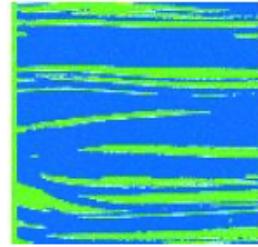


日本行動分析学会ニュースレター

# J-ABAニュース



2021年 春号 No. 102 (2021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](mailto:j-aba.office@j-aba.jp)

---

大阪市における学校規模ポジティブ行動支援 (SWPBS/PBIS) の発展と課題……庭山 和貴  
オンラインで行動分析学を学んでみて……井上 湧斗  
日常の行動改善—UPRIGHT G02 を用いた猫背改善—……八重樫 勇介  
文章が書けない人のはなし……三田村 仰  
自著を語る : 『R ではじめるシングルケースデザイン』……藤巻 峻  
編集後記……ニュースレター編集部

---

# 大阪市における学校規模ポジティブ行動支援 (SWPBS/PBIS) の発展と課題

庭山 和貴  
(大阪教育大学)

## はじめに

学校全体で組織的にポジティブ行動支援 (positive behavior support; 以下、PBS) に取り組む、学校規模ポジティブ行動支援 (school-wide positive behavior support; 以下、SWPBS) は日本でも実践例が見られ始め (石黒, 2010; 大久保・月本他, 2020)、現在広まりを見せています。教育委員会と連携した取り組みも、いくつかの地域で見られ始め、今後の発展が期待されるところです。特に徳島県では、教育振興計画に PBS が位置づけられ、全県的に推進されています。徳島県の取り組みについては、様々な形で全国的にも発信されていますので、今回は SWPBS が広まってきている他の地域として、大阪市の例をご紹介します。この紹介を通じて、他の地域で SWPBS を推進しておられる方々のご参考に少しでもなり、どこかで協働できる部分があればと願っています。

## 「エビデンスベースの学校改革」の一部としての SWPBS の普及

大阪市は、人口約 275 万、小学校 288 校、中学校 130 校の大都市です。この大阪市における SWPBS は、筆者が所属する大阪教育大学・連合教職大学院 (以下、本学教職大学院) と大阪市教育委員会の連携研修事業である「エビデンスベースの学校改革」の枠組みの中で推進されています。この研修事業は 2018 年度から開始し、2021 年度に 4 年目を

迎えています。

本研修事業では、大阪市教育委員会と本学教職大学院の連携の下で、大阪市の公立小中学校の教員が年間 15 コマ (1 コマ 90 分) の研修を受講します。研修受講者の勤務校は、「エビデンスベースの学校改革」モデル校として指定され、実際に学校現場において研修内容を実践し、データを取りながらその効果を検証することが教育委員会から奨励されています。この学校現場での実践を行う際にも、適宜必要なサポートを本学教職大学院から提供しています。

研修内容は、「エビデンスを学ぶ」「エビデンスを使う」「エビデンスをつくる」という 3 ステップで構成しています。「エビデンスを学ぶ」では、エビデンスとは何か? についての講義を行った上で、エビデンスベースな学校規模の実践として SWPBS や、(本学の野田航先生のご協力も頂いて) 介入に対する反応性モデル (response to intervention; 以下、RTI) の紹介をしています。「エビデンスを使う」では、実際に受講者の勤務校に SWPBS や RTI を適用するとしたら、どのように進めていくかの推進計画作成を行い、可能な範囲で学校現場においてその計画を実行します。さらに、「エビデンスをつくる」では、学校現場でエビデンスに基づく実践を行った効果についてデータ収集を行い、学校全体を一つの分析ユニットとして事例レベルのエビデンスをつくることを目指します。以上のように本研修事業自体は、エビデンス

に基づく実践を教育現場に学校規模で導入していくことに主眼を置いており、その一部として SWPBS を位置づけています。よって、すべてのモデル校が SWPBS を実施しているわけではなく、学業面に焦点を当てた取り組みを進める学校もあります。

このような研修事業に、初年度の 2018 年度は、中学校 2 校・小学校 5 校の計 7 校から、17 名の教員が研修を受講されました。全体の受講者数を絞りながらも、一つの学校から複数の教員に受講して頂いたのは、学校現場で実際に取り組みを進めていく際に「推進チーム」として動きやすくなるようにとの狙いがありました。そして、これは実際にそのようにしてよかったと感じています。2019 年 8 月には、この 7 校が 1 年半ほどの取り組みの成果を報告する全市公開研修会も開催され、170 名収容のホールが満席となり、学校教員だけでなく、教育委員会関係者や大阪市の区長など、行政関係者にも多数ご参加頂きました。2020 年度には、さらに 4 校がモデル校として加わり、初期の 7 校を「フォローアップ校」として計 11 校になりました。このうち 8 校が SWPBS を実践しており、他の 3 校も部分的に PBS を実践されています。2021 年度には新たに 3 校が加わる予定で、本研修事業に参加する学校数は着実に増え、それとともに SWPBS を実践する学校数も増えつつあります。

また、本研修をきっかけとして、本学教職大学院に入学されるモデル校の現職教員も毎年 2~3 名おられ、こういった方々が勤務するモデル校とはさらに連携を深め、研修で取り扱う内容を超えて SWPBS を推進しています。これらのモデル校では、SWPBS の実行度 (fidelity) 尺度である Tiered Fidelity Inventory (以下、TFI; 大対・庭山・田中, 2020) に基づいて SWPBS 導入を進めている点が特徴です。TFI は米国において広く使

用されている実行度尺度であり、その妥当性・信頼性が検証されています。この TFI を学期ごとに採点し、得点の低かった項目について校内システムの改善を図り、次の TFI 採点時に得点が上がったか確認するサイクルを回し続けます。その結果として、SWPBS 第 1 層支援について、TFI で十分な実行度と判断される 70%以上の得点率に達する学校が大阪市内で複数出てきました。

さらに最も重要な児童生徒のデータに関しても、全校の問題行動発生率が 10 分の 1 以下まで減少した学校や、SDQ 等の心理尺度に全校規模で改善が見られた学校、基礎学力面の指標に改善が見られた学校など、様々な成果が上がっています。

また有り難いことに、各モデル校が、様々な形で取り組みを学校外にも発信してくださっています。SWPBS を成功させた経験を積極的に発信される教員もおり、この 2 年間で 70 件ほどの研修・講演会をこなされた方もいます。その結果として、モデル校以外の学校から「うちの学校でもやってみたいのだが…」という問い合わせを頂くことも増えてきました。さらにモデル校から異動された校長・教頭先生から、「異動先の学校でも少しずつ始めたいのだが…」という問い合わせも頂いています。こういった学校も含めると、PBS という言葉やその考え方・アプローチについては、大阪市内で一定程度、浸透してきていると考えられます。

このように、最初は教育委員会と大学との連携によって始まったトップダウン型の研修事業であったのが、学校現場で着実に成果を積み上げ、さらにその成果を学校現場の教員に語って頂くことによって、ボトムアップ型で普及が進みつつあります。しかし、学校現場のニーズとして「PBS をやりたい! SWPBS をやってみたい!」というものがあ

応できていない状況もあります（そしてこれが、「エビデンスベースの学校改革」のモデル校を、年3～4校ずつしか増やせていない要因の一つでもあります）。

## 現在の課題

行動分析家には釈迦に説法ですが、「知識として知っていること」と「現場で実行に移す（行動する）」ことは、イコールではありません。知識に関しては、SWPBSを導入する学校数が加速度的に増えていったとしても、オンライン等の活用によって大規模に伝達することはある程度可能でしょう。しかし、得た知識をもとに、実際に学校現場でどのように研修受講者が行動することがSWPBSの実践に繋がるのかは、各学校における受講者のポジションや他の教職員の理解度、児童生徒の実態などによって大きく異なります。また当然ですが、研修受講者の「SWPBS推進行動」が強化される環境をつくっていくことも重要です。

そこで、研修受講者が校内のSWPBS推進リーダー役として、具体的にどのような行動をとればよいのか、助言・フィードバックできる学校外部の専門家の存在が必要となります。さらに、このような学校外部の専門家が、校内からの働きかけだけでは行動変容の難しい教員（例えば、頑なに罰的コントロールを使用する教員）に対して直接働きかけることで、SWPBSはより進みやすくなります。実際、米国では、SWPBSを進める上で、教員に対して研修を行うだけでなく、各学校に足を運んで実践的な助言・フィードバックを定期的に行う学校外部の「PBIS コーチ」が存在します。このようなPBIS コーチはスクールサイコロジストや、モデル校で推進リーダー役を担った教員が就くことが多いようです。このコーチに当たる存在が、月1回以上は各SWPBS実践校を訪問して指導・助言

に当たる仕組みがあります。

個人的な経験からも、SWPBSを十分な実行度で行い、「荒れた学校」「課題の多い学校」「教員が疲弊しきっている学校」が立ち直っていくには、外部専門家が月1回は訪問することが必要だと感じています。もちろん、SWPBSを導入しようとして「上手くいかない学校」がある程度出ることやむなしと考えるのであれば、研修・訪問頻度を減らすことは可能です。しかし、それを現在の日本におけるSWPBSの普及状況でよしとするのは、普及戦略上もまずいと考えますし、何より子ども達の利益に繋がらないと思うのです（と言いますか、個人的に我慢なりません）。また、2～3年でSWPBS第1層支援が十分な実行度に達し、児童生徒のデータに改善が見られたとしても、教員の異動を考えると完全にその学校内だけで自立してSWPBSを持続していくのは難しく、頻度は多少減ったとしても、外部からの「コーチ」がやはり継続して関わっていく必要があります。

しかし、大阪市においてSWPBS実践校が2桁に達する（「エビデンスベースの学校改革」のモデル校・フォローアップ校は計11校、2021年度からは計14校）中で、学校側から研修・訪問要請があるにも関わらず、「コーチ役」を担っているのは主に私一人です。月1回以上の頻度でこれらの学校すべてに訪問し、さらにモデル校以外でPBSの実践を希望される学校までをカバーするのは、時間的・物理的に極めて困難です（それでも、確実に成果が出るように、学校側の要請に応じればほぼそれに近い頻度で研修・学校訪問をこなしてはいます）。私一人で「コーチ役」を務める段階は、とうに過ぎているのが現状です。もちろん、大阪市教育委員会との会議や本学教職大学院内において、私の代わりにできる「コーチ役」をどのように育成していくかや、その人材活用の在り方について、既に

検討を始めてはいます。こうしたことが整ってくると、さらなるブレイクスルーに繋がると考えていますが、「もっと早くから動けば良かった…」というのが正直なところです。

### 初期段階から自治体内で「準専門家」の育成を！

以上のようなことを書かせて頂いたのは、これから、あるいは既に SWPBS の導入を自治体と連携して進めておられる方々に対して、初期段階から SWPBS に関する準専門家、すなわち「コーチ役」の育成をしていく必要性をお伝えしたいと強く思ったからです。実は私自身、こういったコーチ役を育成していく必要性について、海外の文献を読んで早い段階から認識はしていました。しかし、そこにあまりリソースを割いてこなかったことを、現在、心の底から後悔しながら、自身のスケジュール帳を眺めています。もちろん、自治体内で一定の成果を上げるまで、教育委員会等とコーチ役の育成について話を進めることはできないと思いますが、「もう少し早くから、進めておけばよかった」という想いがあります。

このような「コーチ役の育成」を自治体内でしていくことの必要性についてなど、自治体規模で SWPBS を推進していく際に参考となる実行度の指標として、米国の PBIS テクニカル・アシスタンス・センターから、District Systems Fidelity Inventory (DSFI) や、State Systems Fidelity Inventory (SSFI) のパイロット版が公開されています (Center on Positive Behavioral Interventions and Supports, 2019a, 2019b)。日本ポジティブ行動支援ネットワーク ([www.apbsjapan.org](http://www.apbsjapan.org)) において、これらの翻訳に着手しており、翻訳が完了次第、公開予定です。

尚、別の大きな課題として、SWPBS を推

進していく上で必要不可欠なデータシステムの整備がありますが、これについては学校規模で問題行動データを収集・分析するアプリが近日中に公開できそうなどころまで来ており、一定の目途が付きつつあります。日本ポジティブ行動支援ネットワークのホームページ上に説明を掲載予定ですので、よろしければこちらも是非ご覧ください。以上の情報が、少しでもこれから PBS や SWPBS の普及を進めていかれる方々のお役に立てばと思っております。

### おわりに

SWPBS は、行動分析学から生まれ、発展してきました。いくつもの学校に日々足を運び、各校のそれぞれの教室の中で、教員と子ども達の行動が互いに正の強化で維持されるように変容していく様を見ると、行動分析学の有用性・素晴らしさを改めて感じます。日本全国には、小・中学校だけで約 3 万校あり、児童生徒数は 1000 万人近くになります。この 3 万校もの学校の中、それぞれ教室内で、日々繰り返される教員と子どもの相互作用がより良いものになるよう、行動分析学はもっと貢献できるはずです。ここまでお読み頂いた方々の中で、「こんなことで連携・協働できそう！」という方がおられましたら、是非お声かけください。お待ちしております！

### 引用文献

Center on Positive Behavioral Interventions and Supports (2019a). Positive Behavioral Interventions and Supports District Systems Fidelity Inventory (DSFI) – Pilot version 0.1. Eugene, OR: University of Oregon. Retrieved from [www.pbis.org](http://www.pbis.org).

Center on Positive Behavioral Interventions and Supports (2019b). Positive

Behavioral Interventions and Supports  
State Systems Fidelity Inventory  
(SSF) – Pilot version 0.1. Eugene, OR:  
University of Oregon. Retrieved from  
[www.pbis.org](http://www.pbis.org).

石黒康夫 (2010). 応用行動分析学を用いた  
学校秩序回復プログラム 教育カウンセ  
リング研究, 3, 56- 67.

大久保賢一・月本 弾・大対香奈子・田中善  
大・野田 航・庭山和貴 (2020). 公立小

学校における学校規模ポジティブ行動支  
援 (SWPBS) 第1層支援の効果と社会的  
妥当性の検討 行動分析学研究, 34, 244  
- 257.

大対香奈子・庭山和貴・田中善大 (2020). 日  
本語版学校規模ポジティブ行動支援  
Tiered Fidelity Inventory (日本語版  
TFI). 日本ポジティブ行動支援ネットワ  
ーク. <https://apbsjapan.org>.

# 日常の行動改善

## —UPRIGHT GO2を用いた猫背改善—

八重樫 勇介

(株式会社 MillReef)

普段、産業・組織領域で行動分析学を軸に行動改善やマネジメントのコンサルティングをしている八重樫と申します(専門は OBM: 組織行動マネジメントです)。そんな私がニューズレターの原稿を書くことになり、はじめはオウンドックスに自分の OBM 実践について書こうかと思いましたが、それは実際の行動データと共に、年次大会で発表しそうだと思い、別な内容にしました(「解釈や説明ではなくデータで語る」のが大切だと思っているので)。私は仕事や研究ではもちろんですが、日常の自分の問題改善にも行動データを取って取り組んでいます。沢山プライベートな行動改善に取り組んだ記録があるのですが、その中の一部を今回紹介します。ニューズレターということもあり、緩く真面目な内容です。

今回の行動改善に取り組むきっかけは、知合いの研究者から「八重樫君は、顔は悪くないのに、姿勢と服が悪いのが弱点」と言われたことでした。服は人によって良い悪いの判別が複雑そうなので、まずは姿勢改善に取り組むことにしました(もともと猫背の自覚はあり、自分が写っている写真を見るたびに嫌に思っていた

こともあるので)。

そこでまずは現状のベースライン(以下 BL)をどのように測定するか考えました。自己観察で姿勢を記録していくのは、労力・正確性共に不適切だと判断し、なにか良いツールはないかと探しました。そこで見つけたのが、UPRIGHT GO2 (UPRIGHT Technologies Ltd.) というツールです(図 1)。まさに今回の取り組みにピッタリと言わんばかりの機能が付いていました。UP RIGHT GO2では、①姿勢を感知して記録するだけのトラッキングモード②猫背(一定以上の角度)を5秒以上キープすると振動が来るトレーニングモードという、2つのモードがあります。最初はトラッキングモードに設定し、普段の自分はどの程度猫背になっているか現状を把握した上で、介入として振動刺激を用いました。安定した状態で測定するため、仕事時間である平日 9 時・18 時を対象としています(9 割以上が座っている状態)。

取り組みは、ABABA デザインで行いました。介入である振動刺激がなくとも、適切な姿勢を維持することが望ましいため、複数回介入の除去を行い、介入効果を検討しました。



図 1 UP RIGHT GO2 の現物、これを背中につけて傾きを感知



図2 適切な姿勢の割合

結果と考察です。実際のデータを図2に示します。BL<BL1<BL2と適切な姿勢の割合が増加したことから、振動刺激による介入効果が、除去後も維持されたことが考えられます。BLから介入期へ移行した際は、目に見えて高い行動変化が見られました(約9割)。介入1→BL2では、介入1での適切な姿勢割合から一気に減少したものの、BL1よりは高い水準でのデータが得られました(BL2はデータの変動性が高く、安定するまで多くの期間が必要となりました)。また介入期間中、振動刺激は強度が変わらず一定であったので、馴れにより適切な姿勢の割合が減少されるかと想定していましたが、安定して高い水準が維持されていました。最終的には、BL3で振動刺激がなくとも約9割水準で正しい姿勢で生活できるようになりました。

限界点としては、振動刺激がないトラッキングモードでもUP RIGHT GO2を付けていること自体の影響や、日々自己記録してグラフの推移を確認していたことによる影響は完全に排除しえないです。今後の課題としては、UP RIGHT GO2を付けていない期間や自己記録がない期間が続いても、BL3の水準で維持されるかどうかです。そのため、UP RIGHT GO2を外した1ヶ月後・2ヶ月後・半年後に再度トラッキングモードで姿勢を記録し、適切な姿勢が維持されているか試してみたいと思います。ま

た、今回は対象が仕事時間である平日9-18時の座っている状態であったので、立っているときの姿勢や、プレゼン・学会・研究会発表などの非日常的な状況ではどうなのかも見ていく必要があります。

今回は日常生活やプライベートな問題における行動改善を紹介しました。私は本業以外でも、普段からこのように改善したいこととデータをとって取り組んでいます。こうやって自分のことでも、実際にデータを取って、改善の取り組みをしてみると、客観的に自分と向き合え、冷静な問題解決ができるなど感じています。記録方法を考え、行動データを取り、介入案を導入し、データを追っていくこと自体に強化されているのかもしれない。

最後に余談ですが、図2のグラフは私が共同開発したSmart PIGという、行動やパフォーマンスのグラフ化ツールで作成されたものです。フェイズ変更や傾向の加味、目標設定などが簡単にできるようになっており、シングルケースデザインに基づいた実践のハードルを下げてくれることや、行動改善のためのパフォーマンス・フィードバックやセルフマネジメントを目的に作りました。まだ試運用段階ということもあり、公表については色々悩んでいます、自分も含めた様々な実践家の役に立てばと思っています。興味ある人はお声がけください。

## オンラインで行動分析学を学んでみて

井上 湧斗

皆さん、はじめまして。私は兵庫県の精神科病院で心理士として働いていました（※この3月で退職し、4月からは違う仕事をしています）。編集委員の方と知り合って、今回のニューズレター投稿のきっかけになったのは、慶應義塾大学で開催された行動ウェルネス研究会（ニューズレター 2020年 冬号 No. 97 参照）でした。行動ウェルネス研究会は、現場の実践家が実践効果を研究の形で公表していくことをエンパワーする魅力的な研究会だったのですが、2020年度からCOVID-19の流行に伴い、開催が困難な状態が続いています。

そうした状況下で、大学の授業の仕方も変わり、私たち現場の実践家にとっても行動分析学を学ぶことに関する随伴性が大きく変化した1年でした。対面での学習機会は大きく制限されましたが、一方で、オンラインでの学習機会はかなり増加しました（例えば、武藤崇先生のACTインスティチュート等）。行動分析学会2020年度年次大会もオンラインで開催され、2021年度もオンライン開催になるとのことですので、この状況はまだしばらく続きそうです。

今回のレターでは私が経験した、この1年のオンラインでの学びについて書かせていただきます。まず、COVID-19の流行以前の2019年12月頃から、行動分析学を学ぶためのオンラインコミュニティを作り、「はじめての応用行動分析（二瓶社）」の輪読会を始めました。私自身が田舎に住んでいることもあり、行動分析学を学ぶ機会が少なく、無いなら自分で作ろう！と思ったことがきっかけです。Twitterで仲間を募り、LINEオー

ンチャットやSlackでテキストでのやり取りができる形を整え、web会議ができるZoomを使って輪読会を開催しました。軽い気持ちで作ったこのコミュニティでしたが、なんと立ち上げ2・3日で300人近くが集まりました。Zoomでの読書会は多い時で20人ほどでしたので、実質的な人数は少ないですが、行動分析学に対する関心の高さには驚かされました。一方で、行動分析学に対する誤解の多さも感じました。「行動分析学＝相手の些細な仕草から相手の本音を読み取る」というような受け取られ方をしやすいようです。運営上の課題としては、書き込みの多い活発なコミュニティを維持することが難しいということもありました。10回ほど読書会をした後、この大人数のコミュニティの活動は現在停止状態になっています。

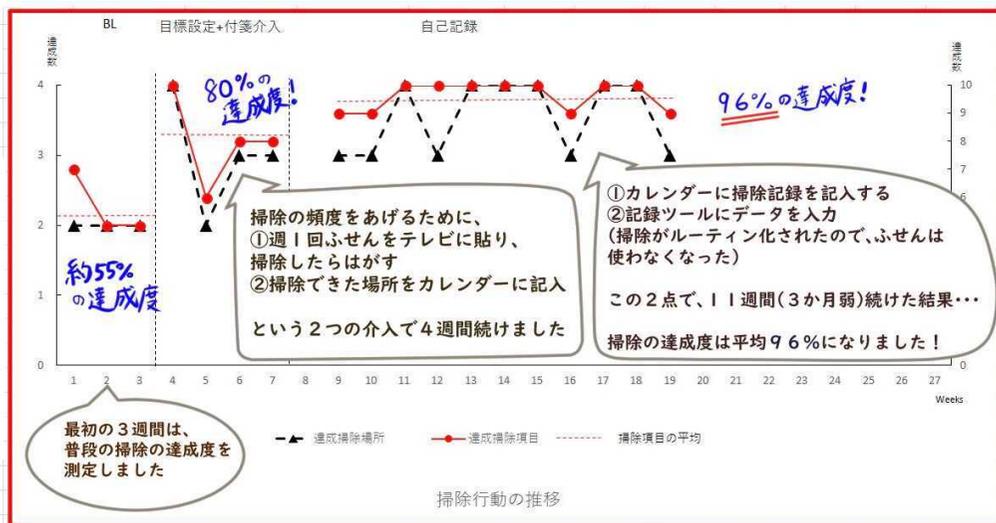
今は新たに小さなグループを2つ作って、オンラインでの学びを継続しています。1つはACTや行動療法のロールプレイグループをするグループです。もう1つは勉強や掃除の習慣化など日常生活の困りごとをテーマとして、記録の取り方や介入方法をディスカッションして実際に取り組んでみるグループです。ここで後者のグループで「掃除の習慣化」に取り組んだ実践例を、参加者の方がコメント付きでまとめてくださったグラフと一緒に紹介します（分かりやすくまとめてくださった当事者のRさん、アドバイザーの八重樫勇介さん、ありがとうございます！）。まず、1週間で取り組みたい掃除を場所（左軸：リビング・玄関等）ごとに分け、さらに各場所で取り組みたい掃除の項目（右軸：掃き掃除・拭き掃除等）ごとに分けてカレンダー

一にチェックしました。その場所のすべての項目が達成できればその場所の掃除も達成とし、2つの介入に取り組みました。第一の介入では、テレビにふせんを張り、達成できたらはがし、それを本人がカレンダーに記録していきました。そして月に一度、アドバイザーから掃除行動の推移について、グラフ化されたものを基にフィードバックしていきました。第二の介入では、アドバイザーがいなくても本人の自己記録によって行動を維持させるために、数値を入力したら自動でグラフが更新されるツールを用いて行動の習慣化に取り組みました。その結果、安定して9割以上の水準で掃除行動が習慣化されました。話し合いながら取り組んでみると、行動分析学のやり方と実際に一人一人に継続可能なやり方をすり合わせたり、一人で介入する時とは違った気づきも多くありました。

行動分析学に限らず、この1年間でオンラインの研修や勉強会、コミュニティは爆発的に

増加しています。Web 会議システムのZoom利用者数は2019年12月時点では全世界で1,000万人でしたが、2020年4月には3億人を突破したそうです。Zoom以外にもビジネス用のチャットサービスSlackなどオンライン勉強会に役立つインフラが普及し、SNSでの仲間集めと合わせて、私のようなITに関する特別な知識もなく、大学の先生のようなネームバリューも無い一実践家でもオンライン勉強会を企画することができるようになりました。オンラインの勉強会の運営で難しいのは、いかにして能力向上につなげられる質の高い発言を多く引き出せるかという点です。行動分析学の視点から考えると、チャット等では書いたコメントが残るので、質問・回答・情報提供などカテゴリーに分けて、測定することができます。介入としては発言へのリアクションを変えたり、1週間ごとの発言量グラフをフィードバックすることもできるかもしれません。そう考える

行動分析学・“実践編”！ 苦手な掃除を習慣化 ～掃除行動の推移、4か月半の記録～



	掃除行動の推移		
	Weeks	達成掃除場所	達成掃除項目
6/24~30	1	2	7
7/1~7	2	2	5
7/8~14	2	2	5

テレビは2枚貼った  
そうじ項目は ・トイレ・キッチン  
主に4ヶ所 ・玄関・リビング  
(2ヶ所裏2ヶ所)

と、行動分析家こそ、良いオンラインコミュニティを作るのもっとも向いている人々かもしれません。加えて、行動分析学への関心の高さは先に書いた通りですので、オンラインでも行動分析学を学ぶ機会が増えると

良いと思います。……そうは言いつつも、画面越しではなく膝を突き合わせて、お酒を酌み交わしながら語り合える日が、一日も早く来るよう心より願ってやみません。

---

## 文章が書けない人のはなし

三田村 仰

(立命館大学)

先日、臨床行動分析研究会という先進的な研究会がございました。今回、ありがたいことに、そこで僕が話したことでいいのでニューズレターに書くようお声かけいただきました。ただ、必ずしもその話でなくても良いらしいということ、実際、そこでの発表内容はかなりプライベートな話でここに書くような話でもないように思え、どうも気が引けるのです。原稿執筆のご依頼を受けていつも気にするのが字数の縛りですが、本誌は寛容にも字数は取り立てて制限していないとのこと、すばらしい！！僕はいつも紙幅の制限によって書きたいことの半分も書けずに割愛に割愛を重ねるのが常なのでたいへんありがたく思います。ところが困ったことにいざ書き始めようとする、バラバラとアイデアは浮かぶものの何もまとまったものが書けそうにありません。そこで、件の研究会でも少しお話しした僕が文章を書けなかった話を少し書かせていただくことにいたします。



三田村仰『はじめてまなぶ行動療法』金剛出版

まず、自己紹介がてら、ステルスでなく広報をさせていただきますと、『はじめてまなぶ行動療法』(金剛出版)という本を書きました！中身は行動分析学を基にいかにして心理療法という営みを解説、再構成するか、という話を順に説明するものです。総ページ数333で、「はじめての」と謳い、かわいい表紙なのに、「ゴツイ」のが特徴です。この本、本当はあと100ページくらい書けたと思うのですが、当初の想定以上に分量が増えたので実は結構割愛しています。300でも400でも書けるんなら、「お題も字数も融通の効くニューズレターはきっとかけるよね？」という感じが自分でもするのですが、実際にはこれが書けないわけです。この「書けなき」について、行動分析的な検討は皆様にお任せするとして、個人的な主観を基に考察してみたいと思います。

### 小学校での作文は三行が限界

母親曰く、僕は小学校低学年のとき、「作文が三行しか書けない子供」だったそうです。確かに文章を書くのは大嫌い(書く意味がわからないから)だったのと、夏休みの作文の宿題をやらずにがんばって踏み倒したくらいです(ただし、担任からの催促を消去しきるまで1.5ヶ月くらい辛抱する必要があります)。あとは、授業中先生が言っていることはだいたいよくわからなかったの、基本的には聞き流して、「さあ、始めてください！」と先生が合図を出し、皆がそれを始めたら、隣の席の女子の真似をして僕も何かを始めるとというのが小学校低学年の頃の僕の日常でした。

話が逸れましたが、要は文章を書くスキルが著しく低かったわけです。一応、繰り返しておきますが現在はそれなりに文章を書くスキルが

あって、一丁前に論文を書いたり（英語でさえも！）、人様の文章をチェックしたり（学生指導や査読など）、日々の職業生活に支障がない状態にまでスキルが高まっておりますのでご心配なく。

### なぜ書けない

さて、肝心の、「ではなぜ書けなかったか？」について考察していきましょう。結論から言うと、第1にテーマの自由度が高いほど、書くべき一つのテーマに収束しなくなるため（テーマの設定）、第2に、その課題の目的・意図・評価基準（目的の明確化）が分かっていなかったため、だと考えられます。この2つがクリアされない条件は少なくとも僕にとってはカオスとして経験されます。たとえば、熟練の行動分析の実践家でも、「この子の行動を分析してください」といきなり言われても困りますよね（そうですね？）。どういった文脈の中で、どんな困りごとをどうしたいというニーズがあるのかを少なくとも教えてもらう必要があるでしょう。こう書いていたら、むしろ、なぜ他の子供たちは書けていたのか不思議な気がしてきました…。たぶん、そこは個性差の問題で、僕よりも他の多くの児童の方があいまいな教示にも感覚的に対応する能力が高かったのでしょう（めんどろなので行動的な解釈は省かせてください）。他の子供たちはより定型発達のだったのだろうということです（系統発生的な話です）。

### 論文形式のテンプレート

ともかく、枠組みと目的を固定してもらえれば、僕としてはたぶん書けそうな気がするわけです（反対に、「引き受けるべきでない」という明確な解が導かれることもあります）。実際、僕がいつ頃から（特に苦痛が以前のようになく）文章を書けるようになったかという大体博士後期課程のあたりになります。この書くというスキルは学部と大学院でのゼミの指導教員から添削いただいたことで修得しました。とりわけ、学術論文における「目的・方法・結果・考察」という定型に沿って書くよう指導を受ける訳な

ので、だいぶ僕としては書きやすい枠組みと目的が与えられることになりました。たいへん丁寧に文章校閲をいただいたおかげで、まずこの論文形式のテンプレートの書き方について学習しました。今度は、そのテンプレートのアイデアが、般化なのか刺激機能の変換なのかしまして、「人間が書く文章や会話にも、目的とそのためする方法があるのではないか？」という発想に至りました。実際そうして見てみると、指導教員に論文の原稿を見てもらうとか、日程を調整してもらおうといった目的の下、人はコミュニケーションしていることがわかります。行動分析学で言うマンドの話ですね。ただ、若干厄介なのは人々はしばしば不正確な情報伝達をしたり、論理的に破綻したことを言ったり、はたまた本来の目的と違うことをやりとりしているようであることです。この辺りのことは語用論や社会言語学などを調べると、かなり整理できてきそうです。つまり、人は、ある目的について必ずしも直接的にそれを達成しようとしなかったり、お互いが仲間であることを確認し合うという機能でやりとりしていることがあるわけですね。そう考えてみると、依頼原稿の執筆なりというテキストベースのコミュニケーションは大抵の場合、枠組みも目的もより明確に設定されているので、その意味では今の僕にとってはずっと簡単な作業なわけですね。

### 依頼原稿執筆の行動連鎖

最後に、これまでさまざまな依頼原稿なりをどのように書いてきたか、その仕組みを考察したいと思います。まず、依頼を受けた際はその依頼されたテーマと字数制限とから、自分自身が書けるもしくは書きたいテーマとのマッチングをおこない、どのような内容が書けそうかシミュレーションします。さらに、その雑誌等の媒体の読者や編者のニーズから、テーマや書き方をさらに調整します。たとえば、「一般読者向けに/専門家向けに」という方向性が決まっていれば、与えられた枠組みと制限のなかで、現在の自分に書ける・書きたい内容はかなり絞り込ま

れることとなります。自然なこととして、現在の自分に書ける・書きたい内容は複数ありえるわけですが、比較的他の人が書いていない話、最近、ホットなテーマ、複数の領域の話を掛け合わせたことでちょっと斬新なテーマ、などを優先することで、ありうるテーマのランクづけがおこなえるため、そこまで悩む必要はなくなってきました。

#### 今回の依頼原稿は

肝心の今回の原稿に関しては、自由さとユーモアに満ちた本ニューズレターの特徴からうまく標的が絞れず、結果的に少々目的の定まりきらない内容になってしまいました。しかしながら、ある人が文章を書ける条件と書けない条件についての当事者の声として、今後の皆様の実践に活かしていただければ幸いです。[←まさに

この一文こそが、自分の中での文章をまとめる際のレパトリーを駆使してなんとかそれっぽい形にしようとがんばっているところ！] 僕が本当にちゃんと文章が書いているかチェックされたい方はぜひ拙著を手にとってみてください！

注) 今回は、お声かけくださりありがとうございました！ すごい文句言っているようにも読めるかもしれませんが、いただいたお題に不満を言っているわけではございません。

#### 参考

臨床行動分析研究会ホームページ

<https://sites.google.com/site/cbaworkshop/>

三田村仰『はじめてまなぶ行動療法』金剛出版

<自著を語る>

## Rではじめるシングルケースデザイン

藤巻 峻

(早稲田大学/日本学術振興会)

### Rではじめる シングルケースデザイン

日本行動分析学会 監修

武藤 崇・藤巻 峻・坂上 貴之 企画・編集

藤巻 峻・山田 剛史 著



2021年2月15日、『Rではじめるシングルケースデザイン』という本が出版されましたので、今回は本書について紹介します。

「検定や効果量を簡単に算出できて、おまけにきれいなグラフまで一瞬で出る、Rを使ってそんなツールを作れないか?」というお誘いを、日本行動分析学会の編集・出版担当理事(当時)である武藤崇先生から受けたことが、本書のはじまりでした。そこからは武藤先生と本書の構成や章立てを考え、出版に向けて少しずつ前進していきました。時には東京で相談する機会を作ってくださったこともありました。ある程度まで解析パッケージを作った段階では、ワークショップを開催していただき、実際に使用して

もらって使いやすさや問題点、改善点を洗い出す重要な機会となりました。今となっては懐かしい出来事ですが、こうした武藤先生のマネジメントがなければ本書が完成することはなかったと思います。この場を借りて改めて感謝申し上げます。本書はシングルケースデザインの統計を含めるという方向性だったので、途中からは山田剛史先生にも著者に加わっていただくことになりました。山田先生はシングルケースデザインの統計解析に関する視点から、本書の執筆に関わってくださいました。以上が本書のはじまりから完成までの経緯です。

本書は3章構成となっています。第1章はシングルケースデザインの概要です。行動分析学はシングルケースデザインという研究法と徹底的行動主義に特徴づけられた学問だといえるでしょう。徹底的行動主義を学んだ人であれば、なぜシングルケースデザインなのか?という疑問にも迷わず答えられることと思います。しかし、そうでない人たちにとっては必ずしもそうではないでしょう。こんなに実験参加者が少なくても良いのか?これが科学的な方法といえるのか?などなど、シングルケースデザインに向けられる幾多の疑いの目は想像に難くありません。第1章はそうした疑問に答えるとともに、シングルケースデザインの概要や実際の様々なデザインについて解説しています。

第2章はRおよびRStudioの簡単な使用方法について解説しています。「Rではじめる」というタイトルからも明らかのように、本書ではRを用いてシングルケースデザインのデータを料理するといった内容なので、Rについての基

礎知識は必須です。かといってRについてガチガチに解説することは本書のスコープを超えてしまうので、第3章で紹介する解析パッケージを使いこなせる程度の簡潔な内容になっています。

そして第3章は、シングルケースデザインのデータを解析するためのパッケージの使用法についての解説です。このパッケージは本書のために作成したものです。AB デザインからはじまり、反転法と多層ベースライン法に対して適用することができます。本書の解析パッケージを使用することで、ランダムイゼーション検定と4種類の効果量の算出、(きれいな)グラフの作成を行うことができます。グラフの作成に関しては非常に細かい部分までカスタマイズできるようになっています。現状では、これらを一っぺんに行えるシングルケースデザインのパッケージは存在しないだろうと自負しています。

本書が想定している読者は、必ずしも行動分析学会員の方々のみではありません。近年、シングルケースデザインは従来の応用行動分析の域に留まることなく、看護医療、リハビリテーション、教育、臨床心理学など、様々な分野へと広がっています。本書の「刊行にあたって」において武藤先生が述べられていますが、本書は前理事長の坂上貴之先生による「公認心理師法施行後には、シングルケースデザインの普及・浸透が欠かせない。それは、行動分析学の責務である」というミッションのもとではじまっています。そのため、行動分析学会員のみならず、様々な領域の研究者にシングルケースデザインを知ってもらうことが1つの大きな目標です。シングルケースデザインについて学んでみたいという人がもし周りにいたら、本書を紹介してもらえると嬉しいです。特に興味をもっていなくても、一読を勧めてくださるとさらに嬉しいです。よろしく願います。

本書の解析パッケージを使用すれば検定も効果量算出もグラフ作成も一瞬で終わります。シンプルに、これが最大の長所です。この長所

を活かし、どんどん論文を書いて投稿してください。本書が研究成果の発表に活かされることで、本書に携わった者にとっての最大の強化子になります。その一方で、著者としては触れにくい、短所についても触れておかねばなりません。実は上述した長所こそが、同時に短所にも繋がっています。一瞬で解析できるパッケージを作るにあたり、相応の制約もつけざるを得ませんでした。例えばシングルケースデザインの長所は、個体(個人)の行動を見ながら柔軟に独立変数を操作できる点にあります。探索的な操作を行ったデータに対する本書の解析パッケージの対応力は高くありません。柔軟な操作に対しては、解析する際にも柔軟にRのコードを記述する必要があるのですが、パッケージ化するにあたってはどうしてもそうした要素を十分に残すことができなかつたからです。その他に、対応できる実験デザインが限られていること、算出できる効果量が限られていること、データポイント数が多いと結果の出力までにかかる時間が長くなること、などが挙げられます。これらの短所から著者として危惧するのは、本書に合う形で研究を実行してしまうことの危険性です。特にシングルケースデザインの場合、型にはまった研究になってしまうことは、その長所を大きく損なうこととなります。解析パッケージを使うための研究ではなく、本来の目的に沿って研究を展開することがベストです。本書の解析パッケージに振り回されるのではなく、うまく活用して使いこなしていただければ幸いです。これは些か無責任な物言いだという自覚もあるので、実際のデータへの適切な使用例などを紹介できるようなワークショップの企画を考えています。乞うご期待。

最後に、Rのようなオープンソースの世界には、パッケージを一度作ったら終わりではなく、実際にユーザーに使用してもらい、改善点などを見つけ、修正を重ね、さらに使いやすいパッケージへと洗練していくという文化があります。本書を電子書籍として出版している理由

は、そうした文化を踏襲してパッケージをより洗練させていきたいと考えているからです。パッケージについてのご意見や改善点などお気づきの点があれば、出版元である **ratik** ([info@ratik.org](mailto:info@ratik.org)) までお知らせいただくと幸いです。上記に挙げた短所についても、今後少しずつ改善していきたいという思いもあります。パッケージが更新された際には本書のサポートページから情報を発信していきます（サポ

ートページは本書の出版元である **ratik** の **web** サイトを参照してください。行動分析学会のホームページにもリンクがあります)。読者と執筆者が交流し、内容をアップグレードしていくというスタイルは、現代における新しい書籍の在り方となるのでしょうか。そんな展望に思いを馳せつつ、本書が手に取った皆様のお役に立つことを願っています。

## 編集後記

2020年春号を読み返し「あの最初の緊急事態宣言から、1年経ったのか」という驚きを感じています。すっかり慣れてしまったような部分もあれば、見通しのない不安、そして変異株などという新たな脅威もあり、増え続ける数字に日々さらされるストレスは相当なものであると思います。行動分析学会員各位も、“ニューノーマル”なる生活の変化に適応するため、仕事や生活の様々な場面で模索を続けられて

いることと思いますが、ご無理なさいませぬよう。何卒ご自愛ください。

今回のニューズレターは、シングルケースデザインがなんとも身近に感じられる記事や、当事者としての実践のご報告を多く寄せていただきました。変化し続ける状況に刻一刻と対応し続ける柔軟性は行動分析の強みですね。皆様、素敵な原稿をありがとうございました！

(A.K)

### 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、ギャグやジョーク、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。また、学術的に明らかに誤った記述、学会活動や行動分析学に全く関係のない記事、営利目的と考えられる記事(著訳書等の紹介を除く)、差別的表現や誹謗中傷が含まれる記事等については、編集部より修正を求める場合や掲載をお断りする場合があります。

〒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