

関係フレーム理論の 新たな展開と可能性

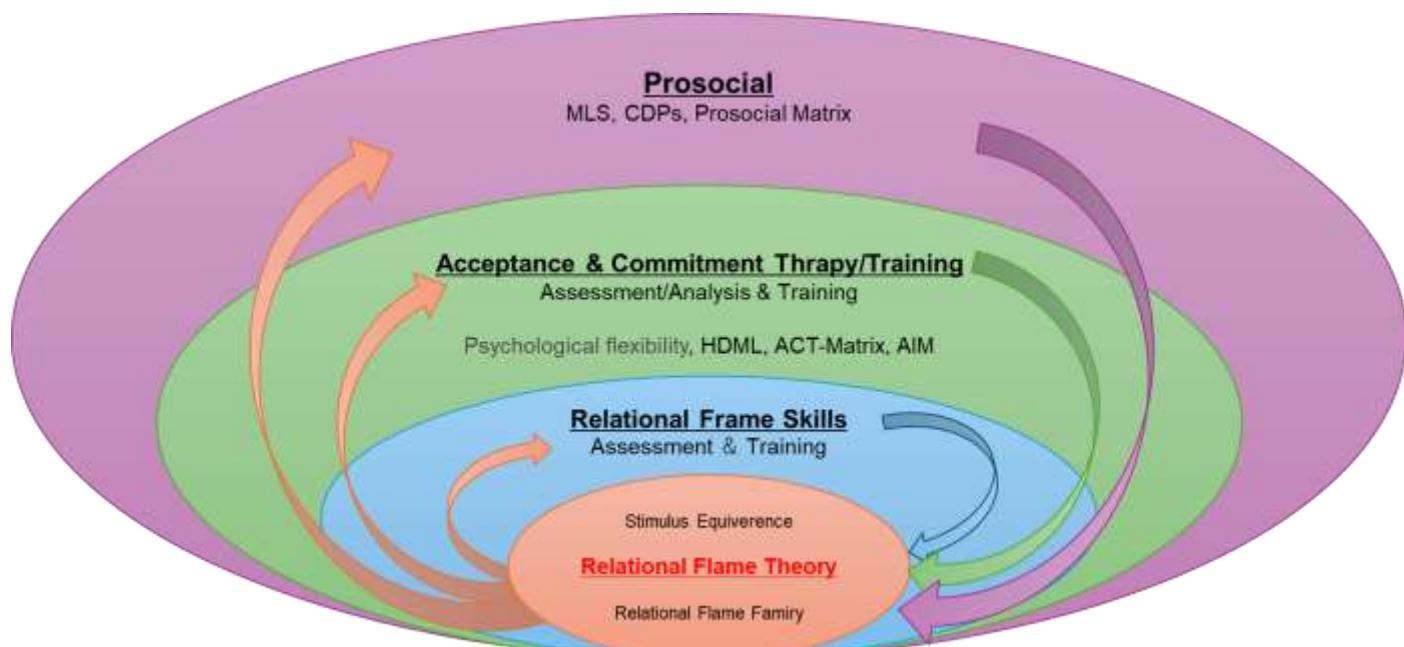
—関係フレーム理論から見た「自己」と
「臨床会話」での活用について—

○ 別田 文記

(株式会社スタートライン CBS ヒューマンサポート研究所 主幹主任研究員)

1 はじめに

- 文脈的行動科学（以下、CBS）は、応用行動分析学（以下、ABA）における刺激等価性理論・関係フレーム理論（以下、RFT）をベースとしたものであり、ABAの拡張と捉えることができる。
- RFTは人間の言語と認知の中核となる理論的枠組みとして構築されているが、難解なものと思われることも多い。
- そこで、まずRFTに基づくヒューマンサポートについて概観する。



2 RFTの枠組みとヒューマンサポート

文脈的行動科学に基づく実践的アプローチ I (心理的・発達的課題)

Startline

ACTアプローチ

- ACT Matrix Cards
- ACT Matrix
- ACT エクササイズ
- バニック発作と体験の回避の拡大
- 関係フレーム理論
- Hayes: ルール支配行動
Sidman: 刺激等価性
- Skinner: 言語行動理論
言語の機能 (Mand, Tact, Intraverbal)
話し手と聞き手・相互依存性
- 応用行動分析
- ABC分析

PBT/EEMM ゲート

IRAP
GO-IRAP

PEAK
PEAK RELATIONAL TRAINING HANDBOOK

Enable360
Online systems

PCA (PEAK Comprehensive Assessment)

RaiseYourIQ
SMART PRG

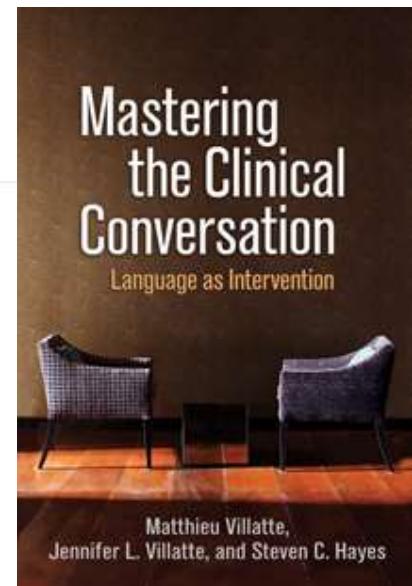
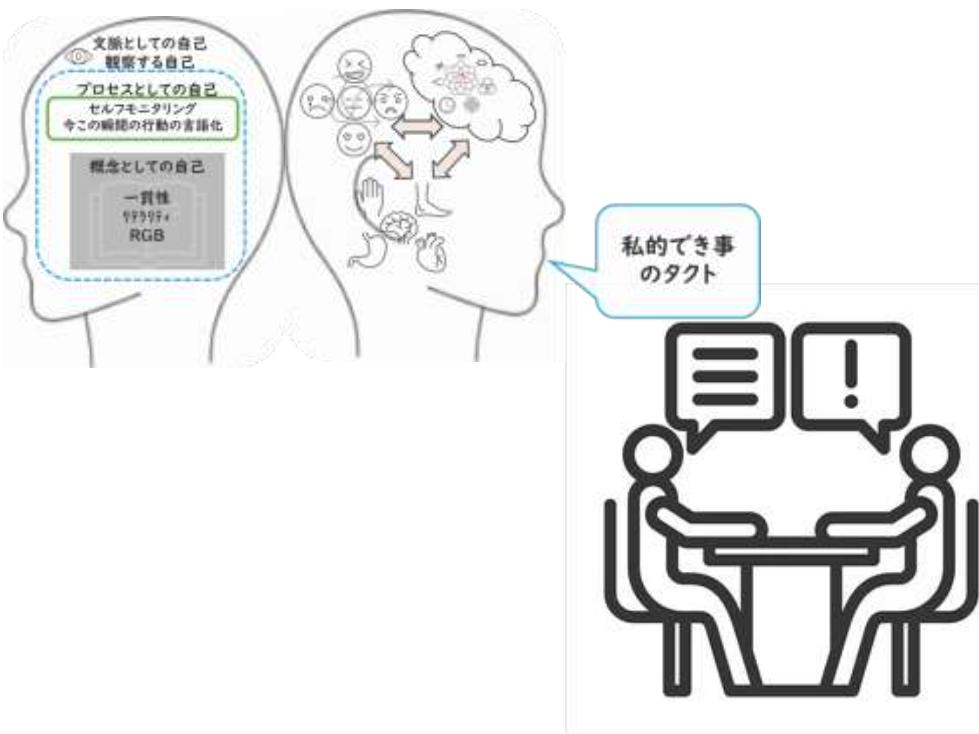
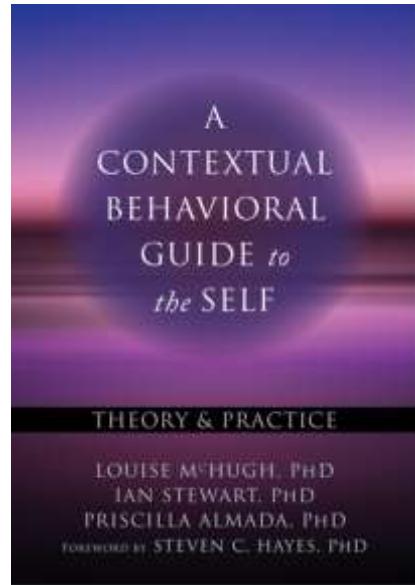
Relational Training Exercises
You Can Do On the Move

Promoting the Emergence of Advanced Knowledge

Copyright © Startline CO.,LTD. All rights reserved.

3 目的

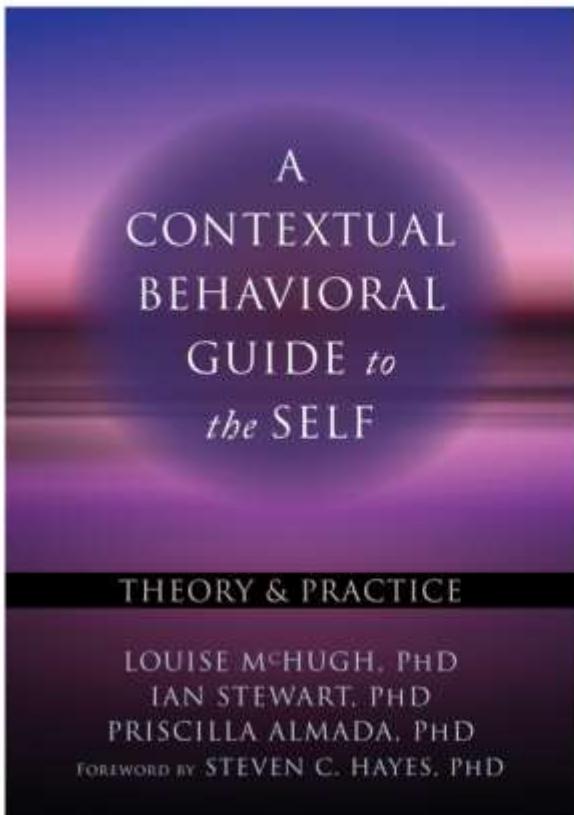
- ① 本発表では、以下の二つの本の内容を概観する。
「A Contextual Behavioral Guide to the Self」
「Mastering the Clinical Conversation」
- ② 臨床現場での活用に向けた弊社の取り組みを紹介する。
- ③ RFTの臨床的な応用可能性について紹介する。



4 方法

(1) A Contextual Behavioral Guide to the Selfの概要

A Contextual Behavioral Guide to the Self



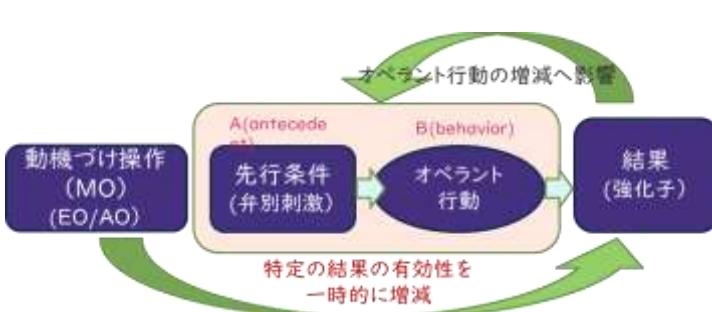
- LOUISE MCHUGH, PhD アイルランド・ダブリン大学
- IAN STEWART, PhD アイルランド・アイルランド国立大学
- PRISCILLA ALMADA, PhD オーストラリア・シドニー実践家

目次 序文 練習における自己の役割を理解する: なぜ科学の道が重要なのか

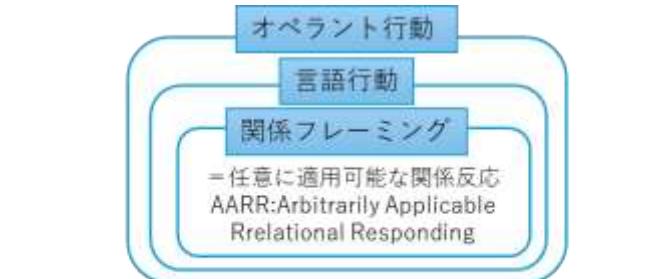
はじめに	自己の問題	1
1	機能的文脈主義と文脈行動心理学.	7
2	関係フレーム理論	31
3	関係フレーム理論と自己	61
4	自己化(Selfing)の獲得	77
5	3つの自己化(Selfing)のレパートリー	105
6	概念としての自己の問題	121
7	健全な自己形成に向けて	135
8	自己化(Selfing)の問題を評価する	165

4 (1) -①文脈主義と文脈的行動科学

主義	根源的メタファー	目的	真理基準	心理学の分野
機械論 (mechanism)	機械(machine) ○相互作用する部品で構成される特定の効果を生み出す強大な機械	部品の発見と相互作用の完全な記述	理論により記述される世界予測(理論)と検証(実験結果)の合致	認知心理学 ・社会認知心理学 ・認知発達心理学
文脈主義 (contextualism)	文脈の中の出来事 (event-in-context) 文脈の中の特定の行動 (act-in-context) ○文脈によって行動の機能や意味は変わる	ある決められた目標の達成	行動に対する予測と影響の両方の達成 影響を与える操作可能な変数(先行事象・結果)を特定し、実践的に検証 <u>+三つの追加基準</u> (精度・範囲・深さ)	行動分析学 文脈的行動科学



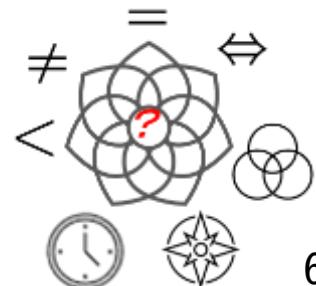
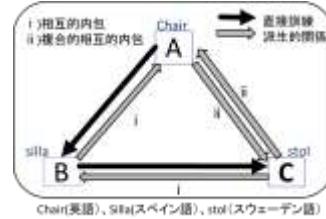
機能 (function)
○感覚刺激・自己刺激
○嫌悪状況からの逃避
○注目の獲得
○物や活動の要求
○不安のある活動の阻止



関係フレーム = 行動 = 私たちが行うもの
∴関係フレーミング (Relational Framing)

関係フレームの3つの特性

<関係フレーム>	<刺激等価性クラス>
i) 相互的内包	対称律
ii) 複合的相互的内包	推移律と等価律
iii) 刺激機能の変換	刺激機能の転移



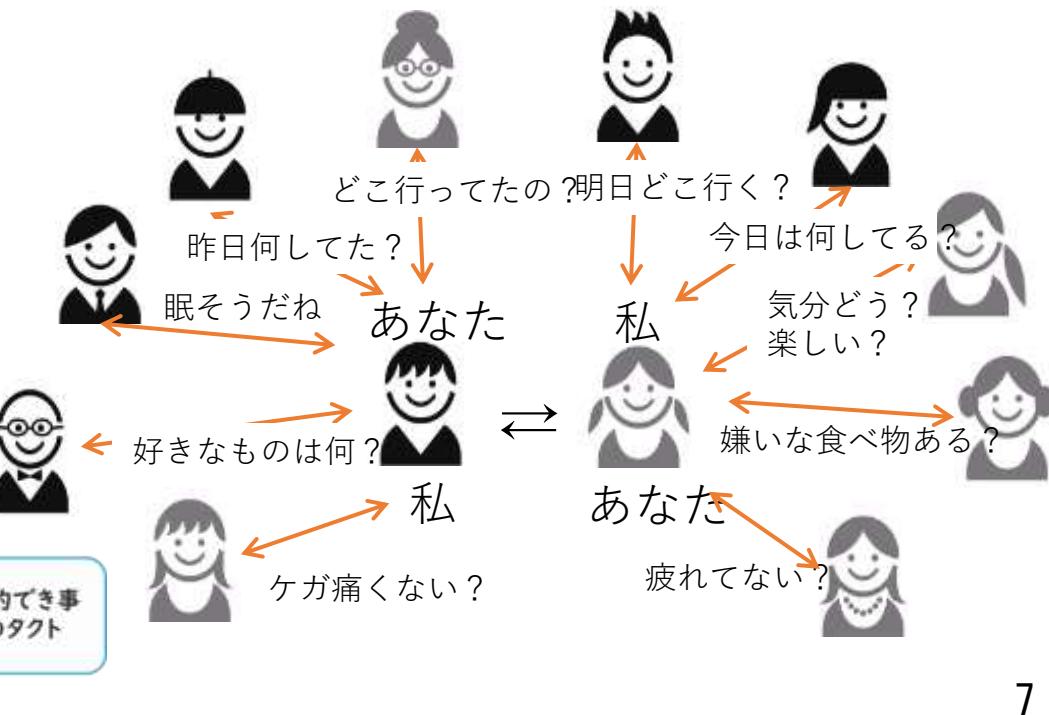
4 (1)-②Selfingの発達



□ Selfingの発達のための最適環境

- 頻繁な相互作用、感覚・感情の言及や私-他者の区別の多さ
- Selfingの基礎となる二つのスキル
 - I. 経験を正確にタクトすること
(私的でき事含む)
 - II. 示差(視点取得)の関係フレーミング
(視点の発展 ⇒ 価値の明確化)

複数の事例 (multiple exemplars)

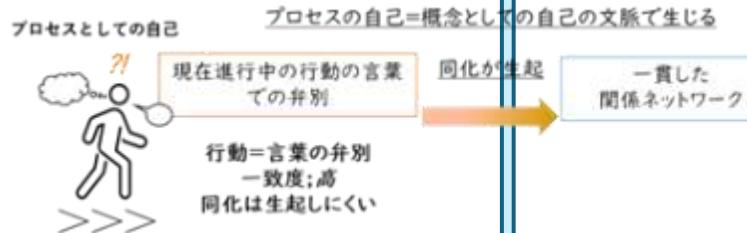


4 (1)-③三つのSelfingレポート

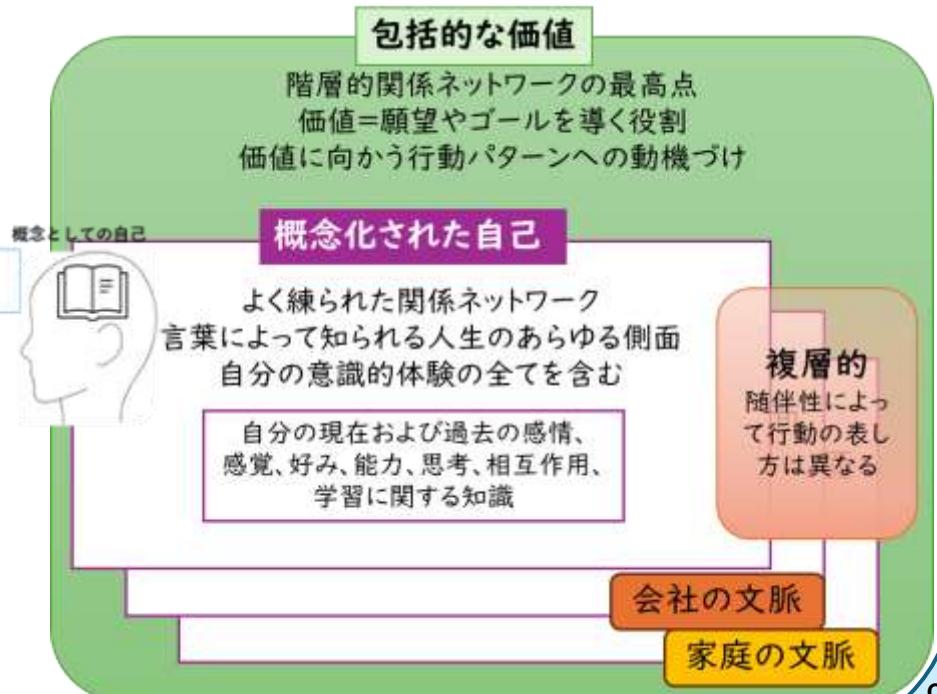
- 1.概念としての自己 (Self-as-content) : 言語関係の内容(概念)としての自己
- 2.プロセスとしての自己 (Self-as-process) : 知る自己、言語的関係の進行中の自己
- 3.文脈としての自己 (Self-as-context) : 観察する自己、言語関係の文脈としての自己

文脈としての自己

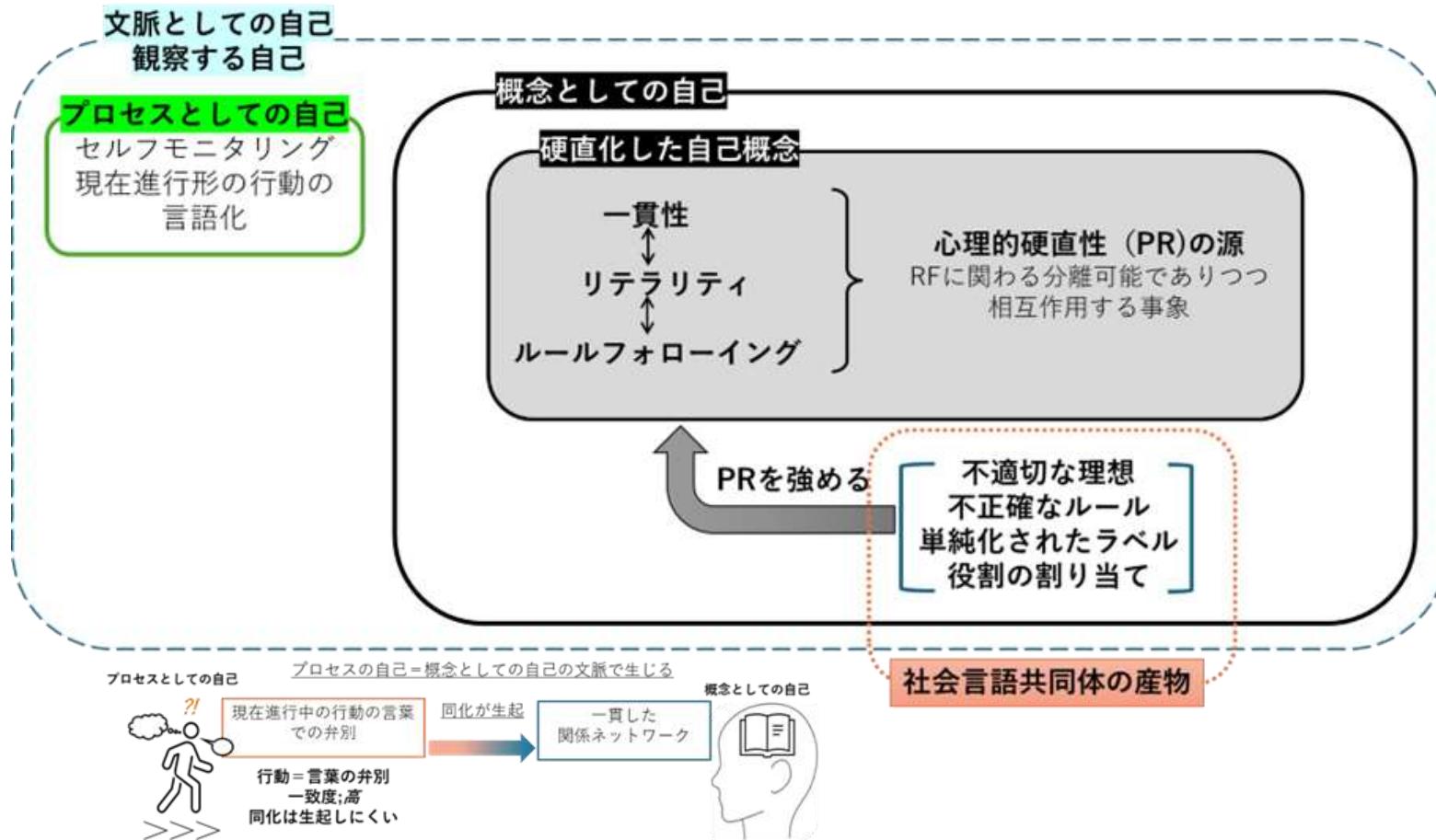
**非言語的自己
(Nonverbal Self)**
直接的な心理的プロセスから
生じる行動の流れという自己



言語的自己 (Verbal Self)
関係フレーミングを通して得られる、
対象と知識のプロセスの両方としての自己



4 (1)-④自己概念の問題と健康的なselfing

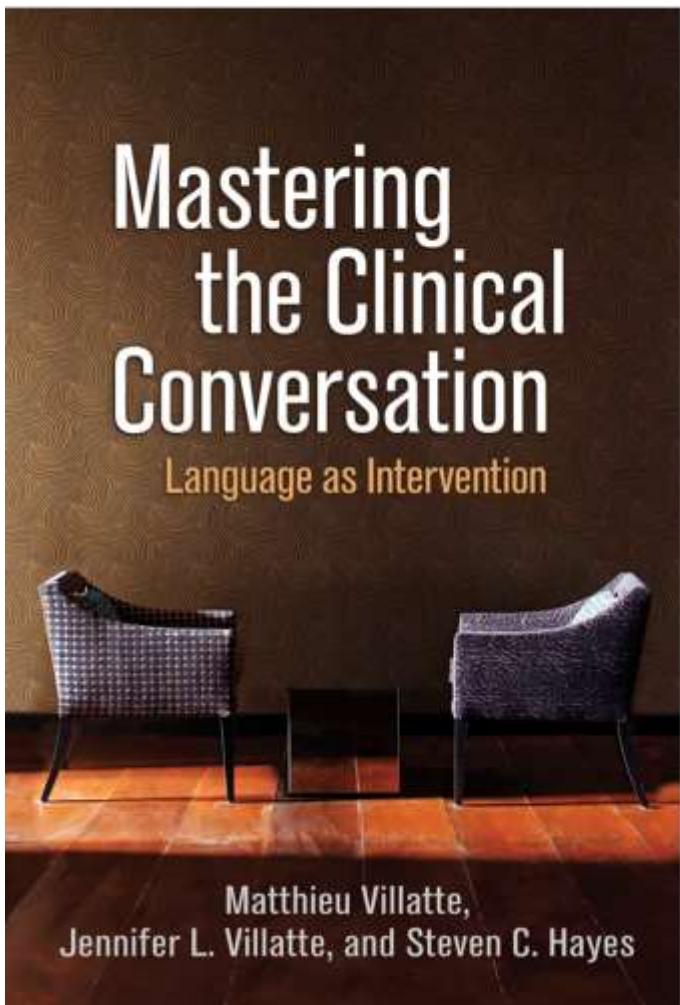


・健全な/柔軟なSelfing

- =「プロセスとしてのSelfing」と「文脈としてのSelfing」の組み合わせを一貫して実践すること
- =「概念としての自己」に関する柔軟性のない関係フレーミングを最小限に抑え、価値と一致した行動を最大化すること

4 方法

(2) Mastering the Clinical Conversationの概要



目次

1. 言葉の力
 2. 言葉と精神病理
 3. 変化をもたらすシンボリックなツール
 4. 心理アセスメント
 5. 行動変容の活性化と形成
 6. 柔軟な自己の感覚を構築
 7. 意味づけと動機づけの育成
 8. 体験的メタファーの構築と伝達
 9. フォーマルな実践による体験的スキルの訓練
 10. 治療関係強化
- エピローグ
RFTを心理療法に活用するためのクイックガイド
本書で使用した用語の実用的な定義

4 (2)-①言葉の力と精神病理

この本の目的：セラピストとクライアントが言葉の力を利用して、

(1) 行動に影響を与える文脈的特徴を特定し、変化を促すこと。

人間の心理に影響を与える学習プロセス

馴化、レスポンデント学習、
オペラント学習、社会的学習
シンボリック学習

し、



心理療法士のための言葉の持つ意味

シンボリックな関係 = 人間の全精神概念の核心

セラピストは言葉を避けられない

結果は複雑 ⇔ プロセスは単純

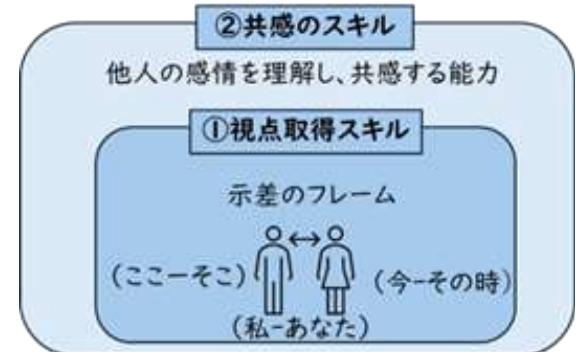
言葉は文脈感受性を変化させる

削除ボタンはない

言葉はロジカルではなく、サイコ-ロジカル



言葉と精神病理学の関係



4(2)-②臨床会話によるアセスメントとアプローチ

NIVR

文脈感受性のアセスメント

先行条件に対する文脈感受性

結果に対する文脈感受性

文脈感受性のモニタリング

ルールとルールフォロイング

行動に対する強力な影響の源となるルール

(随伴性「先行事象-行動-結果」の記述)

プランアンス

不適切なトラッキング

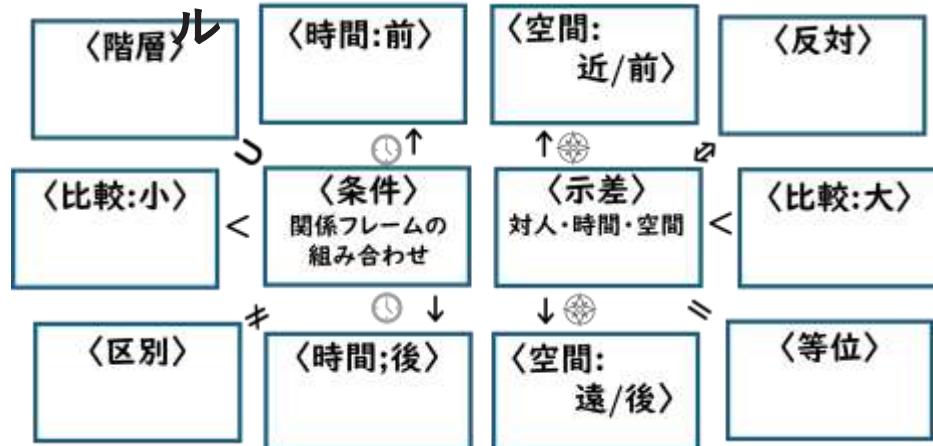
不正確なトラッキング

適応のピークにつながるトラッキング

ルールと行動の有効性を結ぶ条件は?

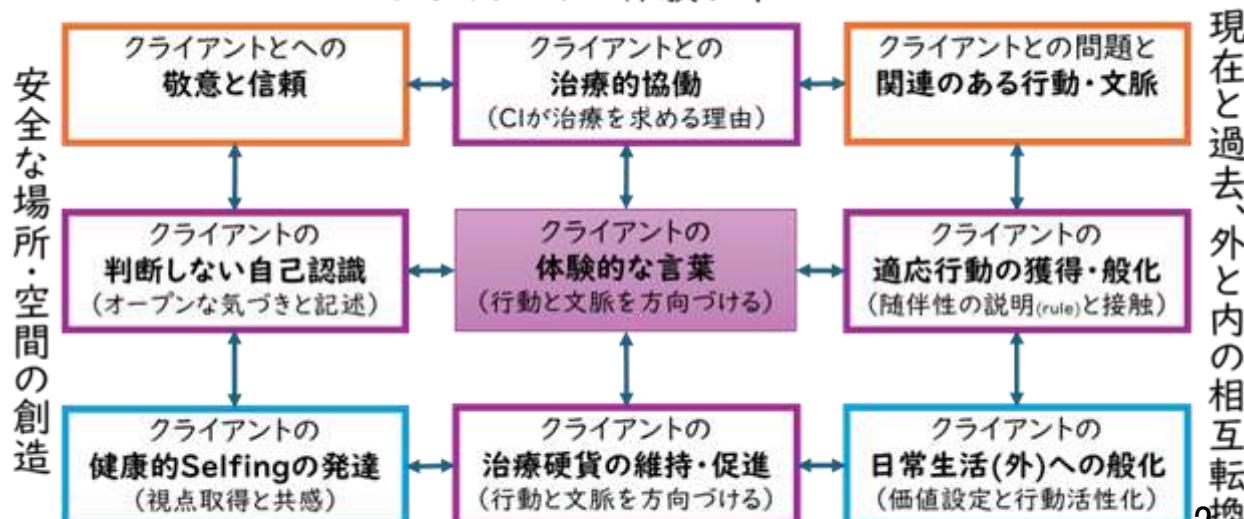
本質的一貫性
社会的一貫性
機能的一貫性

さまざまな関係フレームスキル



アセスメントのための体験的文脈の創造

クライアントの体験が中心



治療プロセスをクライアントの人生に結びつける

4 (2)-③臨床会話によるアプローチ

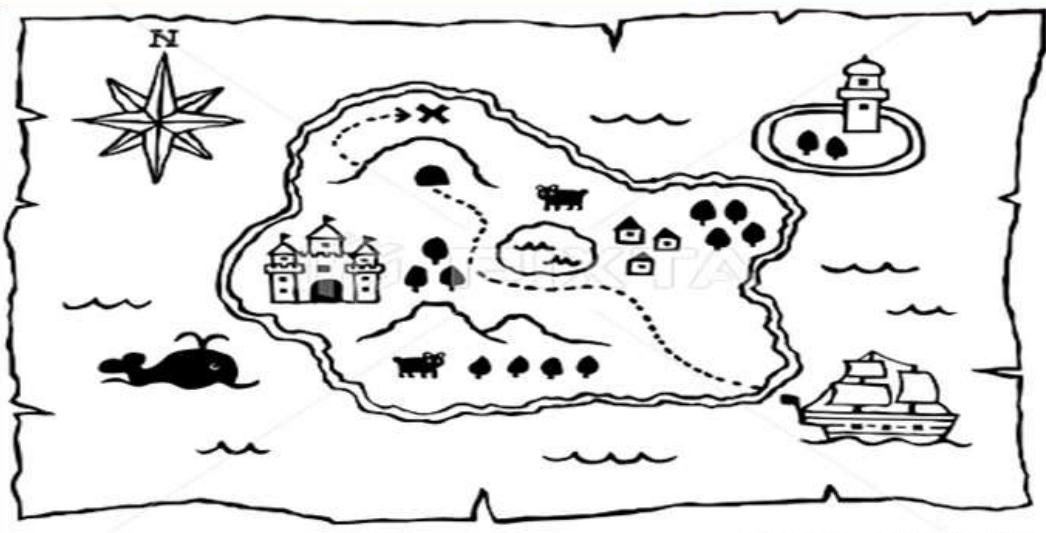
柔軟性を高める

機能的な文脈への気づきを高める

観察

記述

トラッキング

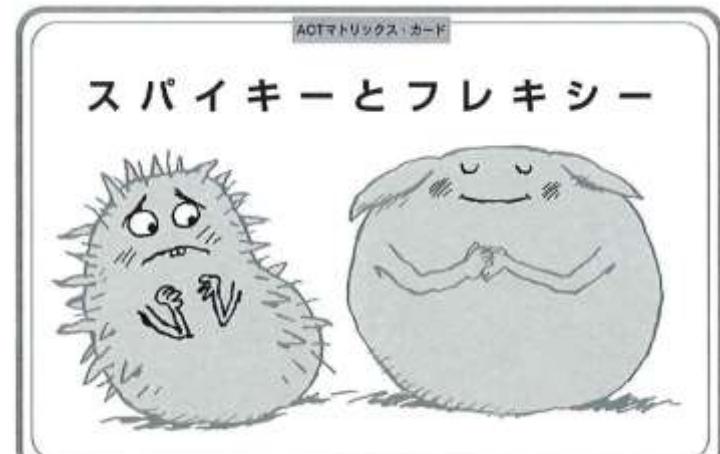


言葉を使って行動変容を促す
行動原理を活用する

先行事象:
プライアンスよりも
トラッキングを強化

行動:
段階的な
行動変容への強化

結果:
問題行動の弱化

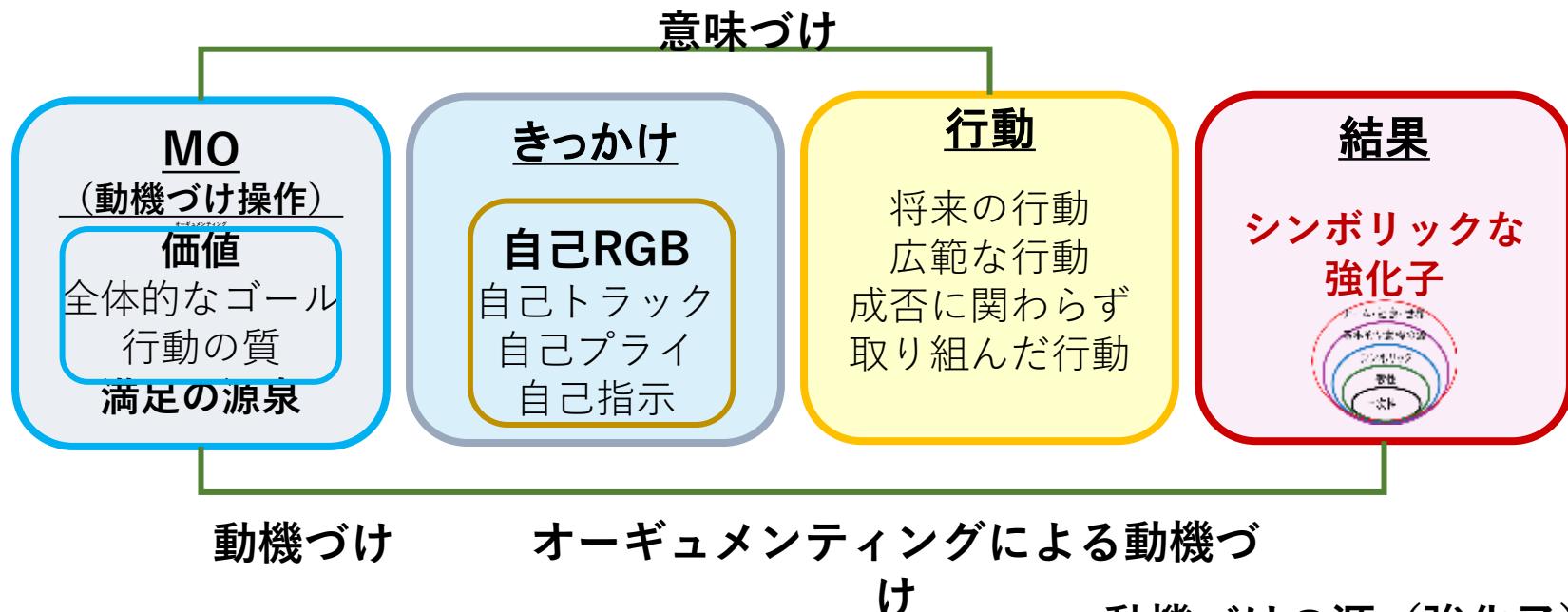


スパイキー化=言葉が、体験にシンボリックな機能を付与し、問題となる機能が優位になり、反応の柔軟性を狭めることがある。

スパイキーの継続=これらの機能を取り除くこうとしても、派生プロセスが常にネットワークに再インストールするので、それは無駄な努力である。

フレキシー化=そこで、影響の源のシンボリックな文脈を変え、新しい反応を喚起する代替機能

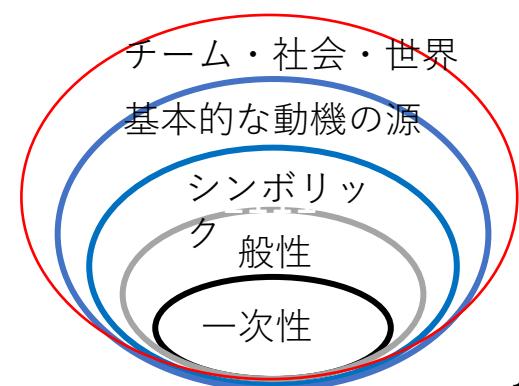
4 (2)-④意味づけと動機づけの育成



クライアントを支援するためには、クライアントを役に立つ方向（価値への方向）へ導く可能性のある、影響の源を特定し、そこに焦点を当てる必要がある

動機づけにおける言葉の役割

- 行動の満足感をもたらす
- 意味づけを明確に伝えることで不確実性を克服する



4 (3)弊社での取り組み

ア)CBS研究会：外部参加者も含めた有志によるCBSについての研究会

- ・2024年度：A Contextual Behavioral Guide to the Selfの解説・演習
- ・2025年度：Mastering the Clinical Conversationの解説・演習

イ)マスターコース研修：SL内でのマスターコース研修

- ・(1)(2)の内容を重要な学習ポイントとして位置づけ
- ・他の研修内容との関連づけも行いながら研修を実施

ウ)初期研修「自分ケースフォーミュレーション」：弊社入社時の研修

- ・自己の理解促進が、サポート上のポイントであるという考え方
- ・研修の最後に「自分ケースフォーミュレーション」に取り組む
- ・FB：個々のSelfingを検討、柔軟性を高める臨床対話をの実践

5 結果

(1)研修資料の作成

参加者の理解を促進するため、これらの文献に基づいた図解も含めた資料を筆者が相当量作成している。

(2)参加者の声

◎CBS研究会やマスターコース研修の参加者

「支援者自身の自己についての理解を深め、それぞれの対象者の状況を、科学的根拠に基づき理解することに役立った」

◎初期研修の参加者

「今まで自分では気づいていなかった自分について知ることができ、不安はなくならないが前向きに仕事に取り組みたい」との声があがっている。

6 課題と展望

CBSやRFTをベースとしたアプローチを自己や対話での実践にまで深めて理解することは、ヒューマンサポートを行う全ての人にとって、革新的に役立つものであると考えている。

一方で、それらの理解と実践には、図解を含めた詳細な資料や研修、そしてそれらを体験的に実践できる演習の機会も必要となる。それら学習環境を整えられるよう、引き続き尽力していきたい。

【引用文献】

1. A Contextual Behavioral Guide to the Self. Theory and Practice. Louise McHugh, Ian Stewart. Priscilla Almada. Steven C. Hayes. New Harbinger Publications. Context Press.2019.
2. Mastering the Clinical Conversation. Language as Intervention. Matthieu Villatte. Jennifer L. Villatte. Steven C. Hayes. THE GUILFORD PRESS . 2016.