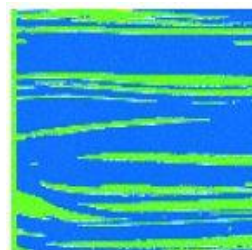


日本行動分析学会ニュースレター

J-ABAニュース



2022年 春号 No. 107 (2022年4月30日発行)

発行 一般社団法人日本行動分析学会 理事長 武藤 崇
〒540-0021 大阪市中央区大手通2-4-1 リファレンス内
FAX : 06-6910-0090 (日本行動分析学会事務局と明記) URL : <http://www.j-aba.jp/>
E-mail : j-aba.office@j-aba.jp

＜春の学校 開催記＞会場スタッフの奮闘記	伊藤 雅隆
＜春の学校 参加記1＞行動分析学、その懐の深さ	大塚 大輝
＜春の学校 参加記2＞春の学校での学び	東 美穂
＜春の学校 参加記3＞春の学校に参加して	山口 雅也
＜春の学校 参加記4＞春の学校に参加して	稲垣 佑
＜研究室紹介＞春まだ遠き北の大地	福田 実奈
＜ACT Japan年次ミーティング開催記＞ACTの実践を関係フレーム理論の観点からまなぶ	井上 和哉
＜ACT Japan年次ミーティング参加記＞	津田 菜摘
編集後記	ニュースレター編集部

<春の学校 開催記>

会場スタッフの奮闘記

伊藤 雅隆

(びわこ学院大学短期大学部)

日本行動分析学会若手会サポートメンバーの伊藤雅隆です。2018 年度の春の学校以来、3 年ぶりの開催となりました。日程は 2022 年 3 月 5 日、6 日の二日間にわたって、学会と同様に Remo と Zoom を用いてオンラインで開催されました。オンラインでの開催という事で前回よりも多い 44 名の方に参加していただくことができました。前回に引き続いて、会場の裏方スタッフとして働きながら、皆さんと一緒に春の学校に参加させていただきました。参加者同士の交流や講演など有意義なものにしていただければ幸いです。参加された皆様には、いくつかの不手際に関して、この場を借りて会場係としてお詫び申し上げます。

今回の春の学校では、若手会のメンバーを中心にした講義やパネルディスカッションに加えて、素晴らしい先生方 (大対 香奈子先生、大月 友先生、山本 淳一先生) にご協力いただきました。講義していただくだけでなく、Remo という普段とは違うツールを用いた場での登壇や質疑応答への対応など難しい場面もあった中で、ご対応いただいたことにあらためて感謝申し上げます。

今回の春の学校では 7 つの内容で実施されました。初日の 1 限目に、「ここが難しい！初學者によくある、行動分析学を学ぶ際のつまずきを解消するための Q&A ワーク」と称して、若手委員の先生方が事前にいただいていた参加者の皆様の質問を基にパネルディスカッションを行

いました。各先生の考えが聞けたり、多くの人が疑問に思う点が共有されたりと、かなりの盛り上がりを見せました。参加者の皆様からもこの企画について、ご好評いただいたようです。2 限目に大対先生から「ポジティブ行動支援、これまでとこれから」というタイトルでご講演をいただきました。近年のポジティブ行動支援の発展の流れや、最近の活動事例、その現場で抱える問題など実施にかかわる多くの事を聞くことができました。参加者の方から、実際に取り組んでみたい場合にどうしたらよいかなどの質問があり、今後もポジティブ行動支援の輪が広がっていくのだろうと感じました。

3 限目は、大月先生による「関係フレーム理論超入門」という講演でした。大月先生には、前回の春の学校でも類似の内容の講演をいただいていた (詳しくはニュースレターの No.94 へ)。今回は関係フレーム理論のみに絞って、お話をいただきました。関係フレーム理論が生まれるに至った経緯や、機能的文脈主義の考え方なども含めて紹介されていました。興味を持たれる機会は増えているようですが、大月先生のわかりやすい解説を機に、より多くの人が書籍や論文を手取る機会が増えそうな気がしました。

4 限目には、山本先生による「応用行動分析学、ここが楽しい」という講演をいただきました。たくさんの研究例を紹介していただきながら、応用行動分析学の楽しさを伝えていただき

ました。楽しそうにご自身やお弟子さんの研究について話す姿は、研究することやそれに触れることの楽しさを改めて感じられました。

その後、参加者フラッシュトークとして、参加者全員が1分間の自己紹介をしました。それぞれの方の経歴や好きなもの、推しているものが紹介されていて、個性に溢れていた発表が聞けました。1分間で自分のことを伝えるようなプレゼンはあまり機会も少ない気がするのですが、貴重な機会だったように思います。

フラッシュトークから引き続き、交歓会が開催されました。自由参加だったため、少し参加者は少なくなりはしましたが、Remoの会場の特性を生かして、テーブルごとでお話をされている様子が見られていたかなと思います。直前のフラッシュトークも知らない方と話す行動の確立操作になっていそうだなと思っていました。最大で23時まで参加されていた方もいたようで、楽しんでいただけていたのであれば幸いです。

2日目の1-2限目は、「Rで始めるシングルケースデザイン」と称して、藤巻先生から講演＋ワークショップをしていただきました。シングルケースデザインについての話から、実際に模擬データを用いて、分析を試みるころまでお話しいただきました。藤巻先生は、シングルケースデザインの分析、グラフの作成が簡単にできるRのパッケージを自作されており、その紹介をしていただきました。実際に動かしてみると、かなり簡単なコードでグラフまで作図されるため、使い勝手はかなり良いと感じました。Rに苦手意識のある参加者の方もいたようですが、取りこぼされる方がいないようにゆっくり解説されていたことがとても印象的でした。参加者全員の画面を確認することはできませんが、おそらくほとんどの方が実際に模擬データで分析することができたと思います。

3限目には、福田先生による「レスポナント条件づけ再考：入門から最先端まで」という講演をいただきました。レスポナント条件づ

けと古典的条件づけの違いというわかるようなわからないような基本的なことから、最近の福田先生の研究まで幅広く紹介されていました。学習としてひとくくりにされていることが多いのですが、オペラント条件づけとレスポナント条件づけの差なども意識することができたのではないのでしょうか。また、講演内容もさることながら、講演時に利用されていたMentimeterの評判も良かったようです。匿名で質問やコメントができるツールとして用いられていました。たくさんコメントが集まっている様子は見ても楽しかったです。

最後の4限目には黒田先生から「随伴性再考」というタイトルで講演をいただきました。開始数枚のスライドで「終」の文字が出た時には驚きましたが、なぜそういう結論になるのかという点についてご自身の研究を踏まえながら話されていました。微視-巨視論争にも触れながら、随伴性について考える機会になったのではと思います。時間の終わりに改めて「終」の文字が出た時には、春の学校も終わってしまったと思いました。

さて私は今回、会場係として、Remoの事前設営や管理などを行っていましたが、慣れない会場で皆様にはお手数おかけすることもあったかと思えます。私自身も2021年度の夏にあった学会開催時のスタッフマニュアルを確認しながら、どのような挙動になるのか確認して用意をしていました。それでも不具合によって会場を急遽Zoomへ移すことになるなど、皆様には不自由をおかけしました。Remoの会場の負荷が高かったのかZoomの負荷が少なくできているのかわかりませんが、Zoomが様々なところで利用されている理由の一端を見た気がします。ただし、Remoも時間より早く入った会場で知り合いや友人と雑談ができたたり、一緒のテーブルに座っている人とだけチャットしながら発表が聞けたりと、対面の学会会場に近いような気はします。それぞれのツールの特徴を生かして、もっとうまく開催できるのかもしれない。

ただ会場係としては、会場の移動回数が増えるほど混乱が増えることが想定されるので難しいところです。実際に、急遽会場を Zoom に変えた際にも、多少の混乱や連絡の不着などがあつたようで、会場を預かる身としてはとても焦りました。対面開催なら大きな声で一声アナウンスすれば済むことだったと思いますが、オンラインだとそうもいかない部分もあるなと感じました。連絡一つをとっていても、オンラインの会場運営は難しいです。参加するときにはボタン一つでいいと考えていただけに、運営の難しさを感じました。

会場係は、表に出るような仕事ではないので

すが、トラブルなどの対応でどうしても私の姿が、目に入るような働きになってしまいました。各種の対応に奔走していましたが、他の先生方や皆さんのフィードバックの早さには、行動分析学者の一端を見た気がしました。そんな中ではありましたが、皆様のおかげで不時着はできたことに、お礼申し上げます。次に担当する機会があれば、もっと不自由のない会場を用意できるように精進します。

<春の学校 参加記1>

行動分析学、その懐の深さ

大塚 大輝

(神戸市立小学校)

私は、3月5日・6日にオンラインで開催された「行動分析学春の学校」に参加させていただきました。春の学校の参加は今回が2回目です。前回参加した時は、実践現場で行動分析学に出会ってまだ2年くらいの頃でした。行動分析学のいろはがちょっとはわかってきたかな？という段階での参加。専門性の高い講義や夜の懇親会でのディープな話題に圧倒されました。「次はもっと話についていけるように勉強しよう」。そう心に誓いました。

そしてやってきた春の学校、2回目。「よし、前よりは話についていける」「いや、でもまだまだ先は長そうだな……」。そんなことを思いながらも、充実した時間を過ごした2日間。ここからは、実践の立場にいる私を感じたことをお話させていただければと思います。

1日目。早速1コマ目のQ & Aから興味深いお話を聞くことができました。特に強化・弱体化、正・負の話には考えさせられました。これらは教養の心理学でも出てくるようなキーワードです。それでもこんなに議論が深まるのかとワクワクしました。「強化・弱体化の基本は正。その介入をして行動が増えたか減ったかが重要だ」というお話もあったかと思います。この発想は、実践現場で介入の効果を考えていくときにとっても使いやすいと感じました。2コマ目は大対先生のパジティブ行動支援の講義でした。私は学校現場で実践していく中で、信頼性の高いデータを継続的にとっていくことの大変さを痛感

していました。そんな中、先生が開発されたアプリをご紹介いただきました。「ああ、ちゃんと現場のことを見てくださっている」ととても嬉しく思いました。成果と実行度のお話は、これからの実践研究のキーワードとして意識していかなければならないなと感じました。3コマ目は大月先生の関係フレーム理論の講義。この理論の理解に何度挫折したことか……。ですが先生のイラスト、図、アニメーションも駆使した丁寧なお話で、難しい理論やそれをベースにしたACTの考え方も、今までで一番理解できました。個体の中で成立してしまっている随伴性を、外に持ってくる（と理解したのですが、合っていますでしょうか）という発想、ACTの枠組みだけでない、実践への広がりを感じました。4コマ目の山本先生のお話。その感想は記事のまとめとして後ほど。

そしてやってきた懇親会。前回は圧倒されて、ただ聞いていることしかできなかった懇親会。さあ、今度こそ話の輪に入るぞ！と意気込んで参加しました。最初は、オンライントークの中でタイミングが掴めませんでした。またこのコミュニケーションのチャンスを楽しめずに終わるのか……。しかし今夜は違いました。松田先生が話を振ってくださったり、周りの方にも声をかけていただいたりと、先生方や参加者の懐の深さに助けられながら、実践での悩みや今後のキャリアのことなど、今回は色々なお話をさせていただきました。勇気を出して参加して

正解でした。次はもっともっとたくさんの方とお話をして、情報交換を楽しみたい。私の懇親会参加行動はしっかりと強化され、維持されています。

春の学校は二日目。1・2コマ目は藤巻先生のRを使ったシングルケースデザインの講義でした。今回のお話のベースになっている「Rではじめるシングルケースデザイン」の本は、私が修士論文を提出した直後の出版でした。Rを使って思い通りのグラフを書くのにどれほどかかったか……。お話、修論前に聞いたかった……。演習を通して実際に体験してみることでその便利さを実感できました。グラフを書くときは積極的にRとこのパッケージを使って、習熟していきたいと思います。3コマ目は福田先生のレスポンドの講義でした。先生には大変申し訳ないのですが、レスポンドについては正直教養レベルの知識しか持っておりませんでした。「レスポンド条件づけと古典的条件づけの違いは?」。このように問われることがまず衝撃的でした。先生のお話、どれほど自分の中で消化できたか自信はありません。ですが、また一つ自分の中で学び深めていける分野が増えたことがとても嬉しかったです。4コマ目は黒田先生のオペラント条件づけの講義でした。これぞ、私のイメージしていた春の学校のディープな世界でした。教科書などで当たり前のよう考えていた「時間的接近」の重要性。しかし、その背景には微視的理論と巨視的理論の戦いがあった。そんな行動分析学の歴史に触れる

ことで、さらに理解を深めることができました。福田先生と黒田先生のお話は、現場での実践を支えるものとして、むしろ私たちのような立場の者こそ理解しておくべきことなのだと感じました。

ここまで長々と個人的な感想を書いてきました。その感想を一言で述べるとすれば? それは1日目の山本先生のお話をきいて感じたことにまとめられると思います。

「論文、書こう」

山本先生は、私たち実践現場で行動分析学の知見を活用する者が論文を書くことの意義についてお話してくださいました。実践は「毎日がシングルケースデザインの繰り返し」です。その中で我々が行動分析学への理解を深め、実践し、論文を書く、その意味がある。大変夢があり、勇気づけられるお話でした。行動分析学の言葉・枠組みで論文にまとめることで、基礎や応用の先生方とも一緒にお話ができる。それがもしかするとこの分野の発展に（微々たるものかもしれませんが）つながるかもしれない。そんな行動分析学の「懐の深さ」を感じた2日間でした。

最後になりましたが、この春の学校を企画・運営して下さった松田先生をはじめ若手会の先生方、そして私達の行動分析学の世界を広げて下さった講師の先生方、本当にありがとうございました。論文、書きます（言ってしまった……）。

<春の学校 参加記2>

春の学校での学び

東 美穂

(慶應義塾大学大学院 社会学研究科)

1. はじめに

2022年3月5日、6日、2日間にわたり日本行動分析学会春の学校が開催されました。本来は合宿形式で行われる講義でしたが、コロナ禍ということもありオンラインでの開催でした。対面講義に劣らず、非常に充実した講義となりました。さて、今回は、若手委員会の松田壮一郎先生より参加記の執筆依頼をいただきました。私でいいのか、と不安な思いもありましたが、貴重な機会を提供いただけたこと、多くの学びとなりとても感謝していること、孤独だった私に研究者仲間ができて嬉しかったことから、僭越ではございますが、御礼の気持ちも込めてお受けすることと致しました。

春の学校の開講スケジュールは、表1に示した通りです。ご覧いただいてわかるように、錚々たる講師陣でした。また、破格の受講料(5,000円)で、またとない絶好の機会であり、即座に申し込みました。春の学校において、多くのことを学びましたが、その中から厳選して、私の学びを以下に記します。

2. 行動随伴性の面白さ

私ごとではありますが、現在慶應義塾大学大学院後期博士課程に在籍しており、実験の遂行、データの解析、論文の執筆の真っ只中におります。今回は特に、慶應義塾の先輩でもある藤巻先生のRの講義を楽しみにしておりました。私は、よくいる「統計嫌い」の一人でもあります。しかし、博論では、定量的に実験データを解析するためにRを使用して解析しようと意気込んでいました。藤巻先生の『Rでは始めるシングルケースデザイン』も1年前くらいから所持もしていました。しかし、「本を買う」という行動は生起したものの、後続事象は「本が手に入った」ことに留まり、その後その本を読み込み、データを分析するという行動まで生起せずには回避的になっていました(実際は、やってみたがうまくできずに挫折していた)。

さて、そろそろ本当にやらないといけない、と自分でお尻を叩こうとしていたタイミングで、春の学校で藤巻先生がRの講義を行うという情報入手し、私の行動にも変容が起きました。

表1. 講義のスケジュール

開講日	時限	講師	内容
3月5日	1限	松田壮一郎先生	初学者のためのQ&Aワーク
	2限	大対香奈子先生	ポジティブ行動支援
	3限	大月友先生	関係フレーム理論
	4限	山本淳一先生	応用行動分析学
	放課後		交歓会
3月6日	1,2限	藤巻峻先生	Rで始めるシングルケースデザイン
	3限	福田実奈先生	レスポナント条件づけ
	4限	黒田敏数先生	オペラント条件づけ

事前学習として、『R ではじめるシングルケースデザイン』を読み込み、基本操作はマスターしました。講義でも、実際に RStudio を操作しながら行う演習講義により、即時的に疑問点の解決、新たな知識の獲得ができました。以下、この一連の随伴性を振り返ってみました。MO「博論で R を使用しデータ解析をしたい」→A「春の学校で藤巻先生の R の講義がある」→B「R 本を読見込み、実際に RStudio を操作する」→C/A「R の基本操作をマスターした」→B「春の学校に積極的に参加する（分からないことは質問しまくる）」→C/A「春の学校で疑問点が解決した、新たな知識を獲得できた、データ解析って楽しい」→B「自分の実験データを R に落とし込み解析する」→C「R で解析できた、研究が進む、面白い、嬉しい」。以上のように、動機づけ操作と春の学校から得た強化を受け、こんなにも行動が変容するのかと、改めて行動随伴性の面白さを実感しました。

3. 科学者—実践家であるための心得

今回の春の学校は、各先生のご専門の領域に関する講義内容を理解することに尽きませんでした。具体的には、日本行動分析学会の若手メンバーが楽しく行動分析学を学び、研究を遂行し、論文を執筆し、現場での実践を行うための講義でもあったかと思います。講義内容は異なりますが、共通していた部分もあると感じています。それは、各先生が楽しく研究と実践に従事していること、「先生と学生（後輩、若手）」という関係を越えて共に行動分析学を愛すること、それらを我々若手に惜しみなく共有してくださったことです。研究や実践を行うことについて、私は自分で選択し、好きでやっていることではありますが、特に科学者サイドの行動（研究や論文執筆）についてはどうしても根を詰めてしまい「辛い」「苦しい」「できない」と感じてしまうことが多々あります。他方、講師の先生方の熱量は高く、常にポジティブでした。こ

のような姿勢は、ポジティブ行動支援を展開させている行動分析学の専門家であれば当たり前の姿勢なのかもしれません。しかし、私はまだ自身の行動については、内的事象に囚われネガティブに捉えることが多くあると自覚しています。研究の遂行行動、論文の執筆行動に対して、うまくいかない時は、自分を卑下する（個人攻撃の畏）のではなく、個人と環境との相互作用によるものであることを思い出したいと思います。時間との関数関係や、目標設定のミスなど環境側の調整によって解決し、科学者（研究者）としての Behavior を確立していきたいと強く思いました。そうすることで、研究の遂行行動、論文の執筆行動を楽しみながら自分で課した責務を全うすることができることを再確認する機会となりました。

4. 仲間との出逢い

初日の放課後に行われた交歓会では、講師の先生、若手の皆様と交流する機会があり、研究者仲間を作ることができました（お話しの方に対して、勝手にそう思っています）。自分の生活環境にはこのような仲間が非常に少なく、孤独で心細い思いをしていたので、とても嬉しく感じています。行動分析学会の皆様はノリが良く、フランクで打ち解けやすい方が多い印象です。行動分析学という学問そのものと、それを専門としている研究者、実践家の皆様との出逢いは今後の研究、臨床活動において動機づけを高める要素となりました。加えて、様々な議論を重ね、質の高い研究や実践を進めていきたいと考えています。引き続き、私自身も気を引き締め、楽しみながら研鑽を積んでいこうと再度自分に誓いました。

末筆ではございますが、2021 年度春の学校を企画及び運営してくださった若手委員会の皆様、講師を担当してくださった先生方、そして助成してくださった日本行動分析学会様、誠にありがとうございました。心より感謝申し上げます。

<春の学校 参加記3>

春の学校に参加して

山口 雅也

(筑波大学人間学群心理学類)

私にとって今回の春の学校は、昨年夏の行動分析学会に引き続き、私の学習のためのとても良い弁別刺激となりました。と、偉大な先生方を真似て行動分析家っぽい言い回しに挑戦してみました。未だ行動分析学に出会って間もない学部一年生の私には、どうにも使い慣れない表現のようです。憧れは置いておいて、やはり今の身の丈にあった文章を書くべしということで、以下は自身の浅学を惜しみなくさらしつつ、感じた事を率直に綴ろうと思います。

1限の「ここが難しい！初学者によくある、行動分析学を学ぶ際の躓きを解消するためのQ&A ワーク」では、現象の記述に独自の用語を用いる行動分析学の取っつきにくさ、分かりづらさ等が議論に上がっていましたが、行動分析学に出会ったばかりの頃の私を振り返ると、この様な問題は全くなかったように思います。むしろ、現象と（ほぼ）一対一で対応し、定義の明確な用語という共通の基盤で全てを語る行動分析学は、一年前の私にとってただひたすらに分かりやすく、痛快なものでした。更に基盤がシンプルなのに、いやシンプルだからこそ、その汎用性が計り知れない行動分析学！！「日常生活への汎用性」という大変雑な観点を心理学志望の理由の一つとしてしまうほどに汎用性への絶対的憧れがあった私は、行動分析学に惚れ込んだのでした。これが一年前の話ですが、今回のQ&Aワークを通して、こういった、「私が行動分析学を好きになった理由」を思い出す

ことが出来ました。別に、最近行動分析学と不仲であるとか、そういうわけではないのですが、改めてこの学問はいいものだなあと再確認する機会となりました。

それと同時に、行動分析学という集団の内でも、行動的に定義されていない、つまり日常語と大して変わらない曖昧な用語が時折使われていることを思い出します。その代表格が「動機付け」です。論文のDiscussionの部分等に、参加者の「動機付け」を考察に用いている行動分析学、応用行動分析学の論文をたまに見ますが、ここでいう「動機付け」がどういう実験的操作なのか分からなくてモヤっとすることがあります。「動機付け」を単に「確立操作」と見なしている研究者もいるようですが、弁別刺激の呈示を「動機付け」としている研究もありますし、より複雑な実験手続きを組んで「動機付け」と主張する方もいます。だから、「動機付け」という用語に出会った時には、実験手続きをよく見て、その意味するもの（機能）が何であるのかをその都度確認する必要があるのだろうなと思います。曖昧なものを曖昧なまま受け取らず、かといって行動分析的でないといって拒否するのでもなく、機能に注目して明確化する。これは「言語行動」の基本であり、かつヴィトゲンシュタイン的でもあるでしょう。これらを丁寧に実践することが、行動分析学に限らず、他分野との共同においても重要になるのだろうと最近はやっています。熟練の行動分析家には

当たり前のことかも知れませんが、行動分析学を「こじらせて」、曖昧な用語にあふれる他分野の批判に陥りがちであった数ヶ月前の私にとって、いろんな分野の人と仲良くし、そこから何かを得る上で大切な教訓でした。

フロアの方で個人的にお話を聞かせていただいた先生方、院生の方々からも、心に残る名言を拝聴しました。私は行動分析家たちの「名言」が大好きです。短いセンテンスに深い示唆や熱い情熱を練り込む格好良さに、しびれながら生きています。今回の春の学校では、黒田敏数先生（愛知文教大学）の「人が『馬鹿じゃねえの』と思う研究をかますべきだ」という言葉が、私の心の中で大賞を受賞しました。本当に、そうありたいと思います。特に私の興味関心の中心である言語行動の分野では、(RFT、ACT 等はひとまず置いておいて) 重箱の隅をつつくような（と敢えていいます）研究ばかりのように思います。とある先生の言葉を借りれば「内輪では盛り上がるが、他分野の研究者に魅力的に見えない」「先細りの」研究ばかりが国際誌に投稿され、新しい言語行動の形、応用を模索する動きが目立ちません。言語行動理論ベースで、もっと面白いことが出来るだろうに。その汎用性（出ました汎用性！！）の高さをなんとか生かせないだろうか。その様なことをつらつらと考えながら参加した春の学校でしたが、フロアにて、大変面白い言語行動研究をしている先生に出会ってしまいました。神戸学院大学の中村敏先生です。詳細は省きますが、先生が携わっているルール支配行動研究のお話は、大変興味深

いものでした。特に、先生とのお話の中で出てきた「言語行動のモデリング」の話題は、この分野の新しい道を拓く鍵になるかもしれないと、一人パソコンの前で興奮していたのを覚えています。私の指導教員（と将来的になって欲しい）の松田壮一郎（筑波大学）先生はインタラクシオン研究の専門家であり、言語行動含めたインタラクシオン全般のモデリングを志向されている先生ですから、この手のトピックを研究するにはかなり良い環境に私はあるのでは無いでしょうか。言語行動研究の新しい道を自身の手で拓くこともできるのでは…。夢が膨らみます。

このように、行動分析学会春の学校は、一年間の行動分析学の自学習を振り返り、かつ今後の学習の示唆を得る機会となりました。感想を短くまとめると、私の語彙力では「楽しかったです」と、小学生レベルのものになってしまうのですが、とにかく楽しかったです。企画、運営をしてくださった先生方は勿論、何の実績も無い一介の学部生の議論に丁寧に応えていただいた皆様に感謝いたします。

言語行動についてあれこれと書いた私ですが、「Verbal Behavior」の読解に、今まさに苦戦している最中です。なんとか読み切りたい…。そしてモデリングの勉強もしたい…。そういえばプラグマティズムも深掘ってなかった…。ヴィトゲンシュタインもヴィゴツキーも単一事例研究計画法も OBM も PBS もあの本もこの論文も……。1日が 36 時間になることを毎日願っています。

<春の学校 参加記4>

春の学校に参加して

稲垣 佑

(兵庫教育大学大学院 学校教育研究科)

修士課程 1 年の稲垣佑と申します。この度、2022 年 3 月 5・6 日にオンラインで開催された「行動分析学会 春の学校」に参加させて頂きました。春の学校は、昼には基礎から応用まで様々な講義を通して行動分析学を学び、夜には講師の先生方や他の参加者の皆さんと自由に交流できる懇親会を通して、行動分析学の魅力を語り合うことができる、まさに行動分析学づけの 2 日間でした。特に、私の在学する大学院では現在、行動分析学を専攻する者が少なく、同じように行動分析学に興味をもち、研究に専念しておられる方々とお話してみたいと常々感じていたため、昨今の社会情勢により研修会などの懇親会は中止になることが多い中、このような機会を整えてくださったことは、大変ありがたく、かけがえのない体験になりました。

その一方で、参加にあたって懇親会の存在は不安を感じるきっかけでもありました。このような機会に参加するのは初めてということもあり、私の私的出来事には「見当違いなことを話してしまったらどうしよう」、「恥をかいたら嫌だな」とネガティブな言語が次々と浮かびあがっていました。しかし、ここで体験の回避をしてしまうのは、自分の大切にしたいことから離れてしまうと思い、ACT を体現すべく、アクセプタンスして一歩踏み出しました。

その結果、不安に感じていたようなことは実際には起こらず、プログラムの各所で行動分析学の楽しさを感じ、強化を受けることができた

と思います。中でも、次の 2 点において特に、行動分析学の楽しさを再認識することができました。

1 つ目は、「講師の先生方が行動分析学についていきいきと語る姿」です。それは春の学校の至るところでうかがうことができました。1 日目の 1 限目「初学者によくある、行動分析学を学ぶ際のつまづきを解消するための Q&A ワーク」は、参加者から寄せられた疑問を講師の先生方が論じ合う内容だったのですが、登壇されていた先生はどなたも楽しそうな表情で、自分の研究や学習履歴と絡めて、意見や思いを伝えていて、「こんなにも行動分析のことについて楽しそうに話す人たちがいる！」と聞いていて胸が熱くなりました。また、2 日目の 4 限目「オペラント条件づけ再考：入門から最先端まで」では、「随伴性に行動を変える効果は本当にあるのか」という題で黒田敏数先生からご講義を頂きました。始めに「応用には一切役に立ちませぬ。基礎研究者でも微妙です。」という警告があり、内容も基礎的な研究が多く、難しく感じましたが、黒田先生のいきいきと楽しそうに語る姿に圧倒され、役に立たなくてもいいから理解したいという気持ちになりました。

2 つ目は、「懇親会などのディスカッションの時間」です。1 日目の 4 限目「応用行動分析学、ここが楽しい」で山本淳一先生がお話されていた「行動分析のコミュニティにおいて、行動分析の用語を使って会話することは、極めて強化

的である」というのは、まさにおっしゃる通りだと思いました。懇親会で、行動分析学を学ぶ皆さんとの会話に花が咲くと同時に、大学院の同期が全員、行動分析学を学んでくれたらどれほど楽しいか…と少し悲しい気持ちにもなりました。

最後になりますが、開催のためにご尽力頂きました先生方に改めて、お礼申し上げます。ありがとうございました。とある先生が「この会は 2 万円の価値はある」とおっしゃっていましたが、十二分にその価値があったと感じております。

<研究室紹介>

春まだ遠き北の大地

福田 実奈

(北海道医療大学)

北海道医療大学は、札幌からJR学園都市線で北へ小一時間、石狩川を越え、JR北海道20年ぶりの新駅であるロイズタウン駅も通り過ぎた終点に位置しています。本学は歯学部、薬学部、看護福祉学部、心理科学部、リハビリテーション科学部、医療技術学部の6学部で構成されており、福田は心理科学部 臨床心理学科に所属しております。

弊研究室は、この春に1期生1名が卒業したばかりの新しい研究室です。卒業論文のテーマは学習心理学、行動分析学、食行動に関わるテーマであればなんでも構わないと言った結果、今年度の卒論生は香りを用いた古典的条件づけ、食行動の馴化、VRを用いた食行動の変化の研究と本当になんでも構わないラインナップとなっております。そのため、実験のために研究費で購入する物品はエッセンシャルオイルにアロマストーンやディフューザー、箱いっぱいのクッキーと、なんの研究室なのか、そもそも本当に研究用かと疑われそうな様相を呈しています。ただ、私も自分の実験のためにノンアルコールビール、コーヒーメーカーや電子タバコを購入しているので人のことは言えません。このようにつらつら書いていて思い出しましたが、私が大学院生で同志社大学の青山ゼミ所属だった頃も、ゼミ室の冷蔵庫には容量いっぱいにチョコ

レートが冷えていたこともあったので、もしかしたら研究室の伝統を受け継いでいるのかもしれませんが。

学科の性質上、実験室実験を行う研究室が少ないため、対面実験をようやくできるようになった昨年の秋からは、実験室の一室を実質占有状態で、学期を通して自分の実験を行うことができました。いよいよ今年度から研究室の活動が本格始動ということで、私を含めた研究室のメンバーの誰かが常に実験をしている状態を目標にしております。

恐らくこの文章はニューズレターの春号に載っていると思うのですが、この原稿を書いている四月初旬時点の大学の裏山はまだ雪を被っていて桜が咲くにはまだ遠いです。ですがキャンパスは新入生をはじめ学生の活気にあふれ、春の兆しを感じています。この情勢も相まって、長い冬を耐え忍び、春が来ることを待ち望む日々を送っております。昨年度の卒業研究はオンライン実験を行いました、テーマの性質上、実行不可能な実験も多いです。食行動をテーマの一つにしている以上、気兼ねなく対面で実験をできる世の中が来ることを願っております。

<ACT Japan年次ミーティング開催記>

ACT の実践を関係フレーム理論の観点からまなぶ

井上 和哉

(早稲田大学)

2022年3月19日(土)、20日(日)において、ACT Japanの学会がオンラインで開催されました。初日に3時間のワークショップを担当しましたので、その開催内容を報告します。ワークショップのタイトルは、「ACT の実践を関係フレーム理論の観点からまなぶ」、担当講師は、井上和哉(早稲田大学)、茂本由紀先生(武庫川女子大学)、嶋 大樹先生(追手門学院大学)、津田菜摘先生(同志社大学)でした。

最近では、Acceptance and Commitment Therapy: ACTを知る学生や実践者が増え、そこからさらに行動分析学や関係フレーム理論の学びを深めている方が多いように思います。関係フレーム理論は、人間の言語と認知に関して行動分析的な説明を試みる研究領域であり、ACTの基盤であるとされています。しかしながら、実際にはACTと関係フレーム理論の関係性が分かりにくいという声も聞きます。今回はそのギャップを少しでも埋めるために、以下の内容のワークショップを実施しました。

【ワークショップの狙い】

本ワークショップの一番の狙いは、ACTで行っていることを関係フレーム理論の枠組みから考え、実践するというものでした。今回は特にメタファーの使用に焦点を当てました。ACTでは、メタファーやエクササイズを必ず使用するわけではありませんが、ACT初学者あるあるとして、(ACTの初学者は、ACTの書籍に書いてあるメタファーやエクササイズをスクリプト通りに懸命に読み上げ、カウンセリングの雲行き

が怪しくしてしまいがち)ということがあります。つまり、ACTを形態的に用いるのではなく、その中身、機能を知ろうというのがワークショップの目的でした。そのため、今回のワークショップでは、メタファーの原理を関係フレーム理論の観点から理解し、より柔軟に効果的にクライアントに影響を与えるために必要なポイントの理解を目的としました。

【ワークショップの内容】

ワークショップの前半は、井上から、ACT、機能的文脈主義、関係フレーム理論について、茂本先生、津田先生からACTの心理的柔軟性モデルについて、嶋先生からは、ACTは精神病理をどのように見立てているか、メタファーの原理を関係フレーム理論の観点から、メタファーを使いこなすためのポイント、メタファーを使用することのメリットについて説明がされました。

ワークショップの後半では、脱フュージョンや、価値の方向に進むことを促進するためのメタファーの使用について、クライアントとセラピストの架空の逐語録から、メタファーの構造を考えるグループワークが行われました(図)。具体的には、臨床上、問題となっているクライアントのTarget(考えや行動)は何か? Source(メタファーの題材となるもの)としては何をを用いているか? Sourceのどんな刺激機能をTargetに移行させようとしているのか? などについて、クライアントとセラピストの逐語録(架空)から探し出すというワークが行われ、

カウンセリング内で柔軟に効果的なメタファーを創り出すスキルの向上を目指しました。

メタファーの構造の理解とメタファーを使いこなすためのポイントを抑えるだけでも、カウンセリング内でメタファーを使用して、スベってしまう確率を軽減できるのではないかと感じています。メタファーの構造やメタファーを使いこなすためのポイントについては、メタファー：心理療法に「ことばの科学」を取り入れる（トールネケ，2017 武藤・大月・坂野監訳，2021）、関係フレーム理論からみたメタファー（嶋，2020）が参考になるかと思えます。

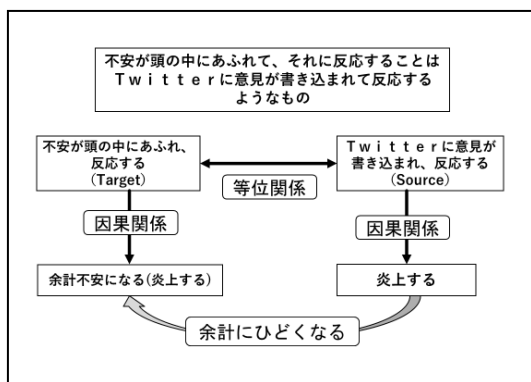


図. ワークショップ後半で扱われた脱フュージョンに関するメタファーの構造例

【参加者からの感想】

ワークショップの参加者からいただいた感想としては、〈関係フレーム理論に苦手意識があったが、RFTを理解してACTを臨床で活用するために必要な知識と体験を学ぶことができた〉、〈グループワークでは、架空症例の詳細情報や面接でのやり取りが共有された上で課題に進む流れが非常にわかりやすかった〉、〈ワークショップを経てRFTやACTの学習への動機づけが非常に高まった〉、〈グループディスカッションを通して楽しく学べた〉という内容がありました。

【ワークショップを振り返って】

当たり前のことですが、クライアントの思考を理解し、効果的に影響を与えるためには、関係フレームづけ（刺激機能の変換を含め）に関する理解が欠かせず、この点が〈関係フレーム理論はACTの基盤〉とされる点だと感じています。また、メタファーの原理やメタファーを使いこなすためのポイントについては、臨床上、勉強になる点が多く、ACTだけではなく、すべての心理療法に言及できる内容であるため、魅力的な領域だと思いました。そして、今回、個人的に最も頭を抱え、数多くのACT書籍と対峙するはめになったのは、機能的文脈主義に関する理解でした。機能的文脈主義を再考した結果、ACTのカウンセリングを柔軟に実施することや、クライアントの心理的柔軟性を促進させるためには、行動分析学でも、関係フレーム理論の理解でもなく、機能的文脈主義の理解が不可欠であり、機能的文脈主義という哲学的背景こそがACTの魂であることに気づかされました。

3時間という長丁場にも関わらず、最後まで参加して下さった約160名の参加者の皆様、ありがとうございました。そして、本ワークショップを開催する機会を与えて下さった立命館大学の首藤祐介先生に心より感謝を申し上げます。

【参考文献】

- 嶋 大樹 (2020). 関係フレーム理論からみたメタファー 心理臨床科学, 10(1), 39-52.
- Törneke, N. (2017). *Metaphor in practice: A professional's guide to using the science of language in psychotherapy*. Oakland, CA: New Harbinger Publications. (トールネケ, N. 武藤 崇・大月 友・坂野朝子(監訳) (2021). メタファー：心理療法に「ことばの科学」を取り入れる 星和書店)

ACT Japan 年次ミーティング参加記

津田 菜摘

(同志社大学)

2022 年 3 月 19 日, 20 日に開催された, 2021 年度 ACT Japan 年次ミーティングに参加させていただきました。今回の大会のテーマは, 「文脈的行動科学の種を現場に植える, 育てる, 広げる」ということで, 実践家の方々を中心に, 文脈的行動科学を実践されてきた事例から, 学習方法までぎゅっと企画を詰め込んだ充実の 2 日間を過ごさせていただきました。

参加記と申し上げておきながら, 2 日間の中で私にとって最も大きなイベントは, ワークショップの一部を担当したことでした。お声がけいただいたときから, ワークショップは自分が参加することすら苦手な上に, 私より関係フレーム理論やメタファーに詳しい先生方は多くいらっしゃるのという不安との闘いでした。しかし, 企画いただいた井上和哉先生(早稲田大学)を筆頭に, 茂本由紀先生(武庫川女子大学), 嶋大樹先生(追手門学院大学)という若手を先導される偉大な先輩方の肩を借りて講師の一人として参加させていただきました。

今回実施したワークショップのテーマは「ACT の実践を関係フレーム理論の観点からまなぶ」でした。非常に漠然としたテーマにしてありますが, 今回は特にメタファーに注目したワークショップを構成しました。ACT に興味があったとしても, 関係フレーム理論に手を伸ばそうと考える物好きは非常に少ないと主観的には感じております。そこで, 臨床で多用される上に, 構造がはっきりしているメタファーを使用してより身近

に関係フレーム理論を用いた臨床実践を体験していただくということを目指していました。ワークショップでは, 「メタファー 心理療法に「ことばの科学」を取り入れる」(トールネケ 2017, 武藤・大月・坂野 監訳 2021)を参考に, ACT でよく使用されるエクササイズを題材にして, 参加者の皆様にメタファーを作成していただきました。このような意図はあったのですが, タイムマネージメントの問題で, しっかりディスカッションをする十分な時間が確保されておらず, 不完全燃焼を感じられた参加者の方も多かったのではないかと講師一同反省しております。その上, 残念ながらオンラインでの実施でしたので, 参加者の皆様の反応は伺うことができず, 感想として“大盛況でした!”など大きなことは申し上げることができませんが, 少しでも関係フレーム理論に興味をもっていただけたらなと思っています。

ワークショップ講師を担当してみて, 扱うテーマについての習熟度が様々な場でのワークショップを実施する難しさを感じました。初学者も興味を持つことができ, ある程度の知識を持つ参加者も楽しめる内容設定は今後の課題に感じています。また, ワークショップを実施してみたことで, その困難さを体験でき, 改めて数多くのワークショップを実施されている先生方の偉大さを認識いたしました。

最後になりますが, この場をお借りして, 学会全体の運営を行っていただき, また, ワ

ークショップ実施という貴重な機会を提供
していただいた，大会長の首藤祐介先生（立

命館大学）をはじめとした先生方に感謝を申
上げます。

編集後記

今回は、行動分析学関連のイベントへ「初めて参加しました」という嬉しい声が複数ありました。春の学校や ACT Japan は年次大会よりフランクな雰囲気、初めての人や他分野の研究者も参加しやすいのかもしれませんがね。このようなイベントがあることでコミュニティが広がり、仲間が増えることで私達の研究活動や

実践がより強化されていくといいなと思います。

対象によって理論が変わることなく、基礎も応用も実践も飛び越えて、同じ言葉で共有できる行動分析学の良さを感じました。

(Y. Y.)

J-ABA ニューズ編集部よりお願い

- ニューズレターに掲載する様々な記事を、会員の皆様から募集しています。書評、研究室紹介、施設・組織紹介、用語についての意見、求人情報、イベントや企画の案内、ギャクやジョーク、その他まじめな討論など、行動分析学研究にはもったいなくて載せられない記事を期待します。原稿はテキストファイル形式で電子メールの添付ファイルにて、下記のニューズレター編集部宛にお送りください。掲載の可否については、編集部において決定します。
- ニューズレターに掲載された記事の著作権は、日本行動分析学会に帰属し、日本行動分析学会ウェブサイトで開催します。
- 記事を投稿される場合は、公開を前提に、個人情報等の取扱に、十分ご注意ください。

〒635-0832 奈良県北葛城郡広陵町馬見中 4-2-2

畿央大学 教育学部 大久保研究室内

日本行動分析学会ニューズレター編集部 大久保 賢一

E-mail: kenichi.ohkubo@gmail.com