

①

外的きっかけ

- ・「あなたいつまでそうしているの。このままで将来はどうするの？」と言った。
- ・本人が部屋から出てきたとき
- ・私と一緒にいるとき

短期的結果

- ・私が黙る
- ・私から将来のことを言われなくなる
- ・ぶすっとしている
- ・一瞬すっきりする

問題行動

- ・「うるせえ！」と怒鳴る
- ・顔が真っ赤になる

内的きっかけ

- ・そんなことわかってる！
- ・毎回同じことばかり言う。
- ・イライラしている

長期的結果

- ・私との関係が悪化する
- ・自分の気持ちを冷静に伝えることができなくなる
- ・血圧が上がる

わかったこと

- ・怒鳴るのに息子なりの理由がある
- ・怒鳴ることで息子にはメリットがある
- ・同じことを繰り返すと私との関係は悪化する

②

外的きっかけ

- ・問題行動をしているときに一緒にいた人
- ・問題行動をした場所
- ・問題行動をした時間
- ・問題行動をする直前にしていたこと
- ・問題行動をする直前に周囲で起こっていたこと

内的きっかけ

- ・問題行動の直前に本人が何を考えていたと思うか
- ・本人はどんな気持ちだったと思うか

問題行動

- ・どんな問題行動だったか
- ・問題行動をどのくらい繰り返したか
- ・どのくらいの時間していたか

短期的結果

- ・問題行動で本人はどんなメリットを受けていたか
- ・問題行動をしているとき、本人は何を考えていたと思うか
- ・問題行動をしているとき、本人はどのような気持ちだったと思うか

長期的結果

- ・どの問題行動によって本人にどんなデメリットがあると思うか
 - ・人間関係
 - ・身体面
 - ・感情面
 - ・法律
 - ・仕事
 - ・金銭的
 - ・その他

・機能分析を行ってどのようなことがわかりましたか

わかったこと

③

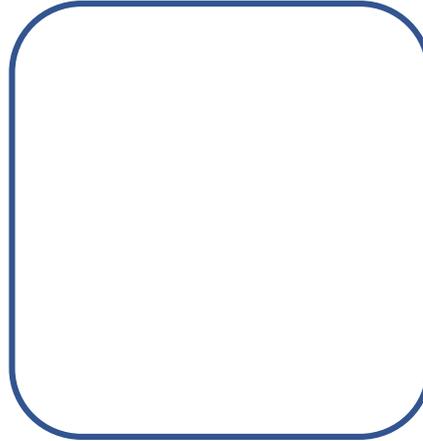
外的きっかけ



短期的結果



問題行動



内的きっかけ



長期的結果



わかったこと

