

## 教室(診療科)紹介 (101)

### QOL 向上のために 行動分析学の立場から

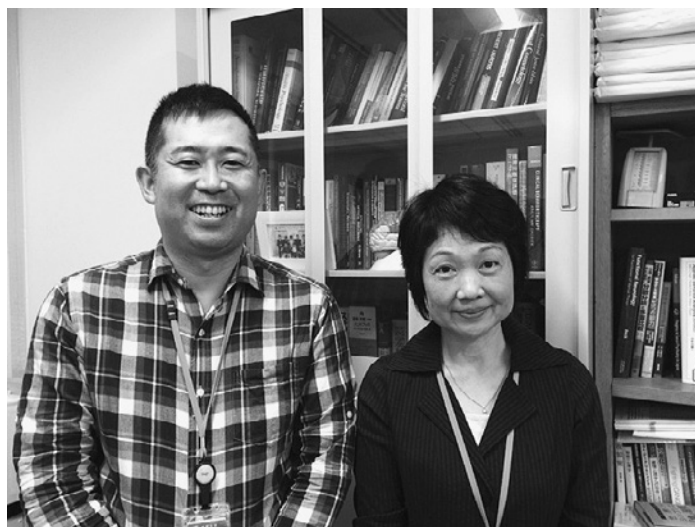
#### 心理学研究室

教授：田崎美弥子  
講師：山口哲生

東邦大学医学部心理学研究室は、1974（昭和49）年に東邦大学の一般教育課程として、沼野一男先生が開設され、1975（昭和50）年から30年間にわたり稲松信雄先生が引き継がれました。2010（平成22）年から私 田崎が教授として着任し、2012（平成24）年から加わった講師の山口哲生先生の2人で運営しております。心理学は日本では文系学部には属していますが、アメリカを初めとする欧米諸国では、理科系と文科系の境界領域の学問として扱われています。特に、我々の専門である行動心理学では、行動の客観的な記述や計測を主な方法論とし、問題行動の変容や、選

択行動について実験的なアプローチを取ります。私は学部時代には、専ら体育会での活動に忙しく、勉強は疎にしましたが、研究室ではハトやヒトの実験に明け暮れていましたし、山口先生は現在もヒトを含む動物の選択行動を研究されています。私は大学院で専攻した理論をヒトに適用した応用行動分析学、山口先生は、より実験的な行動分析学を専門としています。臨床としては、私は行動主義から派生した行動療法と認知療法が一緒になった認知行動療法をいたしております。

心理学研究室としての最近の研究では、World Health Organisation Disability Assessment Schedule (WHODAS) の日本語版開発研究があります。これは国際生活機能分類 (International Classification of Functioning, Disability and Health: ICF) から派生して、主観的な障害程度を問う調査票です。こういった調査票開発は、行動主義とは全く異なる社会調査研究の1つですが、私が1990~1992年までWHO本部に滞在し、帰国後もWHO Quality of Life (QOL) 国際共同研究センターのセンター長として、さまざまなWHO QOL日本語版の開発に関連した国際共同研究や、国内で実施した高齢者やがん疾患患者、介護者のQOL研究の実施およびWHOが提案したヒトを包括的に捉えるQOL概念を日本で普及するための活動をしてきた経緯があるため、厚生労働省から依頼を受けました。お蔭様で、QOLという言葉や概念は日本の社会でも浸透しましたし、当時、各国の研究者と共同で執筆した研究論文の1つ (Social Science & Medicine 41: 1403-1409, 1995) は、citationが400を超えました。WHOの健康の概念に即したQOLが普及するとともに、今後WHODASの利用が広まること



研究室にて。左から山口哲生先生、筆者

で、機能障害や身体的欠損がある方においても、車いすなどの補助器具の利用や、社会制度の充実により健常者との差異が無くなり、誰もがQOLの高い生活を送ることが可能であるという認識が広がることを願っています。

また、現在、行動主義のオペラント条件づけを適用し、1970年後半にNational Aeronautics and Space Administration (NASA)の宇宙飛行士の訓練から開発されたニューロフィードバック療法の日本での普及とその実証研究を本研究室のもう1つの軸として実施しています。ニューロフィードバック療法は望ましい脳波帯域に脳波が出現すると、パソコンの画面のキャラクターが視覚刺激と聴覚刺激でフィードバックするゲームをすることで脳波を整えていくという方法論で、欧米の主な地域では保険適用となっている心理療法です。発達障害や自閉症児童の問題行動、うつ症状の改善や癲癇発作の抑制、薬物依存やアルコール依存の改善に効果があることが示されています。また、音楽家やアスリートのパフォーマンス向上にも効果があることが実証され、海外のオリンピックチームのトレーニングにも適用されています。我々も、今年(2016年)から高齢者の認知機能改善に適用すべく、学外の高齢者施設での研究を始める予定です。

さらに、今後は組織行動学のFive Factors and Stress (FFS)理論を検証していきたいと考えています。FFS理

論は、基本的な5つのパーソナリティ要因がストレスにより変化するため、パーソナリティに合わせた指示の出し方、また人の組み合わせについて数値で表すことができます。FFS理論は、ほとんどアカデミズムで討議されることがないものの、日本の600社の企業が導入している理論です。医学部1年生の実習などに使っていただき、異質補完性の組み合わせや同質性の組み合わせでグループのパフォーマンスやメンバーとの交流がどう変わるかを明らかにしたいと思っております。

心理学研究室の教育活動としては、1年生の心理学の講義や、フレッシュマンキャンプ、全人的医療人教育、テュートリアルや、4年生の社会医学実習に携わっております。大学時代に心理学の基本的な理論や見方を学ぶことは、他者を理解し、円滑な対人コミュニケーションのための理論的基盤となります。医師を目指す皆さんには、心理学を学び、自分自身の生活に活かすだけでなく、将来患者さんを診るときに、患者さんを全人的に捉えて、患者さんの辛さや、家族・友人・職場関係も含めた人的環境や、物理的・経済的環境も理解したうえで、患者さんの身体と心を治すことができる医師になっていただきたいと願っています。

(田崎美弥子)

DOI:10.14994/tohoigaku.2016.r027