現場で使える「行動支援」の実践ガイド

B型事業所のためのABA入門

「やめさせる」支援から、「機能を満たす」支援へ

対象：支援員 / サービス管理責任者 / 管理者

本資料のゴール

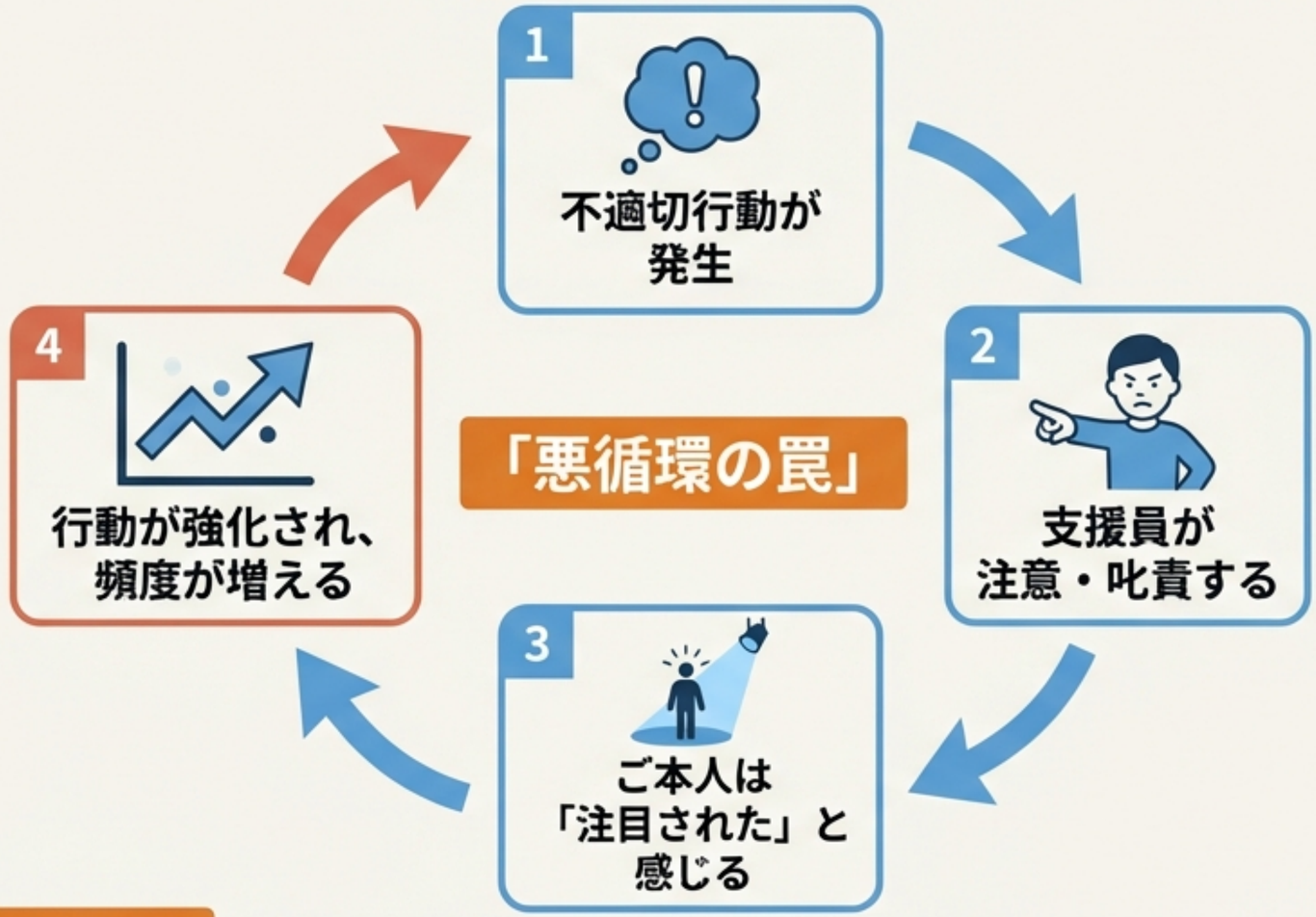
- 不適切行動のメカニズムを「機能」で理解する
- ABC分析を用い、明日から使える代替行動を設計する
- ご本人と支援者の双方が疲弊しない環境を作る



Bottom Line: 行動支援の原則と実践的なツールを学び、利用者一人ひとりのニーズを満たす支援環境を構築します。

NotebookLM

なぜ、注意すればするほど行動は悪化するのか



現場の苦悩

「何度言っても直らない」と感じる時、その関わり自体が行動の燃料になっている可能性があります。

誤解

「行動が出たらすぐ注意すれば改善する」というのは、多くの場合誤りです。

Bottom Line

支援のミスマッチが、意図せず問題行動を育てているケースがあります。

NotebookLM

行動を変える鍵は「性格」ではなく「機能」の理解

従来の視点（根性論）

- 原因：本人の性格、やる気の問題
- 対策：説教、我慢させる
- 結果：解決不能、関係悪化



VS

新しい視点（機能論・ABA）

- 原因：環境との相互作用、行動の機能
- 対策：環境調整、代替行動の提示
- 結果：具体的な介入が可能



Bottom Line

行動には必ず「理由（機能）」があります。

行動には必ず「理由（機能）」があります。理由が分かれば、本人を責めずに支援を変えることができます。

NotebookLM

行動を「点」ではなく「線」で捉える：ABC分析



A (Antecedent)
先行事象

何が起きる前だったか？



B (Behavior)
行動

具体的に何をしたか？



C (Consequence)
結果

その後どうなったか？

Good/Bad例

悪い記録例
「パニックになった」（曖昧）

良い記録例
「作業開始のチャイム（A）で、机を叩き（B）、職員が駆け寄った（C）」

Point

1回だけでなく、同じ場面で3〜5件並べて記録することで「傾向」が見えてきます。

Bottom Line

パズルの答えは、行動そのものではなく「前後」に隠されています。

NotebookLM

行動の裏にある「4つの機能」を仮説化する

1. 回避・逃避 (Escape/Avoidance)



嫌な状況、難しい課題から逃れたい。

2. 注目獲得 (Attention)



誰かに見てほしい、構ってほしい。

3. 感覚刺激 (Sensory)



手遊びや音など、感覚そのものを楽しんでいる。

4. 要求表現 (Tangible/Request)



物が欲しい、活動がしたい。

プロセス（Process）

仮説は1つに固定せず、「回避の可能性が高いが、注目の要素もあある」のように優先度をつけて検証します。

- 例：「作業拒否」は怠けではなく、「難易度過多からの回避」かもしれません。

Bottom Line

行動には必ず「理由（機能）」があります。

行動には必ず「理由（機能）」があります。理由が分かれば、本人を責めずに支援を変えることができます。

NotebookLM

問題行動を「止める」のではなく「置き換える」

[機能
[Function)]

Replacement / 置き換え

を満たすための

[適切な行動
[Appropriate Behavior)]

Case 1: 回避 (Escape)

✕ 作業中に大声を出す



置き換え

○ 「2分休憩をください」とカードで示す



Case 2: 注目 (Attention)

✕ 職員を叩く



置き換え

○ 「見て」と合図を出す、または離席前に手を挙げる



Bottom Line 代替行動は、ご本人にとって「問題行動と同じくらい楽に、確実に機能を満たせる」ものである必要があります。

NotebookLM

現場導入のための5ステップロードマップ



重要：計画なしに介入を始めると、一貫性が保てず失敗します。
まずはチームで「仮説」を共有しましょう。

Bottom Line　チームで計画を共有し、一貫した介入を行うことで、効果的な支援が可能になります。

NotebookLM

行動定着のエンジン：「強化」の正しい回し方

誤解 (Myth)

強化には「ごほうび（物）」が必要だ。

事実 (Fact)

「休憩」「承認」「安堵」も強力な強化子になる。



行動の直後（60秒以内推奨）に結果を返すことが重要です。
タイミングが遅れると、効果は激減します。

短い言葉での承認



「ありがとう」「できたね」など。

ハイタッチやジェスチャー



笑顔での頷きや、軽いタッチ。

休憩の選択権



「少し休む？」「後でやる？」など。

Bottom Line

望ましい行動が出た瞬間、見逃さずにポジティブな反応を返すことが最大の支援です。

NotebookLM

実践事例：I事業所における「作業拒否」への介入

Scenario & Action

Before（課題）

作業拒否に対し注意が増え、関係が悪化。
突発的な離席が頻発。



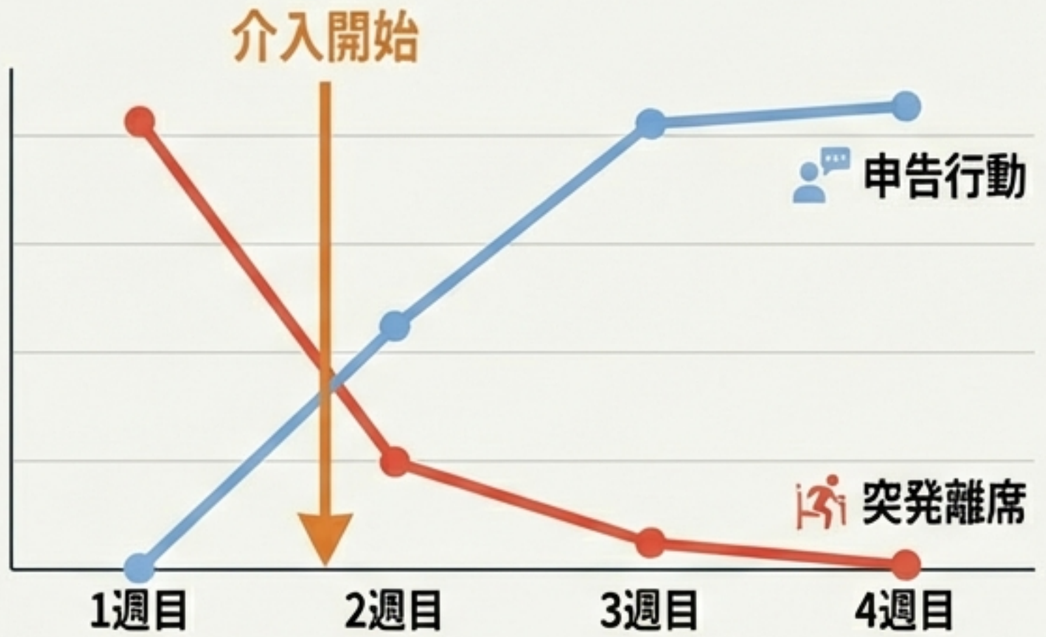
Intervention（実施内容）

仮説：課題が難しく「回避」したい機能が働いている。

代替行動：「2分休憩カード」を提示すれば、
叱られずに休めるルールを導入。



After（結果）



Staff Voice: 「叱る必要がなくなり、支援者の心理的負担も減りました。」

Bottom Line

適切な代替行動を教え、環境を調整することで、問題行動が減少し、建設的なコミュニケーションが増加しました。

NotebookLM

よくある失敗パターンと回避策

1. 原因を性格で説明してしまう

❌「あの人はわがままだ」

✅「環境が合っていないのかもしれない」と考える。

2. 代替行動が難しすぎる

いきなり完璧を求めず、ハードルを下げる。
（例：発語が難しければカードを使う）。



3. 強化が遅い

後でまとめて褒めるのではなく、その場で短く肯定する。



Bottom Line

うまくいかない時は、ご本人ではなく「仮説」か「設定」が間違っています。

NotebookLM

支援の質を維持する：KPIとチェックリスト

Management Dashboard（KPIs）

代替行動出現率



目標 70%以上

強化即時実施率



目標 85%以上

問題行動低減率



前月比改善

Quality Checklist

- [x] ABC記録は事実のみで書かれているか？
- [x] 代替行動は具体的に定義されているか？
- [x] 週次で効果検証日を設定しているか？

数値で追うことで、感情的な評価を排除し、チーム全体で客観的な支援が可能になります。

Bottom Line

数値目標と具体的なチェックリストを併用し、データに基づいた支援をチームで継続します。

NotebookLM

ABAは「管理」ではなく「生活の質」を高める技術

FAQ Summary



Q: 専門資格は必要？

↳ **A: 基本的な ABC観察は現場で可能です。**

FAQ Summary



Q: 効果が出ない時は？

↳ **A: 仮説を見直し、代替行動を再設計します。**

Legal Context:
障害者総合支援法や運営基準に基づいた、虐待防止・合理的配慮の観点からも推奨されるアプローチです。



不適切行動への対応が変われば、ご本人の生活も、支援者の働き方も、もっと楽で前向きなものになります。まずは「観察」から始めてみてください。



Bottom Line

不適切行動への対応を変え、生活の質を高めることで、本人と支援者双方の負担を軽減し、前向きな支援を実現します。

NotebookLM