

資料 2

表情識別訓練マニュアル

目 次

訓練の実施にあたって	1
予備セッション	2
写真課題を用いた訓練	3
セッション1	6
セッション2	8
セッション3：『幸福』の表情識別訓練	11
セッション4：『悲しみ』の表情識別訓練	19
セッション5：『怒り』の表情識別訓練	27
セッション6：『嫌悪』の表情識別訓練	35
セッション7	42
ビデオ課題を用いた訓練	44
訓練を終えるにあたって	46
訓練期間に余裕のある場合	46
付録（訓練修了証サンプル）	53

訓練の実施にあたって

1. 訓練の実施にあたって留意すること

訓練の実施にあたっては、事前に必ずF & T感情識別検査及び視知覚の発達に関する検査を行うこととする。視知覚の発達には表情という「図形」から情報を読みとるのに重要な役割を果たす。このため、もし視知覚の発達に困難が著しいようであれば、訓練は被訓練者にとって負荷が大きく、得るものが少ないという結果になる可能性もある。

F & T感情識別検査及び視知覚の発達に関する検査については、それぞれの検査手続きに従うこと。

訓練の成果をあげるためには、訓練者は被訓練者との間に、親和的な関係を築いておくことが望ましい。訓練は訓練者が「してあげるもの」というよりは、ゴールを目指して被訓練者と共同で行う作業である。訓練者と被訓練者の関係が親和的であるほど、訓練者が「一緒に喜ぶ」ということの報酬価（ご褒美としての価値）が高くなり、それだけ訓練の成果が早く表われやすい。

2. 訓練室のセッティング

机の上には、被訓練者の前に大きめの鏡を一つ（可能ならば訓練者と被訓練者の両方の顔が映る大きさのもの）を用意する。訓練者の前に訓練で用いる表情写真、教示内容とプロンプト内容を記したカード、訓練の記録シート（うまくできたときにシールを貼っていくもの。参考例を資料①に示した）、ご褒美のシール（ただの○シールでかまわない。いろいろな色を用意したり、形の違うシールを用意しておき、被訓練者に気に入ったものを選ばせるのもよい）などを用意する。

訓練中は、被訓練者の注意が散漫にならないように、人の出入りがないようにする。

（ビデオを利用した訓練及び評価時のセッティング）

ビデオの再生機器1台。その正面に机を1つ置き、ビデオに向かう位置に椅子を2つ横に並べておく。ビデオは被訓練者の視線と向かい合う形に置かれることが望ましい。また、被訓練者は32インチの画面に対して1.5m程度離れて座ることが望ましい。

3. 訓練時間

一回の訓練時間の目安は30分程度とする。これ以上長くしても、被訓練者の集中が弱まり訓練効率が低下する可能性がある。訓練は1回の時間を短くして、集中して反復するのがよい（最も望ましいのは毎日行うことだが、困難な場合は、例えば週に2回と決めて、定期的に行うようにする。また最低でも1週間に1度は必ず訓練を行うこと）。

予備セッション

訓練する感情に対する言語ラベリングの確認

このセッションは、例えば、「うれしい」という感情に対して、「うれしい」という言葉が対応しているかを確認するために行なう。F & T感情識別検査検査においてもすでに確認されているが、この段階の話し合いに十分に時間をかけることは重要である。このセッションで、被訓練者の各感情に関する具体的なイメージを得ておくことは、その後の訓練に際し、被訓練者自身に表情を作ってもらったときに役立つ。

訓練者は、

「〇〇さんは、どういうときがうれしいときですか」

「〇〇さんは、どういうときが悲しいときですか」

「〇〇さんは、どういうときが腹が立ったり、怒ったりするときですか」

「〇〇さんは、どういうときが嫌な気持ちになるときですか」

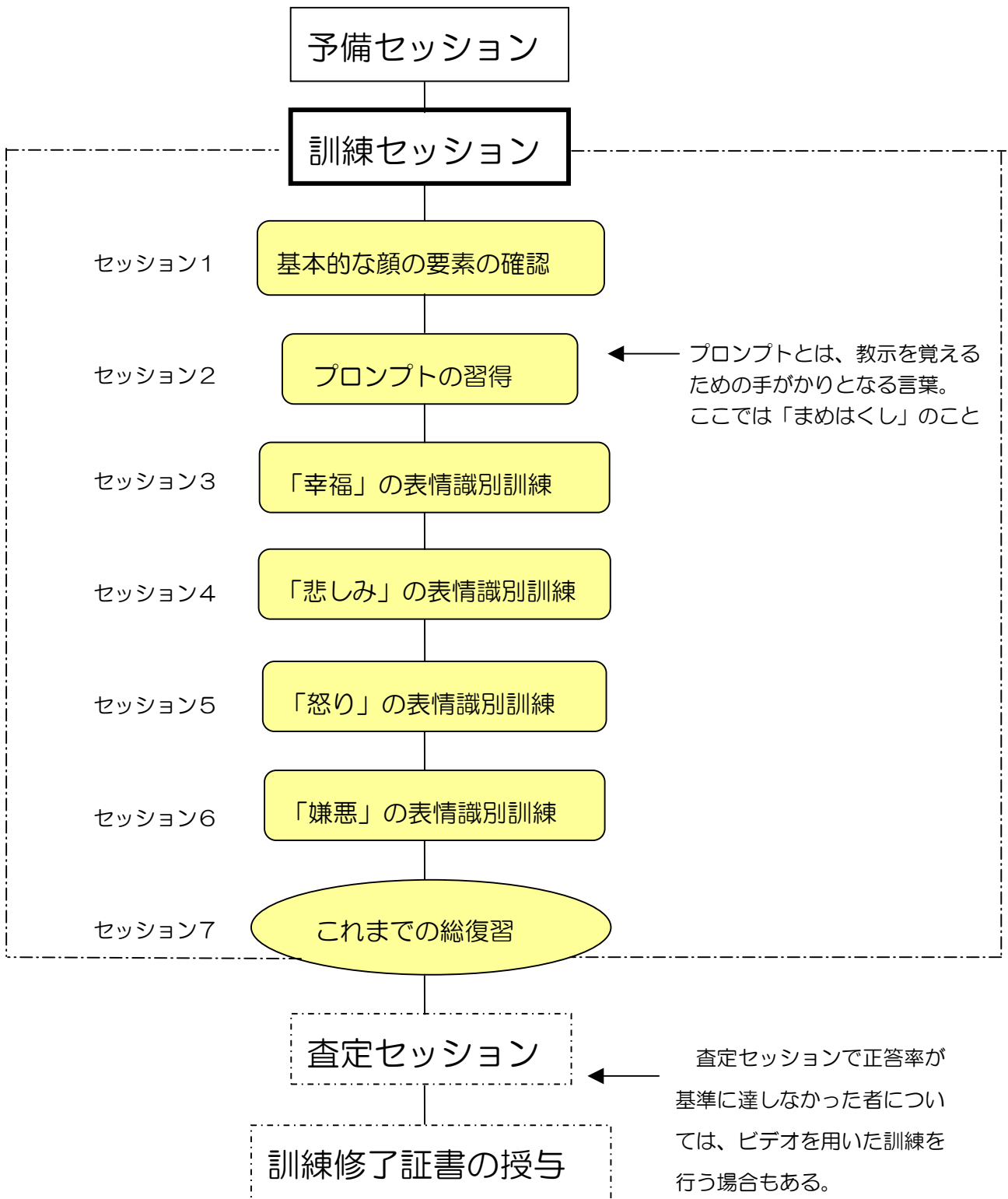
とそれぞれの感情について尋ね、被訓練者から回答を得る。回答は被訓練者の負担にならないように訓練者が記入する。回答は、複数でかつ具体的であることが望ましいが、訓練者は被訓練者の回答を故意に引き出したり、誘導したりすることがないように気をつける。それぞれの感情について回答が得られない場合は、具体的な場面（資料②）を提示して、各場面で感じる気持ちについて述べさせる。

point

「怒り」と「嫌悪」の区別は難しいかもしれない。その場合は、「足を踏まれたときは足を踏んだ人を怒りたいよね。寒い日に朝早く起きるのは嫌だよね、でも誰かを怒ることはないよね」などと話して、理解できるかどうかを確認する。

写真課題を用いた訓練

写真を用いた訓練の流れ



写真課題を用いた訓練

以下の訓練では「シールを与える」と明示していなくとも、被訓練者がよくやったと訓練者が判断する場合は、シールを与えてもかまわない。大切なのは被訓練者が意欲を失うことなく、訓練を続けられるように配慮することである。

セッション1

セッションの目的

このセッションの目的は、①「感情の特徴が表れている」と被訓練者が考える場所が、顔のどの部分であるのかについて把握しておくこと、及び②感情による違いが表われやすい顔の5つの要素、「眉」「目」「鼻」「口」「しわ」を的確に示せるようになることである。

<訓練内容>

訓練室に入り、被訓練者と隣りあって座る。

ここで使用する写真は、大学生を対象とした予備実験で正答率の高かったものである。20代と40代の男女それぞれに4感情の写真があるので、この訓練で使用する写真は全部で16枚である。

(1) まず、幸福の写真を4枚並べ「ここにある写真の人は、みんなとてもうれしい気持ちでいます。うれしい気持ちは、顔のどこに表れているでしょうか、指でさして教えてください。」と尋ねる。

次に、悲しみの写真を4枚並べ「ここにある写真の人は、みんなとても悲しい気持ちでいます。悲しい気持ちは、顔のどこに表れているでしょうか、指でさして教えてください。」と尋ねる。

以下、同様に「怒り」・「嫌悪」についても尋ねる。

訓練者は、被訓練者が指した場所を感情毎に記入する（資料③：記録用顔シート）。ここでは、正解／不正解のフィードバックは行わない。そして、例えば「目」を指したら、「目がどうなっている？」などより詳しく尋ねる。ただし、あまりこの部分に時間をかけすぎないように配慮し、尋ねても回答が得られないようなら、次に進む。

また、回答を無理に得ようとして、回答に関するヒントを与えることにならないように配慮する。

(2) 写真を用いて、基本的な顔の要素の確認をする。このとき用いる写真は、それぞれの感情で最もその特徴を表している表情写真1枚ずつ、計4枚(図1)。写真は1枚ずつ机の上に提示する。



図1 表情写真（例）

「これから言うところを指で示して下さい。」

「眉はどこですか」
「目はどこですか」
「鼻はどこですか」
「口はどこですか」

「しわはどこにありますか」

前の質問の際に、すでに、これらの単語が被訓練者から得られていたら、その部分については省略してよい。

「しわ」に関しては、以下の訓練で必要となる「うれしい」の表情に出る鼻の脇のしわ（鼻唇溝）が指摘されるかどうか注意到意する。できている場合は「そうですね、よくできましたね。」と正答であったことをフィードバックし、記録シートにシールを1枚貼る。

『嫌悪』の表情では、鼻の上部にしわ（横しわ）が認められるため、この部分を指摘する被訓練者もいる。この場合は、「そうですね、ここもしわですね」と認め、改めて「ほかにもしわがありますが、それはどこですか」と尋ねる。

5つの要素全てを指摘できたら、次の写真に進む。4感情の写真全てについて5つの要素全てを誤りなく指摘できたら、次のステップに行く。1つでも誤りがあった場合は、以下の〈顔の各要素を指摘できない場合〉についての訓練を行う。

顔の各要素を指摘できない場合

- 1) 訓練者は「××は、ここですね。」と言って、指摘できなかった要素の名前をいいながら指で写真の該当部分をなぞってみせる（モデリング技法）。
- 2) 被訓練者に「覚えるために、私がやったように3回繰り返しましょう」といい、「××は、ここです」と口に出して言いながら適切な箇所をなぞることを3回繰り返してもらおう。1回できるたびに「よくできました。それは××ですね。」と言葉でほめるとともに正答を繰り返し、シールを1枚貼る。

我々もほめられながら学習した方が、楽しく学習できるし、その進度も早まる。また、少しでも楽しく訓練に参加してもらうということは、学習意欲の向上に関して特に重要である。というのは、被訓練者の中には、失敗経験を重ねることが多かったために自信を無くしている者もいるからである。そのため、ほめることが大切となる。さらに、ほめることで訓練者も楽しくなれる。たとえ正しい答えでなくとも「答えてくれた」ということをほめておくべきである。いずれにせよ、「答える」という行動は、常に強化される（ほめられる）ことが望ましい。なぜならば、訓練者は、それなしには訓練の成果や被訓練者における問題点を知ることはできないからである。

point

あくまでも1回のセッションは20～30分程度とする（予備セッションは除く）。それで終わらない場合は、休憩を入れて次のセッションで続きを行うか、別の日に改めて続きを行なう。訓練が非常に苦痛で、訓練を受けることが嫌になってしまうような事態は避ける。できるだけ高い意欲で、訓練を受け続けてもらうことが大切である。

1回のセッションが10分程度で終わった場合は、さらに次のセッションに進む。

また、訓練の最後は簡単な課題を用意して、「ほめて終わる」ようにすることが望ましい。

最後は「練習したから、よくできるようになったね」と、①成果が上がっていること、そしてそれは、②練習による成果であることをきちんとフィードバックしておくことが大切である。

セッション2

セッションの目的

表情識別でポイントとなる5つの要素を覚える。

記憶の保持と再生を助けるためにプロンプト（手がかり刺激：合い言葉）を利用し、5つの要素の学習を確実にする。

<訓練内容>

プロンプトの内容を書いたカード(教材1：資料④)を被訓練者の前におく。

(1) まずプロンプトである「まめはくし（豆博士）」を覚えてもらう。

「訓練を始める前に、この訓練の合い言葉を覚えましょう。それは『まめはくし（豆博士）』という言葉です。これはとても役に立つのです。これからは「訓練の合い言葉は？」と聞いたら『まめはくし（豆博士）』と答えて下さい。では『まめはくし（豆博士）』をゆっくり3回繰り返して下さい。覚えましたか？ では、合い言葉は何という言葉でしたか？」

「まめはくし（豆博士）」と答えられたら次に進む。答えられなかったら覚えるまで練習する。（被訓練者によっては「豆博士」の意味がわからない場合もあるが、その場合は、「豆博士」という言葉の意味を説明し、合い言葉そのものにも意味があることを理解させる）

(2) 「『まめはくし(豆博士)』には、相手の気持ちを知るために顔のどこをみたらよいかの答えがかくされているのです。この言葉を、覚えておくと相手の顔のどの部分を見ればよいかを忘れてしまったときに、思い出す手がかりとなります。ではクイズです。考えましょう。」

『まめはくし(豆博士)』の「ま」は顔のどの部分でしょうか？

→ **眉**、という答えを期待している
(できた場合は) 「そうですね。『ま』は**眉**のことですね。」 - シールを貼る
(できない場合は) 「この『ま』は**眉毛**のことなのです。」

次に『まめはくし(豆博士)』の「め」は顔のどの部分でしょうか？

→ **目**、という答えを期待している
(できた場合は) 「そうですね。『め』は**目**のことですね。」 - シールを貼る
(できない場合は) 「この『め』は**目**のことなのです。」

次に『まめはくし(豆博士)』の「は」は顔のどの部分でしょうか？

→ **鼻**、という答えを期待している
(できた場合は) 「そうですね。『は』は**鼻**のことですね。」 - シールを貼る
(できない場合は) 「この『は』は**鼻**のことなのです。」

次に『まめはくし(豆博士)』の「く」は顔のどの部分でしょうか？

→ **口**、という答えを期待している
(できた場合は) 「そうですね。『く』は**口**のことですね。」 - シールを貼る
(できない場合は) 「この『く』は**口**のことなのです。」

最後に『まめはくし(豆博士)』の「し」は顔のどの部分でしょうか？

→ **しわ**、という答えを期待している
(できた場合は) 「そうですね。『し』は**しわ**のことです。」 - シールを貼る
(できない場合は) 「この『し』は**しわ**のことなのです。」

(3) 「このカードを見て下さい」といってプロンプトカードを目の前に置き、下半分の答えを他の紙などで隠す。その状態でもう一度

『まめはくし(豆博士)』の「ま」は？
『まめはくし(豆博士)』の「め」は？
『まめはくし(豆博士)』の「は」は？
『まめはくし(豆博士)』の「く」は？
『まめはくし(豆博士)』の「し」は？

と順番に5つの要素が言えるかどうか確認する。

(4) 最後にカードを裏返して「相手の気持ちを知りたいときは顔のどこをみるといいのでしたか？」と尋ねる。「**眉、目、鼻、口、しわ**」が答えられれば終わる。

答えられない場合

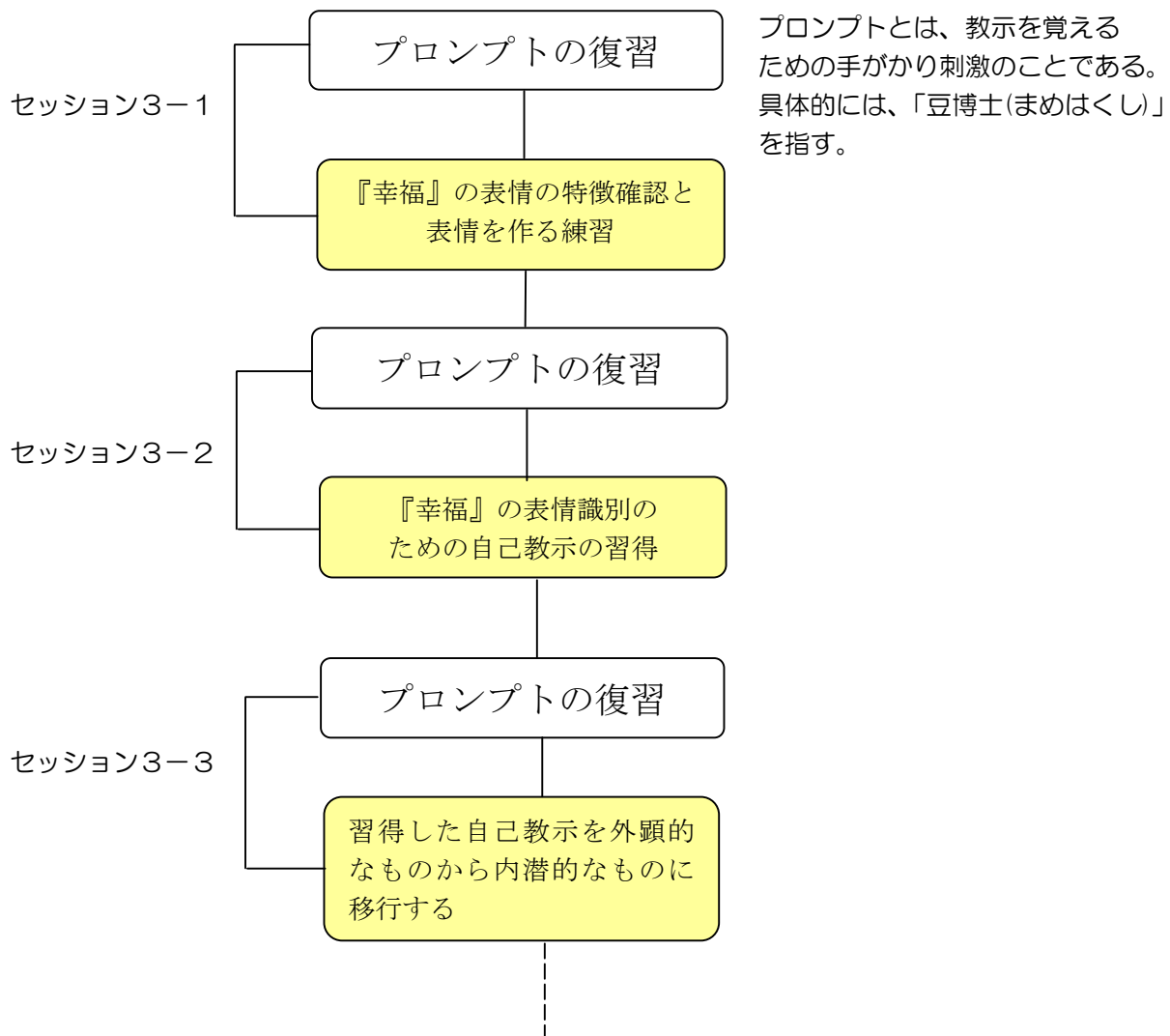
「ヒントは合い言葉ですよ。合い言葉は何でしたか。そうですね『まめはくし(豆博士)』ですね。「ま」は顔のどの部分でしょうか？」と尋ねていく。(必要に応じて(1)にもどり『まめはくし(豆博士)』と「**眉、目、鼻、口、しわ**」の連合を強める)

『幸福』の表情識別訓練

— セッション 3 —

セッション3

『幸福』の表情識別訓練の流れ図



自己教示を内潜在的なものに移行することが難しい場合は、この訓練を終了し、次の感情に移る。また、その場合は、以降の訓練の「セッション4-3の訓練B」「セッション5-3の訓練B」「セッション6-3の訓練B」は行わないこととする。

セッション3-1

セッションの目的

『幸福』の表情に認められる特徴を確認すること。なお、以下、『幸福』『悲しみ』『怒り』『嫌悪』の順番でとりあげる。最初に、『幸福』を取り上げるのは、『幸福』の識別が4感情の中でもっとも容易であることによる。

<訓練内容>

(復習)

「合い言葉は何ですか」と尋ねる。

「相手の気持ちを知るためにはどこを見るとよいでしょう」と聞く。

(「顔」と答えたら「顔のどこでしょう」と聞く)

「眉、目、鼻、口、しわ」と答えることができればよい。

できない場合は「眉、目、鼻、口、しわ」と言いながら訓練者の該当部分を指でさす。「覚えるために3回繰り返しましょう」と言って繰り返させる。

(教材)

うれしさを表現している4枚の表情写真。

(訓練)

写真を4枚とも机の上に提示する。並べる順については問わないが、並べ方は横一列とする。写真を並べ終わったら、以下の説明をする。

- (1) 「ここにある写真の人は、みんなうれしい気持ちでいます。うれしい気持ちは、口と鼻の脇にあるしわに特によく表われます。この写真の口をみましょう。唇の両端が奥に引かれています。写真のその部分を指で指してください。」
- (2) 「あなたもやってみてください。」といって、被訓練者にも鏡をみながらやってもらう。うまくできていたら「そうです。うまいですね」と、できていることをフィードバックし、シールを貼る。できない場合は基本的には、できるまで指導する。このときもほめながら指導することを忘れないように。

point

鏡を見て、自分の表情を確認することは、表情の識別に役立つばかりでなく、表情の表出という意味においても重要である。しかし、自分の顔を鏡で見ることに抵抗を示す被訓練者もいる。このような場合、数回、促しても抵抗を示すようであれば、次の機会にゆずり無理強いはいしないこと。

また、なかなか訓練者と目をあわせることのできない被訓練者もいる。このような場合は、目があわせられなくても、対象となっている口元をしっかりと見ることができればよしとする。

(3) 「次に、鼻の脇に出ているしわをみましょう。しわの大きい人も小さい人もいますが、うれしい表情ではみんなここにしわが出ています。そのしわを指さしてみましょう。」

ここで、被訓練者がしわの場所をわかっているかどうかを確認する。できていたら「そうです。よくできましたね。」と言い、シールを貼る。できない場合は、訓練者が「うれしいときに出るしわはここ」と言いながら写真のしわを指でなぞって示し、「覚えるために私がやったことを3回繰り返して下さい」と言い、被訓練者に繰り返させる。

セッション3-2

セッションの目的

『幸福』の表情を識別するための自己教示を習得すること。

<訓練内容>

(復習)

毎回、訓練の前に、訓練セッション3-1に載せた(復習)を繰り返すこと。

(教材)

うれしさを表現している4枚の表情写真。

(訓練)

写真を4枚とも机の上に提示し、以下のような説明を行なう。

「相手の気持ちを知るためには、顔の中で『眉と目と鼻と口としわ』に注意をするとよいのでしたね。この前は『うれしいとき』の表情がどんな特徴をもっているかを学びました。口が奥で、鼻の脇にしわ、でうれしい気持ちでしたね。練習しましょう。この練習はとてもいいといわれています。どのようにいいかというと、相手の気持ちを知るための方法を、短く、わかりやすい言葉で言っているからです。この言葉を覚えるための練習をしましょう。この言葉を覚えた人は、覚える前よりも相手のうれしい気持ちがわかるようになって、楽しくなったと言っています。頑張って練習すると、〇〇さんも毎日が少し楽しくなると思います。」

point

この説明で大事なことは、被訓練者がこの訓練の意味と目的を正しく理解することである。初期のセッションでは、単純な作業の繰り返しが多いため、被訓練者は「こんな簡単なことはしたくない(馬鹿にされているのではないかと感じる)」とか「退屈だ」と訴えるかもしれない。このような場合は、当該被訓練者が査定セッションで十分な成績が得られていなかったこと、そして訓練によって十分に改善される可能性があることを伝える。『幸福』については、正答率の高い被訓練者も多いが、その場合も他の3感情については混同していることを伝え、得意なところでやり方を覚えて、より複雑な課題に挑戦することが望ましいことを理解させる。

併せて、人の表情を理解することが日常生活や仕事に就く際に重要であることを適宜伝えるようにする。

4枚の写真から1枚を取り出し、

「では、この写真の人から練習を始めましょう」といって、被訓練者のすぐ手前におく。

以下の訓練は、写真1枚ごとに繰り返す。したがって、最小でも4回は繰り返すことになる。

- (1) カード(教示内容を1枚に1つずつ書いたもの：資料⑤を参照)を、被訓練者の前に重ねて置く。
- (2) 最初の教示「どんな気持ちかな」を書いたカードを出して、最初に訓練者が声に出して読む。「今度は〇〇さんの番ですよ」と促して、「どんな気持ちかな」と声に出して言う。
- (3) 次の教示「顔を見よう」を書いたカードを出して、訓練者が声に出して読む。「今度は〇〇さんの番ですよ」と促して、「顔を見よう」と声に出して言う。このとき、「顔を見よう」といったら、その後に顔をきちんと見ているかどうかを確認すること。できていない場合は、言葉に続いてその行動をするように言う。

ここでは、なかなか目をあわせられない被訓練者に対しても、できるだけ、顔を見ることができるよう励ます。

- (4) 次の教示「口が奥で、鼻の脇にしわ」を書いたカードを出して、訓練者が写真をしっかり見ながら声に出して読む。そして、前に出された写真について該当箇所を指で示す。「今度は〇〇さんの番ですよ」と促して、写真をみながら「口が奥で、鼻の脇にしわ」と声に出して言わせる。このとき必ず写真を見ているかどうかをチェックする。見ていない場合は、「写真をしっかりみましょう」と指示する。次に、4枚の写真それぞれについて該当箇所を指で示させる。
- (5) 次の教示「うれしいんだな」を書いたカードを出して、訓練者が声に出して読む。「今度は〇〇さんの番ですよ」と促して、「うれしいんだな」と声に出して言わせる。
- (6) 次の教示「できた、よくやった」を書いたカードを出して訓練者が声に出して読む。「今度は〇〇さんの番ですよ」と促して、「できた、よくやった」と声に出して言わせる。二人で握手をして、記録シートにシールを1枚貼る。

次の写真に代えて、以上の手続きを4回(つまり写真の枚数だけ)繰り返す。

point

台詞については、被訓練者がアレンジすることもあるが、意味があっていればよい。この時、訓練者は被訓練者の台詞を記入し、以後の訓練ではその台詞を用いるようにする。ここで重要なことは、一度台詞を決めたら、その台詞を一貫して使用するように配慮することである。したがって、被訓練者が覚えきれないことが理由で台詞が異なったものとなっているのか、それとも自分なりに「いいやすく」するための工夫をしているのかを見きわめる必要がある。覚えきれないことが理由の場合には、台詞の変更はしない。訓練者は既存の台詞を繰り返し、定着するように努める。これに対し、被訓練者の工夫によるものであると思われる場合には、台詞を変更することを明確に示して、教材の白カードに台詞を記入し、以後は、当該被訓練者用のカードセットとする。

セッション3-3

セッションの目的

『幸福』の表情を識別するための自己教示を外顯的なものから内潜在的なものに移行する。

<訓練内容>

(復習)

毎回訓練の前に、訓練セッション3-1に載せた(復習)を繰り返すこと。

(教材)

うれしさを表現している4枚の表情写真。

(訓練)

以下の手続き(外顯的リハーサルから内潜在的リハーサルへ)を繰り返すことにより、自己教示の記憶が確実となり、記憶の維持と教示内容の般化が促進される。

外顯的リハーサルから内潜在的リハーサルへ：訓練A

- (1) 最初はカード5枚を縦に並べて、被訓練者が教示を見ることができる状態と言えるように訓練する。
- (2) 次にそのままの状態をすべて伏せて、教示内容を自分の力で思い出しながらやる。また、訓練者は、言葉の後に該当行動が行われていることを確認すること。思い出せない場合は、カードを表に返して見てもよい。被訓練者の言語能力が低い場合は訓練者が援助してよい。思い出された教示の文章が多少練習したものと異なっても、内容が適切であればそれでよしとする。
- (3) カードに頼らずに教示が言えるようになってきたら、小さな声で言ってもらおう。「どんな気持ちかな」「顔をよく見よう」と言って、写真を見て(訓練者はきちんと写真を見ているかを確認すること)、次の「口が奥、鼻の脇にしわ」を言って、口としわを指で示し、教示「うれしいんだな」「できた、よくやった」と言って自分でシールを貼る、という練習をする。手続きの途中でつまずいたら援助する。

つぎにもっと小さい声でささやくように言ってもらおう。

さらに心の中で教示を言ってもらおう。心の中で言ってもらう場合には、訓練Bの手続きに従う。

外顯的リハーサルから内潜在的リハーサルへ：訓練B

- (1) 教示カードを裏返して重ねる。1の教示(「どんな気持ちかな」)を心の中で言ったらカードを表に返して確認する。
- (2) 2の教示(「顔をよく見よう」)を心の中で言ったらカードを表に返して確認する。
- (3) 3の教示(口が奥で、鼻の脇にしわ)を心の中で言って、写真の該当箇所を指示したらカードを表に返して確認する。
- (4) 4の教示(「うれしいんだな」)を心の中で言ったらカードを表に返して確認する。
- (5) 5の教示(「できた、よくやった」)を心の中で言ったらカードを表に返して確認する。

以上ができれば内潜リハーサルができているとする。

訓練Bができない場合は、訓練Aの(1)から(3)を3回練習して終わりとする。

