

問題行動への対処

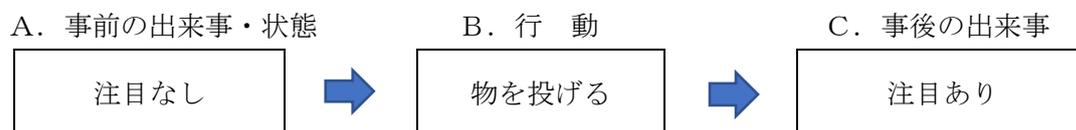
2018.11.4 新潟定例会

藤坂龍司

I. 問題行動の強化子を探る

問題行動に対処する前に、まずその問題行動が何によって強化されているかを考えることが大切。問題行動の強化原因を取り除けば、その問題行動は自然になくなっていくはずだから。

問題行動が何によって強化されているかを探るためには、問題行動自体に着目するのではなく、むしろその前後に何が起きているか、に着目しなければならない。問題行動の強化は、たいてい問題行動から数秒以内に与えられている。問題行動の前と後で何が変わったか、に着目することで、何が強化原因かについてあたりをつけることができる。



<問題行動の4大強化原因>

問題行動は主に次の4つの強化原因によって強化されている。

	事前	行 動	事後
①要求の実現	お菓子をもらえない	大声を出す	お菓子をもらえる
②回避	手を握られる	振りほどく	手が離れる
③注目・相手の反応	注目されてない	自分の髪を抜く	「だめよ！」
④感覚刺激	たいくつ	自分の髪を抜く	刺激が痛みもちいい

II. 問題行動への対処法

- ①消去
- ②DRO
- ③事前の工夫
- ④消極的罰
- ⑤積極的罰

まず①～③を試みて、それがだめなら、④の消極的罰を試す。⑤の積極的罰は最後の手段として、しかもできるだけ軽いものに留める。

1. 消去

消去とは問題行動を強化しないこと。強化しなければ、燃料を失った火が自然に消えるように、問題行動も沈静化していくはず。

- ①要求の実現 → 要求をかなえない。
- ②回避 → 回避させない。
- ③注目・反応 → 注目しない。反応しない。

<消去バースト>

ただし問題行動を消去しようとする、一時的に問題行動はかえって激しくなる。これを「消去バースト」という。このバーストに負けて、譲歩してしまわないように、心の準備をしておくことが大切。

消去を貫ける場所か。消去を貫けるだけの時間的余裕、気持ちの余裕があるか。



条件が整っていなければ、勝負に出ない。整っていたら勝負に出る。

<消去＝無視ではない>

消去＝無視とは限らない。問題行動で得をさせないのが消去。「片づけたくない」とかんしゃくを起こしたら、無視するのではなく、片づけてしまおう。

<制止>

制止することが消去の役割を果たすこともある。例えば教材に手を出す行動は、その結果その教材で遊べることによって強化される。それならば、教材に手を出そうとするときにすかさず制止してやれば、教材で遊ぶことができないので、強化が得られず、教材に手を伸ばす行為は消去されるはず。

2. DRO

DRO（他行動分化強化）とは、問題行動が起こっていないときに強化することで、間接的に問題行動を減らすこと。

問題行動を消去する一方で、問題行動以外の適切な行動を強化するようにすると、より効果がある。

例えば注目を求めて自傷行為をしたり、物を投げたりする場合に、それは無視する一方で、それ以外の「まともな」行動をしているときに注目を与えてあげる。

<DROとその仲間たち>

①DRO（他行動分化強化）

問題行動以外のすべての行動を強化する。

②DRA（代替行動分化強化）

問題行動に代わる、特定の適切な行動を選んで強化する。

③DRI（対立行動分化強化）

問題行動に代わる行動のうちで、特に問題行動と物理的に両立できない行動を選んで強化する。

④DRL（低頻度行動分化強化）

問題行動が簡単にはなくなる場合、せめて前より頻度が下がったときに強化する。

3. 事前の工夫（先行条件操作）

行動を変える基本的な方法は結果操作。つまり行動の後の働きかけ（強化、消去、罰）。しかし事前の工夫や働きかけが有効な場合もある。

（1）物理的な工夫

問題行動をすることが物理的に不可能ないし困難になるような事前の工夫をすること。

例：高いところに登って困る → 高いところをなくしてしまう。踏み台をなくする。

家を脱走する → 手の届かないところに二重カギをつける。

おちんちんをいじる → 手が入らないよう、つなぎの服を着せる。

教室から脱走する → 出口から遠いところに席を配置する。

（2）動機づけ操作

問題行動の強化子の効力（モチベーション）を減らす事前の工夫。

①問題行動の強化子を事前にふんだんに与えることによって、強化子の魅力を減らすことができる。

例えば、注目を求めていたずらをする子どもに、いたずらをする前にいい行動でたくさん注目を与えてあげる。そうすると注目がおなか一杯になって、いたずらをあまりしなくなる。

②フラストレーションが問題行動を強化的なものにしている場合に、フラストレーションを取り除く。

・寝不足からイライラして攻撃行動を起こす。→ 昼寝させない、よく散歩するなど夜ぐっすり寝かせる。

・昼前に空腹から大声を出す場合、10時ごろに間食を取らせることで空腹を減らしておく。

③不快から免れることが問題行動の強化となまっている場合、不快を軽減する措置をとる。

・勉強がわからなくてつらいので、離席などが起こっている場合、勉強を教えてあげてわかるようにしてあげる。簡単な課題に替えてあげる。ヒントをあげる。

4. 消極的罰

問題行動の直後に、それまで与えていた「いいもの」を取り上げる。

例えば、

テレビを見ながら大声を出す場合、大声を出したとたんにテレビを消す。

抱っこしているときに髪を引っ張ったら、抱っこから床に降ろす。

食事中に離席したら、食べているお皿（好きなもの）をしばらく取り上げる。

<タイムアウト>

消極的罰の一種として、問題行動をした直後に、その場から離して、部屋の隅にしばらく立たせる（座らせる）などして、楽しい活動に参加する機会（その他、強化子を得る機会）を奪うこと。1分からせいぜい3分くらいに留める。

<レスポンスコスト>

タイムアウトが強化子を得る機会を奪うのに対して、強化子そのものを取り上げる。例えばよくできたごほうびとしてトークンを与え、問題行動があったらそれを没収するなど。

5. 積極的罰

問題行動の直後に不快を与えること。叱るなど。他に方法がなく、かつ問題行動の結果としてもたらされる本人及び周囲の不利益が、罰として不快を与えることの弊害を上回る場合に、正当化される。

<ホールディング>

例えばお友だちを叩いた場合、しばらくその手をつかんで 30 秒～1 分程度離さないようにする。身体拘束を与えるので、積極的罰に分類されているが、短い時間であれば、タイムアウトよりも目立たず、弊害も少ないだろう。

<叱る>

いざというときに短く強く叱ることも、時には有効。ただし叱ることが返って注目という強化子を与えることになることがあるので注意する。