

2008/11/01(@日本行動療法研修会・東京)

アクセプタンス & コミットメント・セラピー その可能性の中心(日本編)～1

武藤 崇
(takamuto@lt.ritsumei.ac.jp)

配付資料: 当日の発表スライドとは異なる場合がございます。予めご了承下さい。

なぜ、このタイトルなのか？

このワークショップの目的

1. 日本の文脈を考慮したアクセプタンス & コミットメント・セラピー(以下, ACTとする)に関するイントロダクションを行う。
2. ACTを学ぶためのガイドを行う。

「事典」的なイントロ(1)

- 哲学的な基礎: 機能的文脈主義
- 理論的な基礎: 関係フレーム理論
- ACTの構成要素
- 関連論文の展望
- 従来のCBTとの比較
- 要約
- 用語解説

Hayes, S. C. & Pierson, H. (2005) Acceptance and commitment therapy. In A. Freeman (Ed.), *Encyclopedia of cognitive behavior therapy*. New York: Springer Science+Business Media, Inc.

「事典」的なイントロ(2)

- ACTは、哲学的に臨床行動分析に基礎をおくセラピーである。機能的文脈主義は、ACTを基礎づける世界認識方法である。
- 理論的に、ACTは関係フレーム理論(以下, RFTとする)に基づいている。RFTは、言語が、苦痛をいかに生み出し、その苦痛に対して有効ではない方法をいかに生み出すかという説明を提供する。さらに、そのような問題に対する、今までとは異なった文脈的アプローチを示唆する。

「事典」的なイントロ(3)

- ACTは、メタファー、体験的エクササイズ、論理的なパラドクスによって、言語の字義通りの内容が持っている影響力を弱め、今ここで生じている体験に触れることを強める。
- ACTの主要な構成要素は「コントロールしよう」というアジェンダの検討、脱フュージョン、ウィリಂಗネス、文脈としての自己、価値、コミットメントといったものである。

「事典」的なイントロ(4)

- ACTはCBTの伝統に位置づけられるものの、従来のCBTとは明確な相違点をいくつか持っている。
- ACTの主たる目的は、人間を心理的な苦悩から解放することにある。そして、それは、自らの価値に基づく、生き生きとした人生を送れるように、クライアントを援助することによって達成される。

「事典」的なイントロ(1)

- 哲学的な基礎: 機能的文脈主義
- 理論的な基礎: 関係フレーム理論
- ACTの構成要素
- 関連論文の展望
- 従来のCBTとの比較
- 要約
- 用語解説

Hayes, S. C. & Pierson, H. (2005) Acceptance and commitment therapy. In A. Freeman (Ed.), *Encyclopedia of cognitive behavior therapy*. New York: Springer Science+Business Media, Inc.

なぜ、「哲学」の話から
始めなければならないのか？

共通する焦点

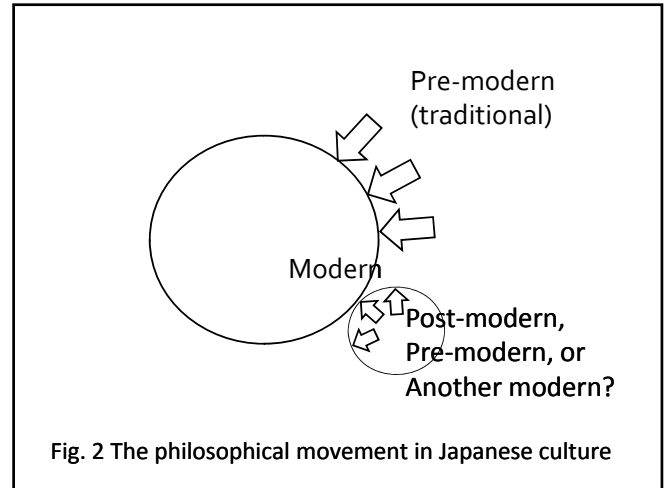
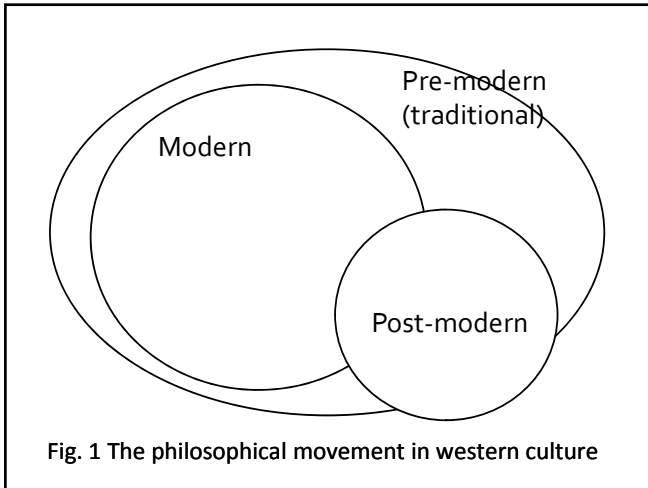
ことば

メタファー(1)

- ことばの「意味」は
どのように決定されるのか？
【その他の例】
「9才の壁」という問題が発生する原因
(望月, 1993)

機能的文脈主義の「きも」

- 機械主義？ 文脈主義？
- 記述的？ 機能的？

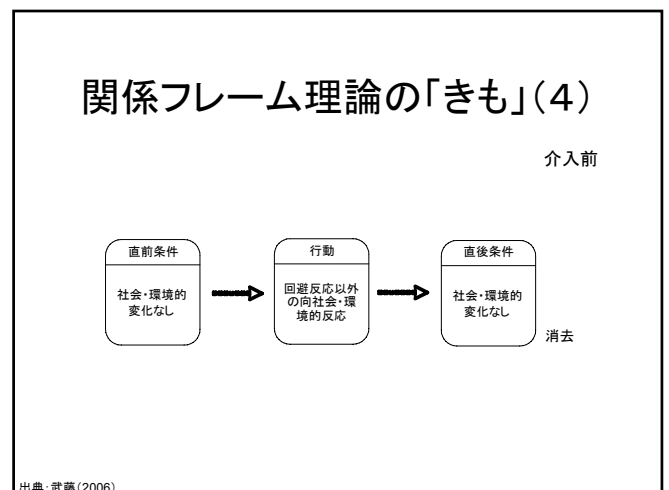
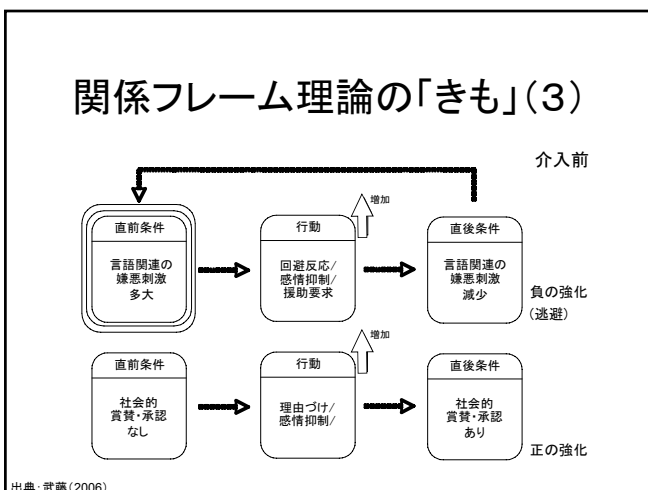


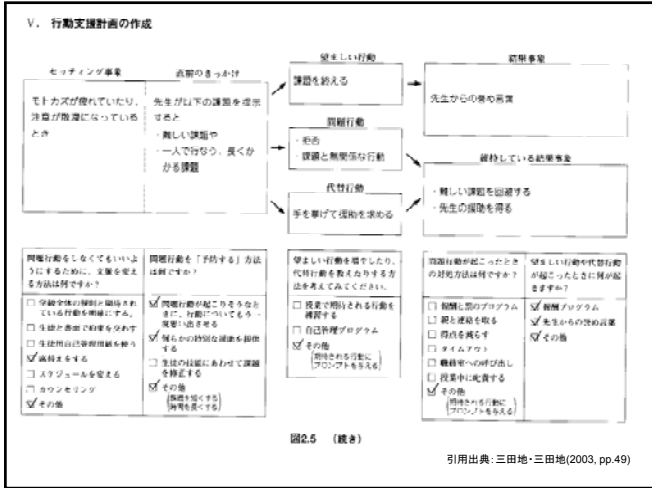
関係フレーム理論の「きも」(1)

- 言語が言語たらしめているもの
 - ①双方向性
 - ②刺激機能の転換・転移

関係フレーム理論の「きも」(2)

- 言語を操るがために生じる人間が必然的に抱える問題行動の根源的原因とは？
 - FEAR(言語の「ダークサイド」)
 - Fusion(フュージョン)
 - Evaluation(評価)
 - Avoidance(回避)
 - Reason-giving(理由づけ)



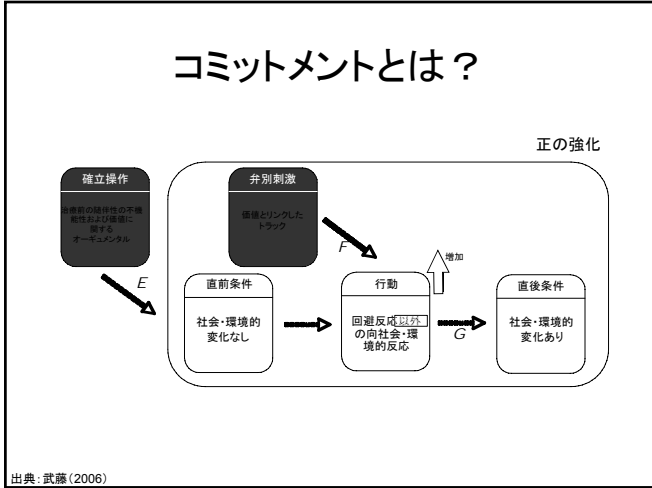
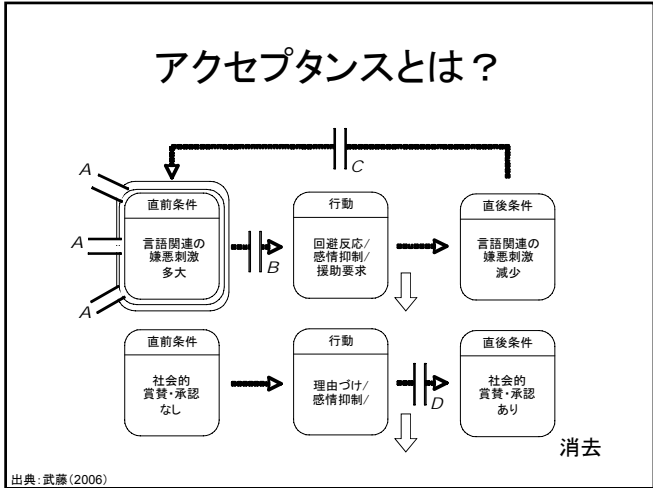


関係フレーム理論の「きも」(5)

●関係フレーム理論で扱っているものは、「結果(後続事象)」による制御の「特殊なもの」に過ぎない

【参照】 般化模倣 vs モデリング

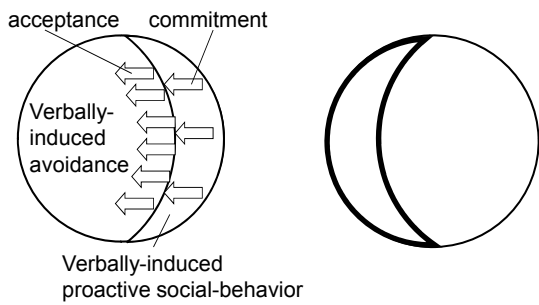
なぜ、セラピーの名称が「アクセプタンス&コミットメント」なのか？



なぜ、セラピーの名称が「アクセプタンス&コミットメント」？

- 2つの用語は、専門用語ではなく、日常的な語である(武藤・高橋, 2002)
→愛称: 行”河”療法(武藤, 2006)
- アクセプタンス(ウィリングネス)という概念の運用は「言語的な確立操作」として機能させている
- 「&」が重要な意味をもつ

なぜ、セラピーの名称が 「アクセプタンス&コミットメント」?



臨床行動分析における 「行動」の定義

個体の営みのうちで、外的環境に働きかけ、あるいは相互交渉をもつすべての営み (Skinner, 1938)