
目次

第7章 ルール支配行動

- 7.1. ルール支配行動とは何か？
- 7.2. 守られやすいルールと守られにくいルール
- 7.3. ルールを守る人、守らない人
- 7.4. 「ルール支配行動」の分類
- 7.5. 自己ルール
- 7.6. まとめ

※この章は、

長谷川(2016)スキナー以後の心理学(23)言語行動、ルール支配行動、関係フレーム理論.
岡山大学文学部紀要, 64, 1-30.

<http://ousar.lib.okayama-u.ac.jp/ja/journal/jfl/64/--/article/54442>

の内容の該当部分を、教科書用に書き換えたものです。

7.1. ルール支配行動とは何か？

前章で取り上げた言語行動が話し手の行動であったのに対して、ルール支配行動は聞き手の行動として定義されます。すなわち、

- ・「○○しなさい(しててください)」という他者からの依頼や命令(=マンド)に従う。
- ・他者の体験「○○という場所で△△という行動をしたら××という結果になった」を利用して、自分自身も同じ行動をする。
- ・「○○で△△という行動をすることには××という重大な危険が伴う」を利用して未然に危険を回避する。
- ・「○○という行動をすれば、将来△△が実現する」に基づいて、長期視点により努力を重ねて大きな成果を獲得する。

といった言語的記述によって行動が制御されることです。これにより、直接体験していない有益な行動を始めたり、直接体験が無くても危険を回避したり、何年も先の「大きな好子」出現に向けて日々の努力を重ねることが可能になります。なお、上記で「ルール支配行動は聞き手の行動である」と述べましたが、自分自身で発したルールに自分自身が従うことも含まれます。

ルール支配行動(rule-governed behavior)の定義は立場により若干異なりますが、ここ

では暫定的に、

ルール支配行動とは、「行動随伴性を記述したタクトが生み出す言語刺激 (=ルール)」
によって制御される行動である

という定義*1を採用させていただきます。

すでに説明してきた通り、オペラント行動は、行為者の直接体験、つまり、特定の先行条件 (Antecedent) のもとで自発し (Behavior)、その結果 (Consequence) によって強化または弱化されることで変容していきますが、人間の場合、他者から「〇〇すれば××が獲得できる」、「あの場所で〇〇すると事故の危険がある」といった言語的教示を受けるだけでも行動を増やしたり減らしたりすることができます。これらを「ルール支配行動 (rule-governed behavior)」と呼び、直接効果的な随伴性によって強化または弱化される「随伴性形成行動 (contingency-shaped behavior)」と区別することができます。

日常生活のなかから多数の例を挙げられるように、人間は、自ら直接体験を経なくても社会に適応し、複雑なスキルを習得することができます。他者からの教示 (制度、法律、慣習などを含む) に従うばかりでなく、自分自身で決めた目標を達成するために継続的な努力を重ねることもできます。

なお、上掲では、「ルール支配行動とは、「行動随伴性を記述したタクトが生み出す言語刺激 (=ルール)」によって制御される行動である」と定義されていました。これを厳密に適用すると、記述されるルールは「〇〇という行動をすれば××という結果が伴う」というように、行動とその結果の両方がされていることが不可欠になります。但し、ルールの中には、結果部分が暗黙のうちに仮定されていて敢えて記述されていない場合もあります。例えば、「進入禁止」という道路標識は、単に「この先に進入できません」という弁別刺激ではなく、「この先に進入すると正面衝突の危険があり、かつ交通違反として罰せられます」というような結果を暗黙のうちに含んでいます。また、軍隊で指揮官が「進め」というような命令を発する場合も、その命令に従わなければ罰せられるという結果を暗黙のうちに含んでいます。受験生が「毎日3時間勉強しよう」と決意した場合も同様であり、「毎日3時間勉強を続けければ志望校に合格できる」という結果が含まれています。以上挙げた例のように、文字面だけ見ると結果が記述されていないような命令や目標も、暗黙のうちに結果が想定されており、ルールとして機能する場合があります。

「ルール支配行動」という用語はもともと、1966年、Skinner自身により分担執筆書の中の章で初めて使用されました (Skinner, 1966) *2。その後、1969年に刊行された、

*1 杉山ほか (1998) の定義を、意味内容が変わらない範囲で改変した。

*2 Skinner, B. F. (1966). An operant analysis of problem solving. In B. Kleinmuntz (Ed.) Problem solving: Research, method, and theory (pp.133-171). New York: John Wiley & Sons. 【Catania, A.C. & Harnad, S. (eds.) The selection of behavior The operant behaviorism of B. F. Skinner: Comments and consequences. Cambridge: Cambridge Universities Press.にコメントつきで再掲】

『Contingencies of Reinforcement: A Theoretical Analysis』(Skinner, 1969) *3 では、第5章でいったん言及されたあと、第6章で詳述されています。但し、これらはいずれも問題解決 (problem solving) に関する章となっていました。

その20年後、Hayes 編著による『Rule-Governed Behavior: Cognition, Contingencies, and Instructional Control』が刊行され、ルール支配行動について様々な角度から検討が加えられました (Hayes, 1989)。この編著は10章、本文385頁からなり、Skinnerをはじめ、Hayes 自身、A.C.Catania、R.W.Malott らが分担執筆しています。Hayes (1989) *4 はこの編著の序文において、ルール支配行動の研究を以下のように方向づけています【訳は長谷川による】。

- ・学習心理学において、人間を実験対象とした研究は直接的に人間の行動原理を追究してきた。いっぽう動物対象の実験研究は、動物の行動原理自体の追究ではなく、動物を利用して人間の行動の原理を追究してきた。この点ではどちらも目的は同じ。
- ・人間行動のある部分においては、人間を直接対象とした実験的分析が求められていたが、まずはしっかりと統制された実験環境のもとでの動物実験が行われてきた。
- ・その後、人間行動は認知心理学の研究に受け継がれたが、動物対象の研究のほうは、いくつかの流れに分かれていった。
- ・行動分析学においても、人間を直接対象とした研究が行われるようになり、その中で、言語の機能についての実験的分析が課題となってきた。
- ・ここでいうルール支配行動は、ルールの形で記述可能な遂行ということではない。言語という形式によって直接的に左右される行動を含むものである。その概念化や研究方法の確立、他の心理学的プロセスとどう整合性を保つか、さらには成人の臨床的介入の課題を含むものである。

上記のように、ルール支配行動は当初は問題解決に関する話題として出発しましたが、その後、他者による言語的な教示や、行為者本人が自ら言語化した自己ルールが、どのような文脈のもとでどのように機能するのかに焦点があてられるようになりました。

7.2. 守られやすいルールと守られにくいルール

人間行動の興味深い点は、ルールを作るだけであるなら簡単にできるのに対して、「ルールは破られるためにある (Rules are made to be broken.)」とも言われるように、作られたルールをしっかりと守れないところにあります。ルールが守られにくい主な理由としては、

- (1) 自然随伴性のもとで強化されているような行動を禁止するルールを作っても、もとの強化随伴性の力が上回っていれば、ルールを守ってでもその行動を続けようとする。

*3 Skinner, B.F.(1969). Contingencies of reinforcement: A theoretical analysis. New York: Appleton-Century-Crofts.

*4 Hayes, S. C., Zettle, R.D., & Rosenfarb, I. (1989). Rule following. In S.C Hayes, (Ed.), *Rule-governed behavior: Cognition, contingencies, and instructional control* (pp. 191-220). New York: Plenum Press.

(2) 一大決心をして将来に大きな目標を立てても (=ルール)、それに近づくための日々の積み重ねの努力が別に強化されていなければ、すぐに挫折してしまう。

の2点が挙げられます。

このうち(1)に関しては、大学構内を敷地内全面禁煙にしても、人目につかない場所で隠れ喫煙をする行為がなくなりにくい、という例が挙げられます。要するに強度のニコチン依存者は、一定時間タバコを吸わないと禁断症状が現れ (=嫌子出現)、それから逃れるためにタバコを吸わざるを得ない状況に追い込まれます。隠れ喫煙行為は嫌子消失の随伴性によって強化されているため、いくら禁煙を呼びかけても従わない人が出てきます。

このほか、よくある例として交通違反が挙げられます。制限速度を上回るスピードで走る行為は、目的地に早く着くという結果によって強化されています。よって、取り締まりが行われていないと思われる路上では、ルールを守らずにスピード違反をしてしまう行為がどうしても起こってしまいます。

もう1つの(2)のケースに関して、Malott(1989；杉山ほか1998、315頁を併せて参照)は次のような指摘をしています。それによれば、従いやすいルールは、

- ・ 1回の行動に随伴する結果が、適切な大きさと確実であれば、結果に遅れに関係なく、それをタクトしたルールは従いやすい。

であるとし、いっぽう、従いにくいルールは、

- ・ 1回の行動に随伴する結果が小さすぎたり (累積的にしか意味がない)、確率が低すぎると、結果の遅れに関係なく、それをタクトしたルールは従いにくい。

という特徴をもつとされています。

例えば、「甘い物を食べてばかりいると太ってしまう」というルールに従いにくいのは、ケーキ1個を食べてたとしてもそれによる体重増加は微々たるもの、つまり「結果が小さすぎたり、累積的にしか意味がない」ためと言えます。同様に「勉強を毎日15分ずつ英会話の勉強をする」というのも、「英会話の上達」という結果が小さすぎるためなかなか持続しません。

また、100頁のドリルをやり遂げるにあたって、最初の10～20頁はなかなか進まないものの、残り5頁になると急に頑張るという経験は誰にもあると思います。その原因の1つは、残り90頁の段階では1頁分仕上げて全体90分の1しか進捗しないのに対して、残り5頁の段階では5分の1も進捗できるという違いにあります。つまり、ゴールに近づくほど、1回の行動がもたらす進捗の割合が相対的に大きな結果をもたらすということです。

Malottが指摘したように、長期的・累積的には大きな結果になり得たとしても、1回の行動に随伴する結果があまりに小さすぎるという場合は、その行動は強化・弱化されませ

ん。それゆえ、人為的に別の結果を付加的することで、「ちりも積もれば山となる」型の結果を補完する必要が出てきます。

上記の例で言えば、ダイエットを始めた人の場合は「甘い物を食べた時は、その日の夕食は半分の量にする」という弱化の自己ルールを定めたり【←そのルールも破ってしまうようではなかなか改善しません】、英会話の練習やドリルの遂行では、毎日、それを実行した時にシールを貼って、シールが 10 枚貯まった時には自分で自分にご褒美を与えるといった付加的な強化が考えられます。

以上で言及した Malott の主張は、「従いにくいルールを従いやすいルールに変えるには、行動の結果が適切な大きさや確率になるように改善、もしくは付加的強化や付加的弱化を併用する」という具体策につながっており実用的価値があると言えます。しかし、この主張自体は、「ルールに従いやすくするためには付加的な基本随伴性で補完する必要がある」と指摘したものであって、ルールがいかんにして有効に機能するのか？という問いに直接答えるものではありません。

7.3. ルールを守る人、守らない人

前節は、同一人物において、どういう条件が揃えばルールは守れるか、どういう場合にはルールは守られにくいのかという話題でした。いっぽう個体差という点で見ると、世の中にはルールをよく守る人と、あまり守らない人がいます。

一口にルールといっても、法律や規範や慣習に関するルールと、自分で作ったルール(7.5. 参照)では若干異なる特徴がありますが、一般論として、ルールをよく守る人の場合、「ルールと一致した結果」が好子、または「ルールとの不一致」が嫌子になっている可能性があります。

一般的に、共同体の中では「言行一致」は強化され、「言行不一致」は弱化されます。そのほうが社会にとって都合がよいからです。それゆえ、その社会で生まれた人は、幼少時から、ルールと一致した行動をとった時に称賛され、役に立つ人物として評価され重んじられます。反面、行動がルールに一致しない場合は叱責されたり、役に立たない人物として無視されたりします。こうした経験を重ねることで、「一致」すること自体は般性習得性好子に、また「不一致」自体が般性習得性嫌子になっていく可能性があります。そうした経験が少ない人にとっては、「一致」、「不一致」は単なる中性的なタクトにすぎません。これがルールを守らない人になります。

ルールを守らない人としてはこのほか、

- ・守らないことで得をした(=強化された)人。犯罪者一般。
- ・注目されることが好子になっている場合、守らないことで他者から注目されることは強化になる。

といったケースも考えられます。

7.4. 「ルール支配行動」の分類

Hayes ら(1989)は、ルール支配行動を、「プライアンス」、「トラッキング」、「オーグメンティング」の3つに分類し、それぞれがどういう場合に有効に機能するのか、について

論じました。

Hayes ら (1989、ヘイズほか、2014*5 を併せて参照) による 3 つの分類は以下の通りとなります。

プライアンス (pliance)*6 : ルール提示者 (命令者。依頼者など) の「○○しなさい」という指示内容に一致するように行動する。通常、ルールに従う行動は賞賛され (または、感謝、笑顔)、従わない時は罰せられる (または、落胆、泣き顔など)。その行動自体がもたらす結果ではなく、その行動をルールとして提示した者が付加する結果によって強化または弱体化される。

トラッキング (tracking) : ルール提示者 (先生、山岳ガイド、案内書、マニュアル、クチコミなど) が示す手順に従って行動することで、自然随伴性がもたらす最終結果に到達できる。ルールに従うかどうかは、提示者への信頼性*7 (過去に、同一の提示者の案内に従ったことで結果が確実に得られたかどうか)、及び最終結果にどれだけ強化力があるのか*8 に依存している。

オーグメンティング (augmenting) : ある出来事の結果としての機能の程度を変える。以下の 2 つのサブタイプがある。成人の動機づけの主要な源泉であると指摘されている。また、テレビなどの CM では、これらを応用した手法が多用されている (Hayes, et. al., 1989, 206-207 頁)。

形成オーグメンタル (formative augmentals) :

行動に随伴する結果に強化機能または弱体化機能を新たに確立させる。例えば、古本屋の店頭に古めかしい本があり、それ自体は好子でも嫌子でもないとする。ところが、別の人からその本に対して「これは希少本だ」といった発言があると、古書マニアにとってその本は好子としての機能を確立するであろう*9。この場合、当該の古本が突然習得性好子になったとは考えにくい。その人にとってはもともと「希少本」一般が好子となっており、「これを買えば希少本の持ち主になれる」というルールに関連づけられたことで、好子としての機能を獲得したと考えることができ

*5 ヘイズ,S.C.、ストローサル,K.D., & ウィルソン, K.G. 著 武藤崇・三田村仰・大月友 監訳 (2014). アクセプタンス&コミットメント・セラピー (ACT) 第2版 -マインドフルネスな変化のためのプロセスと実践 - 星和書店. 【Hayes,S.C., Strosahl,K.D., & Wilson,K.G. (2011). *Acceptance and Commitment Therapy 2nd ed.* Guilford Publications Inc.】

*6 compliance からとった造語。命令ばかりでなく、「○○してね」といった依頼も同じように機能すると考えられる。

*7 イソップの寓話に出てくる、「オオカミが来た」と嘘をついた羊飼いの少年が良い例であろう。

*8 いくらガイドブックの内容が正確であっても、目的地にそれほどの魅力が無ければ、その記述に従う行動はおこりにくい。

*9 トールネケ (2013, 172 頁) に挙げられていた例を改変。

る。

動機づけオーグメンタル(motivative augmentals) :

形成オーグメンタルと異なり、すでに好子や嫌子となっている対象の強化機能または弱化機能を高めたり低めたりすることを意味する。行動分析学で確立操作(Establishing Operation、動機づけ操作)というと、普通は、遮断化や飽和化といった生得性好子に関する操作が頭に浮かぶが、ここで言われているのは、まさに、言語的な確立操作と言える。

なお、オーグメンティングは、プライアンスまたはトラッキングのいずれかと組み合わさって起こるとされています。また、これらはいずれも言語的な確立操作であり、日常生活での動機づけのほか、心理療法においても重要な役割を果たしています。

7.5. 自己ルール

ルール支配行動には、他者から提示、命令、依頼されたルールばかりでなく、自分自身で作成したルールに従う行動もあり、「自己ルール」と呼ばれています。何らかの目標に基づき自分自身で設計・制定し、この自己ルールがうまく機能することで、行動と結果のあいだに長期間の遅延があるような行動も遂行できるようになる場合があります*10。

そのいっぽう、知らず知らずのうちに身についた癖、思い込み、偏見、誤った信念なども自己ルールに含まれます。

トールネケ(2013、182 ~ 183 頁)は、自己ルールを発達させるプロセスを以下のように説明しています。

- (1) 子どもの時、直接的な強化随伴性を通じて私的出来事を含めたタクトを学習していく。
- (2) 社会的コミュニケーションから受ける訓練に沿って、さまざまな恣意的な関係づけが行われる。
- (3) これにより、ますます複雑に「私」をタクトすることが発達し、これに助けられて自己の3つの側面(視点としての自己、プロセスとしての自己、物語としての自己*11)を次第に獲得していく。
- (4) プライアンス、続いてトラッキングとオーグメンティングに関するルール支配行動の学習が進行する。
- (5) 恣意的な関係づけにより、さまざまな「思考」が派生していく。

これらによって、何かを想像したり、新たな思考を生み出したり、問題解決に役立たせることができるようになります。

以上述べたように、1980年代に提唱されたプライアンス、トラッキング、オーグメン

*10 「受験勉強をすることで1年後に合格できる」、「貯金をすれば1年後に利息を受け取れる」など

*11 「概念としての自己」とも呼ばれる。

ディングという概念は、その後に登場した「関係フレーム理論 (RFT) と連携する中で、思考や問題解決行動について新たな道を開いています。言語行動やルール支配行動は、直接経験なしに他者の経験を学び、思考し、集団で一致した行動をとる上で不可欠であり、人類の繁栄をもたらす大きな力となってきた点として評価できます。しかしその反面、ハリス(2012、10 頁)が

... 言葉があるから嘘をつくし、人を操ったり、惑わせたりする。中傷や悪口、中途半端な知識を広める、憎悪、偏見、暴力を駆り立てる、殺人兵器や環境を汚染する工場を作るなどの行為も、言語を介してのものである。過去のつらい出来事を思い悩んだり「再体験」したりする、不吉な未来を想像して怯える、自分と他者を誰かと比較・判断・批判して責める、自分の人生を締めつけて台無しにするようなルールを作り出す、といったことも可能だ。

と指摘しているように、ネガティブな面にも目を向けなければなりません。人間の苦悩の根源のかなりの部分は、言語行動やルール支配行動に由来している可能性があります。

7.6. まとめ

- 言語行動が話し手の行動であったのに対して、ルール支配行動は聞き手の行動として定義される。
- ルール支配行動によって、人間は、自ら直接体験を経なくても社会に適応し、複雑なスキルを習得することができる。他者からの教示（制度、法律、慣習などを含む）に従うばかりでなく、自分自身で決めた目標を達成するために継続的な努力を重ねることもできる。
- 行動分析学でいうルールとは「〇〇すれば××という結果が生じる」といった随伴性の形で記述される。但し、単なる依頼、命令、目標などにも暗黙のうちに結果が含まれていることが多い。
- 禁止ルールが破られやすいのは、その行動が強力な別の随伴性によって強化されている場合である。
- 目標を立ててもその通りに実行されないのは、日々の努力に随伴する結果があまりにも小さすぎたり、随伴する確率が低すぎたりする場合である。その場合は、付加的な強化で補完する必要がある。
- ルールをよく守る人の場合、「ルールと一致した結果」が好子、または「ルールとの不一致」が嫌子になっている可能性がある。ルールを守らない人にとっては、「一致」、「不一致」は単なる中性的なタクトにすぎない。
- 最近の研究によれば、ルール支配行動は、プライアンス、トラッキング、オーグメンティング（形成オーグメンティングと動機づけオーグメンティング）に分類される。
- 自己ルールがうまく機能することで、行動と結果のあいだに長期間の遅延があるような行動も遂行できるようになる場合がある。そのいっぽう、知らず知らずのうちに

身についた癖、思い込み、偏見、誤った信念なども自己ルールに含まれる。

人間の苦悩のかなりの部分は、言語行動やルール支配行動に由来している可能性がある。