

# 自然と関わるセラピー

長谷川 芳 典

本稿は、自然に関わることが、「癒し」や「生活の質 (Quality of Life) の向上」にどうつながるのかについて、行動分析学の視点からの研究の可能性を探ることを目的とする。

## 1. 「自然」「セラピー」「関わる」の定義

初めに、本稿の主題である「自然」、「セラピー」、「関わる」それぞれの概念を明確にしておこう。

### 1.1. 自然とは何か

2003年2月10日の本プロジェクト公開研究会でも指摘したように、ここで対象とする「自然」は、辞書で定義されている「人手を加えない、物のありのままの状態・成行き」とは大きく異なる。「自然と関わる」と言う以上、自然に対して人が何らかの関与をすること、例えば、自然を改造して田畑や牧場を作ったり、そこで作物や動物を育てたりすることを含む。

人間から独立した自然は、人類誕生以前からずっと存在し、今もわずかながら地球の各所に残されている。しかし、それ自体は、人間に対して決してフレンドリーではない。我々が好む「自然」風景は、じつは、人間が原生林を破壊し、手を加えてこしらえた「共生」の結果であるということをもまず理解しておく必要がある。

### 1.2. セラピーとは何か

「セラピー」や「療法」は多種多様であり、大学生協の和書検索で検索したところ、2003年2月末時点で

- ・タイトルに「セラピー」を含む和書：253冊
  - ・タイトルに「療法」を含む和書：2001年9月～2003年2月までの刊行209冊／それ以前は10000冊以上で件数オーバー。
- となっていた。

またインターネット上で検索したところ (2003年2月末現在)、

- ・Yahooの「健康と医学：各種療法」カテゴリーに登録されているサイト数139
- ・Google日本語版でヒットした数は、「セラピー」が58700件、「療法」が約823,000件となっている。

長谷川 (2001b) が2001年8月5日に同じ方式で検索した結果と比較してみると、その後の1年半あまりのうちに、タイトルに「セラピー」を含む書籍が62冊、「療法」を含む書籍が209冊、「療法」とい

う語を含むWebコンテンツ数は455000件<sup>\*1</sup>も増加していた。このように、単に数が多いというばかりでなく、現在も増加を続け関心を集めている領域であると言うことができる。なお、「セラピー」と「療法」は多少ニュアンスが異なるが本稿では区別しない。以下、特に必要が無い限りは「セラピー」のみを用いることとする<sup>\*2</sup>。

さて、セラピーの中には、それを実施するための国家資格が定められていたり保険点数として認められているものもあるが、大部分はいわゆる「民間療法」のカテゴリーに属している。長谷川(2001b)が指摘したように、「セラピー」は従来、何らかの治療目的がありその手段として位置づけられている場合が多かった。しかし、各種多様なセラピーの中には、医療効果が明確に検証されたものもあれば、宗教活動に近いものもある。

また、長谷川(1998, 1999, 2001b)が指摘したように、仮に人工的な実験室内で一定の医療効果が確認されたとしても、それだけをもって、あらゆる人にあらゆる場面で同じような効用があるとの保証はどこにもない。

では大部分のセラピーは有効性の疑わしい紛い物なのだろうか。これに対して、長谷川(2001b)は、

- ・セラピーには手段としてのセラピーと、それに関わることで自分が楽しみとなるようなセラピーという2種類があること
- ・手段としてのセラピーは、医療効果についての厳密な検証が必要であるが、それに関わることで自分が楽しみとなるようなセラピーは、医療効果ではなく、むしろ、対象者の全人的な生活の質(QOL)の向上にどれだけ寄与するかという観点から評価すべきである

と指摘した。長谷川(2001b)はさらに、松尾(2000)<sup>\*3</sup>が「園芸療法」と「園芸福祉」について行った区別を一般化し、医療効果を最終目的としないセラピーの役割を次のようにまとめた。

\*1 1年半前に比べて総数で2.2倍増加にあたる

\*2 松尾(1998)は、医学大辞典などから「療法」「セラピー」を含む語句を抽出し、あわせて、「なんでも療法と呼ぶ動きに現代の病理がある」とする野田正彰氏の発言(1996.10.24.朝日新聞記事)に言及している。

\*3 園芸療法に関連して松尾(2000)は

(1)療法とはもともと治療法からきたものであり、医療的なかわりを要する人を対象として、治療を目的として行われる一連の手続きであった。

(2)治療は急性期のごく一時期だけで、その後の介護やケア、リハビリテーションが大きな比重を占めてくるようになるにつれて、医療的措置よりも生活指導に重点がおかれるようになった。……【中略】……つまり、療法のねらいは、医療的措置から生活指導まで拡張されることになった。ここには、その対象者の生活の質の向上、あるいは人間らしい生き方の推進が含まれてくる。

(3)このほかに、療法と要件として、療法とは「その道の専門家が、対象者のどこをどう改善するかを理解したうえで、その目的にあったプログラムをつくり、これを検証しながらよりよい方策を探る手続きである」ということを忘れてはならない。

と指摘している。

- (1) セラピーは、治療や改善などの有効性の有無だけによって評価されるものではない。生活の質の向上をもたらす活動、つまり「それに関わることで自分が楽しみとなるような活動」もセラピーに含めることができる。
- (2) 但し、第三者の助けを借りずにそのような活動を行う限りにおいては、それらは「療法（セラピー）」ではなく、「福祉」として位置づけられる。
- (3) 何らかの理由でそのような活動に自立的に関与できない人々に対して、その活動内容および福祉や医療の専門的体系的知識を身につけた者（「療法士」）がサポートを行うことは、セラピーに含まれる。
- (4) 上記(3)の実践においては、対象者の現状と可能性を把握し、目的にあったプログラムを立案、またそのプログラムが有効に働いているかどうかを評価できる能力が要求される。

本稿における「セラピー」も、このように、医療効果よりもそれ自体を目的として行われる活動として位置づけられるものとする。

### 1.3. 「関わる」とは何か

「自然と関わる」ことを行動分析学の視点から捉えるというのは、一言で言えば、

- ・外界から人間がどのような刺激を受けるか
- ・また人間が外界にどのように働きかけ、外界をどのように変化させるか、その結果によって行動をどう変えていくか

ということを体系的に記述し、より望ましい環境条件や行動機会を作り上げていくということに他ならない。そのさいに大切なことは、「受身的な関わり」と「能動的な関わり」を区別することである。

前者は一般に「レスポナント行動」と呼ばれる。刺激に誘発されて行動が起こるとというのが基本であり、パヴロフの条件反射はすべてレスポナント行動に含まれる。典型的な事例としては、瞳孔収縮（光が誘発刺激）、発汗（暑さなどが誘発刺激）、鳥肌（寒さなどが誘発刺激）、唾液分泌（食べ物などが誘発刺激）、くしゃみ（鼻腔内への刺激が誘発）、咳（喉への刺激が誘発）などを挙げることができる。本稿に直接関係のあることに絞れば、花や自然風景が単に眺めること、小川のせせらぎや小鳥のさえずりを聞くことなどがこれに含まれる。このほか、特定の刺激が除外され特定の反応が誘発されにくい環境、例えば「騒音が無い」、「花粉が飛散していない」、「厳しい暑さや寒さが無い」環境というように、不快刺激に対する防御反応が誘発されにくい環境のほうが、刺激に満ちあふれた環境以上に有用であるという場合がある。

いっぽう後者は一般に「オペラント行動」と呼ばれる。人間を含む動物はその本質として外界に向けて行動を自発する性質を備えている。この場合、誘発刺激は必要としないが、決して闇雲に暴れ回るわけではない。自発された行動のうち、何の結果ももたらさないものはやがて消去される。外界に有効に作用し、その個体に有用な変化をもたらしたり、有害な刺激を取り除くような結果をもたらしたものは強化されていく。また、外界に有効に作用するが、その個体から有用なものを奪ったり有害な状態を作り出すような結果を招く行動は弱化されていく。オペラント行動は、行動の自発を前提として変容していくものであり、受身的なレスポナント行動に比べると能動性が高い。

我々が日常生活で発する「買い物に行く」、「本を読む」、「話をする」といった行動はすべてオペラント行動である。本稿と直接関係のあることに絞れば、「植物を育てる」、「動物を育てる」、「山に登る」、「風景写真を撮る」などがオペラント的な「自然との関わり」であると言える。

## 2. 「関わる」ことと行動随伴性

1.3.で述べた「受身的な関わり」と「能動的な関わり」のうち後者は、行動随伴性の枠組みで分析することができるが、いくつか留意しなければならない点がある。

杉山ほか(1998)によれば行動随伴性とは

ある条件の下で、ある行動をすると、ある環境の変化が起こるという、行動と環境との関係を示すものであり、随伴性ダイアグラムは

行動随伴性を図示したもので、行動と環境との関係を分析する道具として使われる。基本的には、直前条件・行動・直後条件の3つの要素で表現できるが、他にもさまざまな環境要因を盛り込むことができる

として定義されている。

ここで十分に留意しなければならないのは、直後条件は環境の変化に言及されなければならないということである。その変化は原則として、出現または消失という形で客観的に観察可能であり、頻度や程度が量的に把握できるものでなければならない。

随伴性ダイアグラムを用いた分析でしばしば陥りやすい誤解は、行動の結果として記述すべき部分に「面白かった」「楽しかった」「つまらなかった」「寂しくなった」といった感情の変化を入れてしまうことである。確かに感情は変化するであろうが、これは「行動とその結果」に付帯して発生して行くものであって、環境の変化とは到底言い難い。

例えば、「テーマパークに行く→面白い」というようなのは行動随伴性の記述とは言い難い。これでは「なぜテーマパークに行くのですか？ 面白いからです。」と言っているのと同様であって、何ら分析をしたことにはならない。

行動随伴性に基づく分析というのは、テーマパークに行き、そこでどういう行動が自発され、どういう結果が伴っていたのかを記述することである。例えば、絶叫マシンに乗ることによる加速度の変化が好子<sup>1)</sup>になっているのか、メルヘンチックな風景が好子なのか、みんながワイワイ楽しんでいることが好子なのかといった具合である。これらの違いが分かれば、一口に「テーマパークに行く」といっても、絶叫マシンに乗れるかどうか、平日の空いているときと土日の混雑している時のどちらが楽しめるか、といった結果の随伴のしかたによって、これから先、どういう時にどういうテーマパークに行くのかが予測できるだろう。

<sup>1)</sup> 「コウシ」と読む。「positive reinforcer」の訳語として杉山ほか(1998)が、これまでは「正の強化子」という訳語に代わって用いている用語。

ところで、以上ではもっぱら「テーマパークに行く」という行動が、テーマパークに実際に行った時に伴う具体的な事象等によって直接強化されているような書き方をしてきたが、これも妥当ではない。杉山ほか(1998)で「60秒ルール」として紹介されているように、

行動をしてから60秒以上たってから好子が与えられる時はルールによる制御を考えなさい

なのである。「テーマパークに行く」という選択が行われるのは、それが直接的に強化されているからではない。「テーマパークに行って、そこでいろいろなオペラントが自発されれば好子が出現する」というルールが保持されているのである。

このことに限らず、いっばんに、将来の進路を決めるとか、どこかに行くというような行動は、直接体験の反復ではなく、「別の行動が強化される機会」に「身を投じる」という行動として位置づけるべきである。

すなわち、

【Aレベル：日常生活一般】テーマパークに行く→テーマパークという行動機会

【Bレベル：テーマパーク内】いろいろな遊具に接する→いろいろな好子（バーチャルな刺激、加速度、非日常空間...）の出現

というように少なくとも2段階のレベルの随伴性があり、このうちのAレベルは通常はルールによる制御であって、必ずしも直接的かつひんぱんに強化されているわけではない点に留意する必要がある。

上記の例で重要なことは、単にBレベルで好子出現を保証しても、それだけではAレベルの選択には結びつかないという点である。ルール制御を主体とするAレベルの選択が出現するためには、ルールを保持すること自体の強化、言語的に付加される諸々の好子や確立操作（いわゆる意義づけ、目標設定、競合する選択肢との比較など）など多種多様な要因が影響を与えている。

Aレベルでの諸々の要因には、おそらく、従来「認知心理学的」アプローチで語られていた内容がたくさん含まれている。「認知的」概念をそっくり残すのか、それとも行動分析的な概念で再解釈したほうがよいのか、これも、結局は、予測力、改善可能性、確実性といった有用性の物差しで判断されることになるだろう。

自然と関わることの随伴性についても同様の階層性が想定される。例えば、植物園、動物園、山頂のお花畑、原生林散策、... というように、ある場所に出かけていって自然に関わる場合には、「そこへ行く」というAレベルの行動と、目的地において行動機会が与えられて初めて実現するBレベルの行動がある。体力的に良好な人&健康である人が、加齢や病気により、低体力、虚弱で自立困難となる過程で、Aレベル、Bレベルそれぞれのどの部分が困難になっていくのか、見極める必要がある。

### 3. 「癒し」の行動的定義

ここで少々脱線するが、各種セラピーの中でしばしば強調される「癒し」について行動的定義を試

みることにしたい。

もともと「癒す」とは、「病気・苦痛などを治す」、「肉体的・精神的苦痛を解消させる」などと定義されている。また、「ヒーリング」の原語healは、「一般的には外傷を治す」という意味であり、「病気がなどを治してもとの健康な状態に戻す」（研究社新英和中辞典）という意味のcureとは違うニュアンスで使われている。

しかし、最近では、外傷や明らかな精神的苦痛を治すという意味よりはむしろ、単なるストレス解消の意味で用いられることが多い。例えば、「心身が癒される」という時には「失われつつあった心身の安定を取り戻される」という意味であって、具体的な怪我を治すわけではない。「園芸療法」のほかペットやアロマセラピーなども、心身の安定を求めるという意味で使われている。

長谷川（1999）が指摘したように、行動分析学の創始者スキナーは、「能動的な行動」（＝オペラント行動）に「結果として好子が伴い強化される」ことを重視した幸福感を強調した（Skinner, 1990）。いっぽう、「癒し」というのは、むしろ能動的な行動が起こらない状態である。病気や苦痛を治すという元の意味から示唆されるように、それは、苦痛の「場」と、それから解放されている「場」との両方がある初めて定義される。それゆえ、当面の苦痛が無い人にとっては「癒し」は意味をなさない。

現代社会における「癒し」は、忙しさや義務からの解放を必要条件とする。「安定を求めることが癒しだ」という考えもこれに一致するものである。「安定」とは決して傍観者からみた無変化ではない。環境側が勝手に変化するなかで、「～しないと好子が消失する」あるいは「～しないと嫌子が出現する」という「阻止の随伴性」<sup>\*1</sup>に基づく行動が義務化する中に、癒しを求める条件が含まれていると考えられる。

## 4. QOLの多面性

1.2.で論じたように、自然と関わるセラピーは、検証や一般化が困難な医療効果よりも、「生活の質（Quality of Life）」の向上をもたらす点で期待される。本プロジェクトに関わる研究では特に、QOLの定義や問題点について多面的な資料収集を行った。以下、紙数の都合で、2003年2月15日から16日に福岡市・九州大学国際研究交流プラザで開催された日本健康支援学会学術集会において提供された話題をもとに、論点をまとめておく（日本健康支援学会、2003、主として、2月15日に行われた朝倉隆司氏の特別講演の内容に基づく）。

(1) QOLは西洋文化圏、とりわけアメリカ社会の中から出てきた言葉であり、時の経済発展や大統領の政策に対応して、QOLの利用のされ方は大きく変わってきた。しばしば、医療資源の適正な配分と、医療を患者中心に転換するという点で大きな意義があった。

\*1 スキナーは、「行動する→結果」という4通りの基本随伴性を提唱した。これに対して、マロット（杉山ほか、1998参照）は、「行動すると現状維持」、「行動しないと環境側が勝手に変化」という意味で、変化を阻止する随伴性概念を新たに提唱した。Hasegawa（1996）は、これらが「reform」と「conservation」の概念に対応することを主張した。

- (2) 現状 (「～である」) の測定か、潜在能力 (「～を備えている」) を含めて測るべきか。
- (3) Normative approach か Idiographic approach か
- (4) Genetic か Specific か
- (5) Etic か Emic か
- (6) 最も低い評価は「死」と同じか? マイナスレベルはあるか?
- (7) 臨床家や患者がQOLと見なしているゴールと一致しているか
- (8) Response Shift をどう扱うか

生活の質は、個々人の多様な価値観や生活史に基づいて高められるものであり、個人と同じ数だけ別々のQOLが存在してもおかしくない。オーストラリアの高齢者施設で数多く取り入れられているダイバーショナルセラピーでは、この個人本位の原則が貫かれている。じっさい、ダイバーショナルセラピーの案内文の中には

*An integral part of an individual's well being; it is a subjective, experiential phenomenon, which does not necessarily have to be defined in terms of the what, when, etc, of a specific event.*

といった記述を見ることができる(長谷川, 2001b)。

QOLが「Quality=質」を扱う以上、どうあがいたところで、数量化には限界がある。個人本位で考えるならば、数直線上で比較されるような数量化ではなく、むしろ多面的なチェックリスト、あるいはそれを簡約記述できるようなレーダーチャートのほうが正確であろう。加重平均値化などによる総合指標が提案されるのは、医療資源の適正な配分とか、介護施設の適格認定 (accreditation) を行うために、客観的に比較可能な数量を求めるといった社会的な要請 (ニーズ) があるためと考えられる。

## 5. 自然に関わることに限定された特徴とセラピー

園芸療法やアニマルセラピーのように自然に関わるセラピーとは別に、音楽療法やスポーツを利用した療法のように、人工的な環境の中で実施されるセラピーがある。敢えて自然に関わることにはどのような特徴が限定されているのだろうか。本稿では紙数の関係から、このうち「人間と植物」、「人間と動物」についてその特殊な関係を考察し、併せて、現に取り組まれているセラピーを紹介することとしたい。

### 5.1. 人間と植物

まず、バージニア工科・州立大学園芸学部のダイアンレルフ教授の言葉を引用しておく。レルフ氏<sup>1</sup>によれば、植物と人間の関わりは

<sup>1</sup> 「園芸療法に関する公開講演会」2000年9月27日。(平成12年度日本園芸学会秋季大会公開行事、広島県立女子大学)

- ・ *Survival of Body* (食物として、薬用、医療用、建材用、浄化作用など)
- ・ *Reduce Stress* (景観の美しさなどによる生理的効用)
- ・ *Self-Esteem* (育てることにより「癒る」行動とのバランスを保ち人間性回復)
- ・ *Respect* (栽培を通じたコミュニケーション、地域づくり)

というように分類される。そして、

- ・ 人間にとってなぜ植物が必要なのかについては少なくとも3つの考え方があり
- ・ 進化の遺産であるとする説が最も有力である

という。

また、河合雅雄・兵庫県立人と自然の博物館館長は「人間はなぜ緑を求めるのか」について

- ・ ほ乳類の中でも霊長類だけが樹上で暮らし樹上で寝るようになった
- ・ それにより三次元的な生活環境に置かれた
- ・ 他のはほ乳類がもっぱら嗅覚を頼りにしているのに対して、サルは視覚にすぐれ、緑色の知覚ができるようになっていると語っている<sup>1</sup>。

行動分析の視点から言えば、好子として機能する種々の事物において、それが自然の事物であるか人工的な報酬システムであるかということによる本質的な差違は見出しがたい。TVゲーム世代が高齢者となった時には、園芸よりTVゲームを楽しむ高齢者が多くなるという可能性もある。もし、自然であることが何らかの点で優れているとしたら、それはオペラントではなくレスポンド的な行動の中に見出されるべきであろう。このほか、自然の事物が強化的である人々のほうが、自然より人工物を好む人々よりも、我慢ではなく楽しみとして持続可能な環境づくりを進められるという別のメリットがある。

人間と植物の関係、あるいはセラピーとしての活用を研究する国内の学会・研究会としては、人間植物関係学会<sup>2</sup>、日本園芸福祉協会、日本園芸療法研究会<sup>3</sup>などが設立されており、また、兵庫県立淡路景観園芸学校<sup>4</sup>のように園芸療法の教育プログラムを開設した学校も登場している。

## 5.2. 人間と動物

まず最初に留意しなければならないのは、人間と動物一般の関係は、人間と植物の関係ほどフレンドリーではないということだ。野生動物の殆どは、人間にとって有害であるか、無関係であるかどちらかである。以下でいう動物とは、人間によって改良されたごく少数種類のペットや家畜にすぎない。

さて、人間と植物の関係が比較的静的でスパンの長い関わりであるのに対して、人間と動物の関係は文字通り動的で、より深い関係をもたらす。そのことから様々なメリット、デメリットが生まれてくる。

まず、メリットとしては、

---

\*1 人間・植物関係学会設立準備会発足記念講演会、2000年10月14日、東京・日本青年館。

\*2 <http://wwwsoc.nii.ac.jp/jsppr/jpprs.html>

\*3 <http://www.bekkoame.ne.jp/~takasuna/>

\*4 <http://www.awaji.ac.jp/>



- ・人間関係の不足を補う（孤独の解消、近親者との死別後の慰めなど）。
- ・日常生活に規則性を与える（起床時刻、散歩など）。
- ・自分と違うライフスタイルを動物から学ぶ

デメリットとしては

- ・ペットとの過剰な共依存関係
- ・ペットを溺愛することによる結果的な動物虐待
- ・現実からの逃避
- ・ペット自体が死亡した時の悲しみ

などの弊害の可能性を挙げることができるだろう。

社団法人日本動物病院福祉協会<sup>1</sup>によれば、人と動物とのふれあいは、人と動物双方に精神的にも身体的にも良い効果を及ぼすことが次々と明らかにされてきた。このうち、広い意味での「子供たちの教育」や「人の医療や福祉」の分野に活かすことはアニマル・アシステッド・アクティビティ（動物介在活動=AAA）と呼ばれ、人の医療に活かすことはアニマル・アシステッド・セラピー（動物介在療法=AAT）と呼ばれ区別されている。ちなみに本稿で言うアニマルセラピーは、前者に近いものである。

アニマルセラピーとして実際に利用される動物は、イヌ、ネコ、小鳥などのほか、イルカ、馬（ホースセラピー）などがある。このうちホースセラピーは歴史が古く、治療を目ざすものとは別に、障害者の社会参加やレクリエーションの一環とする手法として活用されている（多田，2002）。

## 6. 行動分析の役割

1.3.に述べたように、「自然と関わる」ことを行動分析学の視点から捉えるというのは、一口で言えば、

- ・外界から人間がどのような刺激を受けるか
- ・また人間が外界にどのように働きかけ、外界をどのように変化させるか、その結果によって行動をどう変えていくか

ということを体系的に記述し、より望ましい環境条件や行動機会を作り上げていくということにある。

心理学一般の研究の枠組みの中でもセラピーの医療効果を実験的に検証することはできるが、長谷川（1998，1999，2001b）が指摘したように、仮に人工的な実験室内で一定の医療効果が確認されたとしても、それだけをもって、あらゆる人にあらゆる場面で同じような効用があるとの保証はどこにもない。例えば、実験室のテーブルに本物の花を一鉢置いた条件と、同じ色・形の造花を置いた条件で脳波や筋電図のデータを比較すれば、本物の花が与える生理的な効果を客観的に検証することはでき

\*1 <http://www.jaha.or.jp/new/jahatop2.html>

る。しかし、仮に違いが見られたとしても、単にその花固有の効果であるのか、造花の作り方がヘタであったためなのか、あるいは、実験室固有の環境や実験前後の文脈が複合的な作用をもたらしたのかは検証できない。その結果だけから「活着している花にはリラックス効果がある」などといった一般論を主張することはできない。

むしろ大切なことは、活着している花を眺めたり育てたりすることが対象者にとって強化的に働いているかどうかである。もしその花が好子として機能しているのであれば、それに関わる能動的な行動は行動内在的に強化されるだろう。逆に好子として機能しないならば、いくら医療効果があってもそれに接することは我慢を押しつけることになる。

この考えは、いっけん、「楽しければいいじゃないか」、つまり、「自然と関わるのが楽しみになっている人にとっては、当面は、その行動機会さえ保障され、それ以上にQOLやら行動随伴性を詮索する必要は無い」と主張しているように見えるが、じつはそうではない。確かに、当人にとってその対象が永続的に「楽しい」ならばそれでも構わないだろう。しかし、もし当人が突然「もう楽しくなくなった」と言い出した時にはお手上げであろう。行動随伴性を詳細に把握しておけば、「楽しくなくなった」原因が、消去によるものか、好子に対する飽和化によるものか、あるいは競合的な別の行動が強化されたためなのか、などを明らかにした上で、適切な改善策を見出すことができるはずだ。

行動随伴性に基づく分析をする際の留意点については2.に述べた通りであるが、自然との関わりを問題にする研究は「現場（フィールド）を重視する」という性格上、実験室実験ではなく面接調査を主体とせざるをえない宿命を背負っている。

この場合、対象者が「楽しい」と答えたからといって、それが好子として機能しているかどうかは直ちには断定できない。これについてSkinner(1953)は次のような否定的見解を示している【訳は長谷川による】。

*We cannot dispense with this survey simply by asking a man what reinforces him. His reply may be of some value, but it is by no means necessarily reliable. A reinforcing connection need not be obvious to the individual reinforced. It is often only in retrospect that one's tendencies to behave in particular ways are seen to be the result of certain consequences, and, as we shall see in Chapter XVIII, the relation may never be seen at all even though it is obvious to others.*

何があなたを強化しているか、と相手に尋ねるだけでこの探索を済ますわけにはいかない。回答にはそれなりの価値があるが、常に信頼できるものとは限らない。強化の関係は、強化を受ける個人にとって明白である必然性はない。ある人が特定の行動をする傾向が特定の結果からわかるというのは追想にすぎない。そして、18章で論じるように、周囲の人々には明白であっても、本人には行動と結果との関係がまったくわからないということさえある。

とはいえ、(実験的方法ではなく)面接によって、対象者の日常行動の強化因を探る必要がある時には、とりあえず「いま何が楽しいですか?」と聞くことには意味がある。言うまでもなく「楽しい」

とは主観的な言語表現である。しかし、個人個人の表現内容に全く共通性・類似性が無かったら、言葉としては成立しえない。「テーマパークに行ったら楽しかった」という報告を聞いた第三者は、それを手がかりとして自らテーマパークに足を運べばそれなりに楽しめるはずだ。その有用性があるから、言葉(=タクト)として存在し続けているのである。

但し楽しいモノをリストアップするだけでは不十分であり、そこでどういう能動的な行動が起こっているのか、それぞれの行動にどういう結果が伴っているのかを詳細に聞き出すことが必要である。

行動随伴性を重視した応用研究は、通常は、実験的手続により検証される。まずターゲットとなる行動(普通は、増やしたい行動、もしくは減らしたい問題行動)が明記される。そして、それを強化あるいは弱化するために用いられる好子または嫌子、強化基準、先行刺激、効果測定の方法などについてのプランが立てられ実行に移される。それによって、これまでの方法では困難とされてきた現象が改善されたり、他者が利用できるようなユニークなスキルが含まれていたり、理論的に予測されるような新たな変化が認められれば、その研究は情動的価値があるものとして評価される。

しかし高齢者の生きがい等をテーマにするような場合、特定の行動をターゲットにするだけでは、生活全体の質の向上をはかれない場合がある。問題行動を減らし、身辺自立を可能にすることが基本であるとは言っても、それだけでは生きがいには繋がらない。分析は重視しつつも、あくまで全人的な視点が必要である。

随伴性に基づく調査研究の情動的価値は、一般の事例研究における情動的価値と同じように扱うことができる。その分析内容や事例選択の方法は、研究のニーズ(要請)によって変わってくるだろう。

例えば

- ・ 反例や意外性を示すことを目的とするならば、一事例を示せば十分。例えば「猫は笑わない」という常識を覆すには、ゲラゲラ笑っている猫を1匹見つけてくれればそれで済むことだ。
- ・ いろいろなケースにあてはまるような共通の法則性を見つけようとするならば、なるべく多くの典型事例を集める必要がある。但し、何をもって「典型」であると判断するのかは、一定の客観的基準が必要である。
- ・ ある集団内での多様性を強調することが目的であるならば、「典型」ではなく、むしろ「希少」ことによれば「異常」な事例をたくさん集めたほうが情動的価値が増すことになるだろう。

よく誤解されるが、研究における「一般性」と「客観性」とは根本的に異なる。一個人の中で見出された法則性の中には、その個人だけでしか当てはまらないものがあるに違いない。それらは一般性はないが、客観的な記述は可能であり、その個人の行動の予測や制御には十分に役立つツールになりうる。例えば、ある国の独裁者が異常な人格であって、次々に妙な外交政策を打ち出してきたとする。それらを外圧によって変えさせるためには、その独裁者の中で成り立つ法則性を見出せばそれでよいのであって、「万人共通の法則」を探し出してきてあてはめる必要は全く無い。

それから、そもそも、人間世界において、どの時代にもどの人間にも成り立つような法則なるもの

がどれだけ有用であるのかは分からない。自然科学に端を発した実験心理学は、極端な一般性ばかりを追い求めるきらいがあった。もちろん基礎的な研究は必要であろうが、「ある時代、ある文化の中でしか成り立たない法則」も「ある文脈、ある場でしか成り立たない法則」も「ある個人の中でしか成り立たない」も、一個人の行動を考える上では同程度の重みがある。けっきょくのところで、一般性は相対的なものであり、その情動的価値は、(例えば100年後までを見越した)長い目でとらえることを前提とした上での、利用可能性(広義の実用的価値)を言及しているにすぎない。自然と関わるセラピーについての研究も、「絶対的真理」を追うのではなく、ニーズを見定めた上でのツールとしてのあり方をさぐっていくべきであると考え。

## 引用文献

- Hasegawa (1996). *Reform and Conservation: R. W. Mallow's "Prevention Contingencies" and Its Adaptive Value in the Natural Environment*. 3rd International Congress on Behaviorism and the Science of Behavior) October 7-10, 1996.
- 長谷川芳典 (1998). 心理学研究における実験的方法の意義と限界(1). *岡山大学文学部紀要*, 29, 61-72.
- 長谷川芳典 (1999). スキナー以後の行動分析学(7): 生きがい論のしくみ. *岡山大学文学部紀要*, 32, 69-80.
- 長谷川芳典 (2001a). 心理学研究における実験的方法の意義と限界(3) 「象牙の塔」と現実をつなぐもの. *岡山大学文学部紀要*, 35, 47-73.
- 長谷川芳典 (2001b). スキナー以後の行動分析学(10) 高齢者福祉におけるセラピーの2つの役割〜心理学はどう関われるのか〜. *岡山大学文学部紀要*, 36, 27-48.
- 松尾英輔 (1998). 園芸療法を探る〜癒しと人間らしさを求めて〜. *グリーン情報*.
- 松尾英輔 (2000). 園芸療法と園芸福祉」園芸の効用を活かす. *農業技術体系花卉編第4巻追録第2号*, 739-743.
- 日本健康支援学会. (2003). 学会学術資料. *健康支援*, 5, 33-90.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York: Macmillan.
- Skinner, B. F. (1990). The non-punitive society. *行動分析学研究*, 5, 98-106. (スキナーが慶應義塾大学で1979年9月25日に行った講演録。邦訳は、『三田評論』1991年8・9合併号 Pp.30-38.に所載)
- 杉山尚子・島宗理・佐藤方哉・マロット・マロット(1998). *行動分析学入門*. 産業図書.
- 多田雨衣(2003). *育てる行動の効用*. 平成14年度岡山大学文学部心理学履修コース卒業論文.

岡山大学学内共同研究「自然と人間の共生」報告書

文学部サブテーマ

# 「環境」と文化・文明・歴史

---

自然と人間の共生 .....	山口 和子	1
自然と関わるセラピー .....	長谷川 芳典	11
大宝二年御野国加毛郡半布里戸籍をめぐって .....	今津 勝紀	23
人口変動シミュレーションからみた人間の自然性 .....	新納 泉	35
朱子の自然観 .....	木下 鉄矢	49
語の意味分析記述に関する思案 <sup>essai</sup> .....	山本 秀樹	59



万葉人と自然 —— かざしとかづら —— ..... 渡辺 護 (1)

---

2003年3月

2003年 3月25日印刷  
2003年 3月31日発行

岡山大学学内共同研究「自然と人間の共生」報告書  
文学部サブテーマ:「環境」と文化・文明・歴史

編集・発行 山 口 和 子

印 刷 所 株式会社藤井印刷所  
岡山市京町4-13