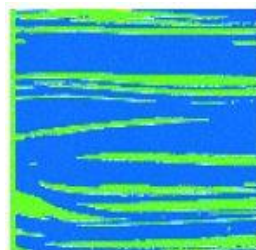


日本行動分析学会ニュースレター

# J-ABAニュース



2023年 春号 No. 111 (2023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)

---

## 目次

|                                                                              |         |
|------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 行動の構造から習慣を理解する .....                                                         | 畑佑美 2   |
| <参加記> データで語りたい(語りたかった) 参加記 —ACT Japan 年次ミーティング 2022—.....                    |         |
| .....                                                                        | 嶋大樹 4   |
| <開催記> 第5回 行動ウェルネス研究会 開催記 —精神保健福祉分野における応用行動分析学の展開—                            |         |
| .....                                                                        | 川上英輔 8  |
| <実践報告> 精神科外来におけるクライアントの行動の直接観察と測定 .....                                      | 瀬口篤史 14 |
| <掲載報告> ポジティブ行動支援の国際誌 (International Journal of Positive Behavioural Support) |         |
| に機関誌『行動分析学研究』掲載論文が転載されました .....                                              | 山岸直基 20 |
| 編集後記 .....                                                                   | 23      |

---

# 行動の構造から習慣を理解する

畑 佑美

(専修大学大学院/日本学術振興会)

今回、「ニューズレターに研究について執筆してみませんか?」とお誘いを受けました。先輩方の面白くて魅力的な研究紹介を拝見し、私も是非挑戦したいと思っていましたので、とても嬉しいです。なぜ習慣に興味があるのか?、どのような問題があるのか?、どうやってその問題を解決するつもりなのか?を、できるだけわかりやすく書いたつもりです。行動分析家の皆さまに、習慣について興味を持っていただければ幸いです。

## なぜ習慣を研究するのか?

突然ですが、習慣とはなんでしょう?例えば、あなたは新しい家に引っ越してきたとします。時刻は既に夕方を過ぎ、部屋は真っ暗です。あなたは一生懸命、壁にある電気のスイッチを探すでしょう。しかし、そんな毎日を繰り返すうち、特に苦勞せずスムーズに電気のスイッチにたどり着くようになります。時には「電気をつけよう」と考えることなく、このルーチンを終えていることもありますよね。私たちはこういった膨大な数の習慣を身につけて、複雑なこの世界をうまく生きています。私は、このような日常に潜み、私たちの暮らしをひっそり支える習慣が心の基本的な側面であると考えています。そして、習慣の形成過程や機能を解明し、生物がいかに世界に適応するのかという大きな問いを明らかにしたいという野望を持って研究しています。

## 学習心理学における習慣

私の研究では、実験箱(オペラントチャンバー、スキナーボックスともいいますね)にラットを入れ、レバーを押せば餌がもらえるという訓練を長期間行います。しかし、長期間の訓練の末に、ラットがレバーを押す反応は「習慣」なのでしょうか?学習心理学では、結果の影響を受けず、刺激によって引き起こされる反応を習慣とし、行動課題の結果によって判定します(Dickinson, 1985)。行動課題では

まず、レバーを押したら餌が出るといったオペラント条件づけを行います。次に、強化子を沢山食べさせ、強化子の価値を低下させます。最後に、再びオペラント反応を観察します。そのとき、習慣は「強化子の価値が低下したのにも関わらず、それとは無関係に反応してしまう傾向」として計測されます。

## 行動の構造から習慣形成を説明する

畑が知る限り、習慣形成を説明する確立されたモデルは今のところありません。では、習慣は何によって制御されているのか?私は行動の構造から説明することを目論んでいます。ここで電気をつける習慣についても一度考えてみましょう。電気をつけるという行動は、それ単独で存在するわけではなく、いろんな行動との関連の中で起きています。例えば、鍵を開ける、玄関に入る、靴を脱ぐ、あるいは、ネクタイを緩めるという行動が間に挟まっている人もいるかもしれません。日常的な意味での習慣は、それらの行動が滑らかに継起していくような事態のように思われます。そう直観的に考えてみたら、習慣が形成されるということは、行動の組み合わせの「自動化」のように見えなくもないですね。このように、刺激1→行動1(刺激2)→行動2(刺激3)→行動3(刺激4)…のように「自動化」することにより、「強化子の価値が低下したのにも関わらず、それとは無関係に反応してしまう傾向」としての習慣が生起するのではないかと考えています。この仮説を確かめるために何をやっているかという点、従来の研究と変わりなく、オペラント条件づけを用いた訓練を行い、強化子の価値を下げ、再びオペラント反応を観察して習慣が否かを判定しています。異なる点は、訓練中のラットの動きを一部始終撮影していることです。この撮影したビデオを解析することにより、習慣形成時に行動の「自動化」が起きているのかを調べています。そして、ゆくゆくは、行動の「自動化」を操作し、習慣形成を制御できるかどうかまで踏み込みたいと考えています。

### さいごに

はじめに「わかりやすく書く」と宣言したものの、なんだか小難しくなっていました。ここまで読んでくださった方、ありがとうございます。この研究は、私が今までやってこなかったプログラミング（ほとんど R、ちょっぴり Julia、Python）、深層学習ベースの姿勢推定、教師なし機械学習などなど技術盛り沢山で臨んでいます。正直、数え切れないほど PC 画面の前で叫んでいます笑。しかし、指導教員や共同研究者の方々にお世話になりながら、少しずつ前に進んでいます。身近だけど、よくわかってない、そんな習慣の世界を楽しんでいます。

### 引用文献

Dickinson, A. (1985). Actions and habits: the development of behavioural autonomy. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. B, Biological Sciences*, 308(1135), 67-78. <https://doi.org/10.1098/rstb.1985.0010>



DeepLabCut を用いた訓練中のラットの  
トラッキングの様子

## <参加記>

# データで語りたい（語りたかった）参加記

## —ACT Japan 年次ミーティング 2022—

嶋 大樹

（追手門学院大学）

2023 年 3 月 18 日（土）-19 日（日）に、ACT Japan 年次ミーティング 2022 が開催されました。今回は【初】の対面／オンラインのハイブリッド開催となり、2018 年度年次ミーティング以来、実に 4 年ぶりの対面を含む形式でした（図 1）。会場の早稲田大学早稲田キャンパスには 121 名の参加者が訪れ、久々の対面での年次ミーティングを満喫していました。オンラインでの参加者も 150 名を超え、充実した 2 日間になったものと思います。今回の記事では、その参加記ということで、全体の紹介と簡単な感想をまとめたいと思います。



図 1. ACT Japan 年次ミーティング 2022 の立て看板（事務局長 井上和哉先生 [早稲田大学] 提供 一部改変）

さて、今回のテーマは「論より証拠！ データと語ろう ACT の実践と研究」ということで、データの取り方や扱い方、文脈的行動科学（Contextual Behavioral Science: CBS）の実践と研究とデータなどが話題に挙がりました。以下、2 日間のプログラムを紹介していきますが、ただ単に何があったかをまとめても面白くないので、「年次ミーティングのテーマに沿って、何らかのデータを！」と必死に考えました。そして絞り出したのが、これまでの年次ミーティングにない、初の試みやイベントのカウントでした（もっと他になかったんかい！）。というわけで、筆者の独断と偏見で、該当部分には【初】と記載していきます。

まず受付では、年次ミーティングのロゴ入りネームホルダー【初】が配布されました（図 2）。そしてオープニングは、開催責任者の大月 友先生（早稲田大学）お手製のオープニング動画【初】でスタートです。参加者の皆さんも度肝を抜かれたことでしょう。力の入れようが伝わってきますね。

初日午前のプログラムは 2 つの会場に分かれてのワークショップでした。初級者向けの“ACT を使ってみよう！”（茂本由紀先生 [武庫川女子大学]、津田菜摘先生 [同志社大学]）と中級・上級者向けの“みんなで読もう「CBS 研究・白書（2021）」：今後の研究・実践のアイディアを考える（武藤 崇先生 [同志社大学]）”の並行実施は、【初】の形式です（記憶が正しければ。間違っていたらすみません！）。



図 2. 年次ミーティングロゴ入りネームホルダー（筆者の字があまりにも汚いため、記入箇所は隠してある）

初級者向けワークショップでは、ACT を体験的に学ぶことが目的とされており、終了後にも自身に対して ACT を実践できるような仕掛けも織り込まれていたようです（さすがの配慮）。中級・上級者向けワークショップは、反転授業形式が採用され【（それっぽいのがなかったわけではないけど、一応）初】、CBS の研究や実践の今後の方向性を示した論文（Hayes et al., 2021）の解説動画（約 2 時間）を視聴してから当日に臨みました。研究や実践にとって重要な論文の解説を動画で繰り返し勉強できるなんて、とてもお得でしたね。当日も参加者同士でディスカッションをしながら、研究や実践の方向性について思いを巡らすことができました。このように、参加者の習熟度（自称）に応じたプログラムが並行実施されるようになったという事実から、CBS や ACT の広がりを感じられるスタートでした。

午後からの教育講演①は“うまくデータを取るための理想の原理—ベテラン研究者から現場の実践家まで—（土屋政雄先生 [株式会社アドバンテッジリスクマネジメント]）”でした。そもそもエビデンスとは何かということから、シングルケースデザインの基礎、報告ガイドライン、ACT プロセス研究の課題と対応、R での

データの扱い方まで、広範な内容を幅広い対象者に向けてわかりやすく解説されていました。研究者と実践家が押さえておくべき視点、日々の臨床でも使えそうなツールの紹介もあり、今後のデータの取り方／扱い方について、多くの人が「自分の実践では何ができるか」を考える機会になったものと思います（裏？ 真？ の take home message は「みんな、R 使おう」だったと信じています）。

その後の大会企画シンポジウムは“データと語ろう CBS の実践と研究：現場での実践研究の最前線（＜話題提供者＞酒井美枝先生 [名古屋市立大学]、刎田文記先生 [株式会社スタートライン]、大月 友先生、＜指定討論者＞三田村仰先生 [立命館大学]）”でした。各話題提供者からは、医療・福祉・産業・教育の各領域での実践／研究においてどのようにデータを収集し、活用しているのかが紹介されました。そして、指定討論では、「データ収集の大変さや失敗談」と、「それでもデータを取るやりがいや動機づけ」に関する問いが投げかけられました。それぞれの苦労や工夫を知ることができ、聴衆の先生方もデータを日々取ることについて勇気づけられたのではないかと思います（まずは自分のデータを取りませんか？ 摂取カロリーとか活動量とか心拍とか！ ちなみに筆者の安静時平均心拍は 45bpm ですが、どう見ても徐脈です。本当にありがとうございました）。

初日最後のプログラムはポスター発表でした。9 件の発表があり、それぞれが時間いっぱい（どころか、時間過ぎても）ディスカッションを楽しんでしました。蛍の光が流れ始めても誰も帰ろうとしないポスター発表はさすがに【初】でした。少なくとも 30 分は時間オーバーしていたと思います。警備員さんに追い出されなくてよかったですね。対面での年次ミーティングを多くの人が待ち望んでいたことを痛感する光景でした（来年も対面でできるといいなあ）。

2 日目は、総会後の谷 晋二先生 (立命館大学) による教育講演②“行動分析学、関係フレーム理

論, ACT, そして PBT—進化学と CBS の再開—”でスタートしました。タイトルにもあるように、進化学的な視点を導入しつつ、行動分析学、関係フレーム理論、ACT の全体像がわかりやすく整理された形で説明されました。今後の研究の方向性や課題を示しながら、進化学のアイディアを援用したモデル (Extended Evolutionary Meta Model) が紹介され、ユニークな個人に最適な支援とは何かという問いに答えるひとつの道筋として、Process-based therapy の枠組みについて触れられました。CBS が辿ってきた歴史とその行く末について考える機会となると同時に、今後の臨床／研究における道具立てのひとつである進化学についてさらに勉強したくなる、そんな教育講演でした。

第 2 のプログラムは自主企画シンポジウム“質的心理学と文脈的行動科学 (<話題提供者> 瀬平劉アントン先生 [九州大学], 火ノ口史野先生 [九州大学], 本田陽彦先生 [九州大学], <指定討論> 久留宮由貴江先生 [The Chicago School of Professional Psychology]) ”でした。これまで ACT Japan ではあまり語られることのなかった質的心理学との関連で、話題提供がなされました。というわけで、これも【初】ですね。科学哲学の話から質的心理学と ACT の研究がどのように接続可能かといった話まで、幅広いテーマが扱われており、新しい研究の方向性を感じることができた時間でした。これまで関わりの薄かった領域とのコラボによって、どのような展開が見られるのか、どのように関与していけるのかを考えると、とてもワクワクしますね。

午後は ACT Japan 【初】の口頭発表と、事例検討がありました (なお、オンライン参加が可能だったのは、口頭発表まででした)。保護者の心理的柔軟性向上支援に関する研究 (小笹大道先生 [学校法人立命館/立命館大学大学院]), 障がいのある子どものきょうだい支援に関する研究 (佐野ちひろ先生 [立命館大学大学院]), リカバリー場面での ACT に関する研究 (杉浦久美子先生 [(独) 国立病院機構 久里浜医療センター])

の発表がなされ、ACT 研究の幅広さを感じられました。今後の進展が楽しみです。また今後も口頭発表の機会や発表者が増えてくれることを期待したいですね。

そして最後は高橋まどか先生 (久喜すずのき病院) による事例発表でした。ACT による長期的な支援をまとめた発表で、クライアントの状況に合わせて柔軟に支援を組み立てる様子が多くの人に伝わったのではないかと思います。当該事例発表のポイントは支援方略を選択する際のアセスメントであり、臨床家の“肌感覚”だけに頼らない意思決定をどうするか、というものでした。当該事例では質問紙／行動データを経時的に収集していたものでしたが、その活かし方がコメンテーターである瀬口篤史先生 (西知多こころのクリニック) の話題の焦点となりました。瀬口先生はデータを「夜な夜な」整理してグラフ化し、“肌感覚”に基づく介入の選択と指標の変化の一致を示しており、フロアから自然と拍手が沸き起こるコメントでした。臨床でも、やはり頼りになるのはデータであることを再確認できる、データで語った事例発表だったのではないのでしょうか。

というわけで、2 日間のプログラムを簡単に紹介してきました。年次ミーティング全体を通して、データを取る、そしてそれを可視化すること自体に強化されている変態先生方がかなり多いことが改めて浮き彫りになりました (もちろん筆者も人のこと言えません)。さすがは文脈的行動科学者の集まりですね……。今回は「データを取る」「データで語る」ことを改めて見直した年次ミーティングでしたが、今後は「そのデータをより上手く使う」ことも含めて、全体でのさらなるレベルアップを目指していきたいと思う、非常に勉強になる機会でした。濃密な 2 日間でしたね。

さてここまですてきた【初】をカウントしてみると……, なんと 8 個もありました! 細かいことを含めるともっとあるかもしれませんが、新しい試みやイベントが盛りだくさんの年

次ミーティングだったようです（それが多いと言えるのかはわからない，とかのツッコミはなしでお願いします！）。久々の対面を含むハイブリッド形式の年次ミーティングでしたので，企画運営は例年以上に大変だったのではないかと思います。そんな中で，たくさんの【初】を準備して，勉強／交流の場を整えてくださった開催責任者の大月先生，事務局長の井上先生をはじめ，準備委員の岩澤直子先生，小口真奈先生，姜来娜先生（全員：早稲田大学大学院），当日スタッフの皆さまに，一参加者として感謝申し上げます。もちろん，講演やワークショップを準備してくださった先生方，話題を提供してくださった発表者の先生方，参加者の皆さまあってこそその年次ミーティングでした。ありがとうございました！ また次の機会にお会いできること，お話できることがもう今から楽しみです，夜しか

眠れません！

改めて振り返ってみても，非常に楽しくて，充実した２日間でしたね。来年度の年次ミーティングでも，今回と同等か，それ以上を目指すとなると，企画運営が大変そうですねー。

しかし参加記もデータで語るというのはちょっと無理がありました。やはり事前の準備が必要でした（引き継ぎ事項）。

## 引用文献

Hayes et al. (2021). Report of the ACBS Task Force on the strategies and tactics of contextual behavioral science research. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 20, 172-183.  
<https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2021.03.007>

## <開催記>

# 第5回 行動ウェルネス研究会 開催記

## —精神保健福祉分野における応用行動分析学の展開—

川上英輔  
(赤穂仁泉病院)

### 1. 行動ウェルネス研究会

行動ウェルネス研究会は、2018 年に精神保健福祉分野の専門家を中心に、「完成度の高いサービス(well-established service)に向けた研究と実践成果の発信を目的に立ち上げました(仁藤他, 2021)。当研究会は、あらかじめ作成された介入パッケージではなく、クライアント一人ひとりに合った介入を行うために必要な視点は何か、どのような行動を測定するのか、介入の効果検証の方法は何か、実践の成果を投稿するためにはどうすればよいかなどについて、「臨床現場の研究者」を目指す実践家の方々が各発表を通して学べる研究会です。2019 年以降、①精神科臨床領域における事例検討、②論文投稿のための事前検討の 2 本柱で活動を行っており、精神保健福祉分野の実践家による事例発表を、シングルケースデザイン(single-case design; SCD)を用いた論文として公表し、実践現場からのエビデンスの積み上げを目指して活動しております。2021 年には、展望論文「精神科臨床における応用行動分析学の実践と研究」(仁藤他, 2021)で精神科臨床領域においても行動分析学の方法を用いた実践を増やすための課題についてまとめました。続けて、2022 年には、行動分析学研究の特集：精神科臨床領域における応用行動分析学の展開(仁藤他, 2022)で、5 編の論文を報告しました。様々な変数の影響を受ける実践現場では、RCT によるエビデンスをそのまま用いることが難しいため、SCD に基づく実践現場からのエ

ビデンスを含めた研究と実践の好循環を作り出すことが求められます(仁藤他, 2022)。しかし、我が国の精神科臨床においては、応用行動分析学による実践は少なく、今後も SCD を用いた実験研究と実践研究の積み上げが必要となっております。

さて、前回、第 4 回研究会については、ニューズレター No.97 でご案内させていただきましたが、COVID-19 の影響を受けて中止となり、翌年、2021 年 2 月 12 日(土)にオンラインで開催しました。津田真知佳先生(京都府立舞鶴こども療育センター)、嶋山東志子先生(赤穂仁泉病院)に精神科臨床実践を、仁藤二郎先生(REON カウンセリング・ウェルネス高井クリニック)には、展望論文についてご発表いただきました。

ゲストには、米山直樹先生(関西学院大学)をお招きし、各事例に対しては山本淳一先生(東京都立大学)と奥田健次先生(西軽井沢学園)からコメントをいただき、ご参加の皆様からも活発なご意見をいただきました。

### 2. 行動ウェルネス研究会第 5 回大会 (2023 年 3 月 18 日東京)

今回、第 5 回は、東京の会場でオンサイトとオンラインのハイブリットで開催することができ、久しぶりに直接皆様とお会いできました。ゲストに井上雅彦先生(鳥取大学)をお招きして、まずは、奥田先生、井上先生、山本先生のスリーショットを！そして、後ほど奥田先生からは 3

人で書かれた論文のエピソードもお話しいただけました(奥田・井上・山本, 1999)。お三方は、山本先生編集の「ことばと行動」(浅野・山本, 2001)も執筆されていますが“ことば”のやり取りが多い精神保健福祉分野では重要な課題であります。

さて、井上先生から「今日は、こんなに研究会に沢山の方が参加されているとは思わず、ナマ奥田先生、ナマ山本先生、ナマ原井先生までご参加とは！」と表現していただいたように、豪華な顔ぶれの現地参加者とオンライン参加者合わせて 100 名以上の方にご参加いただきました。オンラインも便利ではありますが、やはりオンラインの研究会ならではの機能がございます。研究会は「オンラインなので微妙な“ことば”のニュアンス、ユーモアが伝わりやすくなる。現場の中で気持ちを込めていく感覚を、オンラインで味わっていただけると良いです！」(山本先生)ということでスタートしました。

以下、研究会の中で私に刺さった言葉から第 5 回研究会を辿っていきたいと思います。

### 3. 仁藤二郎先生：「精神科臨床領域における応用行動分析学の展開」

標記のテーマで、研究会の設立経緯や、若手や初学者に向けて臨床で皆さんが悩んでいる核心について、データを示しながらの実践と研究の流れを示していただきました。

「完成度の高い実践の割合を増やす。つまり、実践家一人ひとりの質を高める」

→ 展望論文や特集号に詳しくありますが、まさに当研究会の目的です。

「患者さんが治したいと言って病院に来られるが、必ずしもセラピスト側が考えている『治せる条件』とは異なり、実際に患者さんが動けるわけではないため、その違いについても一つ一つ丁寧にアセスメントする」

→ 支援者 1 年目の喩えとして挙げられましたが、ベテランでも現実場面においては同様の課題があります。RCT による成果を提供しようとしても、目の前のクライアントの言葉と実生活との乖離が大きいため、まず詳細なアセスメントが必要という重要な指摘です。気分や症状ではなく、「実際動けるか」という表現通り、そのアセスメントは行動のアセスメントを差しています。

『「改善によるラポール形成」：患者さんが変わって行くことで信頼関係が増していく。恩師の久野能弘先生のご著書(久野, 1993)に書かれていたことの意識になりますが、最初から信頼関係をつくって治療していくのではなく、治療を進める中で信頼関係を築いていく。』

「形にこだわらず、実際、どんな風に実践家として機能できるかということを考えながら質を高めていただければと思う。」

→ 傾聴や自己開示など“ことば”によるラポール形成は重要ですが、実際には治療者と支援者の機能が治療の質に影響を与えます。治療者の機能が問われるところだと思います。

また、仁藤先生からは、グラフを示しながらのご発表をいただきましたが、「データは必要だけれどデータを取ることを優先しすぎて、そこではないという場合がある。無駄なデータを取ることになるし、信頼関係が崩れるし、セルフモニタリング行動が弱化されてしまう」というコメントもいただきました。この点は、今後も研究会の課題のひとつとして検討を継続します。

### 4. 奥田先生：コメント

「SCD がなければ、お話だけになってしまう。シングルケースの方法さえあれば、あらゆる何か事が起こっている時に、一つ一つ確かめることができる。ABA、行動分析学に興味があるというのは良いですけど、SCD を広めたいというのがこの研究会です。」

→ 精神保健福祉分野では、RCT かもしれないがエピソードという両極端な情報がほとんどです。SCD によって、実践家にもクライアントにも、現実的に効果が得られるのか確認しながらサービスを提供する(受ける)ことが可能になります。

「従属変数を見つけ出すところに発明的なものがあります。」「独立変数や測定機器が目立ちますが、従属変数を選び出してこそ、そこに『発明』がある。今、起きている問題行動を減らすのではなくて、どういう行動を獲得するとその人の生活が豊かになるのかということ、そこが発明になる。だから今日もそれを楽しみに来ています。精神科領域においても PBS(positive behavior support)が大事になってくる。PBS は発明みたいなものなんです。実践家が悩んでいるのは、そこで、まさにその『発明』が求められている。」

→ 実践家の力量は従属変数を見つけ出せるかどうかという所になります。そうは言っても、20 年以上臨床経験のある私も、簡単に従属変数を見つけ出すことはできないというのが本音です。

## 5. 井上先生：「医療領域での行動分析学の啓発と展開への一戦略」

井上先生からは、ミニレクチャーをしていただきました。

「行動分析的とは？ 認知行動療法との違いは？」「現場には、誤った理解があって、応用行動分析学では、行動しか対象としない、対症療法にすぎないというのが蔓延している、日常生活もターゲットにするという部分、QOL の改善まで考えて我々は取り組んでいるという点は普段はあまり論文に書かないところ。独立変数と従属変数の対応しか書かないことが多いですけど、それ以外のこともデータを取ってしっかり書いていくことが重要」

→ 応用行動分析学は、行動問題を扱うことが

多いため、その効果よりも誤解が強調されやすい。精神科臨床においても、行動問題を扱うことがほとんどであるが故に、QOL の改善が副次的な指標として扱われることが多い。行動ウェルネス研究会が目指している「クライアントの illness ではなく wellness に焦点を当てる」という点をクローズアップしていただきました。

「SCD できちんとした証明がなされた論文を掲載していくと、システマティックレビューや、メタレビューによって、ベースラインから介入でどれだけ変わったか、その効果量を文献研究から測ることで、この療法、このやり方が有効という研究がされる。」

→ 研究会の活動の積み重ねから、大きなエビデンスが生まれてくる可能性が高いということです。

「日本初というものを増やしていくことが重要！」

→ 日本の行動分析家の力を世界にむけて発信していくことを呼びかけられておりました。人ごとではなく、自分の課題だと目が覚める思いです。

## 6. 本田暉先生（ウェルネス高井クリニック）：事例「気分障害と診断された事例に対する実践（未介入事例）」

本田先生には、事例発表をしていただきました。

「セラピストは、行動と好子の量、分岐点を調整して行く仕事。クライアントに、記録をお願いする意味を確認しながら進めないと形式的になってしまう」

→ アセスメントや標的行動の選定が難しいという感想もいただきましたが、形式的な臨床から、現実的に機能するためのポイントを掘り下げられるのが、この研究会の良さです。

「発表することで、目の前のクライアントに対して役立つ支援を何が必要なのか具体的に学ぶことが出来た。緊張と引き換えに得られることが多すぎた。『役に立つ実践家』を目指したい。」  
→ 原因探しや循環論に陥ってしまわないように、実践家とクライアントにとって、役立つ検討ができる研究会として継続したいと思います。

## 7. 石黒美幸先生(川田クリニック): 事例「摂食障害患者への行動契約による介入」

石黒先生には、事例発表をしていただきました。

「これまで、クライアントの問題を取り除こうと苦勞していた。研究会の取り組みを始めてからは、問題に焦点を当てるのではなく、クライアントが日常生活において、正の強化で維持されるような行動レパトリーを少しずつ入れて行く取り組みを行うようになった。その方が、実践の際のワクワク感が大きい。」「格好をつける必要は無い、至らぬ点を素直に受け止めて改善する姿勢で臨むと得るものが大きい。」

→ 摂食障害への介入は、生存機能にも関わりますので、問題に注目しやすいところがあります。応用行動分析学による支援は、発想の転換になり、相互に希望が持てる関わりが可能となることを、ご発表の中で見いだせました。石黒先生の真摯な臨床とご発表は、多くの実践家に貴重な学びとなりました。

## 8. 山本先生: コメント

「シンプルに何がうまく行ったかいなかったかということしかない。節約的に見つけて行くのがこの研究会なんだ。」「『形式』でなく『機能』、『エピソード』でなく『データ』、その対比的なことができてきたら良い。」「行動分析学、応用行動分析学で他を否定するとか闘うというのではなく、『シングルケースのロジックがヒューマンサービスのロジック』である。」「それができるのは、現場の方々なんです。形式論的では

はなく、自分の現場で実践してみてどうなったかということまで出さないと、SCDがおもちゃになってしまう。」

→ その時点で公表されている最善のエビデンスが、その人にとっての最善とはかぎりません。PDCA のサイクルの中、予測と制御を徹底しながら実践を行うことが精神科臨床領域においても重要です(山本, 2019; 山本, 2021)。

「シングルケースで実践を行う意味というのは、生き物というか、つまり生ものを扱っている、それが蓄積していくということと、それは常に相対的なものなので、相対的なことという認識の上で、システムティックリプリケーションをやっていくということ。」

→ ベースライン、あるいは、介入と次の介入との比較を見極めながらリアルタイムで介入を行うのが実践です。一人の実践家だけでなく、多数の実践家が参加し、本研究会で実践やリプリケーションを積み上げる仕組みづくりを、さらに加速したいと思います。

## 9. 見逃し配信

以上、第5回研究会で、さらに学びが深まったことは、実践と研究は分離できるものではないということです。これまで論文を書く作業の中で、臨床に還元出来るような学びがありました。自分が行った手続きをタクトできる実践は、必ず、次の実践の質を高めます。

ご報告させていただいた他にも先生方やご発表の実践家から沢山の発信をいただきました。学会発表や論文公表には掲載しきれない情報やヒントが、オンサイトの研究会には沢山あります。機会がございましたら、是非、見逃し配信をご視聴ください。

## 10. 日本行動分析学会黎明期から行動ウェルネス研究会まで

ところで、私は、精神科臨床の特集号(仁藤他, 2022)に論文を投稿し、その論文をお読みいただ

いた恩師からねぎらいと励ましのお言葉をいただきました。学部時代の片岡義信先生、大学院時代の藤田継道先生からなのですが、お二人とも、行動分析学会の設立に携わっておられ、2013 年には功労者表彰を受けられました(園山, 2013)。詳しい歴史については、山口薫先生の特別寄稿論文(山口, 1990)をご参照ください。

片岡先生には、しばしば「行動分析学は、実験と応用の二つが車の両輪のような関係で、どちらが欠けても前には進まない」というお話をして頂きました。行動分析学会発足前に佐藤方哉先生を行動分析学会にお誘いしたというエピソードもお聞きしたことがございます。実験分野と応用分野の両者が揃ってこそ行動分析学ということで、片岡先生は、サイエンティストプラクティショナーモデルという言葉が我が国にはない時代から、SCD による実践を積み上げてこられました。先生は「精神薄弱児の行動形成」(片岡, 1974)を執筆されているので、それ以前にすでに日本で応用行動分析学に基づいた実践をされていたことに驚きます。行動ウェルネス研究会の活動は、分野が異なりますが、目指しているところは同じだと思っています。

藤田先生は、国立特殊教育総合研究所で、東正先生と応用行動分析学に基づく実践研究を行われました(東・大友・藤田, 1977)。カンザス大学にも行かれ、エッツェル先生、ルブラン先生のもとでも研究されました。また、藤田先生は、それ以前に九州大学の成瀬悟策先生のもとで、動作法を含め、幅広く精神科臨床についても学ばれました。私もその恩恵で動作法を学ばせていただき、精神科臨床のお話も沢山お聞きすることができました。藤田先生からは臨床家として幅広く実践を身につけ、かつ、そこで起きていることを行動分析学、SCD に基づいて考えるというスタイルを教えていただきました(藤田, 2000)。

片岡先生・藤田先生や行動分析学会を立ち上げられた先生方をはじめ、当時の学会や研究会には、応用行動分析学を広げていこうと熱心な

実践家・研究者が集まっておられたと思います。特別支援教育が義務化されていない時代ですから、その教育水準を目の当たりにして、目の前の児童生徒を何とかしなければという思いが強かったのではと推察されます。成果を発表したと同時に「今、他にもこんな実践研究もしている」と皆が次々と熱く語られ、切磋琢磨していた様子だったと片岡先生からお聞きしたことがございます。近年では、Web 上で当時の論文や研究発表を見つけられますので、それらを拝読させていただきますと当時の熱気が伝わって参ります。論文が残っているからこそ、現代までの臨床技術の発展が一夜にして成らなかったのだということも分かります。特別支援教育については、現在、PBS として、貢献するところが大きくなりましたが、行動分析学会を立ち上げ、若手に多くの学びの機会を与えてくださったパイオニアの先生方の存在があるからこそ今があるのだと思います。

## 11. まとめ：研究を行い、論文を書く

今回、第 5 回行動ウェルネス研究会も、そのような先輩方のような、熱気がございました。研究会でご登壇された先生方や、ご参加いただいた方々からは、目の前のクライアントや、さらに未来のクライアントにできる限りのことを還元していきたいという、真摯な実践家の思いがあります。

これまでの研究会で、ご発表いただいた実践家の方々からは、自分の実践に慢心するのではなく、「独りよがりにならず、どこが良いのか悪いのか?」「なんとか wellness 行動が維持される環境をつくるには?」という強い思いを感じます。しかも熱い思いだけではなく、データとグラフを持参して皆様とクールに議論ができる姿にクオリティーの高さも感じます。

さて、私が特集号の論文を書いた後、藤田先生からは、「大学院修了後もお金と時間と労力を惜しまずに研究することと、論文を書くことのために東京まで出かけて勉強を続けていること

に、大変心強く思いました。」という励ましのお言葉をいただきましたが、これは、行動ウェルネス研究会にご参加いただいた実践家の皆様に送りたい言葉です。

最後に、私のように不完全燃焼な実践家や、経験や情報がないままに手探りで実践を行っている方が多くいるのではないかと思います。研究会のコメントで奥田先生から、「またひよってるやんか」と激励されましたが、本当にひよってる場合ではございません(奥田, 2022)。是非、困難な状況で孤立せず、研究会にご参加いただき、そして、ご自身でも発表や論文投稿を併せて実践の積み重ねができるようにスキルアップしていきましょう。そして、目の前のクライアントと未来のクライアントに向けて、現場レベルのエビデンスを「単一事例研究デザイン」を用いて意義ある実験研究、実践研究の成果として集積し、「完成度の高いサービス(well-established service)」を発信していきましょう。今後も行動ウェルネス研究会は、精神保健福祉分野の支援者・研究者を中心に、応用、実験分野にかかわらず幅広い分野の方々とコラボレーションして、さらにより良い研究と実践を実現したいと願っておりますのでご協力のほどよろしくお願いいたします。ご興味、ご関心をお持ちの行動分析学会会員の皆様方も、是非一度ご参加ください。

それでは、次回の行動ウェルネス研究会お待ちしております。

## 文献

- 東正・大友昇・藤田継道 (1977). オペラント教育の実践例と展望 川島書店
- 藤田継道 (2000). 動作: 行動(観察可能な身体運動)と体験(内的な心理現象) 現代のエスプリ別冊実験動作学 38-51.
- 片岡義信 (1973). 精神薄弱児の行動形成. 玉川大学出版部 (注: 「精神薄弱児」は当時の用語

で現在は「知的障害」)

- 久野能弘 (1993). 行動療法—医行動学講義ノート ミネルヴァ書房
- 仁藤二郎・奥田健次・川上英輔・岡本直人・山本淳一 (2021). 精神科臨床における応用行動分析学の実践と研究 行動分析学研究, 35, 187-205.
- 仁藤二郎・奥田健次・山本淳一 (2022). 特集: 精神科臨床領域における応用行動分析学の展開 巻頭言—特集号の編集にあたって— 行動分析学研究, 37, 2-8.
- 日本行動分析学会(編) 浅野俊夫・山本淳一(責任編集) (2001). ことばと行動—言語の基礎から臨床まで—, ブレーン出版
- 園山繁樹 (2013). 年次総会と功労者表彰のご報告, 日本行動分析学会ニューズレター J-ABA ニュース 2013 年夏号 No.71, 4-5.
- 奥田健次 (2022). 子育てのほんとうの原理原則 「もうムリ、助けて、お手上げ」をプリンスブルで解決 TAC 出版
- 奥田健次・井上雅彦・山本淳一 (1999). 発達障害児における文章理解の指導: 情緒状態の「原因」を推論する行動の獲得 行動療法研究, 7-22.
- 山口薫 (1990). スキナーと日本の応用行動分析の発展 行動分析学研究, 5, 125-128.
- 山本淳一 (2021). 徹底的行動主義と応用行動分析学—ヒューマンサービスの科学・技術共通のプラットフォーム— 行動分析学研究, 35, 128-143.
- 山本淳一 (2019). 応用行動分析学における計測と制御, 計測と制御, 58, 409-414.

行動ウェルネス研究会 ホームページ  
<https://sites.google.com/view/behaviorwellness> (2023 年 4 月 15 日現在)

<実践報告>

## 精神科外来におけるクライアントの行動の直接観察と測定

瀬口 篤史

(西知多こころのクリニック)

### 【精神科外来における行動の直接観察】

私は学生の頃に、Journal of Applied Behavior Analysis (JABA) Vol.32 に掲載された事例研究である“A case study of behavioral assessment and treatment of insect phobia”（昆虫恐怖に対する行動アセスメントと介入に関する事例研究）

(Jones & Friman, 1999) を読み、そこに掲載された折れ線グラフを穴が開くほど凝視した。この研究では、昆虫恐怖があり、授業の課題に取り組むことが困難となっていた 14 歳の男児のクライアントに対して、介入として昆虫に対する段階的エクスポージャーが行われている。特徴的なのは、そこで用いられた指標である。当時、精神科臨床において恐怖症にエクスポージャーを行う際には、クライアントのレスポナント反応に焦点化し、不安や恐怖に関する質問紙や SUDS（自覚的障害単位）など、クライアントの主観的な自己報告を従属変数に設定した研究がほとんどであった。しかし、Jones らは、クライアントのオペラント行動に焦点化し、「部屋に昆虫（コオロギ）がいる状況下でのクライアントの算数の問題に対する正答数」を行動指標として従属変数に設定した。そして、実際にコオロギを用意し、クライアントの行動を直接観察して測定したのである。恐怖症という精神科領域の問題でありながら、クライアントの生活上の困難に応じた行動指標を柔軟に設定し、直接観察を通して客観的かつ正確な測定を行った Jones らの実践に、当時の私は目を奪われた。

近年、精神科臨床において行動測定を行うことの必要性や有用性が強調されている (Hayes et al., 2021; 仁藤・奥田・川上・岡本・山本, 2021)。

精神科の外来場面で行動測定行った近年の実践研究では、例えば GPS 機能のある地図アプリや SNS を活用した測定 (仁藤・奥田, 2022)、買い物時のレシートといった行動の産物を用いた測定 (瀬口, 2020)、記録表などによる自己記録による測定 (川上, 2022; 岡本, 2022)、そして、セッション場面での直接観察による測定 (仁藤・奥田, 2013) といった測定方法が用いられている。

セッション場面での直接観察による行動測定は、測定対象とする行動が限られるものの、他の測定方法にはないメリットがある。例えば、直接観察による測定は、クライアントの自己記録による測定に比べて客観的で正確な測定を実現しやすい。また、直接観察の場合はセラピストが測定条件を設定できるため、職場といった日常場面でクライアント自身が測定を行う場合に比べて測定方法の自由度が高い。また、クライアントから口頭では報告されていなかった問題行動が、直接観察を行うことで初めて特定される場合がある。さらに、クライアントの標的行動の実行に対する強化や介入方法の修正を即時に行うことができることも直接観察のメリットとして挙げられる。そのため、クライアントの日常場面における問題をセッション場面において再現できるのであれば、直接観察による測定は精神科外来においても有用な測定方法であると考えられる。

以下では、精神科クリニックの外来場面において、クライアントの標的行動をセッション場面にて直接観察を通して測定し、従属変数とした 3 つの実践を挙げる（いずれの事例も文書にてクライアントからの報告の同意を得ている）。

## 【実践例】

## 実践1 めまいにより歩行が困難となっていた男性の事例

**クライアント:**クライアントは40代の男性であり、主訴は「めまいがある」というものであった。主治医の診断はパニック症であった。

**症状・問題:**クライアントは器質的な異常はないにも関わらず、歩行時にめまいやふらつきを感じるがあった。めまいやふらつきを感じると、クライアントは気絶して倒れることを心配して、その場に座り込んだり、家であれば横になったりすることが増え、出勤困難となり休職していた。休職後も家で横になって過ごす時間が長く、週2日ほどのスーパー等への外出においても、外出中にめまいやふらつきを感じると、その場にしばらく座り込んだり、近所であればすぐに家に引き返したりすることがあった。

ベースライン期にて、めまいやふらつきの感覚の生起がクライアントの歩行にどの程度影響を与えるのかを検討するため、クライアントの同意のもと、セッション中の行動測定を開始した。測定では、クライアントにクリニックの駐車場の端に立ってもらい、首振りを左右に10回行ってもらい、そのまま駐車場を歩いて往復にかかる所要時間を計った。その結果、クライアントが往復に要した時間は67秒～127秒であり、往復の途中で複数回しやがみこんでいた。一方、首振りをせずに、正常な状態でクライアントが往復をした際の所要時間は43秒であった。

クライアントは復職を希望しており、そのためにはめまいやふらつきといった身体感覚がクライアントの歩行といった行動に及ぼす影響を軽減させる必要があると考えられた。

**標的行動:**首振り直後に駐車場を歩いて往復する行動。

**従属変数:**首振り直後に駐車場を歩いて往復した際の所要時間。

**測定方法:**クライアントにクリニックの駐車場の端に立って真横まで首を動かす首振りを左右

に10回行ってもらい、その直後に「駐車場の端から端までをできるだけ早く往復するように」と伝え、歩いて往復してもらった。筆者は駐車場内にてクライアントの歩行を直接観察し、ストップウォッチを用いて往復の所要時間を測定した。首振り開始から駐車場往復終了までの過程を1試行とし、セッションごとに3試行を行った。測定時は1試行終わるごとに1分間の休憩を入れ、次の試行を行った。

**介入:**めまいやふらつきを引き起こす内部感覚エクスポージャー。

**結果:**介入を行った結果、クライアントが駐車場を往復するために要した時間は減少した(Fig. 1)。セッション12では、正常時の歩行と同じ43秒で駐車場を往復することができ、途中でしやがみこんだり止まったりすることはなくなった。また、日常場面での行動に関する自己記録によれば、朝や夜のウォーキングでも立ち止まったり座り込んだりすることなく、毎日一定距離を歩くことができるようになったことが確認された。その後、職場に復帰し、復帰して半年後のフォローアップにおいても、仕事を休むことなく続けられていることが報告された。

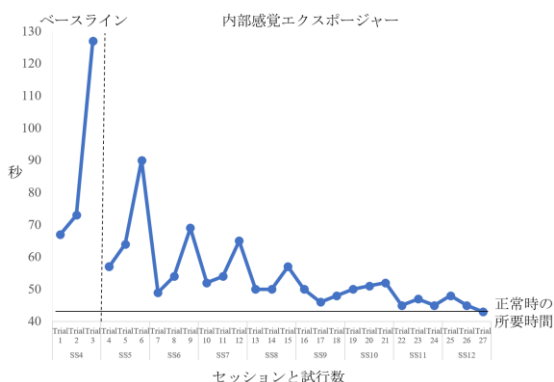


Fig. 1 クライアントが首振り直後に駐車場を歩いて往復した際の所要時間

## 実践 2 確認行為により物を捨てることに時間がかかっていた女性の事例

**クライアント：**クライアントは 30 代の女性で、主訴は「手に何か付いていないか確認しないとゴミが捨てられない」というものであった。主治医の診断は強迫症であった。

**症状・問題：**クライアントは、ゴミをゴミ箱に捨てる際に、誤って手に付着していた大事なもののまで捨ててしまうことが心配で、捨てる前に手や捨てる物を何度も確認していた。クライアントにとって大事なものは、通帳、印鑑、財布、免許証、家の鍵、携帯電話、クレジットカード、保険証といったものであった。また、ゴミを捨てる以外でも、洗濯物を干す前、服を着る前、靴を履く前、外出時の荷物の準備をする前、窓を開ける前、カーテンを開ける前などに手を見たり手を叩いたりして確認を行っていることが報告されていた。

ベースライン期にて、クライアントの同意のもと、セッション場面で実際にクライアントに紙を渡し、面接室のゴミ箱に捨てて面接室を退室してもらうまでの反応潜時を測定した。その結果、クライアントが退室するまでの時間は 45 秒～66 秒であった。その際、クライアントが紙を捨てるまでに行った確認行為は、以下の通りであった。まず左右の掌を 4 回ずつ見て何も付いていないことを確認し、10 回手を叩き、また左右の掌を 4 回ずつ見て、膝で掌を左右 3 回ずつ拭き、左右の掌をさらに 1 回ずつ見てから紙を受け取った。そして紙の上側左右、中央左右、下側左右の計 6 箇所を指差しして確認し、紙を裏返して同様の指差し確認を行い、これを表裏で計 4 回繰り返した。そして紙を丸め、丸めた紙を数秒間凝視し、ゆっくりとゴミ箱に捨てた。

**標的行動：**紙を捨てる行動。

**従属変数：**紙を提示されてから捨てて退室するまでの反応潜時（「紙を捨てるまで」ではなく「退室するまで」の潜時を測定したのは、クライアントがゴミ箱に捨てた後もその紙を凝視し続けた場合、機能的には確認行為を続けていること

になると判断したためであった）。

**測定方法：**面接室にて、セラピストはクライアントに「できるだけ早く紙を丸めてゴミ箱に捨てて、部屋を出てください」と伝え、A4 サイズの紙（白紙）を提示した。紙の提示と同時に、セラピストはストップウォッチを使って測定を開始した。クライアントが紙を捨てて部屋を退室した時点で測定を終了した。

**介入：**セッション 7 から 12 までは、財布といった重要なものを面接室に放置したまま院外に出る曝露反応妨害法（exposure and response prevention; ERP）を行った（ERP①）。セッション 13 からは、保険証やクレジットカードなどの重要なものに触れた直後に目を閉じたままティッシュを手で取って捨て続ける ERP を行った（ERP②）。

**結果：**介入の結果、クライアントが紙を提示されてから紙を捨てて面接室を退室するまでの反応潜時は減少した（Fig. 2）。特に、ERP②のフェイズにおいて顕著な減少が見られた。また、日常場面の強迫行為に関する自己記録によれば、セッション 12 で、手を見たり叩いたりせずに自宅の窓を開けられるようになっていたことが報告された。またセッション 17 では、手を見たり叩いたりせずに自宅でゴミを捨てたり、服を着たり、靴を履いたり、カーテンを開けたりできるようになっていることが報告された。

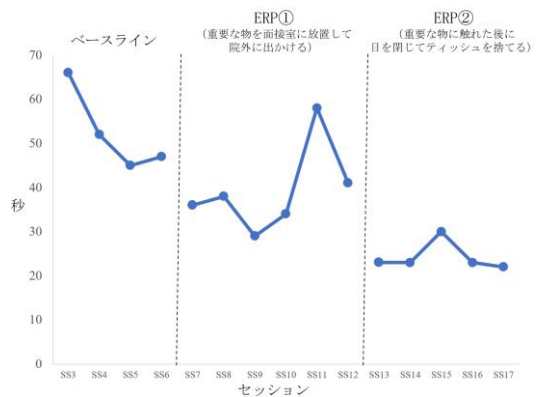


Fig.2 クライアントが紙を提示されてから捨てて退室するまでの反応潜時

### 実践 3 人前での書字が困難となっていた男性の事例

**クライアント:** クライアントは 20 代の男性で、主訴は「手の震えや硬直」であった。主治医による診断は社交不安症であった。

**症状・問題:** クライアントは、人前で書字をする際の緊張や手の震えを理由として、外出先での書字を避けたり、家族や友人に代筆をさせたりすることがあった。また、書字をする際には、手の震えや字の歪みを軽減させることを目的に、ペンを強く握り、猫背になり、腕で紙を上から押さえつけながら、時間をかけて字を書いていた。前職場では、同僚が 1 時間程度で書き終える手書きの書類を、クライアントは 2 時間 30 分ほどかけて書いていた。職場で書字を行うことが困難であったことから、クライアントは仕事を退職し、カウンセリング開始時点では無職となっていた。クライアントは書字に関して、「きれいな字で書かないといけない。震えて字が歪むと、緊張し過ぎている変な人だと思われたり、笑いのものにされたりしないか不安になる」と述べていた。

ベースライン期にて、クライアントの同意のもと、セラピストの前でクライアントに実際に書字を行ってもらったところ、書かれた文字には多少の歪みは見られたものの、いずれの文字も読むことができるものであった。ただし、ベースライン期にクライアントが 10 分間で書いた文字数は 100 文字前後 (79~131 文字) であり、一文字書くのに平均 5 秒~8 秒ほどかかっていた。

クライアントは就労を希望していたものの、「仕事で書字をする機会があるのではないかと、手が震えるのではないかと思うと、今は働けない」と述べ、就労に向けた活動を避けていた。就労後も困難なく仕事を続けられるようになるには、手が震えても人前での書字ができるようになるとともに、仕事に支障をきたさない程度の早さで書字ができる必要があると考えられた。

**標的行動:** 人前での書字行動。

**従属変数:** セッション場面で人前にて 10 分間で書いた文字数。

**介入:** 人前でわざと手を震わせて歪んだ文字を書くエクスポージャー。

**測定方法:** クライアントに、バインダーに挟んだ A4 サイズのルーズリーフとボールペン、薬剤等の説明書を渡した。そして、「説明書の文章をできるだけ早く書き写し、書いた紙は測定終了後に受付スタッフに提出するように」と伝えた。書字を行う場所は、面接室やクリニック受付前の待合スペース等であった。書字を行う状況は、セラピストや受付スタッフ、または他の患者がクライアントの目の前または隣におり、いずれもクライアントが書いた文字が他者から見える状況であった。セラピストは、同じ室内にてスマートフォンのストップウォッチ機能で時間を測定し、10 分経過した時点で書字を終了させた。

**結果:** クライアントが、人前にて 10 分間で書いた文字数 (Fig. 3) は介入期において増加した。クライアントが書いた文字は、いずれも読むことが可能であった。クライアントが書いた文字数から 1 文字書くために要した時間を算出した結果、ベースラインでは、一文字あたり平均 5~8 秒かかっていたが、介入期では平均 2.8 秒に減少したことが示された。

また、自己記録によれば、クライアントが日常場面にて人前で書字を行った頻度も増加した。セッション 13 では、一人で外出に行き、ウェイティングボードに記名することができたことが報告され、「書いてみたら、字が歪んでいても読むことができる文字であったし、店員に自分の名前を呼んでもらえた。むしろ、他の客の文字の方が汚かった」と報告された。セッション 13 にて「このくらいの早さで字が書けるなら、仕事をしても支障にならないかもしれない」と述べ、セッション 16 にてパートの仕事に就いたことが報告された。終結して 6 か月後のフォローアップにおいても、同じ職場で勤務が継続されていることが報告され、「前職の

時より書字の不安を感じることは少ない。書字する機会は多少あるが、問題無く書くことができて」と報告された。

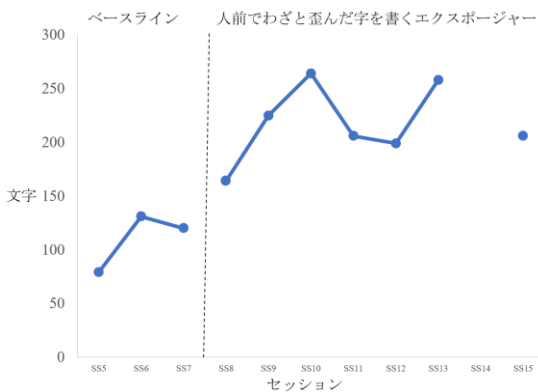


Fig. 3 クライアントが人前で 10 分間で書いた文字数

### 【おわりに】

本稿では、精神科外来のセッション場面でクライアントの行動を直接観察して測定した実践例について挙げた。実際に直接観察を通した測定を行うことで、私が特にメリットとして感じた点の 1 つは、測定条件の自由度の高さである。クライアントの日常場面での行動をクライアント自身に測定してもらう場合、測定そのものが正確に実行されやすくなるように、測定しやすい対象を、簡便かつ目立たない方法で測定するよう依頼するが多い。スマートフォンのアプリといったデバイス機器を活用した測定はその例であり、日常場面の行動に対する正確かつ生態学的妥当性の高い測定を行うために役立つツールである。しかし、測定の対象や測定する行動の次元が、デバイス機器やアプリに内蔵されたものに限られるという難点も挙げられる。一方、直接観察による測定は、測定条件や測定方法をクライアントの問題に応じて、比較的自由にセッティングすることができる。そのため、クライアントの抱える困難やニーズに応じた、より妥当性の高い測定を実現しやすい。例えば、

実践 3 において、当初クライアントは「手が震えるため字が書けない」と述べていた。しかし、セッション場面におけるクライアントの書字行動を直接観察して測定したことで、実際には書字は可能であること、書かれた字は十分読むことができるものであること、ただし書字にやや時間がかかること、それが手の震えを抑え込もうとすることによるものであることが明確となった。直接観察を通して得られたこのような情報は、測定すべき行動の次元が、頻度だけではなく、文字数（あるいは速度）であるといった臨床判断をもたらすこととなった。

ただし、精神科外来で直接観察を行うためには、クライアントの困難な場面をセッション場面に再現する必要がある。私はクリニックの面接室や待合スペース、受付カウンターやスタッフといった院内の資源だけでなく、近隣のコンビニ、店員、ドラッグストア、駅、道路、駐車場、電車、飲食店といった院外の資源も活用して直接観察や介入を行うことがあるが、それらの資源を活用してもクライアントの困難な場面を再現できない場合もある。このような場合には、デバイス機器や自己記録など、日常場面での行動を正確に測定できるツールを使うことが望ましいだろう。また、直接観察の場合には、セラピストが観察しているという観察者効果が影響することもある。「セラピストが近くにいれば、日常でできないことも実行できる」という結果は、日常と条件が異なるため測定方法は再検討する必要があるかもしれない。しかし、このようなセッション場面と日常場面で異なる結果が生じることは、機能的アセスメントとして重要な情報でもあるだろう。

精神科外来でクライアントの標的行動を直接観察して測定した実践研究は少ない。本稿が、直接観察による測定を含め、精神科外来における行動測定の有用性やアイデアに関する議論の呼び水になれば幸いである。

【引用文献】

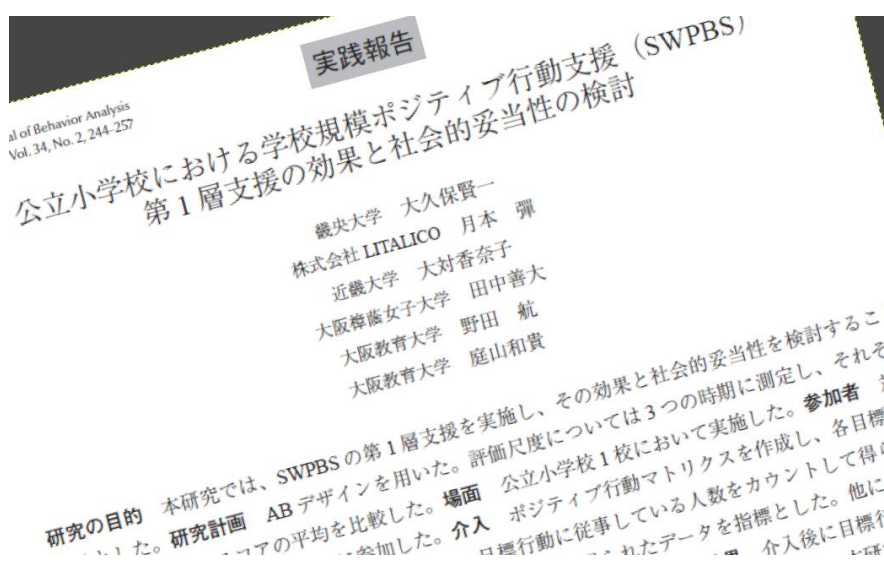
- Hayes, S. C., Merwin, R. M., McHugh, L., Sandoz, E. K., A-Tjak, J. G. L., Ruiz, F. J., Barnes-Holmes, D., Bricker, J. B., Ciarrochi, J., Dixon, M. R., Fung, K. P., Gloster, A. T., Gohbin, R. L., Gould, E. R., Hofmann, S. G., Kasujja, R., Karekla, M., Luciano, C., & McCracken, L. M. (2021) Report of the ACBS Task Force on the strategies and tactics of contextual behavioral science research. *Journal of Contextual Behavioral Science*, **20**, 172-183.
- Jones, K. M., & Friman, P. C. (1999) A case study of behavioral assessment and treatment of insect phobia. *Journal of applied behavior analysis*, **32**, 95-98.
- 川上英輔 (2022) 統合失調症をもつ人に対するセルフモニタリングによる再入院予防支援の効果 行動分析学研究, **37**, 48-59.
- 仁藤二郎・奥田健次 (2013) 嘔吐不安を訴えるひきこもり男性の食事行動への介入—エクスポージャーにおける行動アセスメントと介入の評価— 行動分析学研究, **27**, 80-91.
- 仁藤二郎・奥田健次 (2022) 幻聴を訴えてひきこもっていた統合失調症者に対するエクスポージャーを伴う外出訓練: GPS による自動測定とリアルタイムモニタリングによる評価 行動分析学研究, **37**, 9-19.
- 仁藤二郎・奥田健次・川上英輔・岡本直人・山本淳一 (2021) 精神科臨床における応用行動分析学の実践と研究 行動分析学研究, **35**, 187-205.
- 岡本直人 (2022) 確認行為がある強迫性障害患者に対するエクスポージャーと儀式妨害: 行動指標を用いた技法の検討 行動分析学研究, **37**, 30-38.
- 瀬口篤史 (2020) 加害恐怖を示す高齢女性に曝露反応妨害法を行った単一事例研究—買い物行動に対する介入と効果の検討— 行動分析学研究 **35**, 52-60.

＜掲載報告＞

ポジティブ行動支援の国際誌（International Journal of Positive Behavioural Support）に機関誌『行動分析学研究』掲載論文が転載されました

山岸 直基

（機関誌『行動分析学研究』編集委員長）



機関誌『行動分析学研究』に掲載された以下の論文が、本学会理事会承認に基づき、国際誌に翻訳転載されることになりました。本機関誌掲載論文が国際誌に翻訳転載されたのは、本学会史上初の画期的な出来事です。これに続いて今後も本学会の機関誌掲載論文が世界に発信されることを期待するとともに、今回ご尽力いただいた方々に感謝申し上げます。

転載元論文

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.  
[https://doi.org/10.24456/jjba.34.2\\_244](https://doi.org/10.24456/jjba.34.2_244)

転載先論文

Ohkubo, K., Tsukimoto, H., Otsui, K., Tanaka, Y., Noda, W., & Niwayama, K. (2022). Effectiveness and social validity of Tier 1 intervention with school-wide positive behavioural support in a public elementary school in Japan. *International Journal of Positive Behavioural Support*, 12, 4-18.  
<https://www.ingentaconnect.com/content/bild/ijpbs/2022/00000012/00000002/art00004>

## 著者からのコメント

この度、私たちが執筆し『行動分析学研究』第34巻に掲載された「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」という論文がInternational Journal of Positive Behavioural Support (ISPBS)の第12巻に英訳転載されました。この研究では公立小学校において全校児童を対象とした学校規模ポジティブ行動支援（School-Wide Positive Behavior Support : SWPBS）の第1層支援を実施し、効果を検証しました。今ではSWPBSの実践例は国内においても少しずつ報告されだしていますが、この研究を実施した当時は国内における前例がほぼないという状況でのチャレンジングな取り組みでした。

今回、英文で出版されることで海外の研究者や実践家にも日本の取り組みについて知っていただける機会が生まれました。特にアジア諸国においてはSWPBSの研究成果がまだほとんど報告されていないので、この論文がその皮切りになればと願っています。

最後になりますが、英訳作業に関わってくださった方々、山岸編集委員長をはじめ転載の承認手続きに関わってくださった方々にこの場をお借りして御礼申し上げます。

大久保 賢一

日本行動分析学会に承認いただき、この度論文の英訳転載が叶ったことを感謝いたします。論文の英訳については、IJPBSのエディターをされているブリティッシュコロンビア大学のJoseph Lucyshyn先生およびそのお弟子さんの日本人の方々に多大なるサポートをいただきました。苦勞した点としては、日本の教育では当

り前の、「学校の教室に入る際に靴箱で靴を上履きに履き替える」ことや、給食当番、掃除当番などが日本では教育活動の一環として行われているという点を誤解なく理解いただけるように、丁寧に注釈で説明を追加する必要があったところです。また、この英訳転載論文と抱き合わせで、”Introduction and development of school-wide positive behavioural support in Japan”というタイトルの論文も同誌に掲載され、日本におけるSWPBS導入と発展についても紹介する機会をいただきました。

アメリカではすでに25,000校以上で取り組まれているSWPBSですが、私たちが本格的に導入を始めたのは2017年で、現在では400校ほどになっています。これまでにアメリカを中心に蓄積されてきた知見に基づきながらも、日本独自の制度や文化に適應させ、かつその上で成果を上げていくことに日々チームで奮闘しています。SWPBSは実践パッケージではなくフレームワークですので、環境に合わせて機能させることが可能です。だからこそ、日本において得られた結果も世界に貢献できる知見となることが期待され、今回のように海外に向けて発信していくことの重要性を改めて感じています。11月にはアジアパシフィック地域のPBS国際大会を日本で開催する予定もあります。今後とも、日本の行動分析学を日本国内だけでなく世界にも発信していけるよう尽力してまいりたいと思います。この度は、このような英訳転載という機会をいただけたこと、また山岸先生ならびに日本行動分析学会にご支援いただけたことを心より感謝いたします。

大対香奈子

## 著者ら近影

上段左から大久保、月本、大対（中央）

下段左から田中、野田、庭山



## 編集後記

対面での学会・研究会が戻ってきました！  
今回も参加記や開催記を続々とお寄せいただいております。また、研究や実践のご紹介もあり、今回もとても盛沢山でしたね！次号もお楽しみに！

資料としての価値が回を重ねるごとに高まっていくニューズレターのこの頃です。これ  
もご寄稿いただく会員の皆様のおかげです。

現在の編集メンバーで活動する期間も残り  
わずかとなりました。最後まで皆様に楽しんで  
いただけるように励みたいと思います。

引き続き、皆さんの熱い！活動報告お待ちしております。

(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公開します。
- 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