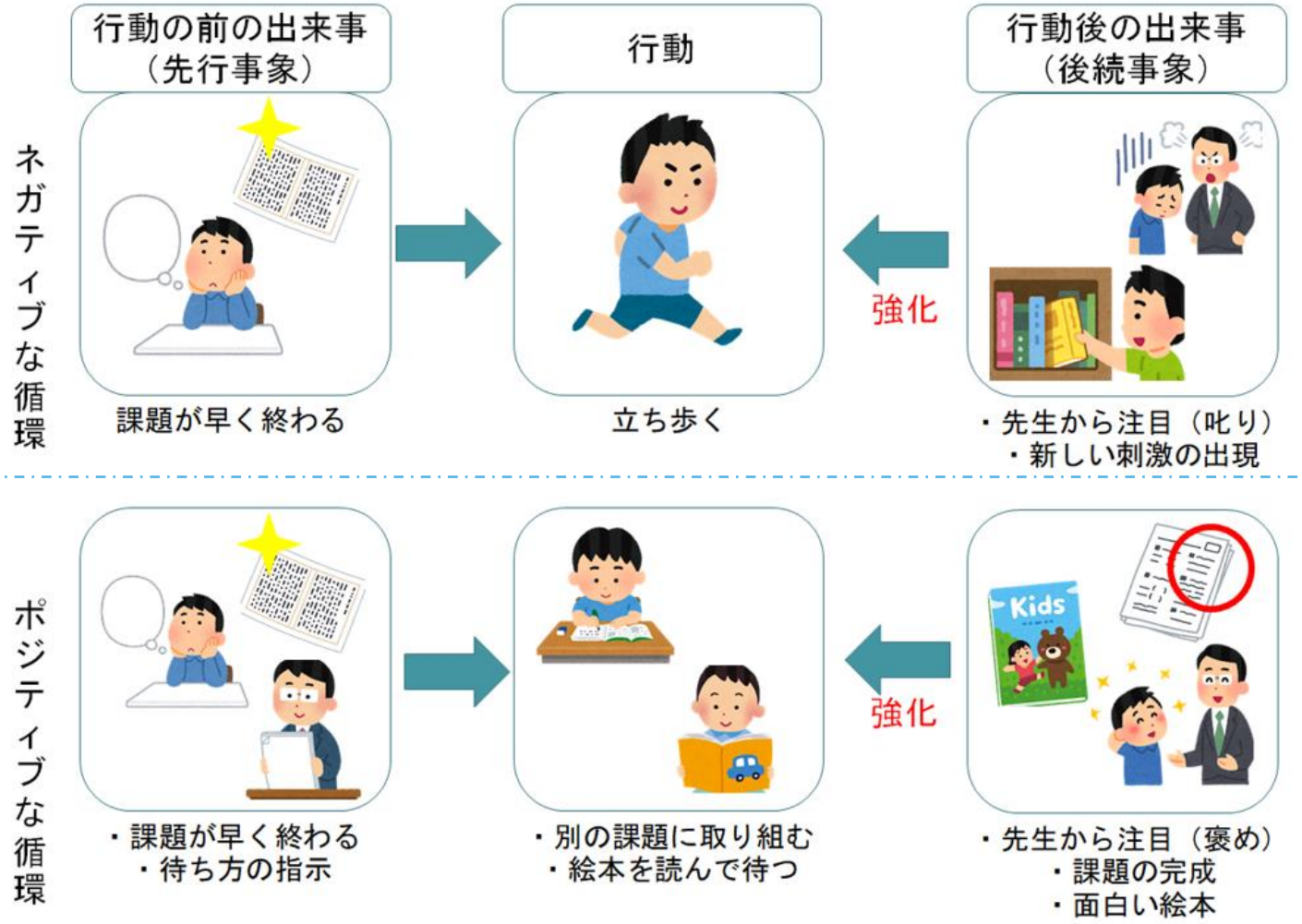
どんな対応をするべきだった？

・押してしまったら淡々と対応
・やる前に気をそらす、止める

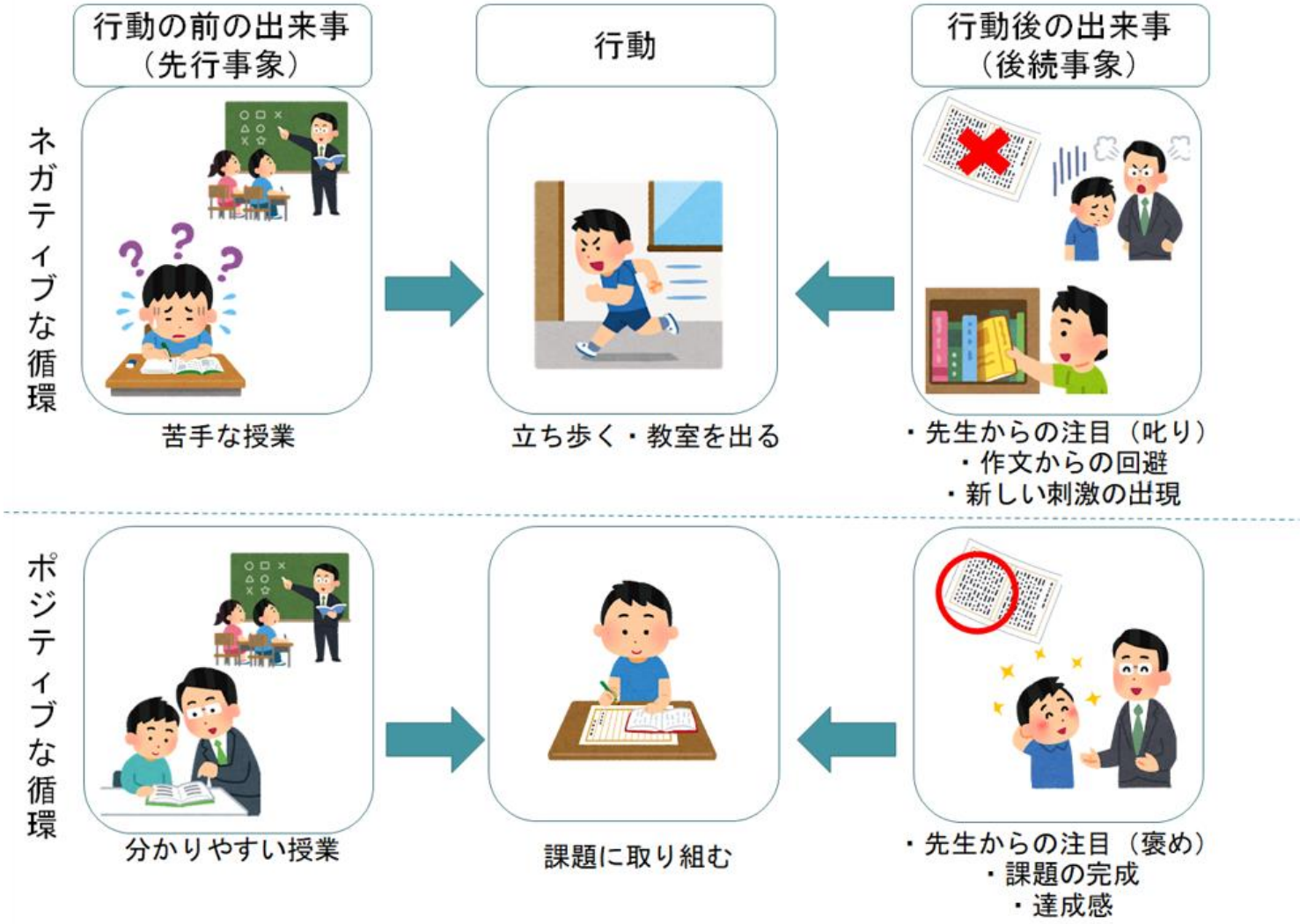
適切な行動は、全力でほめる！！

Jens Martensson

悩みごとを分析してみましょうー授業中に立ち歩いてしまう



悩みごとを分析してみましょうー授業中に立ち歩いてしまう



本講座の流れ

（１） 講座の目的を説明
（２）ミニアイスブレイク
（３）「3つの箱」に慣れよう
（４）困った行動のとらえ方
（５）事例を分析してみよう
（６）質疑応答

事例

- うちの子は、小学3年生です。学校から帰宅したらすぐに、口を酸っぱくして「明日困るんだから宿題をやりなさい」と言っています。しかし、何度言っても、まったく宿題をやりません。大体、おやつを食べたあと、**「あとでやるよ！！」と言う**ので、しばらく様子を見ているとマインクラフトに熱中しています。
- 18時ころ夕食を食べた後に、叱りつけるとやっと数分取り組むのですが、すぐに集中が切れて、**「難しすぎ」と言いながらいつのまにか立ち歩いてふらふら**としています。そうこうしているうちに寝る時間になるので、手伝ってあげたり、その日はあきらめて寝かせたりしています。
- 毎日しかりつけるにもほとほと疲れ果てました。翌日の朝になって、6時に起きて出来ていないことに焦って大騒ぎをし、**パニックを起こします**。なんとか手伝い、終わらせて7時には登校していきますが、毎日この繰り返しです。いったいどうすればよいでしょうか。

ストラテジーシート

記入日：　／　／　　氏名：

機能分析

②

A:　行動の前の状況・きっかけ
・帰宅後おやつを食べた ・「はやく宿題をやりなさい！」としかられた

①

B:　子どもの困った行動
・「後でやるから！」と言った ・数分だけ取り組み「難しすぎと」立ち歩いた

③

C:　行動の後の状況・結果
・ゲームが出来た ・宿題をやらなくて済んだ ・手伝ってもらえた □回避　□注目　□要求 □感覚

置き換え

対処・適切な行動への置き換え

⑤

事前の工夫

⑥

子どもの適切な行動

④

大人のどんな対応が、
子どもの行動を維持していた？

どんな対応をするべきだった？

適切な行動は、全力でほめる！！

Jens Martensson

ストラテジーシート

記入日：　　／　　／　　氏名：

機能分析

対処・適切な行動への置き換え

② A: 行動の前の状況・きっかけ	① B: 子どもの困った行動	③ C: 行動の後の状況・結果
・朝6時 ・終わっていない宿題	・パニックを起こす	・手伝ってもらった ・提出できた □回避　□注目　□要求 □感覚

置き換え

⑤ 事前の工夫	⑥ 子どもの適切な行動

④

大人のどんな対応が、
子どもの行動を維持していた？

どんな対応をするべきだった？

適切な行動は、全力でほめる！！

Jens Martensson

本講座の流れ

（１） 講座の目的を説明
（２）ミニアイスブレイク
（３）「3つの箱」に慣れよう
（４）困った行動のとらえ方
（５）事例を分析してみよう
（６）質疑応答

「ご褒美」で釣るのって、気が進まない・・・

・褒め方にも多様性が必要

・ご褒美は、最初の大きな試練をこえるためのブーストアイテム

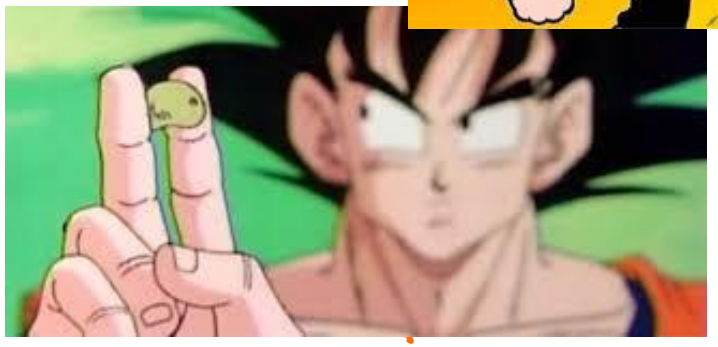
　ポパイのほうれんそう、悟空の仙豆、チョッパーのランブルボール・・・

・傷ついた状態、チャレンジに進めない状態の最初の一歩を助ける

・お子さんが「成功体験」を積み「達成感」を得られれば自然と必要なくなっていく（内発的動機づけへの転換）

・最初からふんだんに活用し、行動が安定してきたら徐々に減らす

・なるべく、親子で楽しめる「体験」だとなお良い



「ほめられないとできない子」にならない？

・褒められないとできない＝人間の行動の原理

・「褒められてきた経験」を踏まえて、強化となる「ほめられ方」は発達していく
　　例　達成感（内発的な動機付け）、友達との時間、趣味の時間、お給料、など、、、

・きちんと褒められて、たくさんの行動レパートリーが育っていることが大切
→自分で自分を楽しませる、余暇のスキルにつながっていく
→困った時には、使える手札（行動）が多い方がよい
→失敗から学べる状態にもつながる

・褒められるためにポジティブに努力する習慣が身についている
→新しいことへのチャレンジの土台が身につく

「反省文化」は百害あって一利なし・・・といってもよいかもしれません

- 行動の機能としては、苦手な状況、嫌な状況からの**回避**にとどまる
- 時間的なスパンが長すぎる＆具体的にどう行動するべきかが曖昧で伝わらない
- 大人側の**期待**から**叱責**につながりやすい（あの時あぁ言ったのに！） ＝**失敗体験を量産**してしまう
- 責められるー**隠す**ようになるーさらに失敗を重ねるー**自己肯定感**が下がる・・・長期的なデメリットが大きい
- 「**適切な行動**」を教える機会と「成功体験」をともに作ることが重要
- ソーシャルスキルとしての謝罪を教える必要はあり

行動のきっかけ

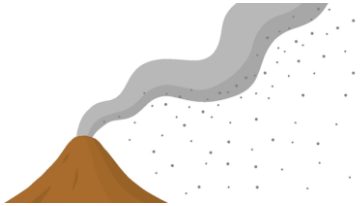
「反省しなさい！」
「謝りなさい」
「悪いと思っているの？」

行動

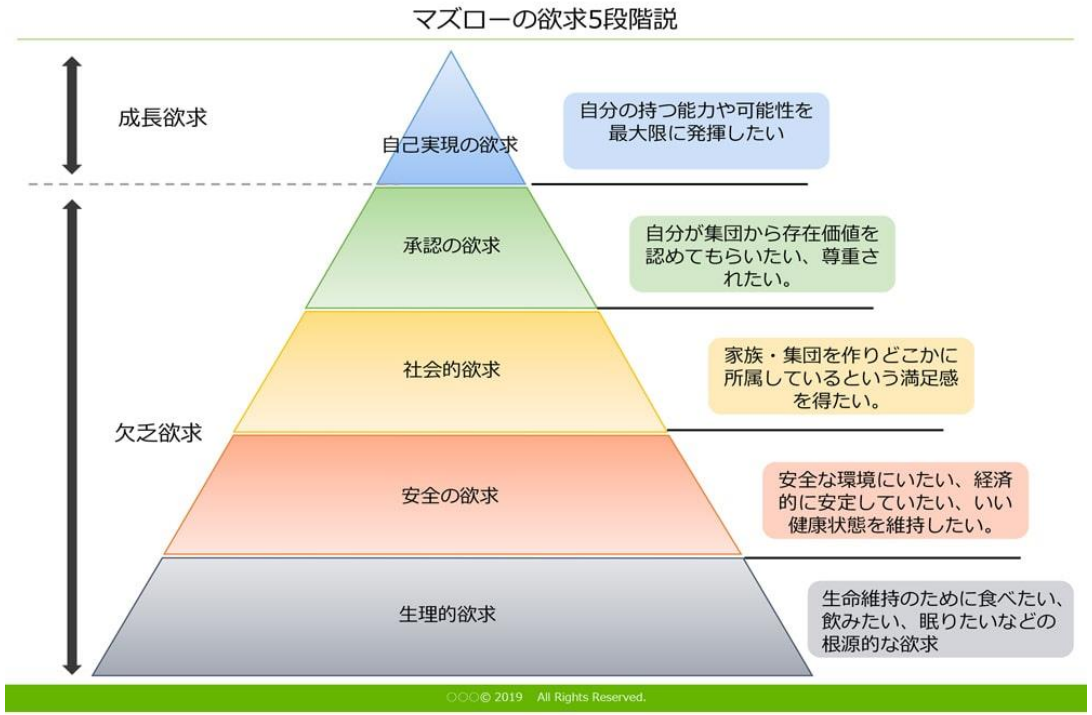
・「ごめんなさい・・」
・「もうしません・・」
・しおらしい態度・表情

行動の後の出来事

・お説教が終わる



成人期を見据えた発達支援



✓周囲を要求や助けを求められる

周囲から助けてもらったらうまくいった、という成功体験の積み重ねが鍵

✓失敗を隠さないですむ

失敗の共有行動はどんどん褒めて育てる。社会人としても大切な視点

✓楽しみをもって生きる

「楽しみがある」というのは非常に大きなつよみ。徹底的にのばす

・社会（マジョリティ）のルールは変わる。個の「特性」「個性」に配慮した環境が大切

・親御さん自身が楽でいられる、自分にも我が子にもやさしくいられるという視点も大切

質疑応答タイム