

大学生における行動的 QOL に基づく自由時間の選択肢の検討

The study of choices at free time based on behavioral QOL with university students

○穴穂 優季 中鹿 直樹

Yuuki, ANAHO Naoki, NAKASHIKA

(立命館大学総合心理学部)

College of Comprehensive Psychology, Ritsumeikan University

Key words: 行動的 QOL, 選択肢ファイル, 自由時間

目的

近年、入院せずとも薬を飲みながら日常生活を送り、何らかの疾患を抱えながらも、QOL を可能な限り保つことができる状況が作られつつある。また、Parsons & Reid (1990) は、精神的な障害を持っている場合においても食べ物や飲み物の好みを示す機会が与えられれば、それらの特定が可能となることを示した。より多くの人々がどのような状況に置かれていても、QOL の高い生活を送ることが強く望まれる。この QOL を測定するにあたって、望月 (2001) は行動的 QOL という第 3 の尺度を挙げている。

長期的な課題としては、上記のような疾患や障害等を持つ人々に対する行動的 QOL を用いた QOL 向上を目指した支援であるが、本研究ではその第一歩として、大学生における行動的 QOL に基づく自由時間の選択肢を検討した。

方法

参加者 自宅で過ごす際、本来取るべき行動に費やす時間を別の行動に費やし、その行動に固定されることはあるかを尋ね、該当した大学生 3 人を研究参加者とした。

手続き 研究参加者 A、B、C に対して、ABA デザインを用いた 4 日間×3 条件の 12 日間で研究を行った。その他に自由時間等を問う事前質問紙と介入期での過ごし方の変化等を問う事後質問紙への回答の期間を設けた。研究参加者にはすべての期間において研究対象時間の行動の変化を記録用紙に記録してもらい、事前質問紙で得た行動をイラスト化したカードと新たな行動を促すための白紙のカードをファイルに貼り付けた選択肢ファイルを介入期に提示し、ベースライン期と介入期の行動の変化を分析した。

結果

研究参加者 A について、12 日間の研究期間のうち 9 日間において事前質問紙へ回答された行動ではなく、回答されなかった行動が選択された。また、事後質問紙に関して、自由に使える時間を意識することが容易になったという回答を得た。

研究参加者 B について、8 日間のベースライン期で選択された行動の数に 1 回または 2 回の変化がみられたが、介入期においては安定して 2 回の行動の変化がみられた。

また、介入期中の 2 日間のみ事前質問紙へ回答されなかった新たな行動の選択があった。事後質問紙に関して、何をして過ごすか考えるようになったという回答を得た。

研究参加者 C について、8 日間のベースライン期のうち 3 日間のみ選択した行動の数が 1 回であり、それ以外の日程では選択した行動の数は 2 回であった。また、介入期に事前質問紙へ回答されなかった行動が最も多くみられた。事後質問紙に関して、本の読みかけを思い出し、読書を始めることができたという回答を得た。

考察

行動的 QOL は第 1 のレベルが正の強化を受ける行動を成立させること、第 2 のレベルが正の強化を受ける行動選択肢が存在し対象者がそれを選択できる段階にあること、第 3 のレベルが既存の選択肢の否定と新たな選択肢の要求をする機会があることとされている (望月, 2001)。

本研究の結果から、第 1 のレベルと第 2 のレベルに関して少なからず研究参加者全員が満たすことが出来たと考えられる。しかし、第 3 のレベルである新たな選択肢の要求は満たされなかった。選択肢ファイルが持つ機能は、事前質問紙で得た回答からそれぞれの研究参加者の過ごし方をイラスト化し、白紙のカードを加えることでこれまで 1 度も選択されることのなかった新たな行動の選択を促すことであった。

白紙のカードが持つ機能をより効果的に発揮させるため、白紙のカードに「new」などの単語を記入することによって、新たな行動の選択を促したい。

参考文献

望月 昭 (2001). 行動的 QOL : 「行動的健康」へのプロアクティブな援助 行動医学研究, 7, 8-17.

Parsons, M. B. & Reid, D. H. (1990). Assessing food preferences among persons with profound mental retardation: providing opportunities to make choices. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 23, 183-195.