

Teacher Teacher

にちにち勉強会

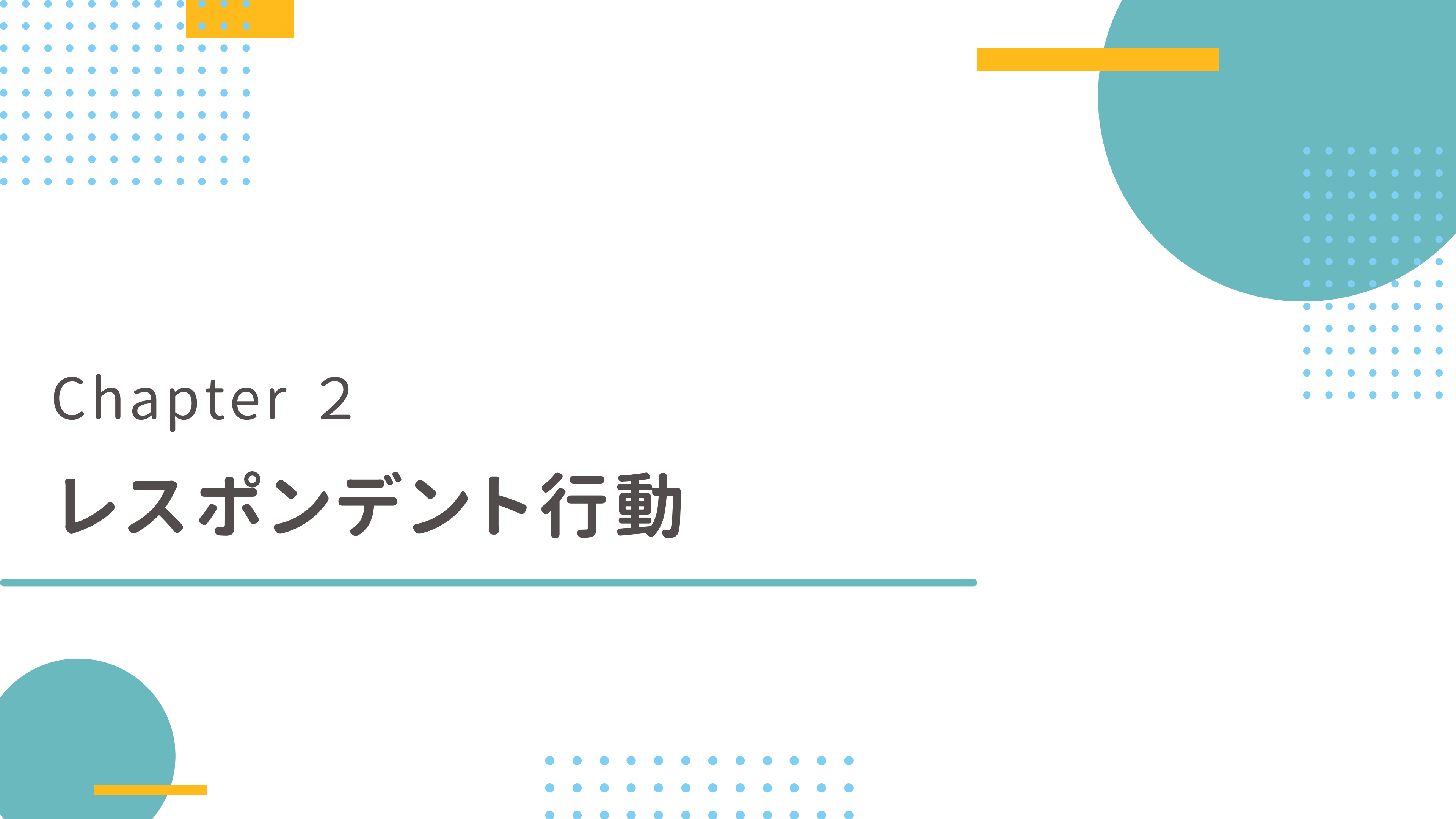
第2回



プログラム構成

1. 行動分析学とは（1コマ）
2. レスポンドेंट行動（1コマ）
3. オペラント行動（2～3コマ）
4. 生活への応用ー応用行動分析学ー（2～3コマ）

※ 1コマ30～40分



Chapter 2

レスポナデント行動

前回の復習

- 1 トートロジーは個人攻撃の罠
- 2 改善したい課題があるときはトートロジーを用いない
- 3 行動分析学は行動を科学的に理解する学問
- 4 レスポンデント行動とオペラント行動がある

どうして運動が
継続できないの？



意志が弱いからよ



どうして意志が
弱いと言えるの？



何も継続できない
からよ



トートロジー
(同義反復)

どうして運動が
継続できないの？

何も継続できな
からよ

個人攻撃の罠

志が弱いからよ

どうして意志が
弱いと言えるの？

人の行動の「科学的」な理解の仕方

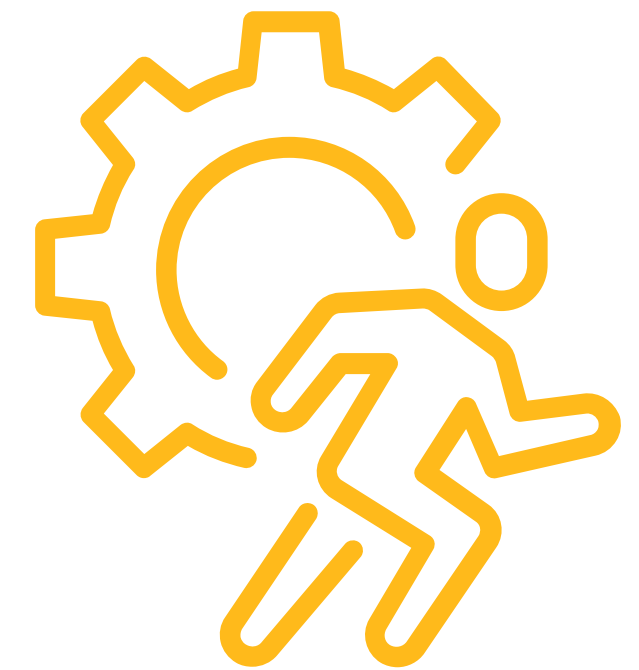
行動分析学



前後の状況による区分け

● レスポンデント行動

● オペラント行動



今日のテーマ

レスポナデント行動とは
～身近な事例から学ぼう～



● 無条件反応と無条件刺激

無条件反応

= 熱いものに触れたら瞬時に手を引っ込めたり、強い光を見て瞬時に目を閉じたり、大きな音を聞いて心臓がドキドキしたりする、**生まれつきある人間の反応。**

無条件刺激

= 無条件反応を誘発する**きっかけとなった刺激**

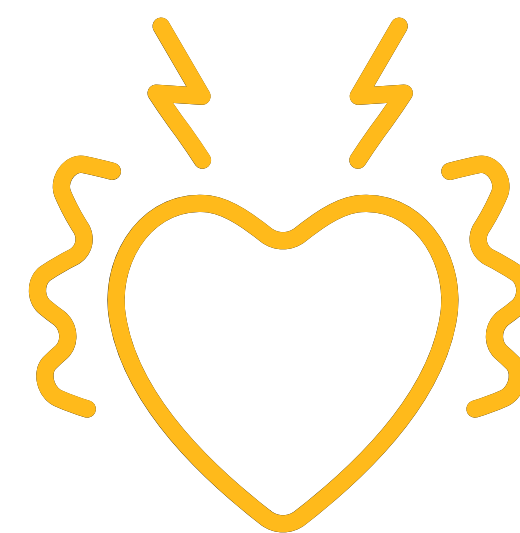


ワーク

事例で見よう

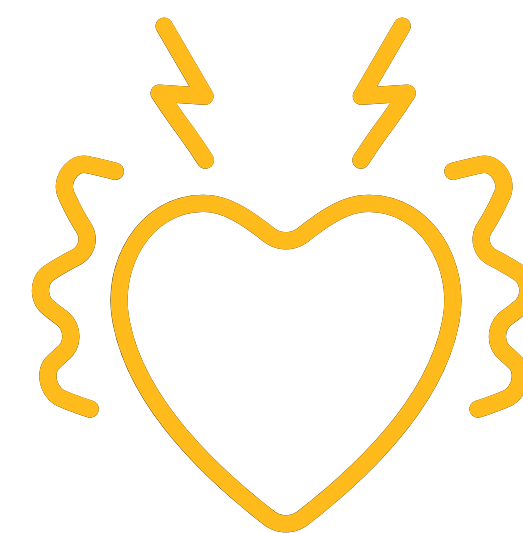
事例 1

スイミングスクールの選手コースに所属しているユミコさんは、新任コーチのプールサイドに響き渡る大きな怒鳴り声を聞いて、心臓がドキドキして足が震えてしまいました。今までに聞いたこともないほどの大きな怖い怒鳴り声だったのです。次の日にまたスイミングプールへ行くと、またそのコーチの大きな怒鳴り声を聞いて、同じように心臓がドキドキしてしまいました。



事例 1

スイミングスクールの選手コースに所属しているユミコさんは、新任コーチのプールサイドに響き渡る大きな怒鳴り声を聞いて、心臓がドキドキして足が震えてしまいました。今までに聞いたこともないほどの大きな怖い怒鳴り声だったのです。次の日にまたスイミングプールへ行くと、またそのコーチの大きな怒鳴り声を聞いて、同じように心臓がドキドキしてしまいました。



事例 2

日本へ旅行で初めてやってきたヨアンさんは、ガイドブックでおいしいと紹介されている寿司屋へ行きました。人生で初めて目にする鮮魚と寿司に驚きながらもそのおいしさに舌鼓を打ち、それから日本にいる間に4回も寿司屋へ足を運びました。



事例 2

日本へ旅行で初めてやってきたヨアンさんは、ガイドブックでおいしいと紹介されている寿司屋へ行きました。人生で初めて目にする鮮魚と寿司に驚きながらもそのおい
しさに舌鼓を打ち、それから日本にいる間に4回も寿司屋へ足を運びました。

無条件刺激
無条件反応



ワーク

さらに見てみよう

事例 1

スイミングスクールの選手コースに所属しているユミコさんは、新任コーチのプールサイドに響き渡る大きな怒鳴り声を聞いて、心臓がドキドキして足が震えてしまいました。今までに聞いたこともないほどの大きな怖い怒鳴り声だったのです。次の日にまたスイミングプールへ行くと、またそのコーチの大きな怒鳴り声を聞いて、同じように心臓がドキドキしてしまいました。2週間同じような経験をしながら、なんとかスイミングスクールに通いました。それから数日後に、スイミングスクールの前を通ったとき、ユミコさんはスイミングスクールの独特の匂い（塩素の匂い）を嗅ぐだけで心臓がドキドキして足が震えるようになってしまいました。

事例 2

日本へ旅行で初めてやってきたヨアンさんは、ガイドブックでおいしいと紹介されている寿司屋へ行きました。人生で初めて目にする鮮魚と寿司に驚きながらもそのおい
しさに舌鼓を打ち、それから日本にいる間に4回も寿司屋へ足を運びました。
無条件刺激
無条件反応
旅行から帰って家族や友人に旅行の写真を見せると、撮りためた寿司や醤油の写
真を見ただけでヨアンさんの口にはジュワッと唾液がわいてくるのでした。

パブロフ型条件づけ

(レスポナデント条件づけ、古典的条件づけ)

ある刺激と別の刺激を繰り返し組み合わせることで、
新しい反応を学習すること

<パブロフの犬>

1. もともとの反応（無条件反応）
食べ物 → 唾液が出る
2. 学習の過程（条件づけ）
ベルの音 + 食べ物 → 唾液が出る（何度も繰り返す）
3. 学習の結果（条件反応の獲得）
ベルの音 → 唾液が出る（食べ物がなくても反応する）



条件反応と条件刺激

条件反応

= 元々は特定の刺激に対して起こらなかった反応が、学習によって**特定の刺激と結びつき、条件付きで引き出されること。**

条件刺激

= 条件反応を誘発する**きっかけとなった刺激**



事例 1

スイミングスクールの選手コースに所属しているユミコさんは、新任コーチのプールサイドに響き渡る大きな怒鳴り声を聞いて、心臓がドキドキして足が震えてしまいました。今までに聞いたこともないほどの大きな怖い怒鳴り声だったのです。次の日にまたスイミングプールへ行くと、またそのコーチの大きな怒鳴り声を聞いて、同じように心臓がドキドキしてしまいました。2週間同じような経験をしながら、なんとかスイミングスクールに通いました。それから数日後に、スイミングスクールの前を通ったとき、ユミコさんはスイミングスクールの独特の匂い（塩素の匂い）を嗅ぐだけで心臓がドキドキして足が震えるようになってしまいました。

無条件刺激

無条件反応

条件刺激

条件反応

事例 2

日本へ旅行で初めてやってきたヨアンさんは、ガイドブックでおいしいと紹介されている寿司屋へ行きました。人生で初めて目にする鮮魚と寿司に驚きながらもそのおい
しさに舌鼓を打ち、それから日本にいる間に4回も寿司屋へ足を運びました。

無条件反応

旅行から帰って家族や友人に旅行の写真を見せると、撮りためた寿司や醤油の写
真を見ただけでヨアンさんの口にはジュワッと唾液がわいてくるのでした。

条件刺激

条件反応



実際の子育て場面では…

安心感を育てたり、嫌なことを克服したりするのに役立つ

●寝かしつけの習慣づけ

- ・お母さんに抱っこされる → リラックス・眠くなる
- ・特定の音楽＋抱っこ → 音楽を聞くだけで眠くなる
- ・ → 音楽を流すだけで眠くなり、1人でも寝やすくなる！

●保育園・幼稚園の登園をスムーズにする

- ・大好きなぬいぐるみ → 安心感
- ・保育園の先生＋ぬいぐるみ → 先生といえると安心できる
- ・ → 慣れてくると、先生といえるだけで安心し、登園がスムーズに！

消去と自発的回復

消去

= 条件刺激を提示しても、条件反応が徐々に消えていく現象のこと。

自発的回復

= 消去された条件反応が、時間が経つと再び現れる現象のこと。

ワーク

事例で見よう

事例 3

大学生のシズカさんはある日、大学へ行く途中の道で交通事故を目撃しました。大きな音がして、人の悲鳴や大きな怒鳴り声も聞こえて、とても怖い思いをしました。シズカさんの心臓の動悸は激しくなり、足がガクガクと震えました。翌日にその道を使って通学しようとする、もう事故は片づけられているにもかかわらず、心臓がドキドキし足が震えてしまいました。それからその道を使って通学しているうちに、シズカさんは事故現場を通ってもドキドキしたり足が震えたりすることはなくなりました。大学が夏休みに入り、1ヵ月ほどシズカさんはその道を通ることはありませんでした。大学が再び始まりその道を久しぶりに通った際、シズカさんは再び心臓がドキドキし足が震える体験をしました。

事例 3

大学生のシズカさんはある日、大学へ行く途中の道で交通事故を目撃しました。大きな音がして、人の悲鳴や大きな怒鳴り声も聞こえて、とても怖い思いをしました。シズカさんの心臓の動悸は激しくなり、足がガクガクと震えました。翌日にその道を使って通学しようとすると、もう事故は片づけられているにもかかわらず、心臓がドキドキし足が震えてしまいました。それからその道を使って通学しているうちに、シズカさんは事故現場を通ってもドキドキしたり足が震えたりすることはなくなりました。大学が夏休みに入り、1ヵ月ほどシズカさんはその道を通ることはありませんでした。大学が再び始まりその道を久しぶりに通った際、シズカさんは再び心臓がドキドキし足が震える体験をしました。

無条件刺激

無条件反応

条件刺激

条件反応

消去

自発的回復

事例 4

ケイさんは小学生の頃、鼻炎と中耳炎を何度も発症し、治療のために街の耳鼻科に通っていました。耳鼻科での治療はとても痛くて辛いもので、耳鼻科に近づくにつれ、ケイさんの心臓はドキドキし、呼吸が速くなりました。耳鼻科に到着して病院の建物を見ただけでさらに動悸が激しくなっていました。それからは、元気なときでも別の用事でその耳鼻科の前を通るたびに、同じように心臓がドキドキして、呼吸が速くなるようになりしました。中学生になってケイさんの鼻炎や中耳炎も治り、耳鼻科の前を度々通っても以前のようにドキドキしたり呼吸が速くなったりすることはなくなりました。大学生になって実家を離れたケイさんが久しぶりに帰省をし、その耳鼻科の前を通ったとき、久しぶりに心臓がドキドキし、呼吸が速くなる経験をしました。

事例 4

ケイさんは小学生の頃、鼻炎と中耳炎を何度も発症し、治療のために街の耳鼻科に通っていました。耳鼻科での治療はとても痛くて辛いもので、耳鼻科に近づくにつれ、ケイ
さんの心臓はドキドキし、呼吸が速くなりました。耳鼻科に到着して病院の建物を見た
だけでさらに動悸が激しくなっていました。それからは、元気なときでも別の用事で
その耳鼻科の前を通るたびに、同じように心臓がドキドキして、呼吸が速くなるようになり
ました。中学生になってケイさんの鼻炎や中耳炎も治り、耳鼻科の前を度々通って
も以前のようにドキドキしたり呼吸が速くなったりすることはなくなりました。大学生
になって実家を離れたケイさんが久しぶりに帰省をし、その耳鼻科の前を通ったとき、
久しぶりに心臓がドキドキし、呼吸が速くなる経験をしました。

無条件刺激

無条件反応

条件刺激

条件反応

消去

自発的回復

暴露療法（エクスポージャー療法）

●怖いものや不安を感じるものに少しずつ慣れさせることで、**恐怖や不安を克服する治療法**

- 行動療法的一种で、レスポナデント条件づけの「消去」の原理を利用
- 「怖いもの＝安全」だと学習することで、恐怖や不安を克服する

刺激般化

般化とは…

ある特定の刺激に対して学習した反応を、類似した別の刺激にも示すこと

< 例 >

担任の先生にいつも厳しく叱られて恐怖を感じるようになった小学生が、その担任の先生と**同じような背格好の人**を街で見かけたときに法えるようになった。

実際の子育て場面では…

●言葉の習得

「犬」と教えられた子どもが、異なる種類の犬（柴犬・ゴールデンレトリバー）も「犬」と認識できる。

●マナーの学習

家で「ありがとう」と言うように教えられた子が、学校やお店でも自然に「ありがとう」と言う。

今回のまとめ

1

レスポンドント行動には**無条件反応**と**条件反応**がある。

2

無条反応は**生まれつき備わっている**反応。

3

条件反応は条件刺激によって引き起こされた、**学習された反応**。

4

条件反応は日常の**あらゆる行動場面で起きていて**、理解しておくと子育てにも役立つ。

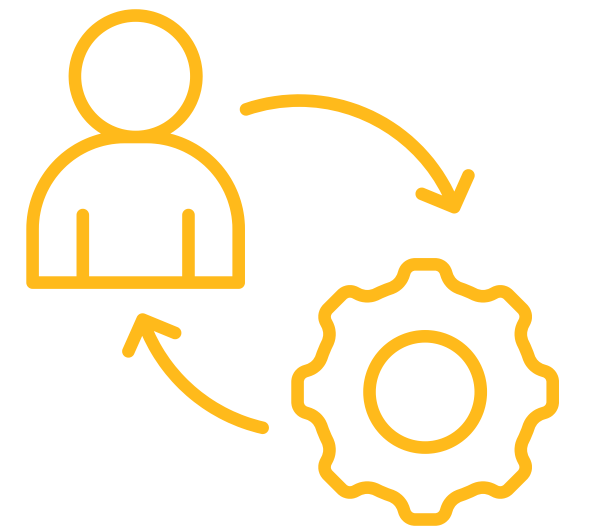
次回 >>>>

オペラント行動

=生体が自発する行動。

その行動の前後の環境との関係によって起こりやすさが変化する。

意図的にコントロールしやすい行動。



お疲れ様でした

Teacher Teacher
にちにち勉強会