

疑似ステージ

条件反射制御法の第2のステージは疑似ステージである。このステージでは、主に行動の方向性を司る反射連鎖に対しては、通常、標的の行動の最終部分を、強化効果が生じないように再現し、抑制することを反復する。また、過剰な駆動性に対しては、辛かった体験を書き出し、安定した精神状態が保たれるようになる作業の準備をする。

1. 標的行動の疑似

①治療作業の概要

第2ステージの疑似は、行動全体の一部を司る反射を再現するものであり、通常は行動の最終部分あるいは行動の一部の動作を、道具や状況を現実のものに近づけて、連続した行動をすることで再現するが、強化効果の発生に至らないことを反復する。

ときに、反射の再現は、縮小した図の上での行動の再現、あるいは描画の連続による行動の再現による。

また、標的の行動が本能行動の過剰な作動によるものであれば、先天的な反射が連続する部分に疑似の行動を至らせないことや行動の失敗を明らかにすること等の調整（次の講義8で焦点とする）を加える。

②このステージの主な効果

疑似により再現した部分の行動を司る反射連鎖が抑制を受ける。この作業を反復することにより、標的行動の一部の反射連鎖の固定性は抑制が進み、緩む。

③作業の頻度と期間

疑似と疑似の間は時間間隔をとらなくてもよい。しかし、1日のある時間帯に集中して疑似を多く行い、他の時間は疑似をしないということは避ける。

頻度は1日に20回以上を目指す。物質摂取に対する疑似はその頻度で患者が自室において単独で行える。しかし、万引きや痴漢、パチンコ等の疑似は、職員が患者を誘導して別室に移動して行うことから回数に制限があり、1日に10回ほどにも限られることがある。

このステージの期間は2～3週間ほどであり、この間に疑似の累計は200回以上を目指す。

後のステージでもこの疑似作業は、頻度を1日に2回ほどにして継続する。

④他の治療作業との関係

制御刺激をすれば、その後の疑似までの時間は少なくとも20分以上あける。

仮に制御刺激の後に直ちに疑似を行うことを反復すれば、制御刺激の効果は崩れる。

⑤効果を把握する方法

疑似を10回する毎に1回は、患者が自分で疑似的な行動を開始した後に、途中で行動を中断する。

疑似ステージの当初は、その中断時に苦悩や違和感等が生じる。その感覚が生じるメカニズムは次である。

まずは第二信号系で思考が意識的に行動を開始するが、その行動が刺激して第一信号系が標的行動を司る反射連鎖を駆動し始める。つまり無意識的に自動的に行動する状態になる。中断とは、その反射連鎖により行動が進んでいる状態に対して思考が行動をとめるものである。それらの神経活動は衝突し、その衝突は苦悩や違和感等として感じられ、また、反射連鎖の作動による行動の方向があり、それらを第二信号系が観察し、その時点まで行っていた行動を続けたいという欲求としても解釈する。

その苦悩や違和感に対して、急ぐことなく、中断後10秒から20秒ほど経過した後にも制御刺激を行うと、数秒で苦悩や違和感が消え、安堵が生じる。

その感覚が生じるメカニズムは次である。

二つの信号系が異なる方向に作用して、押し合っている状態に対して、制御刺激により第一信号系は反射連鎖に対する駆動を弱める、あるいはとめる。従って、押し合いが弱くなり、あるいは無くなり、苦悩や違和感等が消え、安堵感が生じる。一部の患者には、制御刺激の効果は大きく、爽快感を感じることもさえる。

当初は、中断時の苦悩や違和感、制御刺激時の安堵感や爽快感を強く感じるが、疑似を反復するとそれらの感覚は弱まる。

その変化は、標的行動を司る反射連鎖の作動性が徐々に弱くなっていることを示すものであると対象者に説明し、理解を得て治療意欲を保つ。

2) 標的行動の描写文の作成と後の読み返し

①作業の概要

標的行動を反復する生活の典型的な一日を選択し、起床時から日常の生活を経て標的行動を完了するまでに自分や周囲に生じた現象を、作文用紙10枚から30枚に、人、物、景色、動き、声、音などを書き出して、詳細に描写する。一方で書かないようにするのは、登場人物に関する解説やそのときの気持ち、考えたこと、現在の反省などである。

この描写文の作成は疑似ステージの開始前、あるいは当初に行う。

完成した描写文は、後の維持ステージで読むことを反復する。

②この治療作業の主な効果

疑似や想像（後出）の反復後は、標的行動を司る反射連鎖は抑制されており、思い出すことにより反射連鎖を刺激しようとしても反射の作動性は低減しており、反応が生じず、なかなか思い出せない。思い出せない部分を刺激にして生じるはずであった反射は、刺激を思い出せないので刺激されず、その反射は放置される。

思い出せない部分が出る前に、つまり、疑似を開始する前にあるいは開始直後に描写文を作成しておく。

2. 辛かった体験の書き出し

この作業により、辛かった体験時にあった刺激が多く書き残され、それらは、過去に何回も行った行動を生じさせるものである。後に読み返し、しかし、それを平安な環境で行うので、強化効果は生じがたく、過去には標的行動を生じさせるものであつ

た刺激が、その活性を低減させることが多い。

また、辛かったことを書き出すことはストレスを第一信号系に与える。第一信号系は生きる方向に激しく作動し、疑似においては標的行動を司る反射連鎖は激しく作動する。しかし、強化効果は生じないことが多いので、標的行動を司る反射連鎖を効果的に抑制することが多い。

書き出した内容の中の過酷な体験が本能行動により構成される部分が多い場合は、その書き出しを一部調整することが、この研修の8番目の講義「本能行動の過剰な作動に対する技法の調整（万引き、痴漢、PTSDへの対応）」で解説するように、求められる。

具体的には次を行う。

- 1) 辛かったことを簡単に100話、書き出す。
- 2) 辛かったことを詳細に100話、書き出す。