

何のための 刺激統制・代替行動獲得か

横光健吾

立命館大学総合心理学部
特任助教

日本認知・行動療法学会第44回大会
H30/10/28(日) 13:45~15:15



田中先生にこのテーマを与えられて…

- アセスメントに基づく、刺激統制や代替行動の獲得？
- ギャンブル特異的な、アセスメントがあるわけでもない…
- しっかり話を聞いて、その人のギャンブルをきちんと把握するだけなような気がする…

ギャンブル障害に対する認知行動療法

著者	刺激統制法	暴露療法	認知再構成法	心理教育	問題解決訓練	社会的スキル訓練	リラプス・プレベンション	代替行動の獲得	／系統的脱感作	リラクセーション	動機づけ面接
Echeburúa et al.	○	○									
Echeburúa et al.			○								
Echeburúa et al.	○	○	○								
Sylvain et al.			○	○	○	○	○				
Ladouceur et al.			○	○			○				
Ladouceur et al.			○	○			○				
Petry et al.			○	○		○	○	○			
Dowling et al.	○		○	○	○	○	○	○	○		
Petry et al.			○	○			○				
Myrseth et al.				○			○				○
Marceaux & Melville				○	○		○				

「刺激統制」 「代替行動の獲得」とは

治療要素	治療内容	具体例
刺激統制	ギャンブルのきっかけとなる外的刺激・出来事を調整し、行動が生起しないようにする。	財布にお金を入れない パチンコ屋の前を通らない ギャンブルの情報を遮断 (ネット)
代替行動の獲得	機能的に等価である、行動を獲得する。	別の楽しいことをみつける 別のストレス発散方法 みつける 別の時間をつぶす方法 みつける

随伴性から整理

きっかけ	行動・反応	結果
視覚情報 聴覚情報 頭の中	欲求	行動の生起
欲求	ギャンブル行動	ストレス発散

「刺激統制」の役割

■ ギャンブル行動の生起パターンを知る

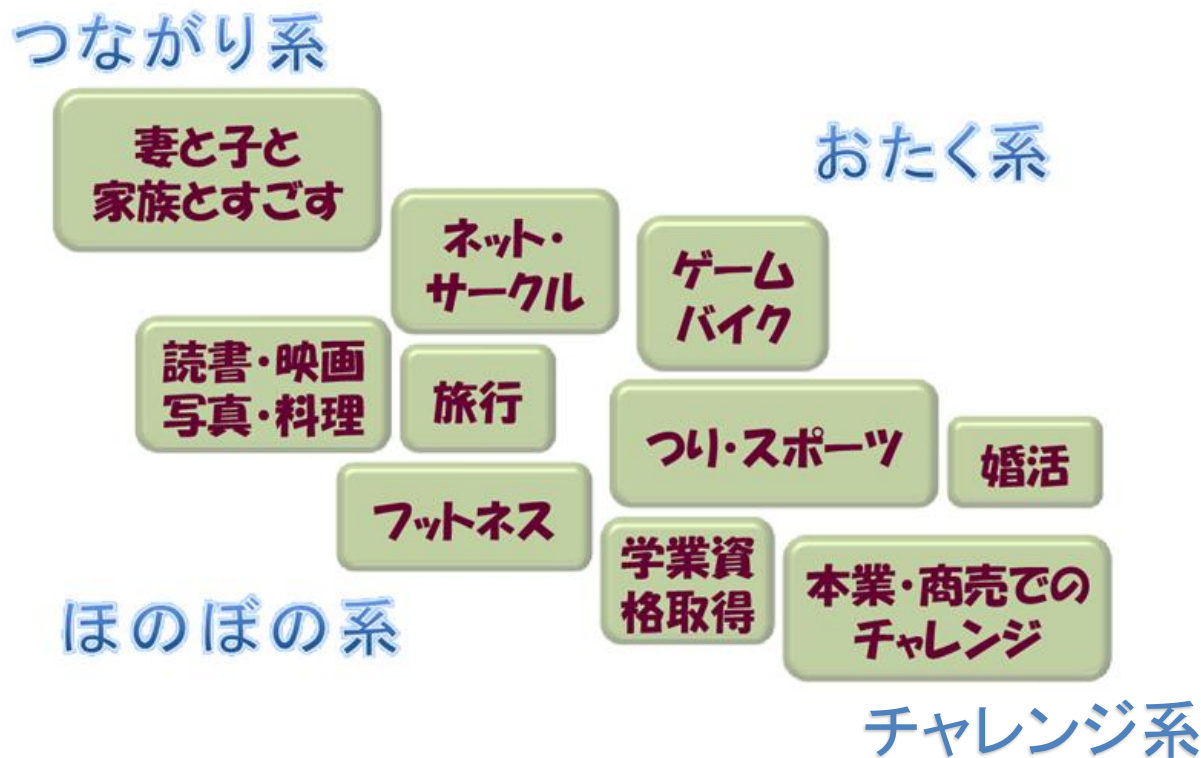
ギャンブル行動のきっかけ、というよりも
ギャンブル渴望のきっかけを探ることが大事

ポジティブ	ストレス	ネガティブ	ギャンブル関連
お金に余裕 時間に余裕 勝った時を 想像 特別なイベント	イライラ 落ち込み 緊張 人間関係 物事がうまく いかない	お金に困る 負けた時の ことを想像	知人から誘 われる 知人のギヤ ンブル話 ギャンブル 場の近く

「代替行動の獲得」の役割

■ 不適切な行動から、適切な行動の獲得へ

リスクの高い、問題を引き起こす行動、というよりも
リスクの低い、問題につながりにくい行動が大事



では

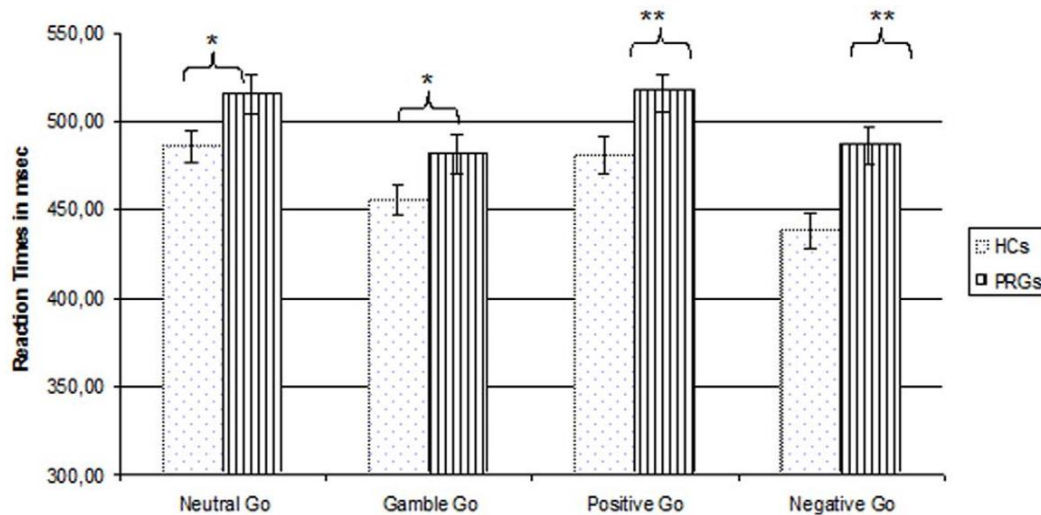
- 「刺激統制」、「代替行動の獲得」は、ギャンブル障害の治療においては、とても重要そうである
→ だったら、それを実施すればよい！



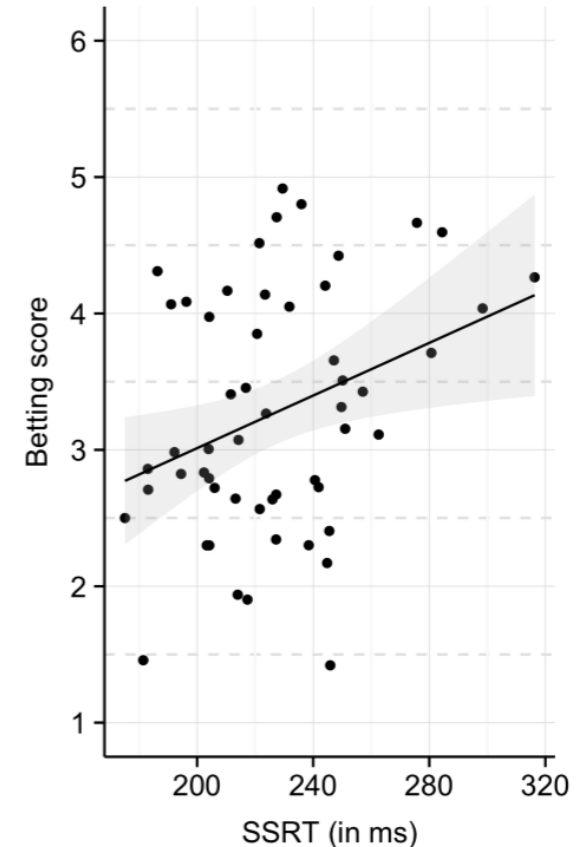
なぜ、すんなりと、うまくいかないのか？

■ もちろん、欲求を抑制する力が弱い

→いくら外的な刺激を取り除いても、内的なものには...



(van Holst et al. (2011). *Plos ONE*, 7(3), e30909)

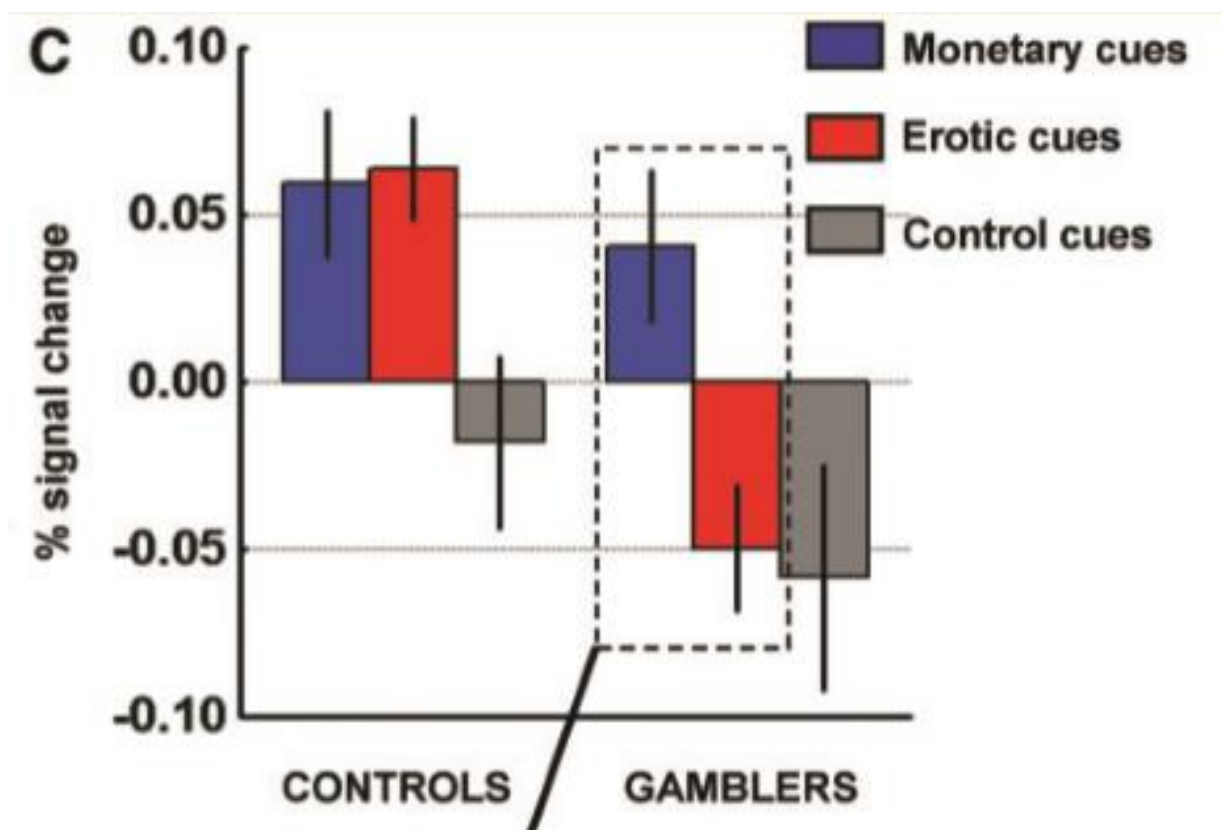


(Verbruggen et al. (2013). *Plos ONE*, 8(7), e70155)

なぜ、すんなりと、うまくいかないのか？

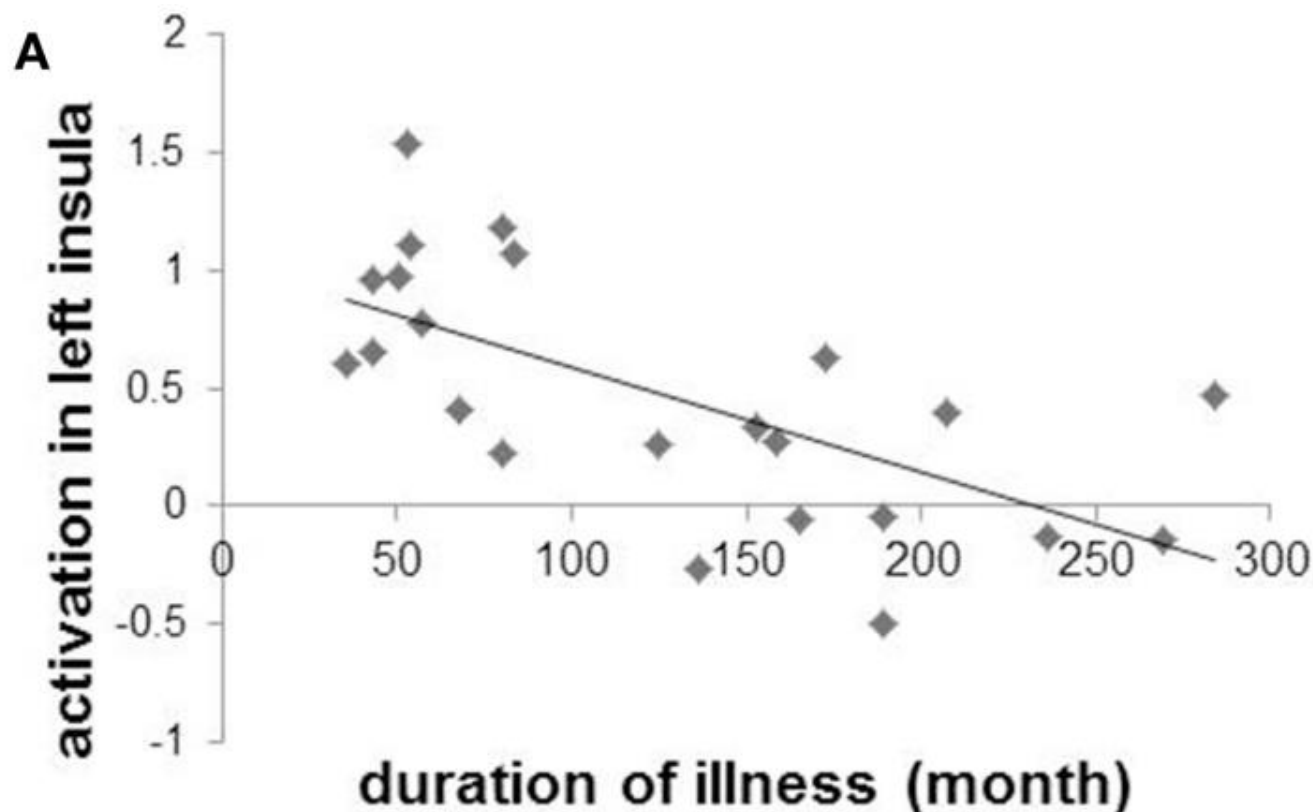
- ギャンブル以外のものに対しては
興奮・興味を感じなくなっていく。

(Sescousse et al. (2013). *Brain*, 2527-2538.)



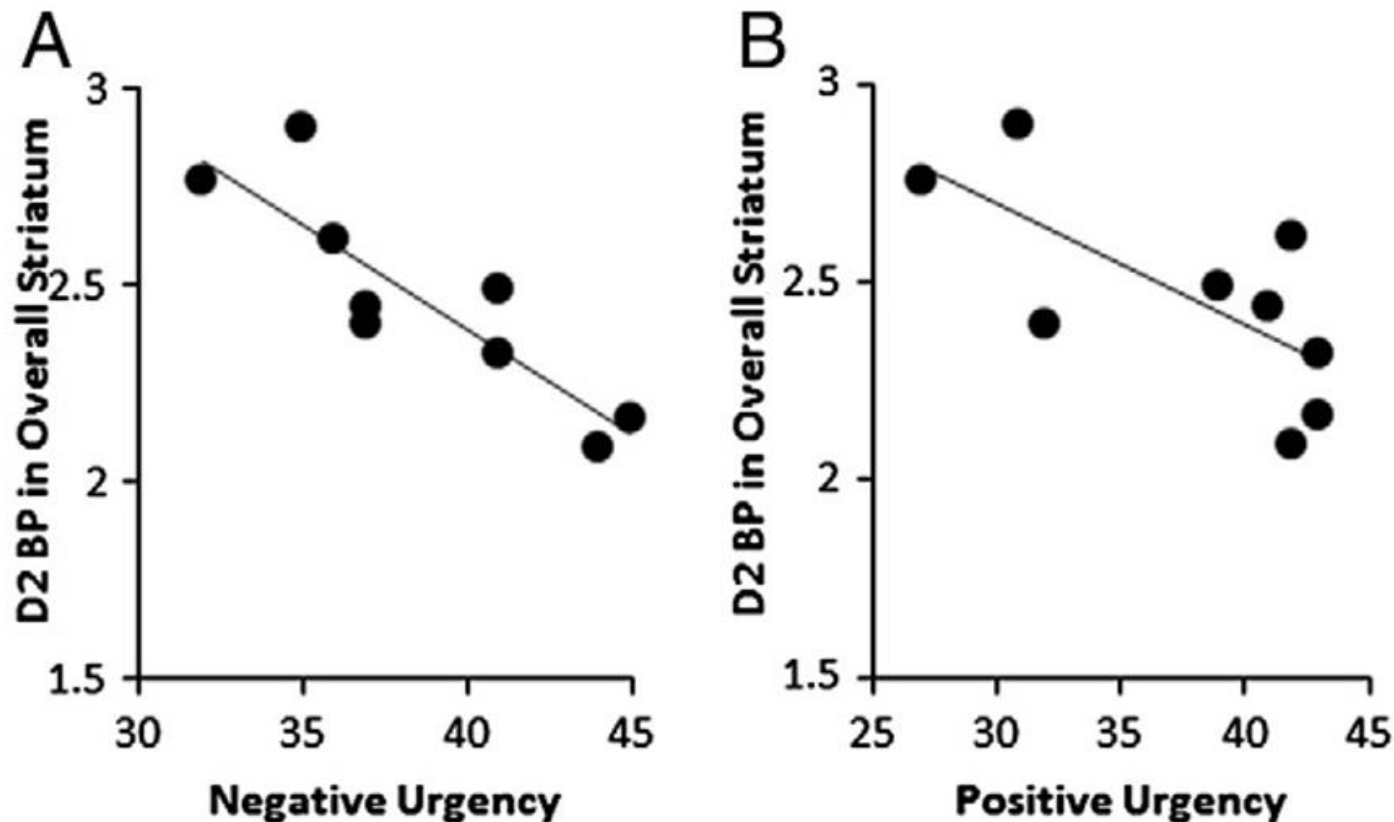
なぜ、すんなりと、うまくいかないのか？

- 本来感じるべき興奮・興味も弱くなっていく。
→ より、興奮を感じるためには、多くの掛け金が...



アセスメントに少し役に立つ情報

- ギャンブラーにおいて、ドーパミン受容体が不足
→とりわけ、特定の状況で衝動的になる傾向と関連



(Clark et al. (2012). *NeuroImage*, 63, 40-46)

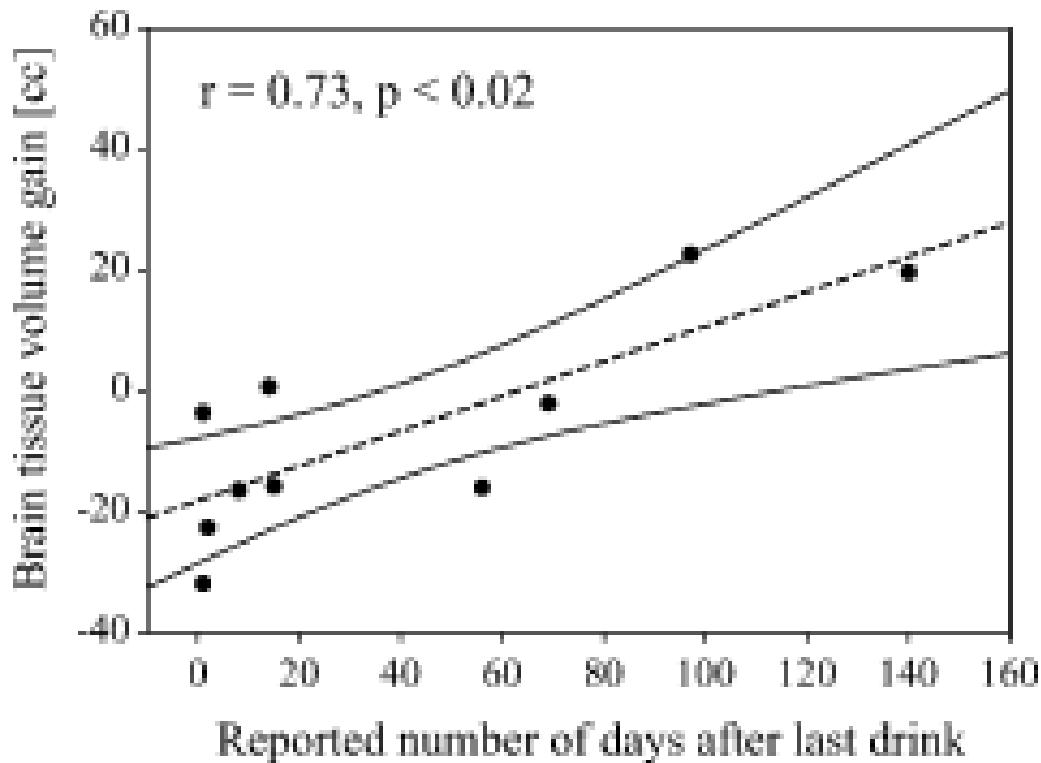
「刺激統制」の本当の役割

- もしかすると、特定の状況において、ギャンブル欲求を引き起こす人 (positive urgency、negative urgency) が、代替行動の獲得が苦手 ? ? ? ?

ポジティブ	ストレス	ネガティブ	ギャンブル関連
お金に余裕 時間に余裕 勝った時を想像 特別なイベント	イライラ 落ち込み 緊張 人間関係 物事がうまくいかない	お金に困る 負けた時のことを想像	知人から誘われる 知人のギャンブル話 ギャンブル場の近く

では、どうしたらよいのか？

- ギャンブルをやらない日が続くほど、
脳の萎縮(器質的・機能的な変化)は回復する... ???



(Gazdzinski et al. (2005).
Drug & Alcohol Dependence.

「代替行動の獲得」の本当の役割

- 初期においては、
ギャンブルと失ったことへの関連づけていくことで、
ギャンブル行動を弱化できるような取り組み ????



場	レース	勝式	組番	購入金額	払戻額
宮島	11R	三単	1-5-2	200円	7,960円
宮島	11R	三単	1-5-3	200円	0円
宮島	11R	三単	1-5-4	200円	0円
宮島	11R	三単	1-5-6	200円	0円
宮島	11R	三単	1-6-2	200円	0円
合計購入金額				2,000円	
合計払戻金額					7,960円



つながり系

妻と子と
家族とすごす

ネット・
サークル

おたく系

ゲーム
バイク

読書・映画
写真・料理

旅行

つい・スポーツ

婚活

フィットネス

学業資
格取得

本業・商売での
チャレンジ

ほのぼの系

「やらないため」の、横光の研究（アプリ開発）

位置情報やタイマーを基に、ギャンブル渴望が生じる危険性の高い場所や時間に接近すると、アラートが発生し、その際の渴望を低減、およびギャンブル行動を減少させることを狙ったアプリケーション

1

対象者は、渴望が生じる（生じた）、あるいはギャンブルを行った場所、時刻を登録

2

登録されたフラグ（位置情報や時刻）に応じアラート、その時点の渴望を自己評価（セルフモニタリング）

4

スヌーズ機能によって、一定の間隔でアラートが発生し、渴望の変化を自己評価チェック

3

セルフモニタリングされた渴望が高い場合、渴望対処方法を提示
例：趣味嗜好に沿ったのニュース記事や動画、音楽、ゲーム（URL）レコメンド等

Take Home messages

- 刺激制御と代替行動の役割