

あそびのまなび

今回のテーマ：「行動を理解しよう②」

前回、困った行動には、お子さんの何かしらの“意図”があるということをお伝えしました。人の行動にはなんらかの目的(意図)が必ずあるのです。

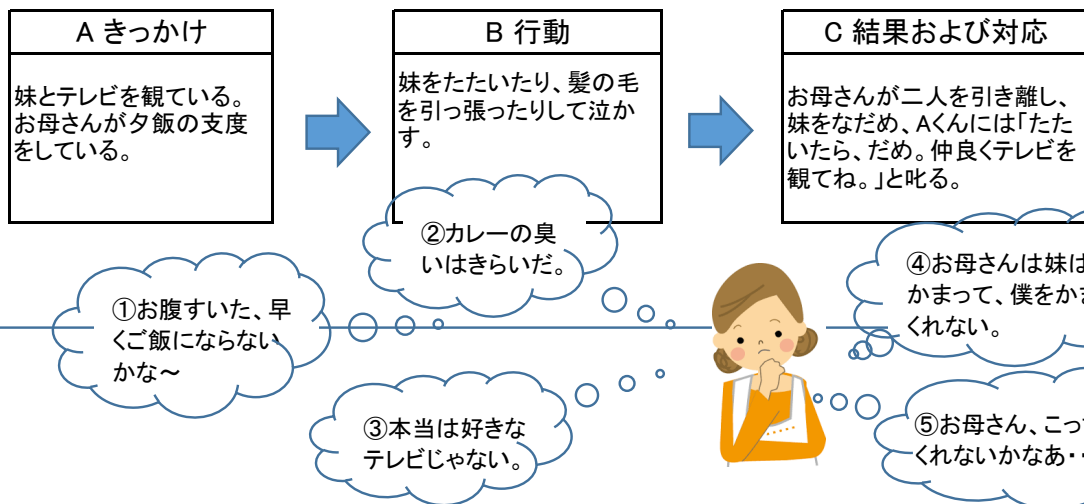
今回は、その目的(意図)を探る方法である「応用行動分析(ABC分析)」と、問題行動への対処方法をご紹介します。

例：

太郎くんは、2つ下の妹がいます。太郎くんはお母さんが夕飯の支度をしている時に、妹と好きなテレビを見ているのですが、しばらくすると、妹の髪を引っぱったり、たたいたりして妹を泣かしてしまいます。その度にお母さんは夕飯の支度の手を止めて、妹をなだめ、太郎くん「たたいたらだめ。仲良くテレビを観てね。」と叱るのですが、お母さんがまた夕飯の支度を始めると、泣かしてしまいます。お父さんやお母さんと一緒にテレビを観る時には妹を泣かすことはないのに、なぜなのでしょう？



太郎くんが妹をたたく目的(意図)を理解するために、3つのこと(Aきっかけ B行動 C結果および対応)を整理します。そのあと、その行動をした気持ち を考えていきます。



3つのことを整理する時は、推測や解釈でなく、具体的な行動であることがポイントです。

行動を起こした気持ちを考える時は、できるだけいろいろな気持ちを考えてみましょう。気持ちを考える時は、前回の「行動を理解しよう①」を参考に考えてみてください。そして、その気持ちどおりの結果が得られているものがあるか、一つひとつ見ていきます。

太郎くんの場合、妹をたたいても、①ご飯は食べられないし、②カレーの臭いはなくならないし、③テレビ番組も変わらないので、④お母さんかまってく、⑤そばにきてほしいの目的(意図)を表現するためにとった行動かもしれないと考えられます。叱られたとしても、お母さんの注意を向けたかったのかもしれないですね。

太郎くんのお母さんは、太郎くんの目的(意図)がわかったので、お母さんと呼ぶ時の適切な方法を教えたり、夕飯の支度を手伝わせて、そばにさせたりするようにしました。

問題行動への対処の方法は、大きく4つあると言われています。

1つが問題行動で要求がかなわないようにする①消去。問題行動が起こっても、あまり反応しないようにして、要求をかなえたり、注意を向けないようにしたりします。

2つ目は②問題行動以外の適切な行動を強化することです。問題行動には反応せずに、適切な行動をした時に要求をかなえたり、注意を向けたりするようにします。太郎くんの場合、お母さんの注意を向ける適切な方法を教えて、その行動が出た時にかまったり、そばにいたりするようにしました。

3つ目は③事前の工夫です。問題を起こりにくくする工夫です。太郎くんの場合、夕飯のお手伝いをする事で、お母さんのそばにいたいという要求が満たされ、その行動じたいをする必要がなくなっています。

4つ目は、④罰。①でも②でも③でもうまくいきそうにない場合、最後の手段として『その場から離す』『ほうびを取り去る』などの罰はあります。しかし、罰は弊害が多く、できるがぎり罰では対処しないようにしましょう。特に、体罰や、くどくど言い聞かせたり、感情に任せてしつこく叱ることは全く効果がないのでやめましょう。

