

自閉症児・者の支援－応用行動分析（ABA）に基づく支援のポイント－

2013.6.29 三重県教育文化会館

藤坂龍司

NPO法人つみきの会代表、臨床心理士

はじめに

（１）自閉症の特徴

- ①社会性の障害
- ②コミュニケーション（ことば）の障害
- ③常同性・固執性

この3つがすべてそろっているときに狭い意味での「自閉症」、部分的に基準を満たさない場合に「特定不能の広汎性発達障害」、両方を合わせて「広汎性発達障害（PPD）」または「自閉症スペクトラム障害（ASD）」と呼ぶ。

ここでは「自閉症」を「自閉症スペクトラム障害（ASD）」と同じ広い意味に使う。

約半数が知的障害を伴う。

（２）従来の支援の考え方

①TEACCH

自閉症の認知特性を重視。認知特性は不変のものとする。自閉症の特性を尊重して、そのままでも生きやすくなるように環境を調整することを重視する。

特性		支援法
視覚優位	→	視覚的コミュニケーション

環境の変化に弱い → 物理的構造化



「ことばだけがコミュニケーションじゃない」

「視覚スケジュールなどで見通しをつけさせることが大事」

「こだわりは自閉症の特性だから、無理に直そうとしないで」

②発達論的アプローチ

児童発達段階説に基づき、乳児期の母子の絆（愛着関係）の未形成が、幼児期の発達の遅れの原因と考える。処方箋としては母子の絆を再形成するために母親かそれに代わる保育者がひたすら愛情を注ぐことが推奨される。



「しっかりほめて、抱きしめて、たくさん関わってあげて」

「無理に何かを教えようとしないで。お母さんはお母さんでいてあげて下さい」

1. ABA とは

ABA（応用行動分析、Applied Behavior Analysis）。別名、行動療法。

科学的な実験研究によって導き出された行動変容の基本原理を社会の様々な課題に応用するもの。

基礎研究は1930年代から。実用は1960年代から。米国で始まり、世界各国へ広がる。米国では発達障害児の支援方法として広く普及している。

（1）ABA（応用行動分析）の特徴

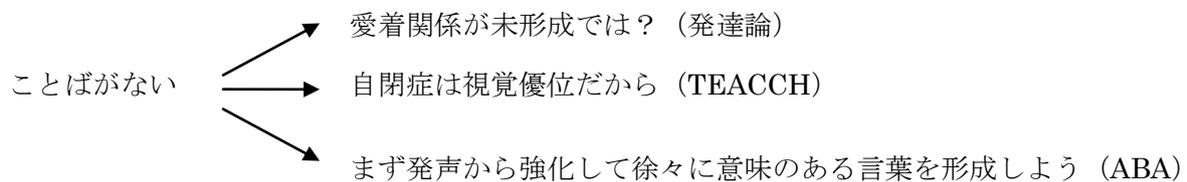
①行動だけを見る

ABAは「子どもの行動だけを見よ」と教える。

自閉症、精神遅滞、ダウン症などの診断名は取りあえず脇においておく。

視覚優位、母子の絆などの、現象を説明する便利な説明概念もできるだけ排除する。

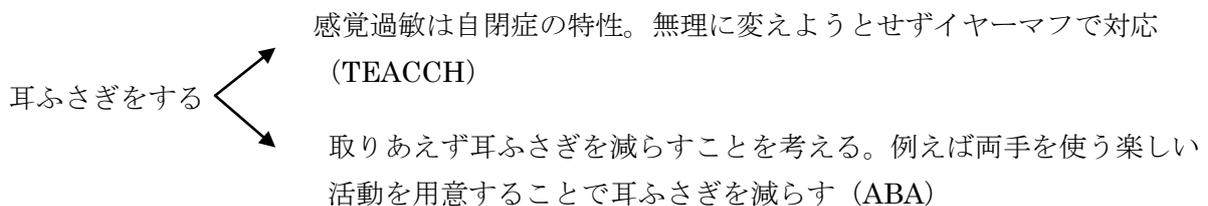
その子どもの具体的な行動だけを見て、それをいかに望ましい方向に変えるか、を考える。



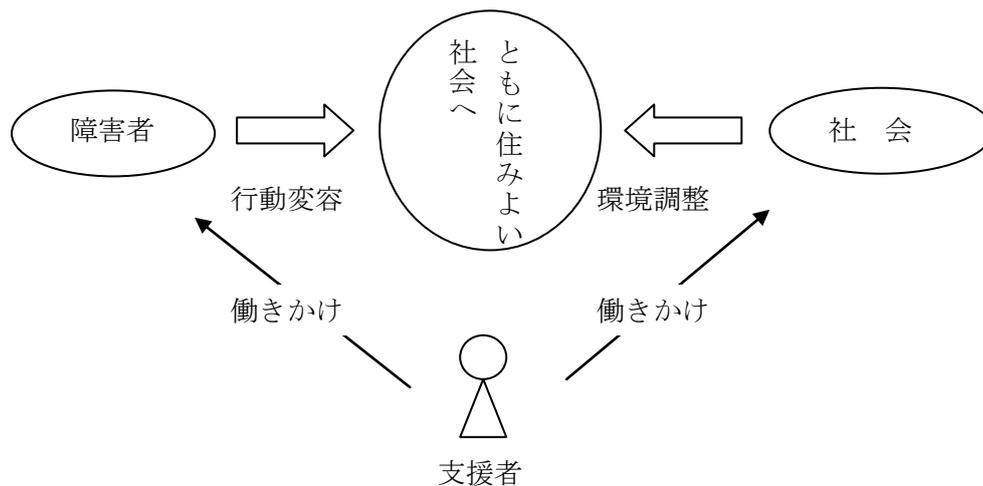
ABAは障害横断的。具体的な行動に着目するので、障害名にこだわる必要はない。どんな障害にも適用可能。

②行動は変えられる

多くの支援法は、自閉症の特性は変えられない、と考えている。しかしABAは、行動は環境からの働きかけによって大きく変化する、と考えているので、まずは目の前の行動を望ましい方向に変化させることに全力を尽くす。特性とは一定の集団に属する人々の行動の平均的な傾向に付けたレッテルにすぎない。



ただしABAは障害を持っている人に、一方的に健常者に近づくことを求めるのではない。本人の行動を望ましい方向に変えるよう働きかける一方で、社会の方も、障害を持つ人々がそのままだでも生きやすいように、環境を整える必要がある。

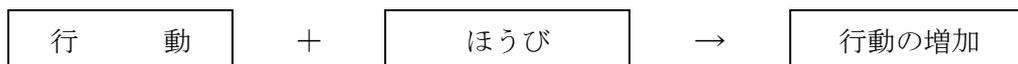


(2) 行動の基本原理

行動は次のような原理に従って変化する。

①強化

人の何らかの行動の直後に、その人にとってほうびとなる刺激が与えられると、以後その行動は増加する。これを「強化」と言い、ほうびとなる刺激のことを「強化子」という。

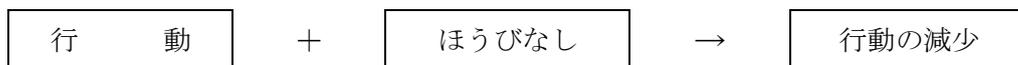


例①：お手伝いをする + ほめられる → もっとお手伝いをするようになる

例②：旅行に行く + 楽しかった → また旅行に行く

②消去

人の行動の直後に、ほうびとなる刺激が与えられないと、以後その行動は減少する。これを「消去」という。

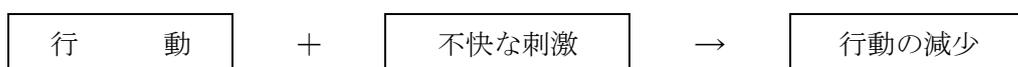


例①：お手伝いをする + ほめられない → だんだんお手伝いをしなくなる

例②：旅行に行く + 楽しくない → だんだん行かなくなる

③罰（積極的罰）

人の行動の直後に、不快な刺激が与えられると、以後その行動は減少する。これを「罰」という。

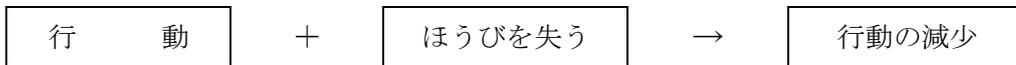


例①：お手伝いをする + お皿を割って叱られる → もうお手伝いをしない

例②：インド旅行に行く + 猛烈な下痢に襲われる → もうインドはこりこり

<消極的罰>

罰には不快を与える積極的罰のほかに、ほうび（快）を取り去る消極的罰がある。



例：お手伝いをする + お友だちと遊べなくなる → お手伝いしなくなる

その他の例：交通違反で罰金を取られる。スポーツで反則をして退場させられる。

<障害を持つ人たちへの接し方への応用>

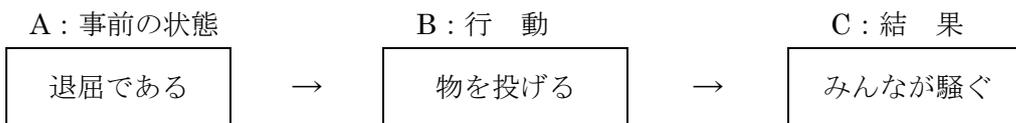
- ・望ましい行動にはほめるなどのほうび（快）を与えて強化。
- ・望ましくない行動にはほうびを与えないことにより消去。
- ・環境調整（先行条件操作）も活用する。
- ・他に方法がないとき、初めて罰の使用を考慮。その場合も社会的に妥当な弱い罰に留める。積極的罰より消極的罰を優先。

2. 問題行動への対処

（1）問題行動の原因を探る

問題行動は、何かによって強化されているからこそ、繰り返される。だから問題行動に対処するにあたっては、まずその行動が何によって強化されているのかを考える必要がある。問題行動の強化子を突き止め、それを取り除けば、問題行動は自然となくなるはず。

問題行動の強化子を見つけ出すには、問題行動そのものより、むしろその前後に何が起きているか、に着目する必要がある。特に行動はその直後（60秒以内。通常は数秒以内）の出来事によって強化されるから、直後の出来事が最有力容疑者である。



<問題行動の4大強化子>

大多数の問題行動は①要求の実現、②回避、③注目、④感覚刺激のどれかによって強化されている。

	事前の状態	行動	結果
要求の実現	おもちゃがほしい	→ お友だちを突き飛ばす	→ おもちゃが手に入る
回避	片付けたくない	→ かんしゃく	→ 片付けなくてすむ
注目	注目されてない	→ 頭をガンガン	→ 誰かが声をかける
感覚刺激	退屈である	→ 目の前に電車をちらちら	→ 刺激がある

(2) 対処法

主な対処法は4つ。

①消去

問題行動を強化しないこと。

②DRO（他行動分化強化）

問題行動以外の行動を強化すること。

③消極的罰

問題行動の罰として好きな物や遊ぶ機会を取り上げること。

④先行条件操作

問題行動が起こりにくくする事前の工夫。

基本的に消去+DROで。だめな場合に先行条件操作や消極的罰を用いる。

(3) 問題行動別対処法

<かんしゃく・パニック>

かんしゃく・パニックは何かの思い通りにならなかったときに起こる。そしてかんしゃくの結果、時々でも要求がかなったり、声かけなどの注目が得られることによって強化される。

だからかんしゃくが起こったら、決して要求をかなえないこと、そして声をかけるなど注目を与えないことが大切。つまり消去である。叱ることも注目を与えることになるので注意する。

おもちゃがほしくてかんしゃくを起こしているのなら、そのおもちゃは泣き止むまで与えない。

エレベーターのボタンを自分で押したくて、押せなかったのでかんしゃくを起こしているのなら、泣いている間は決して押させない。

お片づけしたくなくてかんしゃくを起こしているのなら、手を添えて無理にでもいくつか片付けさせる。

消去を始めると一時的にかんしゃくがエスカレートする。これを「消去バースト」と呼ぶ。最初は1時間以上泣き続けることもある。それを知らんぷりして消去し通すと、次から消去が短くなる。

かんしゃくを起こさずに我慢できたときは思い切りほめる（DRO）。

<こだわり>

こだわりを認めていると、だんだんそれが発展してきて本人の行動範囲を狭めてしまう。だからこだわりは見つけ次第、早めにやめさせる。やめさせたときにかんしゃくが起こっても、無視して消去。

<攻撃>

攻撃はいろんな原因で強化される。攻撃行動の直前直後に何が起きているかを観察して、強化子にあたりをつけること。

要求の実現が強化子なら、要求をかなえない。回避なら回避させない。注目なら注目を与えない。

しかしイライラしているときに、うつぶん晴らしにお友だちをたたいているように見えることもある。他に何の得もしていない。この場合はたたくことが生む感覚自体が強化子になっている、と考えられる。

そのような場合は消去が効かない。お友だちの反応が強化子になっているときも、子どもに無視せよ

とは言えない。

そういうとき、他に方法がなければ、やむを得ず消極的罰を試してみる。

例えば「タイムアウト」。お友だちをたたいたら、ただちに身体をつかんで部屋の隅に連れて行き、壁の方を向かって1分間立たせる。終わったら何もなかったかのように黙って解放する。

タイムアウトは楽しい場面から一時的に退場させることが目的で、消極的罰の一種。苦痛を与えることが目的ではないので、壁に押し付けたりしてはならない。

<自己刺激>

手をひらひら、身体を揺する、目の前で物をちらちらさせるなどの行動は自己刺激と言って、その行動自体が生み出す感覚刺激が強化子になっていることが多い。

他に適切な遊びのスキルがない場合、叱って自己刺激をやめさせても、また復活する。



適切なおもちゃ遊びや関わり遊びに誘導して、それを強化する。

それと並行して新しいおもちゃや遊びの遊び方を教えて行く。

3. 適切な行動の教え方：支援のポイント

園で、学校で、家庭で、自閉症の子供や成人を支援するにあたっては、問題行動に対処するだけでは不十分。できないことをできるように支援するためにはどうしたらよいのか。

(1) 目標の選択

支援をするにあたっては、まず何を目標にするかを決定する。

目標は具体的な行動を選ぶこと。これを「標的行動」という。

「みんなと一緒に行動できるようにする」といったあいまいな目標ではなく、「列に並ぶときにふらふら離れて行かない」とか「お友だちと手をつないで歩ける」といった具体的な目標にする。

目標を選ぶときは、難しい目標ではなく、比較的簡単で成功しやすいものを選ぶのがコツ。最初から困難な目標を立ててしまうと失敗する。

(2) プロンプトとプロンプトフェーディング

支援の第一のこつはプロンプト（手助け、ヒント）。

子どもがその課題を成功するように、最初は100%の援助をする。これを「フルプロンプト」という。何度か成功体験を積み重ねてから、徐々にプロンプトを減らして行く。これを「プロンプトフェーディング」という。これを丁寧に行なうのが、新しい行動を習得させるコツ。

<プロンプトの種類>

①身体プロンプト～身体に手を添えてその行動をさせる。

②ポインティング～正解を指さす。

③モデリング～やってみせる。

④視覚支援～目じるし、スケジュールボードなど。

⑤その他の環境調整～物理的構造化など

運動会でコースに沿ってゴールまで走る行動を例にとると、

- ①手を握って一緒に走る（身体プロンプト）
- ②ゴールの方向を指さす（ポインティング）
- ③並走する（モデリング）
- ④コースに沿ってコーンを置く（視覚支援）
- ⑤走る距離を短くする（環境調整）

<プロンプトフェーディングの例>

例えば最初は手をつないで最後まで走る。次は手をつなわず少し前を並走する。次はゴール5m前まで並走して、最後はゴールを指さし、背中を押す。次は徐々に手前から背中を押して自分で走らせるようにする。自分で完走できるようになったら、徐々にスタート地点を後ろにずらす。

（3）強化

行動を増やし、維持させるのは強化の力。何かを教えるときは、常に強化子を用意する。

<強化子の種類>

ほめことば、笑顔

身体接触（やさしく触れる、なでる、くすぐる）

休憩・好きな活動

おもちゃ、絵本、動画など

お菓子、ジュースなど

花丸、シールなど（トークン）

課題自体の興味、達成感

外出支援の例（散歩のとき、手を離すと飛び出してしまう子に、手をつなわず、飛び出さずにそばを歩けるようにする）

まず支援者は車道側に回り、子どもの一歩前を歩く（急に走り出したら止められるように）。

車道を渡るときだけ手をつなぎ、あとは手を離す。手をつなぐ時も強くはつながない。振りほどこうとするときだけ強く、振りほどこうとしなければ弱く握る。

「ストップ」の指示で止まったら、大げさにほめて、両手タッチ。時々、持ってきた飴もあげる。

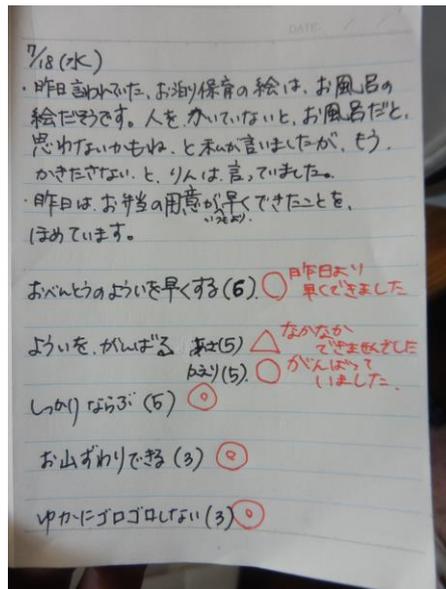
縁石に登るのが好きなので、それも強化子として利用する（走りださずにそばを歩けていたら、縁石に登らせてあげる）。

「がんばりノート」

普通学級で過ごす高機能自閉症の子どもの行動を改善するため、「がんばりノート」を作る。

その日の目標をいくつかノートに書き、それが達成できていたら、担任が下校時に、そこに◎をしたり、シールを貼ったりする。家に帰ったら、それを見てお母さんがほめる。ごほうびにおやつをあげる。

幼稚園年長の高機能の男の子。お友だちにつばを吐く問題行動があったが、お母さんが連絡帳にその日の目標をいくつか書き、先生がそれに◎をしてくれるだけで、つば吐きが激減した。



がんばりノート例 (幼稚園男児)

<インシデンタル・ティーチング (機会利用型指導法) >

本人の好きな活動を利用して、それに課題をはさみこむようにして教える。子どもが望ましい反応をしたらすぐに好きな活動を再開させることにより、強化する。

①マンドトレーニング

おやつ時間を利用して、「ちょうだい」と言えたら (あるいはサインができれば) おやつを一つあげる。シャボン玉を吹いてあげて、「ふー」と言えたらまた吹いてあげる。最初はこちらが言ってあげてまねさせる。

②その他のインシデンタルティーチング

子どもがこちらに用があるときに、わざと振り向かずに「ねえねえ」と言わせて、言えたら振り向いて話を聞いてあげる。

書き取りの時間、漢字を一個書いたらしばらくプリントの裏に落書きしていいことにする。落書き (楽しい活動) の合間に少しずつ漢字を書かせる。

(4) 対比 (弁別訓練)

ある行動や概念を教えるときは、必ずそれと類似の他の行動や概念と対比させながら教える。

例えば「大きい」を教えるときは必ず「小さい」も教える。「大きい方は?」「小さい方は?」この二つの質問をランダム (不規則) に提示して、それでも 10 回中 8 回以上間違わずに正解できるようになるまで続ける。これを「ランダムローテーション」と言い、弁別訓練に必須の作業である。

日常生活の中で何かを教えるときも、できるだけ、混同しやすい別の概念と対比させて教えること。例えば「○○○○くん」で「はい」と返事ができるようになっても、試しに別の子の名前を読んでも、それでも「はい」と手をあげてしまうもの。これをなくすには、「○○○○くん」では「はい」と言わせ、「ぞうさん」とか「ぱんださん」では手を上げずにひざに両手をキープさせる練習が必要。