

原 著

「体験の回避」の聞き取りに対する機能的行動アセスメントに基づいた
訓練が大学生の学習に与える効果
—模擬心理面接動画によるスキル評価を用いて—¹⁾

松 川 昌 憲^{2)3)a}, 大 屋 藍 子^b

同志社大学大学院心理学研究科^a, 同志社大学心理学部^b

〒610-0394 京都府京田辺市多々羅都谷1-3^{a b}

Effects of functional behavioral assessment training to identify clients' experiential
avoidance on students' performance: Using a Video-Based Task

Masanori MATSUKAWA^a, Aiko OHYA^b

Graduate School of Psychology, Doshisha University^a, Faculty of Psychology, Doshisha University^b

Tataramiyakodani, Kyotanabe, Kyoto, 610-0394, Japan^{a b}

This study examined the effectiveness of training based on functional assessment for experiential avoidance in psychotherapy among university students majoring in psychology. A total of 30 psychology students participated, 17 in the experimental group and 13 in the control group. The experimental group received instructions on the fundamental concepts of functional assessment of experiential avoidance and engaged in practical exercises to apply this knowledge. In contrast, the control group completed a task designed to enhance their imaginative abilities by associating scenes based on photographs. The results showed a significant improvement in the experimental group's accuracy in identifying experiential avoidance, as demonstrated by the client in a simulated psychotherapy video. Specifically, moderate or greater improvements were observed in correctly identifying external avoidance targets and behaviors. However, no improvement was found in recognizing internal avoidance targets or universal experiential avoidance, and the questionnaire results showed little effect of the intervention. Future research should include follow-up studies targeting graduate students majoring in clinical psychology, who have begun accumulating clinical experience. This would help refine the intervention content for better effectiveness.

Key words: 機能的行動アセスメント, ABC 分析, 体験の回避, 聞き取り訓練, アクセプタンス&コミットメント・セラピー

1) 本研究は, JST 次世代研究者挑戦的研究プログラム JPMJSP2129の支援を受けた。

2) 同志社大学心理学部の武藤崇教授には本研究の助言, そして中西彩巳さん, 齊田唯さん, 佐藤綾音さんには動画作成のご協力をいただきました。この場を借りて御礼申し上げます。

3) E-mail: masapsyact@gmail.com

序

機能的行動アセスメントとは、行動分析学の概念であり、標的行動とそれを生起させる環境との相互作用に関する情報収集のことである（小笠原, 2019）。その過程では先行事象（Antecedent）—行動（Behavior）—結果事象（Consequence）からなるABC分析が用いられる。

原口・井上（2010）は臨床心理学または特別支援教育を専攻する大学院生3名に対して、発達障害児の保護者面接を想定した機能的行動アセスメント訓練に関する研究を行った。訓練では講義とビデオフィードバックを含むロールプレイを行った。訓練の結果、全参加者で発達障害児の問題行動、先行事象、結果事象等に関する質問と応答の平均生起率が上昇した。

応用行動分析学から発展した心理療法にアクセプタンス&コミットメント・セラピー（ACT）がある（Hayes et al., 2012 武藤他監訳 2014）。ACTでは「心理的柔軟性モデル」によって問題と介入の対応を提示するが、この概念は行動と環境の機能的な相互作用を不明確にする危険もあり、それを補うためにも具体的な行動選定を可能にする機能的行動アセスメントが必要とされる（武藤, 2011）。しかしACTにおける機能的行動アセスメント訓練に関する研究はこれまでなされていない。

ACTは精神病理に関わる行動として「体験の回避」に注目する（Hayes et al., 2012 武藤他監訳 2014）。「体験の回避」とは感情・思考・記憶などとの接触を拒み、それらの形態や状況に対する感受性を変える行動である（Hayes et al., 2012 武藤他監訳 2014）。「体験の回避」のアセスメントでは、まずABC分析による具体的な行動レベルでの聞き取りが求められる（Luoma et al., 2007 熊野他監訳 2009）。さらに効率的な介入には複数の「体験の回避」の共通要素から、一貫した「体験の回避」のパターンを把握することも重要である（Törneke, 2021）。本研究ではこのパターンをACTに馴染みのない学生にもイメージしやすいように「普遍的な体験の回避」と呼称した。

本研究は、ACTにおける介入を見据え、ABC分析に基づく「体験の回避」の聞き取り訓練を行い、模擬心理面接動画における「体験の回避」の推論精度向上の検討を目的とした。また、この訓練は、心理面接において複数の情報に柔軟に注意を向けるという注意プロセス訓練の側面も持つと考えられる。なぜならABC分析に基づく聞き取りでは、行動とそれを維持させている環境の両方に対し意識的に注意を向ける必要があるからである。以上から本研究での訓練は、環境への柔軟な注意を促すプロセスとして重視されるマインドフルネスとも関連が考えられる。ACTではセラピスト自身によるマインドフルネスの体現が重視される点を踏まえ（酒井・武藤, 2021）、副次的効果として参加者のマインドフルネス改善についても質問紙で検討した。

方法

実験参加者

第1著者の所属機関の大学にて募集を行った。選択基準は体験の回避に関する知識がなく、行動分析学と心理学的アセスメントの授業をともに受講していないことであった。結果、心理学部に所属する30名（男性7名、女性23名、平均年齢18.97歳、標準偏差.87歳）が実験参加者となった。実験参加の申し出の後、彼らを実験群17名と統制群13名の2群に割り当てた。群間の人数に差が生じた理由は、実験参加者の参加可能日程に偏りがあり、均質な群分けを行うには都合が合わない実験参加者が発生したためであった。群分け後の実験参加者の参加中断はなかった。実験参加者には、実験終了後8,000円の謝礼が支払われた。

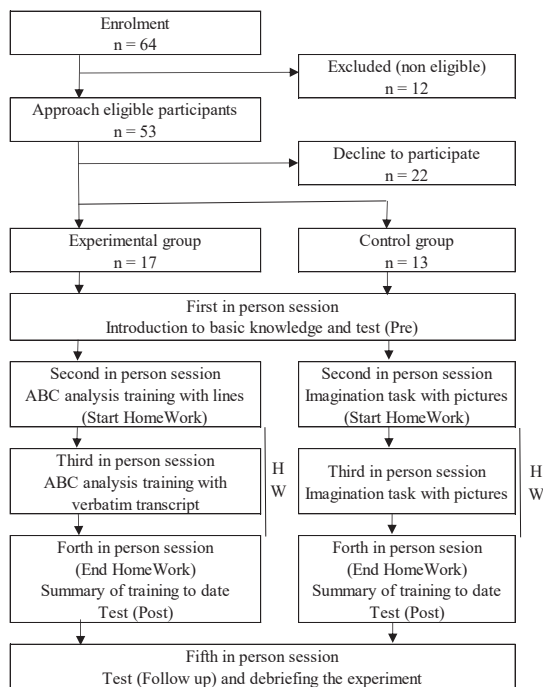
手続き

実験群にてABC分析に基づく訓練を行い、統制群ではアセスメントにおける想像力の重要性を強調した課題を行った。そして両群の比較から、ABC分析に基づく訓練の効果を検討した。

手続きの流れをFigure 1に示した。1回90分、全5回の対面セッションを両群にて実施した。さらに第2回から第4回までの期間中、両群に5分

程度のホームワーク（以下、HW）を実施した。HWは、隔日を目安に計6回、正午にメールにて送信された。実験参加者全員が、6回のHW全てに回答した。対面セッションは両群ともに、Microsoft PowerPointで作成した資料を使用して行った。対面セッション間の間隔は約1週間であった。第1回（以後、Pre）、第4回（以後、Post）、介入終了1週間後の第5回（以後、FU）にて効果指標測定を行った。

Figure 1
The flowchart of the study procedures



効果指標

効果指標は全てPre, Post, FUにて測定された。

模擬心理面接動画での体験の回避の推論課題（以下、アセスメント課題） 専用PCにて個別に実施した。1人の実験参加者につき、Pre, Post, FUごとに異なる動画を提示した。さらに3時点での動画の提示順序も参加者間でランダムになるようにした。

まずアセスメント課題の流れについて教示文を

提示した。動画内容記録用のメモ用紙も配布した。その際、メモに書く内容は自由であることを教示した。その後、視聴する動画のクライアント（以下、CI）情報（年齢、性別、職業、主訴）を提示した。内容確認後、動画を一時停止せず再生した。

動画視聴後に、動画内でCIが示した体験の回避の具体的な回避対象（例：父の叱責）と回避行動（例：家出する）の記述を求めた。さらに普遍的な体験の回避として、回避対象の要約（例：他者からの非難）、と回避行動の要約（例：その場から離れる）も記述を求めた。具体的な設問は、CIの体験の回避の（a）回避対象、（b）回避行動、（c）（a）と（b）それぞれの要約である普遍的な体験の回避、であった。（a）の回答欄は、4つ作成した。具体的には、回避対象の種類として外的（場所や時間など）と内的（不安や心配など）、回避対象の示され方としてCIが語るエピソード内とCIの面接時のセラピストに対する様子を想定した。そしてこれら2×2の組み合わせから4つの回答欄を作成した。（b）の回答欄は、（a）と同様に、回避行動の示され方（CIが語るエピソード内とCIの面接時のセラピストに対する様子）に基づき2つの回答欄を作成した。（c）の回答欄は、普遍的な外的・内的回避対象と普遍的な回避行動の3つを作成した。なおそれぞれの回答欄の存在は、アセスメント課題実施前に第1回対面セッションの資料（効果指標測定と介入の項にて後述）を用いて説明済みであった。さらにアセスメント課題回答時には、記録用メモと第1回の資料を参照してよいと教示していた。

三つの自己の体験尺度（The Three Senses of the Selves Questionnaire, TSSQ） ACTに関連するマインドフルネス指標としてTSSQ（柳原他, 2015）を使用した。TSSQは、「視点取り」「アクティブ」「今この瞬間」「概念化」の4つの下位尺度から構成されている。「視点取り」は思考や感情と距離をとる程度、「アクティブ」はそれによる柔軟な環境への働きかけの程度を表す。「今この瞬間」は、目の前の出来事を記述できる程度を表す。「概念化」は、言語的な自己イメージの強さの程度を表す。7件法で、各下位尺度について得点が高いほどそれぞれの行動形態および

機能の程度が高いことを表す。

日本語版 Five Facet Mindfulness Questionnaire (以下, FFMQ) マインドフルネス指標として FFMQ (Sugiura et al., 2012) を使用した。下位尺度は Observing, Nonreactivity, Nonjudging, Describing, Acting with awareness の 5 因子である。5 件法で回答し得点が高いほどマインドフルネスの傾向が高いことを示す。

模擬心理面接動画

心理面接場面および日常生活で現れる対人関係に関する問題行動をまとめている Callaghan (2006) を参考に作成した。動画の長さは10分程度であった。動画は3つ作成し, CI 像は全て20代の女性で主訴は人間関係の悩みを想定した。動画内容の妥当性は, ACT の実践歴13年の専門家である第2著者が事前に台本を確認することで担保した。動画1つにつき体験の回避は6つ存在した。しかし内的回避対象については, CI 役が面接内で言語化していない状況もあったため, 模範解答数は3〜4つであった。

参加者の感想

第5回対面セッション時に本研究の感想を聞き取った。質問内容は, アセスメント課題の難易度, 介入内容の難易度, アセスメント課題に対する介入内容の主観的有効性, 他学生への介入内容の推薦度, 本研究全体の感想, の5つであった。課題の難易度は, 難しかった動画とその視聴時期 (Pre, Post, FU) を質問した。介入内容については, 1 から 5 の 5 件法で評定してもらった。数字が上がるほど, 難しく, 有効で, 推薦度が高いことを示した。本研究全体の感想は自由記述で求めた。

効果指標測定と介入

効果指標測定と介入はすべて第1著者が行った。効果指標測定は, 第1, 4, 5 回対面セッションにて行い, 各群への介入は第2, 3 回対面セッションにて実施した。

効果指標測定 第1回では, 初めに本研究の説明を行い研究参加への同意を取得した後, 質問紙調査 (TSSQ, FFMQ) を行った。次に, 第1回

の資料を用いて心理的アセスメントと体験の回避およびアセスメント課題の説明を行った。その後, アセスメント課題を実施した。第4回では, 第1回の資料と合わせて, 各群これまでの振り返りを行ったうえで, Post にあたる質問紙調査 (TSSQ, FFMQ) およびアセスメント課題を行った。第5回では, 第1回の資料を配布したうえで FU の質問紙調査 (TSSQ, FFMQ) およびアセスメント課題を行った。その後本研究の感想について回答を求めた。その後, 本研究の目的が ABC 分析に基づく訓練であった旨について事後説明を行い, データ利用について改めて同意を得た。

実験群での介入 第2回の介入では, ABC 分析を紹介し活用することを目的とした。まず体験の回避の機能的側面に注目する方法として ABC 分析を紹介した。そして課題として短い CI の仮想セリフが5つ書かれた紙を配布し, それを用いた体験の回避の ABC 分析練習を行った。課題は1つのセリフごとに毎回正誤フィードバックを行った。使用した ABC 分析枠は, 先行事象, 行動, 結果のそれぞれに対し, 上部に外的な先行事象, 行動, 結果を記入し, 下部に内的な先行事象, 行動, 結果を記入する二層構造の分析枠を採用した (Ramnerö & Törneke, 2008 武藤・米山監訳 2009)。その後, テスト試行として新規セリフが5つ書かれた紙を配布し同様の課題を実施した。テスト試行では課題終了後に正誤フィードバックが与えられた。

第3回の介入では, 心理面接場面における応用的な利用を想定した。まずこれまでの復習を行った後, 課題として, 仮想の心理面接場面の逐語録を用いた体験の回避および普遍的な体験の回避の ABC 分析練習を行った。1つの逐語録内には6つの体験の回避が示されており, ABC 分析枠は第2回と同様のものを使用した。練習試行では, 1つの逐語録が書かれた紙を配布し, その内容についての体験の回避と普遍的な体験の回避のそれぞれに対し毎回正誤フィードバックを行った。その後, テスト試行として, もう1つ別の逐語録の紙を配布し, 同様の課題を実施した。テスト試行では実施終了後にまとめて正誤フィードバックを行った。

実験群での HW として、第 2 回から第 3 回対面セッションまでは、第 2 回で行った ABC 分析課題を提示した。1 回の HW につき 1 つのセリフを文字で提示した。この HW は 3 回提示された。そして第 3 回から第 4 回対面セッションにかけては、第 3 回と同様の課題を短い逐語録を用いて計 3 回行った。1 回の HW につき逐語録を 1 つ文章にて提示した。短い逐語録の中に体験の回避は 2 つ存在した。外的および内的な先行事象と結果事象は 1 つの体験の回避につき 1 つずつ存在した。ただし行動については外的な行動のみ全ての体験の回避に 1 つずつ存在した。内的な行動については、逐語録の会話の自然さを優先し、逐語録 HW の初回にて 1 つだけ明示し、その他では設定しなかった。実施した HW は、全て新奇のセリフおよび逐語録で構成されていた。全ての HW にて解答終了後に模範解答例を提示した。

統制群での介入 統制群の第 2 回および第 3 回の対面セッションでは、心理面接における CI 理解には想像力が重要である旨を教示したうえで、想像課題を行った。想像課題では、少なくとも 1 人の人間が映っている画像（例：ベンチで顔に手を当てて泣いている女性）を 1 つ提示し「これはどのような場面でしょうか。想像して、思いつくり、できるだけ詳しく書き出してください。」と教示した。そして所定の紙に 10 分間記述を求めた。この課題を 1 回の対面セッションにつき 3 回行った。用いた画像はすべて異なるものであった。第 1 著者からのフィードバックはなかった。

統制群では第 2 回から第 4 回まで、HW として想像課題を計 6 回提示した。HW は 6 回とも新奇の画像を用いて実施され、回答後のフィードバックはなかった。制限時間は設けなかった。

アセスメント課題採点の信頼性算出

ACT の訓練歴 5 年、実践歴 2 年の公認心理師資格を有する第 1 著者と ACT の実践歴 13 年の公認心理師および臨床心理士資格を有する第 2 著者が独立して模範解答をもとに採点を行った。群と時期の情報はわからないようにした。一致率（模範解答数に対する採点一致数）は回避対象で 89%（外的）と 85%（内的）、回避行動で 87%、普遍

的な回避対象で 89%（外的）と 93%（内的）、普遍的な回避行動で 94% であった。不一致部分は著者間の協議の上で再採点を行い、一致したものを最終的な分析データとした。

統計解析

本研究の実験デザインは、参加者間要因として群（実験群、統制群）、参加者内要因として時期（Pre, Post, FU）を想定した 2 要因の混合計画であった。必要なサンプルサイズは、G*Power 3.1 を用いて計算した。効果量 .25、有意水準 5%、検出力 80%、反復測定間の相関を .5 とし算出した結果、サンプルサイズは 28 名であった。

本研究では 2 要因の分散分析とノンパラメトリック検定を行った。分析には SPSS Statistics ver. 29 を用いた。分散分析の独立変数は、群（実験群、統制群）と時期（Pre, Post, FU）であった。従属変数は、アセスメント課題の正答率（模範解答数に対する正答数）と質問紙得点であった。ノンパラメトリック検定は、普遍的な体験の回避に対して実行した。具体的な検定方法として、Fisher の正確確率検定と Cochran の Q 検定を用いた。有意な結果が出た場合は、残差分析や McNemar 検定を用いた Bonferroni 法による多重比較を行った。また難しかったアセスメント課題の時期と動画種類についても、1 変数のカイ二乗検定にて分布の偏りを分析した。

倫理的配慮

本研究は、同志社大学心理学部「人を対象とする研究」に関する倫理審査委員会による承認を受けたうえで実施された（202405号）。

結 果

アセスメント課題および質問紙の結果を Table 1 に示した。また、実験群のテスト試行と HW の平均正答率を Table 2 に示した。

アセスメント課題の成績変化

アセスメント課題全体正答率は、群 ($F(1, 28) = 1.14, p = .296, \eta_p^2 = .04, n.s.$) と時期 ($F(2,$

Table 1
Analytical results of assessment task and questionnaires

	Pre		Post		FU		Main effect		Interaction		Multiple comparison
	Experimental	Control	Experimental	Control	Experimental	Control	F	F	F		
	Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)	(η^2)	(η^2)	(η^2)		
Assessment task correct answer rate											
Overall	.20 (.12)	.23 (.15)	.31 (.15)	.21 (.15)	.30 (.15)	.23 (.16)	1.14 (.04)	2.30 (.08)	3.79* (.12)	Experimental group: Pre < Post*, Pre < FU** Post: Control < Experimental†	
External avoidance targets	.18 (.14)	.24 (.22)	.31 (.22)	.19 (.15)	.34 (.25)	.24 (.19)	.75 (.03)	2.08 (.07)	3.19* (.10)	Experimental group: Pre < Post*, Pre < FU* Post: Control < Experimental†	
Internal avoidance targets	.27 (.28)	.22 (.24)	.33 (.34)	.24 (.30)	.33 (.38)	.28 (.28)	.76 (.03)	.37 (.01)	.06 (.00)		
Avoidance behaviors	.33 (.26)	.33 (.23)	.53 (.27)	.33 (.26)	.51 (.27)	.33 (.27)	2.48 (.08)	2.44* (.08)	2.44* (.08)	Experimental group: Pre < Post*, Pre < FU* Post, FU: Control < Experimental†	
TSSQ											
Active	35.12 (3.37)	30.15 (6.18)	34.47 (5.09)	29.00 (8.12)	35.82 (4.31)	29.85 (9.13)	7.13* (.20)	1.04 (.04)	.19 (.01)	FU: Control < Experimental†	
Conceptualization	27.88 (4.27)	28.62 (4.31)	29.18 (4.43)	28.15 (5.86)	29.41 (4.35)	26.23 (5.86)	.56 (.02)	.61 (.02)	3.30* (.11)		
Perspective taking	13.71 (3.60)	10.92 (3.90)	14.06 (3.90)	10.92 (3.64)	14.88 (3.34)	10.85 (3.95)	9.03** (.24)	.51 (.02)	.67 (.02)		
The present moment	17.47 (3.36)	15.69 (4.96)	17.29 (4.00)	15.00 (5.29)	18.12 (3.86)	14.46 (6.24)	2.70 (.09)	.33 (.01)	1.57 (.05)		
FFMQ											
Observing	24.82 (4.48)	22.46 (5.55)	23.65 (5.18)	21.69 (5.56)	25.00 (5.80)	21.92 (8.10)	1.56 (.05)	1.09 (.04)	.33 (.01)		
Nonreactivity	20.41 (4.78)	19.23 (3.59)	21.00 (4.58)	18.77 (4.17)	20.18 (5.20)	18.92 (4.63)	.97 (.03)	.24 (.01)	.66 (.02)		
Nonjudging	23.29 (5.97)	23.77 (6.47)	24.35 (6.86)	24.38 (7.58)	23.65 (7.03)	25.08 (8.56)	.07 (.00)	.95 (.03)	.52 (.02)		
Describing	22.65 (5.00)	21.15 (5.63)	23.12 (6.57)	20.08 (7.30)	21.88 (7.29)	19.69 (6.90)	.96 (.03)	1.96 (.07)	.89 (.03)		
Acting with awareness	26.53 (4.93)	23.31 (6.79)	26.65 (4.43)	22.69 (7.81)	25.82 (5.05)	22.62 (6.92)	2.72 (.09)	.83 (.03)	.30 (.01)		
The number of correct answers (Expected frequency)											
Universal external avoidance targets			The number of correct answers (Expected frequency)			The number of correct answers (Expected frequency)			Cochran's Q test		
Fisher's exact test			Universal			Control			McNemar's test		
Universal internal avoidance targets			2* (4.50)			p = .454			Experimental		
Fisher's exact test			p = .049*			p = .462			Q = 8.00*		
Universal avoidance behaviors			8 (8.50)			7 (6.50)			Q = 2.13		
Fisher's exact test			p = 1.00			p = .287			Q = .25		
									Experimental group: No significant difference		

† $p < .1$, * $p < .05$, ** $p < .01$

56) = 2.30, $p = .109$, $\eta_p^2 = .08$, *n.s.*) とともに主効果は有意ではなかったが、群と時期の交互作用が有意であった ($F(2, 56) = 3.79$, $p = .029$, $\eta_p^2 = .12$)。単純主効果検定の結果、時期の単純主効果は実験群において有意であり ($F(2, 56) = 6.69$, $p = .002$, $\eta_p^2 = .19$)、多重比較の結果、実験群において Pre から Post ($t(16) = 2.51$, $p = .012$, Cohen's $d = .61$)、Pre から FU ($t(16) = 3.07$, $p = .004$, Cohen's $d = .74$) に有意な向上が見られた。一方、群の単純主効果は Post において有意傾向であり ($F(1, 28) = 3.39$, $p = .076$, $\eta_p^2 = .11$)、実験群は統制群よりも正答率が高かった。

外的回避対象正答率は、群 ($F(1, 28) = .75$, $p = .394$, $\eta_p^2 = .03$, *n.s.*) と時期 ($F(2, 56) = 2.08$, $p = .134$, $\eta_p^2 = .07$, *n.s.*) とともに主効果は有意ではなかったが、群と時期の交互作用が有意であった ($F(2, 56) = 3.19$, $p = .049$, $\eta_p^2 = .10$)。単純主効果検定の結果、時期の単純主効果は実験群において有意であり ($F(2, 56) = 5.48$, $p = .007$, $\eta_p^2 = .16$)、多重比較の結果、実験群において Pre から Post ($t(16) = 2.38$, $p = .015$, Cohen's $d = .58$)、Pre から FU に有意な向上が見られた ($t(16) = 2.49$, $p = .012$, Cohen's $d = .60$)。群の単純主効果は Post において有意傾向であり ($F(1, 28) = 2.92$, $p = .098$, $\eta_p^2 = .09$)、実験群は統制群よりも正答率が高かった。

内的回避対象正答率は、群 ($F(1, 28) = .76$, $p = .391$, $\eta_p^2 = .03$, *n.s.*) と時期 ($F(2, 56) = .37$, $p = .692$, $\eta_p^2 = .01$, *n.s.*) の主効果、群と時期の交互作用 ($F(2, 56) = .06$, $p = .945$, $\eta_p^2 = .00$, *n.s.*) のいずれも有意ではなかった。

回避行動正答率は、群の主効果は有意ではなかったが ($F(1, 28) = 2.48$, $p = .126$, $\eta_p^2 = .08$, *n.s.*)、時期の主効果が有意傾向であった ($F(2, 56) = 2.44$, $p = .097$, $\eta_p^2 = .08$)。また時期と群の交互作用も有意傾向であった ($F(2, 56) = 2.44$, $p = .097$, $\eta_p^2 = .08$)。単純主効果検定の結果、時期の単純主効果は実験群において有意であり ($F(2, 56) = 5.62$, $p = .006$, $\eta_p^2 = .17$)、多重比較の結果、実験群において Pre から Post ($t(16) = 2.54$, $p = .011$, Cohen's $d = .62$)、Pre から

FU ($t(16) = 2.45$, $p = .013$, Cohen's $d = .59$) に有意な向上が見られた。群の単純主効果は Post ($F(1, 28) = 3.94$, $p = .057$, $\eta_p^2 = .12$) と FU ($F(1, 28) = 3.09$, $p = .090$, $\eta_p^2 = .10$) にて有意傾向であり、どちらも実験群が統制群よりも正答率が高かった。

普遍的な外的回避対象は、Fisher の正確確率検定 (Pre : $p = .454$, *n.s.* ; Post : $p = .377$, *n.s.* ; FU : $p = .623$, *n.s.*)、Cochran の Q 検定 (実験群 : $Q(2) = .14$, $p = .931$, *n.s.* ; 統制群 : $Q(2) = 1.27$, $p = .529$, *n.s.*) のいずれも有意ではなかった。

普遍的な内的回避対象は、Pre においてのみ Fisher の正確確率検定が有意であった (Pre : $p = .049$)。残差分析の結果、Pre にて実験群では誤答人数が有意に多く、統制群では正答人数が有意に多かった。また Cochran の Q 検定については、統制群は有意ではなかったが ($Q(2) = 1.00$, $p = .607$)、実験群では有意であった ($Q(2) = 8.00$, $p = .018$)。しかし McNemar 検定を用いた Bonferroni 法による多重比較では、どのペアにおいても有意な差はなかった (Pre-Post : $p = .070$, *n.s.* ; Pre-FU : $p = 1.000$, *n.s.* ; Post-FU : $p = .070$, *n.s.*)。

普遍的な回避行動については、Fisher の正確確率検定 (Pre : $p = 1.000$, *n.s.* ; Post : $p = .626$, *n.s.* ; FU : $p = .287$, *n.s.*)、Cochran の Q 検定 (実験群 : $Q(2) = 2.13$, $p = .344$, *n.s.* ; 統制群 : $Q(2) = .25$, $p = .882$, *n.s.*) のいずれも有意ではなかった。

質問紙の得点変化

TSSQ の下位尺度について、「アクティブ」は、Mauchly の球面性検定にて球面性の仮定が棄却された ($W = .71$, $\chi^2(2) = 9.25$, $p = .010$)。そのため、Greenhouse-Geisser の補正を適用した。結果、時期 ($F(1.55, 56) = 1.04$, $p = .346$, $\eta_p^2 = .04$, *n.s.*) の主効果と、時期と群の交互作用 ($F(1.55, 56) = .19$, $p = .768$, $\eta_p^2 = .01$, *n.s.*) はともに有意ではなかったが、群の主効果が有意であった ($F(1, 28) = 7.13$, $p = .012$, $\eta_p^2 = .20$)。

「概念化」は、時期 ($F(2, 56) = .61$, $p = .546$,

$\eta^2=.02$, *n.s.*) と群 ($F(1, 28) = .56$, $p = .460$, $\eta^2=.02$, *n.s.*) の主効果はともに有意ではなかったが³, 群と時期の交互作用が有意であった ($F(2, 56) = 3.30$, $p = .044$, $\eta^2=.11$)。単純主効果検定の結果, 時期の単純主効果は統制群において有意傾向であったが ($F(2, 56) = 2.42$, $p = .098$, $\eta^2=.08$), 多重比較の結果, 統制群のいずれの時期も有意ではなかった (Pre-Post: $t(12) = -.49$, $p = .316$, Cohen's $d = -.14$, *n.s.*; Pre-FU: $t(12) = -1.73$, $p = .055$, Cohen's $d = -.48$, *n.s.*; Post-FU: $t(12) = -1.04$, $p = .158$, Cohen's $d = -.29$, *n.s.*)。群の単純主効果はFUにおいて有意傾向であり ($F(1, 28) = 2.92$, $p = .098$, $\eta^2=.09$), 実験群が統制群よりも得点が高かった。

「視点取り」は, 時期 ($F(2, 56) = .51$, $p = .604$, $\eta^2=.02$, *n.s.*) の主効果と, 時期と群の交互作用 ($F(2, 56) = .67$, $p = .514$, $\eta^2=.02$, *n.s.*) はともに有意ではなかったが, 群の主効果が有意であった ($F(1, 28) = 9.03$, $p = .006$, $\eta^2=.24$)。

「今この瞬間」は, 時期の主効果 ($F(2, 56) = .33$, $p = .723$, $\eta^2=.01$, *n.s.*), 群の主効果 ($F(1, 28) = 2.70$, $p = .112$, $\eta^2=.09$, *n.s.*), 時期と群の交互作用 ($F(2, 56) = 1.57$, $p = .218$, $\eta^2=.05$, *n.s.*) のいずれも有意ではなかった。

FFMQ は, いずれの下位尺度も時期および群の主効果, 時期と群の交互作用のどれも有意ではなかった (Observing: 時期の主効果 $F(2, 56)$

$= 1.09$, $p = .345$, $\eta^2=.04$, *n.s.*, 群の主効果 $F(1, 28) = 1.56$, $p = .222$, $\eta^2=.05$, *n.s.*, 交互作用 $F(2, 56) = .33$, $p = .722$, $\eta^2=.01$, *n.s.*; Nonreactivity: 時期の主効果 $F(2, 56) = .24$, $p = .784$, $\eta^2=.01$, *n.s.*, 群の主効果 $F(1, 28) = .97$, $p = .333$, $\eta^2=.03$, *n.s.*, 交互作用 $F(2, 56) = .66$, $p = .519$, $\eta^2=.02$, *n.s.*; Nonjudging: 時期の主効果 $F(2, 56) = .95$, $p = .394$, $\eta^2=.03$, *n.s.*, 群の主効果 $F(1, 28) = .07$, $p = .796$, $\eta^2=.00$, *n.s.*, 交互作用 $F(2, 56) = .52$, $p = .596$, $\eta^2=.02$, *n.s.*; Describing: 時期の主効果 $F(2, 56) = 1.96$, $p = .151$, $\eta^2=.07$, *n.s.*, 群の主効果 $F(1, 28) = .96$, $p = .336$, $\eta^2=.03$, *n.s.*, 交互作用 $F(2, 56) = .89$, $p = .417$, $\eta^2=.03$, *n.s.*; Acting with awareness: 時期の主効果 $F(2, 56) = .83$, $p = .440$, $\eta^2=.03$, *n.s.*, 群の主効果 $F(1, 28) = 2.72$, $p = .110$, $\eta^2=.09$, *n.s.*, 交互作用 $F(2, 56) = .30$, $p = .740$, $\eta^2=.01$, *n.s.*)。

参加者の感想

介入の難易度評定の平均は, 実験群が3.76 (標準偏差 .44), 統制群が3.46 (標準偏差 .52), 有効度評定の平均は, 実験群が4.76 (標準偏差 .44), 統制群が4.23 (標準偏差 .60), 推薦度評定の平均は, 実験群が4.59 (標準偏差 .51), 統制群が4.62 (標準偏差 .51) であった。アセスメント課題の難易度は, 動画 ($\chi(2) = .75$, $p = .687$, *n.s.*),

Table 2
Average correct answer rate for test trials and HW in the experimental group

	Antecedents (A)		Behaviors (B)		Consequences (C)		Universal experiential avoidance		
	External	Internal	External	Internal	External	Internal	Avoidance target		Avoidance behavior
							External	Internal	
Second in person session	.93	.98	.99	.99	.99	1.00			
HW1	.65	1.00	1.00	.94	1.00	1.00			
HW2	1.00	1.00	1.00	1.00	.88	1.00			
HW3	.94	.94	1.00	.94	.88	.88			
Third in person session	.50	.27	.54	.18	.08	.32	.00	.00	.00
HW4	.75	.69	.92	.50	.64	1.00	.72	.61	.83
HW5	.62	.71	.85		.56	.85	.47	.88	.76
HW6	.50	.71	1.00		.53	.82	.41	.94	1.00

時期 ($\chi(2) = 3.25, p = .197, n.s.$) ともに有意な偏りはなかった。

論 議

本研究では、心理学部の学生を対象に ABC 分析に基づく訓練を行い、模擬心理面接動画における体験の回避の推論精度への効果を検討した。さらに副次的な効果としてマインドフルネスへの影響も質問紙にて測定した。その結果、アセスメント課題全体、外的回避対象、回避行動の正答率において、実験群は効果量である Cohen' d の値から中程度以上の改善を示した(水本・竹内, 2008)。しかし内的回避対象と普遍的な体験の回避については効果が見られなかった。このことから、ABC 分析訓練は特に外的回避対象や具体的な回避行動の推論に有効であることが示唆された。

質問紙調査ではマインドフルネスの改善は見られなかった。一方、実験群において TSSQ の「概念化」得点が高まった。これについては、実験群の参加者が「心理専門職としての自己」を強く認識した可能性が考えられる。実験群の感想では、「今後心理職に就きたいと考えているので非常に勉強になった。」との感想もあった。このことから実験群においては、訓練内容の専門性の高さによって、「専門的なアセスメントを行っている自己」がより強く意識された可能性が考えられる。

CI のセリフを用いた ABC 分析課題では全体的に高い正答率が示された (Table 2)。このことから、実験群において ABC 分析の基礎的な理解は獲得されていたと考えられる。しかし逐語録を用いた応用課題では正答率が低下し、特に普遍的な体験の回避については、第 3 回対面セッション時点では正答率が 0 % であった (Table 2)。これは時間制約や難易度の高さが影響したと考えられる。ただしその後の HW では全体的な正答率の改善が見られている (Table 2)。これより、学習内容それ自体は第 3 回対面セッションにて理解されていたと考えられる。

原口・井上 (2010) では訓練により問題行動や先行事象・結果事象の聞き取りが増加することが示されていた。本研究でも、訓練により外的回避

対象と回避行動の正答率が改善した。このことから、心理面接においても、ABC 分析訓練が CI の具体的な行動に対するセラピストの敏感性を高める可能性が示唆された。

本研究の実験参加者は学部生であった。心理専門職訓練プログラムとしての妥当性検討には、心理専門職を目指す大学院生を対象とした追試検討が必要である。

引用文献

- Callaghan, G. M. (2006). The Functional Idiographic Assessment Template (FIAT) System: For use with interpersonally-based interventions including Functional Analytic Psychotherapy (FAP) and FAP-enhanced treatments. *The Behavior Analyst Today*, 7 (3), 357-398.
<https://doi.org/10.1037/h0100160>
- 原口 英之・井上 雅彦 (2010). 発達障害児の問題行動のアセスメントに関する面接者トレーニングの効果 行動療法研究, 36 (2), 131-145. https://doi.org/10.24468/jjbt.36.2_131
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Mindful Change* (2th ed.). The Guilford Press.
- (ヘイズ, S. C., ストローサル, K. D., & ウィルソン, K. G. 武藤 崇・三田村 仰・大月 友 (監訳) (2014). アクセプタンス & コミットメント・セラピー (ACT) 第 2 版——マインドフルな変化のためのプロセスと実践—— 星和書店)
- Luoma, J. B., Hayes, S. C., & Walser, R. D. (2007). *Learning ACT: An Acceptance & Commitment Therapy Skills-Training Manual for Therapists*. New Harbinger Publications.
- (ルオマ, J. B., ヘイズ, S. C., & ウォルサー, R. D. 熊野 宏昭・高橋 史・武藤 崇 (監訳) (2009). ACT (アクセプタンス &

- コミットメント・セラピー) をまなぶ——セラピストのための機能的な臨床スキル・トレーニング・マニュアル—— 星和書店)
- 水本 篤・竹内 理 (2008). 研究論文における効果量の報告のために——基礎的概念と注意点—— 関西英語教育学会紀要『英語教育研究』, 31, 57-66.
- 武藤 崇 (2011). 行動分析学と ACT——精神病理, 「素朴な」心理療法のアジェンダ, メタファー, そして ACT モデル—— 武藤 崇 (編) ACT ハンドブック (pp.79-102) 星和書店
- 小笠原 恵 (2019). 機能的行動アセスメント 日本行動分析学会 (編) 行動分析学事典 (pp. 486-489) 丸善出版
- Ramnerö, J., & Törneke, N. (2008). *The ABCs of Human Behavior: Behavioral Principles for the Practicing Clinician*. Context Press.
- (ランメロ, J., & トールネケ, N. 松見 順子 (監修) 武藤 崇・米山 直樹 (監訳) (2009). 臨床行動分析の ABC 日本評論社)
- 酒井 美枝・武藤 崇 (2021). アクセプタンス & コミットメント・セラピー (ACT) から見たマインドフルネス 心理学評論, 64 (4), 452-459.
https://doi.org/10.24602/sjpr.64.4_452
- Sugiura, Y., Sato, A., Ito, Y., & Murakami, H. (2012). Development and validation of the Japanese version of the Five Facet Mindfulness Questionnaire. *Mindfulness*, 3, 85-94.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s12671-011-0082-1>
- Törneke, N. (2021). Clinical functional analysis and the process of change. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 12 (1), 75-93.
<http://dx.doi.org/10.18761/PAC.2021.v12.RFT.01>
- 柳原 菜美佳・嶋 大樹・齋藤 順一・川井 智理・熊野 宏昭 (2015). 三つの自己の体験尺度の作成および信頼性と妥当性の検討 行動療法研究, 41 (3), 225-238.
https://doi.org/10.24468/jjbt.41.3_225
- (2025年7月14日受稿, 2025年12月13日受理)