

**ADDS**

全体研修③  
スモールステップで教えよう


特定非営利活動法人ADDS

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

お子さんに、教えたことがありますか？

例えば・・・

そろそろ靴下を自分で履けるようにならないかな？



Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

一口に「靴下をはく」と言っても・・・

①靴下を持つ

②入口を開く

③つま先を入れる

④かかどを入れる

⑤引っ張り上げる



Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

課題分析とは？

●例:「靴下をはく」(目標となる行動)

手順

- ①靴下をもつ
- ↓
- ②入口を開く
- ↓
- ③靴下に足を入れる
- ↓
- ④かかどを入れる
- ↓
- ⑤ひっぱり上げる

一つの行動でも、複数の手順から構成されている場合があります。(行動連鎖)

このように、課題をスモールステップに区切って手続きを考えることを「課題分析」と言います。

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

### 課題分析とは？

☆課題分析は、特に日常において生活スキルを教える場合に有効ですが、その考え方は、困った行動に替わる適切な行動を教えたり、種々の認知・コミュニケーションスキルを教える場合にも有効です。


例) 「くるま」の理解(受容言語の課題)  
 目標となる行動:  
 2つの選択肢から、「車ちょうだい」の指示で車を選んで大人に手渡す

～スモールステップ～

①フィギュア(例:車)を1つ用意し、子どもの前に置く。「くるま、ちょうだい」の声かけで、子供が手渡す。

②①がプロンプトなしでもできるようになったら、車以外の物(例:バナナ)を用意し、机に並べる。車の方を少しだけ子どもの近くに置き、「車、ちょうだい」の声かけで、子供が手渡す。徐々に、バナナの位置を車と同じ距離に近づけていく。

③バナナと車が同じ距離や左右を変えても、「車、ちょうだい」の声かけで、子供が手渡す。




Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

### 例題

気候が暑くなってくると、4歳の息子はいつもサンダルを履きたがります。運動靴は一人では履けません。サンダルは自分で履けるので、サンダルでもいいかと思っていましたが、学校にはサンダルで行かれないので、一人で運動靴も履けるようになってほしいです。

現状は、運動靴を履くことは拒みませんが、自分で履く気は起きないようで、靴を私に渡してくるか、靴を置いたまま「やって！」と言って待っています。最後に運動靴のマジックテープだけは触りますが、促されて触る程度です。一人で履けるようになるには、どうやって教えれば良いでしょうか？



Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

### ワークシートを使ってプランを立てよう

上手な教え方ワークシート

日付: ( / / ) 記録者: ( )

学習した行動がある場合のみ記入!


●目標の行動  
(新しくできるようになることor 困った行動がある場合は、それに替わる適切な行動)


つま先、かかとを入れて、マジックテープを貼る


(お母さんは目立たずに入らせますよ!)

**行動は具体的に!**  
 × 良くない例:  
 「～しない!」  
 ◎ 良い例:  
 「(～しないで)～する!」

スモールステップ

<step3> 

<step2> 

<step1>多ある、目標の行動に一番近い行動 

環境や道具の工夫 手助けの仕方

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

### ワークシートを使ってプランを立てよう

上手な教え方ワークシート

日付: ( / / ) 記録者: ( )


学習した行動がある場合のみ記入!


●目標の行動  
(新しくできるようになることor 困った行動がある場合は、それに替わる適切な行動)


つま先、かかとを入れて、マジックテープを貼る

(お母さんは目立たずに入らせますよ!)

スモールステップ

かかとを入れて、マジックテープを貼る 

<step2> マジックテープを自分で貼る 

<step1>多ある、目標の行動に一番近い行動 マジックテープを触る 

環境や道具の工夫 手助けの仕方

**達成規準を明確に!**  
 例:  
 それぞれプロンプトなしでも3回以上できたら、次のステップへ

目標を細分化

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

### ワークシートを使ってプランを立てよう

上手な教え方ワークシート

日付：( / / ) 記録者：( )

学んだ行動がある場合のみ記入！

●目標の行動  
 (新しくできるようになることor 行った行動がある場合は、それに替わる適切な行動)

つま先、かかとを入れて、マジックテープを貼る

●目標は具体的に記入しましょう！

スモールステップ

かかとを入れて、マジックテープを貼る

<step> マジックテープを自分で貼る

<step> 今ある、目標の行動に一番近い行動  
マジックテープを触る

環境や道具の工夫  
 ・サンダルは置かない  
 ・大きめの靴で練習  
 ・好きなキャラクターの靴  
 ・はけたら公園へ行く

手助けの仕方

・気になるものは片付ける  
 ・目で見て分かりやすい工夫  
 ・見通しを立てる など

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

### ワークシートを使ってプランを立てよう

上手な教え方ワークシート

日付：( / / ) 記録者：( )

学んだ行動がある場合のみ記入！

●目標の行動  
 (新しくできるようになることor 行った行動がある場合は、それに替わる適切な行動)

つま先、かかとを入れて、マジックテープを貼る

●目標は具体的に記入しましょう！

スモールステップ

かかとを入れて、マジックテープを貼る

<step> マジックテープを自分で貼る

<step> 今ある、目標の行動に一番近い行動  
マジックテープを触る

環境や道具の工夫  
 ・サンダルは置かない  
 ・大きめの靴で練習  
 ・好きなキャラクターの靴  
 ・はけたら公園へ行く

手助けの仕方  
 ・手を添えて一緒にやる  
 ・「ぎゅー」「べったん」などの声掛け

・黒子のようにさりげなく  
 ・子どもが「自分でできた」と感じられるように  
 (プロンプトの種類)  
 身体プロンプト  
 指差しプロンプト  
 音声プロンプト など

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

### ワークシートを使ってプランを立てよう

上手な教え方ワークシート

日付：( / / ) 記録者：( )

学んだ行動がある場合のみ記入！

●目標の行動  
 (新しくできるようになることor 行った行動がある場合は、それに替わる適切な行動)

つま先、かかとを入れて、マジックテープを貼る

●目標は具体的に記入しましょう！

スモールステップ

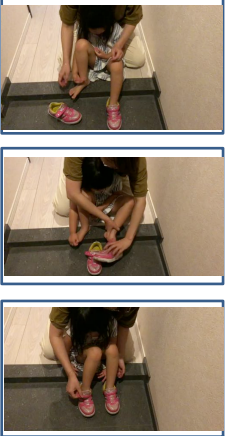
かかとを入れて、マジックテープを貼る

<step> マジックテープを自分で貼る

<step> 今ある、目標の行動に一番近い行動  
マジックテープを触る

環境や道具の工夫  
 ・サンダルは置かない  
 ・大きめの靴で練習  
 ・好きなキャラクターの靴  
 ・はけたら公園へ行く

手助けの仕方  
 ・手を添えて一緒にやる  
 ・「ぎゅー」「べったん」などの声掛け



Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

### 教えるときのポイントと注意点

**ポイント**

- ▶「親が出来るようになって欲しいこと」であり、「子供が出来そうなこと」を選びます。これが一致しない場合もあることに注意。
- ▶最初は、「一番困っていること」「やめさせたいこと」ではなく、大人も子どもも無理せずトライできる活動を選ぶのが良い。
- ▶具体的に書く  
 (例) ×「自分のことは自分でやる」⇒○「自分の食べた食器を片付ける」
- ▶「～しない」は行動ではありません。

**注意点**

- ☑エラーレスで教える  
 プロンプトを惜しまず、失敗させない。
- ☑達成感が得られるように手順を考える
- ☑強化を忘れずに
- ☑子どもの発達に合わせて目標を決める  
 言語・認知・遊び・運動 etc.

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

### 補足:色々あるスモールステップの区切り方

- 難易度 (易→難)
- 量 (少ない→多い)
- 最初から順に教える (最初少しだけやらせる→最後までやらせる)
- ゴールから徐々に遡る (最後の手順だけやらせる→始めから全部やらせる)  
★子どもが達成感を得やすい
- 時間 (短い→長い)
- 場所 (いつもの場所→はじめての場所)
- 距離 (短い→長い)
- 人 (大人→子ども/少人数→大人数/両親→先生)
- 手助けの量 (手助け多め→手助けなし)
- 手助けの種類 (身体ガイド→お手本を示す→指さす→言葉or視覚的な補助)

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved. 13

### 実際に取り組んでみましょう！

- \* 目標設定ワークシート
- \* 上手な教え方ワークシート

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved. 14

### 目標設定ワークシート

名前 ( )

**\*このシートの使い方**

- (1) 取り組みたい活動を、具体的に書き出しましょう
- (2) 実現可能性の項目ごとに点数化しましょう ( はい: 2点 わからない: 1点 いいえ: 0点 )
- (3) 合計点を算出し、得点の高いものから順位を書きましょう  
→ 順位の高いものが、目標にする優先順位の高い活動です

実現可能性項目

- ① ほぼ毎日取り組める
- ② 無理をせず少しの時間で取り組める
- ③ 1～2週間で達成できる
- ④ 子どもが自信を持って楽しく取り組める
- ⑤ 親が楽しく取り組める (負担が少ない、イライラしない)

誰と	いつ	どこで	活動(目標)	①	②	③	④	⑤	合計点	順位

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved. 15

### 目標設定ワークシート

名前 ( )

**\*このシートの使い方**

- (1) 取り組みたい活動を、具体的に書き出しましょう
- (2) 実現可能性の項目ごとに点数化しましょう ( はい: 2点 わからない: 1点 いいえ: 0点 )
- (3) 合計点を算出し、得点の高いものから順位を書きましょう  
→ 順位の高いものが、目標にする優先順位の高い活動です

実現可能性項目

- ① ほぼ毎日取り組める
- ② 無理をせず少しの時間で取り組める
- ③ 1～2週間で達成できる
- ④ 子どもが自信を持って楽しく取り組める
- ⑤ 親が楽しく取り組める (負担が少ない、イライラしない)

誰と	いつ	どこで	活動(目標)	①	②	③	④	⑤	合計点	順位
母	朝	玄関	靴をはく	2	2	1	0	1	6	3
父	夜	お風呂	お風呂で身体を洗う	2	1	1	1	1	6	3
母	朝夕	食卓	食器を片付ける	2	2	2	1	1	8	1
母	朝	リビング	Tシャツを着る	2	2	1	1	1	7	2
父か母	朝夕	トイレ	トイレでおしっこする	2	1	1	0	1	5	4
母	朝	リビング	朝の支度	2	1	1	1	0	5	4

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved. 16

### ワークシートを使ってプランを立てよう

上手な教え方ワークシート

日付：( / / ) 記録者：( )

今回行った行動がある場合のみ記入！

●目標の行動  
(新しくできるようになること)に必要だった行動がある場合は、それに替わる適切な行動)

**食器を重ねて台所に持って行く**

スモールステップ

食器を重ねて、少し歩いて大人に渡す

<step2>  
食器を重ねて、大人に渡す

<step3>今ある、目標の行動に一番近い行動  
食器を1つつ大人に渡す

環境や器具の工夫	手順の仕方
・デザートを用意	・手を添えて一緒にやる
・プラスチックの食器	・台所へ押して促す
・家族が手本を見せる	

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.

### まとめ

**「課題分析」**  
課題をスモールステップに区切って指導手続きを考えること

日常生活面で生活スキルを教える

問題行動に置き換わる適切な行動を教える

認知・コミュニケーションスキルを教える

こんなときに有効です！

**メリット**

- ✓子どもに「どのようなことができるようになって欲しいのか?」、そのために「何を教える必要があるのか?」を、指導者が整理して把握することができる。
- ✓子どもが**つまづいているポイント**が明確になり、効率的な指導ができる。
- ✓子どもが**小さな達成感**を積み重ねたり、大人が**褒める機会**をたくさん設定できる。

Copyright 2010 ADDS. All rights reserved.