

平成 30 年度 県補助金事業 自閉症・発達障害療育セミナー

共催 NPO 法人和歌山県自閉症協会
和歌山県発達障害者支援センター ポラリス

「適応」を支え「成長」を促すポジティブ行動支援 —本人の「声」に耳を傾ける科学的実践—

講師 畿央大学教育学部現代教育学科
准教授 博士（心身障害学）

大久保 賢一先生



平成 30 年 12 月 2 日(日)、和歌山県立情報交流センタービッグ・ユーにて、平成 30 年度県補助金事業 自閉症・発達障害療育セミナーを開催致しました。今回は、畿央大学教育学部現代教育学科准教授で心身障害学博士の大久保賢一先生をお招きして『「適応」を支え「成長」を促すポジティブ行動支援 —本人の「声」に耳を傾ける科学的実践—』というテーマでご講演いただきました。

第 1 部講演は以下の通りです。

最初に、学校の授業におけるスパルタ指導の映像と福祉事業所の職員が利用者に暴力を振るう告発映像を紹介します。これらの映像には、乱暴に見えるが指導効果があるとテレビ番組等で肯定的に紹介された映像も含まれますが、今回はこれらの強制的・嫌悪的な指導を否定し、罰に頼らないポジティブ行動支援についてお話したいと思います。

こちらがしてほしい事を相手がしてくれない時、私達はその原因を考えながら対応しますが、その時の原因の捉え方によってその後の対応は大きく変わります。原因の捉え方をパターン分類すると、原因の所在(個人 or 環境)と可変性(変化しやすい or 変化しにくい)の 2 軸をかけ合わせた 4 パターンが考えられます。例えば障害特性等は「変化しにくい個人要因」に分類されますが、そのように原因を捉えるだけでは本人の抑うつや支援者の諦めにつながる場合があります。効果的な介入を目指す場合、支援者自身の関わりも含め「変化しやすい環境要因」に優先的にアプローチしていくこととなります。

また、こちらがしてほしい事を相手にしてもらうためには 3 つの条件があります。1 つ目は相手が指示内容を理解できること、2 つ目はその行動ができること、3 つ目はモチベーションがあることです。発達障害児者への構造化支援は、1 つ目の条件に対するアプローチでしょう。ただ、指示内容を理解できても実行できない事がありますし、やりたくない事もあると思います。2 つ目の条件に対しては、例えばコミュニケーション方法を具体的に知らせて練習するソーシャルスキルトレーニング等のアプローチが有効でしょう。私達が叱られても一輪車に乗れないように、条件に合わせてアプローチ方法を選択していく必要があります。

3 つ目の条件にあるモチベーションには、過去の経験が大きく影響します。特に、行動の後にどのような経験が伴ったかという経験記憶によって、将来その行動が繰り返される可能性が大きく変わります。ある行動が繰り返される可能性を高めるための行動理論に、「正の強化」と「負の強化」があります。正の強化は、称賛やご褒美、達成感など本人にとって嬉しい経験が伴うことでその行動が繰り返し起こりやすくなるという行動理論です。負の強化は、叱責を回避するために逃げたり、風邪を治すために薬を飲んだりするなど、そのように行動して嫌な出来事を回避できたという経験から、その行動が繰り返し起こりやすくなるという行動理論です。一方ある行動を減少させていく行動理論には「正の弱化」と「負の弱化」があります。正の弱化は、叱られて罰を受ける等本人にとって嫌な経験が伴うことでその行動が減少していくという理論です。負の弱化は、お金や時間等本人にとって大切なものを失う経験が伴うことでその行動が減少していくという理論です。

これらの行動理論は、支援や子育てにおいても広く応用できるものです。ただ実際に活用していく際は、経験の意味を本人の立場で考えるということに注意する必要があります。例えば聴覚過敏の子どもを大声で褒めても本人にとっては嫌悪的な体験になるでしょうし、注目獲得のために悪戯をする子どもを強く叱っても本人にとっては嬉しい経験になるため悪戯は繰り返されるでしょう。この点を誤解すると対応が逆効果になってしまうため注意が必要です。

これら4つの行動理論と合わせて覚えておきたいもう 1 つの重要な行動理論に「消去」があります。消去は、行動の後に何も起こらなかったという体験を想定した行動理論です。弱化では、行動に伴うマイナス体験によってすぐに行動が減少しますが、消去では最終的に行動が減少する前に、一度行動がエスカレートして行動の回数や種類が増えるという特徴があります。例えば自動販売機にお金を入れてボタンを押しても飲物が出てこないという状況においては、ボタンを連打したり自動販売機を揺らしたりするなど、最終的に諦めて行動しなくなる前に普段しない行動をする可能性が高くなります。このような一時的なエスカレートを想定しない場合、問題行動を無視することで消去を試みたとしてもエスカレートに耐えられず反応してしまうと思います。その結果本人はより激しい問題行動を学習し、介入が難しくなっていくという悪循環に陥るでしょう。しかし、目の前で起こる激しい問題行動を止めようとする周囲の行動は、とても自然な反応だと思います。その行動が、結果的に問題行動をエスカレートさせている行動だったとしても、責められるものではありません。行動支援を行う際のポイントは、言うは易く行うは難しという行動支援の特徴を理解し、悪循環に陥っている本人や家族を責めないことだと思います。

第2部講演は以下の通りです。

相手の行動をコントロールする方法として、罰的対応は非常に効果的です。現在は倫理的な問題によりほとんど行われませんが、70年代から80年代にかけて罰的対応の研究が盛んに行われました。自傷行為を止める実験では、嫌悪刺激を使うことで自傷が一切見られなくなり効果が証明されました。しかし同時に罰的対応にはいくつか問題点があることも明らかになりました。

1つ目の問題点は、罰的対応を中止するとすぐに問題行動が再発し、強制的に抑圧された分再発後に問題行動が悪化するということです。2つ目の問題点は、問題行動を止めることで本人から表現機会を奪うことになるため、本人が隠れて行動するようになったり無気力になったりするということです。3つ目は、慣れてくると罰の内容がエスカレートしやすいということです。4つ目は、短期的には効果があるため罰を使う人の成功体験になりやすいということです。熱心な指導者が経験則で指導方法を選択すると、より効果的な方法を選択するため罰的になりやすいと言われています。対策として、長期的デメリットについて理論的に勉強することが必要でしょう。5つ目は、本人との関係が悪くなるということです。罰を受けた人は罰を与えた人を避けるようになるため、罰以外の介入が難しくなります。6つ目は、罰を受けた人の攻撃性を高めてしまうことです。7つ目は、罰を受けた人が相手をコントロールする方法として罰的対応を学んでしまうということです。これらの問題点に目を向ければ、罰的対応に頼って行動支援を行っても結局上手くいかないということが分かると思います。

罰に頼らない行動支援では、まず聞き取りや直接観察によって本人の行動に関する情報を集め、それをもとに本人の行動理由についての仮説を立てることが大切だと言われています。特に重要な情報は、どのような状況で問題行動が起こるのか、問題行動の後に何が起こるのかということです。それらの情報をもとに本人が何故そのように行動しているかを考えていきます。行動理由が分かれば、その理由に合わせて予防方法を検討します。例えば、難しい課題を避けるために暴れている子どもがいれば、課題の難易度や量を調整することになるでしょう。さらに、問題行動に反応しない対応と、同時に問題行動以外の意思表示を具体的に教える対応により、問題行動によって望んだ結果を得るという流れを止めつつ別の適切な方法で望んだ結果が得られるようにバイパス手術のような介入を行っていきます。例えば、問題用紙を破ることで難しい課題を回避する子どもに対しては、何枚破っても課題が中断しないように予め大量に用紙を印刷しておくのと同時に、ヘルプカードを用意して課題をパスする方法を教えるという対応が考えられるかもしれません。問題行動は、周囲にとっては対応しにくい困った行動ですが、本人にとっては必要なメッセージを含む行動である場合が多いでしょう。行動支援では、本人の行動からメッセージを読みとり適切な方法と結び付けることが大切です。

また、このような講演会で「これまで一度もやったことがない行動を褒めて教えることは出来ないのか」という質問を受けることがあります。確かに一度もやったことがない行動は褒めることが出来ませんが、何らかの指示的介入が必要そうにも思われますが、シェイピングという方法を用いれば褒めるだけで新しい行動を獲得させることが可能です。シェイピングは強化と消去を組み合わせた方法で、目標の行動に比較的近い行動を褒めて強化し、その行動が安定すれば消去をかけてエスカレートさせ、少しだけ目標行動に近づいた行動が見られた際にタイミングよく褒めて強化するという手続きによって、段階的に目標行動に近づけていくという方法です。イルカのトレーナーはこのシェイピングを活用する

ことで輪ぐりを教えているそうです。落ち着きにくい子どもには、最初から 45 分間座っていることを求めるのではなく段階的に目標設定していく方が良いでしょう。

「飴と鞭」は昔からよく言われる方法ですが、鞭(罰)は必要ないかもしれません。「飴と飴なし」を上手く組み合わせて行動支援をしていくことが理想です。飴は、相手の行動をコントロールするための手段ではなく、本人が良かったと思える体験自体を意味します。本人の生活が飴だらけになるよう目標設定や環境調整について一緒に考えていただけたらと思います。

[質疑応答]

■子どもの乱暴な行動を減らしたいが無視できないので困っている。

乱暴な行動への直接介入ではなく、それよりも前の段階で介入した方がよいかもしれません。子どもが理由もなく急に乱暴になることはあまりないと思います。どのような状況が乱暴な行動につながっているかに注目することで対応を考えるヒントが見つかると思います。

■促しても行動しない子どもへの対応に困っている。

活動の選択肢を提示して、本人に選んでもらうと取り組みやすくなるかもしれません。何をするか、どこですか、どれを使うか、終わったら何をするか、など細かいことでもよいので本人に選んでもらうとよいでしょう。選ぶことが苦手な人は、毎日の生活の中で選ぶ練習をしていくとよいかもしれません。例えば、その日に履くズボンを選ぶ等でもよいと思います。

■親が適切に対応できず、疲れて怒ってしまう。

シェイピングのお話は支援者や親の行動に関しても言えることです。最初から完璧を求めず、その時できることに取り組みながら少しずつ良くしていけばよいと思います。どういう時に怒ってしまうのか分析し、それに対して現時点ではどのような対策ができそうかということを考えていけるとよいでしょう。

■急な予定変更に対応できずに調子を崩してしまう。

最初から諦めるわけではありませんが、人によってどうしても難しいことはあると思います。行事が苦手な子どもが必ず調子を崩すのであれば行事を避けるということも1つでしょう。学校に行くことを目標にして癩癩や問題行動を学んでしまうのであれば別の目標を設定した方がよいかもしれません。

■問題行動の期間が長い。

長い期間繰り返された行動は変化しにくいですが、変わらないわけではありません。ただ、変化するまでに時間がかかることが予想されるため、その間一貫した対応を行っていくために行動記録を作成した方がよいかもしれません。例えば行動の回数を記録した場合、日々細かく増減しながらも緩やかに全体数が減少する変化を捉えやすくなります。行動記録を作成せずその時々印象評価に頼ると、少し行動が増えただけで介入方法が適切でない判断して中断してしまうようなことが起こりやすくなります。

大久保先生には、大変お忙しい中ご講演いただきました。とても分かりやすくご講演いただき、聴講者の皆様からのご質問にも丁寧にお答えいただいたことに感謝致します。

末筆になりましたが、大久保先生のますますのご活躍を心よりお祈り申し上げます。



講演会終了後、アンケートを回収させていただきました。
以下、いただきましたご意見を一部抜粋して掲載させていただきます。

* アンケート回収 146 参考になった 134 どちらでもない 0
参考にならなかった 0 未記入 12

－ 回答者所属 －

当事者	1	医療	9
保護者	30	保健	10
一般	11	保育	7
福祉	47	その他	6
教育	31	記入なし	3

(複数回答)

－ 参加理由 －

講師がよい	45	案内が来た	27
会場が近い	30	誘われた	21
発達に関心	99	その他	12
毎回参加	14	記入なし	3

(複数回答)

みなさまからいただいた感想から

- ・ 説明の仕方が丁寧で、とても理解しやすかった。
- ・ 分かりやすい説明でした。具体例なども話していただけて良かったです。
- ・ 私は一般人で、専門的なことは勉強していませんが、それでも分かりやすい内容でした。
- ・ 理論をしっかり説明した上で事例等をお話くださり、とても自分の中で落ちました。
- ・ 内容が整理されて分かりやすかったです。研究実践のお話もありディスカッションもあり良かったです。
- ・ パワーポイントの使用によりレジュメが見やすく書き込みやすかったです。
- ・ 先生の補足を、実際に画面へ記入していただけたので分かりやすかったです。
- ・ ハトやイルカの動画では感心させられ、支援すべき内容とその理由がとてもよく分かりました。
- ・ 「成長」を促すポジティブな行動支援として、問題行動はその人なりの理由やメッセージであり、コミュニケーション手段であることを理解し、対応を考えていく(適切な行動を形成していく)ことの大切さを学びました。
- ・ 問題行動に対する対応について詳しく教えていただきました。情報を集めて整理し、適切な行動の教え方もとても具体的で分かりやすかったです。
- ・ 「アメとムチ」ではなく「アメとアメなし」という先生のお話が印象に残りました。子どもの将来に「アメ」がいっぱいあればいいな、「アメのないとき」もあっていいけど「ムチ」は受けてほしくないなと思いました。
- ・ 最後に「あめは相手をコントロールするものではない」というお話がありましたが、支援の目的として、相手にとって必要なあめを考え、提示していくことが大切だと響きました。
- ・ 子どもへの対応を見直す良い機会になりました。
- ・ 自分のしたい事ができないと怒る子どもに対し、接し方に悩んでいたので参考になりました。
- ・ 達成するまで褒めていなかったもので、子どもの頑張りを褒めてあげたいと思いました。
- ・ 息子の対応に疲れきって参加しました。まだ出来ることがある気がしました。まずは記録から始めてみます。

- ・ なぜこの行動？と考えることが多く、その理由が分かっているため支援方法が見つけれないということ、私の目標が高いということを実感しました。
- ・ 子どもの問題行動が多く困っていたのですが、講演を聞いて自分の対応で問題行動が増えていたのかなと少し反省しました。罰的な対応の副作用は、自分に言われているようで驚きました。今回の講演会で学べて良かったです。
- ・ 問題行動に対する行動支援の仕方と分析方法を学べて勉強になりました。親子関係が悪循環に陥っていました。育て方、やり方が悪いのかと自分を責めていましたが、それも自然な結果だと知れて少し楽になりました。
- ・ やはり罰はダメだと分かりながら、行動を止めさせたい一心で罰を使うことがあります。でも、それは効果がないと分かり、親も本人の行動理由を考えたり、勉強したりする事が大事だと分かりました。罰を使ってしまう自分が嫌で悩んでいました。本人が、この先の人生を楽しく送るためにどうすれば良いかの指針になりました。
- ・ 強化、消去、シェイピング等のお話は、障害をもたない生徒への指導においても参考になりました。運動部指導をしている者として「アメとアメなし」のお話が特に勉強になりました。
- ・ 学校にも講演に来てほしいと思いました。罰的対応の副作用について、とても納得して聞かせていただきました。
- ・ 罰を与えず褒めることで目標に近づけていくお話に共感しました。褒めることは奥が深く、行動を変えるだけでなく自尊感情を高める効果もありますが、職場においても罰を与えず叱責せず子どもを褒めて伸ばせるようになったらと思います。
- ・ 子どもを支援する中でトラブルがあれば、やはり原因をつきとめることが主になってしまうので、大事なものは「後の行動」だと勉強になりました。
- ・ できない、しない子にイライラしていた自分から卒業できそうなヒントを頂きました。
- ・ 子どもがなぜ問題行動を起こすのか、学童で働く者として学ぶことが多々ありました。初めて聞いた内容でも分かりやすく、障害者の方だけでなく一般社会でも十分に役立つお話だと感じました。
- ・ 子どもの問題行動に悩む保護者の相談では、育て方が悪いのかと自分を責める方が多いです。今日の講義から、保護者は決して悪くないということをお伝えし、問題行動の理由について情報収集してスモールステップで解決できる方法を一緒に考えていけたらと思いました。
- ・ なぜ罰がダメなのか、褒めるのが良いのか、分かりやすく説明してもらえたので、根拠をもって支援していけると思いました。消去の段階から次にどう進めたらよいのかと思いましたが、次の強化のタイミングを逃さないように、子どもの行動を観察することが大切だと感じました。これからの支援に活かしていきたいです。
- ・ 本人の気持ちに気付いて、思いを表現できるような行動に置き換えていく支援が大事だと思いました。
- ・ 行動原理について学んだことがありますが、実際の支援に落とし込み、分かりやすく解説していただけて良かったです。犯人捜しをしない温かさを感じ、今後の支援の参考にさせていただきたいです。
- ・ 褒めることを心がけてきましたが、「消去」をして成長させるというもう一つ上の段階に行けるように、支援者として頑張りたいと思いました。
- ・ 支援する際の着眼点が明確になりました。今回のように事例を活用することで、CBT や ABA の考えを当事者に説明できそうです。自分のコンサルテーションにも役立てたいと思います。
- ・ 実際の現場でも、厳しい言葉がけで行動が変化すると勘違いしている支援者がいます。今日学んだことをしっかりと共有し、楽しい雰囲気療育できる場所を築いていきたいです。

- ・ 現在事業所が抱えている課題に対して何が必要であるか明確になり、非常に参考になる講演会でした。本人がどうしたいのか、自己実現に向けた構造化について考える必要があると理解しました。
- ・ 療育の中で、活動が苦手な子どもがいます。ハトの動画と先生のお話を聞いて、少しでも活動参加できたら褒めるという対応を目指して、職場で実践してみたいと思いました。
- ・ 注目行動をする当事者にどう対応すればよいかについて、大きなヒントを頂きました。今日のお話を作業所の職員と共有し、日々の支援について考えていけたらと思います。

要望・改善して欲しい点について

- ・ 休憩は1回でよいと思いました。
- ・ 筆記する時間をもっと取ってほしいです。
- ・ 時間が足りないと思います。午前と午後の数時間を掛けてじっくりと学びたいです。
- ・ 時間の都合で仕方がないことですが、もう少し考える時間があれば、より理解が深まると思いました。
- ・ 少しペースが早くて、理解してついていけませんでした。
- ・ 行動支援の具体例をもう少し出してほしかったです。
- ・ 刺激に過敏な子どもたちへの具体的な対応方法が知りたかったです。
- ・ すぐ止めないといけない危険行動をどのように消去すればよいのか、もう少し具体的に教えてほしかったです。
- ・ 動物の動画をもっと増やしてほしいと思いました。
- ・ 事前に質問できるようにしていただけるとよいと思います。
- ・ 紀南地方での講演会を企画していただき、もっと詳しく行動分析のことを勉強したいと思いました。
- ・ 机があればメモをとりやすいと思いました。
- ・ 多くの方が座れるようにとのことでしたが、机を置いて頂けると講義が更に受けやすくなると思います。
- ・ 会場の都合で仕方ないと思いますが、机の有無を事前に教えてもらいたいです。
- ・ メモやアンケートを書きやすいように、やはり机があった方がよいと思いました。
- ・ 知識定着のためには、一度のみの講演会ではなく、継続的に先生に来てもらって実践につながるよう勉強することが必要だと思いました。
- ・ 講演会のお知らせについて、もっと身近な情報としてほしいです。
- ・ 申込フォーム(ホームページからの申込み)を簡単にしてほしいです。

ポラリスへの要望や関心のあることについて

- ・ 定期的に講演会や勉強会の企画をお願いします。
- ・ 田辺市だけでなく、和歌山市内でも研修を行っていただけると有り難いです。
- ・ すでに行っていますが、行動障害の研修を増やしてほしいです。
- ・ 事例検討会があると、より身につくように思います。
- ・ 当事者や家族への支援だけでなく、正しい知識や理解を得る機会がなかったり、少なかったりする支援者に対する支援がほしいです。
- ・ これからも発達障がいの方へのあたたかい支援をお願いします。

- ・ 多動の子どもへの対応について教えていただきたいです。
- ・ 親のサポート、親の教育をもっとしてほしいです。
- ・ 発達障害児の進路選択(中学から高校、高校からその後)について知りたいです。
- ・ 失敗体験が多い当事者の就労支援や、職場への説明方法について知りたいです。
- ・ 新宮、東牟婁に、もっと相談に来てもらいたいです。
- ・ 和歌山市だけでなく、田辺市などにも相談機関を作っていただき、紀南でもすぐに相談できるようにしてもらいたいです。身近な相談機関であってほしいと思います。
- ・ 相談しやすい環境づくりのために、スタッフを多くしてほしいと思います。
- ・ 発達障害児者への関わりや支援が、もっと出来るような発達支援室ができたらと思います。またご意見いただけたらと思います。

次回以降の講演会への要望

- ・ 発達障害の基本的な知識を深められる講演会を希望します。
- ・ 様々な障害特性についての対応方法の事例などを知りたいです。
- ・ 多動の子どもの保育について学びたいです。
- ・ 保育関係の講演会をしてほしいです。
- ・ パニックになった時の対処方法をもっと知りたいです。
- ・ 子どもの行動変容を促す手法の比較について関心があります。
- ・ 発達障害を受け入れられていない保護者への支援について学びたいです。
- ・ 今後も子どもへの関わり方についての講義を開催してほしいです。
- ・ 発達障害の子をもつ親にもっとアドバイスがほしいです。やはり子どもと一緒にいるのは親なので、支援者や先生向けのお話ではなく、親がどうあるべきかをもっと考えてほしいです。
- ・ 発達障害に対する作業療法や感覚統合訓練のような身体に働きかける方法に関心があります。
- ・ 家族との関係に悩んでいる方がいます。家族関係を改善させるために支援者ができることがあれば、学ぶ機会がほしいと思います。
- ・ LDについて学びたいです。
- ・ 進学や就職について取り上げてほしいです。
- ・ 就労支援についてお話が聞きたいです。支援者として必要なことを学べたらと思います。
- ・ 人間関係が難しくトラブルをおこすような事例について学びたいです。
- ・ 二次障害(登校拒否、学習拒否等)への対応、またゲーム依存への対応について学びたいです。
- ・ 大人、子ども共に参考になる講演会をしていただけると有り難いです。
- ・ 当事者への伝え方(わかりやすい・良い受け取り方をされる言葉)についての講演をお願いします。
- ・ 愛着障害についても発達障害と併せて知りたいです。
- ・ 情緒障害や不登校に対する方法を学びたいです。
- ・ 発達障害や認知症の講演会に参加したいです。
- ・ 自閉症やうつ、統合失調症について関心があります。
- ・ 津守慎二さんの講演を希望します。
- ・ 大久保先生のお話が凄く良かったので、またお話をお聞きしたいです。

- ・ 講演会の回数を増やして、東牟婁でも開催してもらいたいです。
- ・ ABA について東牟婁でも講演会を開催してほしいです。
- ・ 次回は和歌山市内か、大阪の近くで開演してほしいです。

この他にもいただきました沢山の貴重なご意見・ご感想を、
これからの活動にいかしていきたいと思えます。

ありがとうございました。