

第33回 問題8

マズロー（Maslow, A.）による人間の欲求階層又は動機づけに関する理論について、次の記述のうち、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 階層の最下位の欲求は、人間関係を求める欲求である。
生理的欲求
- 2 階層の最上位の欲求は、自尊や承認を求める欲求である。
自己実現の欲求
- 3 階層の下から3番目の欲求は、多くのものを得たいという所有の欲求である。
所属と愛の欲求
- ④ 自己実現の欲求は、成長欲求（成長動機）といわれる。
それ以外は欠乏動機
- 5 各階層の欲求は、より上位の階層の欲求が充足すると生じる。
下位の階層から満たされる

認知行動療法

■行動療法：具体的な行動に対して介入し、行動を修正していく **第一世代**

- ・ **暴露療法**（エクスポージャー法）：不安や恐怖に身をさらす行動療法
- ・ **暴露反応妨害法**：強迫性症状を消すため暴露療法と反応妨害法を組み合わせ、強迫観念を引き起こす刺激にさらされた時にそれに引き続いて起こる強迫行為を禁じることで強迫観念から生じる不安に徐々に慣れる（摂食障害の治療など）
- ・ **系統的脱感作法**：不安階層表を基にリラックスした状態で不安の誘発度の最も低い刺激から徐々に刺激が増やされ段階的に不安を克服していく

ウォルピ「古典的条件づけ（レスポナント条件づけ）」

- ・ **トークンエコノミー**：強化法を利用し特定の行動を増やしたり強化するためにトークンと呼ばれる報酬と交換できる代理貨幣を与える

スキナー「オペラント条件づけ」

- ・ **モデリング療法**：お手本（モデル）となる他者の行動を観察、模倣することで、新しい行動を獲得したり既存の行動パターンを修正する

バンデューラ「モデリング理論」

■認知行動療法：認知的技法と行動的技法を組み合わせ、自動思考（不適切な思考）を修正し行動を変容させる

- ・ **認知療法 byベック**：無意識に浮かぶ否定的な自動思考に気づいて、それを修正していく
- ・ **論理療法 byエリス**：[ABC療法]同じ出来事（A）でも、捉え方や信念（B）によって結果（C）は変わる
- ・ **ソーシャルスキルトレーニング（SST）**：ロールプレイなどの技法を用い、対人関係に必要なスキル習得を図る
- ・ **アサーショントレーニング（自己主張訓練）**：SSTから発展

第二世代

「認知が変われば行動が変わる」

- **マインドフルネス**
- ・ アクセプタンス&コミットメントセラピー
- ・ 弁証法的行動療法 by リネハン

第三世代

私は『今、この瞬間』を生きている。



精神分析 by フロイト

催眠療法

→ 前額法 (外傷体験を想起)

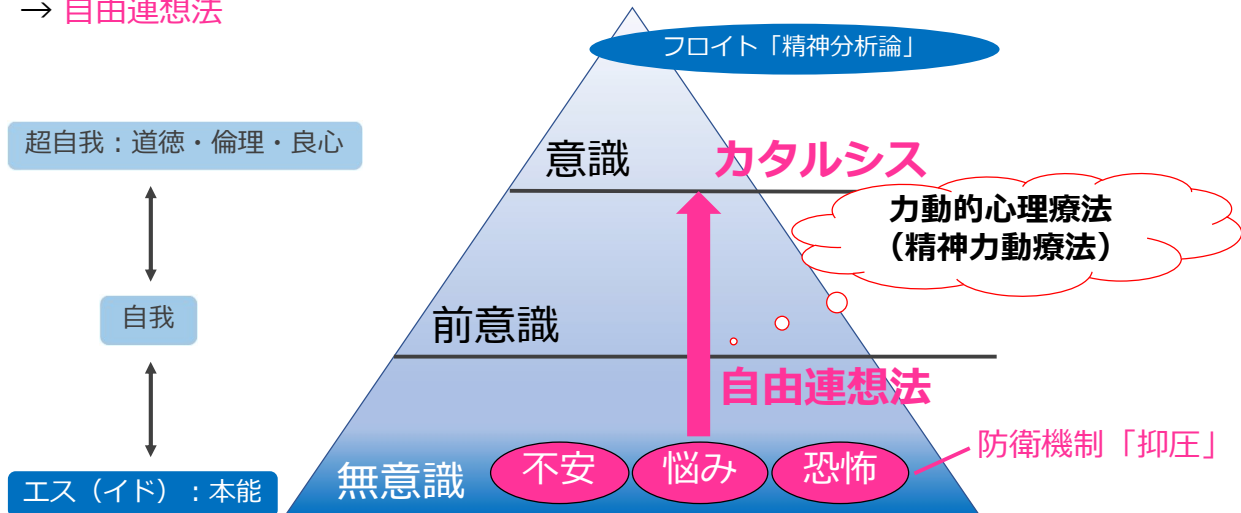
→ 自由連想法

精神分析療法：カウンセラーとクライアントの**転移状態**を分析

転移：クライアントがカウンセラーに向ける感情や考え

逆転移：カウンセラーがクライアントに向ける感情や考え

夢分析などで無意識下に抑圧された葛藤を意識化



心理療法

■動作療法：肩を上下させたり踏みしめて立つ等の具体的な動作を行って体を感じ、自身を変容させる

■リラクゼーション法

・自律訓練法 byシュルツ：注意集中や自己暗示によって心身をリラックスさせる自己催眠法

・漸進的筋弛緩法 byジェイコブソン：筋肉を緊張させた後に弛緩させる

■回想法：過去の出来事を思い出すことによって心理的に安定な状態を取り戻す方法

■遊戯療法：子どもとカウンセラーなどが玩具を用いて一緒に遊ぶことで感情の浄化を図る

■箱庭療法：玩具と箱を用意して自由に箱庭を作成させることで心理状況や感情を把握する方法

■家族療法：家族全体をシステムとして捉え (システムズアプローチ)、因果関係を線形的 (リニア) でなく、円環的 (サーキュラー) な視点で、家族員は常に相互に影響を与え合っており課題が悪循環を起こしている可能性を推測する

■サイコドラマ (心理劇) byモレノ：役割を演じる事によって個人の自発性や創造性を促進し、対人関係を調節する

■森田療法：不安があるがまま受け止め、不安の中で目の前の作業に取り組む

■ブリーフセラピー：短期間にブリーフに (簡潔に) 治療目標を達成することを目的に定められた療法で、問題が起きなかった例外的な状況に関心に向けることでクライアントの問題解決能力を向上させる (解決志向アプローチ)

■エンカウンターグループ：見知らぬ人たちが合宿を行いグループ内で自己成長を促すエンカウントは「出会い」の意

■音楽療法：音楽は一般にリラックス効果やカタルシス効果があるとも言われている

■来談者中心療法 byロジャース：ありのまま受容し傾聴したり共感したり、とにかくクライアントを否定せず寄り添う

森田療法 1919年～精神科医の森田正馬

対象：強迫性障害、社交不安障害、パニック障害、広場恐怖症、全般性不安障害、心気症、身体表現性障害、慢性うつ病、心身症、PTSD、がん患者のメンタルヘルス

「とらわれ機制」

精神交互作用：注意と感覚の悪循環

ヒポコンドリー性基調：自分の症状を過度に気にする性格

思想の矛盾：不安や恐怖を「こうあるべき」「こうあってはならない」

このような「とらわれ」から脱して「あるがまま」を受け入れることを重視

治療過程（1～3カ月）

①絶対臥褥期

最初の約1週間、個室に隔離され食事や排便以外は何もせずに横になって過ごす
横になっていると浮かんでくる様々な考えや感情をあるがまま受け入れる

②軽作業期

1～2週間、対人交流は禁止のまま、臥褥は1日7～8時間に制限されそれ以外の時間は起床
昼間は戸外に出て空気と日光に触れるが散歩はしない

③作業期

対人交流は禁止のまま、庭造り、大工仕事、手芸など

④社会復帰期

1～2週間の生活訓練が行われ、必要に応じて外出、退院準備のため、病院から学校や職場に通うことも

森田療法
岩井 寛

「あるがまま」を
受け入れる

90年前に日本で創始された
心理療法の論理と実践法を
わかりやすく解説した
不朽のロングセラー

2470部

講談社現代新書

家族療法

■コミュニケーション学派 by ジャクソン&ベイトソン
ダブルバインド、メタコミュニケーション

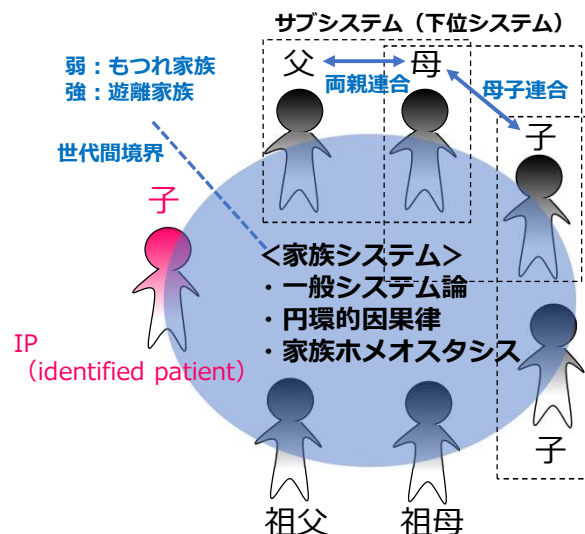
■戦略的家族療法 by ヘイリー
エリクソンの逆説的介入法を取り入れる

■精神力動的家族療法 by アッカーマン
精神分析を取り入れる

■多世代派家族療法 by ボーエン
8基本概念（三角関係、核家族の感情過程など）

■ミラノ学派 by パラツォーリ
家族成員間の相互作用を重視、循環的質問法

■構造派家族療法 by ミニューチン
ジョイニング、境界・連合・権力



第28回 問題14

心理療法に関する次の記述のうち、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 自律訓練法は、筋肉を漸進的に弛緩させる方法である。
漸進的筋弛緩法 自律訓練法：自律神経の安定やリラックス
- 2 認知行動療法は、転移関係についての解釈と洞察が重要である。
精神分析療法
- 3 家族療法のシステムズ・アプローチでは、家族間の関係性の悪循環を変化させる。
- 4 来談者中心療法は、夢分析を行い無意識の意識化を促進させる。
精神分析療法
- 5 精神分析療法は、自己認知の変容のために認知再構成法を用いる。
認知行動療法

第30回 問題14

カウンセリングや心理療法に関する次の記述のうち、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 認知行動療法では、クライアントの発言を修正せず全面的に受容することが、クライアントの行動変容を引き起こすと考える。
来談者中心カウンセリング（来談者中心療法）
- 2 社会生活技能訓練（SST）では、ロールプレイなどの技法を用い、対人関係に必要なスキル習得を図る。
- 3 ブリーフセラピーでは、即興劇において、クライアントが役割を演じることによって、課題の解決を図る。
心理劇（サイコドラマ）
- 4 来談者中心カウンセリングでは、クライアントが事実と違うことを発言した場合、その都度修正しながら話を聞いていく。
来談者中心カウンセリング：ありのままに受容
- 5 動機づけ面接では、クライアントの変わりたくないという理由を深く掘り下げていくことが行動変容につながると考える。
動機づけ面接：クライアントの「変わりたい」という理由を掘り下げる

第31回 問題14

心理療法に関する次の記述のうち、行動療法に基づく技法に該当するものとして、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 クライアントが即興的にドラマを演じ、自発性や創造性を高める。
心理劇（サイコドラマ）
- 2 問題が起きなかった例外的な状況に関心を向けることで、クライアントの問題解決能力を向上させる。
ブリーフセラピー（解決志向アプローチ）
- 3 自由連想法を使用し、クライアントの無意識の葛藤を明らかにする。
精神分析療法
- 4 不安喚起場面に繰り返し曝すことで、クライアントの不安感を低減させる。
暴露療法
- 5 課題動作を通じ、クライアントの体験様式の変容を図る。
動作療法

第32回 問題14

心理療法に関する次の記述のうち、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 回想法は、高齢者の自動思考を修正することを目的としている。
認知行動療法
- 2 応用行動分析は、個人の無意識に焦点を当てて介入を行っていく。
精神分析療法
- 3 認知行動療法は、クライアントの人生を振り返ることでアイデンティティを再確認していく。
回想法
- 4 森田療法は、不安をあるがままに受け入れられるように支援していく。
- 5 ブリーフセラピーは、未来よりも過去に焦点を当てて介入を行っていく。
過去や原因を追及せず短期間で

第29回 問題13

系統的脱感作法の説明として、最も適切なものを1つ選びなさい。

1 自分や周囲に対して過度に否定的で、挫折感に浸っている不安やうつなどの気分障害のクライアントに対して、考え方や感じ方を肯定的な方向に変化させていく。

認知行動療法

2 受動的注意集中状態下で、四肢の重感、四肢の温感、心臓調整、呼吸調整、腹部温感、額部涼感を順に得ることで、心身の状態は緊張から弛緩へ切り替えられる。

自律訓練法

3 「すべての人に愛されねばならない」という非合理的な信念を、「すべての人に愛されるにこしたことはない」という合理的な信念に修正していく。

論理療法

4 観察者はお手本（モデル）となる他者の行動を観察することで、新しい行動を獲得したり、既存の行動パターンを修正する。

モデリング療法

⑤ クライアントは、個別に作成された不安階層表を基に、リラックスした状態下で不安の誘発度の最も低い刺激から徐々に刺激が増やされ、段階的に不安を克服していく。

第29回 問題14

カウンセラーの発言のうち、来談者中心療法における「受容」の応答例として、最も適切なものを1つ選びなさい。

1 「進路選択の相談であれば、隣町にあるキャリア支援センターに行かれたらどうでしょうか。そこでは就職先の紹介のほかに、相談にも乗ってくれますよ」

② あなたご自身が体験され苦痛を感じたいいくつかの話をお聴きし、私は今あなたが辛い思いをされているのが分かります」

3 自分探してあちこち旅をされていますが、もうそろそろどこかで落ち着かれた方が良くはないかと私は思います」

4 「あなたはこの町でもっと人と関われば、この町がきっと好きになりますよ。それはそんなに難しいことはありませんよ」

5 「亡くなられたあなたのお母さんがあなたにはいつも優しくかったように、私の母親も私には特別優しくかったですねえ。今も涙が出てきそうです」

第34回 問14

心理療法に関する次の記述のうち、最も適切なものを1つ選びなさい。

- ① 精神分析療法では、無意識のエス（イド）の活動と、意識の自我（エゴ）の活動とが適切に関連するよう援助する。
- 2 家族療法は、家族問題を抱える個人を対象とする療法である。
家族
- 3 遊戯療法（プレイセラピー）は、言語によって自分の考えや感情を十分に表現する方法であり、主として心理劇を用いる。
遊びを通して感情の浄化
- 4 系統的脱感作法は、四肢の重感や温感、心臓調整、呼吸調整、腹部温感、額部涼感を順に得ることで、心身の状態を緊張から弛緩へと切り替える。
自律訓練法
- 5 臨床動作法は、「動作」という心理活動を通して、身体の不調を言語化させる療法である。
不調を言語化させるものではない

公認心理師 第1回 問80

認知療法で用いられる手法として、最も適切なものを1つ選べ。

- ① ラポール
心理療法の基本
- ② 自由連想法
精神分析 by フロイト
- ③ 非指示的方法
クライアント中心療法 by ロジャーズ
- ④ 系統的脱感作法
行動療法
- ⑤ 非合理的信念を変容させる方法

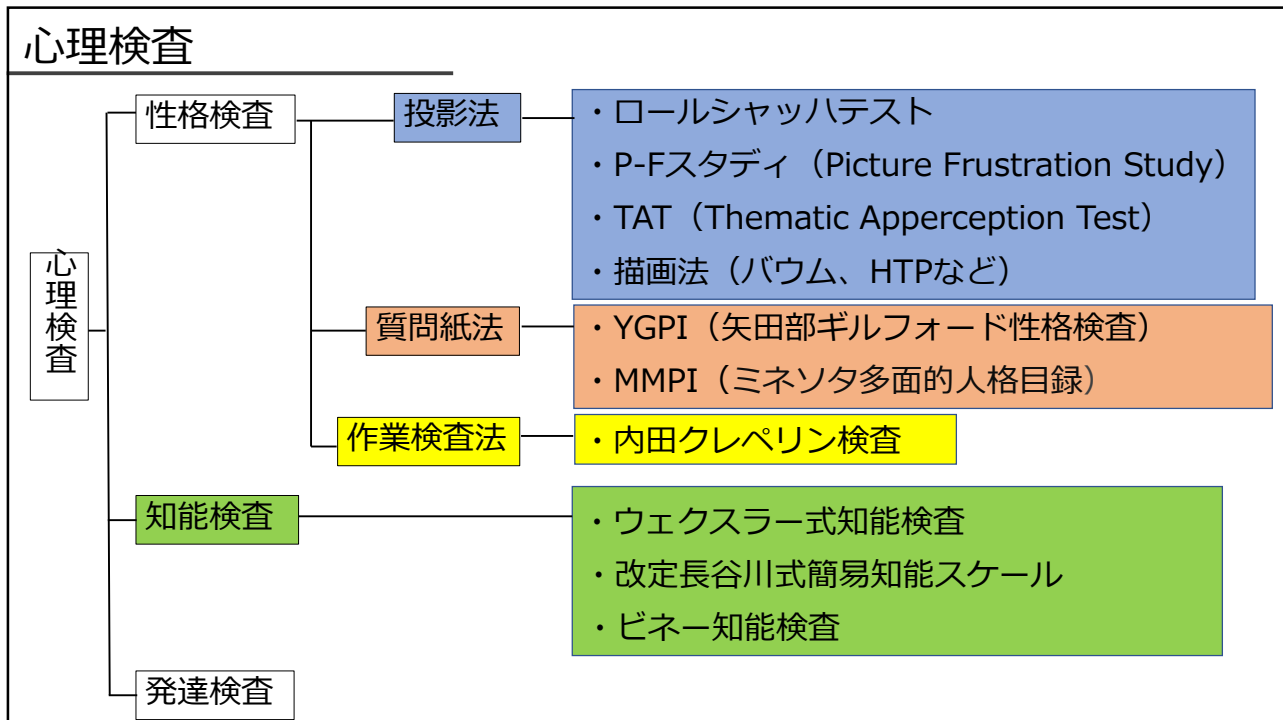
公認心理師 第4回 問128

A. Bandura の理論において、自己効力感（セルフエフィカシー）を高める方法として最も適切なものを1つ選べ。

- ① モデリング
- ② タイムアウト
- ③ ホームワーク
- ④ トークンエコノミー

心理検査

- 性格検査 ・ 投影法（ロールシャッハテスト、P-Fスタディ、TAT、バウムテスト、SCT）
 - ・ 質問紙法（YGPI、MPI、EPI、MMPI、NEO-PI-R、CPI、EPPS）
 - ・ 作業検査法（内田クレペリン精神作業検査）
- 神経心理学検査
 - ・ 知能検査（WAIS、WISC、WPPSI、田中ビネー式知能検査、KABC-II、コース立方体組み合わせテスト）
 - ・ 認知症検査（HDS-R、MMSE、ADAS、COGNISTAT） **Dementia**
 - ・ 記憶検査（WMS-R、RBMT） **Memory**
 - ・ 遂行機能検査（WCST、BADS） **dysexecutive**
 - ・ 言語検査（SLTA） **Aphasia**
 - ・ 注意力検査（CAT）
 - ・ 認知機能検査（DN-CAS、Luria-Nebraska神経心理学バッテリー、BACS） **Cognition in Schizophrenia**
 - ・ 器質的大脑障害検査（バンダーゲシュタルト検査）
 - 健康調査票（CMI、GHQ）
 - 職業検査（VRT）
- 発達検査（新版K式発達検査、遠城寺式乳幼児分析的発達検査、JDDST）
- 発達障害検査 ・ ASD（AQ-J、PARS-TR、ADOS-2、M-CHAT）
 - ・ ADHD（Conners3、ADHD-RS、CAARS、ASRS、CAADID、CPT）
 - ・ 適応行動（VINELAND-II、CBCL）
- 精神疾患検査
 - ・ PTSD検査（CAPS、PCL-5、IES-R） **PTSD**
 - ・ 不安検査（MAS、STAI、CAS、GAD-7、LSAS-J） **Anxiety**
 - ・ 抑うつ検査（BDI-II、SDS） **Depression**
 - ・ 強迫尺度（Y-BOCS、MOCI） **Obsessive-Compulsive**



性格検査 (人格検査)

投影法

- ロールシャッハテスト
- P-Fスタディ (Picture Frustration)
- TAT (Thematic Apperception Test)
- 描画法 (バウムテスト、HTPテスト等)

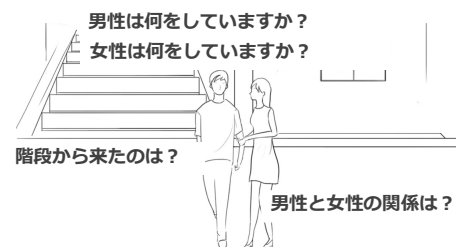
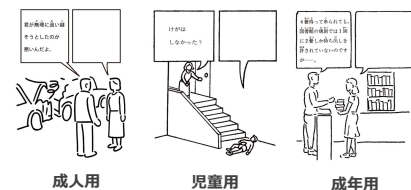


質問紙法

- MMPI (Minnesota Multiphasic Personality Inventory) : ミネソタ多面的人格目録
- YGPI (YG Personality Inventory) : 矢田部ギルフォード性格検査

作業検査法

- 内田クレペリン検査



知能検査

■ ウェクスラー式知能検査

- ・ WAIS (Wechsler **Adult** Intelligence Scale) : 成人用
- ・ WISC (Wechsler Intelligence Scale for **Children**) : 児童用
- ・ WPPSI (Wechsler **Preschool** and Primary Scale of Intelligence) : 幼児用

全検査IQ (FSIQ)

言語理解指標VCI

知覚推理指標PRI

ワーキングメモリ指標WMI

処理速度指標PSI

(基本下位検査)

類似・単語・理解

積木模様・絵の概念・行列整理

数唱・語音整列

符号・記号探し

(補助下位検査)

知識・語の推理

絵の完成

算数

絵の抹消

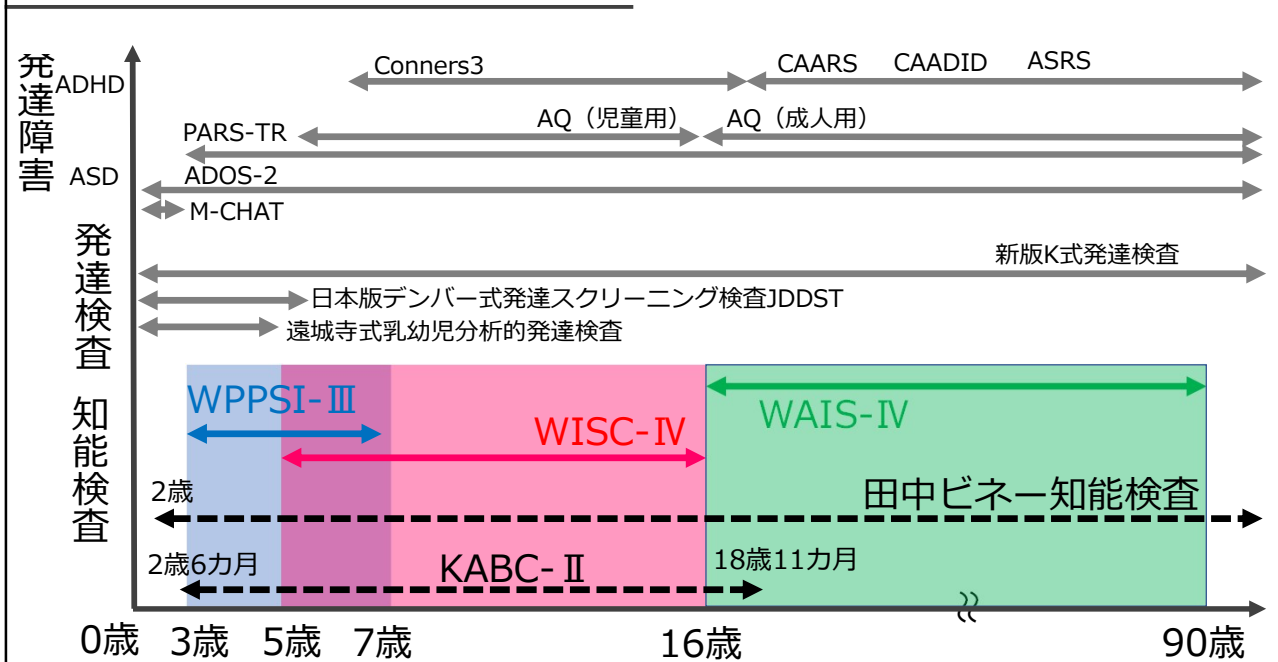
■ 改定長谷川式簡易知能評価スケール

- ・ <9項目の質問> 30点満点、20点以下で**認知症**疑いあり (カットオフポイント)
- ・ お歳はいくつですか？
- ・ 私たちがいまいるところはどこですか？
- ・ これから言う3つの言葉を言ってみてください。
あとでまた聞きますのでよく覚えておいてください。
- ・ 100から7を順に引いてください。
- ・ 先ほど覚えてもらった言葉をもう一度言ってみてください。
- ・ これから5つの品物をみせます。
それを隠しますのでなにかあったか言ってください。
- ・ 知っている野菜の名前をできるだけ多く言ってください。

■ ビネー式知能検査

「年齢尺度」を導入し、「生活年齢 (実年齢)」と等しい年齢級の課題から検査を始め、パスできない課題があれば年齢級を下げて実施、全課題をパスできる年齢級の下限を特定。全課題をパスできた場合には、上の年齢級に進んで上限を特定。検査の結果として算出された「精神年齢」と「生活年齢」との比によって「知能指数IQ」を算出。

心理検査の対象年齢まとめ



第34回 問13

心理検査に関する次の記述のうち、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 ウェクスラー児童用知能検査第4版（WISC-IV）は、対象年齢が2歳から7歳である。
5歳～16歳11カ月
- 2 ミネソタ多面人格目録（MMPI）では、日常生活の欲求不満場面を投影法により測定する。
質問紙法
- 3 改訂長谷川式簡易知能評価スケール（HDS-R）は、高齢者の抑うつを測定する。
認知症検査
- ④ ロールシャッハテストは、図版に対する反応からパーソナリティを理解する投影法検査である。
- 5 矢田部ギルフォード（YG）性格検査は、連続した単純な作業を繰り返す検査である。
質問紙法

第31回 問題13

心理検査に関する次の記述のうち、適切なものを1つ選びなさい。

- 1 MMPIでは、単語理解のような言語性の知能を測定する。
MMPI：性格検査
- ② PFスタディでは、欲求不満場面での反応を測定する。
- 3 TATでは、インクの染みを用いた知覚統合力を測定する。
TAT：図を見て物語を作る ロールシャッハテスト：インクの染みを見て何に見えるか
- 4 WAISでは、抑うつを測定する。
WAIS（Wechsler Adult Intelligence Scale）ウェクスラー成人知能検査
- 5 CMIでは、視覚認知機能を測定する。
CMI（Cornel Medical Index）：患者の身体面と精神面の自覚症状を把握する健康調査票

第33回 問題13

心理検査に関する次の記述のうち、最も適切なものを1つ選びなさい。

1 特別支援学級への入級を検討したい子どもの知能検査を学校から依頼されたので、ロールシャッハテストを実施した。

ロールシャッハテスト：性格検査

2 改訂長谷川式簡易知能評価スケールの結果がカットオフポイントを下回ったので、発達障害の可能性を考えた。

改訂長谷川式簡易知能評価スケール：認知機能検査

3 10歳の子どもに知能検査を実施することになり、本人が了解したので、WAIS-IVを実施した。

WAIS (Wechsler Adult Intelligence Scale) → WISC-IV

4 投影法による性格検査を実施することになったので、矢田部ギルフォード (YG) 性格検査を実施した。

矢田部ギルフォード (YG) 性格検査：質問紙法

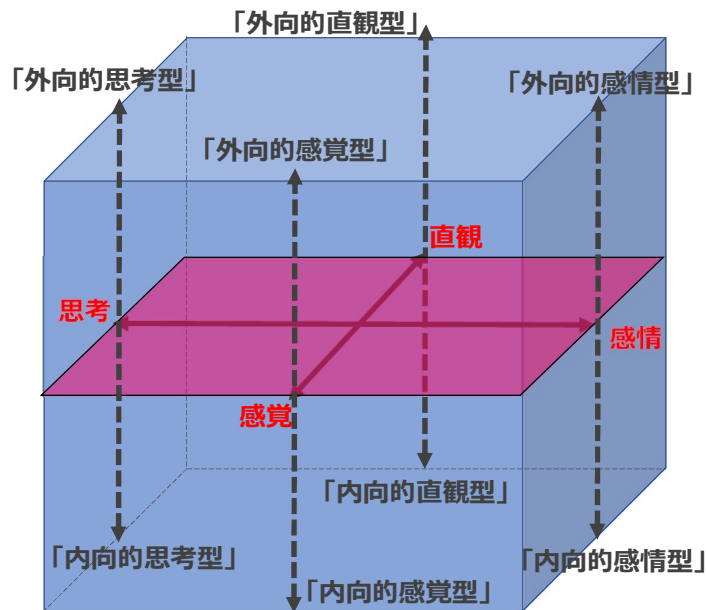
⑤ WISC-IVの結果、四つの指標得点間のばらつきが大きかったので、全検査IQ (FSIQ) の数値だけで全知的能力を代表するとは解釈しなかった。

パーソナリティ類型論 & 特性論

種別	人物	理論キーワード	類型・因子	類型数 因子数	性格検査
類型論	ユング (C.G.Jung)		2態度：「内向型」「外向型」 4機能：思考、感情、感覚、直観	2類型	
	クレッチマー (E.Kretschmer)	体型	「肥満型」「細身型」「筋骨型」	3類型	
	シェルドン (W.H.Sheldon)	体型	「内臓緊張型」「身体緊張型」「頭脳緊張型」	3類型	
	シュプランガー (E.Spranger)	価値類型論	「理論型」「経済型」「審美型」「宗教型」「権力型」「社会型」	6類型	
特性論	オールポート (W.G.Allport)		「共通特性」「個人特性」		
	キャッテル (R.B.Cattell)		「共通特性」「独自特性」「表面特性」「根源特性」	16因子	16PF
	ギルフォード (J.P.Guilford)		社会的外向性、思考的外向性、抑うつ性、回帰性傾向、のんきさ、一般的活動性、支配性、男性的傾向、劣等感、神経質、客観性の欠如、愛想の悪さ、協調性の欠如	13因子	YGPI
	クロニンジャー (C.R.Cloninger)		4気質：新奇追求、損害回避、報酬依存、固執 3性格：自尊心、協調性、自己超越性	7因子	
	アイゼンク (H.J.Eysenck)	4階層モデル	「内向性-外向性」「神経症傾向」「精神病傾向」	3因子 (2因子)	MPI, EPI
	ゴールドバーグ (L.R.Goldberg)	ビッグファイブ	「外向性」「神経症傾向」「開放性」「協調性」「誠実性」	5因子	

「内向型」「外向型」 by ユング

類型論



外向的思考型：客観的な事実による理論を組み立てるタイプ

内向的思考型：自分の内側にある考えをもとに思考を巡らすタイプ

外向的感情型：自分の気持ちに従って生きながらも、よく気が利いて交友関係を築くタイプ

内向的感情型：外からみると控えめで無感動に見えるが内側では同情や共感といった繊細な感情を持っているタイプ

外向的感覚型：外からの刺激を吸収し自分の感覚として取り込むタイプ

内向的感覚型：外からみると控えめだが同情や共感といった繊細な感情を持っているタイプ

外向的直観型：社会の出来事や出会った人の中から可能性を見出し、思いつきで新しいアイデアへと取り組むタイプ

内向的直観型：自分の心のなかでの出来事に関心を向け、その中から可能性を見出すのが得意なタイプ

「体型」による分類 by クレッチマー&シエルドン

類型論

■ クレッチマー

体型	気質	性格
細身型	分裂気質	内気で繊細、非社会的
肥満型	循環気質	社交的な時と静かな時が交互に
闘士型	粘着気質	几帳面、熱中しやすい

■ シエルドン

体系	気質	性格
外胚葉型（細身型）	頭脳緊張型（神経緊張型）	非社会的で心配性
内胚葉型（肥満型）	内臓緊張型	社会的で生活に満足
中胚葉型（闘士型）	身体緊張型	活動的で自己主張が強い



「共通特性」「独自特性」 by キャッテル

特性論

※「共通特性」「個人特性」 by オールポート

表面特性

根源特性

<16因子>

知能、情感、衝動性、自我強度、
自己充足、支配性、大胆さ、
繊細さ、空想性、抗争性、
不安の抑制、浮動的不安、公共心、
猜疑心、狡猾、罪悪感

16パーソナリティ因子質問紙
(16PF)



7因子（4気質&3性格） by クロニンジャー

特性論

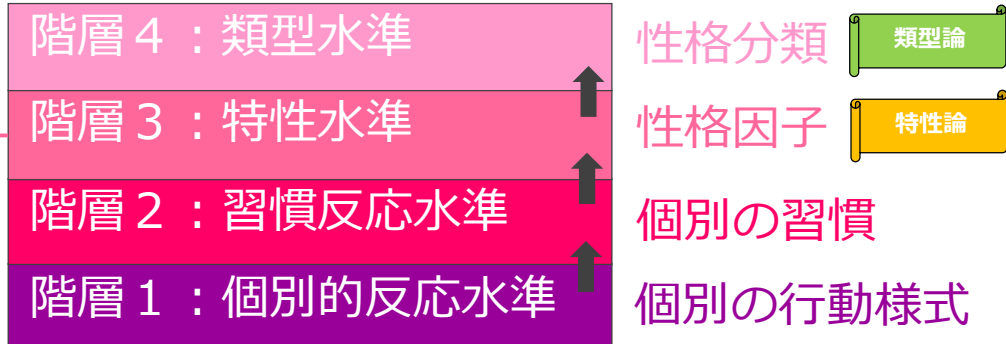
- 気質（4因子）：新奇追求、損害回避、報酬依存、固執
 - ・生まれ持った影響が大きい
 - ・神経伝達物質の分泌と代謝に関連

- 性格（3因子）：自尊心、協調性、自己超越性
 - ・日々の生活の中で作り上げていく
 - ・成人になる頃に完成

気質（4因子）によって世界を感じ取り、
性格（3因子）を通して意味づける



類型論と特性論の統合 by アイゼンク



「①内向性-外向性」「②神経症傾向」「③精神病傾向」

MPI：モーズレイ人格目録（①、②）

EPI：アイゼンク人格目録（①、②、③）



13因子 by ギルフォード

特性論

■ 13因子

社会的外向性、思考的外向性、抑うつ性、回帰性傾向、のんかさ、一般的活動性、支配性、男性的傾向、劣等感、神経質、客観性の欠如、愛想の悪さ、協調性の欠如

■ YG性格検査（矢田部ギルフォード性格検査）

5 類型（A型、B型、C型、D型、E型）

12因子×10問 = 120項目

類型論

特性論



ビッグファイブ by ゴールドバーグ

特性論

■ビッグファイブ5因子 低

高

外向性	一人を好む	関わりを好む
開放性	保守的で慎重	想像力豊かで革新的
協調性	周囲に関心がない	協力的で親切
誠実性	感情的	責任感が強い
神経症傾向	感情が安定	不安やストレスに弱い

■NEO-PI-R by コスタ&マクレー

5次元	下次元
神経症傾向 (N:Neuroticism)	抑うつ、不安、敵意、自意識、衝動性、傷つきやすさ
外向性 (E : Extraversion)	活動性、温かさ、群居性、断行性、刺激希求性、よい感情
開放性 (O : Openness to Experience)	空想、審美性、感情、行為、アイデア、価値
調和性 (A : Agreeableness)	信頼、実直さ、利他性、応諾、慎み深さ、優しさ
誠実性 (C : conscientiousness)	秩序、良心性、達成追求、自己鍛錬、慎重さ、コンピテンス

TEG : 東大式エゴグラム

エリックバーンの交流分析理論に基づいて、5つの自我状態のバランスから、性格特性と行動パターンを把握

CP (批判的な親)	ルーズ	厳格
NP (養育的な親)	冷淡	優しい
A (大人)	情熱的	理想的
FC (自由な子供)	萎縮	創造的
AC (順応した子供)	傍若無人	従順

■P (Parent) : 親の自分

CP (Critical Parent) : 批判的な親

NP (Nurturing Parent) : 養育的な親

■A (Adult) : 大人

■C (Child) : 子どもの自分

FC (Free Child) : 自由な子供

AC (Adapted Child) : 順応した子ども

第32回 問題9

パーソナリティの理論に関する次の記述のうち、正しいものを1つ選びなさい。

1 クレッチマー (Kretschmer,E.) は、特性論に基づき、体格と気質の関係を示した。

類型論

② ユング (Jung,C.) は、外向型と内向型の二つの類型を示した。

3 オールポート (Allport,G.) は、パーソナリティの特性を生物学的特性と個人的特性の二つに分けた。

個人特性と共通特性

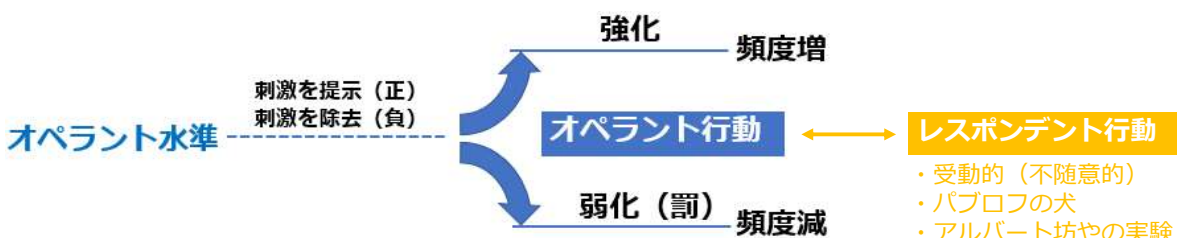
4 キャッテル (Cattell,R.) は、パーソナリティをリビドーにより説明した。

キャッテル：16因子、フロイト：リビドー（性的衝動を発動させる力）

5 5因子モデル（ビッグファイブ）では、外向性、内向性、神経症傾向、開放性、協調性の5つの特性が示されている。

①神経症傾向②外向性③経験への開放性④協調性⑤誠実性

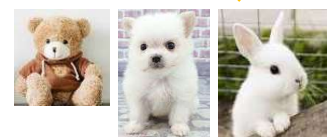
オペラント条件づけ vs レスポンデント条件づけ



- ・ 正の強化：刺激が与えられて行動が増大（例：トークンエコノミー）
- ・ 負の強化：刺激が取り除かれて行動が増大（例：逃避学習、回避学習）
- ・ 正の罰：刺激が与えられて行動が減少（例：叱ると私語がなくなる）
- ・ 負の罰：刺激が取り除かれて行動が減少（例：レスポンスコスト）

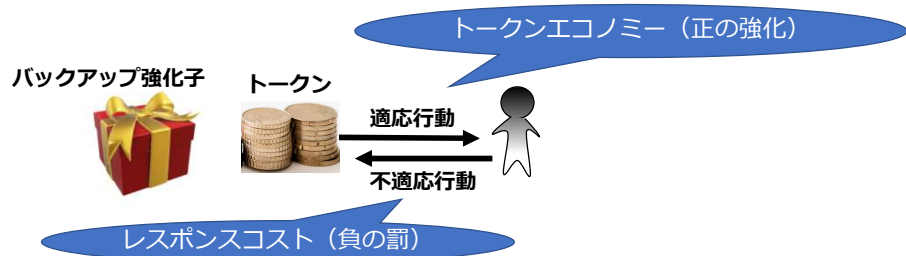


般化 ↓



オペラント条件づけ

	正	負
強化	トークンエコノミー（好子の出現）	逃避学習、回避学習（嫌子の消失）
罰	（嫌子の出現）	レスポンスコスト（好子の消失）



逃避学習：経験によって不快刺激が呈示されてから逃避反応がなされるまでの反応時間が短縮されていく学習過程
例) 頭痛で薬を飲んで頭痛が治まれば、次に頭痛が生じたときに薬を飲む

回避学習：不快刺激を予告する刺激が呈示され、刺激呈示中に特定の反応をすれば不快刺激は来ないという学習
例) 往復箱（シャトルボックス）の実験：仕切られた2つの部屋があり、ラットを入れた一方の部屋に電流を流すと、もう一方の部屋に逃避。電流前に警告音を呈示することで、次第に電流呈示前に移動するようになる。

第34回 問題8

次の記述のうち、レスポナント（古典的）条件づけの事例として、最も適切なものを1つ選びなさい。

- 1 デイサービスの体験利用をしたら思ったよりも楽しかったので、継続的に利用するようになった。
オペラント条件づけ（正の強化）
- 2 自動車を運転しているときに事故に遭ってから、自動車を乗ろうとすると不安な気持ちを強く感じるようになった。
- 3 試験前に時間をかけて勉強することで高得点が取れたので、次の試験前にも勉強に時間をかけるようになった。
オペラント条件づけ（正の強化）
- 4 おもちゃを乱暴に扱っていた子どもに注意をしたら、優しく扱うようになった。
オペラント条件づけ（正の罰）
- 5 工事が始まって大きな音に驚いたが、しばらく経つうちに慣れて気にならなくなった。
馴化

公認心理師 第1回 問7

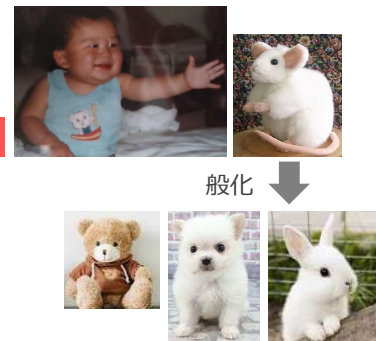
条件づけについて、正しいものを1つ選べ。

- ① 貨幣やポイントを強化子とした条件づけを二次条件づけと呼ぶ。
トークンエコノミー法
- ② 古典的条件づけは、条件刺激と無条件反応の連合によって成立する。
条件刺激 → 無条件刺激 → 無条件反応
- ③ オペラント条件づけによる行動変容以前の行動頻度をオペラント水準と呼ぶ。
先行刺激 (A) → 行動 (B) → 結果 (C)
- ④ 連続強化による条件づけは、間歇強化による条件づけよりも消去抵抗が強い。
(逆)
- ⑤ 古典的条件づけにおいては、逆行条件づけは順行条件づけよりも条件反応の獲得が良好である。
(逆)

公認心理師 第5回 問86

行動の学習について、正しいものを1つ選べ。

- ① 古典的条件づけでは、般化は生じない。**アルバート坊やの実験**
- ② 味覚嫌悪学習は、脱馴化の典型例である。
ではない
- ③ 部分強化は、連続強化に比べて反応の習得が早い。
遅い
- ④ 危険運転をした者の運転免許を停止することは、正の罰である。**負の罰**
- ⑤ 未装着警報音を止めるためにシートベルトをすることは、負の強化である。



公認心理師 第1回 問39 (追試)

オペラント条件づけで、逃避学習や回避学習を最も成立させやすいものとして、正しいものを1つ選べ。

- ① 正の罰
- ② 負の罰
- ③ 正の強化
- ④ 負の強化

公認心理師 第1回 (追試) 問89

トークンエコノミー法について、正しいものを1つ選べ。

- ① タイムアウトを活用する。 **タイムアウト法：負の罰**
- ② レスポンスコストに基づく。 **トークンエコノミー法：正の強化
レスポンスコスト：負の罰**
- ③ 賞賛によって行動を強化する。
トークン
- ④ **バックアップ強化子（好子）を用いる。**
- ⑤ 問題行動の減少を主要な目標とする。
適応行動の増加

色覚、聴覚、味覚

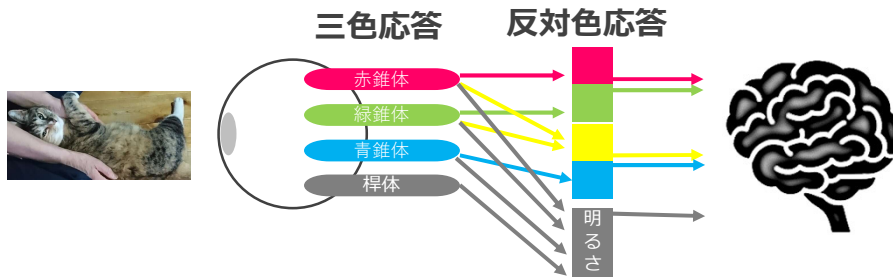
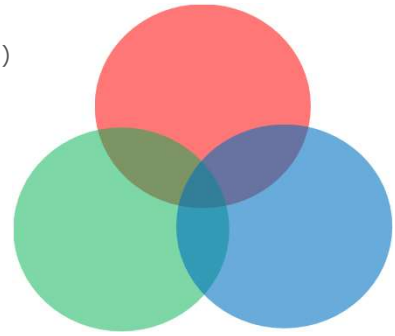
光の三原色：赤（R：レッド）・緑（G：グリーン）・青（B：ブルー）
 色の三原色：青緑（C：シアン）、赤紫（M：マゼンタ）、黄（Y：イエロー）

三色応答

視覚系に赤・緑・青に感度が高い3種類の錐体の反応の強弱によってあらゆる色が再現

反対色応答

「黒－白」「青－黄」「緑－赤」の3種類の視物質が色を知覚する色残像（色の残効）：特定の色を長時間観察した後、無色の対象をながめると、観察した色の補色（赤に対する緑、青に対する黄）が比較的持続して知覚される



知覚心理学

■奥行き知覚

人間の視覚は、網膜に投射される像は2次元の平面画像なのに3次元の世界を知覚できる

<単眼性>

陰影
 重なり
 相対的大きさ
 線遠近法
 大気遠近法
 きめの勾配
 運動視差

<両眼性>

両眼視差
 輻輳

■共感覚

ある1つの刺激に対して通常1つの感覚として感じるが、同時に別の感覚も生じること、成人よりも特に児童に生じやすい例) 音に色を感じる

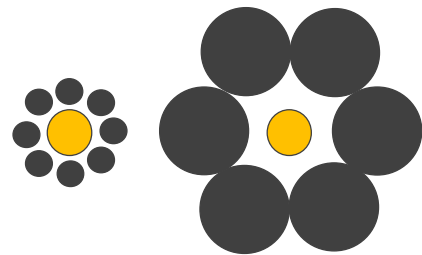
■幻覚

視覚的な幻視、聴覚的な幻聴、嗅覚的な幻嗅、身体感覚や皮膚感覚による体感幻覚など
 ナルコレプシー（過眠症）の患者→入眠時幻覚（寝入りばなに出現）

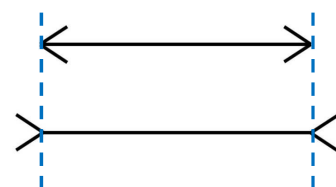
■錯覚

視覚的な錯視、聴覚的な錯聴、触覚的な錯触など

<エビングハウス錯視>

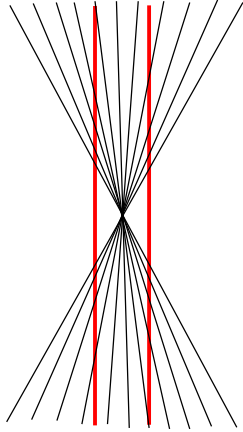


<ミュラー・リヤー錯視>

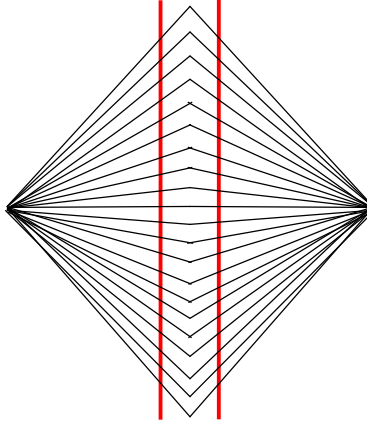


錯視

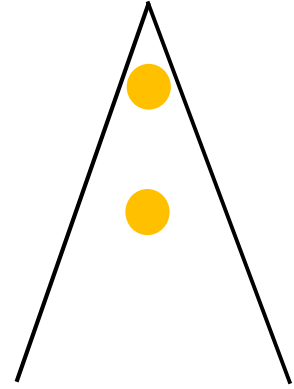
<ヘリング錯視>



<ヴント錯視>



<ポンゾ錯視>



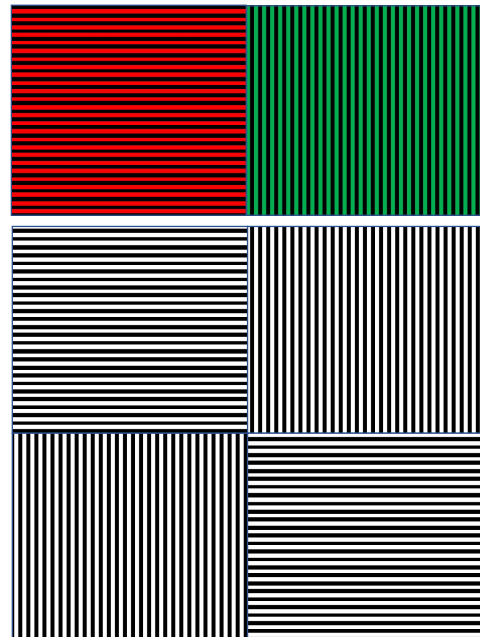
マッカロー効果

1965年にアメリカの心理学者セレステ・マッカローが発見

①左の赤と黒の縞模様を数秒見る。次に、右の緑と黒の縞模様を数秒見る。少なくとも3分間、交互に続ける

②次に下の白黒の縞模様を見る

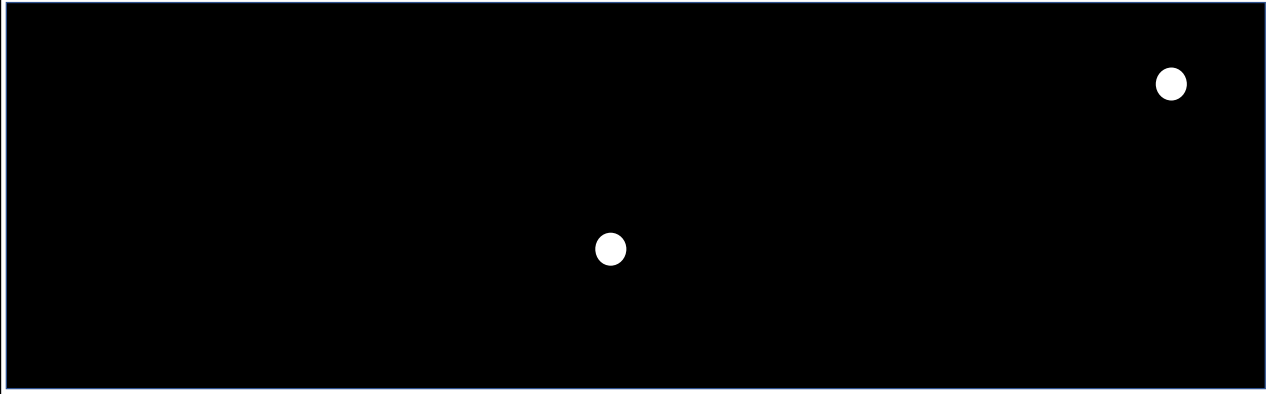
③水平の縞模様の白い部分が緑っぽく、垂直の縞模様の白い部分が赤っぽく見える？



フラッシュラグ効果

ディスプレイ上に等速で右から左へ移動する光点を提示し、光点がディスプレイの中央あたりに達した時、光点の真下で別の光点を一瞬点灯させると、移動する光点が点灯した光点よりも右にずれて見えるという現象

この錯視がサッカーのオフサイド判定の誤審を引き起こしている？



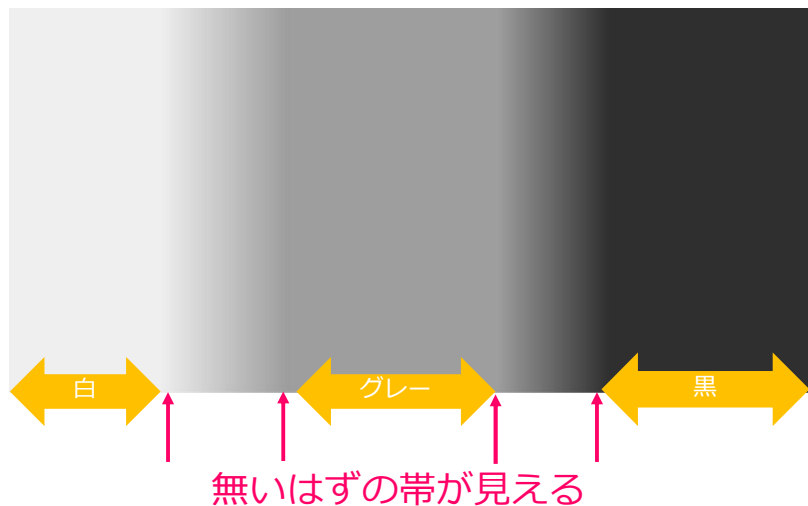
マッハバンド

エルンスト・マッハが発見

明領域と暗領域の区別の知覚をコントラストの知覚と呼び、明暗の相違が実際よりも強調されるという傾向あり

この対比効果は、コントラスト知覚が生じる境界部分においてより顕著に表れる（マッハ現象）

<シュブルール錯視>



公認心理師 第2回 問81

運動視に関連した現象として、正しいものを1つ選べ。

① McGurk 効果

② マツノバンド

③ 変化の見落とし

④ McCollough 効果

⑤ フラッシュラグ効果

マガークとマクドナルドが報告

特定の音節を発音する口の動きに、別の音声を重ねた映像を呈示した場合に、視覚情報・聴覚情報のどちらでもない聴こえ方をする錯覚（錯聴）現象
我々が音声知覚をする際に視覚情報の影響を受けることを示唆

発話映像「が (ga)」+ 音声「ば (ba)」= 音声「だ (da)」

20世紀 著名な心理学者トップ100

※2002年 西ケンタッキー大学&アーカンソー州立大学教授ら

1位 B.F.スキナー	オペラント条件づけ	21位 C.L.ハル	41位 S.E.アッシュ
2位 J.ピアジェ	発達理論	22位 J.ケーガン	42位 G.H.パウワー
3位 S.フロイト	精神分析学	23位 C.G.ジョン	43位 H.H.ケリー
4位 A.バンデュラ	モデリング理論	24位 I.P.パブロフ	44位 R.W.スペリー
5位 L.フェスティンガー		25位 W.ミッセル	45位 E.C.トールマン
6位 C.R.ロジャース	来談者中心療法	26位 H.F.ハーロウ	46位 S.ミルグラム
7位 S.シャクター		27位 J.P.ギルフォード	47位 A.R.ジェンセン
8位 N.E.ミラー		28位 J.S.ブルーナー	48位 L.J.クロンバック
9位 E.ソーンダイク		29位 E.R.ヒルガード	49位 J.ボウルビー
10位 A.H.マズロー	欲求階層説	30位 L.コールバーグ	50位 W.ケーラー
11位 G.W.オールポート	特性論	31位 M.E.P.セリグマン	51位 D.ウェクスラー
12位 E.H.エリクソン	ライフサイクル	32位 U.ナイサー	52位 S.S.スティーブンス
13位 H.J.アイゼンク	行動療法	33位 D.T.キャンベル	53位 J.ウォルピ
14位 W.ジェームズ		34位 R.ブラウン	54位 D.E.ブロードベント
15位 D.C.マクレランド	欲求理論	35位 R.B.ザイアンス	55位 R.N.シェパード
16位 R.B.キャッテル		36位 E.タルビング	56位 M.I.ポズナー
17位 J.B.ワトソン	行動主義心理学	37位 H.Å.サイモン	57位 T.M. ニューカム
18位 K.ルイン		38位 N.チョムスキー	58位 E.F.ロフタス
19位 D.O.ヘブ		39位 E.E.ジョーンズ	59位 P.エクマン
20位 G.A.ミラー		40位 C.E.オズグッド	60位 R.J.スタンバーグ

公認心理師 第1回 問5

オペラント行動の研究の基礎を築いたのは誰か。正しいものを1つ選べ。

- ① A. Adler
アドラー心理学
- ② B. F. Skinner
- ③ E. C. Tolman
新行動主義心理学
- ④ I. P. Pavlov
パブロフの犬
- ⑤ J. B. Watson
行動主義心理学