

Teacher Teacher

にちにち勉強会

第7回



プログラム構成

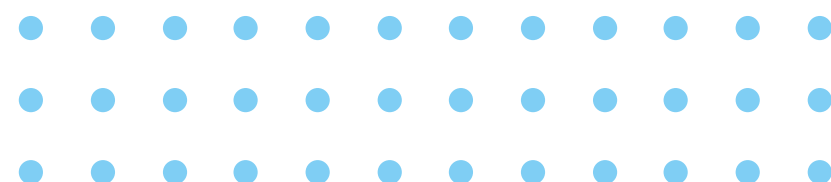
1. 行動分析学とは（1コマ）
2. レスポンドेंट行動（1コマ）
3. オペラント行動（2～4コマ）
4. 生活への応用ー応用行動分析学ー（2～3コマ）

※ 1コマ20～30分



Chapter 4－(1)

生活への応用　－応用行動分析学－



今日のテーマ

私たちの生活をより良くするために
～応用行動分析学でできること～



応用行動分析学とは・・・？

- 行動分析学の原理を
実際の**生活の問題解決**に応用する分野。
- 人の行動を環境との相互作用の中で捉える。
- 人が行き交う様々な領域で応用されている
福祉、医療、教育、スポーツ、企業、産業分野etc・・・

応用行動分析学の視点で行動を見るとは

思い出してみよう！



事例 1

シズオさんは糖尿病の予備軍で、医師から食事の管理と毎日30分程度の軽い運動をおこなうよう指導されています。一度は運動をしたり、食事の量を減らしたりしましたが継続できなくなり、今では高カロリーなものを食べたりアルコールを飲んだりする一方で、まったく運動をしていません。

Q シズオさんはどうして医師の指導を守れないのでしょうか？



日常生活で頻繁に行われる説明の例

- やりたかったから
- そうしようと思ったから
- やる気があるから・ないから
- 協調性があるから・ないから
- 甘えん坊だから
- 責任感が強いから・弱いから
- お調子者だから
- しっかり者だから
- 調子が良いから・悪いから
- そういう思考傾向にあるから
- 冷たい人だから
- お節介だから
- 親に似ているから
- 遺伝だから
- 元々そういう性格だから
- 生まれつきそうだから

トートロジー（同義反復）という落とし穴



どうして運動が
継続できないの？



意志が弱いからよ



どうして意志が
弱いと言えるの？



何も継続できない
からよ



トートロジー
(同義反復)

どうして運動が
継続できないの？

何も継続できな
からよ

個人攻撃の罠

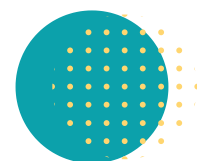
意志が弱いからよ

どうして意志が
弱いと言えるの？



行動分析学 = 個人攻撃の罠にハマらない学問

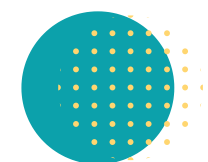
▶▶▶▶ 科学的な見方で人の行動を分析する



行動と環境に目を向ける

- 困った行動は、やる気や性格のせいではなく**環境との関わりの中で**起きていると考える。（行動と環境の相互作用）
- 「なぜこんなことをするのか」ではなく
「何が（どんな状況が）そうさせているのか」を見て、
「どう環境を調整すれば、できるようになるか」を一緒に探す。

——「人を責めない」やさしい学問



応用行動分析学で解決できる問題

● 少なすぎて困る行動

しなくて困る行動。行動の未学習・未定着。
ー【できる行動を増やしていく】

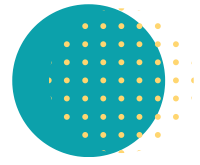
● 多すぎて困る行動

行動の誤学習。行動の修正・再学習。
ー【困った行動を減らしていく】



困った状況をどのように解決していくのか





3つのステップ

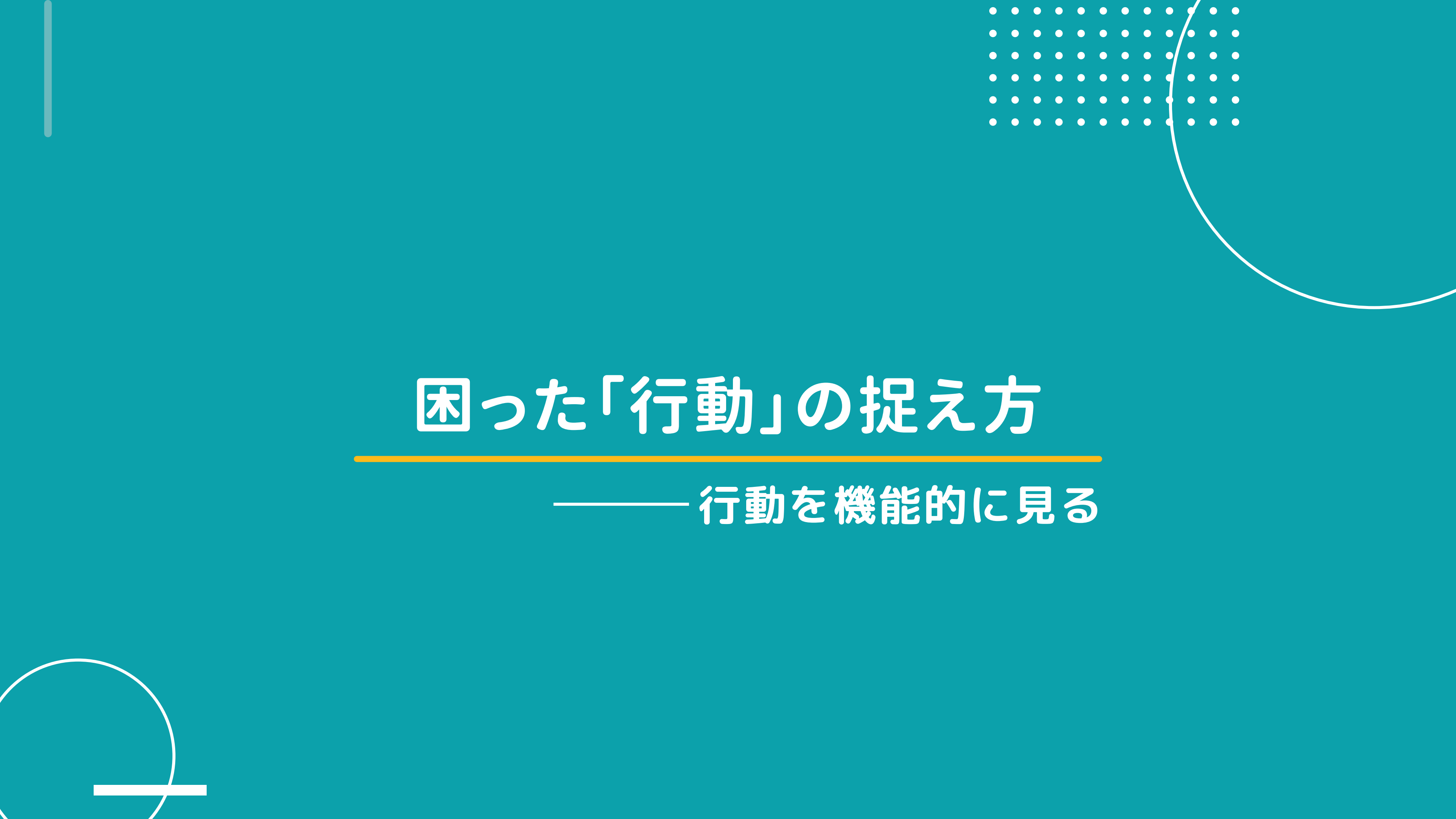
1 困難な状況を**具体的な行動**として記述して分析する。



2 **行動の目的**を推測する（仮説を立てる）。

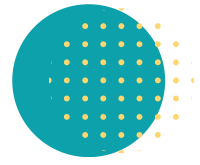


3 介入方法を考えていく。



困った「行動」の捉え方

—— 行動を機能的に見る



3つのステップ

1 困難な状況を**具体的な行動**として記述して分析する。



2 行動の**目的**を推測する（仮説を立てる）。



3 介入方法を考えていく。

次の行動のうち「具体的な」行動はどれでしょう？



これらの中で具体的な行動はどれでしょうか？

1. サトシは 自己肯定感が低い
2. ユミは、よく忘れ物をする
3. タケシは、友達を叩いた
4. ソウスケは、掃除をサボる
5. ダイスケは、だらしない
6. ミキは、パニックを起こす
7. ツヨシは、不登校である
8. ケンは、落ち着きがない



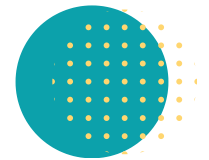
正解は . . .

「タケシは、友達を叩いた」だけ



なぜ「具体的」でないとダメなの？



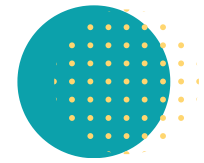


具体的でないと . . .

- 環境を調整したことによって、変化したかどうか分からない

※行動分析学は「科学的」に根拠のある理論をもとにした学問

➡➡➡➡ 介入の効果を測る必要がある



具体的な行動の定義

●観察可能

= 出現した、していないが誰が見てもはっきりわかるもの

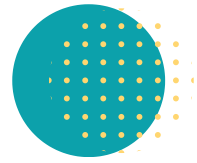
●再現可能

= その表現を聞いた人が同じように行動できること

これらの中で具体的な行動はどれでしょうか？

1. サトシは 自己肯定感が低い
2. ユミは、よく忘れ物をする
3. タケシは、友達を叩いた
4. ソウスケは、掃除をサボる
5. ダイスケは、だらしない
6. ミキは、パニックを起こす
7. ツヨシは、不登校である
8. ケンは、落ち着きがない





3つのステップ

1 困難な状況を**具体的な行動**として記述して分析する。



2 **行動の目的**を推測する（仮説を立てる）。



3 介入方法を考えていく。

ABC分析

機能分析

随伴性ダイアグラムを使って目的（機能）をみる



ワーク

事例を見てみよう

事例 2

4歳のサキちゃんは幼稚園の砂場でしばらく一人で黙って穴を掘って遊んでいましたが、隣にいたケントくんの頭の上に砂をかけました。ケントくんは泣いて、先生はサキちゃんに「お砂をかけちゃダメだよ。ケントくんに謝りなさい」と言いました。それでもサキちゃんはまたケントくんには砂をかけようとするので、先生はサキちゃんを抱っこしてブランコの方へ連れて行きました。先生は、このようなトラブルがあるたび、サキちゃんをお友達から離して、しばらく先生が一人、サキちゃんのそばにつくようにしていました。



どうしてサキちゃんはお友達に砂をかけたのでしょうか？ 目的はなんでしょう？



ABC分析してみよう

A

直前の状況

先生の関わり
なし



B

行動

友達に
砂をかける

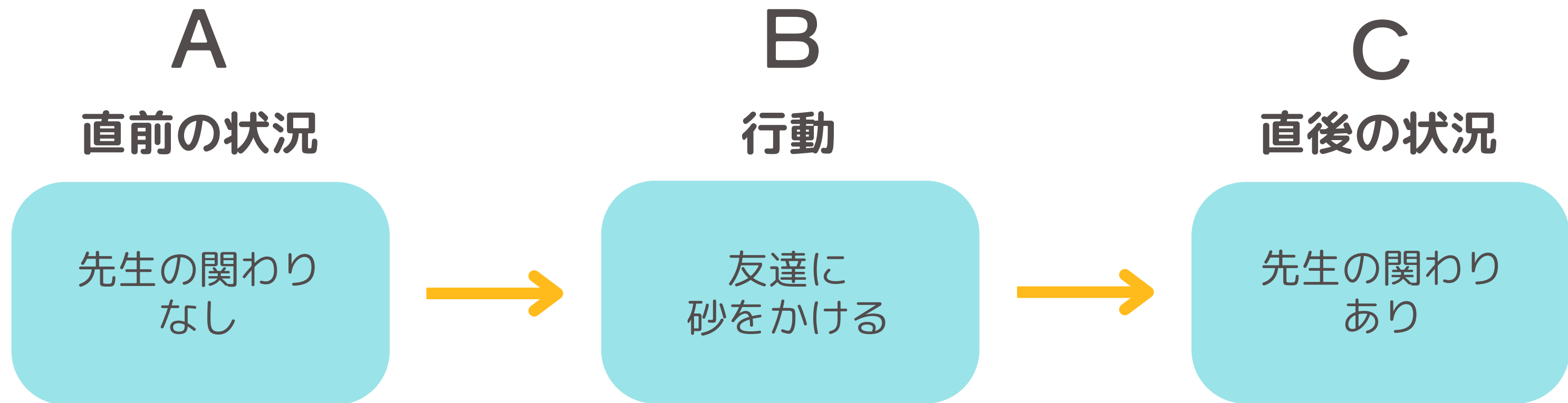


C

直後の状況

先生の関わり
あり

ABC分析してみましょう



➤➤➤ 目的は「先生の関わり」を得られるから

行動の4つの機能

- 1 物、活動などの取得（要求）
- 2 活動、刺激からの逃避や回避
- 3 注目の取得
- 4 感覚刺激

ワーク

さらに事例を見てみよう

事例 3

エリさんは算数の問題の答えが分かったので挙手をしました。先生が当ててくれたので、起立して答えを言いました。でもエリさんの答えは間違っていました。クラスメイトが一齐に「ちがうよ」と言い合って笑いました。国語の時間にも同じように発言をすると、先生に「声が小さいのでもう1回」と言われました。それ以来、エリさんは答えが分かっても挙手をすることはなくなりました。

Q どうしてエリさんは
エリさんは挙手しないのでしょうか？機能はなんでしょう？



ABC分析してみよう

A

直前の状況

友達からのからかいや先生の指摘なし



B

行動

挙手をして
答えを発言する

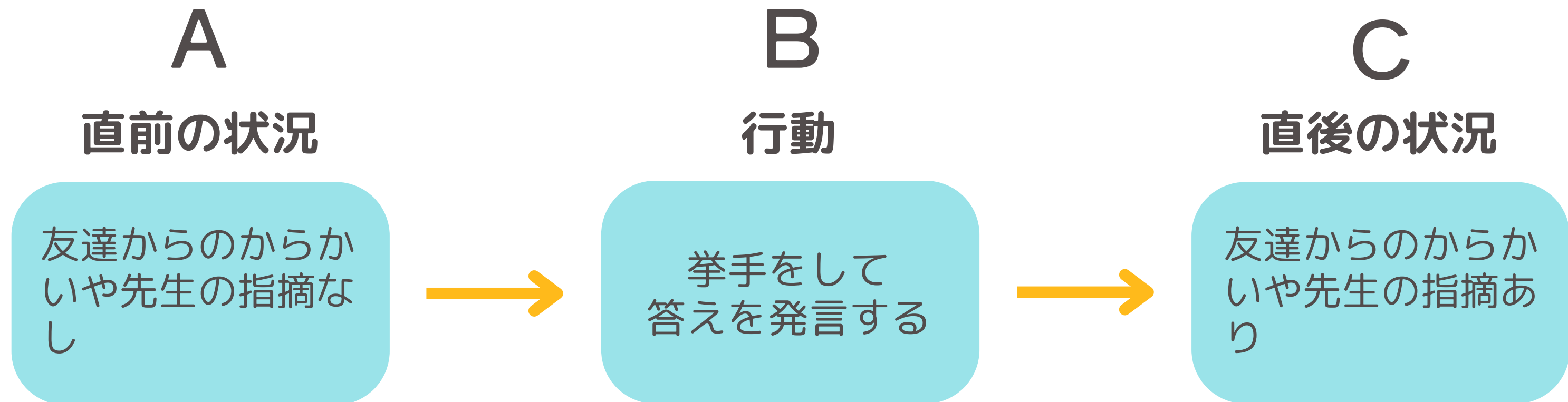


C

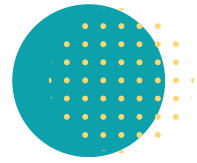
直後の状況

友達からのからかいや先生の指摘あり

ABC分析してみましょう



友達からのからかいや先生の指摘があるから。＝「回避」



3つのステップ

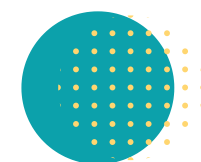
1 困難な状況を**具体的な行動**として記述して分析する。



2 **行動の目的**を推測する（仮説を立てる）。



3 介入方法を考えていく。



応用行動分析学で解決できる問題

a. 少なすぎて困る行動

——増やしていくアプローチ

b. 多すぎて困る行動

——減らしていくアプローチ



次回 

「少なすぎて困る行動」を増やすには？

未学習・未定着の行動形成について
→その介入の手順を紐解いていく

まとめ

1

応用行動分析学（ABA）は、行動分析学の原理を実際の**生活の問題解決に応用する**分野。

2

日常の困った行動を**行動と環境の相互作用**の中で考える。

3

ABAを使うと効果的な課題は、「**少なすぎて困る行動**」と「**多すぎて困る行動**」

お疲れ様でした

Teacher Teacher
にちにち勉強会