

小児科だより vol.77

～ 問題行動とペアレントトレーニング ～

2023.2.1 発行

こんにちは。今年も最も寒く乾燥する時期となり、小児科外来にはインフルエンザや胃腸炎の患者さんが大勢受診されています。インフルエンザも胃腸炎も、一番の予防はうがいと手洗いです。子供のお手本となるように、大人である我々が進んで感染予防に取り組みましょう。



さて、今月は外来で親御さんから受ける相談で最も多いと言える、子どもの問題行動への対応についてお話しさせていただきます。

本来、ペアレントトレーニング（以下、PT）は、行動療法の考え方を保護者に身につけてもらい、子どもの行動を改善させる手法です。しかし、もともとPT技法は、応用行動分析の理論的背景があるため、トレーニングの対象は保護者である必要はなく、保育士や教員などの支援者にも応用出来るものです。

PT技法では、子どもの行動を次の3つに分けて対応を決めていきます。①増やしたい行動→相手をする・ほめる。②減らしたい行動→相手をしない（無視）。③絶対に許せない行動→すぐに止める。

①はすぐにわかると思いますが、②の対応は若干難しいのではないのでしょうか。例えば、スーパーマーケットなどでお菓子売り場に近づいたとき、お菓子が欲しいといって泣いて騒ぐ作戦にでたとします。母親が言い論ず作戦にでると、わかったと言ってくれるよい子もいるかもしれませんが、たいがいは母親に反論する作戦にでるものです。さらに大騒ぎした場合、うるさいので仕方なく買ってあげると、子どもの作戦が成功したことになるので、次回も同じことをしてしまいます（よくある失敗）。よって、正しい対応は、相手にしないことです。例えば、『行くよ』といって、お菓子売り場を離れることで、子どもの立場からすると作戦失敗なので、この行動をしなくなります。

実は、大切なのはこの後です。泣いて騒ぐ作戦が失敗したので、例えば、しおらしく頼む作戦（泣かずに話す）に子どもが出たとします。この行動は、泣いて騒ぐよりよいので、この行動を残すために、褒めてあげなければいけません。

相手をしない（無視）は、その行動が無駄であることを示すと同時に、よりよい行動を引き出すための手段なのです。つまり非常に奇妙なことに、最初の行動は減らしたい行動であったにも関わらず、保護者や支援者がとるべき行動は『ほめる』ということになり、やはりPT技法は『ほめてしつける』手法ということになるのです。詳細に関しては、成書などもご参照ください。