

Teacher Teacher

にちにち勉強会

第8回



プログラム構成

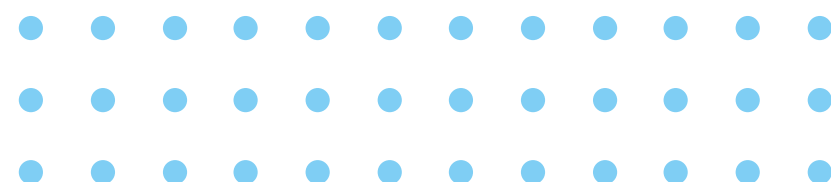
1. 行動分析学とは（1コマ）
2. レスポンドेंट行動（1コマ）
3. オペラント行動（2～4コマ）
4. 生活への応用ー応用行動分析学ー（2～3コマ）

※ 1コマ20～30分



Chapter 4 —(2)

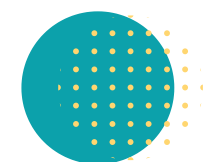
生活への応用 —応用行動分析学—



今日のテーマ

少なすぎて困る行動へのアプローチ ～応用行動分析学で取り組むステップ～





応用行動分析学で解決できる問題

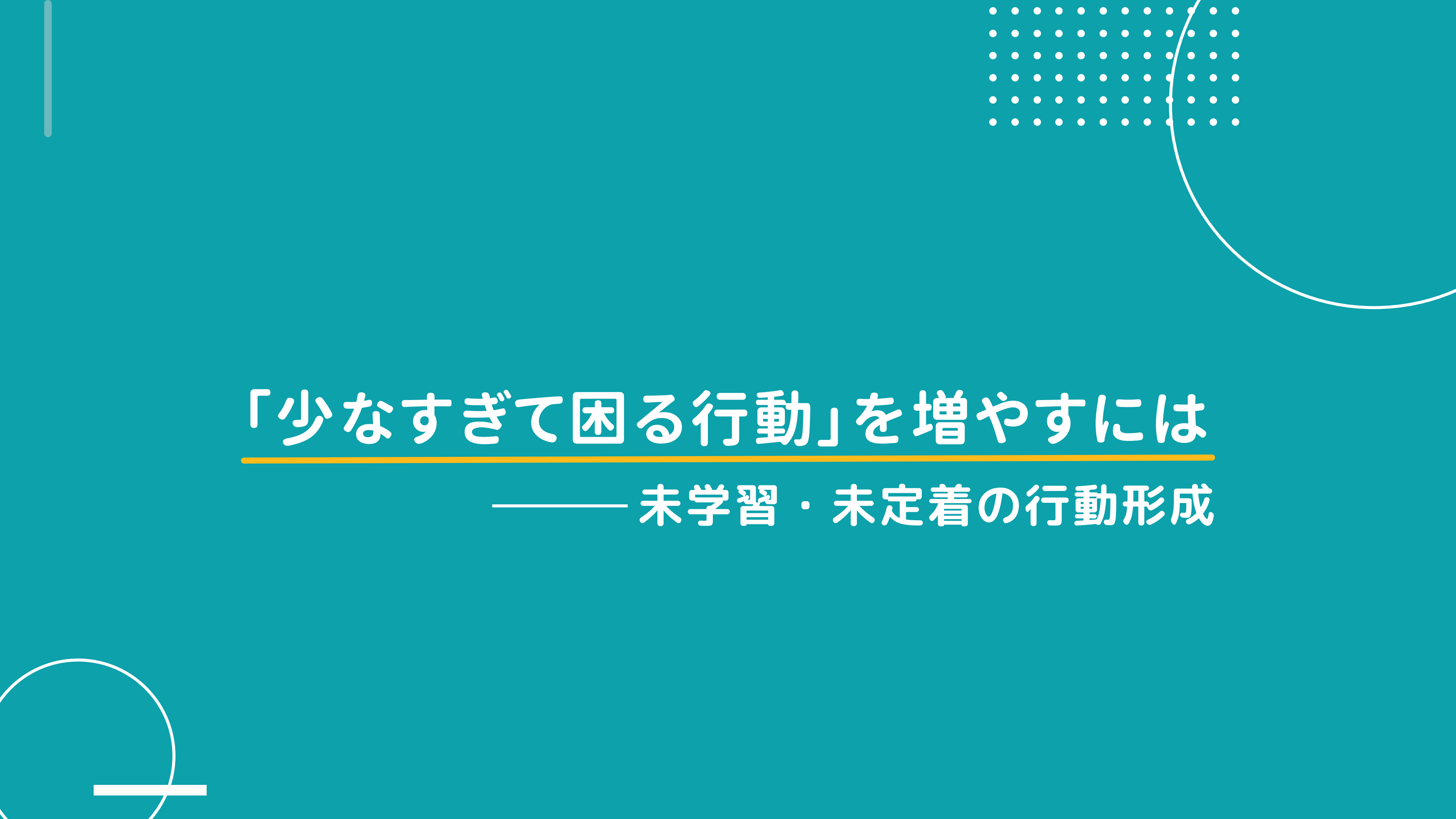
a. 少なすぎて困る行動

——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





「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

少なすぎて困る行動

- 「〇〇しなくて困る」
- 「〇〇できたらいいのにな」

行動の未学習や未定着

= その行動がまだ強化されていない

→ その行動が**強化される**ように周囲の状況を調整していく

ABC分析に沿って学習していく



行動を起こしやすいように環境を調整。行動が起こったらその行動をすぐに強化し、その行動を起こすことでメリットがあることを学習していく。

未学習・未定着の行動を形成していくための手順

ステップ1：目標行動を定義する

ステップ2：すぐ前の状況（A）を調整する

ステップ3：行動（B）を形成する

ステップ4：すぐ後の結果（C）を調整する

ステップ1：目標行動を定義する

少なすぎて困っている行動場面を観察する。

< 観察のポイント >

- 現段階でできていることはなんだろう？
- 本人はどこでつまづいているんだろう？
- どこまではできそうだろうか？
- どうなると良いだろう？

ワーク

目標行動を具体的に定義してみよう

次の曖昧な表現の行動を具体的な行動 として定義してみましょう

①ちゃんと勉強する	
②しっかり仕事する	
③健康的な生活を送る	
④友達と仲良くする	
⑤ダイエットをする	

次の曖昧な表現の行動を具体的な行動 として定義してみましょう（例）

①ちゃんと勉強する	1日1時間机に座って、その日に決めた量の問題を解く。
②しっかり仕事する	業務報告のレポートを毎週月曜日に提出する。
③健康的な生活を送る	夜10時までにベッドに入る。
④友達と仲良くする	休み時間に友達と一緒に遊ぶ。
⑤ダイエットをする	有酸素運動を1日20分行う。

未学習・未定着の行動を形成していくための手順

ステップ1：目標行動を定義する

ステップ2：すぐ前の状況（A）を調整する

ステップ3：行動（B）を形成する

ステップ4：すぐ後の結果（C）を調整する

ステップ2：すぐ前の状況を調整する

その行動が起こりやすくなるように行動の前の状況を整える。

= 望ましい行動をうまく引き出す仕掛け作り

普段は意識しない先行事象を意図的に操作して、目的としている行動を楽に行えるようにしていくこと。

どうすれば適切な行動を引き出せる？



1. 環境の調整

どのような状況だと目標の行動が起こりやすくなるのか。
環境を調整する。

< 環境調整のポイント >

1. 注意が逸れてしまうような外的刺激はないか。
2. 取り組む場所は適切か。
3. 課題から逃避しやすい時、課題の難易度や分量を調節できるか。
4. 身体的理由によって行動を起こしにくいような環境になっていないか。
5. 発達や学習段階の未到達によってその行動を起こしにくくなっているかどうか。

2. プロンプトの活用

プロンプトとは

どのような手助けによって起こりやすくなるか。
望ましい行動を引き出すための刺激（ヒント）



プロンプトの種類

視覚プロンプト	視覚的手がかりによるヒント。 例) 目につくところにスケジュールを張っておく。
言語プロンプト	言葉で目標行動のヒントを伝える。 例) 「何するんだっけ?」「手洗いします」
ジェスチャー プロンプト	身振りや指差しによってヒントを出すこと。 例) 本を指をさす。筆箱を持ち上げる。
モデリング プロンプト	目標行動をモデルとなる人がやる。 例) 切符を買うところを見せる。
身体プロンプト	本人の手をとって目標行動を引き出す。 例) 鉛筆を一緒に握って動かす。

未学習・未定着の行動を形成していくための手順

ステップ1：目標行動を定義する

ステップ2：すぐ前の状況（A）を調整する

ステップ3：行動（B）を形成する

ステップ4：すぐ後の結果（C）を調整する

ステップ3：行動を形成する

難易度の高い行動を目標にするのではなく、スモールステップで行動を形成していく。

< 具体的な方法 >

- シェイピング
- 課題分析とチェイニング

シェイピング

シェイピングとは

それまでになかった行動を徐々に目標とする形に作り上げていくこと。



課題分析とチェイニング

一連の行動がどのようなステップから構成されているかを分析し、小さなステップから学習していく。



課題分析とその方法

課題分析とは

身につけたいスキルがどのようなステップから構成されているのかを分析する作業



課題分析の手順

- 1 そのスキルを実際に大人がゆっくりとやってみる
- 2 他の人がやっているところを観察する
- 3 「具体的な行動」で書き出す

ステップの数はその子に合わせて



「手を洗う」行動を課題分析

1. 両腕の袖をめくる
2. 水道の蛇口を捻る
3. 両手をぬらす
4. 石鹸をつける
5. 両手をこすり合わせる
6. もう一度手をぬらす
7. 蛇口捻って水を止める
8. ポケットからハンカチを出す
9. ハンカチで両手をふく
10. ハンカチをポケットにしまう

チェイニング3つの方法

どの段階から行動を学習していくかを決める。

1. バックワードチェイニング
2. フォワードチェイニング
3. トータルタスクプレゼンテーション

1. バックワードチェイニング

逆行連鎖化

ステップの一番最後、あと一歩で完成、というところから、
遡ってスキルを教え、繋げていく方法。



2. フォワードチェイニング

順行連鎖化

ステップの一番初めから順にスキルを教えていく方法。



3. トータルタスクプレゼンテーション

全課題提示法

課題分析したスキルを最初から最後まで通して学習する方法。



未学習・未定着の行動を形成していくための手順

ステップ1：目標行動を定義する

ステップ2：すぐ前の状況（A）を調整する

ステップ3：行動（B）を形成する

ステップ4：すぐ後の結果（C）を調整する

ステップ4：すぐ後の結果を調整する

「好子出現による強化」を使って、行動を強化し、定着させる。

<強化のポイント>

- すぐに強化。毎回強化。
- 具体的にわかりやすく。
- バリエーションをつけて
- だんだん間隔をあけていく。

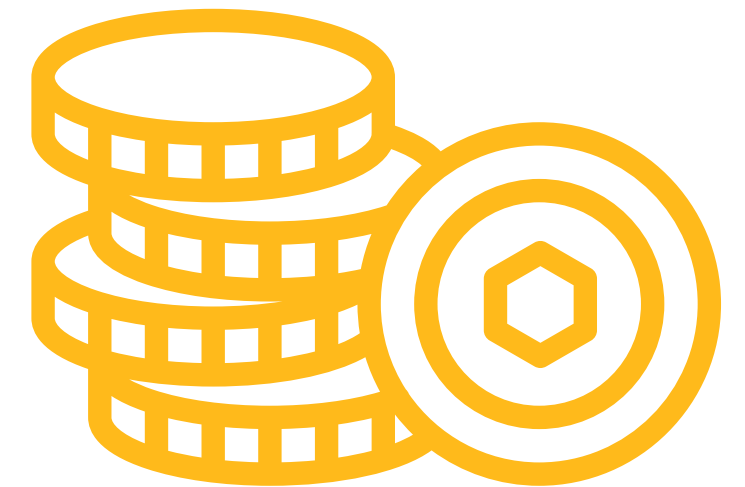
どんな褒め方が喜ぶだろう？



できた時のほめ方の工夫（好子を探る）

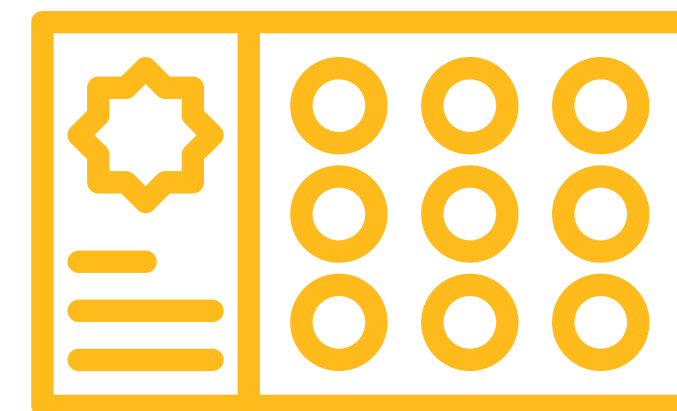
- お子さんが好むかかわり
- （大人の表情、身振り、身体接触、「ほめる」など）
- お子さんが好む活動、イベント
- お子さんが好む物、食べ物など

トークンエコノミー法の活用



トークンエコノミー法

増やしたいターゲット行動が生じた時に、
あらかじめ決めておいた量のトークン（代替好子）を呈示し
一定量貯まった時に、何らかの好子（バックアップ好子）と
交換する。



お手伝いをするのはお小遣いのため？それとも・・・？



付加的強化随伴性と行動内在的強化随伴性

●付加的強化随伴性

誰かによって、または何かの機能によって**外部から付加的に**好子の出現や嫌子の消失が生じることで行動が強化されること。

●行動内在的強化随伴性

行動することで**自然に好子が出現したり嫌子が消失したり**して、その行動が強化されること。

今日のポイント

- 1 少なくとも困る行動を増やしていくには**行動を課題分析すること**が大事！
- 2 課題分析した上でその子に合ったステップでスキルを身につけていく。

次回 

「多すぎて困る行動」を減らすには？

行動の誤学習・修正の手続き

→ その介入の手順を紐解いていく

お疲れ様でした

Teacher Teacher
にちにち勉強会