

第 11 章 問題提起行動を予防する方略トップ 10

問題提起行動 challenging behavior については、常に対処よりも予防の方が優れます。機能を考えての行動支援計画は、効果的なものですが、時間と注意が必要でしょう。そしてどちらも通常は不足しているのです！また、問題提起行動は、本人だけでなく、周囲の人々にも苦痛を引き起こします。要するに、何事も百の治療より一の予防とすることなのです。

以下の方略は、さまざまな問題提起行動を予防するために策定したものです。これらの項目で本人のニーズが満たされれば、そもそも問題行動を起こすことはないと考えて、支援方法としては日常的な動機付けに取り組みます。これらの支援方法は、学校全体で取り組むポジティブ行動支援プログラム(www.PBIS.org を参照)で出会う可能性のある方法を連想させます。これらの支援方法を日常的に組み込むことで、行動上の問題の大部分が予防され、それでも生じる数少ない問題に貴重な時間とリソースを費やすことができるのです。

1. 選択肢を与える

一日を通して、学校、職場、余暇活動の場で、できる限り自閉症の人が自分で選択できるようにしましょう。食事、課題遂行の順序、余暇活動遂行の順序、課題や活動の種類、着る服などに関して、選択肢を提示することを考えましょう。たとえ子どもの選択が最適なものとは言えなくても、それが害を及ぼさない限り、自分で選択できるようにする必要があります。選択することで生活の質が向上し、ひるがえって問題行動が生じる可能性は低くなるのです。

2. 本人のリードに従う

日常的問題だけでなく、もっと大きな問題に関しても、本人のリードに従いましょう。たとえば、自閉症の大人のために仕事を選択するときは、簡単に手に入る仕事で手を打つのではなく、本人の興味や能力に合った仕事を探しましょう。他の人との交流を好む人が、倉庫で一人でする仕事には就かないようにし、退屈さを我慢することが苦手な自閉症の成人が、組立ラインで働くことを求められることのないようにします。同様に、騒音を嫌う大人のために援助付きアパートを探すときは、にぎやかな通りに離れたアパートにしましょう。あるいは、社交に興味がない自閉症の人には、友達付き合いを強要しないでください。あなたがする選択が、あなた自身の最善の利益ではなく、自閉症の人の最善の利益になるかどうかについて、現実的な感覚を持ちましょう。

3. シンプルにする

自閉症の人に関することは、できるだけシンプルなものにしてください。課題を簡単な部分へ分解し、視覚的な手がかりを使用し、学校、職場、生活空間を整理します。これを行うことにより、本人の日々の成功の妨げとなるものを取り除き、それによって問題提起行動が出る可能性を低減させます。家族やスタッフにとってもシンプルなものにしてください。必要な場合にのみ、問題行動に介入してください(第 1 章を参照)。計画はシンプルにしてください。このことにより、リソースが絶対に必要とな

る場合に備えて、リソースを温存できます。

4. 自閉症の人にポジティブな注意をたくさん向ける

適切に課題に取り組む行動に注意を向けると、不適切な行動に対して叱責や再指示の形で注意を向けるリスクが少なくなります。あなたの注意を、賞賛や肯定的なやりとりと頻繁に対提示することになるので、あなた自身を否定的な注意と対提示する機会が減ります。また、あなたの注意を引くために、自閉症の人が不適切な行動をとるリスクが減ります。最後に、「相手の良いところに気づく」努力をすれば、その人の能力障害とそれが抱えている問題に注目するのではなく、その人の能力やその人がうまくできることに注目するようになります。

5. 好みのアイテムへの十分なアクセスを提供する

自閉症の人の環境が豊かだと、自動強化で維持されている行動をとるリスクが低下します。自動強化による行動、たとえば気分が良いという理由だけで起こる反復動作は、本質的に時間を埋めるか、自分を楽しませるかする術(すべ)です。それは、車の中で歌ったり、退屈な講義の途中でだらだらしたりするようなものです。すでに楽しんでいけば、自動強化の必要性は少なくなります。

どんなアイテムや活動を子どもが好むのかがわからない場合、多種多様なアイテムや活動を子どもに試させて、どれに多くの時間を費やしたり、興味を持ったりするかをメモしてください。少なくとも 2、3 種類の食べ物、飲み物、感覚、運動活動、操作などを特定してください。そうすれば、さまざまな選択肢が利用可能になります。

6. 仕事や学習を興味深いものにする

課題が適切な難易度のもので、意味の分かるやり方で教えられれば、子どもはその活動を魅力的でやりがいのあるものだと思う可能性があります。そうすると、課題から逃れることを目的とした行動や、退屈なために生じる自動強化行動をとらなくなります。さらに、よい刺激の多い学校環境や職場環境は、生活の質を改善し、問題提起行動のリスクを減らします。

7. 日々を興味深いものにする

自閉症の人の中には、時間を埋めることが難しい人がいます。認知面、対人関係面、およびその他の面での困難さは、自閉症の人の実行可能な自立的余暇活動に制約をきたす可能性があります。構造化された 1 日を過ごせるようにすることで、問題提起行動を予防することができます。興味深い活動に専念させることは、その人が、何をすべきではないかだけでなく、何をすべきかを知るのに役立ちます。

8. 強力なコミュニケーション・スキルを構築する

本書の前の方の章で説明したように、ほとんどの問題提起行動は、自分の欲求やニーズをコミュニケーションする効果的な方法が他にない場合に発生します。強力なコミュニケーション・スキルをい

いと持っている人は、要求をするために不適切な行動をとる必要は、もはやありません。子どもが適切にコミュニケーションすることを学習している間は、適切なコミュニケーションの試みを強化することがきわめて重要です。他のすべての目標よりもコミュニケーション・スキルの構築が優先します。

9. 戦いは選びなさい

行動に介入する必要がない場合は、しないでください。スキルを教えたり、他の問題行動に対処したりするために手腕を振るう機会はたくさんあります。その人の行動がその人の日常の機能を妨げていない場合は、そのままにしておきましょう。事態をややこしくしないことです。

10. その人がその人自身である権利を尊重しなさい

自閉症や類縁の障害を持つ人々には、独特な好き嫌いや習慣があることがあります。そのような独自性は、必ずしも望ましくないわけではなく、独特なだけです。そのような行動の一部を、私たちが問題視するから問題になるだけです。そうではなく、実際にはその人の日常生活を妨げてはいないその人の特徴を、私たちは受け入れようとすることもできるのです。そういう特徴の一部は、問題行動ではなく、「奇抜な」ものと考えることができます。たとえば、手をひらひらさせる動作は、からかいやその他の否定的な結果を引き起こしていない限り、おそらくその子の興奮の示し方だろうと考えることができます。ジャンプしたり、モノの表面を触ったりすることは、親戚で集まると必ず同じ冗談を言う、変わった叔父さんの行動と変わらないと考えることができます。

あなたが子どもたちの違いを尊重するならば、子どもたちもあなたの敬意を感じるでしょう。このことは、あなたのストレスを軽減し、両者の権力闘争だという感覚を弱めるでしょう。

自分に合わない服を着たり、1 日中ソファーに寝転がったり、ジャンクフードを食べすぎたり、他の人が「よくない」と考えていることをしたり、そういう自由さを自分に許すことが、きっと時にはあなたにもあるでしょう。時には自然な自分になることをこのように許すことは、自閉症の人にも助けになります。以上で武器庫いっぱいの行動変容ツールで武装することができましたが、常にそれらを使用する必要があるとは思わないでください。

(Glasberg,B.A. (2008). STOP that Seemingly Senseless Behavior: FBA-based Interventions for People with Autism. Woodbine House.p.121-125)