

問題行動を前後関係で整理するチェックリスト

子どもの行動を責めるためではなく、次に同じ形で困らないために使うチェックリストです。すべてを一度に埋める必要はありません。分かるところから少しずつ記録していけば大丈夫です。

1. まず安全面を確認する

- ☐ 自傷行為や自傷につながる行為があった
- ☐ 他害があった
- ☐ 物を投げる、壊すなどの危険行為があった
- ☐ 周りの子どもが怖がる、避難が必要になる状況だった
- ☐ 本人や周囲にけがの可能性があった
- ☐ 担任一人で対応せず、校内で共有する必要がある
- ☐ 保護者、管理職、養護教諭、特別支援教育コーディネーター等への共有が必要である

※ 自傷・他害・危険行為がある場合は、まず安全確保を優先します。原因分析や振り返りは、本人や周囲の安全が確保されてから行います。

2. 行動の「前」を見る

問題行動の前に、どのような出来事や刺激があったかを確認します。

- | | |
|---|---|
| ☐ 難しい課題が出た | ☐ 苦手な活動が始まった |
| ☐ 予定変更があった | ☐ 活動の終わりや切り替えの場面だった |
| ☐ 友達との関わりがあった | ☐ 大人から注意や指示を受けた |
| ☐ 音、人の動き、掲示物などの刺激が多かった | ☐ 交流学級から戻った後だった |
| ☐ 疲れやすい時間帯だった | ☐ 眠気、体調不良、空腹などが考えられた |
| ☐ 家庭や登校時の様子で気になることがあった | ☐ 何がきっかけか、まだ分からない |

3. 行動の「中」を見る

実際にどのような行動が起きたかを、できるだけ事実で記録します。

- | | |
|---|-------------------------------------|
| ☐ 離席した | ☐ 大きな声を出した |
| ☐ 机の下や教室の隅に移動した | ☐ 黙り込んだ |
| ☐ 泣いた | ☐ プリントや物を破った |
| ☐ 物を投げた | ☐ 友達や大人に手が出た |
| ☐ 自分を傷つけようとした | ☐ 暴言や強い言葉が出た |
| ☐ 活動への参加を拒否した | ☐ 教室から出ようとした |
| ☐ その他、具体的な行動があった | |

※ ここでは、できるだけ「悪かった」「荒れた」ではなく、実際に起きた行動を書きます。

4. 行動の「後」を見る

その行動のあとに、どのような結果があったかを確認します。

- | | |
|--|--|
| ☐ 課題をやらずに済んだ | ☐ 苦手な活動から離れられた |
| ☐ 大人が長く関わった | ☐ 周りの子どもが反応した |
| ☐ 活動が中断された | ☐ 別室や安心できる場所へ移動した |
| ☐ 好きな活動に戻れた | ☐ 本人が落ち着くまで時間がかかった |
| ☐ 短い声かけで戻ることができた | ☐ 保護者連絡や校内共有が必要になった |
| ☐ 同じような流れが以前にもあった | |

※ 本人が意図しているかどうかに関係なく、行動のあとに子どもにとって望ましい結果が続くと、その行動が繰り返されやすくなる場合があります。

5. 子どもの困り感を考える

- | | |
|---|---|
| ☐ 何をすればよいか分からなかった | ☐ 課題が難しすぎた |
| ☐ 課題の量が多く見えた | ☐ 失敗することが不安だった |
| ☐ 予定変更に対応しにくかった | ☐ 切り替えが難しかった |
| ☐ 友達との距離や関わりが負担だった | ☐ 音や視覚刺激に引っ張られていた |
| ☐ 疲れや緊張がたまっていた | ☐ 自分の気持ちを言葉で伝えられなかった |
| ☐ 助けを求める方法が分からなかった | ☐ 本人も困り感に気づいていない可能性がある |

※ 決めつける必要はありません。「可能性」として考えておくだけでも、次の支援につながります。

6. 子どもに任せる部分を考える

- | | |
|--|--|
| ☐ 困ったときにカードを出す | ☐ 分からないときに「手伝って」と言う |
| ☐ 休憩したいときに合図する | ☐ 席を立つ前に先生に知らせる |
| ☐ 片付けの時間を時計で確認する | ☐ まず1問だけ取り組む |
| ☐ 声の大きさに気づく | ☐ 友達との距離を少し取る |
| ☐ 気持ちが高まったときに決めた場所へ移動する | ☐ 今はまだ本人だけでは難しい |

※ 子どもに任せる部分は、少し頑張ればできる高さにします。難しすぎる約束は、注意される場面を増やしてしまいます。

7. 大人が支える部分を考える

- | | |
|---|--|
| ☐ 課題量を調整する | ☐ 最初の一問を一緒に行う |
| ☐ 選択肢をAかBで示す | ☐ 予定表や活動の流れを一緒に確認する |
| ☐ 切り替えの前に予告する | ☐ 刺激になる物を視界から外す |
| ☐ 座席や友達との距離を調整する | ☐ 休憩の取り方を事前に決める |
| ☐ クールダウン場所を確認する | ☐ 困ったときの合図を決める |
| ☐ 同じ対応を関係職員で共有する | ☐ 保護者とも必要な情報を共有する |

※ 大人の支援は、多ければよいわけではありません。子どもが動きやすくなるために、シンプルで継続できるものを選びます。

8. 約束やルールを増やしすぎていないか確認する

- | | |
|--|--|
| ☐ その約束は、子どもが理解できる | ☐ その約束は、少し頑張れば守れる |
| ☐ 守れたかどうかを確認しやすい | ☐ 大人が継続して支援できる |
| ☐ 関係職員で共有できる | ☐ 約束を守ることが子どもの成長につながる |
| ☐ 約束が多すぎて、子どもが混乱していない | ☐ 禁止事項ばかりになっていない |
| ☐ 代わりにどうすればよいかも示している | |

※ 約束を増やすことは、管理することも増やすということです。必要な約束に絞り、守れる形にすることが大切です。

9. 次の手立てを一つ選ぶ

- | | |
|--|---|
| ☐ 課題量を調整する | ☐ 予定表を確認する時間を入れる |
| ☐ 切り替え前の予告を入れる | ☐ 困ったときのカードを使う |
| ☐ 休憩の取り方を決める | ☐ 座席や環境を調整する |
| ☐ 声かけの言葉を短くする | ☐ AかBで選べるようにする |
| ☐ 大人が先に声をかけるタイミングを決める | ☐ 関係職員で対応方針を共有する |

※ 手立ては、シンプルで続けやすいものを選びます。安全面に問題がない場合は、数日から1週間ほど同じ方針で様子を見ることも大切です。

10. 同僚に相談するときに整理すること

- | | |
|---|---|
| ☐ いつ、どこで起きたか | ☐ 行動の前に何があったか |
| ☐ どのような行動が起きたか | ☐ 行動の後に何が起きたか |
| ☐ 同じような流れが以前にもあったか | ☐ 自分はどうのように見立てているか |
| ☐ すでに試した手立ては何か | ☐ 次に試そうとしている手立ては何か |
| ☐ どこに不安や迷いがあるか | ☐ 安全面で共有すべきことはあるか |

子どもを責めるためではなく、次に同じ形で困らないための記録です。

※ 「どうしたらいいですか」だけで相談するよりも、事実・見立て・手立てを整理して相談すると、具体的な助言をもらいやすくなります。

11. 最初に見るだけでよい3つのポイント

- ☐ 子どもは何に困っていそうか
- ☐ 何がきっかけになっていそうか
- ☐ 大人が減らせる刺激や負担はあるか

この3つを見るだけでも、問題行動をその場だけで叱るのではなく、次の支援につなげやすくなります。

問題行動の記録は、子どもを責めるためのものではありません。子どもが次に同じ形で困らないようにするためのものです。前後関係を見ながら、少しずつ支援の形を整えていきましょう。