

第4節 表情写真を利用した訓練プログラムの提案

訓練の実施には、多くの時間が必要である。できるだけ訓練効率をあげるためには、まず訓練対象者の現在の表情識別の能力を正確に評価し、訓練を受ける必要のある人や、訓練で効果をあげることできる人を選ぶことが必要となる。ここで提案するプログラムの対象者としては、以下の条件を満たす者が適当と考えられる。

1. 訓練対象者の条件

- (1) 訓練の内容を説明して、参加を希望した者
- (2) 訓練で用いる4つの感情（幸福、悲しみ、怒り、嫌悪）の意味が説明できる者
ただし、嫌悪の説明は難しいので「臭いにおいがしたときにはどんな気持ちがする？」と尋ねて、「嫌だという気持ち」的な答えが得られたら、説明ができたものとみなす。
- (3) ビデオ課題での正答率が65%以下である者
注) もちろんこの正答率は単なる目安であり、参加を希望した者には実施してよい。ただし、対象者によっては、訓練による向上があまり望めない場合もある

訓練の成果をあげるためには、訓練者は訓練対象者との間に、親和的な関係を作っておくことが望ましい。訓練は訓練者が指導して「あげる」ものというよりは、ゴールを目指して行われる共同作業である。したがって、訓練者と被訓練者との関係が親和的であると、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

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。机の上には、被訓練者の前に大きめの手鏡を1つ、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。参考例を表6-13に示した）、ご褒美のシール（ただの○シールでかまわない。もちろん、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（図6-1）。

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。

ビデオ再生機器

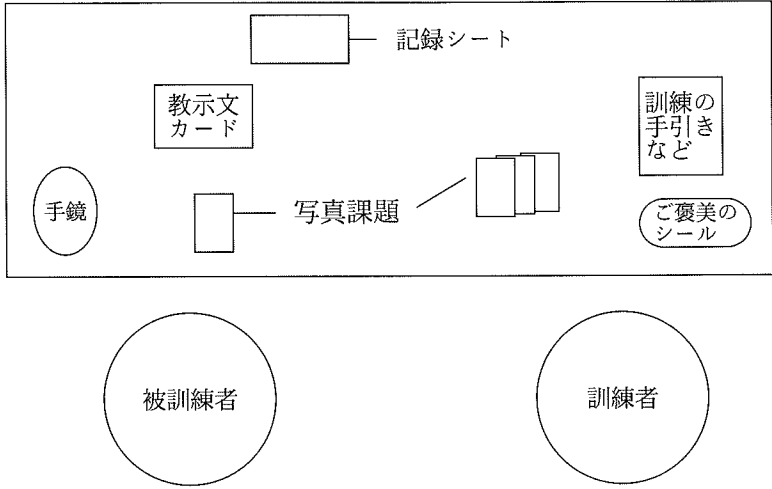


図 6-1 訓練室のセッティング例

表 6-13 訓練記録シート「どのくらいできるようになったでしょう」

							氏名	
年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	
年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	
年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	
年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	年 月	

3. 訓練時間

一回は長くとも20分～30分程度とする。これ以上時間を長くしても、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く、可能であれば毎日行うのが効果的である。

4. 査定セッションー【訓練開始にあたって】

訓練にあたっては、訓練開始以前の被訓練者の能力を評価するために査定セッションを行う。なお、査定セッションは以下の手続きに従う。

① 「4人の人が、「幸福」「悲しみ」「怒り」「嫌悪」の気持ちを表現している顔が映ります（この言い方が難しければ、もっと簡単に「4人の人が、喜んでいたり、悲しんでいたり、怒っていたり、嫌な気持ちでいたりしている顔が映ります」でもかまわない）。その顔を見て、その人がどんな気持ちでいると思うかを答えて下さい。」という教示を与える。

② 課題ビデオを再生する。

③ 表情課題が呈示され終わったらすぐに、

「この人はどんな気持ちでしょう？」

と尋ねる。訓練者は答えの正否にかかわらず「ああ、そう」と優しく反応して、被訓練者の回答を回答記録表に記入する。表6-14に回答記録表の例をあげた。これを用いる場合は、回答した感情の欄に○をつけておけばよい。また4つの感情以外のものを答えた場合は、備考欄にその感情の種類を書いておく。

20秒経過しても答えが出ない場合は、回答記録表の備考欄に×と記入し次の課題に移る。

④ ①～③を、課題が終わるまで繰り返す。

採点は、表6-15の正答表を基に行う。正答表にしたがって、各感情の正答率、全体の正答率、各表情の正答率を算出する。ここで得られた正答率は、訓練プログラムの最後で、訓練の効果を査定する際の基準となる。

表 6-14 査定セッションー回答記録用紙

氏名

	幸福	悲しみ	怒り	嫌悪	備考
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					

表 6-15 査定セッションー正答表

氏名

	幸福	悲しみ	怒り	嫌悪	表情No	
1		○			4 M	「幸福」の正答率
2				○	4 W	(「幸福」で正答した数) ÷ 8 × 10
3		○			4 W	= %
4	○				2 W	「悲しみ」の正答率
5				○	2 M	(「悲しみ」で正答した数) ÷ 8 × 10
6	○				4 M	= %
7				○	4 M	
8		○			2 M	「怒り」の正答率
9				○	4 W	(「怒り」で正答した数) ÷ 8 × 10
10	○				4 W	= %
11			○		4 W	
12		○			2 W	「嫌悪」の正答率
13	○				2 M	(「嫌悪」で正答した数) ÷ 8 × 10
14			○		2 M	= %
15			○		4 M	
16			○		2 W	全体の正答率
17				○	4 W	(全体で正答した数) ÷ 32 × 100
18				○	2 M	= %
19		○			2 W	
20	○				4 W	<各表情の正答率>
21		○			2 M	幸福の表情
22	○				4 M	表情No. = % 表情No. = %
23	○				2 W	表情No. = % 表情No. = %
24			○		2 W	悲しみの表情
25		○			4 M	表情No. = % 表情No. = %
26			○		2 M	表情No. = % 表情No. = %
27		○			4 W	怒りの表情
28			○		4 W	表情No. = % 表情No. = %
29				○	4 W	表情No. = % 表情No. = %
30			○		4 M	嫌悪の表情
31	○				2 M	表情No. = % 表情No. = %
32				○	4 M	表情No. = % 表情No. = %

注) 2 M : 20代男性 2 W : 20代女性
4 M : 40代男性 4 W : 40代女性

5. 写真を用いた訓練

訓練では、「シールを貼る」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した場合は、シールを貼ってもかまわない。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。

(1) 訓練セッション1

【セッションの目的】：このセッションの目的は、表情識別の関連次元に注目するための基礎づくりである。感情による違いが表われやすい顔の5つの要素、「眉毛」「目」「鼻」「口」「しわ」を的確に示せるようになることが目的である。

【訓練内容】

訓練室に入り、訓練者と隣りあって座る。

最初は、基本4感情の写真から始める（使用する写真の例を、図6-2～図6-5にあげた。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。各年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刺激は全部で16枚である）。

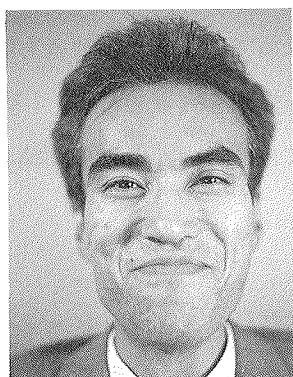


図6-2 「幸福」の表情写真（40代男性）



図6-3 「悲しみ」の表情写真（20代男性）



図6-4 「怒り」の表情写真（20代女性）

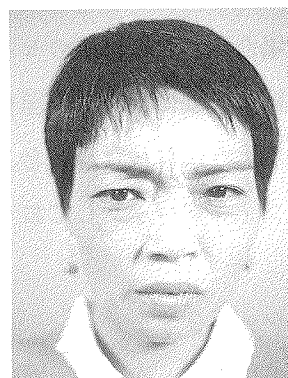


図6-5 「嫌悪」の表情写真（40代女性）

① 写真を用いて、基本的な顔の要素の確認をする。写真は1枚ずつ机の上に呈示する。そして、「これから言うところを指で示して下さい。」と言って、「眉毛はどこですか」「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」と順番に尋ねていく。「しわ」に関しては、以下の表情識別訓練で必要となる「幸福」の表情に出る鼻の脇のしわが指摘されるかどうか注意する。できている場合は、「そうですね、よくできました。」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。5つの要素全てを指摘できたら、次の写真に進む。4感情の写真について5つの要素全てを指摘できることが3回続けてできたら、次のステップに行く。

② <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その部分をなぞってみせる（モデリング技法）。
- 2) 被訓練者に、「××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、5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。

誰でもほめられると、学習意欲が高まり、その進捗が早くなる。少しでも楽しく訓練に参加してもらうことは、訓練を進めていく上で非常に重要となる。知的障害者では、失敗経験を重ねることが多いため自信を無くしやすい。そのため、ほめることが大切である。ほめていると、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。「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、訓練者は被訓練者の「答え」なしには、訓練の成果や問題点を知ることはできないからである。

注) あくまでも1回のセッションは20分～30分程度とする（ただし、査定セッションは除く）。30分程度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、訓練を受け続けられるよう配慮することが大切である。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、ほめて終われるとさらによい。最後は「練習したからよくできるようになったね」と、成果が上がっていること、そして、その成果が練習によることを忘れずにフィードバックしておくことが大切である。

(2) 訓練セッション2-1

【セッションの目的】：幸福の表情の特徴を確認すること。

【訓練内容】：幸福を表現している4枚の表情写真（各人1枚ずつ）を用いて訓練する。

写真を4枚とも机の上に呈示して、以下のような説明を行う。

- ① 「ここにある写真は全て幸福の表情をしています。幸福の気持ちは、口と鼻の脇のしわによく表われます。この写真の口をみましょう。唇の両端が後ろに引かれています。私を見て下さい。例えば、こんな感じです。」

ここで、訓練者がやってみせる

- ② 「口の開き方はいろいろです。歯が見えている人もいれば、口を閉じている人もいます。でもみんな口が横に引っ張られています。あなたもやってみて下さい。」

手鏡を渡して、やってみよう。うまくできていたら「そうです。そんな風です。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、できるまで指導する。できたらシールを貼る。ほめながら指導することを忘れないようにする。

- ③ 「次に、鼻の両脇に出ているしわ（鼻唇溝）をみましょう。しわの出方の強い人も弱い人もいますが、幸福の表情ではみんな鼻の両脇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、しわの場所が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。そのとおりです。よくできましたね。」といい、シールを貼る。できない場合は、訓練者が「幸福なときに出るしわはここ」と言いながらそのしわを指でなぞって示し、次に同じことを3回被訓練者に繰り返させる

- ④ 「今度は、頬をみてみましょう。頬が盛り上がっています。たくさん盛り上がっている人も少しの人もいますが、幸福の表情では頬は盛り上がっています。口を横に引くとさっきのしわができて、頬が盛り上げるのです。やってみましょう。」

手鏡を渡して、やってみよう。うまくできていたら「そうです。うまいですね。とてもよい笑顔です。幸福そうな感じがします。ほら、ここにしわができて、頬が盛り上がっていますね。」と、鏡の上で被訓練者のしわと頬をなぞる。そしてシールを貼る。できない場合は、できるまで指導する。できたらシールを貼る。ほめながら指導することを忘れないようにする。

（3）訓練セッション2-2

【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】：幸福を表現している4枚の表情写真を用いて訓練する。

写真を4枚とも机の上に呈示し、以下のような説明を行う。

「前回は、幸福の表情がどんな特徴をもっているかを勉強しました。今回は、毎日の生活の中で、○さんが私（訓練者）がいなくとも、相手の顔から喜んでいるのかがわかるようになるための練

習をしましょう。相手の気持ちを知るためには、顔の中で『眉毛と目と鼻と口としわ』に注意をするとよいのでしたね。口が横にひかれていて、鼻の脇にしわがあったら、喜んでいるのでしたね。毎日の生活の中で学習したことを使っていくためには、練習が必要です。これから行う練習は、とてもいいといわれているものです。どのようにいいかというと、相手の気持ちをわかるのにどうすればよいかを、短く、わかりやすい言葉で言っているのです。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。頑張ってみると、〇〇さんも毎日が少し楽しくなるでしょう。」

「では、この写真の人から練習を始めましょう」といって、4枚の写真から最も査定セッションでの正答率の高かった1枚を取り出し、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 カードを5枚用意して、1枚に表6-16に示した教示内容を1つずつ書いて、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」と声に出して言ってもらおう。
- ③ 次の教示「眉毛と目と鼻と口としわ、をよく見よう」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、「眉毛と目と鼻と口としわ、をよく見よう」と声に出して言ってもらおう。次に前におかれた写真の、眉毛と目と鼻と口としわ、を指で指しながらよく見てもらおう。

表 6-16 幸福の感情に関する教示内容の例

- | |
|---|
| <ol style="list-style-type: none">1. 「どんな気持ちかな」2. 「眉毛と目と鼻と口としわ、をよく見よう」3. 「口が横にひかれていて、鼻の脇にしわがあるよ」4. 「喜んでいるんだな」5. 「よし、できた。すごいな」 <p>(各教示文の語尾は、被訓練者の年齢に応じて適宜改変する)</p> |
|---|

カードに書く教示は、「眉毛」「目」「鼻」「口」「しわ」を強調しておくことよい。この5つの要素をきちんとあげることができて、さらに写真でそれぞれの要素を正しくと見ることができるようになるまで練習する。その際、必ず「眉毛と目と鼻と口としわをよく見よう」と声に出して言う前から、写真で各要素を指さす、という手順を踏むこと。これは第3節（P.99～）に述べた対応訓練にあたる。

ここでは覚えやすいようにという配慮から、顔の上部から下部へ各要素を並べているが、どの順番で覚えるとより効果的か、には個人差があるので、被訓練者の様子を見て適宜改変するのがよい。また記憶を助けるために、プロンプト（思い出すための手がかり刺激。第3節 p.105参照）を用意するのも

よい（表6-17に例を示す）。これは、各被訓練者それぞれ、思い出しやすく使いやすいものを用意するのがよい。プロンプトも、カードに書いて見えるところに置いておく。この教示が言えるようになったら、プロンプトカードを裏返しにして練習を続け、カードに頼らずにできるようにしていく。

表 6-17 プロンプトの例

『 <u>ま</u> めでは <u>く</u> く <u>し</u> ょん』（『豆でハックション』）
1. 「 <u>ま</u> ゆげ（眉毛）」と
2. 「 <u>め</u> （目）」と
3. 「 <u>は</u> な（鼻）」と
4. 「 <u>く</u> ち（口）」と
5. 「 <u>し</u> わ（皺）」

- ④ 次の教示「口が横にひかれています、鼻の脇にしわがあるよ」を書いたカードを出して、まず、訓練者が写真をしっかりと見ながら声に出して読む。そして、前に出された写真の該当箇所を指で示す。「今度は〇〇さんの番ですよ」と促し、写真をしっかりとみて「口が横にひかれています、鼻の脇にしわがあるよ」と声に出して言ってもらおう。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、「写真をしっかりとみましょう」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してもらおう。
- ⑤ 次の教示「よし、できた。すごいな。」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、「よし、できた。すごいな。」と声に出して言ってもらおう。二人で握手をして、記録シートにシールを1枚貼る。

写真を替えて、以上の手続きを4回（つまり写真の枚数だけ）繰り返す。

以上の手続きが終了したら、続いて以下の手続き（外顯的なリハーサルから内顯的なリハーサルへ；第3節 P.105参照）に入る。

- ① 最初はカードを見ることができるように行う。
- ② 次にカードを伏せて、教示内容を自分の力で思い出しながら行う。
- 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によっては訓練者が助けを出す。覚えやすい文体というのは、各人で異なるものであるから、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かまわない。
- ③ カードに頼らずに教示が言えるようになってきたら、口に出さずに心の中で教示「どんな気持ちかな」「眉毛と目と鼻と口としわ、をよく見よう」を自分に言い、写真を見て（訓練者は被訓練者がしっかりと写真を見ているかを確認すること）、教示「口が横に引かれています、鼻の脇にしわ

があるよ」を心の中で言って、横に引かれている口と鼻の脇のしわを指で示し、教示「よろこんでいるんだな」を心の中で言って（できていたら）「よし、できた。すごいな」と心の中で言って、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。

心の中で教示をつぶやいて、それによって自分の注意と行動を制御できるようになったら、次の感情の訓練に移る。

(4) 訓練セッション3-1

【セッションの目的】：悲しみの表情の特徴を確認すること

【訓練内容】：悲しみを表現している4枚の表情写真を用いて訓練する。

写真を4枚とも机の上に呈示して、以下のような説明を行う。

- ① 「ここにある写真は全て悲しみの表情をしています。悲しみの気持ちは、眉毛と目によく表われます。この写真の眉毛をみてみましょう。眉毛の内側の両端が少し盛り上がっています。盛り上がっているところを指でさして見て下さい。」

ここで該当箇所が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。そのとおりです。よくできましたね。」といい、シールをあげる。できない場合は、訓練者が「悲しいときに盛り上がるのはここ」と言いながらその箇所を指でなぞって示し、次に同じことを3回被訓練者に繰り返させる

- ② 「目をみてみましょう。目は少し下の方を向いている感じだったり、今にも泣きそうな感じだったりします。あなたも悲しい表情をしてみましょう。」

手鏡を渡して、やってもらう。うまくできていたら「そうです。そんな風です。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、できるまで指導する。できたらシールを貼る。ほめながら指導することを忘れないようにする。

(5) 訓練セッション3-2

【セッションの目的】：悲しみ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】：悲しみを表現している4枚の表情写真を用いて訓練する。

写真を4枚とも机の上に呈示して、以下のような説明を行う。

「前は、悲しみの表情がどんな特徴をもっているかを勉強しました。今回は、毎日の生活の中で、〇〇さんが私（訓練者）がいなくても一人で相手の顔から悲しい気持ちなのかどうか分かるようになるための練習をしましょう。相手の気持ちを知るためには、顔の中で『眉毛と目と鼻と口としわ』に注意をするとよいのでしたね。眉毛の間が少し盛り上がって、目は下を向いている、あるいは今にも泣き出しそうだったら、悲しいのでしたね。毎日の生活の中で学習したことを使っていくためには、練習が

必要です。これから行う練習は、とてもいいといわれているものです。どのようにいいかという、相手の気持ちをわかるのにどうすればよいかを、短く、わかりやすい言葉で言っているのです。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悲しい気持ちがわかるようになって良かったと言っています。頑張って練習すると、〇〇さんにもわかるようになりますよ。」

「では、この写真の人から練習を始めましょう」といって、4枚の写真から査定セッションで最も正答率の高かった1枚を取り出し、被訓練者のすぐ手前におく。

以降の訓練は、「幸福」の表情の訓練に準じる（p.113～p.116を参照）。なお、表6-18に悲しみの識別に用いる自己教示例をあげた。

表 6-18 悲しみの感情に関する教示内容の例

1. 「どんな気持ちかな」
2. 「眉毛と目と鼻と口としわ、をよく見よう」
3. 「眉毛の間が少し盛り上がっていて、目は下を向いている」
写真によっては、
「眉毛の間少し盛り上がっていて、今にも泣き出しそうだ」
4. 「かなしいんだな」
5. 「よし、できた。すごいな」
(各教示文の語尾は、被訓練者の年齢に応じて適宜改変する)

(6) 訓練セッション4-1

【セッションの目的】：怒りの表情の特徴を確認すること

【訓練内容】：怒りを表現している4枚の表情写真を用いて訓練する。

写真を4枚とも机の上に呈示して、以下のような説明を行う。

- ① 「ここにある写真は全て怒りの表情をしています。怒りの気持ちは、眉毛と目そして口によく表われます。この写真の眉毛をみてみましょう。眉毛の内側の両端が下がっています。そして眉毛の外側が上がっています。それぞれの写真について、眉毛の内側で下がっているところと、眉毛の外側で上がっているところを指さしてみてください。」

ここで該当箇所が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。そのとおりです。よくできましたね。」といい、シールを貼る。できない場合は、訓練者が「怒りのときに下がるのはここ。そして上がるのはここ」と言いながらその箇所を指でなぞって示し、同じことを3回被訓練者に繰り返させる。

- ② 「目を見てみましょう。目はじっとこちらを見ていて、こわい感じです。あなたも怒りの表情をしてみましょう。」

手鏡を渡して、やってもらう。うまくできていたら「そうです。そんな風です。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、できるまで指導する。できたらシールを貼る。ほめながら指導することを忘れないようにする。

(7) 訓練セッション4-2

【セッションの目的】：怒り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】：怒りを表現している4枚の表情写真を用いて訓練する。

写真を4枚とも机の上に呈示して、以下のような説明を行う。

「前は（あるいは先ほどは）、怒りの表情がどんな特徴をもっているかを勉強しました。今回は、毎日の生活の中で、〇〇さんが私（訓練者）がいなくても一人で相手の顔から怒っているのかどうか分かるようになるための練習をしましょう。相手の気持ちを知るためには、顔の中で『眉毛と目と鼻と口としわ』に注意をするとよいのでしたね。眉毛の内側が下がって外側が上がっていて、目はじっとこちらを見ていてこわい感じがするときは、怒っているのです。相手が怒っているのを知ることは、こわいこともあるかもしれませんが、それ以上怒らないでもらうためには、怒っているということを知らなければなりません。あなたのことを怒っていることがわかったら、謝ることが必要ですね。謝ると、それ以上怒られることを少なくできるのです。ですから、練習によって相手が怒っているかどうか分かるようにしましょう。これから行う練習は、とてもいいといわれているものです。どのようにいいかというと、相手の気持ちをわかるのにどうすればよいかを、短く、わかりやすい言葉で言っているのです。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、相手が怒っていることがわかるようになって、謝ることができたので、人との関係が良くなったと言っています。頑張ってください。」

「では、この写真の人から練習を始めましょう」といって、4枚の写真から査定セッションで最も正答率の高かった1枚を取り出し、被訓練者のすぐ手前におく。

以下の訓練は、「幸福」の表情の訓練に準じる（p.113～p.116を参照）。なお、表6-19に怒りの識別に用いる自己教示例をあげた。

表 6-19 怒りの感情に関する教示内容の例

1. 「どんな気持ちかな」
2. 「眉毛と目と鼻と口としわ、をよく見よう」
3. 「眉毛の内側が下がって外側が上がっている」
「目はこわい感じだな」
4. 「怒っているんだな」
5. 「よし、できた。すごいな」
(各教示文の語尾は、被訓練者の年齢に応じて適宜変更する)

(8) 訓練セッション5-1

【セッションの目的】：嫌悪の表情の特徴を確認すること。

【訓練内容】：嫌悪を表現している4枚の表情写真を用いて訓練する。

写真を4枚とも机の上に呈示して、以下のような説明を行う。

- ① 「ここにある写真は全て嫌悪の表情をしています。嫌悪の気持ちは、眉毛と目そして口によく表われます。この写真の眉毛と目をみてみましょう。眉毛と眉毛の間が狭くなって、目が細くなっていますね。あなたもやってみましょう。『あー嫌だ』という気持ちが感じられる顔になるでしょうか？」

手鏡を渡して、やってもら。うまくできていたら「そうです。そんな風です。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、できるだけまで指導する。できたらシールを貼る。ほめながら指導することを忘れないようにする。

- ② 「口もみてみましょう。嫌悪の表情では上の唇が少し持ち上げられたようになります。この特徴は、はっきり出る人と、よくわからない人がいます。4人のうちで、この特徴が出ている人は誰でしょうか？」

40代の男性と女性の写真を指させば正解とする。「そうですね。よくみることができましたね。」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、該当箇所を「嫌悪の表情では、ここが少し上に上がります」と指でなぞる。

(9) 訓練セッション5-2

【セッションの目的】：嫌悪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】：嫌悪を表現している4枚の表情写真を用いて訓練する。

写真を4枚とも机の上に呈示して、以下のような説明を行う。

「前は(あるいは先ほどは)、嫌悪の表情がどんな特徴をもっているかを勉強しました。今回は、毎日の生活の中で、〇〇さんが私(訓練者)がいなくても一人で相手の顔から嫌な気持ちなのかどうかがわかるようになるための練習をしましょう。相手の気持ちを知るためには、顔の中で『眉毛と目と鼻と口としわ』に注意をするとよいのでしたね。眉毛と眉毛の間が狭くなって、目が細くなっているときは、嫌悪、嫌な感じをもっているのでしたね。人によっては、上の唇が少し持ち上げられたようになっていることもあるのでしたね。相手が嫌な感じをもっていることを知るのは、〇〇さんにとっても嫌だったり、恐かったりすることがあるかもしれませんが、それ以上嫌な感じをもたないでもらうためには、相手が嫌な感じがしているということを知らなければなりません。そして、もし、あなたに対して嫌な感じをもっているのであれば、あなたがしたこと何かが嫌だったのかを考えて、次のときはそれをしないようにすることが必要ですね。何が悪いのかわからない場合は、誰かに聞いてみてもよいですね。そうすれば、次回から相手に嫌な顔をされずにすみますね。その方が、あなたも気持ちがいいでしょう？」

ですから、練習によって相手が嫌な気持ちかどうかがわかるようにしましょう。これから行う練習は、とてもいいといわれているものです。どのようにいいかという、相手の気持ちをわかるのにどうすればよいかを、短く、わかりやすい言葉で言っているのです。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、相手が嫌な気持ちになっていることがわかるようになって、それをやめることができたので、人との関係が良くなったと言っています。頑張ってください。

「では、この写真の人から練習を始めましょう」といって、4枚の写真から査定セッションで最も正答率の高かった1枚を取り出し、被訓練者のすぐ手前におく。

以下の訓練は、「幸福」の表情の訓練に準じる（p.113～p.116を参照）。なお、表6-20に嫌悪の識別に用いる自己教示例をあげた。

表 6-20 嫌悪の感情に関する教示内容の例

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. 「どんな気持ちかな」2. 「眉毛と目と鼻と口としわ、をよく見よう」3. 「眉毛と眉毛の間が狭くなって、目が細くなっている」
写真によっては、
「それに、上の唇が少し持ち上げられたようになっている」4. 「嫌な気持ちなんだな」5. 「よし、できた。すごいな」
(各教示文の語尾は、被訓練者の年齢に応じて適宜改変する) |
|--|

(10) 訓練セッション6-1

【セッションの目的】：これまでの訓練でまだ確実にできていない部分を明確にし、その部分を復習すること。

【訓練内容】

- ① 基本感情写真全16枚から1枚を取り、被訓練者の前に置く。
- ② 「この人はどんな気持ちでしょうか」と尋ねる。
- ③ (正答した場合)「よくできましたね。すごいですね。」と、記録シートにシールを1枚貼る。

さらに「どうしてこの人は〇〇という気持ちだとわかったのですか」と尋ねる。各感情の特徴を答えた場合は、「よくできましたね。すごいですね。」とほめて記録シートにシールを1枚貼る。

→ 特徴がいえなかった場合は、いえなかった特徴を訓練者が繰り返し、被訓練者に該当箇所をなぞらせることを5回繰り返す。

- ③' (間違えた場合)「相手の気持ちを知りたい場合は、どうするんですか？ 口に出して言ってみてください。」と、教示内容の「眉毛と目と鼻と口としわ、をよく見よう」を思い出させ、

次に「この人はどんな気持ちでしょうか」ともう一度尋ねる。それでもできなかった場合は、その感情の自己教示、例えば「口が横にひかれていて、鼻の脇にしわがあるよ」を教え「ですから、この人は△△です（ここにあげた例では、喜んでいます）」と正しい答えを教える。その後、同じ写真を使って、該当する自己教示を5回繰り返させる。できそうにない場合は、まず訓練者がお手本を示し、それを真似してやってもらう（モデリング法の利用）。

4感情16枚全ての感情を正しく識別し、その特徴を指摘できたら、さらにシールを4枚貼る。これを3回続けてできたら、このセッションは終了する。

写真を用いたセッションで、適切に感情を識別できるまで、しっかり訓練する。その後で、より複雑なビデオ刺激を用いた訓練に入る。

6. ビデオを用いた訓練

(1) 査定セッションー [ビデオを用いた訓練の開始にあたって]

ビデオを用いた訓練の開始前に、写真を用いた訓練によってどのくらい被訓練者の表情識別能力が改善したか、を査定するためのセッションを行う。査定セッションの実施手続き及び採点方法は、写真課題の場合と同一である。(p.108参照)。

(2) 訓練セッション

【セッションの目的】：「写真を用いた訓練」で練習した表情識別の関連要素（眉、目、鼻、口、しわ）に対する注目を、ビデオのような動きのある表情の場合でもしっかりと応用することができるようにすること。

【予備練習】

訓練室にビデオの再生機器を用意しておく。

訓練室に入り、訓練者と隣りあって座る。

訓練課題のビデオを再生する前に、基本4感情の写真を4枚用いて、練習した自己教示の復習から始める。使用する写真は、被訓練者のこれまでの訓練で一番容易に識別できたものを、各感情から1枚ずつ計4枚選んで用いる。その中から1枚を取り出し、被訓練者の前に置く。

- ① 「これまで練習してきた言葉を覚えていますか。心の中でいえるように練習しましたが、今回はちゃんと覚えているか確認するために、口に出して言いながらやってみましょう。」と説明し、最初一枚を指さしながら、「この人はどんな気持ちでしょうか？」と尋ねる。
- ② 正答していたら、「どうして、この人は〇〇という気持ちだと分かったのですか」と尋ねる。この時、幸福の写真の場合は、表6-16 (p.114)

悲しみの写真の場合は、表6-18 (p.117)

怒りの写真の場合は、表6-19 (p.118)

嫌悪の写真の場合は、表6-20 (p.120)

に示した教示内容を参照すること。そこに呈示されている教示文通りでなくてよいが、基本的な要素を押さえていることを確認する。

- ③ (できた場合) 「すごいですね。よくできました。」とほめて、記録シートにシールを1枚貼る。
次の写真を出して「この人はどんな気持ちでしょうか？」と尋ね②へ戻る。

4枚全てできたら、ビデオでの訓練に移る。

- ③' (できなかった場合) 訓練者が教示の文章を一つずつ声に出して言い、被訓練者に3回ずつ繰り返させる。1～5までの教示を通して言えるようになったら、次の写真を出して、「この人はどんな気持ちでしょうか？」と尋ねる。

→ この項の手続きを②へ戻り繰り返す。

【訓練内容】

- ① 「これまでの練習で、写真からその人がどんな気持ちかを判断できるようになりました。これから、いよいよビデオを用いた練習をしましょう。なぜビデオを用いるかということ、ビデオは写真と違って動きます。私たちが毎日会う人の顔の表情も動きます。ですから、毎日の生活の中で会う人の気持ちを顔から知るためには、ビデオで練習する必要があります。でも、大切な点は、写真の時と同じです。写真の時と同じように注意してビデオを見ていると、気持ちが変わるようになります。では、これから一緒に練習していきましょう。」と説明する。

「これからビデオを始めます。最初に練習番号が出てチャイムが鳴ります。その音がしたら、これまで練習した言葉をつぶやいてみましょう。」

- ② ビデオを再生する。チャイムが鳴ったら、「どんな気持ちかな」「眉毛と目と鼻と口としわ、をよく見よう」という言葉を被訓練者がちゃんをつぶやき、さらにきちんとビデオを見ているかどうかをチェックする。できてない部分は、例えば『「どんな気持ちかな」とつぶやくようにしましょう』などと言って指摘する。できなかったことを強調するのではなく、どうするのかを教えることが大切である。記録シートのシールは、「どんな気持ちかな」とつぶやくことができたなら1枚、「眉毛と目と鼻と口としわ、をよく見よう」とつぶやくことができたなら1枚、ちゃんとビデオの表情を見ていたら1枚、正答していたらさらに1枚というように貼る。シールを貼る際には、例えば『「どんな気持ちかな」とつぶやくことができたから1枚です』とシールを貼る理由を明確に伝えることが重要である。

全ての教示内容をクリアしたら、次の課題に移る。

- ③ (教示を言うことに失敗した場合)

教示を言うことができなかった場合は、「最初に『どんな気持ちかな』と言ったら、シールをもう1枚貼ります。」とか『「どんな気持ちかな』の後に、『眉毛と目と鼻と口としわ、をよ

く見よう』と言ったら、シールをもう1枚貼ります。」など被訓練者の遂行に応じて、何が足りなかったかを指示する。そして足りなかった教示を3回繰り返させる。

③' (表情識別に失敗した場合)

「相手の気持ちを知るためには、顔のどの部分を見るとよいでしょう?」と尋ねる。5つの要素をきちんと答えられたら「その部分をちゃんと見ていましたか? もう一度同じ顔を見てみましょう。」と言う。答えられなかったら、「どんな気持ちかな」「眉毛と目と鼻と口としわ、をよく見よう」という教示を3回繰り返させる。ビデオを巻き戻して、もう一度同じ課題を行う。手続きは、上述の①②③を繰り返す。同じ刺激を2回繰り返しても、正答できなかった場合は、「この人の気持ちは、〇〇です。なぜかという、(例えば幸福の場合は)口が横に引っ張られていて、鼻の脇にしわが入っていたでしょう。」と教えて、「最後にもう一度見ますから、口と鼻の脇のしわに注意しましょう。」という。そして、訓練者が「幸福」の場合の教示内容(表6-16、p.114)を最初からゆっくり繰り返してモデルを示す。被訓練者に3回繰り返してつぶやいてもらう。ビデオを巻き戻し、「ビデオを見ながら、今、練習した自己教示をつぶやいてみましょう」と言い、3回目の再生に入る。必要であれば、ビデオを一時停止して確認させるのもよい。これでできたら、シールを貼って次の課題に移る。できなかったら、「頑張りましたね。次の表情でまた頑張りましょう。」と伝えて、次の課題に移る。

以上の手続きを、訓練課題全てが終わるまで繰り返す。苦手な表情があっても、訓練課題内には同じ表情が8回繰り返して配置されているので、参考としてあげた回数だけ繰り返してもできない場合は、次の課題に移ってかまわない。ただし各セッションは、30分位をめどに毎回できるところまで進め、次のセッションではその続きから始める。毎回セッションの初めには、前回のセッションの復習を簡単に行う。また、毎回セッションの最後では、「家に帰ったら(あるいは学校へ行ったら/職場に行ったら/このセンター内で)、ここで練習したように『この人はどんな気持ちかな?』と考えて、顔をみてその表情から気持ちを判断する練習をして下さい。」と伝えること。

またセッションの間が空きすぎる場合(例えば、3日間以上)は、写真を用いた予備訓練を最初に入るとよい。訓練は、繰り返しが大切である。単調にも思えるこの繰り返しの教示の文章が自分のものとなり、またその言葉で自分の注意をコントロールできるようになるのである。

訓練期間の問題で、訓練課題を最後まで終わることができなくとも、訓練に応じた改善はそれ相応に示される。したがって、訓練の終結を急ぐあまりに自己教示の繰り返しの省くよりも、参考としてあげた繰り返し回数をこなすことが望ましい。

7. 査定セッションー【訓練最終日】

訓練期間内で全てのビデオ課題を終了した場合も、訓練期間内ではビデオ課題を終了できなかった場合も、訓練の最終日には、訓練の成果をきちんと査定しておく。査定セッションは、p.108～を参照して、これまでに2回行った査定セッションと同じように施行し、採点する。

訓練によって改善した部分を被訓練者にわかりやすい形、例えば正答数をグラフにする等して、その伸びを指摘する。「頑張ったから、こんなにできるようになりましたよ。すごいですね。練習したからですよ。練習は大変だったけど、練習のおかげで随分顔からその人の気持ちがわかるようになりましたね。よく頑張りました。ここで練習したことを、是非他のところ例えば、家や学校や職場で使って見て下さい（ここのところは強調すること）。今日は、その頑張りに対して『訓練修了証書』を発行して、一緒に喜びたいと思います。」と伝え、『訓練修了証書』を賞状の授与式のように読んで渡す（『訓練修了証書』の例を、図6-6に示した。なお、この際に使用する『訓練修了証書』は、できるだけ格式の高い印象を与えるものが望ましい）。最後に握手して訓練の終了を告げる。

図 6 - 6 訓練修了証書



8. 訓練期間に余裕のある場合

(1) 感情識別後の適切な言動を付加しておく

各感情を識別した後の言動について、被訓練者のおかれている状況において比較的普遍的な、良い言動例があれば、それを自己教示に含めておくことができる。例えば、今回提出した教示内容の以下の部分を→のように改変して用いることもできる。

「喜んでいる」→「嬉しいの。よかったね。」

「悲しんでいる」→「悲しいの。だいじょうぶ？」

「怒っている」→「怒っているの。どうしたらいいの？」

「嫌がっている」→「嫌なの。困ったね。」

こういう言葉が出るだけでもコミュニケーションは随分と異なったものになる。

(2) 般化訓練

4つの感情が表出されている場面を、テレビ番組やビデオ、あるいは日常場面を録画したもの等から探し（できるだけ日本人のもので、いろいろな年代の人のものがよい）、その部分を呈示して感情を識別させる。目先が変わっていてマンネリ化した訓練が活性化する。また訓練した技術を日常生活の中でどのように使うことができるかを示すことになり、さらに、訓練状況を離れた一般の状況で、どの程度訓練した技術を応用することができるかを判定するための資料も得られる。

(3) フォローアップ

3カ月、半年、1年後に、ビデオを用いた査定セッションを行い、訓練の効果がどの程度維持されているかを評価する。正答率の低いものについては必ずその表情用の自己教示の復習をしておく。ここで復習を怠らないことが、いままで費やした訓練の時間を無にしないために重要である。

(4) 家族との協力

家族には訓練の最初に訓練内容について説明し、家庭で本人が練習することもあるかと思うが、笑ったり叱ったりせずに協力して戴きたい、という主旨の文書を用意しておく。家庭で自己教示訓練を練習して、笑われたり、怒られたりして、訓練意欲が失われないようにするためである。また訓練の成果について、アンケート調査を依頼し、家庭での様子についても情報を得ると、今後の訓練を計画する上での参考となる。

引用文献

- Adams, K. & Markham, R. 1991 Recognition of affective facial expressions by children and adolescents with and without mental retardation. *American journal on mental retardation*, 96, 21-28.
- 千葉浩彦 1995 表情要素弁別と表情フィードバック法による表情認識訓練の効果, 日本感情心理学会第3回大会発表要旨 (感情心理学研究, 3, 36)
- Ekman, P. & Friesen, W. V. 1975 Unmasking the face: A guide to recognizing emotions from facial clues. Engelwood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. (工藤力訳編 1987 表情分析入門 誠信書房)
- Ekman, P. 1982 Emotion in the human face (2nd ed.) Cambridge: Cambridge University Press. (Cite from McAlpine et al., 1992)
- Gray, J.M., Fraser, W.L., & Leudar, I. 1983 Recognition of emotion from facial expression in mental handicap. *British journal of psychiatry*, 142, 556-571.
- Grossman, H. (Ed.). 1983 Classification in mental retardation (revision). Washington, DC: American Association on Mental Deficiency. (Cited from Whitman et al., 1991)
- Gur, R.C., Erwin, R.J., Gur, R.E., Zwil, A.S., Heimberg, C., & Kraemer, H.C. 1992 Facial emotion discrimination: II. Behavioral finding in depression. *Psychiatry Research*, 42, 241-251.
- Harrigan, J.A. 1984 The effects of task order on children's identification facial expressions. *motivation and Emotion*, 8, 157-169.
- Hobson, R P. 1986 The autistic child's appraisal of expressions of emotion. *Journal of child psychology and psychiatry*, 27, 321-342.
- Hobson, R.P., Ouston, J., & Lee, A. 1989 Naming emotion in faces and voices: Abilities and disabilities in autism and mental retardation. *British journal of developmental psychology*, 7, 237-250.
- Holder, H.B., & Kirkpatrick, S.W. 1991 Interpretation of emotion from facial expressions in children with and without learning disabilities. *Journal of learning disabilities*, 24, 170-177.
- House, B.L., & Zeaman, D. 1963 Miniature experiments in the discrimination learning of retardates. In L.P. Lipsitt & L.Spiker (Eds.), *Advances in child development and behavior*(Vol.1). New York: Academic Press. (Cited from Whitman, 1991)
- Iacobbo, M. 1978 Recognition of affective facial expressions by retarded and nonretarded individuals across the life span. *Disertation Abstracts International*, 38 08B. (Cited from

- Adams & Markham, 1991)
- Izard, C.E. 1971 The face of emotion. New York: Appleton-Century-Crofts. (ACited from Adams & Markham, 1991)
- 越川房子・根立金男・石川利江・市井雅哉・小川亮・春木豊 1995 S S Tにおける自己教示訓練, 行動科学, 34, 59-70.
- Kurucz, J., Feldmar, G., & Werner, W. 1979 Prosopo-affective agnosia associated with chronic organin brain syndrome. *Journal of the american geriatics society*, 28, 475-478. (Cited from McAlpine et al., 1992)
- Levy, L.H., Orr, T.B., & Rosenzweig, S. 1960 judgements of emotion from facial expressions by college students, mental retardates and mental hospital patients. *Journal of personality*, 28, 342-349.
- Luria, A.R. 1961 The role of speech in the regulation of normal and abnormal behaviors. New York: Liveright. (Cited from Whitman et al., 1991)
- Maurer, H., & Newbrough, J. 1987 Facial expressions of mentally retarded and nonretarded children: I. Recognition by mentally retarded and nonretarded adults. *American journal of mental deficiency*, 91, 505-510.
- McAlpine, C., Kendall, K. & Singh, N.N. 1991 Recognition of facial expressions of emotion by persons with mental retardation. *American journal on mental retardation*, 96, 29-36.
- McAlpine, C., Singh, N.N., Kendall, K.A. & Ellis, C.R. 1992. Recognition of facial expressions of emotion by persons with mental retardation: A matched comparison study. *Behavior Modification*, 16(4), 543-558.
- Mehrabian, A. 1981 Silent messages: Implicit communication of emotion and attitudes, California: Wadsworth Publishing Company. (西田司・津田幸男・岡村輝人・山口常夫共訳 1986 非言語的コミュニケーション 聖文社)
- Meichenbaum, D.H. 1985 Self instructional training. In A.S.Bellak & M. Hersen(Eds.) *Dictionary of Behavior Therapy Techniques*, New York: Pergamon Press. (山上敏子監訳 1987 行動療法事典 岩崎学術出版社 p.182-184.)
- 中澤潤・金子柳太郎 1980 熟慮型－衝動型幼児の行動制御に及ぼす自己教示－外的教示の効果 行動療法研究, 6, 11-16.
- Nelson, W.J.Jr., & Birkimer, J.C. 1978 Role of self-instruction and self-reinforcement in the modification of impulsivity. *Journal of consulting and clinical psychology*, 46, 183.
- Paniagwa, F.A., Pumariega, A.J., & Black, S.A. 1988 Clinical effects of correspondence training in the managemant of hyperactive children. *Behavioral residential treatment*, 3, 19-40.

- Repp, A.C., Barton, L.E., & Brulle, A.R. 1981 Correspondence between effectiveness and staff use of instructions for severely retarded persons. *Applied research in mental retardation*, 2, 237-245.
- Rojahn, J., Rabold, D.E. & Schneider, F. 1995 Emotion specificity in mental retardation. *American journal of mental retardation*, 99, 477-486.
- Schalock, R.L., & Lilley, M.A. 1978 Placement from community-based mental retardation programs: How well do clients do? *American Journal of Mendtal Deficiency*, 83, 240-247.
- Vosk, B.N., Forehand, R., & Figueroa, R. 1983 Perception of emotion by accepted and rejected children. *Journal of Behavioral Assessment*, 5, 151-160.
- Warren, V.J. 1991 Recognition of facial expression of emotion by persons with mental retardation and symptoms of depression. Unpublished doctoral dissertation, The Ohio State University, Columbus. (Cited from Rojahn et al., 1995)
- Whitman, T.L. 1987 Self-instructuin, individual differences, and mental retardation. *American journal on memtal retardation*, 92, 213-223.
- Whitman, T.L., Scherzinger, M.F., & Sommer, K.S. 1991 Cognitive instruction and mental retardation. In Kendall, P.C.(Ed.), *Child & Adolescent Therapy: Cognitive-Behavioral Procedures*, (p.276-315). New York: The Guilford Press.
- Zabel, R.H. 1979 Recognition of emotions in facial expressions by emotionally disturbed and nondisturbed children. *Psychology in Schools*, 16, 119-126.