

行動を理解する ABCシート



できごとの前後をたどり、お子さんに合う助け方を考える。

まずは1場面。短い言葉で、書けるところだけ。

日時

場所

一緒にいた人（呼び名）

その日の様子（わかる範囲で）

睡眠・体調・空腹・いつもと違う予定など

A

直前にあったこと

何をしていた？ 周りの人は何と言った・何をした？ 場所や音の変化は？

B

お子さんの行動

見えた動き・聞こえた言葉。回数や長さも、わかる範囲で。

C

すぐ後に起きたこと

周りの人の対応、物・活動の変化。その後のお子さんの様子も。

ここからは予想・ふり返り（あとで記入）

気づいたこと・理由の予想

次に試したい小さな工夫（1つ）

この記録だけで理由を決めず、いくつかの場面を比べます。

書き方の例と、ふり返りのヒント



A → B → Cの順に、見えたこと・聞こえたことを残します。

架空の記入例

実在するお子さん・家庭の記録ではありません。

日時・場所	夕方・自宅。一緒にいた人：保護者。
その日の様子	帰宅して15分。ブロック遊びを始めて約5分。
A 直前	ブロック遊びの途中、保護者が「片づけて、お風呂に行こう」と言った。
B 行動	お子さんが「まだ作る」と言ってブロックを握り、約1分泣いた。
C すぐ後	保護者が「ここまで作ったら教えて」と言い、約3分遊びが続いた。その後、お子さんはブロックを棚に置き、保護者と浴室へ行った。
予想	遊びを続けられたことが、この行動に関係しているかもしれない。ほかの理由もまだ分からないので、別の日も見てみたい。
小さな工夫	遊びの前に、終わりの目安を一緒に決めて伝える。

書き方のコツ

- ① 「わがまま」などの評価より、見えた動き・聞こえた言葉を書く。
- ② Cには大人の対応に加え、その後に変わったことも書く。
- ③ 落ち着いてからでもOK。不明な所は「不明」でOK。思い出して書いた時は、そのことも添える。

ふり返りのヒント

同じ場面でうまくいった時との違いも比べます。1回で決めず、数回の記録から傾向を相談しましょう。

行動の理由には、ほしい活動・物、休憩、人との関わり、感覚の調整など、いくつかの可能性があります。まだ分からなくても大丈夫です。

危険や強い苦痛がある時は、安全と体調の確認を優先し、記録は後で。無理に同じ場面を作らず、支援者と一緒に考えましょう。

ABC記録だけで理由や診断を確定したり、効果を判定したりするものではありません。

参考：Vanderbilt University IRIS Center 「The ABC Model / Descriptive Assessments」