

# 異反応分化強化手続きが大学生の野菜摂取における 行動変動性の増大に及ぼす効果

The effects on vegetable's variability of differential reinforcement procedure

○大屋藍子・武藤 崇

○Aiko OYA, Takashi MUTO

同志社大学心理学研究科・同志社大学心理学部

Graduate School of Psychology & Department of Psychology, Doshisha University

Key words:野菜摂取, 異反応分化強化手続き, 行動変動性

## 目的

食事の欧米化が進んできた環境変化の中で、野菜摂取量の減少は、生活習慣病や肥満の要因の一つとして指摘され、野菜摂取の増加が求められている(前田, 2009)。野菜摂取に関して、より積極的に当事者の工夫を承認し強化する方法があれば、野菜摂取が正の強化によって形成・拡大するとかんがえられる。本研究は、異反応分化強化手続きを用いて異なる種類の野菜摂取を強化すると、野菜摂取行動の変動性が増大するかどうか確認を行うことを目的とした。また、行動変動性の増大に伴って野菜レポートリーの拡大が見られるか検討を行った。

## 方法

### 実験デザイン

多層ベースライン法による ABA デザインを用いて実験を行った。

### 参加者

野菜摂取を希望する大学生の中から、DIHAL 2(徳永, 2005)の食事習慣得点が低い7名を、参加者とした。

### 標的行動

摂取した野菜の種類を測定し、野菜摂取行動とした。野菜の定義は、『日本食品標準成分表 2010』に則り、野菜類・いも類・豆類に分類されるものとした。

### 手続き

参加者は、様々な野菜を食べよう教示を受けた。参加者は、毎日実験者から送信されるウェブアンケートに、その日食べた野菜の種類を、翌日の昼食時まで回答した。実験期間は2~3か月であった。

**ベースラインフェイズ(BL1, BL2)** どのような種類の野菜を摂取しても強化を行わず、毎日同じウェブアンケートが送信された。

**VAR フェイズ (VAR1, VAR2)** 参加者の野菜摂取行動の変動性を高めるため、異反応分化強化手続きを行った(Harding et al., 2004)。本研究では、最近1週間の摂取野菜とその生起頻度を算出し、生起頻度の中央値を基準とした。そして、当日摂取した野菜の生起頻度が基準値より低かった場合、社会的フィードバックを行った。

具体的には、今回のウェブアンケートへ“いつもと違う野菜ですね”といった文章が追加された。

### 従属変数

野菜摂取に関する行動変動を測定するため、異反応数を測定した。また、1日あたりに使用した野菜品目数を野菜レポートリー数とした。

### 結果と考察

野菜摂取に関する行動変動性を検討するため、累積異反応数を Figure1 に示した。また、野菜レポートリー数の推移を Figure2 に示した。VAR フェイズにおいて、累積異反応数の増加の傾きが大きくなった。また、1日あたりの野菜品目数が増加した。これらの結果から、異反応分化強化手続きは参加者の野菜摂取に関する行動変動性・レポートリー数の増大を促進することが示された。

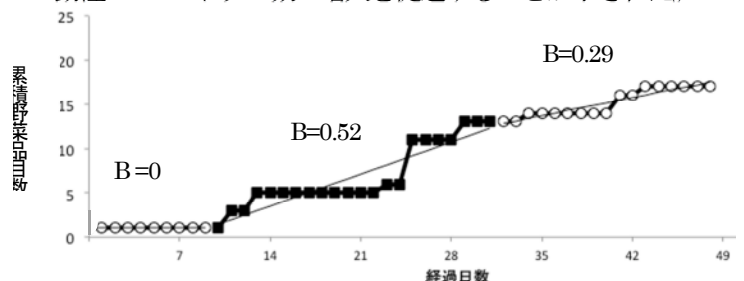


Figure1. ある参加者の野菜摂取に関する異反応数の推移

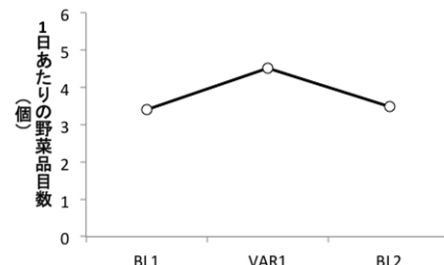


Figure2. ある参加者の1日あたりの野菜品目数の推移

### 参考文献

Harding, J. W., Wacker, D. P., Berg, W. K., Rick, G., & Lee, J. F. (2004). Promoting response variability and stimulus generalization in martial arts training. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 37, 185-195.