

作業療法士による 発達支援コラム

毎月作業療法士による「こどもの心身発達と支援方法」をテーマにしたコラムを掲載いたします。

お子さんの「注目してほしい行動」と関わり方

お子さんの行動の中で「どうしてこのような行動をするのだろう」と感じることはありませんか。困った行動に見えるものでも、実は「注目されたい」という思いが背景にある場合があります。今回は、そのような「注目行動」に着目し、行動の背景と関わり方についてお伝えします。

行動の背景にあるもの

まず、なぜ行動が起こるのかについて考えてみましょう。特性のあるお子さんは、感覚の受け取り方に偏りがあり、強く感じすぎたり、感じにくかったりすることがあります。

また、その影響により、周囲に働きかけたり、周囲からの働きかけに応じたりすることが難しい場合もあります。

そのため、その場にふさわしい行動をうまく行なえず、結果として適切ではない行動が習慣になってしまうことがあります。だからこそ、お子さんの特性や強みを理解し、望ましい行動を増やしていくことが大切です。



行動を理解するためのABC分析

行動は「ABC分析」という考え方で整理することができます。

A（先行事象）：どのような場面や状況だったか

B（行動）：どのような行動が見られたか

C（結果事象）：どのような結果になったか

このように行動を分けて考えることで、行動の理由が見えてきます。

注目行動とは

注目行動とは、周囲からの関わりが少ない時に、「その行動をすることで注目を得られる」と学習し、繰り返される行動のことです。

このような行動も、先ほどのABC分析で考えることができます。

例えば、

A：周囲との関わりが少ない状況

B：注目を集める行動をする

C：周囲から声をかけられる・関わってもらえる

このように、「行動のあとに注目される」という結果があることで、その行動は「繰り返すと注目してもらえる行動」として学習され、強化されていきます。

この時、注意することも「関わり」として受け取られるため、注意をすることで逆に注目行動が増えてしまうこともあります。

注目行動への対応

注目行動への対応では、「望ましくない行動には反応しない」ことが重要です。

例えば、過度に声をかけない、周囲のお子さんにも距離を取る、一時的に関わらないといった対応が挙げられます。

このように対応することで、「この行動では注目されない」ということを学習していきます。

良い行動を増やす関わり

一方で、望ましい行動にはしっかりと注目し、関与することが大切です。

- ・落ち着いて過ごせた時
- ・活動に参加できた時
- ・お手伝いができた時

こうした行動に対して、しっかりと褒めることで、良い行動が増えていきます。

運動あそびを通じた支援

柳沢運動プログラムの運動あそびも有効です。

お子さんの力に合わせて、成功しやすい活動から始め、スモールステップで取り組むことが大切です。



クマ

- ① 手をパーにして床につけ、膝は伸ばしてお尻を上げ、足の平を床につける
- ② 顔を上げて前を見て、腕の力と足の平で床を蹴る力で進む



1本線のクマ歩き

- ① 大縄やテープで10m程の長めの1本線を引く（折り返しがあっても可）
- ② クマの体勢になり1本線の上に手と足を交互に乗せる
- ③ 1本線から手足を落とさないようにバランスを取りながら最後まで進む



片足クマ

- ① クマの体勢になる
- ② 片方の足を真っ直ぐ上にあげ、両手ともう片方の足で体を支える
- ③ 進む時は「手、手、足」の順に手足を動かして進む



このように段階的に取り組み、成功体験を積み重ねることで、「できた」という経験が自信につながります。

また、できた時には少し大げさなくらい褒めることも効果的です。

行動の理解と関わり方

お子さんの行動には必ず理由があります。

困った行動だけに目を向けるのではなく、「なぜその行動が起きているのか」を考えることが大切です。

行動の背景を理解し、適切な関わりを続けていくことで、お子さんは少しずつ安心して過ごせるようになっていきます。

今後も、作業療法士の視点から、療育に役立つ情報をわかりやすくお届けしていきます。

引き続きお読みいただけましたら幸いです。

参考文献

埼玉ABAセラピー研究所ホームページ 困った行動の理解と対応

<https://www.aba-saitama.com/p/9/>