

氏名(本籍)	上 ^{うえ} 田 ^だ 敏 ^{とし} 子 ^こ (東京都)			
学位の種類	博士(体育科学)			
学位記番号	博甲第6256号			
学位授与年月日	平成24年3月23日			
学位授与の要件	学位規則第4条第1項該当			
審査研究科	人間総合科学研究科			
学位論文題目	養育者の表情イメージ表象の変容に着目したユニバーサル介入タイプの抑うつ予防プログラムの検討			
主査	筑波大学教授	保健学博士	宗像恒次	
副査	筑波大学准教授	博士(学術)	橋本佐由理	
副査	筑波大学教授	医学博士	田宮菜奈子	
副査	筑波大学教授	医学博士	大森肇	

論文の内容の要旨

(目的)

大学生を対象に養育者の表情イメージ表象の変容に着目したユニバーサル介入タイプの抑うつ予防プログラムを作成し、その効果を検討することを目標とした。研究課題は、I～IVからなる。

研究課題Ⅰ 大学生のストレス気質および心理特性との関連

(対象と方法)

学生を対象に不安気質と執着気質からなるストレス気質の発現認知と自己価値感、問題解決度などからなる自己イメージ脚本と精神健康度として特性不安、抑うつとの関連を明らかにするために、横断的調査を実施している。対象は、研究への協力が得られた関東近郊の大学(4校)の学生418名、ストレス気質(不安気質と執着気質)の発現認知に関する自記式質問紙調査を実施した。

(結果と考察)

不安気質や執着気質の発現認知の高さが、ストレス耐性にかかわる自己イメージ脚本や特性不安、抑うつといった精神健康度に影響を及ぼすことが示唆された。

研究Ⅱ 大学生の抑うつに関連する要因の検討—養育者の表情イメージ表象に着目して

(対象と方法)

養育者のイメージについて、「顔表情」に着目し、養育者の表情イメージ表象と自己イメージ脚本や精神健康度との関連を明らかにするために、横断的調査を実施した。対象は、研究への協力が得られた関東近郊の大学(4校)の学生655名であり、養育者の表情イメージ表象に着目した自記式質問紙調査を実施した。

(結果と考察)

本研究において「顔表情」に着目した調査において、それが自己イメージ脚本や精神健康度が関連することが示されたことから、イメージにおいては顔表情が重要な要素であることが示された。

研究Ⅲ ユニバーサル介入タイプの抑うつ予防プログラムの予備的検討

(対象と方法)

研究Ⅰ・研究Ⅱの結果を踏まえたユニバーサルタイプの抑うつ予防プログラムを作成し、予備的介入を实

施することによりユニバーサル介入タイプの抑うつ予防プログラムの効果を検討するために、予備的に介入縦断的調査を実施した。対象は、国立大学法人T大学においてストレスマネジメントプログラムへの研究協力を募り、研究への参加を希望した女子学生5名（19.8 ± 2.39歳）であった。プログラムの内容は、遺伝的気質への理解と養育者の表情イメージ表象の変容を図るイメージワークからなる。また、介入前後には生化学の指標として唾液中s-IgAを測定した。

（結果）

介入前後において自己価値感および問題解決度の上昇、自己否定感の低下、特性不安（STAI）、抑うつ（SDS）の低下が確認された。唾液中s-IgAについても、介入前後の自己イメージ脚本の改善、精神健康度の改善が確認された。養育者の表情イメージ表象を変容するイメージワークを実施し、自分を保護してくれる存在や養育者のイメージについて、穏やかで笑顔といった報酬系のイメージ表象に変容したことから、精神健康度も改善したと考えられる。

研究Ⅳ 集団を対象としたユニバーサル介入タイプの抑うつ予防プログラムの検討

（対象と方法）

集団を対象にユニバーサル介入タイプの抑うつ予防プログラムを実施し、コントロール群を設けた比較検討を行うために、研究Ⅲにより改良されたプログラムを大学生の集団を対象に実施し、その効果を検討した。本研究は準実験デザインであり、対象は県立看護系E大学の学生のうち、研究への同意を得られた女子学生を介入群（42名）、私立B大学の学生のうち、研究への参加を呼びかけ、研究への同意を得られた女子学生をコントロール群（12名）とした。介入プログラムの実施時間は、両群ともに約1時間であった。追跡調査として介入1ヶ月後に実施した。

（結果と考察）

介入群において、介入前後および追跡調査後に自己価値感および問題解決度の上昇、自己抑制度、特性不安（STAI）、抑うつ（SDS）の低下が確認された。一方、コントロール群においては、すべての尺度値において有意な変化はみられなかった。本研究では、介入群においては、学生同士のペア実習を実施し、学生が主体的に課題に取り組む方法に変更した。その結果、自己抑制度が低下し、他の心理尺度については研究Ⅲと同様に改善が示された。本イメージワークでは、養育者のイメージを報酬系のイメージに変容し、そのイメージを強化することで受容感が得られ、肯定的な自己イメージ脚本が形成されたと考えられる。このことにより、不安になりやすい傾向や抑うつへの解釈性が変化し、これらの尺度の得点が低下したと考えられる。

（結論）

集団を対象としたユニバーサル介入タイプの抑うつ予防プログラムの実施により、自己イメージ脚本の改善や精神健康度の改善が示され、大学生の抑うつ予防を図る一手法として、本プログラムの効果が確認された。

審 査 の 結 果 の 要 旨

世界の多くの国々で大学生のメンタルヘルスが悪化している問題が報告され、その効果的な改善対策についてはまだ模索している段階にある。本研究は、養育者の表情イメージ表象の変容に着目した対象にした、一般学生のメンタルヘルス予防を目的とするユニバーサル介入タイプの抑うつ予防プログラムであり、それを作成し、その効果を検討したものである。まず大学生を対象にしてまず横断的調査を実施し、その結果メンタルヘルスは自己イメージ脚本によって決められるが、その自己イメージ脚本の改善には、本人の持つ生物的要因としての気質のコントロールの仕方を身に着けることや、親のイメージに関しては慈しむ笑顔の表情イメージ表象の構築が必要なことを見出した。次にメンタルヘルスに関する心理教育を対照群として、

縦断的介入調査を実施し、親のイメージ改善と気質を生かすセルフケア行動をとることを促した介入群が、自己イメージの有意な改善とメンタルヘルスを有意な改善効果を見出したというものである。他方、対照群において変化はみられなかった。

本研究によって明らかになった知見は、思春期のメンタルヘルスに関連する学会雑誌など3つの専門雑誌の原著論文に掲載され、専門分野での評価をえている。

平成24年1月13日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行い、最終試験を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士（体育科学）の学位を受けるに十分な資格を有するものと認める。